



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

EBEVEYNLERİ BOŞANMIŞ VE BOŞANMAMIŞ ERGENLERDE
PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK, BENLİK SAYGISI VE
UMUTSUZLUK DÜZEYİ KARŞILAŞTIRMASI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Öykü Naz BOZDOĞAN

Lefkoşa
ARALIK, 2022

**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**EBEVEYNLERİ BOŞANMIŞ VE BOŞANMAMIŞ ERGENLERDE
PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK, BENLİK SAYGISI VE
UMUTSUZLUK DÜZEYİ KARŞILAŞTIRMASI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Öykü Naz BOZDOĞAN

**Tez Danışmanı
Yrd. Doç. DR. EZGİ ULU**

**Lefkoşa
ARALIK, 2022**

Onay

.....tarafından hazırlanan “..... (Tez Başlığı, koyu harflerle)” başlıklı tez, kapsam ve nitelik açısından kalite standartlarına uygunluğu ile ilgili Anabilim/ Anasanat Dalında Yüksek Lisans/ Doktora Tezi olarak tarihinde kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	Adı – Soyadı	İmza
Jüri Başkanı:		
Jüri Üyesi:		
		

Danışman:

Anabilim/ Anasanat Dalı Başkanı Onayı

...../...../20...

.....

Ünvan, Ad-Soyad

Anabilim/Anasanat Dalı Başkanı

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Onayı

...../...../ 20...

Prof. Dr. Kemal Hüsnü Can Başer

Enstitü Müdürü

*Eğer Doktora Tezi ise 5 jüri üyesi olacak şekilde bu kısım düzenlenir.

Etik İlkelerle Uygunluk Beyanı

Bu tezin içinde sunduğum verileri, bilgileri ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kurallar gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

Öğrencinin Adı ve Soyadı

...../...../.....

Gün/Ay/Yıl



Teşekkür

İlk olarak bu araştırmanın yürütülmesi sırasında desteğini esirgemeyen değerli tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Ezgi ULU hocama çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca edinilen bilgilerinden yararlanabildiğim, tecrübe ve birikimleriyle mesleki hayatımda her zaman kullanabileceğim bilgileri bizlere sunan çok değerli hocalarım; Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ, Yrd. Doç. Dr. Hande Çelikay SÖYLER ve Uzm. Klinik Psk. Gönül TAŞÇIOĞLU'na sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Veri toplama sürecimde bana en büyük katkıyı sağlayan, oldukça ilgili ve bana her konuda yardımcı olan çok değerli md. muavini Abdullah TÜLEKOĞLU hocama, rehberlik derslerini bana haftalarca program yaparak ayıran ve bu süreçte güzel enerjileri ile bana destek olan sevgili Buket Gerçek KAYMAKLILI ve Gülten ÖZKEREM hocalarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Ve son olarak hayatımın her alanında bana sonsuz desteğini ve sevgisini veren, eğitim hayatımdaki en büyük destekçim ve en iyi arkadaşım canım annem Işın Nilüfer BOZDOĞAN'a, kalbimde her zaman yerinin hep çok özel olduğu, güzel kalpli anneannem Gönül ALTINAY'a, beni her zaman destekleyen ve yüreklendiren, varlığı ile hayatımı güzelleştiren, kendimi her zaman özel, güçlü ve değerli hissettiren canım nişanlım Ahmet KHAZNEH'e ve öteki yarım, her zaman benimle en çok gurur duyan, övünen ve kendime olan inancımı kaybetmememin en büyük nedeni canım ikizim Yiğit Ozan BOZDOĞAN'a en içten teşekkürlerimi sunarım.

ÖYKÜ NAZ BOZDOĞAN

Özet

EBEVEYNLERİ BOŞANMIŞ VE BOŞANMAMIŞ ERGENLERDE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK, BENLİK SAYGISI VE UMUTSUZLUK DÜZEYİ KARŞILAŞTIRMASI

BOZDOĞAN, Öykü Naz

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman Yrd. Doç. Dr. Ezgi ULU

Bu araştırmada boşanmış ebeveyne sahip ergenler ile ebeveyn birlikteliği devam etmekte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık, benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerine göre nasıl farklılaştığı ve aralarındaki ilişkilerin saptanması amaçlanmıştır. Bu araştırmanın evreni Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti(KKTC)’nde 2022-2023 eğitim yılında öğrenim gören ergenlik dönemindeki bireylerdir. Araştırmanın örneklemi KKTC’de öğrenim gören 12-18 yaş aralığındaki ortaokul ve lise öğrencileridir. Araştırmanın örneklemi olasılıklı örnekleme yöntemlerinden olan basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen 155’i kadın ve 245’i erkek toplam 400 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada ergenlerin kendileri ve aileleri ile ilgili verileri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile bilgiler toplanmıştır. Araştırmada Beck Umutsuzluk Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler; frekans analizi, Kolmogorov-Smirnov normal dağılım analizi, betimsel analizler, t-testi, ANOVA ve Pearson korelasyon analizi teknikleri kullanarak analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin ebeveynleri boşanmamış olan ergenlere göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri daha yüksek, benlik saygısı düzeyleri daha düşük ve umutsuzluk düzeyleri ise daha yüksek olarak saptanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular dikkate alınarak, ergenlerde psikolojik dayanıklılık, benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerinin ebeveyn boşanmasından başka risk faktörleri ile incelenerek ve daha fazla örneklem sayısı dahil edilerek yapılması önerilmektedir.

Anahtar Sözcükler: psikolojik dayanıklılık, öz saygı, umutsuzluk düzeyleri, ergenlik dönemi, boşanma.

Abstract

Comparison of Psychological Resilience, Self-esteem and Hopelessness Levels in Adolescents with and without Divorced Parents

BOZDOĞAN, Öykü Naz

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman Yrd. Doç Dr. Ezgi Ulu

In this study, it was aimed to determine how the adolescents with divorced parents and the adolescents whose parents continue to be together differ according to their psychological resilience, self-esteem and hopelessness levels and to determine the relationships between them. The population of this research is adolescents studying in the Turkish Republic of Northern Cyprus (TRNC) in the 2022-2023 academic year. The sample of the study is secondary and high school students aged 12-18, studying in the TRNC. The sample of the study consists of 400 students, 155 female and 245 male, selected by simple random sampling method, which is one of the probability sampling methods. In the study, information was collected with the personal information form developed by the researcher in order to collect data about the adolescents themselves and their families. In the study, Beck Hopelessness Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale and Adolescent Psychological Resilience Scale were used. The data obtained in the research; frequency analysis, Kolmogorov-Smirnov normal distribution analysis, descriptive analysis, t-test, ANOVA and Pearson correlation analysis techniques. According to the findings, it was determined that the psychological resilience levels of the adolescents whose parents were divorced were higher, their self-esteem levels were lower and their hopelessness levels were higher than the adolescents whose parents were not divorced. Considering the findings obtained from the study, it is suggested that psychological resilience, self-esteem and hopelessness levels in adolescents should be examined with risk factors other than parental divorce and by including larger sample size.

Keywords: psychological resilience, self-esteem, level of hopelessness, adolescence, divorce.

İçindekiler

Onay Sayfası.....	i
Etik İlkelerle Uygunluk Beyanı	ii
Teşekkür	iii
Özet	iv
Abstract.....	v
İçindekiler.....	vi
Tablolar Listesi / Şekiller Listesi	ix
Kısaltmalar	xi
BÖLÜM I.....	1
Giriş.....	1
Problem Durumu	4
Araştırmanın Amacı	6
Araştırmanın Önemi	7
Sınırlılıklar	8
Tanımlar	9
BÖLÜM II	10
Kavramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar.....	10
Ergenlik Dönemi	10
Ergenliğin Tanımı ve Gelişimi	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
Ergenlik Dönemi Gelişimleri	12
Boşanma Kavramı ve Boşanmanın Olumsuz Etkileri	16
Ergenler ve Ebeveyn Boşanması.....	17
Psikolojik Dayanıklılık.....	18
Dayanıklılık Kavramı	18
Psikolojik Dayanıklılık Kavramı	19
Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler	20
Ailenin Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkisi	24
Benlik Saygısı (Öz Saygı) Kavramı.....	25
Benlik Saygısının Tanımı	25
Benlik Saygısı Bileşenleri.....	27
Yüksek Benlik Saygısının Olumlu Etkileri	28
Düşük Benlik Saygısının Olumsuz Etkileri	29
Boşanma Sonrası Ebeveyn Çatışması ve Ergenlerin Benlik Saygısı	29
Umutsuzluk.....	31
Umutsuzluk ve İlgili Kavramlar	31

Umutsuzluk ve Ergenlik Dönemi	32
Umutsuzluk ile ilgili Kuramsal Açıklamalar	32
Beck Umutsuzluk Kuramı - Bilişsel Yaklaşım	32
Abramson'un Umutsuzluk Kuramı.....	33
Psikanalitik Kurama Göre Umutsuzluk	34
Umutsuzluk Kavramının Bileşenleri.....	34
İlgili Araştırmalar	36
BÖLÜM III.....	42
Yöntem.....	42
Araştırmanın Modeli.....	42
Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	42
Veri Toplama Araçları	43
Sosyo-demografik bilgi formu	43
Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (EPDÖ)	44
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)	45
Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)	45
Verilerin Analizi ve Yorumlanması	46
Çalışma Planı ve Süresi	49
BÖLÜM IV.....	52
Bulgular ve Yorumlar.....	52
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği, Umutsuzluk Ölçeğinin Ebeveyni Boşanmış ve Birlikte Olan Ergenlere Göre İncelenmesi.....	52
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği ve Umutsuzluk Ölçeğinin Demografik Özellikler ile İlişkisinin İncelenmesi.....	53
Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi.....	53
Benlik Saygısı Ölçeğinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi.....	56
Umutsuzluk Ölçeğinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi.....	59
BÖLÜM V.....	62
Tartışma.....	62
BÖLÜM VI.....	70
Sonuç ve Öneriler.....	70
Sonuç.....	70
Öneriler.....	73
Araştırma Sonuçlarının Yönelik Öneriler.....	73
İleride Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler.....	74

Kaynakça	76
Ekler	119
Ek 1. Ölçek İzinleri	119
Ek 2. Milli Eğitim Bakanlıkı İzin Yazısı	122
Ek 3. Bilgilendirme Formu	124
Ek 4. Aydınlatılmış Onam Formu	125
Ek 5. Sosyo-Demografik Bilgi Formu	126
Ek 6. Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	127
Ek 7. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	128
Ek 8. Beck Umutsuzluk Ölçeği	130
Ek 9. İntihal Raporu	132
Özgeçmiş	136

Tablolar Listesi

Tablo 1. Örneklem Özellikleri.....	42
Tablo 2. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler..	47
Tablo 3. Benlik Saygısı Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.....	48
Tablo 4. Umutsuzluk Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.....	49
Tablo 5. Araştırmanın Çalışma Planı ve Süreci.....	50
Tablo 6. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları.....	52
Tablo 7. Benlik Saygısı Ölçeğinin Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları.....	52
Tablo 8. Umutsuzluk Ölçeğinin Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları.....	53
Tablo 9. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları	53
Tablo 10. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Eğitim Düzeyine Göre T Testi Sonuçları.....	54
Tablo 11. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Kiminle Yaşadığına Göre ANOVA Sonuçları.....	55
Tablo 12. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Ebeveyn ile Görüşme Sıklığına Göre ANOVA Sonuçları.....	56
Tablo 13. Benlik Saygısı Ölçeğinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları.....	56
Tablo 14. Benlik Saygısı Ölçeğinin Eğitim Düzeyine Göre T Testi Sonuçları	57
Tablo 15. Benlik Saygısı Ölçeğinin Kiminle Yaşadığına Göre ANOVA Sonuçları.....	58
Tablo 16. Benlik Saygısı Ölçeğinin Ebeveyn ile Görüşme Sıklığına Göre ANOVA Sonuçları.....	58
Tablo 17. Umutsuzluk Ölçeğinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları.....	59
Tablo 18. Umutsuzluk Ölçeğinin Eğitim Düzeyine Göre T Testi Sonuçları..	59
Tablo 19. Umutsuzluk Ölçeğinin Kiminle Yaşadığına Göre ANOVA Sonuçları.....	60
Tablo 20. Umutsuzluk Ölçeğinin Ebeveyn ile Görüşme Sıklığına Göre ANOVA Sonuçları.....	61

Şekiller Listesi

<i>Şekil 1. KKTC 2018-2019-2020 Boşanma Verileri.....</i>	6
---	----------



Kısaltmalar

KKTC:	Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
BUÖ:	Beck Umutsuzluk Ölçeği
RBSÖ:	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
EPDÖ:	Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği
DSÖ:	Dünya Sağlık Örgütü



BÖLÜM I

Giriş

İnsan toplumunda aile ; akrabalık (tanınmış doğum yoluyla) veya yakınlık (evlilik veya başka bir ilişki yoluyla) ile ilişkili bir grup insana verilen genel isimdir. Ailenin amacı, üyelerinin ve toplumun refahını korumaktır. İdeal olarak aileler, üyeler olgunlaştıkça ve topluluğa katılmayı öğrendikçe öngörülebilirlik, yapı ve güvenlik sunarlar(Collins ve diğerleri, 2010). Çoğu insan toplumunda aile, bağlanmanın, beslenmenin ve sosyalleşmenin birincil yeridir(Nazlı, 2000). Bu nedenle aile ortamı psikososyal gelişimin yaşandığı en önemli ortamı oluşturmaktadır. Çocuğun, aile ortamında gördüğü sağlıklı iletişim ve etkileşim ile özgüven seviyesi, kendisini ve çevresini nasıl görüp algıladığı, benlik (kimlik oluşumu) ve kişilik yapısını sağlıklı oluşturması ve tamamlamasını, topluma nasıl uyum sağlayacağını ve psiko sosyal becerilerini etkilemektedir(Bozgeyikli ve Herdem, 2013).

Aile içerisinde bulunan her bireyin birbirlerinin sevgi ve ilgisine ihtiyacı vardır. Özellikle çocuklar ek olarak ebeveynlerinin zamanına, korumasına ve güven vermesine ihtiyaç duymaktadır. Çocukların gelişimi açısından oldukça önemli bir yere sahip olan ergenlik dönemi bu ihtiyaçlar açısından daha hassas bir zamanı oluşturmaktadır.

Ergenlik, çocukluk ile yetişkinlik arasındaki fiziksel, bilişsel ve sosyal olgunlaşma dönemini oluşturmaktadır(Lerner ve Steinberg, 2004; Sisk ve Foster, 2004). Ergenlik başlangıcı dürtüler, motivasyonlar, psikoloji ve sosyal yaşamdaki derin değişikliklerle de ilişkilidir; bu değişiklikler ergenlik boyunca devam eder. Bu nedenle ergenlik, belirli sağlık ve gelişim ihtiyaçları olan bir yaşam dönemidir(WHO, 2011). Aynı zamanda bilgi ve becerileri geliştirmenin, duyguları ve ilişkileri yönetmeyi öğrenmenin ve ergenlik yıllarından zevk almak ve yetişkin rollerini üstlenmek için önemli olacak nitelikler ve yetenekler edinme zamanıdır(Lloyd, 2005; Fares, 2007).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), ergenleri 10 ila 19 yaş arasındaki kişiler olarak tanımlamaktadır. Bu nedenle, ergenlerin büyük çoğunluğu, Çocuk Haklarına Dair Sözleşme tarafından kabul edilen yaşa dayalı “çocuk” tanımına 18 yaşın altındaki bir kişi olarak dahil edilmektedir. Ergenlik dönemi bazı kaynaklara göre de 12-18 yaş

arasını kapsamaktadır(Spear,2000). Ergenlik döneminin yaş aralığı ülkeler arası farklılık gösterebilmektedir. Diğer araştırmacılar tarafından belirlenen ergenlik dönemi başlangıç yaşı 11-13 olarak değişebilmekte ve bitiş yaş aralığı ise 17-24 olarak uzayabilmektedir(Yavuzer, 2005; Çelen, 2007; Steinberg, 2007).

UNESCO'nun ergenlik dönemi yaş aralığı 15-25 arasında, Birleşmiş Milletleri(BM)'n belirlediği yaş aralığı ise 12-25 olarak kabul edilmektedir(Koç, 2004).Türk toplumunda ise 18 yaş bir çok farklı sorumlulukları barındıran bir yaş olduğu için yetişkinliğe giriş ve ergenlik döneminin bitiş zamanı olarak kabul edilmektedir(Kağıtçıbaşı, 2007).

Ergenlik dönemi bireyde psikolojik, fizyolojik ve zihinsel bir çok değişimlerin yaşandığı bir zaman dilimini kapsamaktadır. Değişimlerin oldukça yoğun yaşandığı ergenlik döneminde birey bu değişimlerle başa çıkmaya çalışmaktadır. Bu yüzden bireyin gelişimi açısından oldukça önemli bir süreçtir(Patterson ve Mccubbin, 1987). Ergenlik dönemi aynı zamanda bireylerin kendilik(öz) kavramlarının oluşmaya başladığı zihinsel gelişimlerin yaşandığı oldukça önemli bir dönem olarak kabul edilmektedir. Ergenlik dönemindeki bireyin ailesinden bağımsızlaşarak kendi kişiliğini ve kimliğini geliştirmeye çalıştığı bu geçiş döneminde dağılmamış ve sağlıklı aile işlevlerine sahip olması bireyin psikolojik sağlığını, kendisine bakış açısını ve davranışlarını oldukça fazla etkilemektedir(Kaya ve Eroğul, 2013). Anne ve baba bireyin kişiliğinin gelişiminde oldukça etkili ve önemli bir yere sahiptir(Yavuzer, 2004).

Bir çok toplumda çocukları olan evli çiftlerde birliktelikleri sırasında çözemedikleri sorunlar ve tartışmalar sebebiyle ayrılma kararı alabilmektedirler. Bu kararın sonucunda sadece ayrılan çiftler değil, çocukları da durumdan oldukça etkilenmektedir(Arslan ve Demirli, 2017). Çocukların boşanmaya tepkileri aile düzeyi ve özelliklerine, çatışma düzeyine, cinsiyete, bireysel mizaca, ebeveynlerin duygusal tepkilerine ve ergenin her bir ebeveyn ile geçirdiği zamana göre değişmektedir (Brooks, 2011).

Boşanma bütün aile üyeleri için duygusal bir kaos yaratır, fakat bu durum çocuklar açısından daha dehşet verici, şaşırtıcı ve bunaltıcı olabilmektedir. Bu nedenle ebeveynlerin boşanması çocuklar için oldukça zor ve gelişimlerini bir çok anlamda etkileyecek değişiklikleri barındıran bir aile içi duygusal kayıp durumu olmaktadır(Öngider, 2011; Özhan, 1993). Özellikle ergenlik dönemindeki bireylere olan etkisi daha fazla olmaktadır(Hetherington ve diğerleri, 1989).

Ebeveynleri boşanmış olan ergenlik dönemindeki bireylerin ebeveynleri boşanmamış olan bireylere göre daha çok sorun yaşadığı yapılan diğer araştırmalarda bulunmuştur. Ebeveynleri boşanmamış çocukların sosyal hayatlarında daha mutlu ve özgüvenli oldukları saptanmıştır(Akyol, 2013). Buna ek olarak ebeveynleri boşanmış ergenlik dönemindeki bireylere göre yaşam doyumları (yaşamı pozitif değerlendirmeleri) daha yüksek ve daha sosyal oldukları bulunmuştur(Çakmak ve diğerleri, 2018).

Ebeveynleri boşanmış ergenlik dönemindeki bireylerin olumsuz yönde etkilenmesinin temel sebeplerinden biri bireyin ebeveynleri ile kurmuş olduğu bağın ve iletişimin niteliğinin boşanmadan olumsuz yönde etkilenmesidir(Steinberg, 2007). Evin içerisindeki rutinin bozulması, her iki ebeveyn tarafından da sevileceklerine ve terkedilmeyeceklerine dair güvenceye ihtiyaç duyan çocuklar için oldukça zor bir sürece sebep olmaktadır. Bununla birlikte yapılan araştırmalar ebeveynleri boşanmış olan ergenlik dönemindeki bireylerin kaygılarının (Serin ve Öztürk, 2007), durumluk ve sürekli kaygılarının (Öngider, 2011) daha yüksek olduğunu göstermektedir(Geleceğe yönelik karamsarlık tutumları). Aynı zamanda yapılan araştırmalar ebeveynleri boşanmış olan ergenlik dönemindeki bireylerin benlik saygılarının da daha düşük olduğunu bulmuştur(Serin ve Öztürk, 2007; Çelikoğlu, 1997; Bynum ve Durm, 1996). Benlik kavramı, kişinin kendi davranışlarını, yeteneklerini, benzersiz özelliklerini ve kendisini nasıl algıladığı, geleceği ile ilgili hedeflerinin neler olduğu ve “ben kimim?” sorusunun cevabını içeren bir kavramdır(Türe, 2010). Benlik saygısı oluşumu ergenlik döneminde bireyin ve çevresinin bireyi nasıl değerlendirdiği ile doğru orantılıdır(Erim, 2001). Bunun sebebi literatür araştırma bilgilerine göre benlik kavramı ergenlik döneminde oluşmaya başlamaktadır, bu yüzden ebeveynleri boşanmış ergenlik dönemindeki bireylerin düşük benlik saygısı geliştirmeleri beklenmektedir(Meriç, 2007). Bununla birlikte daha önceden ebeveynleri boşanmış ergenlik dönemindeki bireyler üzerinde yapılmış olan bazı araştırmaların ortaya çıkardığı önemli sonuçlar arasında güçlü aile iletişiminin bulunması ve bireylerin kendilik algısının kendini toparlama gücü (psikolojik dayanıklılık) gelişim sürecinde önemli bir koruyucu etki yaratması yer almaktadır(Greeff ve Merwe, 2004; Özcan, 2005; Önder ve Gülay, 2008).

Problem Durumu

Boşanma, evlilik birliğinin sona ermesi anlamına gelmektedir. Son yıllarda boşanma tüm dünyada giderek yaygınlaşan bir olgu haline geldiği görülmektedir. Toplumda bazı evliliklerin etkisiz hale gelmesinin ve evlilik kurumunun çökmesine yol açmasının çeşitli nedenleri vardır. Bu konu hakkında yapılan bazı araştırmalara göre başlıca sebepler arasında en çok çiftler arasında iletişim probleminin bulunması, bu iletişim problemlerinden dolayı anlaşmazlıkların daha fazla olması, sadakatsizlik ve çitlerin değişim arayışı olarak bulunmuştur(Keskin, 2013).

Boşanma tüm aile açısından bir çok değişikliğe neden olan zorlu bir süreçtir. Fakat bu durumdan en çok etkilenenler çiftin çocukları olmaktadır. Boşanma ile ilgili etkiler, hem kısa hem de uzun vadede çiftin çocuklarını etkilemektedir. Çocuklar üzerindeki etkileri akademik, davranışsal ve psikolojik sorunları içerebilmektedir. Araştırmalar, ebeveynleri boşanmış çocukların, boşanmamış olan çocuklara göre bu tür sorunlu davranışlarda bulunma olasılıklarının daha fazla olduğunu göstermektedir (Anderson, 2014).

Boşanma sonrası aile ve çocuklar ile ebeveynler arasındaki ilişki kalıcı olarak zayıflamaktadır(Amato ve Sobolewski, 2001). Boşanma, ilgili herkese, özellikle de çocuklara onarılamaz zararlar verebilmektedir. Bazı bireysel durumlarda bazı bireylere fayda sağladığı gösterilebilse de, her şeyden önce bireyin yaşam kalitesinde geçici bir düşüşe neden olmaktadır ve bazı bireylerin asla tam olarak iyileşemeyecekleri bir yörüngeye girmelerine sebep olmaktadır(Amato, 2000). Ebeveynler birbirinden boşandığında çocukları ile aralarında da boşanmaya benzer bir durum yaşanmaktadır. Çünkü boşanmanın birincil etkisi olarak ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkide bir düşüş meydana gelmektedir(Meneghan ve Parcel,1995; Amato ve Afifi, 2006). Ellis (2000), boşanmanın basit bir olay olmadığını, bir geçiş olayı olduğunu açıklamıştır. Çocuğun gelişimi boyunca yetişkinliğe kadar meydana gelen rollerde ve aile yapısında bir dizi çoklu değişikliği başlattığını vurgulamıştır.

Ebeveynlerinin boşanmasının çocuklar üzerindeki etkisi yaş gruplarına göre farklılık gösterebilmektedir. Fakat bu durum özellikle ergenlik döneminde bulunan yaş grubunu daha çok etkilemektedir. Bunun temel nedeni, kritik bir yaş grubu olan ergenlik döneminin kapsadığı çeşitli psikolojik, bilişsel, fizyolojik ve sosyal değişimlerin yaşanmasıdır. Aynı zamanda birey aile ve çevrenin en çok desteğine ihtiyaç duyduğu bir geçiş dönemine maruz kalmaktadır(Arslan, 2009). Çocukluk döneminden yetişkinliğe geçişin yaşandığı ergenlik döneminde bireyin maruz kaldığı

değişimler sırasında çeşitli uyum zorlukları ve benlik(kimlik) karmaşası yaşanabilmektedir. Erik Erikson'un savunduğu anlayışa göre ergenlik döneminde yaşanan en önemli sorun kimlik arayışıdır. Bu yaşanan zorluklar ile baş edebilmenin, sağlıklı kimlik oluşturabilmenin ve uyum sağlayarak yetişkinliğe geçmenin ancak kişide bulunan yüksek özgüven seviyesi ve yılmazlık (psikolojik dayanıklılık) ile sağlanabileceği düşünülmektedir(Ünüvar, 2012). Yapılan diğer araştırmalara göre, ergen bireylerin yaşadığı bir çok sorunun temel nedeni aile içerisindeki düzen ve uyumun olmaması, ebeveynlerin ergen birey ile sağlıklı iletişim kuramamalarıdır(Onat, 2010) Buna ek olarak başka yapılmış olan araştırmaların saptadığına göre, sağlıklı çevre ve aile yapısının bireydeki özgüven seviyesini yükselttiği, zor durumlar ile başa çıkma davranışları üzerinde olumlu etki sağladığı, bireylerdeki özsaygı düzeylerine katkıda bulunduğu ve genel psikolojik dayanıklılık(yılmazlık seviyesi) üzerinde oldukça olumlu etkiler sağladığı belirtilmiştir(Mc Namara, 2000).

Ebeveyn boşanması yaşayan ergenler, ailelerinde meydana gelen değişikliklerden büyük ölçüde etkilenmektedirler. Çoğu durumda, çocuklar her iki ebeveynle birlikte yaşamaktadırlar, bu nedenle ebeveynlerin boşanması, başa çıkmaları gereken zorluklar ve değişiklikler getirmektedir. Ergenlik döneminde olan ergenlerin karşılaştıkları tüm bedensel değişikliklere ek olarak, boşanmanın bir sonucu olarak yalnızca velayeti alan ebeveyn ile yaşamaya başlaması gerekmektedir. Bütüncül bir ergen yetiştirmede anne ve babanın varlığının çok önemli olduğu vurgulanmaktadır. Wolfinger'e (2005) göre, ebeveynlerden birinin yokluğu, ergenin sosyal, entelektüel ve duygusal iyi oluşları açısından büyük bir tehdit oluşturmaktadır.

Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (KKTC)'nde ebeveynleri boşanmış ergenlik dönemindeki bireyler konusunda yapılan araştırmalar oldukça sınırlıdır ve yeterli düzeyde incelenmemiş bir araştırma konusudur. Özellikle ergenlik dönemindeki ebeveynleri boşanmış bireylerin psikolojik dayanıklılık ve öz saygı düzeyleri ile geleceğe yönelik karamsarlık tutumları gibi değişkenlerin araştırılmadığı göze çarpmaktadır.

KKTC'ndeki mahkemelerden elde edilen ve 2020 yılındaki faaliyet raporlarından belirlenen verilere göre boşanma oranı %88.4 olarak saptanmıştır. Boşanma oranlarının KKTC'de de oldukça fazla olduğu belirlenmiştir.

Şekil 1. KKTC 2018-2019-2020 Boşanma Verileri

Aile davalarının Mahkemelere göre dağılımı:

	2018 Yılı		2019 Yılı		2020 Yılı	
	Boşanma Davası Sayısı	Boşanma Sayısı	Boşanma Davası Sayısı	Boşanma Sayısı	Boşanma Davası Sayısı	Boşanma Sayısı
Lefkoşa	547	424	491	372	469	357
Gazimağusa	280	218	267	210	293	222
Girne	249	189	257	213	215	172
Güzelyurt	57	45	49	37	47	37
İskele	61	43	67	50	48	41
Lefke	23	18	20	15	19	12

Kaynak: 2018-2020 KKTC Mahkemeler Faaliyet Raporu

Bu bağlamda araştırma problemi; Ergenlik dönemindeki bazı bireylerdeki düşük psikolojik dayanıklılık, düşük öz saygı ve geleceğe daha karamsar bakma ile ebeveynlerinin boşanmış olması arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, ebeveyn birlikteliği devam etmekte olan ergenler ile ebeveynleri boşanmış ergenlerin, psikolojik dayanıklılık, benlik saygısı ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki farkları incelemek ve karşılaştırmaktır.

Bu çalışmada aşağıda ifade edilen soruların yanıtlanması amaçlanmıştır:

1. Ebeveynleri boşanmış ergenler ile ebeveynleri birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma var mıdır?
2. Ebeveynleri boşanmış ergenler ile ebeveynleri birlikte olan ergenlerin benlik saygı düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma var mıdır?

3. Ebeveynleri boşanmış ergenler ile ebeveynleri birlikte olan ergenlerin umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma var mıdır?
4. Ebeveynleri boşanmış ergenler ile ebeveynleri birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri demografik özelliklere göre farklılaşmakta mıdır?
5. Ebeveynleri boşanmış ergenler ile ebeveynleri birlikte olan ergenlerin benlik saygı düzeyleri demografik özelliklere göre farklılaşmakta mıdır?
6. Ebeveynleri boşanmış ergenler ile ebeveynleri birlikte olan ergenlerin umutsuzluk düzeyleri demografik özelliklere göre farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Önemi

Ebeveynler arasındaki ilişki, aile yaşamının birçok yönü ve çocuk uyumu üzerinde güçlü bir etkiye sahip olabilmektedir. Ergenlik dönemi bireyler için önemli bir gelişim dönemidir. Bu gelişim dönemi, bireylerin özellikle savunmasız olduğu bir dönem olarak görüldüğünden, ergenlik döneminde ailedeki bozulmanın etkisini incelemek önemlidir(Daniels, 1990).

Ergenlik döneminde birey bir benlik duygusu oluşturmaya başlar, akranları ve ailesiyle daha olgun ilişkiler geliştirmeye çalışır ve bağımsızlığını artırmaya çalışır(Aquilino, 1997; Daniels, 1990). Çalışmalar genel olarak boşanmanın hem kısa hem de uzun vadeli uyum üzerinde zararlı bir etkisi olabileceğini göstermiştir. Örneğin, boşanmış ailelerden gelen bireylerin, bozulmamış ailelerden gelenlerle karşılaştırıldığında, daha düşük benlik kavramına(Parish ve Wigle, 1985; Slater ve diğerleri, 1983), daha düşük yaşam doyumuna ve iyi oluşa sahip oldukları(Amato ve Booth, 1991; Furstenberg ve Teitler, 1994; Gohm ve diğerleri, 1998), ilişki güçlükleri yaşama riskinin arttığı(Amato, 1996; Feng ve diğerleri 1999; Summers ve diğerleri, 1998). ebeveynleri ve akranlarıyla daha düşük yakınlık düzeylerinin gösterdikleri(Cooney ve Kurz, 1996) saptanmıştır.

Bu araştırmanın sonuçları, ebeveyn boşanması yaşamış ergenlerin ele alınmasında rehber olarak kullanılabilecek faydalı bilgiler sağlayabilir.

Araştırma konusunun oldukça önemli olması ve çok araştırılmamış olması sebebiyle araştırma bulguları, ergenlerin sağlıklı, bütünsel insanlar olarak büyümeleri için sağlık durumunun tam olarak ele alınmasını sağlamaya yardımcı olması açısından önemli bilgiler sunabilir. Aynı zamanda bu bilgiler, boşanmış veya boşanmak üzere olan ebeveynlere, ergenlerin okullarına ve öğretmenlerine, psikolojik ve evlilik danışmanlarına, mahkemelerde boşanma davasıyla görevli hakimlere, ergenlik çağındaki çocukları olan boşanmakta olan ebeveynler ile iletişim halinde olmak zorunda olan kuruluşlara ve bu araştırma konusu hakkında farklı ya da aynı değişkenler üzerinde daha kapsamlı araştırma yapacak olan araştırmacılara, eğitimcilere fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıkları şu şekilde sıralanabilir;

- Araştırma değişkenin etkisi katılımcılara uygulanan Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği(RBSÖ) ve Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği(EPDÖ) üzerinden değerlendirilmiştir. Bu nedenle bu ölçekler üzerinden katılımcıların verdikleri yanıtlar ile sınırlıdır.
- Araştırmanın evreni Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyetinde öğrenim gören 12-18 yaş aralığındaki ergenlik dönemindeki bireylerdir. Araştırmanın örneklemini KKTC de öğrenim gören 12-18 yaş aralığındaki ortaokul ve lise öğrenciler ile sınırlıdır.
- Araştırmanın örneklemini ergenlik dönemindeki (12-18 yaş aralığındaki) ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış ortaokul ve lise öğrencilerinden oluşmaktadır. 200 ebeveyni boşanmış ve 200 ebeveyni boşanmamış gönüllü katılımcılar ile sınırlı tutulmuştur.
- Araştırma KKTC’de Lefkoşa ili içerisinde öğrenim gören 12-18 yaş arasındaki ortaokul ve lise öğrencileriyle yapılmıştır. Bu nedenle araştırmadan elde edilen bulgu ve veriler sadece bu örneklem grubu ile aynı özelliklere sahip bireylere genellenebilmesi ile sınırlıdır.

Tanımlar

Umutsuzluk: Umutsuzluk, büyük ölçüde kişinin kontrolünün ötesinde olan istenmeyen durumların veya sonuçların beklentisinin algısal deneyimi olarak kavramsallaştırılmıştır(Beck ve diğerleri, 1974).

Benlik Saygısı: Bu alanın öncülerinden biri olan Rosenberg (1965), benlik saygısının, bireyin benliğe yönelik genel bir olumlu değerlendirmesi olduğunu ifade etmiştir.

Psikolojik Dayanıklılık: Dayanıklılık, özellikle zihinsel, duygusal ve davranışsal esneklik ve dış ve iç taleplere uyum yoluyla zorlu yaşam deneyimlerine başarılı bir şekilde uyum sağlama süreci ve sonucu olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik dayanıklılık, olumsuz stresörler karşısında işleyen koruyucu bir mekanizma olarak kabul edilmektedir(Masten, 2001; Bonanno, 2004).



BÖLÜM II

Kavramsal Çerçeve Ve İlgili Araştırmalar

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın kavramsal açıklamalarına, tanımlamalarına ve konu ile ilgili literatür taramasına yer verilmiştir. Buna ek olarak ergenlik dönemindeki bireylerin ebeveynlerinin boşanmasının ortaya çıkardığı etkiler üzerine yapılmış araştırmalara ve sonuçlarına , psikolojik dayanıklılık(yılmazlık), benlik saygısı (öz saygı) ve umutsuzluk değişkenlerinin kurumsal olarak incelemesine ve bu konularla ilgili daha önceden yapılmış olan çalışma, araştırma ve bulgulara yer verilmiştir.

Ergenlik Dönemi

Ergenliğin Tanımı ve Gelişimi

Ergenlik, ergenliğin başlangıcından yasal yetişkinliğe kadar olan bir aşamaya verilen isimdir. Bu gelişim aşaması, çocukluk ve yetişkinlik arasındaki büyümenin geçiş aşaması olarak kabul edilmektedir. Bu gelişim aşaması için yıllar 12-18 yıldır, ancak daha erken başlayıp daha sonra da bitebilmektedir. Bu yaş aralığı ergenlik başlangıcından(belirli hormonal değişiklikler) vasi bağımsızlığına (birçok ülkede yetişkinliğin yasal tanımına) kadar geçen süreye karşılık gelmektedir(Dahl, 2004). Bu dönemde, ergenin asıl zorluğu, sosyal ağları genişledikçe, yeni duygusal yoğunluk düzeyleri deneyimledikçe, yeni entelektüel yetenekler ve sosyal beceriler geliştirirken bu aşamadaki heyecanların tadını çıkarırken anlamlı bir benlik duygusu geliştirmeye çabalamasıdır. Newman ve Newman'a (2015) göre, ergenin aile, arkadaşlar, toplum ve kültürle olan karşılıklı dayanışmalarının yeni bir değerlendirme kazanmasına yardımcı olmak için bu yaşam gelişimi döneminde destekleyici bir ortam önemlidir.

Ergenlik dönemi, fiziksel değişiklikler, bilişsel gelişim, ruhsal ve duygusal büyüme, yeni bulunan cinsel ilgilerin yanı sıra artan akran ve sosyal ilişkiler ile karakterize bir dönemi oluşturmaktadır(Newman ve Newman, 2015). Bedende ve

bireyin dünya ile ilişki kurma biçiminde bazı büyük değişiklikler içeren bir dönem olarak kabul edilmektedir(Allen ve Waterman, 2019).

Dr. Allen ve Dr. Waterman'a göre de Ergenliğin birkaç farklı evresi bulunmaktadır. Bu evreler; erken, orta ve geç ergenlik evreleri olarak adlandırılmaktadır.

Erken Ergenlik : Ergenliğin erken döneminde, ergenlik ve fiziksel değişiklikler meydana gelmeye başlamaktadır. Bu aşama 10 yaşından 13 yaşına kadar sürer ancak çocuğa göre de değişebilmektedir (Allen ve Waterman, 2019). Bu aşamada meydana gelen önemli değişikliklerden bazıları şunlardır; adet görme, cinsel kimlik, kaygı, stres ve ilişki değerlerinde artış. Bu, büyük değişikliklerin çoğunluğu olmasına rağmen, daha küçük olan bazı başka değişiklikler de meydana gelmektedir.

Orta Ergenlik (Ergenlik): Orta ergenlik 14-17 yaş aralığında gerçekleşmektedir, ancak çocuğa bağlı olarak da değişebilmektedir. Orta ergenlik döneminde, ergenlikten itibaren fiziksel değişiklikler devam eder, gençler romantik ve cinsel ilişkilere ilgi duymaya başlamaktadırlar, daha fazla bağımsızlık için mücadele ederken ebeveynleriyle daha fazla tartışmaya girerler ve beyin olgunlaşmaya başlamaktadır(Allen ve Waterman, 2019).Değişikliklerin çoğunun gerçekleştiği yer orta ergenlik dönemi olmaktadır.

Geç Ergenlik(Geç Yetişkin): Ergenlik geçişinin son aşaması, çoğu Amerikan eyaletinde ve uluslararası olarak kabul edilen yaş olan 18 yaşında başlamaktadır(UNICEF, 2015). Ergen 18 yaşına geldiğinde ergenliğin son aşamasına ulaşmaktadır. Ergen bu aşamada, tam fiziksel gelişimini tamamlamış ve tam yetişkin boylarına kadar büyümüş olmaktadır. Bireyde daha fazla dürtü kontrolüne sahip olma ve risklerini daha doğru ölçebilme yetisi oluşmaktadır. Kendi değerleri ve ilişkileri konusunda daha iyi bir anlayışa sahip olmaya başlamaktadırlar(Allen ve Waterman, 2019).

Ergenlik Dönemi Gelişimleri

Ergenlik dönemi sırasında bireyde görülen bilişsel ve sosyal gelişimler ve bu gelişimleri ele alan teoriler bu bölümde açıklanacaktır.

Bilişsel Gelişim: Ergenlik dönemi, hızlı bilişsel gelişim için bir zaman aralığı olarak kabul edilmektedir(Handler, 2007). Piaget, ergenlik dönemini, kişinin düşüncelerinin daha soyut olmaya başladığı ve egosantrik (benmerkezci) düşüncelerin daha azaldığı, daha geniş bir bakış açısı ile düşünmeye başladığı ve akıl yürüttüğü yaşam evresi olarak tanımlamaktadır(Piaget ve Inhelder, 2000). Davranışsal ve fMRI çalışmalarının bir kombinasyonu, yürütücü işlevlerin, genellikle prefrontal korteks ile ilişkili olan düşünce ve davranışların kontrolünü ve koordinasyonunu sağlayan bilişsel becerilerin gelişimini göstermiştir(Choudhury ve diğerleri, 2006). Bu yaşam evresinde oluşturulan düşünce, fikir ve kavramlar bireyin gelecek hayatlarını etkilemektedir. Bireyin karakter ve kişilik oluşum ve gelişimindeki rolü oldukça önemli ve büyük olmaktadır(Pedersen, 1961).

Bilişsel Yetenekteki Gelişmeler: 15 yaşında bireyin temel düşünme becerileri yetişkinler ile karşılaştırılabilir duruma gelmektedir. Ergenlik dönemindeki bilişsel yetenekteki gelişmeler beş alanda gerçekleşmektedir;

- **Dikkat:** Bir uyarana odaklanırken diğerini ayarlarken seçici dikkatte gelişmeler görülmektedir. Bölünmüş dikkat, aynı anda iki veya daha fazla uyarana dikkat etme yeteneği de gelişmektedir(Higgins ve Turnure, 1984; Schiff ve Knopf, 1985).
- **Bellek:** Hem çalışan bellekte hem de uzun süreli bellekte gelişmeler görülmektedir(Keating, 2004).
- **İşlem hızı:** Ergenler çocuklardan daha hızlı düşünebilmektedirler. İşleme hızı, beş yaş ile orta ergenlik arasında keskin bir şekilde artmaktadır; daha sonra 15 yaşında dengelenmeye başlar ve geç ergenlik ile yetişkinlik arasında değişiklik göstermez seviyeye gelmektedir(Kali ve Ferrer, 2007).

- **Organizasyon:** Ergenler kendi düşünce süreçlerinin daha farkındadırlar ve daha verimli düşünmek için anımsatıcı aygıtları ve diğer stratejileri kullanabilmektedirler(Brown, 1975).
- **Üst biliş:** Kendi düşünme kalıplarına ilişkin gelişmiş bilgi, öz kontrolü ve sosyal içgörüyü artırmaktadır(Brown, 1978; Flavell, 1979).

Sosyal Gelişim: Sosyal gelişmeler ergenlik döneminde beş alanda gerçekleşmektedir;

- **Kimlik Geliştirme:** Kimlik gelişimi, ergen yaşam döngüsünün bir aşamasını oluşturmaktadır(Kroger, 1996). Çoğu birey için kimlik arayışı ergenlik döneminde başlamaktadır. Ergenlik dönemini kapsayan yıllarda bireyler, kim olduklarını anlamak amacıyla farklı davranışlarda bulunmaya ve farklı görünümüler denemeye daha yatkın olmaktadır(Strasburger ve diğerleri, 2014). Ergenlerin kimlik arayışları sırasında kendilerine en uyumlu olanı belirlemek amacıyla bir çok kimlik arasında geçişler yapmaları muhtemel olarak görülmektedir. Ergenlik yılları birey için kimlik geliştirme ve sürdürme, aile içi ilişkileri, çevre ve sosyal konum gibi farklı birçok faktörden dolayı zorlu bir süreç olmaktadır(Kroger, 1996). Kimlik gelişiminin iki ana yönü bulunmaktadır. Bu iki ana yön; öz netlik ve öz saygıdır(Strasburger vd., 2014). Ergenlik döneminde verilen kararlar bireyin gelecekteki hayatını etkileyebileceğinden, ergenliğin ortalarında yüksek düzeyde öz farkındalık ve öz kontrol, yetişkinlik dönemine geçiş sırasında daha iyi seçimlere neden olacağı saptanmıştır(Arain ve diğerleri, 2013).
- **Benlik Kavramı:** Bireyin kendinden emin ve kararlı bir şekilde tanımlanmış görüş ve inanışa sahip olma becerisidir(Valkenburg ve Peter, 2011).Ergenliğin başlarında, bilişsel gelişmeler daha fazla öz farkındalık, başkaları ve ergenlik dönemindeki bireylerin kendi düşünceleri ve yargıları hakkında daha fazla farkındalık, soyut, gelecekteki olasılıklar hakkında düşünme yeteneği ve aynı anda birçok ihtimali göz önünde bulundurma becerisi ile sonuçlanmaktadır. Bundan dolayı, ergenler, tipik çocuklara özgü basit, somut ve genel benlik tanımlamalarından önemli bir değişim yaşamaktadırlar; bireyler kendilerini tanımlarken çocukken fiziksel

özelliklere göre, ergenlik döneminde ise değer yargılarına, bireysel düşüncelerine ve görüşlerine göre tanımlamaktadırlar(Carlson, 2010). Ergenler, olabilecekleri çoklu olası benlikleri(Markus ve Nurius, 1986) ve kararlarının uzun süreli ihtimallerini ve sonuçlarını kavramsallaştırabilmektedirler(Nurmi, 2004). Bu ihtimalleri araştırmak, ergen nitelikleri ve davranışları seçip reddettikçe, gerçek benliği ideal benliğe (ergen kim olmak istiyor) ve korkulan benlikten uzağa (ergen kim olmak istemiyor) yönlendirmeye çalışırken benlik sunumunda ani değişikliklere neden olabilmektedir. Birçokları için bu ayrımlar rahatsız edici olmaktadır, ancak bununla birlikte idealle istikrarlı ve korkulan olası benliklerden farklı davranışlar yoluyla başarıyı motive ediyor olduğuda görülmektedir(Markus ve Nurius, 1986; Oyserman ve Markus, 1990). Benlik kavramında "farklılaşma" adı verilen diğer ayrımlar, ergenin kendi davranışları ve başkalarının algıları üzerindeki bağlamsal etkileri fark etmesi ve kendilerini tanımlamaları istendiğinde özelliklerini nitelendirmeye başlamasıyla ortaya çıkmaktadır(Harter, 1999). Farklılaşma, ergenliğin ortalarında tamamen gelişmiş görünmektedir(Marsh, 1989). 7-9. sınıflarda doruğa çıkan ergenlerin kendilerini tanımlamak için kullandıkları kişilik özellikleri belirli bağlamlara atıfta bulunur ve bundan dolayı birbiriyle çelişebilmektedir. Benlik kavramındaki istikrarsız içeriğin tanınması(bilişsel uyumsuzluk) bu yaş aralığında sık görülen bir sıkıntı kaynağı olabilmektedir(Harter ve Monsour, 1992).

- **Kimlik Duygusu :** Ergenlerde benmerkezcilik, akran gruplarında önemli hissetmek ve sosyal kabulden zevk almak için bilinçli bir istek oluşturmaktadır(Carlson ve Heth, 2010). Benlik kavramının çatışan yönlerinden farklı olarak, kimlik, koşullar karşısında ve geçmiş deneyimleri ve gelecekteki hedefleri içeren tutarlı bir benlik duygusunu temsil etmektedir. Her bireyin bir benlik kavramı vardır, Erik Erikson ise herkesin tam olarak kimliğe ulaşamayacağını savunmuştur. Erikson'un gelişim aşamaları teorisi, ergenlerin inançlarına bağlanmadan önce farklı olasılıkları keşfetmeleri ve kendilerinin farklı kısımlarını bütünleştirmeleri gereken kimlik krizini içermektedir. Bu sürecin çözümünü bir "kimlik kazanımı" aşaması olarak nitelendirmiştir. Buna ek olarak kimlik sorununun "zamanın bir noktasında

hiçbir zaman tam olarak çözülmediğini" de vurgulamıştır(Steinberg,2008). Yapılan araştırmalar, kendi kendine incelemenin erken ergenlik döneminde başladığını, fakat kimlik başarısının nadir olarak 18 yaşından önce gerçekleştiğini ortaya koymaktadır (Marcia, 1980). Üniversitenin ilk yılı, kimlik gelişimi açısından oldukça önemlidir fakat önceki bağlılıkların yeniden incelenmesini ve çözümü teşvik etmeden alternatif olasılıkların daha fazla araştırılmasını teşvik ederek psikososyal moratoryumu gerçekten uzatabilmektedir (Montemayor ve diğerleri, 1985). Çoğunlukla, kanıtlar Erikson'un aşamalarını destekler niteliktedir; her biri, başlangıçta tahmin ettiği kişilik özellikleriyle ilişkili olmaktadır. Çalışmalar da aşamaların geçiciliğini doğrulamaktadır; kimlik geliştirmede nihai bir son nokta bulunmamaktadır (Steinberg, 2008).

- **Çevre ve Kimlik:** Ergen bireyin bulunduğu çevre, kimlik geliştirme sürecinde etkili olmaktadır. Ergenin kimliğinin oluşumu, yaşamlarında çok önemli bir zaman olmaktadır. Aile üyeleri, arkadaşlar, sosyo-ekonomik düzey gibi pek çok faktör ergenin sosyal kimliğinin gelişmesine katkıda bulunmaktadır(Balkaya, 2005). Tüm bu faktörler, bir ergenin büyüdüğü ortamdan etkilenmektedir. Ergenlik, gelişim sürecinde hassas bir dönemdir ve o dönemde yanlış şeylere maruz kalmak, gelecekteki kararlar üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilmektedir(APA).
- **Benlik Saygısı:** Bireyin benlik kavramı ve kimliği ile ilgili düşünceleri ve duygularıdır(Marmot, 2003). Genellikle benlik saygısı hakkında geliştirilmiş olan teorilerde hem kadının hem de erkeğin tüm yaşlarda, benlik saygısını sürdürebilmek, koruyabilmek ve geliştirebilmek için büyük bir isteğin var olduğunu belirtmektedir(Valkenburg ve Peter, 2011). Benlik saygısı, benlik bilincinin temel bir bileşenidir. Ruh sağlığı ve yaşam hedeflerinin tanımlanması ile ilgili olması nedeniyle ergen bireyin gelişiminde önemli bir yer tutmaktadır(Dunham ve diğerleri, 2007)

Boşanma Kavramı ve Boşanmanın Olumsuz Etkileri

Boşanma, evliliğin yasal olarak sona ermesi durumudur(Yalın, 2017). Boşanma ailenin alışık olduğu durumu değiştiren en önemli unsurlardan biridir. Bu durum, mevcut gidişatın tam tersi bir olay olduğu için aile içindeki herkesin etkilenmesine sebep olmaktadır. Boşanmadan dolayı aile üyelerinden en çok etkilenenlerin başında çocuklar gelmektedir(Türkarslan, 2007).

Ebeveyn boşanması, çocukların anne, baba ve çocuklardan oluşan aile birimini kaybetmesi ile bağlantılıdır. Çocukların büyürken en çok etkilendiği bireyler kendi ebeveynleri olmaktadır. Ebeveynlerinin boşanması aile parçalanmasına neden olduğundan aile içerisindeki ebeveyn ve çocuk ilişkisinde değişiklikler meydana gelmektedir. Bu değişiklikler çocuklar üzerinde oldukça olumsuz etkilere neden olmaktadır(Aral ve Başar, 1998). Ebeveynlerinin boşanmasından sonra anne veya babasından ayrı kalan çocuk, hayatında alışmış olduğu düzenin farklılaşması, anne babaya olan güvencede azalma, yaşam koşullarında meydana gelen bir çok değişiklikler sebebiyle boşanma sürecinden etkilenmektedir(Kahraman, 2016).

Boşanmış ebeveynlerin çocukları, duygusal ve davranışsal sorunlar (Robbers ve diğerleri, 2012) okul ve sosyal çevrelerinde problemli davranışlar gösterme (Storksken ve diğerleri, 2006) ve daha düşük okul performansı (Fergusson ve diğerleri, 1994) açısından daha büyük risk altında olmaktadır. Ayrıca daha olumsuz benlik kavramlarına, sosyal ve ekonomik zorluklara ve ebeveynleri ile sorunlu ilişkilere sahip olma eğilimindedirler(Kelly, 2000). Ebeveynlerinin boşanma nedenini kendilerinden kaynaklandığını düşünen çocuklarda suçluluk hissi oluşmaktadır. Bu suçluluk hissinden dolayı kendini değersiz hisseden kişilerde benlik saygısı düzeylerinin de düştüğü belirlenmiştir(Kasuto, 2017). Yapılan araştırmalar, benlik saygısı düzeylerinin ebeveynleri boşanmış olan çocuklarda ebeveynleri boşanmamış olan yaşlıtlarına göre daha düşük olduğunu bulmuştur(Karakaya, 2018).

Bunlara ek olarak, aile parçalanmasına neden olan boşanma çocuklarda zararlı madde kullanımı gibi problemli davranışlarda artışa, sosyal hayatlarında okula ve çevrelerine karşı uyum zorluklarına, akademik başarısızlıklara, hayatlarını anlamlandırma da zorluklara ve sorunlu arkadaşlık ilişkilerine sebep olabilmektedir (Şentürk, 2006; Bilici, 2014). Ayrıca ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış olan

çocuklar ile yapılmış olan araştırmalarda,boşanmış olanların öznel iyi oluş puanları daha düşük bulunmuştur(Amato ve Keith, 1991).

Ergenler ve Ebeveyn Boşanması

Bir geçiş dönemi olarak ergenlik, kimlik arayışı, yakın ilişki ihtiyacı, bilişsel gelişim, hızlı cinsel gelişim ve aileden psikolojik olarak bağımsız olma mücadelesi sonucunda psikolojik, bilişsel ve duygusal değişimlerin yaşandığı, birey için oldukça önemli bir dönem olmaktadır(Kulaksızoğlu, 2000). Bu dönemin başlangıcı, süresi ve bitişi, bireysel olgunluk düzeyleri kadar sosyal ve kültürel etkenlere de bağlı olmaktadır(Polvan, 2000). Bireyleri sağlıklı, üretken yetişkinlere başarılı ve etkili bir şekilde yönlendirmek için, aile içi çatışmalar veya boşanma gibi uyumsuzluğa neden olabilecek gelişimsel sorunların ve yaşam olaylarının etkilerini anlamak gerekmektedir(Buchan,2003).

Araştırmalara göre ebeveynlerinin boşanmasından diğer yaş gruplarına kıyasla en çok olumsuz yönde etkilenenler ergen bireyler olmaktadır(Yörükoğlu, 2007).Bunun temel nedenlerinden biri diğer yaş gruplarına göre daha kaygılı bir yaşam döngüsünün içinde bulunuyor olmalarıdır(Yavuzer, 2009). Bu nedenle özellikle ergenlik dönemindeki bireyler için boşanma kaygı verici ve stresli bir süreç olmaktadır(Vandervalk ve diğerleri, 2004).Parçalanmış aile yapısına sahip ergenlik dönemindeki bireylerin akademik ve sosyal yeterliliğinde sorunlara ve okulu bırakma istediğinde artışa neden olduğu, ebeveynleri ile olumsuz ilişkilere, suçluluk hissinde artışa ve benlik saygısı düzeylerinde azalmaya sebep olduğu, ergen bireyi problem teşkil edecek davranışlara daha çok yönelttiği ve ergen bireylerde uyum sorunlarına sebep olduğu bulunmuştur(Barber ve Eccles, 1992; Fletcher ve diğerleri, 2004; Roche ve diğerleri, 2011; Solmeyer ve diğerleri, 2011). Araştırmalara göre ebeveynleri boşanmış bireyler okul ve sosyal çevrelerinde daha az arkadaşla sahiptirler. Buna ek olarak, sosyal etkinliklerde de daha az yer almaktadırlar. Bu nedenle boşanmış ebeveynine sahip ergenlik dönemindeki bireylerin toplum içerisinde destek kaynakları oldukça az olmaktadır(Wyman ve diğerleri, 1985). Yapılan araştırmalara göre, ebeveyn olmanın gerekliliklerini belirleyen unsurlar ve ebeveynin çocuk ile arasındaki iletişimin kalitesinin ergen bireyin ebeveyn boşanmasına karşı nasıl uyum sağlayacağını belirlediği bulunmuştur(Amato ve Sobolewski, 2001;

Hetherington ve diğerleri, 1998; Steinberg, 2013). Başka bir araştırmaya göre, ebeveynlerin boşanma sürecinde çocukları ile olan iletişimleri, ilişkileri ve tutumları ergenlik dönemindeki bireyleri etkilediği saptanmıştır(Feldman ve Wentzel, 1995). Boşanma, birçok birey için devam eden kayıplar serisinin ilki olarak kabul edilmektedir(Ellis, 2000).

Psikolojik Dayanıklılık

Dayanıklılık Kavramı

Dayanıklılık kavramı uzun yıllar boyunca araştırılmış ve üzerinde çalışılmış bir kavram olmasına karşın tanımı, kavramsallaştırılması ve ölçümü ile ilgili halen tam bir ortak görüş bulunmamaktadır(Wald ve diğerleri, 2006; Pai ve Vella, 2018). Fikir birliği sağlanmış bir dayanıklılık tanımı bulunmamasına rağmen, bütün dayanıklılık tanımlarının esasında hem olumsuzluklara hem de olumlu sonuçlara yapılan bir referanstan oluşmaktadır. Bu nedenle dayanıklılık, genel olarak, bir tür sıkıntı verici olayın üstesinden gelebilme ve böylelikle sıkıntı veren olumsuz bir olay ve duruma rağmen olumlu sonuçlar deneyimleyebilme becerisi olarak tanımlanabilmektedir(Vella ve Pai, 2019).

Dayanıklılık kişisel bir özellik olarak kabul edildiğinde, dayanıklılığın en iyi durum veya özellik olgusu olarak mı kavramsallaştırıldığı konusunda tartışmalar hala devam etmektedir(Ayed ve diğerleri, 2019; Stainton ve diğerleri, 2019). Ahern ve ark. (2008) dayanıklılığı kişisel bir özellik olarak tanımlamaktadırlar; “uyarlanabilir strese dayanıklı kişisel kalite”. Connor ve Davidson (2003) yılmazlığı kişisel bir özellik olarak tanımlarken; “kişinin zorluklar karşısında başarılı olmasını sağlayan kişisel nitelikler” olarak nitelemektedirler.

Dayanıklılık kavramı farklı araştırmacılar tarafından farklı şekillerde tanımlanmaktadır. Bu tanımlardan bazıları şunlardır;

“Sıkıntı, hayal kırıklığı ve talihsizlikten geri dönme yeteneği”(Ledesma, 2014) “Dinamik bir sistemin başarılı bir şekilde uyum sağlama kapasitesi”(Masten, 2014; Southwick ve diğerleri, 2014) "Son derece olumsuz bir olaydan sonra sağlıklı işleyişin istikrarlı bir yörüngesi" (Bonanno, 2004; Bonanno ve diğerleri, 2011)

“Sıkıntılardan, çatışmalardan, başarısızlıklardan ve hatta olumlu olaylardan, ilerlemeden ve artan sorumluluktan geri tepme veya geri sıçrama için geliştirilebilir kapasite”(Luthans, 2002).“Dayanıklılık, önemli olumsuzluklar bağlamında olumlu adaptasyonu kapsayan dinamik bir süreci ifade eder” (Luthar ve diğerleri, 2000). “Dayanıklılık, kişinin zorluklar karşısında başarılı olmasını sağlayan kişisel nitelikleri bünyesinde barındırır” (Connor ve Davidson, 2003).

“Dayanıklılık, geçici semptomlar, minimum düzeyde bozulma ve potansiyel olarak travmatik bir olaydan hemen sonra bile sağlıklı işleyişin nispeten istikrarlı bir yörüngesi ile karakterize edilir. İyileşme, potansiyel olarak travmatik olaydan sonra artan semptomlar ve bazı işlevsel bozulmalar ve ardından normal işlevsellik seviyelerine kademeli bir dönüş ile dayanıklılıktan ayırt edilir”(Bonanno vd., 2011)

Araştırmacılar dayanıklılık kavramının karmaşık olduğu konusunda hemfikir olduklarını belirtmektedirler. Bununla birlikte insanların hayatlarının bir noktasında daha dayanıklı, diğerinde daha az esnek olabilecekleri ve hayatlarının bazı yönlerinde diğerlerinden daha dayanıklı olabilecekleri konusunda fikir birliğine varmışlardır(Southwick vd., 2014).

Dayanıklılık türleri dört ana başlıkta toparlanmaktadır. Bunlar; Psikolojik dayanıklılık, duygusal dayanıklılık, fiziksel dayanıklılık ve topluluk dayanıklılığıdır(Cherry, 2022). Bu çalışmada psikolojik dayanıklılık kavramı incelenmektedir.

Psikolojik Dayanıklılık Kavramı

Psikolojik dayanıklılık kavramı İngilizceye “Resilience” ve “Hardiness” olarak çevrilmektedir. Bu kavrama karşılık gelen diğer kelimeler “Kendini toparlama gücü, psikolojik sağlamlık, psikolojik güçlülük, yılmazlık” olarak listelenmektedir (Basım ve Çetin, 2011). Akademik çalışmaları olan diğer araştırmacılar psikolojik dayanıklılık kavramına karşılık gelen diğer kelimeleri de kullanmayı tercih etmektedirler(Buz ve Genç, 2019).

Psikolojik dayanıklılık ilk olarak 1970 yılında psikolog Emmy E. Werner tarafından tanımlanmıştır(Robertson ve diğerleri, 2015). Psikolojik dayanıklılık, bireyin zihinsel olarak belirsizlik, zorluklar ve bu zorluklarla başa çıkma veya

bunlara uyum sağlama yeteneği olarak açıklanmaktadır(Terte ve Stephens, 2014). Bireylerin zorluklar ile baş etme ve stresli yaşam olaylarına uyum sağlama yeteneği, kişiden kişiye büyük farklılıklar göstermektedir ve çevresel olduğu kadar kişisel faktörlere de bağlı olmaktadır(Southwick ve Charney, 2012). Psikolojik dayanıklılık kavramı kişiye ilişkin bir özellik olarak değerlendirilmesinin yanında aynı zamanda bir süreç ve sonuç olarak da kavramsallaştırılmaktadır(Ayed vd., 2019; Zautra ve diğerleri, 2008).

Psikolojik dayanıklılık sergileyen bireyler, bir kriz sırasında sakin kalmalarını ve odaklanmalarını, sıkıntı ve kaygı dahil olmak üzere uzun vadeli olumsuz sonuçlar olmadan devam etmelerini sağlayan başa çıkma stratejileri ve becerileri geliştirmektedirler(Hurley, 2022). “Psikolojik dayanıklılık, bireylerin zorluklara tepki olarak önceki refah ve işlevsellik düzeylerini sürdürmelerine veya geri dönmelerine izin veren psikolojik süreçlerin toplamını içerir” (Zamorski, 2008). Psikolojik dayanıklılık kavramının bir çok araştırmacı tarafından yapılmış çok sayıda tanımı bulunmasına rağmen, yapılmış tanımların büyük bir kısmı iki kavram üzerinde durmaktadır. Bu kavramlar; olumsuzluk ve olumlu uyumdur. Olumlu adaptasyon veya stresli durumlara katılmasına rağmen zihinsel ve fiziksel sağlığı koruma yeteneğini ifade etmektedir(Fletcher ve Sarkar, 2013).

Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler

Psikolojik dayanıklılık kavramı risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar kavramlarının birbiri ile olan etkileşimi sonucunda ortaya çıkmaktadır(Tümlü, 2012).

Risk Faktörleri: Risk kavramı; sıkıntı, sorun, zorluk, tehlike ve felaket anlamlarını taşımaktadır(Gizir,2007). Bu kavram genel olarak kişileri tanımlamak yerine belirli grupları tanımlamak için kullanılmaktadır. Risk faktörleri, istenmeyen olumsuz bir sonuca- probleme sebep olacak veya olma olasılığını artıracak etkiler olarak tanımlanmaktadır(Kirby ve Franser, 1997). Psikolojik dayanıklılığı olumsuz yönde etkileyen durumlar olarak da açıklanmaktadır(Gizir, 2007). Risk faktörlerine özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde maruz kalmak bireyin daha ileriki gelişim dönemlerinde bir takım aksama ve problemlere sebep olabilmektedir. Bireyin gelişimindeki en zor dönemlerinden biri olan ergenlik döneminde bireyin karşı

karşıya kaldığı risk faktörlerinin sonuçlarını ergen birey gelişimi sırasındaki sağlamlığı ile azaltabilmektedir(Conger ve Conger, 2002).

Risk faktörleri üç temel kategoride toplanmaktadır. Bunlar; kişiyle ilgili (bireysel), aile ile ilgili (ailesel) ve toplumsal (çevresel)'dır. (Luther ve Zigler, 1992; Flaherty, 1992;Rutter, 2006; Coleman ve Hagell, 2007).

Kişi ile ilgili risk faktörleri, bireylerin kendilerine has özelliklerini içeren ve bireyin hayatını olumsuz olarak etkileyen faktörlerdir(Sezgin, 2016). Bireyin kendine güvensiz olması, düşük zeka seviyesine sahip olma, akademik başarısızlıklar, ruhsal veya fiziksel bir rahatsızlığının bulunması, uyuşturucu-alkol veya tütün ile olan ilişkisi ve olumsuz tutum-değer ve inançlara sahip olması bireysel risk faktörleri başlığı altında listelenebilmektedir(Öz ve Yılmaz, 2009; Sarıkaya, 2015).

Aile ile ilgili risk faktörleri, bireylerin ebeveynlerini ile olan iletişimlerini, ilişkilerini, ailevi özelliklerini içeren ve bireyin hayatını olumsuz olarak etkileyen faktörlerdir. Bireyin aile içerisinde maruz kaldığı bu olumsuz deneyimlerden bazıları; ebeveynlerin boşanması ve aile birliğinin bozulması (Grych ve Fincham, 1997; Hetherington ve Stanley-Hagan 1999; Mulholland, ve diğerleri, 1991) anne baba ve çocuk arasında sağlıklı ilişki ve etkili iletişimin kurulamaması, ebeveynlerin eğitim durumu, ebeveynlerin çocuğa yeterince zaman ayırmaması, ilgi göstermemesi, ihmal ve istismarın bulunması sayılabilmektedir(Rutter, 1987; Tümlü, 2012; Gizir, 2007; Açıkgöz, 2016). Literatür araştırmalarına göre ebeveynlerin boşanması genel olarak psikolojik dayanıklılık yönünden bir risk unsuruna neden olmaktadır (Rhodes ve Brown, 1991; Fraser ve diğerleri, 1999; Werner ve Smith, 2001; Gürkan, 2006; Kurt Ulucan, 2013).

Sosyal risk faktörleri, bireylerin içinde yaşadığı çevre ve dışsal olumsuz durumları kapsayan faktörlerdir(Sezgin, 2016). Bireysel ve ailevi risk faktörleri dışında bireyin yaşadığı toplumda bireyin bir takım riskli faktörler yaşamasına sebep olabilmektedir(Toplu, 2017). Bu risk faktörlerinden bazıları; Göç ve işsizlik, düşük sosyo- ekonomik düzey, toplumsal şiddetin

fazla olması, sağlık, eğitim ve sosyal olanakların yetersizliği, barınma ve beslenme olanaklarının sağlıksız ve yeterli düzeyde olmaması, hizmet yetersizliği, fiziksel ve cinsel şiddete fazla maruz kalma sayılabilmektedir.(Rutter, 1987; Luthar ve Zigler, 1992 ; Baldwin ve diğerleri, 1993; Mangham ve diğerleri, 1999; Gürkan, 2006; Öz ve Yılmaz, 2009; Açıkgöz,2016; Toplu, 2017).

Üç kategoriye ayrılmış olan bu risk faktörlerinin hepsi bireyin gelişimine yönelik oldukça büyük ve zararlı sorun tehdidi oluşturabilecek durumlardır((Masten, vd., 2009). Psikolojik dayanıklılıktan bahsedebilmek için bazı araştırmalar öncelikle bireyin bir takım risk ve zorlu durumlara maruz kalmaları gerektiğini savunmaktadırlar. (Masten ve Reed, 2002). Bir takım yararlı olabilecek ve mücadeleyi destekleyen sorunlara maruz kalmak bireyde ilerde yaşanabilecek olan daha büyük sorunlardan önce bazı gerekli özelliklerin geliştirilmesi açısından önemli kabul edilmektedir(Gürkan, 2006).Fakat katlanılabılır zorlukların dışında kalan risk faktörlerinin bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini oldukça olumsuz yönde etkilediği de saptanmıştır. Bu nedenle risk faktörlerinin birey üzerindeki olumsuz etkilerini azaltabilecek olan aile, toplum veya okulun bireylerin psikolojik dayanıklılığını geliştirmesine yarar sağlayan olumlu ortamlar olmalıdır(Sipahioğlu, 2008).

Koruyucu Faktörler: Bireyin katlanabileceğinden fazla sorun, problem ve risk faktörlerine maruz kalmanın etkilerini azaltan yada tamamen ortadan kaldıran ve bireyin ruhsal, duygusal ve fiziksel açıdan gelişimine yardımcı olan değişkenleri kapsamaktadır(Mangham ve diğerleri, 1999; Gerenberg, 2006; Öz ve Yılmaz, 2009) Bireyin ailesini olumlu olarak algılaması, ebeveynleri ile olan sağlıklı ilişkinin ve etkili iletişimin bulunması bireyin psikolojik sağlamlığını artıran koruyucu faktörlerden sayılmaktadır(Garmezy, 1987).

Psikolojik dayanıklılık literatüründe bireylerin sıkıntılı, zorlu ve problemli yaşam koşulları ile mücadele etmede kullandığı koruyucu faktörleri bazı araştırmacılar ikiye ayırmaktadır. Bunlar; İçsel ve dışsal koruyucu faktörlerdir(Tümlü, 2012). *İçsel koruyucu faktörler*, bireysel özellikleri kapsamaktadır. Bireyin sahip olduğu biyolojik, kalıtsal, psikolojik ve içgüdüsel özellikleri içermektedir(Sarıkaya, 2015;

Sinop, 2020). *Dışsal faktörler* ise bireyin etrafındaki çevreyi kapsamaktadır. Bu çevre bireyin ailesini ve ailesinin dışındaki kişiler ile kurulan ilişkiler olmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık literatüründe koruyucu faktörler konusunda araştırmacılar tarafından yapılmış olan bir başka sınıflandırmada ise koruyucu faktörler üçe ayrılmaktadır. Bunlar; Bireysel, ailesel ve çevresel koruyucu faktörlerdir(Çalışkan, 2020).

Bireysel koruyucu faktörler, bireyin doğuştan sahip olduğu veya daha sonradan kazandığı, hayatında maruz kaldığı sorunların ve risk faktörlerinin sebep olduğu olumsuzların etkisini azaltan kişisel özellikler olarak tanımlanmaktadır(Tanyeri, 2016). Bu koruyucu faktörler; yüksek benlik saygısı, yüksek zeka seviyesi, mizah duygusu (Vanderpol, 2002; Kararımak, 2006; Öz ve Yılmaz, 2009), özgüven (Garmezy, 1987; Kohler, 1993) ve kendisiyle ilgili olumlu düşüncelerinin ve algılayışının bulunması (Werner, 1989) olarak listelenmektedir.

Ailesel koruyucu faktörler, bireyin psikolojik dayanıklılığını koruyan, sahip olduğu aile ve ebeveynlerinin olumlu özellik ve tutumlarını kapsamaktadır(Tanyeri, 2016). Bu koruyucu faktörler; aile içi ilişkilerin güçlü, samimi, sıcak olması, aile içi birliğin bozulmamış olması, düzenli bir aile içi ortamın varlığının bulunması, her iki ebeveyninde aktif olarak rol oynaması, aile üyelerinin çocuklara karşı aktif dinleyici, koruyucu ve destekleyici tutumlarının bulunması olarak listelenmektedir(Kararımak, 2006; Öz ve Yılmaz, 2009; Tanyeri, 2016) Literatür araştırmaları ebeveynlerin bir arada bulunmalarının psikolojik dayanıklılık açısından özellikle çocuklarda koruyucu bir faktör olduğunu belirtmektedir (Coleman ve Hagell, 2007; Öz ve Yılmaz, 2009; Tümlü, 2012).

Çevresel koruyucu faktörler, bireysel ve ailesel faktörler kadar psikolojik dayanıklılığı destekleme de etkili olmaktadır(Kahvecioğlu, 2016). Bireyin içinde bulunduğu toplumu kapsayan ve bireyin deneyimlediği risk faktörlerinin etkilerini azaltan çevresel koruyucu faktörler; aile üyeleri ve ebeveynleri haricinde yetişkin bir birey ile sağlıklı, samimi ve olumlu bir

iletişimin varlığı, standartları iyi bir yerde eğitim alma, kişisel gelişimini destekleyici sosyal çevre ve arkadaş ortamına sahip olma(Masten ve Coasworth, 1998), yeterli oranda sosyal destek alabilme(Jessor, 1987), herhangi bir spor dalı ile ilgilenme olarak listelenebilmektedir(Öz ve Yılmaz, 2009; Tanyeri, 2016).

Olumlu Sonuçlar: Bireyin bulunduğu çevrede ve bu çevrenin olanak ve koşullarında kendi kişisel gelişimini uyumlu, sağlıklı ve iyi olarak devam ettirebilmesi olumlu sonuçlar olarak adlandırılmaktadır(Masten ve Coatsworth, 1998; Hernandez ve diğerleri, 2007). Psikolojik dayanıklılık bireyde gerçekleştikten sonra hissedilen mutluluk, iyi olma hali, herhangi bir psikopatolojik durumun yaşanmaması(Radke-Yarrow ve Brown, 1993),yaşa uygun aktiviteler ile ilgilenme, suç teşkil edecek davranışlarda bulunmama, sosyal etkinliklerde daha aktif rol oynama, arkadaşlık ilişkilerinin daha sağlıklı ve güçlü kurulması, toplumsal gereklilikleri yerine getirme ve kurallara uymanın daha özenli olması, yaşam doyumuna ulaşılması, akademik olarak daha başarılı olma(Masten vd., 1999) ve kendi ile barışık olması olumlu sonuçlar arasında sayılmaktadır(Luthar ve Cushing, 1999; Masten ve Reed, 2002; Gürgen, 2006; Gündüz, 2017).

Psikolojik dayanıklılık kavramı konusunda yapılan çalışmalarda hangi olumlu sonuçların belirleneceği bireyin maruz kaldığı riskin kapsamı ve çalışmanın kuram çerçevesi ile yakından ilgilidir. Bu nedenle bir araştırmada değerlendirilmiş olan olumlu unsurun diğer başka bir araştırmada olumlu sonuç olarak değerlendirilmesinin kesinliği bulunmamaktadır (Luthar ve Zelazo, 2003).

Ailenin Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkisi

Psikolojik dayanıklılık kavramının temeli bireysel özellikleri kapsıyor olsa da dış faktörlerden de oldukça etkilenmektedir. Bireyin sahip olduğu aile ortamı, ebeveynleri ile iletişimi ve ilişkisi psikolojik dayanıklılığın oluşmasında oldukça etkili olmaktadır(Maddi ve Khoshoba, 1994). Amerika Psikoloji Derneği (APA, 2010), yakın aile üyeleri, arkadaşlar ve diğerleri ile iyi ilişkiler kurmanın dayanıklılık oluşturma tek yolu olduğunu öne sürmektedir. Dayanıklılık, ailenin yaşamın

zorluklarını olumlu bir şekilde karşılamak için güç geliştirme yeteneği olmaktadır(CSREES USDA, 1995). Erken yaşlardan itibaren, bireyler evde ve topluluklarında esnek(dirençli) davranışları öğrenmektedirler. Güçlü aileler, çocukların esnek davranışları öğrenmelerine yardımcı olduğu savunulmaktadır(Roosa, 1993). Ebeveynler çocuklarına problem çözme becerilerini öğrettiklerinde ve olumlu, eleştirel olmayan destek ve birliktelik duygusu sağladıklarında bunu sağlamış bulunmaktadırlar. Evin içerisinde öğrenilen değerler ve beceriler, bireylere hayatlarını şekillendirme gücü vermektedir ve aile, zaman içerisinde benzersiz dayanıklılık kalıpları geliştirmektedirler(Gupta ve Singh, 2011).

Ergen bireylerin aile yapıları hakkında önceden yapılmış olan araştırmalarda, ebeveynlerin boşanmamış olması, ergene gereken aile desteğini sağlamaları, ergen bireye her açıdan ilgi davranmaları ve yeterli vakit geçirmeleri gibi oldukça önemli ve gerekli faktörlerin ergen bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini arttırdığı ve boşanmış ebeveynlerin ve parçalanmış aile yapısındaki eksiklerin, sorunların ve değişikliklerin psikolojik dayanıklılık düzeyini düşürdüğü tespit edilmiştir(Antaramian ve diğerleri, 2008; Çivitçi ve diğerleri, 2009; Hill ve diğerleri, 2007; Willemse, 2008). Bireylerin psikolojik dayanıklılığının oluşmasında en önemli ve ilk etkili ortam aile olmaktadır. Bu nedenle çocuk ve ebeveyn arasındaki sağlıklı ilişkinin kurulması bireyde psikolojik dayanıklılığın gelişmesinde çok önemli bir yere sahiptir(Yalçın, 2013).

Benlik Saygısı (Öz Saygı) Kavramı

Benlik Saygısının Tanımı

Bu alanın öncülerinden biri olan Rosenberg(1965)'in tanımlamasına göre benlik saygısı benliğe genel anlamda olumlu değerlendirmeyi içermektedir. Buna ek olarak yüksek benlik saygısına sahip bireylerin kendine saygı duyan ve kendini değerli gören kişiler olduklarını da belirtmiştir. Benzer olarak, Sedikides ve Gress (2003) benlik saygısının bireyin kendi öz değerini algılamasını veya öznel değerlendirmesini, kişinin benlik saygısı ve özgüven duygularını ve bireyin benlik hakkında olumlu veya olumsuz görüşlere ne ölçüde sahip olduğunu ifade ettiğini belirtmiştir.

Benlik saygısı, genel benlik değeri ve bu küresel değerlendirmelerle bağlantılı benliğin duygusal deneyimleri hakkında bilişsel değerlendirmeleri kapsayan küresel bir öz değerlendirme göstergesi şeklinde de tanımlanmaktadır(Murphy ve diğerleri, 2005). Benzer olarak Wang ve Ollendick (2001), benlik saygısının kendini değerlendirmeyi ve ardından kendine karşı duygusal bir tepki içerdiğini belirtmişlerdir. Değerlendirici ve duygusal unsurlar, mevcut tüm benlik saygısı tanımlarında ve teorilerinde mevcut bulunmaktadır.

Benlik saygısı teriminin kullanıldığı üç yol betimlenmiştir. Bunlar;

- *Küresel Benlik Saygısı (Sürekli Benlik Saygısı)*: Bireylerin kendileri hakkında ki karakteristik olarak nasıl hissettiklerini, kendilerine olan sevgi duygularını betimlerken kullanılmaktadır.
- *Benlik Değeri Duygusu (Durum Benlik Saygısı)*: Bireylerin hayatlarında zaman zaman içinde bulundukları bazı olumlu(benlik saygısını arttıran) ve olumsuz(benlik saygısını azaltan) deneyimler sonucunda kendileri hakkında anlık duygusal atıf ve değerlendirme yaparken kullanılmaktadır.
- *Öz Değerlendirmeler (Alana Özgü Benlik Saygısı)*: Bireylerin kendileri hakkındaki çeşitli yeteneklerini ve niteliklerini değerlendirirken kullanılmaktadır(Brown ve Marshall, 2006).

Hewitt(2002), benlik saygısı görüşünü evrensel bir psikolojik özellik ve motive edici güçten ruh haline dayalı sosyal olarak inşa edilmiş bir duyguya dönüştürmeye çalışmıştır. Bu bakış açısı, Smith ve Lovin'in (1995) benlik saygısını, sosyal buluş süreçlerinde zaman içinde gelişen, bireylerin deneyimlemeyi ve konuşmayı öğrendikleri, öngörülebilir sosyal koşullarda ortaya çıkan ve sosyal kontrol kontrole tabi olan refleksif bir duygu olarak tanımlamasına dayanmaktadır.

Benlik Saygısı Bileşenleri

Benlik saygısı, insanların sosyal statüleri, ırksal veya etnik grupları, fiziksel özellikleri, iş veya okul performansları ile ilgili nasıl hissettikleri gibi genel benliğe veya benliğin belirli yönlerine atıfta bulunabilmektedir. Teorisyenler, farklı benlik saygısı türleri ile ilgili bir çok ayrım yapmışlardır; koşullu ve koşullu olmayan; açık ve örtük; otantik ve yanlış; kararlı ve kararsız; küresel ve alana özgü. Benlik saygısının boyutsallığı hakkında bazı araştırmacılar onu merkezîyetçi bir küresel özellik olarak kavramsallaştırırken, bazıları ise bağımsız alt bileşenli çok boyutlu bir özellik olarak değerlendirmektedirler(performans, sosyal ve fiziksel benlik saygısı) (Heatherton ve Wyland, 2003).

Branden (1969) benlik saygısının iki bileşenden oluştuğunu savunmuştur. Bu iki bileşen;

- Kendini etkili saymak, düşünme, öğrenme, seçme ve doğru kararlar verme yeteneğine güvenmek ve zorlukların üstesinden gelmek, değişiklikler üretebilmek.
- Kendine saygı duymak, mutlu olma hakkına güvenmek ve insanların hayatlarında ortaya çıkan saygıya, sevgiye ve kendini gerçekleştirmeye layık olduklarına güvenmek.

Reasoner (2005) ise benlik saygısını iki ayrı boyuttan oluştuğunu savunmaktadır. Bu ayrı boyut; Yetkinlik ve değerdir. Bu bileşene dayanarak, benlik saygısını “yaşam zorluklarını karşılayabilme” ve “mutluluğa layık olma deneyimi” olarak tanımlamaktadır.

Kişilik psikolojisinde, ilk olarak Cattell (1966) tarafından tanımlan ve Spielberger ve meslektaşları (1983) tarafından detaylandırılan özellikler ve durumlar arasında bir ayrım bulunmaktadır. Bu ayrıma dayanarak, bazı yazarlar, kişiliğin bir parçası olduğu için zaman içinde istikrarlı olan sürekli benlik saygısı ile olaylardan, durumlardan ve duygulardan etkilenen daha kararsız olan durum benlik saygısı (state self- esteem) arasında ayrım yapmıştır (Gilovich ve diğerleri, 2006). Benlik Saygısı,

belirli bir zamanda bireyin kendisini nasıl hissettiği veya değerlendirdiğidir. Durum Benlik Saygısı, benlik saygısındaki geçici dalgalanmalar olarak tanımlanmaktadır(Heatherton ve Polivy, 1991).

Deci ve Ryan (1995) koşullu ve gerçek benlik saygısı arasında bir ayrım yapmıştır. Koşullu benlik saygısı, bazı mükemmellik standartlarına uymanın veya bazı kişilerarası veya intrapsişik beklentileri karşılamanın sonucu olan ve buna bağlı olan, bireyin kendisi ile ilgili duyguları ifade etmektedir. Buna karşılık, gerçek benlik saygısı daha istikrarlıdır, sağlam ve güvenli bir benlik duygusuna dayanmaktadır.

Yüksek Benlik Saygısının Olumlu Etkileri

Araştırmalar benlik saygısını duygusal iyi oluşun önemli bir belirleyicisi olarak tanımlamaktadır(Baumeister ve diğerleri,2003). 1890 yılların, Batı psikolojisinin kurucu babalarından biri olan William James, benlik saygısının ruh sağlığının önemli bir yönü olduğunu savunmuştur. Yüksek benlik saygıları olan bireyler, düşük olan bireylere göre zor görevler karşısında ısrar etme olasılıkları daha yüksektir (Baumeister vd., 2003). Yüksek düzeyde benlik saygısı, bireylerin mutlu hissettikleri anları kabullenme, can sıkıcı durumlar ile başa çıkma, güçlükler ile etkili bir şekilde baş etme, yakın ilişkiler kurma ve güçlü yanlarını geliştirme yeteneği sağlamaktadır. Bunlara ek olarak, benlik saygısının yüksek olması hayat içerisindeki olumsuz durum ve olayların deneyimlenmesinde işlevsel olmayan şemaların ve depresif belirtilerin ifadesini olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir (Stavropoulos ve diğerleri, 2015). Yüksek benlik saygısı olan bireyler aynı zamanda öz düzenleyici amaca yönelik davranışlarda daha etkili görünmektedirler(Di Paula ve Campbell, 2002). Benlik saygısı, insan davranışını harekete geçirmenin yanı sıra yönüne de katkıda bulunmak için enerji sağlamaktadır (Mackinnon, 2015). Önceki araştırmalar, bir kişi başarılı olduğunda, övüldüğünde veya başkasının sevgisini deneyimlediğinde benlik saygısının arttığını, benlik saygısının yalnızca kişinin kendisi hakkındaki algılarına değil, aynı zamanda diğerlerinin onun hakkındaki algılarına da bağlı olduğunu göstermiştir (Schmidt ve Padilla, 2003).

Düşük Benlik Saygısının Olumsuz Etkileri

Düşük benlik saygısı, benlik bilgisinde kafa karışıklığı veya belirsizlik, hayata temkinli ve kendini koruyucu bir yaklaşım, benlikte olumlu kaynakların eksikliği ve kronik bir iç çatışma olarak anlaşılabilmektedir. Bireylerin kim olduklarına dair açık ve tutarlı bir birleşik anlayıştan yoksun olmaları onları olayların ve değişen durumların insafına bırakan bir duruma getirmektedir(Baumeister, 1993). Benlik saygısı düşük olan insanlar, değersizlik, aşağılık ve duygusal dengesizlik duyguları deneyimlemektedirler ve bu da bu bireylerin yaşamdan memnuniyetsiz olmalarına yol açmaktadır(Ha, 2006). Buna ek olarak, düşük benlik saygısı puanına sahip bireylerin, diğer insanlar ve kişisel durumlar da dahil olmak üzere birçok şeye karşı genel olarak olumsuz bir tutuma sahip olma eğilimi bulunmaktadır (Mackinnon, 2015). Benlik saygısı düzeyinin düşük olması bireyde depresyon, saldırganlık, zorluklar ile baş etme konusunda daha az yetkinlik ve ergenlik döneminde düşük refah düzeyi ile bağdaştırılmıştır(Stavropoulos vd., 2015). Düşük benlik saygısı, davranış sorunları ve düşük okul performansının yanı sıra intihar eğilimleri, uyumsuzluk gibi ciddi davranış sorunları ile bağlantılıdır ve depresyon, sosyal kaygı, yalnızlık, yabancılaşma vb. gibi psikolojik sorunlara yol açmaktadır (Sharma ve Agarwala, 2015).

Boşanma Sonrası Ebeveyn Çatışması ve Ergenlerin Benlik Saygısı

Boşanma üzerine yapılmış olan araştırmalar, ebeveynler arasında yüksek düzeyde çatışmaya maruz kalan boşanmış ailelerin ergen bireylerinin, boşanmamış ailelere kıyasla daha düşük benlik saygısı riski altında olduğunu bulmuştur(Amato, 1986; Amato ve Keith, 1991; Hetherington, 2003; Turner ve Kopiec, 2006; Kelly, 2007; Noller ve diğerleri, 2008). Bir çok araştırmacı, ebeveyn çatışmasına şahit olmuş olan ergenlik dönemindeki bireylerin, çatışmadan doğrudan etki etkilendiğini ve bu çatışmanın ergen birey ile ebeveyn arasındaki iletişim ve ilişkiye zarar verdiğini belirtmişlerdir(Almeida ve Wethington, 1996; Fine ve Kurdek, 1995; Davies ve Cummings, 1994; Steinberg, 2013). Ebeveyn çatışmasına tanık olan çocuklar, ebeveyn çatışmalarının nedeni olarak kendilerini suçlayabilmektedirler ve

sonuç olarak düşük benlik saygısına yol açan olumsuz benlik algısı geliştirebilmektedirler (Grych ve diğerleri, 2000).

Araştırmalar (Hetherington, 1993; Kelly ve Emery, 2003), boşanmayla ilgili stresörlerin annenin psikolojik sıkıntısı ile ilişkili olduğunu, bu nedenle ebeveyn desteğinin ve sıcaklığının azaldığını, çocukların ve ergen bireylerin çeşitli uyum sorunları riskiyle karşı karşıya kaldığını göstermektedir. Depresif ebeveynleri olan çocuklar ve ergenlerin daha düşük benlik saygısı sergilemeleri daha olası olmaktadır (Goodman ve Gotlib, 2002; Jacob ve Johnson, 1997). Crosnoe ve Elder'e (2004) göre, depresif anneler, boşanmış ailelerin çocuklarında ve ergenlerinde düşük benlik saygısının güçlü belirleyicisi olan ebeveyn-çocuk ilişkisinde olumsuz değişiklikler bildirmişlerdir. Çocukların ebeveyn depresyonuna verdiği tepkilerde cinsiyet farklılıkları olduğuna dair kanıtlar bulunmaktadır. Ergenlik döneminde kızlar, anneleri ile daha fazla çatışmalı etkileşimleri olduğundan ve ebeveyn-çocuk ilişkilerindeki sorunlara karşı daha duyarlı olduklarından, ebeveynlerinin depresyonuna karşı erkeklere göre daha savunmasız olabilmektedirler (Goodman ve Gotlib, 2002).

Ebeveyn çatışması, ergenler için doğrudan bir stres kaynağıdır. Ergenler, ebeveyn çatışmasına korku, öfke veya anormal davranışlarla tepki verirler. Ebeveyn çatışmaları için kendilerini suçlayabilirler, bu da suçluluk duygularına ve düşük benlik saygısına neden olmaktadır (Grych ve Fincham, 1990). Araştırma bulguları çocukların benlik saygısının destekleyici, hassas ve yapıcı ebeveyn ilişkisi ile biçimlendiğini ve arttığını belirtmektedir. Ebeveynleriyle olumlu ve destekleyici bir ilişkinin varlığını algılayan bireylerin, daha fazla öz-değer ve özsaygı hissetmeleri daha olası görülmektedir (Li ve Seltzer, 2005; Wissink ve diğerleri, 2006; Baharudin ve Zulkefly, 2009).

Umutsuzluk

Umutsuzluk ve İlgili Kavramlar

Umut, belirli bir şeyin gelecekte gerçekleşmesi için duyulan beklenti ve arzu hissidir(Rideout ve Montemuro, 1986). Umutsuzluk ise bireyin kendi geleceği hakkında olumsuz beklentiler içerisinde olması ile karakterize edilmektedir(Beck ve diğerleri, 1974).Umutsuzluk aynı zamanda bireyin mevcut durumuna ve geleceği hakkındaki bir çok olası yaşanacak durumlara karşı olumsuz hissetmesi olarak da açıklanmaktadır(Yılmaz ve Dursun, 2014). Umut ve umutsuzluk birbirine karşıt iki kavramdır ve zıt beklentileri temsil etmektedirler. Umut kavramında başarılı olma ileri görüşü bulunurken umutsuzlukta başarısız olma ön yargısı bulunmaktadır(Dilbaz ve Seber, 1993).Umutsuzluk, kişinin istediği bir olayın gerçekleşmeyeceği veya bu olayın olumsuzluğa neden olacağı ve kişinin bunu değiştirmeye yetecek kişisel özelliklerinin ve imkanının olmadığına dair inanca sebep olmaktadır. Kişi geleceği hakkında karamsar ve olumsuz inanca sahip olduğunda umutsuzluk kavramı oluşmaktadır (Çoban ve Güney Karaman, 2013). Umutsuzluk ile birlikte birey değersizlik, mutsuzluk, çaresizlik ve suçluluk gibi duygularıda deneyimleyebilmektedir(Ağır, 2007).

Literatür araştırmalarında umutsuzluğun bir çok farklı tanımlaması bulunmaktadır.

Horney(1999)'e göre umutsuzluk, geleceğe karşı başarısızlık gibi olumsuz beklentilere karşı kişinin gösterdiği aşırı tepki olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımlamaya ek olarak, umutsuzluğu belirsizlikten dolayı ortaya çıkan endişeden çok, bireyin kendi geleceğine karşı ürettiği olumsuz beklentilerin değişmez olduğunun düşünülmesinden dolayı ortaya çıkan karamsarlık duygusu olarak açıklamıştır.

Greene(1989)'nin tanımlamasına göre ise umutsuzluk, bireyin mevcut olumsuz düşüncülerinin gelecekte de devam edecek olması ve bu durumun sonsuza kadar devam etme olasılığının düşünülmesidir. Bu düşünme biçiminden dolayı, umutsuzluğun temelinde; olumsuz beklentiler, bu beklentilerin doğuracağı sonuçlar ve bu sonuçların değişmezliğinden doğan çaresizlik duygusu yer almaktadır.

Umutsuzluk ve Ergenlik Dönemi

Ergenlik döneminde yaşanan farklı sorunlar sebebiyle ergen bireylerin ruh sağlıkları ve ruhsal gelişimleri etkilenebilmektedir. Bu yaşanan sorunlar sosyal, ailevi, ekonomik ve eğitim alanlarından kaynaklı olabilmektedir. Ergenlik döneminde yaşanan ruhsal sorunlardan biri olan umutsuzluk ergen bireyin hayatını olumsuz etkilemektedir(Oryal ve Özmen, 2008). Yapılan bazı araştırmalara göre ergen bireylerin umutsuzluğunu etkileyen faktörlerden anne modeli, yaşanan ortam ve kişinin anne ile olan yakınlığı önemli olmaktadır(Bolland ve diğerleri, 2005).

Arıkan(2014)'ın ebevenyleri boşanma sürecinde olan ergenlik dönemindeki çocuklar üzerinde yaptığı bir araştırmadan elde ettiği bulgulara göre; aile içerisinde boşanma süreci öncesinde ve sonrasında yaşanan olumsuzluklara maruz kalan bireylerin umutsuzluk düzeylerinin bu gibi aile içi ve duygusal şiddete maruz kalmayan ergenlik dönemindeki bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu araştırmanın sonuçlarına göre, ergenlerin deneyimledikleri bu gibi olumsuzluklar bireylerde olumsuz gelecek beklentisine yol açmaktadır, bu durum yüksek umutsuzluk düzeylerinin yanında düşük benlik saygısına da sebep olmaktadır.

Ergenlik dönemindeki bireylerin endişe, stres yaşamalarına sebep olabilen ebeveynlerinin farklı beklentileri ve bu beklentilerin her zaman karşılanamaması da zaman içerisinde ergen bireyde umutsuzluğa sebep olabilmektedir. Bu yaşanan durum ergen bireylerin kendi geleceklerine karşı olumsuz beklentiler içerisinde olmasına ve geleceklerinden olumsuz ve karamsar olarak bahseden ergenlerin zamanla sosyal ortamlarında her türlü durumu sorgulamadan kabul eden bireylere dönüşmelerine sebep olmaktadır(Hofmann ve diğerleri, 2004).

Umutsuzluk ile İlgili Kuramsal Açıklamalar

Umutsuzluk kavramının farklı kuramlar açısından nasıl ele alındığı, nedenleri ve gelişim şekilleri açısından nelerin etkili olduğu bu bölümde açıklanmıştır.

Beck'in Umutsuzluk Kuramı - Bilişsel Yaklaşım

Beck (1979)'in oluşturmuş olduğu depresyonun bilişsel modelinde bilişsel üçlü açıklanmaktadır. Bilişsel üçlü; bireyin kendisine, çevresine ve geleceğine dair inançlarını kapsamaktadır. Depresif olan kişi, kendisini ve çevresini olumsuz olarak değerlendirmekte ve bu nedenle de geleceğini umutsuz ve karamsar olarak algılamaktadır. Beck ve meslektaşları (1974) umutsuzluk kavramını depresyonun temeli olarak görmüşlerdir. Bilişsel kurama göre, depresyona yatkın kişiler geleceklerini ve çevrelerini olumsuz olarak değerlendirmekte ve yaşamlarını bu olumsuz düşünme biçimine odaklayarak depresyona doğru ilerleyen bir döngüye girmektedirler. Bu durum ilerledikçe birey kendisini yetersiz, çaresiz ve değersiz olarak hissetmeye başlamaktadır(Kutlu, 1998).

Buna ek olarak umutsuzluğu, bireyin geleceğine yönelik amaç veya niyetlerinin bulunmadığı, olumsuz beklentileri kapsayan bir kavram olarak açıklamışlardır. Bu nedenle, bilişsel üçlünün geleceğe yönelik inançlar bileşeni umutsuzluk kavramını içermektedir. Depresyon üzerine yapılmış olan araştırmalar sonucunda, geleceğe karşı bireyin kontrolünde olmayarak geliştirdiği olumsuz beklentilerin ve negatif sonuçların umutsuzluk adı altında kavramsallaştırılması ve deneyimsel algıların ayrıntılı olarak incelenmesi sonucunda umutsuzluk kuramı ortaya çıkmıştır(Beck vd., 1974). Bu kuramda açıklanmış olan bilişsel etkenler, kişinin hayatında devamlı olarak sorunların olduğunu düşünmesine ve hayatını olumsuz ve umutsuz olarak algılamasına neden olmaktadır(Sungur, 1994). Bazı araştırmacılara göre umutsuzluk kavramının incelenmesinde bilişsel yaklaşım kuramı daha yetkin ve yeterli görülmektedir(Duberstein ve diğerleri, 2001).

Abramson'un Umutsuzluk Kuramı

Umutsuzluk kavramı, bireyin geleceğe dair olumlu durum ve olayların yaşanmayacağına dair inancının bulunması, olumsuz durumların ise gelecekte büyük ihtimalle gerçekleşebileceğine inanması ile bu durumda elinden birşeyin gelmemesinden kaynaklı olarak kendisini çaresiz ve yetersiz hissetmesi olarak açıklanmaktadır(Abramson ve diğerleri, 1989). Abramson (1989)'a göre; umutsuz olan kişi görmeyi istediği durumun veya sonucun gerçekleşmeyeceğine karşı beklentiye sahip olmaktadır. Buna ek olarak, kişinin olmasını istediği durum

gerçekleşmek üzere olsa bile kişi kendisini yeterli ve yetkin olarak değerlendiremez. Olumsuz değerlendirmeleri genellemekte olan kişiler ise depresyon geliştirmeye daha yatkın olmaktadır. Abramson (1989)'ın kuramına göre, umutsuzluk kavramını depresyonun nedeni olarak açıklamaktadır.

Bu kurama göre umutsuzluk kavramında iki boyutun belirleyici olduğunu desteklemektedir. Bu boyutlar; istikrarlı ve istikrarsız / genel ve özel olarak adlandırılmışlardır. Birey, eğer yaşanan olumsuz olayları istikrarlı ve genel şeklinde yorumlar ve algılar ise gelecekte yaşanabilecek olaylarında yine aynı olacağına dair yorumlamalarda bulunabilmektedir(Abramson ve diğerleri, 1988). Bu kurama göre, umutsuzluğun oluşumu “olumsuz yorumlama” tarzı olarak açıklanan olumsuz durum ve olaylar ile ilgili çıkarımlar sayesinde olmaktadır(Abramson vd., 1989). Bu şekilde olumsuz yorumlama yapan bireyler herhangi bir olumsuz durum yaşadıklarında durumun nedenleri, sonuçları ve kendi karakterleri ile ilgili olumsuz yönde çıkarımlar yapmaya başlamaktadırlar. Bu nedenle zamanla bu durum bireyde umutsuzluğa ve daha sonrasında da depresyona sebep olmaktadır(Liu vd., 2015).

Rose ve Abramson (1992) umutsuzluk kavramının kuramsal tanımlamasını detaylandırmak amacıyla yapmış oldukları çalışmalarda olumsuz yorumlamanın oluşum basamaklarına ve çocukluk döneminde deneyimlenmiş olan travmaların üzerinde durmuşlardır. Diğer yapılmış olan araştırmalarda ise çocukluk döneminde deneyimlenmiş olan bedensel ve ruhsal şiddete maruz kalmanın olumsuz yorumlama tarzını benimseme olasılığını ve dolayısıyla umutsuzluğu arttırdığı saptanmıştır(Gibb ve Abela, 2008; Gibb ve diğerleri, 2001; Gibb ve diğerleri, 2012; Hankin, 2005; Mezulis ve diğerleri, 2006; Paredes ve Calvete, 2014).

Psikanalitik Kurama Göre Umutsuzluk

Psikanalitik kurama göre bireyin Psikoseksüel gelişimi beş dönemde gerçekleşmektedir. İlk dönem olan oral dönemde bireyde umut ve umutsuzluk duyguları gelişmeye başlamaktadır. Bu nedenle çocuk eğer annesi tarafından umutsuz, kötümser ve karamsar davranış ve düşünce biçimlerine maruz kalırsa kendisini sevgiye değer biri olarak algılaması zorlaşmaktadır. Bu dönemde çocuğu ile olumlu ilişkiler içerisinde olan, çocuğuna sevgi ve güven verebilen anneler bu şekilde çocuğuna umut duygusunu da verebilmektedirler. Bu dönemde eğer çocukta

temel güven duygusu gelişmez ise bu durum umutsuzluk duygusunun gelişmesine yol açmaktadır ve umutsuzluk kişinin duygusal, ruhsal, bedensel ve sosyal iyi olma durumuna etki etmektedir(Deveci ve diğerleri, 2011; Kurt,2017).

Umutsuzluk Kavramının Bileşenleri

Umutsuzluğun bileşenleri ve nedenleri hakkında bir çok farklı açıklama bulunmaktadır. Umutsuzluk kavramı literatür taramaları incelendiği zaman umutsuzluğun bileşenleri; gelecek ile ilgili beklentiler, hedef odaklı düşünememe ve ilerleyememe ve çaresizlik olarak sınıflandırılabilir:

Gelecek İle İlgili Beklentiler: Umutsuzluk yaşayan kişi geleceğe karşı olumsuz beklentiler içerisindedir(Beck vd., 1974). Umutsuzluğun önemli bileşenlerden biri olan gelecek ile ilgili olumsuz beklentiler bireyin kendi geleceğini karanlık, net olmayan, iyi hiçbirşeyin olmadığı ve zorluklarla dolu olarak algılamasına sebep olmaktadır(Marchetti, 2019). Birey olumlu olan olasılıkları daha nadir ve detaysız olarak algılamaktadır(MacLeod ve Cropley, 1995; MacLeod ve diğerleri, 2005; Miranda ve diğerleri, 2008). Konu ile ilgili yapılmış olan araştırmalara göre, gelecek ile ilgili olumsuz beklentide bulunan kişilerin başkalarına odaklanan olaylardan daha çok kendileri ile ilgili olaylarda daha sıklıkla olumsuz gelecek beklentisi gösterdikleri saptanmıştır(Alloy ve Ahrens, 1987; MacLeod ve Conway, 2007). Umutsuzluk yaşayan kişiler önceden deneyimlemiş oldukları kötü olayları kaynak olarak gelecekte olacakları tahmin etmeye uğraşmaktadırlar(Ghaemi, 2007; Hamilton ve diğerleri, 2015). Bu nedenle hayatlarında kötü olaylar yaşamış olan bireylerin genellemede bulunarak geleceklerine karşı umutsuz olmalarına ve geleceklerine karamsar bakış açısı ile bakmalarına neden olmaktadır(Öztürk, 2021).

Hedef Odaklı Düşünememe ve İlerleyememe: İnsanlar hayatlarını etkileyecek düzeyde yaptıkları plan ve hedeflerini elde edemediklerinde kendilerini çaresiz ve başarısız hissettiklerinden dolayı hedeflerinden vazgeçmeye başlamaktadırlar ve sonrasında bu durum bireylerin umutsuz hissetmelerine neden olmaktadır(Marchetti, 2019; Melges ve Bowlby, 1969). Bireyin hedeflerinin olması ve bu hedefler doğrultusunda hayatını şekillendirmeye çalışması, bu hedefler için çaba ve emek göstermesi, hedefe doğru ilerlemeye çalışması, hayatı ve geleceği için ulaşmak

istediği bir amacının olması iyi oluşuna(öz değer, mutluluk) önemli ölçüde etki etmektedir(Sheldon ve diğerleri, 2010). Birey hedeflerine ulaşmak için çaba sarf ederken bazı sorunlar ile karşı karşıya kalabilmektedir. Hedefe ulaşmada karşılaşılan bu engeller ile birlikte bireyin sorunları çözmede ve ilerlemeye devam etmede elinden birşeyin gelmeyeceğini düşünmesi umutsuz hissetmesine neden olmaktadır(Melges ve Bowlby, 1969). Yapılan bazı araştırmalara göre umutsuzluğun belirlenmiş olan hedeflere ulaşp ulaşmama ile doğrudan ilişkili olduğu saptanmıştır(Hadley ve MacLeod, 2010). İnsanlara mutlu ve iyi ruh halinde olmanın planan hedeflere ulaşarak sağlanabileceği öğretilmektedir. Bu duruma koşullu hedef belirleme adı verilmektedir(Street, 2002). Bu durumdan dolayı hedefi ve yaşam amacı olan bireylerin umutsuzluk düzeylerinin düşük olmasının sebeplerinden birinin, umutsuz kişilerin sahip oldukları hedeflere ulaşma isteklerini kaybetmeleri ve mutluluğu sadece gelecekleri için belirledikleri hedefleri elde ederek sağlayabileceklerini düşünmeleri olduğu varsayılmaktadır (Harris ve Standard, 2001; MacLeod ve Conway, 2007).

Çaresizlik: Umutsuzluk duygusunu yaşayan kişiler karşılaştıkları sorunları çözebileceklerini ve olumlu geri dönütler alabileceklerine dair yetkinlikleri, güçleri ve kontrollerinin var olduğunu düşünemediklerinden dolayı kendilerini çaresiz hissetmektedirler. Umutsuzluğun ise çaresizlik duygusunun başlamasıyla oluşmaya başladığı düşünülmektedir (Seligman ve Beagley, 1975). Bu konu hakkında yapılmış olan araştırmalara göre; umutsuzluk düzeyleri yüksek olan bireyler, yaşamın getirdiği problem ve zorluklara karşı yeterli ve etkili düzeyde problem çözme yeteneklerinin varlığına sahip olmadıklarını varsaymakta (Heppner ve diğerleri, 2004) ve öz becerilerine karşı güvensizlik duymaktadırlar(Cannon ve diğerleri,1999). Birey yaşanan durumları kendisinin kontrol edemeyeceğini düşündüğü zamanlarda çaresizlik duygusunu hissetme olasılığı daha yüksek olmaktadır. Kişinin yaşanan durumu kontrol edemeyeceğini varsaymasına ek olarak aynı zamanda kontrolün elinde olamayacağını da beklemektedir. Bu nedenle, elde edilen sonuçların kişinin elinde olmamasına dair geliştirilen inanç motivasyon düşüklüğüne sebep olmaktadır(Seligman ve Beagley 1975).

İlgili Araştırmalar

Ergenlerde psikolojik dayanıklılık: Sosyal Destek, başa çıkma stratejileri, benlik saygısı ve sosyal etkinliklerin stres ve depresyon deneyimi üzerindeki koruyucu rolünü incelemek amacıyla araştırmaya 297 ergen dahil edilmiştir. Katılımcılar depresif belirtiler ve günlük güçlüklerin sıklığı arasındaki geçiş puanlarından oluşturulan 3 gruba ayrılmıştır(iyi ayarlanmış, dayanıklı ve savunmasız) Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, benlik saygısının, problem çözme başa çıkma stratejilerinin ve akranlarla antisosyal ve yasa dışı faaliyetlerin grupları ayırt etmeye yardımcı olduğu saptanmıştır. İyi uyumlu ergenler, diğer 2 gruptaki ergenlerden daha yüksek benlik saygısına sahip olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte psikolojik dayanıklılığı olan ergenler savunmasız ergenlere göre daha yüksek benlik saygısına sahip olarak saptanmıştır. İkinci önemli ayırt edici değişken olan akranlarıyla antisosyal ve yasa dışı faaliyetler için, hem dayanıklı hem de savunmasız ergenler, iyi uyum sağlayan ergenlerden daha yüksek puanlara sahip oldukları saptanmıştır. Son olarak, dirençli ergenler, diğer 2 gruptaki ergenlere göre problem çözme başa çıkma stratejilerinde daha yüksek puanlar elde etmişlerdir(Dumont ve Provost, 1999).

Erken çocukluk dönemindeki aile özellikleri, orta çocukluk yıllarında benlik saygısı, umutsuzluk ve kendine zarar verme düşünceleri ile 18 ve 21 yaşlarındaki intihar düşüncesi arasındaki boylamsal ilişkiyi incelemek amacıyla bu araştırma yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, erkek çocuklar için, düşük benlik saygısı ve umutsuzluktan erken kendine zarar verme düşüncelerine, kızlar için ise, benlik saygısının sonraki intihar düşüncesi üzerinde küçük ama önemli bir doğrudan etkisi olduğu saptanmıştır. Bulgular, umutsuzluk duyguları ve düşük benlik saygısı gibi bireysel özelliklerin, erken çocukluk aile özelliklerini erken yetişkinlikteki intihar düşüncesiyle ilişkilendiren “üretici mekanizmalar” olarak hareket ettiği fikrini desteklemektedir(McGee ve diğerleri, 2001).

Ergenlerin psikolojik dayanıklılığının yordayıcısı olarak benlik saygısı ve umutsuzluğu incelemek amacıyla araştırmaya 223 lise öğrencisi dahil edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, benlik saygısı ve umutsuzluğun ergenlerde dayanıklılığın önemli bir yordayıcısı olduğunu tespit edilmiştir. Buna ek olarak

benlik saygısı ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif ilişki, umutsuzluk ile psikolojik dayanıklılık arasında ise negatif ilişki saptanmıştır(Karataş ve Çakar, 2011).

Yetiştirme yurdunda kalan ergenlik dönemindeki erkeklere benlik saygıları ve umut düzeylerini geliştirmek amacıyla uygulanan yapılandırılmış eğitimin benlik saygısı, umutsuzluk düzeyleri ve intihar teşebbüsünde bulunma olasılığı üzerindeki etkisini incelemek amacıyla araştırmaya 30 ergen dahil edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, bu eğitimin ergenlerin üzerinde olumlu etki oluşturduğu tespit edilmiştir(Akpınar, 2013).

Lise dönemindeki ergen bireylerin benlik saygıları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla 148'i kız ve 154'ü erkek olmak üzere toplamda 302 öğrenci araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre; benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır. Benlik saygısı düzeyi arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeyi de artmaktadır(Sarıkaya, 2015).

Zihinsel veya bedensel engeli bulunun çocukların annelerinin benlik saygısı ve umutsuzluk düzeyleri ve stres ile baş etme düzeylerinin karşılaştırılması amacıyla araştırmaya 100 anne dahil edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, katılımcıların benlik saygılarının yüksek ve umutsuzluk düzeylerinin ise düşük olduğu tespit edilmiştir. Buna ek olarak annelerin sahip oldukları eğitim seviyesinin benlik saygısı, umutsuzluk ve stres ile baş etme düzeyleri konusunda etkili olduğu saptanmıştır(Durukan, 2015).

Ergenlerde psikolojik kötü muamele-duygusal sorunlar ve psikolojik kötü muamele-davranışsal sorunlar arasındaki ilişkilerde psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısının aracı rolünü incelemek amacıyla araştırmaya 937 ergen dahil edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, psikolojik kötü muamelenin dayanıklılık ve benlik saygısı ile negatif, davranışsal problemler ve duygusal problemlerle pozitif korelasyon gösterdiği saptanmıştır. Buna ek olarak psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı da davranışsal sorunları ve duygusal sorunları yordadığı ve psikolojik kötü muamele, dayanıklılık ve benlik saygısının aracılık ettiği duygusal ve davranışsal

sorunları yordadığı bulunmuştur. Psikolojik kötü muamele-davranışsal ve psikolojik kötü muamele-duygusal problemler arasındaki ilişkide dayanıklılık ve benlik saygısı kısmen aracı olduğu dolayısıyla, psikolojik olarak kötü muamele görmüş bireylerde psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı, duygusal problemler ve davranış problemlerinde koruyucu bir rol oynadığı saptanmıştır(Arslan, 2016).

Kosova'daki ergenler arasındaki duygusal zorlukların düzeyini araştırmak ve benlik saygısı ve umutsuzluğun bu zorlukların önemli yordayıcıları olup olmadığını belirlemek amacıyla araştırmaya 1162 ergen dahil edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, orta ergenlikte nispeten yüksek düzeyde duygusal zorluklar saptanmıştır. Buna ek olarak araştırma benlik saygısı ve umutsuzluğun duygusal zorlukları kısmen açıklayabileceğini öne sürmektedir(Fanaj ve diğerleri, 2015).

Hastanelere başvuran ergenlerin intihara teşebbüs etme olasılığının; benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri, algıladıkları sosyal destek ve intihar girişim geçmişi ile ilişkisini araştırma amacıyla bu çalışma gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre katılımcıların intihar olasılıkları ile araştırmanın değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir(Nart, 2018).

Umutsuzluk ve benlik saygısının anksiyete ile ilişkisinin araştırmak amacıyla 275 yetişkin birey araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; umutsuzluk düzeyi ve anksiyete arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin, benlik saygısı ve anksiyete arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Umutsuzluk düzeyi ile benlik saygısı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, umutsuzluk ve benlik saygısı düzeylerinin anksiyete üzerinde etkili olduğu da bulunmuştur. Bu etki; eğer bireyde umutsuzluk düzeyi yüksek ve benlik saygısı düzeyi düşük ise bireylerin anksiyete düzeyinin de yüksek olduğu belirlenmiştir(Konak, 2020).

Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek, benlik saygısı ve umut düzeyleri (demografik değişkenlere göre umut düzeyleri) arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla farklı liselerde öğrenim görmekte olan 725 kişi araştırmaya katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; lise öğrencileri tarafından algılanan sosyal

destek düzeyinin bireylerin umut düzeylerini yordadığı, benlik saygı puanlarının da umut düzeyinin bir yordayıcı olduğu saptanmıştır. Algılanan sosyal destek ve benlik saygısının birlikte ele alınması durumunda ise umudu yordamada benlik saygısının etkisinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak yaş, cinsiyet, kardeş saygısı, ebeveynleri boşanmış olma ve olmama durumu gibi demografik değişkenlerin umut puanları üzerinde anlamlı bir etkiye neden olmadığı da bulunmuştur. Fakat bireylerin ailelerinin gelir durumu ve algılanan aile ortamına göre umut düzeylerinde anlamlı farklılıkların olduğu belirlenmiştir(Mantar, 2021).

Psikolojik destek için başvuran bireylerin umutsuzluk ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkide stres ile baş edebilme şekillerinin aracı rolünü incelemek amacıyla 270 kişi araştırmaya katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; Umutsuzluk ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin, stres ile baş etme şekillerinin sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaştığı saptanmıştır. Buna ek olarak, bireylerdeki umutsuzluk düzeyleri arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin azaldığı saptanmıştır(Öztürk, 2021).

Türkiye’de yaşamakta olan Suriyeli ergenlerde benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyi, travma ve psikiyatrik semptomlar arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla araştırmaya 1070 ergen katılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre; sosyo-demografik bilgiler ile psikiyatrik semptomlar arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Buna göre; benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılığın stresli yaşam olayları- travmatik stres tepkisi, anksiyete, depresyon, dışsallaştırma arasında bulunan ilişkilerde aracı rolünün varlığı tespit edilmiştir. Buna ek olarak, psikolojik dayanıklılığın bazı ilişkilerde düzenleyici etkide bulunduğu ; stresli yaşam olayları- travmatik stres tepkisi ve depresyon. Bazı ilişkilerde ise bu etkisinin olmadığı saptanmıştır; stresli yaşam olayları-anksiyete, dışsallaştırma. Benlik saygısının ise bu sıralanmış olan ilişkilerde herhangi bir etkisinin olmadığı da tespit edilmiştir(Yetim, 2021).

Olumlu çocukluk deneyimleri, benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla araştırmaya 570 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, olumlu deneyimlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılığı önemli ölçüde yordadığı ve benlik saygısının da

psikolojik sağlamlığı yordadığı saptanmıştır. Buna ek olarak olumlu çocukluk deneyimlerinin benlik saygısı yoluyla psikolojik dayanıklılık üzerinde dolaylı bir etkisinin olduğu bulunmuştur(Kocatürk ve Çiçek, 2021).



BÖLÜM III

Yöntem

Araştırma Modeli

Ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış ergenlerin psikolojik dayanıklılık, benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerini incelemek amacıyla gerçekleştirilen bu çalışma bir nedensel karşılaştırma araştırmasıdır. Nedensel karşılaştırma araştırmaları, bir eylem veya olay meydana geldikten sonra bağımsız ve bağımlı değişkenler arasındaki ilişkileri bulmaya çalışan bir araştırma tasarımıdır. Araştırmacının amacı, iki veya daha fazla birey grubunu karşılaştırarak bağımsız değişkenin sonucu mu yoksa bağımlı değişkeni mi etkilediğini belirlemektir. Bu araştırma modelinde araştırılan durum araştırmacının herhangi bir müdahalesi olmadan oluşmuştur ve bu durumun nelerden etkilenecek ortaya çıktığını saptamak ve olası sebeplerini belirlemek amacıyla kullanılmaktadır (Cohen ve Manion, 1994; Büyüköztürk ve diğerleri, 2008).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyetinde öğrenim gören 12-18 yaş aralığındaki ergenlerdir. Araştırmanın örneklem grubu Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti(KKTC)'ndeki Lefkoşa il merkezinde yer alan ortaokul ve liselerdeki 12-18 yaş arasındaki 400 bireyden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklem büyüklüğünün belirlenmesinde $\alpha = 0.05$ için örneklem büyüklükleri tablosu kullanılmıştır(Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004). Araştırmanın evrenini temsil edecek şekilde örneklem grubu olasılıklı örnekleme yöntemlerinden olan basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilmiştir(Özgür, 2002; Sümbüloğlu ve Sümbüloğlu, 2002). Bu örnekleme yönteminde tüm birimlerin seçim sırasında eşit şansı bulunmaktadır. Uygulama sırasında bütün birimler listelenip bu listelerden gelişigüzel birimler seçilmektedir(Özdamar, 2001).

Bu örneklem yönteminin seçilmesinin nedeni evren grubunun hassas bir grup olması ve veri toplama sırasında ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış olan öğrencilerin ayrı olarak araştırmaya dahil edilmesinin veri toplanan okulların müdür ve rehberlik öğretmenleri tarafından uygun bulunmamasıdır.

Araştırmaya katılan ergenlerin 155'i kadın, 245'i erkek olmak üzere toplamda 400 kişi dahil edilmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması, 14.13'tür ve yaş aralığı 12-18'dir. Katılımcıların demografik özellikleri tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1.

Örneklem Özellikleri

	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	155	38,8
Erkek	245	61,3
Eğitim Düzeyi		
Ortaokul	235	58,8
Lise	165	41,3
Kiminle Yaşıyorsun?		
Anne	127	31,8
Baba	36	9,0
Ailemle	29	7,2
Diğer	8	2,0
Diğer Ebeveyn ile Görüşme Sıklığı		
Sık sık	89	22,3
Nadiren	72	18,0
Hiçbir zaman	39	9,8

Katılımcıların yaş ortalaması ($\bar{X}$) 14.13'tür. Yaş aralığı 12-18 ve ranjı 6'dır. Çalışmaya dahil olan ergenlerin 155'i (%38,8) kadın ve 245'i (%61,3) erkektir. Katılımcıların 235'i (%58,8) ortaokula gitmekte ve 165'i (%41,3) liseye gitmektedir. Bireylerin 273'ü (%68,3) kendilerini başarılı bulurken 127'si (%31,8) kendisini başarılı bulmamaktadır.

Katılımcıların ebeveynleri boşandıklarındaki yaşlarının ortalaması 7.91'dir. Yaş aralığı 1-16 ve ranjı 15'tir. Katılımcıların 127'si (%31,8) annesiyle, 36'sı (%9,0) babasıyla, 29'u (7,2) ailesiyle ve 8'i (%2,0) diğer kişilerle yaşadığını bildirmiştir. Çalışmaya dahil olan ergenlerin 89'u (%22,3) sık sık, 72'si (%18,0) nadiren ve 39'u (%9,8) hiçbir zaman birlikte yaşamadığı ebeveyni ile görüştüğünü belirtmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri elde etmek amacıyla veri toplama araçları katılımcılara yüz yüze olarak uygulanmış ve toplanmıştır. Veriler toplanırken ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış ergenlere aynı anda ulaşılmaya çalışıldığından dolayı hedeflenen örneklem sayısından daha fazla katılımcı araştırmaya dahil edilip gerekli sayıda ebeveynleri boşanmış ergen sayısına ulaşana kadar veri toplama işlemi devam etmiştir.

Araştırma verileri toplanırken anket yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama araçları; anket formu Sosyodemografik bilgi formu, Beck Umutsuzluk Ölçeği(BUÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği(RBSÖ) ve Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği(EPDÖ) olmak üzere dört bölümden oluşmaktadır.

Sosyodemografik bilgi formu

Anketin ilk bölümünde yer alan sosyo-demografik bilgi formu katılımcıların kişisel özelliklerine ulaşmak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, ebeveynlerinin birliktelik durumu, velayeti almayan ebeveyn ile ergenin görüşme sıklığı gibi hem demografik bilgileri hem de boşanma- boşanmama ve ergenlik dönemine ait bağımsız değişkenlere

yönelik bilgileri kapsayan soruları içeren sosyo-demografik bilgi formu için araştırmacı tarafından 7 kapalı uçlu soru hazırlanmıştır.

Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (EPDÖ)

Ergenlik dönemindeki katılımcıların psikolojik dayanıklılık düzeylerini ölçmek amacı ile 2013 yılında geliştirilmiş olan sadece ergen bireylere uygulanabilen Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (EPDÖ) kullanılmıştır.

Ölçek 4'lü Likert şeklinde 29 madden oluşmaktadır. Ölçek maddelerinin 19'u psikolojik dayanıklılığı gösterecek biçimde olumlu, geri kalan 10 madde ise (7, 10, 11, 14, 15, 16, 17, 22, 23 ve 26. maddeler) psikolojik dayanıksızlığı gösterecek biçimde olumsuz olarak hazırlanmıştır. Dolayısıyla analiz aşamasında olumsuz maddeler üzerinde ters kodlama işlemi gerçekleştirilmektedir. Ters kodlama sonrasında alt boyutlardan ve ölçek genelinden alınan toplam puan arttıkça ergenlerin psikolojik dayanıklılıkları artış göstermektedir.

EPDÖ'nden alınabilecek puanlar 29 ile 116 arasında değişebilmektedir. Tersine maddeler ters puanlama yöntemi ile hesaplanacak olup puanların yüksekliği ergenin psikolojik dayanıklılığının yüksekliğine işaret etmektedir. Bana hiç uygun değil seçeneğine "1" puan verilirken, bana çok uygun seçeneğine "4" puan verilecektir (Bulut, Doğan ve Altundağ, 2012). Ölçek aile desteği, akran desteği, okul desteği, uyum, mücadele azmi ve empati olmak üzere 6 alt boyuttan oluşmaktadır. İlk üç boyut dışsal, son üç boyut ise içsel desteği ifade edecek şekilde belirlenmiştir.

Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları 2013 yılında Sefa Bulut, Uğur Doğan ve Yunus Altundağ tarafından yapılmıştır. Yapılan çalışmalar doğrultusunda ölçeğin geçerlik yüzdesi %56,99 ve güvenirlik oranı 0,81 olarak bulunmuştur. EPDÖ'nin geçerlik çalışmaları için yapı geçerliği ve ölçüt geçerliği saptaması yapılmıştır. İlk olarak ölçeğin yapı geçerliğini saptamak amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) kullanılmıştır ve kesme noktası olarak .32 kabul edilmiştir (Büyüköztürk, 2011).

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği(RBSÖ)

Katılımcıların öz saygı düzeylerini belirlemek amacıyla orijinal formu ilk olarak Rosenberg tarafından 1965 yılında geliştirilen ve Türkiye’de Çuhadaroğlu tarafından 1985 yılında Türkçeye uyarlanan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) kullanılmıştır. Ölçek toplamda 63 maddeden oluşmaktadır ve 12 alt testi bulunmaktadır. Bu testlerden sadece ilk 10 madde benlik saygısını ölçmektedir.

RBSÖ’nün Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında 0-1 puan yüksek benlik saygısı, 2-4 puan orta benlik saygısı, 5-6 puan düşük benlik saygısı olarak puanlandırılmıştır (Rosenberg 1965;Çuhadaroğlu 1986). Olumlu ve olumsuz yüklü maddeler ardışık olarak sıralanır. 1. 2. 4. 6. 7. maddeler olumlu, 3. 5. 8. 9. 10. maddeler olumsuz yüklüdür. Ölçek puanlamasında katılımcıların düşük puan almaları benlik saygı düzeylerinin yüksek olduğu; yüksek puan almaları ise benlik saygı düzeylerinin düşüklüğünü ifade etmektedir (Çuhadaroğlu, 1986).

Ölçekte alt kategoriler istenildiği zaman ayrı ayrı da kullanılabilir. Bu araştırma için sadece 1. madde olan Benlik Saygısı kategorisinde bulunan ilk 10 soru kullanılmıştır.

Beck Umutsuzluk Ölçeği(BUÖ)

Araştırmaya dahil edilen ergenlik dönemindeki ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış bireylerin geleceğe yönelik karamsarlık tutum düzeylerinin belirlenmesinde orijinali Aaron T. Beck ve arkadaşları tarafından 1974 yılında geliştirilmiş ve Türkçe uyarlaması Gülten Seber tarafından 1991 yılında yapılmış Beck Umutsuzluk Ölçeği(BUÖ) kullanılmıştır. Bu ölçeğin madde toplam puan katsayıları .07 ile .76 arasında hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlar ölçeğin orijinal hali ile benzer sonuçlar ortaya koymaktadır(Seber ve diğerleri, 1993). Ölçeğin güvenilir olduğuna yönelik sonuçlar ise yapılan iç tutarlılık katsayılarının karşılaştırılması ile elde edilmiştir. Beck ve arkadaşları 0.93 olarak hesaplanmıştır. Türkçe’ye çevrilen ölçekte ise bu iç tutarlılık kat sayısı 0.86 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar-test korelasyon katsayısı $r = .73$ olarak hesaplanmıştır. Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ölçeğin geneli için .88, gelecekle ilgili duygular alt

boyutu için .84, motivasyon kaybı alt boyutu için .82 ve gelecek ile ilgili beklentiler alt boyutu için .89 olarak bulunmuştur(Seber, 1991).

Ölçeğin gelecek ile ilgili duygular, motivasyon kaybı ve gelecek ile ilgili beklentiler olmak üzere üç faktörlü bir yapısı vardır. BUÖ'ü 0 ile 20 arasında puanlanan 20 maddeden oluşmaktadır. Bu ölçekten alınan yüksek puan bireydeki umutsuzluğunda o kadar yüksek olduğunu göstermektedir(Savaşır ve Şahin 1997). Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 20 olmaktadır. Katılımcıların aldıkları puanlara göre;

0-3 Minimal, 4-8 Hafif, 9-14 Orta ve >15 şiddetli umutsuzluk düzeyinde kabul edilmektedir.

Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Bu tez çalışmasında elde edilen verilerin değerlendirilmesinde sosyal bilimler için istatistik programı (SPSS 22.0) kullanılmıştır. Veri toplama aşamasında toplam 400 katılımcıya ulaşılmıştır ve katılımcılara ait veriler SPSS programına girilmiştir. Veri temizliği, sayıltı testleri gibi ön analiz hazırlıklar yapılmıştır. Örneklem özelliklerini tespit edebilmek amacıyla frekans analizi yapılmıştır. Ve bu sayede örneklemin demografik olarak nasıl dağılım gösterdiği elde edilmiştir. Veri temizliği aşamasından sonra verilerin parametrik ya da nonparametrik analizlere uygun olduğuna karar verebilmek adına, Kolmogorov-Smirnov normal dağılım analizi yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov testinin yanı sıra verilere ait betimsel analizler (mod, medyan, ortalama, basıklık, çarpıklık, vb.) incelenmiştir. Normal dağılım analizlerinden sonra araştırma soruları ile paralel olarak veri setlerinin demografik değişkenler ile olan değişimleri ve birbirleri ile olan ilişkileri uygun analizlerce gerçekleştirilmiştir. İkili grup içeren demografik değişkenlerin ilgili değişkenlerin puan ortalamalarıyla karşılaştırılması için “Bağımsız örneklem t testi”; ikiden fazla grup içeren demografik değişkenlerin ilgili değişkenlerin puan ortalamalarının karşılaştırılmasında “Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)” uygulanmıştır. Veri setleri arasındaki ikili ilişkiyi incelemek amacıyla da, ikili değişkenler arasında Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Araştırmaya ait bulgular %95 güven aralığında, %5 anlamlılık düzeyi göz önüne alınarak değerlendirilmiştir (Büyüköztürk, 2018).

Tablo 2.*Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler*

	N	X	Ss	Min.	Maks.	Çarpıklık	Basıklık	KS
Psikolojik Dayanıklılık	400	58.5	15.97	29	115	.709	.333	.000
Aile Desteği	400	12.92	5.19	7	28	.936	.256	.000
Akran Desteği	400	9.01	4.47	5	20	1.043	.117	.000
Okul Desteği	400	10.97	4.11	5	20	.389	-.699	.000
Uyum	400	8.61	2.86	4	16	.420	-.605	.000
Mücadele Azmi	400	11.23	3.8	5	20	.283	-.661	.000
Empati	400	5.74	2.24	3	12	.826	.273	.000

Psikolojik dayanıklılık ölçeği ve alt boyutlarına ilişkin betimleyici istatistikler tablo 4'te sunulmuştur. Değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov normal dağılım testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda değişkenlerin normal dağılım göstermediği görülmüştür. Ancak, değişkenlere ait puanların dağılımları ve tanımlayıcı istatistikleri incelendiğinde normal dağılım gösterdikleri bulunmuştur. Aynı zamanda değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerleri de +1 ile -1 arasında yer aldığı için değişkenlerin normal dağılım gösterdiği varsayılarak sonraki analizlerde parametrik analizler ile devam edilmiştir.

Tablo 3.*Benlik Saygısı Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler*

	N	X	Ss	Min.	Maks.	Çarpıklık	Basıklık	KS
Benlik Saygısı Ölçeği	400	1.72	1.17	0	5.34	.922	.325	.000

Benlik saygısı ölçeğine ilişkin betimleyici istatistikler tablo 2’de sunulmuştur. Değişkenin normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov normal dağılım testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda değişkenin normal dağılım göstermediği görülmüştür. Ancak, değişkene ait puanların dağılımları ve tanımlayıcı istatistikleri incelendiğinde normal dağılım gösterdiği bulunmuştur. Aynı zamanda değişkenin basıklık ve çarpıklık değerleri de +1 ile -1 arasında yer aldığı için değişkenin normal dağılım gösterdiği varsayılarak sonraki analizlerde parametrik analizler ile devam edilmiştir.

Tablo 4.*Umutsuzluk Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler*

	N	X	Ss	Min.	Maks.	Çarpıklık	Basıklık	KS
Umutsuzluk Ölçeği	400	6.81	4.92	0	19	.721	-.513	.000

Umutsuzluk ölçeğine ilişkin betimleyici istatistikler tablo 3’te sunulmuştur. Değişkenin normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov normal dağılım testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda değişkenin normal dağılım göstermediği görülmüştür. Ancak, değişkene ait puanların dağılımları ve tanımlayıcı istatistikleri incelendiğinde normal dağılım gösterdiği bulunmuştur. Aynı zamanda değişkenin basıklık ve çarpıklık değerleri de +1 ile -1 arasında yer aldığı için değişkenin normal dağılım gösterdiği varsayılarak sonraki analizlerde parametrik analizler ile devam edilmiştir.

Çalışma Planı ve Süreci

Araştırma süresince yapılan çalışmaların detayları ve tarih aralıkları bu bölümde yer almaktadır;

Tablo 5.

Araştırmanın Çalışma Planı ve Süreci

Yapılan Çalışmalar	Tarihler
İlk olarak araştırmada kullanılanması belirlenmiş olan ölçeklerden Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (EPDÖ) ölçek sahibinden, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) Türkçe uyarlamasının kullanım haklarının verildiği dernekten ve Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) Türkçe uyarlamasını yapan araştırmacıdan gerekli izinler email yoluyla alınmıştır. (İzinler Ek 1’de yer almaktadır)	Ocak 2022 - Şubat 2022
Çalışmaya başlamak için Etik Kurul Başvurusu Yakın Doğu Üniversitesi Etik Kurul Komisyonundan yapılmış ve izin alındıktan sonra çalışmaya başlanmıştır.	Şubat 2022 - Mart 2022
Araştırmanın kavramları ile ilgili alanyazın taramasının yapılması ve ilgili literatürün incelenmesi gerçekleştirilmiştir.	Mart 2022- Haziran 2022
Lefkoşa’da bulunan ortaokul ve liselerde veri toplama sürecine başlayabilmek için gerekli izinler MEB’na başvuru yapılarak alınmıştır. İzinler Genel Ortaöğretim Daire Müdürlüğünden ve Mesleki Teknik Öğretim Dairesinden ayrı olarak alınmıştır. (İzinler Ek 2’de yer almaktadır)	Mart 2022- Nisan 2022

Veri toplama sürecinde ortaokul ve liselerde ölçeklerin uygulanabilmesi için okul müdürlerine ve rehberlik öğretmenlere çalışmanın detayları ile ilgili gerekli bilgiler verilmiş, araştırmanın konusu ve amacı anlatılmıştır. MEB’ndan alınan onay kağıtları gösterilmiştir. Ölçekler örneklem grubuna sınav zamanlarını etkilemeyecek şekilde yetkili kişilerle birlikte ayarlanarak haftalık olarak hangi sınıflara uygulanacağı önceden belirlenerek yüz yüze uygulanmıştır. Okullardaki yetkili kişilerin yönlendirmesi ile ebeveyni boşanmış ergenler ve ebeveyni birlikte olan ergenler veri toplama sürecine birlikte dahil edilmişlerdir. Bu nedenle ebeveyni boşanmış olan ergenler için belirlenmiş olan sayıya ulaşabilmek amacıyla ölçekler daha fazla kişiye uygulanmıştır.	Mayıs 2022 - Haziran 2022
Ölçeklerin uygulandığı okuldaki yetkili kişilerin ebeveyni boşanmış ergenleri araştırmaya ayrı dahil etme uygun görülmediğinden dolayı. Ebeveyni boşanmış ve boşanmamış ergenler birlikte dahil edilmiştir. Bu gelişme sebebiyle tezin içeriği değiştirilmeden araştırmadaki örnekleme yönteminde ve tez başlığında değişiklik yapılmış ve etik kuruldan tekrardan izin alınmıştır.	Ekim 2022

Araştırmanın örneklem grubundan 400 kişiden toplanmış olan verilerin analizlerinin ve bulguların değerlendirilmesinin yapılması, ilgili literatür ile karşılaştırılarak tartışılması, bu doğrultuda sonuç bölümünün yazılması ve önerilerin belirlenmesi tamamlanmıştır.	Ağustos 2022 - Kasım 2022
---	--------------------------------------



BÖLÜM IV

Bulgular ve Yorumlar

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği, Umutsuzluk Ölçeğinin Ebeveyni Boşanmış ve Birlikte Olan Ergenlere Göre İncelenmesi

Tablo 6.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları

		N	X	Ss	t	p
Psikolojik	Boşanmış	200	66.26	16.26	11.109	.000
Dayanıklılık	Birlikte	200	50.74	11.21		

Psikolojik dayanıklılık ölçeğinin toplam puanının ergenlerin ebeveynlerinin boşanmış ya da birlikte olmasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları ebeveyn birliktelik durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmaktadır, $t(398) = 11.109$, $p \leq .01$. Buna göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları ($X=66.26$) ebeveyni birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamalarından ($X=50.74$) istatistiksel olarak daha yüksektir.

Tablo 7.

Benlik Saygısı Ölçeğinin Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları

		N	X	Ss	t	p
Benlik	Boşanmış	200	2.28	1.22	10.973	.000
Saygısı	Birlikte	200	1.15	.77		

Benlik saygısı ölçeğinin toplam puanının ergenlerin ebeveynlerinin boşanmış ya da birlikte olmasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların benlik saygısı puanlarının ortalamaları ebeveyn birliktelik durumuna göre istatistiksel

olarak anlamlı farklılaşmaktadır, $t(398) = 10.973$, $p \leq .01$. Buna göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları ($X=2.28$) ebeveyni birlikte olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamalarından ($X=1.15$) istatistiksel olarak daha yüksektir.

Tablo 8.

Umutsuzluk Ölçeğinin Ebeveyn Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları

		N	X	Ss	t	p
Umutsuzluk	Boşanmış	200	9.14	5.05	10.697	.000
	Birlikte	200	4.49	3.48		

Umutsuzluk ölçeğinin toplam puanının ergenlerin ebeveynlerinin boşanmış ya da birlikte olmasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların umutsuzluk puanlarının ortalamaları ebeveyn birliktelik durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmaktadır, $t(398) = 10.697$, $p \leq .01$. Buna göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları ($X=9.14$) ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamalarından ($X=4.49$) istatistiksel olarak daha yüksektir.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği ve Umutsuzluk Ölçeğinin Demografik Özellikler ile İlişkisinin İncelenmesi

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Tablo 9.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları

Ebeveyni;		N	X	Ss	t	p
Boşanmış	Kadın	73	66.52	16.76	.168	.867
	Erkek	127	66.11	16.04		
Birlikte	Kadın	82	50.97	12.1	.242	.809
	Erkek	118	50.58	10.59		

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık ölçeğinin toplam puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, $t(198) = .168, p > .05$.

Ebeveyni birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık ölçeğinin toplam puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, $t(198) = .242, p > .05$.

Tablo 10.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Eğitim Düzeyine Göre T Testi Sonuçları

Ebeveyni;		N	X	Ss	t	p
Boşanmış	Ortaokul	110	63.36	15.63	-2.837	.005
	Lise	90	69.81	16.4		
Birlikte	Ortaokul	110	49.43	10.62	-2.158	.032
	Lise	90	52.93	11.86		

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık ölçeğinin toplam puanlarının eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmaktadır, $t(198) = -2.837, p < .05$. Buna göre, ebeveyni boşanmış olan ve ortaokula giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları ($X=63.36$) ebeveyni boşanmış olan ve liseye giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamalarından ($X=69.81$) istatistiksel olarak daha düşüktür.

Ebeveyni birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık ölçeğinin toplam puanlarının eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları eğitim düzeyine göre

istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmaktadır, $t(198) = -2.158$, $p < .05$. Buna göre, ebeveyni birlikte olan ve ortaokula giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları ($X=49.43$) ebeveyni birlikte olan ve liseye giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamalarından ($X=52.93$) istatistiksel olarak daha düşüktür.

Tablo 11.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Kiminle Yaşadığına Göre ANOVA Sonuçları

Ebeveyni;		N	X	Ss	F	p	Fark
Boşanmış	Anne ₁	127	65.29	15.86	4.182	.007	4>1,2,3
	Baba ₂	36	66.44	16.7			
	Ailemle ₃	29	64.96	14.49			
	Diğer ₄	8	85.62	17.52			

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık ölçeğinin toplam puanının kiminle yaşadığına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanları, ergenin kiminle yaşadığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir, $F(3,196) = 4.182$, $p < .05$. Anlamlı farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla Bonferroni çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Yapılan çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre; diğer kişiyle yaşadığını belirten ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları ($X=85.62$), annesiyle yaşadığını belirten ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamalarından ($X=65.29$), babasıyla yaşadığını belirten ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamalarından ($X=66.44$) ve ailesiyle yaşadığını belirten ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamalarından ($X=64.96$) istatistiksel olarak daha yüksektir.

Tablo 12.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Ebeveyn ile Görüşme Sıklığına Göre ANOVA Sonuçları

Ebeveyni;		N	X	Ss	F	p	Fark
Boşanmış	Sık sık ₁	89	63.98	15.12	2.371	.096	-
	Nadiren ₂	72	66.68	13.55			
	Hiçbir	39	70.69	21.92			
	zaman ₃						

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık ölçeğinin toplam puanının diğer ebeveyni ile görüşme sıklığına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanları, ergenin birlikte yaşamadığı ebeveyni ile görüşme sıklığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, $F(3,196)= 2.371, p>.05$.

Benlik Saygısı Ölçeğinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Tablo 13.

Benlik Saygısı Ölçeğinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları

Ebeveyni;		N	X	Ss	t	p
Boşanmış	Kadın	73	2.36	1.22	.720	.473
	Erkek	127	2.23	1.23		
Birlikte	Kadın	82	1.29	.91	2.106	.036
	Erkek	118	1.06	.65		

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı ölçeğinin toplam puanının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, $t(198) = .720, p>.05$.

Ebeveyni birlikte olan ergenlerin benlik saygısı ölçeğinin toplam puanının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni birlikte olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmaktadır, $t(198) = 2.106$, $p < .05$. Buna göre, ebeveyni birlikte olan kadın ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları ($X = 1.29$) ebeveyni birlikte olan erkek ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamalarından ($X = 1.06$) istatistiksel olarak daha yüksektir.

Tablo 14.

Benlik Saygısı Ölçeğinin Eğitim Düzeyine Göre T Testi Sonuçları

Ebeveyni;		N	X	Ss	t	p
Boşanmış	Ortaokul	110	2.22	1.2	-.829	.408
	Lise	90	2.36	1.26		
Birlikte	Ortaokul	125	1.16	.83	.089	.929
	Lise	75	1.15	.68		

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı ölçeğinin toplam puanının eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, $t(198) = -.829$, $p > .05$.

Ebeveyni birlikte olan ergenlerin benlik saygısı ölçeğinin toplam puanının eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni birlikte olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, $t(198) = .929$, $p > .05$.

Tablo 15.*Benlik Saygısı Ölçeğinin Kiminle Yaşadığına Göre ANOVA Sonuçları*

Ebeveyni;		N	X	Ss	F	p	Fark
Boşanmış	Anne	127	2.29	1.29	.059	.981	-
	Baba	36	2.23	1.1			
	Ailemle	29	2.26	1.2			
	Diğer	8	2.43	.81			

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı ölçeğinin toplam puanının kiminle yaşadığına göre farklılaşıp farklılaşmadığı, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı puanları, ergenin kiminle yaşadığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, $F(3,196)=.059$, $p>.05$.

Tablo 16.*Benlik Saygısı Ölçeğinin Ebeveyn ile Görüşme Sıklığına Göre ANOVA Sonuçları*

Ebeveyni;		N	X	Ss	F	p	Fark
Boşanmış	Sık sık	89	2.13	1.13	1.250	.289	-
	Nadiren	72	2.37	1.18			
	Hiçbir zaman	39	2.46	1.47			

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı ölçeğinin toplam puanının diğer ebeveyni ile görüşme sıklığına göre farklılaşıp farklılaşmadığı, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı puanları, ergenin birlikte yaşamadığı ebeveyni ile görüşme sıklığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, $F(2,197)= 1.250$, $p>.05$.

Umutsuzluk Ölçeğinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Tablo 17.

Umutsuzluk Ölçeğinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları

Ebeveyni;		N	X	Ss	t	p
Boşanmış	Kadın	73	8.5	4.7	-1.316	.190
	Erkek	127	9.49	5.23		
Birlikte	Kadın	82	4.8	3.83	1.049	.296
	Erkek	118	4.27	3.21		

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk ölçeğinin toplam puanının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, $t(198) = -1.316, p > .05$.

Ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk ölçeğinin toplam puanının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, $t(198) = 1.049, p > .05$.

Tablo 18.

Umutsuzluk Ölçeğinin Eğitim Düzeyine Göre T Testi Sonuçları

Ebeveyni;		N	X	Ss	t	p
Boşanmış	Ortaokul	110	8.33	5.04	-2.518	.013
	Lise	90	10.1	4.91		
Birlikte	Ortaokul	125	4.1	3.08	-1.979	.049
	Lise	75	5.12	4.0		

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk ölçeğinin toplam puanının eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmaktadır, $t(198) = -2.518, p < .05$. Buna göre, ebeveyni boşanmış olan ve ortaokula giden ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları ($X=8.33$) ebeveyni boşanmış olan ve liseye giden ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamalarından ($X=10.1$) istatistiksel olarak daha düşüktür.

Ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk ölçeğinin toplam puanının eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağlantısız örneklem t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak marjinal düzeyde anlamlı farklılaşmaktadır, $t(198) = -1.979, p < .05$. Buna göre, ebeveyni birlikte olan ve ortaokula giden ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları ($X=4.1$) ebeveyni birlikte olan ve liseye giden ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamalarından ($X=5.12$) istatistiksel olarak daha düşüktür.

Tablo 19.

Umutsuzluk Ölçeğinin Kiminle Yaşadığına Göre ANOVA Sonuçları

Ebeveyni;		N	X	Ss	F	p	Fark
Boşanmış	Anne	127	8.79	5.08	1.629	.184	-
	Baba	36	8.91	5.13			
	Ailemle	29	10.03	4.79			
	Diğer	8	12.37	4.43			

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk ölçeğinin toplam puanının kiminle yaşadığına göre farklılaşıp farklılaşmadığı, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk puanları, ergenin kiminle yaşadığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, $F(3,196) = 1.629, p > .05$.

Tablo 20.*Umutsuzluk Ölçeğinin Ebeveyn ile Görüşme Sıklığına Göre ANOVA Sonuçları*

Ebeveyni;		N	X	Ss	F	p	Fark
Boşanmış	Sık sık	89	8.39	4.96	1.763	.174	-
	Nadiren	72	9.75	4.76			
	Hiçbir	39	9.71	5.66			
	zaman						

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk ölçeğinin toplam puanının diğer ebeveyni ile görüşme sıklığına göre farklılaşıp farklılaşmadığı, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk puanları, ergenin birlikte yaşamadığı ebeveyni ile görüşme sıklığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, $F(2,197)= 1.763, p>.05$.

BÖLÜM V

Tartışma

Boşanmış ve boşanmamış ebeveynlere sahip olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık, benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerinin nasıl farklılaştığı ve araştırmanın belirlediği sosyo- demografik değişkenleri doğrultusunda elde edilen bulgular tartışılmış ve literatür incelenerek karşılaştırılmıştır. Elde edilen temel bulgulara göre, ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin ebeveynleri boşanmamış ergenlere göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri daha yüksek, benlik saygısı düzeyleri daha düşük ve umutsuzluk düzeyleri ise daha yüksek olarak bulunmuştur.

Elde edilen bulgulara göre ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları, ebeveyni birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamalarından daha yüksektir. EPDÖ'nden alınan puanların yükselmesi bireydeki psikolojik dayanıklılık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda araştırmada ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin ebeveynleri boşanmamış olan ergenlere göre daha yüksek psikolojik dayanıklılık düzeyine sahip oldukları bulunmuştur.

Literatür incelendiğinde; boşanma üzerine yapılan araştırmalar, ebeveyn-çocuk ilişkisinin çocukların boşanma sonrası uyumuna aracılık eden bir faktör olduğunu göstermiştir (Barnes, 1999; Hetherington ve Stanley-Hagan, 1999; Kelly ve Emery, 2003; Laursen ve Birmingham, 2003; O'Connor, 2003; Greeff ve Van Der Merwe, 2004; Rushena, ve diğerleri, 2005). Olumlu bir ilişki yaşayan çocukların, ebeveyn boşanmasından kaynaklanan olumsuz etkiyi gösterme olasılığı daha düşüktür (O'Connor, 2003). Çocukların uyumu, olumlu ebeveynlik ortamıyla da ilişkilidir (Hetherington ve Stanley-Hagan, 1999). Ebeveynlerin boşanmasından sonra çocukların dayanıklılık geliştirebilmeleri büyük ölçüde ebeveyni ile olan destekleyici, sağlıklı, samimi iletişim ve ilişkisine, güçlüklerin neden olduğu olumsuzluklara karşı bir takım koruyucular geliştirme yöntemleri doğrultusunda gerçekleşmektedir(Walsh, 2012). Bu ebeveyn ortamının tanımlayıcıları arasında sıcak, destekleyici, iletişimsel, çocukların ihtiyaçlarına duyarlı, sıkı ve tutarlı kontrol, olumlu disiplin ve çocukların etkinliklerinin yakından izlenmesi yer almaktadır(Chen ve George, 2005).

Buna ek olarak, istismar ve ihmal edilmiş çocukların psikolojik dayanıklılık geliştirdikleri farklı araştırmaların bulgularında da bulunmuştur(Collishaw ve diğerleri, 2007; McGloin ve Widom, 2001). Psikolojik dayanıklılık, duygusal ihmal ile çocukluk çağı psikiyatrik belirtileri arasındaki ilişkiyi düzenlemektedir(Campbell-Sills ve diğerleri, 2006; Wingo ve diğerleri, 2010). Psikolojik dayanıklılık kavramına göre dirençli bireyler, travmaya, stresli olay ve durumlara maruz kalan fakat travmatik yaşantılara karşın iyi uyum sağlayabilen kişilerdir (Bonanno ve diğerleri, 2006; Masten, 2001; Southwick ve diğerleri, 2011). Bu nedenle psikolojik dayanıklılık, travmaya bağlı davranış bozukluklarına karşı koruyucu bir faktör olarak kabul edilmektedir (Almedom, 2008; Yehuda, 2004). Çocukluk çağında travmaya maruz kalan bazı çocuklarda ileriki yıllarda neredeyse hiç semptom görülmeyebilir. Ayrıca nispeten daha az yoğun travma yaşayan çocuklar ileriki yıllarda daha fazla semptom gösterebilmektedirler. Travma kaynaklı bu çeşitlilikte, psikolojik dayanıklılık öne çıkan bir koruyucu faktör olabilmektedir(Hornor, 2017).

Araştırmanın örneklem grubunun sosyo-demografik değişkenlerinden biri olan ve duygusal bir kayıp olarak kabul edilen ebeveyn boşanması çocuk için travmatik bir olay olabilmektedir. Dayanıklılık, bireye sorun yaratıcı, sıkıntı ve strese neden olacak bir olay sonrasında bireyin bu olayı atlatması ve iyileşmesi için gerekli olan (Gunderson ve Folke, 2005) ve istenmeyen bir duruma karşı uyum sağlanmasını kapsayan bir zaman(Pakalniškienė ve diğerleri, 2016) olarak açıklanmaktadır. Bu nedenle literatürdeki psikolojik dayanıklılık konusunda yapılmış olan tanımlamalar araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Araştırma analiz sonuçlarına göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları ebeveyni birlikte olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamalarından daha yüksektir. RBSÖ’nden alınan puanların yükselmesi bireyin benlik saygısının düştüğünü göstermektedir. Bu doğrultuda araştırmada ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin ebeveynleri boşanmamış olan ergenlere göre daha düşük benlik saygısına sahip oldukları bulunmuştur.

Literatür incelendiğinde araştırmanın sonuçlarını destekleyecek bir çok benzer araştırma bulguları bulunmaktadır. Ebeveynleri boşanmış olan çocuklar düşük benlik saygısı geliştirmeye daha eğilimlidirler(Hess ve Camara, 1979; Coeper ve

diğerleri,1983; Bynum ve Durm, 1996; Çelikoğlu, 1997; Serin ve Öztürk, 2007). Rosenberg, ergenlerin benlik saygı düzeylerini bulundukları aile düzeni ve yapısı açısından incelediğinde; boşanma yaşamış ailelerdeki ergenlerin daha düşük benlik saygısı geliştirdiklerini saptamıştır(Tarhan,1995). Çalışmalar (Hetherington, 1993; Kelly ve Emery, 2003), boşanmayla ilgili stres faktörlerinin, ebeveyn desteğini ve sıcaklığını azaltan, çocukları ve ergenleri çeşitli uyum sorunları riskine sokan annenin psikolojik sıkıntısı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Depresif ebeveynleri olan çocuk ve ergenlerin daha düşük benlik saygısı sergileme olasılığı daha yüksektir(Jacob ve Johnson, 1997;Goodman ve Gotlib, 2002). Crosnoe ve Elder'a (2004) göre, depresif anneler, boşanmış ailelerin çocuk ve ergenlerinde düşük benlik saygısının güçlü bir yordayıcısı olan ebeveyn-çocuk ilişkisinde olumsuz değişiklikler bildirmiştir. Bulgular benlik saygısının destekleyici, hassas ve olumlu ebeveyn-çocuk iletişim ve ilişkisi sayesinde biçimlendiğini ve arttığını destekler niteliktedir(Baharudin ve Zulkefly, 2009; Li ve Seltzer, 2005; Wissink ve diğerleri, 2006)

Ebeveynleriyle olumlu ve destekleyici bir ilişkinin varlığını algılayan bireylerin, daha fazla öz değer ve benlik saygısı hissetme olasılığı daha yüksek olmaktadır. Benzer şekilde Lau (2007), velayet sahibi ebeveyn ile yakın bir ilişkinin, çocukların skolastik yeterlilik, atletik yeterlilik, davranış ve genel öz-değer alanlarındaki benlik saygısını olumlu bir şekilde yordadığını göstermiştir. Baharudin ve Zulkefly (2009)'nin, ebeveynler ve gençlerin benlik saygısı arasındaki ilişkilerin kalitesinin etkisini araştırdıkları araştırmada ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesinin benlik saygısı ile olumlu ve anlamlı bir şekilde ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Bulgular bu araştırma sonucunu destekler niteliktedir.

Elde edilen verilerine göre ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamalarından daha yüksektir. BUÖ'nden alınan puanların yükselmesi bireydeki umutsuzluk düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda araştırmada ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin ebeveynleri boşanmamış olan ergenlere göre daha yüksek umutsuzluk düzeyine sahip oldukları bulunmuştur. Elde edilen bulgular doğrultusunda literatür incelendiğinde farklı sonuçların olduğu görülmektedir fakat çoğunlukla ebeveynlerinin boşanmasından sonra ergenlerin umutsuzluk düzeylerinde

artışın olduğu ve bu ergenlerin daha yüksek umutsuzluk düzeylerine sahip oldukları görülmektedir(Wood ve diğerleri, 2004; Amato ve Gilbreth, 1999; Arıkan, 2014).

Bu çalışmada ebeveyni boşanmış ve boşanmamış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Literatür incelendiğinde cinsiyetin psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisi birçok farklı çalışmada incelenmiş ancak yapılan çalışmaların sonucunda bir fikir birliği sağlanamamıştır. Bazı araştırmalarda cinsiyet ile psikolojik dayanıklılık arasında ilişki gözlenmemiştir (Rew, 2001; Maddi ve diğerleri, 2006; Terzi, 2008; Eryılmaz, 2012; Sezgin, 2012; Altundağ, 2013; Tümlü ve Recepoğlu, 2013; Aydoğdu, 2015; Bektaş ve Özben, 2016; Bozgeyikli, 2017; Başarıkan, 2022) ve bu çalışmalar araştırmanın bu sonucu ile paralellik göstermektedir.

Araştırmanın analiz sonuçlarına göre, ebeveyni boşanmış ve birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları eğitim düzeyine göre farklılaşmaktadır, Buna göre, ebeveyni boşanmış ve birlikte olan ortaokula giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları ebeveyni boşanmış ve evli olan liseye giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamalarından istatistiksel olarak daha düşüktür. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde yaş değişkeninin psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisi açısından bazı araştırmalarda anlamlı farklılıklar olduğu, bazılarında ise fark olmadığı görülmektedir (Gooding ve diğerleri, 2012; Diehl ve Hay, 2010; Windle ve diğerleri, 2008; Ong ve diğerleri, 2009; McCoy, 2001). McCoy (2001) araştırmasının sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin, düşük olanlara göre daha ileri yaşta olduğunu ortaya koymuştur. Yaşı daha ileri olan bireylerin daha genç bireylere göre daha fazla yaşam deneyimine sahip olması, daha fazla stresörle karşılaşması ve geçmişte yaşanan olumsuz olayları başarılı bir şekilde çözmesinin psikolojik dayanıklılığı elde etmede onları avantajlı bir konuma getirebileceğini belirtmiştir. Yaş ilerledikçe psikolojik dayanıklılığın artması, bireylerin yaşam sürecinde deneyimler yaşarken olumsuzluklarla daha kolay baş edebilmeleri ile açıklanabilir (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018). Türkiye’de yapılmış olan bir çalışmadan elde edilen bulgulara göre de; 22 yaş ve üstü öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri 18-21 yaş arası öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur(Büyükeskil ve diğerleri, 2021).

Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Literatür incelendiği zaman mevcut araştırmanın bulgularını destekleyen bir çok araştırma bulunmaktadır. Buna göre; ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan ergenlerin benlik saygı düzeyleri ve okula bağlılıklarının incelendiği bir çalışmadan elde edilen bulgulara göre ergenlerin benlik saygı düzeylerinde cinsiyet değişkenine göre anlamlı fark saptanmamıştır(Alparslan, 2016). Ergenlerde saldırganlık ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiye benlik saygısının etkisinin araştırıldığı bir çalışmanın sonucuna göre benlik saygısı düzeylerinin ergenlerin cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı saptanmıştır(Şahin, 2015). Yapılan diğer bir çok çalışmada da ebeveynleri boşanmış olan çocukların benlik saygı düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı ilişkinin varlığının saptanmadığı belirtilmiştir(Parish ve Taylor, 1979). Lise öğrencileri ile yapılan araştırmalarda da benzer sonuçlar saptanmış olup benlik saygısı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır(Balat ve Akman, 2004; Çankaya, 2007; Aktaş, 2011). Ebeveynleri boşanmış olan çocuklar üzerinde yapılmış olan bir diğer çalışmada da benlik saygı düzeyleri ve cinsiyet değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır(Öztürk,2006). İlgili alan yazında, 17 – 23 yaş aralığındaki bireylerde cinsiyetin benlik saygı düzeyi üzerinde etkili bir sosyo-demografik değişken olmadığı savunulmaktadır(Maşbaracı,1994). Bu bulgular mevcut araştırmanın bulguları ile uyusmaktadır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre ebeveyni birlikte olan ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Buna göre, ebeveyni birlikte olan kadın ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamaları ebeveyni birlikte olan erkek ergenlerin benlik saygısı puanlarının ortalamalarından istatistiksel olarak daha yüksektir. Bu durumda ebeveyni birlikte olan kız ergenlerin benlik saygısı düzeyleri ebeveynleri birlikte olan erkek ergenlerden daha düşük olarak saptanmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda literatür incelendiğinde farklı sonuçların olduğu görülmektedir. Benlik saygısının çeşitli alanlarında kız ergen benlik saygısı erkek ergen benlik saygısından daha düşük bulunmuştur (Quatman ve Watson 2001; Agam ve diğerleri, 2015). Genel olarak, araştırmacılar her yaştaki erkeklerin dünya çapındaki kadınlardan daha yüksek benlik saygısı seviyelerine sahip olma eğiliminde olduğunu bulmuşlardır(Bleidorn ve diğerleri, 2016).

Ergenlerin dahil edildiği bir çalışmadan elde edilen bulgulara göre de, kız ergenlerin bütün yaş aralıklarında erkek ergenlere göre daha düşük benlik saygısına sahip oldukları saptanmıştır(Byrne, 2000). Bu çalışmaların sonuçları mevcut araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir. Konu ile ilgili daha önceden yapılmış olan araştırmalarda farklı bulguların saptanmasının bir çok nedeni olabilmektedir. Bunlardan bazıları; araştırmaya dahil edilmiş olan ergenlerin farklı sosyo-ekonomik ve kültürel düzeye sahip olmaları, ergenlik döneminin farklı yaş gruplarının çalışmalara dahil edilmiş olmaları ve ergenlerin sahip olduğu ebeveynlerin farklı ebeveyn tutumları sergiliyor olmaları farklı bulguların elde edilmesine neden olmuş olabilmektedir.

Benlik saygısı puanları ebeveyni boşanmış olan ergenlerin kiminle yaşadığına göre farklılık göstermemektedir. Literatür incelendiği zaman araştırmanın bulguları ile paralellik gösteren bir çok çalışma bulunmaktadır(Lowenstein ve Koopman, 1978; Çelikoğlu, 1997; Öztürk, 2006; Karakaya, 2018).

Analiz sonuçlarına göre ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı puanları, ergenin birlikte yaşamadığı ebeveyni ile görüşme sıklığına göre farklılık göstermemektedir. İlgili literatür incelendiği zaman araştırmanın bu bulgusu ile çelişen ve paralellik gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Buna göre, ebeveynleri boşanmış olan çocukların velayeti almayan ebeveyn ile ne kadar sıklıkla görüştükleri ve benlik saygı düzeyleri arasında yapılmış olan bazı çalışmaların bulgularına göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (Öztürk, 2006; Karakaya, 2018). Bu bulgu araştırmanın sonucu ile paralellik göstermektedir. Araştırma sonuçlarından farklı olarak ebeveynleri boşanmış çocuklar ile yapılan çalışmalarda çocukların baba ile görüşme sıklığının az yada hiç olmaması, baba ile ilişkilerinin ve iletişimlerinin yetersizliği çocuklarda bir çok problemli davranışa sebep olduğu ve benlik saygılarının da daha düşük olduğu saptanmıştır(Coopersmith, 1967; Parish ve Taylor, 1979; Lamb, 1981). Buna ek olarak anne ve babası ile boşanmadan sonra ayda birden az görüşen erkek çocuklarda daha düşük benlik saygısı bulunmuştur(Lowenstein ve Koopman, 1978). Literatür taramasına göre araştırmaların çoğu boşanma sonrası velayeti almayan ebeveyn ile görüşme sıklığı fazla olan bireylerin az olan bireylere göre daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarını saptamıştır(Çelikoğlu, 1997; Karakaya, 2018).

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre ebeveyni boşanmış ve birlikte olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Bu konu hakkında literatür incelendiğinde; Türkiye’de yapılmış olan bazı araştırmalarda ergenlerin umutsuzluk düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır(Tümekaya, 2005; Kanak ve diğerleri, 2017). Literatürde ki diğer bir çok araştırmada bu bulguyu destekler nitelikte olup, cinsiyet değişkenin bireyin umutsuzluk düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını bulmuştur(Kazdin ve diğerleri,1983; Kazdin ve diğerleri, 1986; Kashani ve diğerleri, 1991; Durak, 1994; Öztürk, 1997; Gürvardar, 2001; Tüfekçiyaşar, 2014; Yılmaz, 2015). Ergenlerin umutsuzluk düzeylerini anlamlı düzeyde etkileyen faktörler cinsiyet değişkeninden çok; ergenin sahip olduğu aile düzeni ve yapısı, sosyal çevresi ve arkadaşlık ilişkileri, okuldaki ortamı ve öğretmenleri ile ilişkisi olmaktadır(Kanak vd., 2017).

Araştırmanın analiz sonuçlarına göre, ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları eğitim düzeyine göre farklılaşmaktadır, Buna göre, ebeveyni boşanmış olan ve ortaokula giden ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları ebeveyni boşanmış olan ve liseye giden ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamalarından istatistiksel olarak daha düşüktür. Bununla birlikte, ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları eğitim düzeyine göre farklılaşmaktadır, Buna göre, ebeveyni birlikte olan ve ortaokula giden ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamaları ebeveyni birlikte olan ve liseye giden ergenlerin umutsuzluk puanlarının ortalamalarından istatistiksel olarak daha düşüktür. Literatür incelendiği zaman, Türkiye’de yapılmış olan bir araştırmadan elde edilen bulgulara göre, lisede öğretim gören öğrencilerin ortaokulda öğretim görenlere oranla umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır(Kanak vd., 2017). Bu sonuç araştırmadan elde edilen bulguları destekler niteliktedir.

BÖLÜM VI

Sonuç ve Öneriler

Sonuç

Bu araştırmada, ergenlerin psikolojik dayanıklılık, benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerine ebeveynlerinin boşanmış ve boşanmamış olma durumunun etkisi; ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık, benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması yolu ile ölçülmüştür. Bu çalışma ebeveyni boşanmış 200, ebeveyni boşanmamış 200 olmak üzere toplamda 400 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın kapsadığı soru cümleleri ile yapılmış olan analizler doğrultusunda aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır;

- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ebeveyni birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinden daha yüksektir.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı düzeyleri ebeveyni birlikte olan ergenlerin benlik saygısı düzeylerinden daha düşüktür.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk düzeyleri ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk düzeylerinden daha yüksektir.
- Ebeveyni boşanmış ve ebeveyni birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılaşmamaktadır.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri eğitim düzeyine göre anlamlı farklılaşmaktadır. Buna göre, ebeveyni boşanmış olan ve ortaokula giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ebeveyni boşanmış olan ve liseye giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinden daha düşüktür.
- Ebeveyni birlikte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri eğitim düzeyine göre anlamlı farklılaşmaktadır. Buna göre, ebeveyni birlikte olan ve

ortaokula giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ebeveyni birlikte olan ve liseye giden ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinden daha düşüktür.

- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri, ergenin kiminle yaşadığına göre anlamlı farklılık göstermektedir. Buna göre, diğer kişiyle yaşadığını belirten ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri, annesiyle yaşadığını belirten ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinden, babasıyla yaşadığını belirten ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinden ve ailesiyle yaşadığını belirten ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinden daha yüksektir.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri, ergenin birlikte yaşamadığı ebeveyni ile görüşme sıklığına göre anlamlı farklılık göstermemektedir.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılaşmamaktadır.
- Ebeveyni birlikte olan ergenlerin benlik saygısı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılaşmaktadır. Buna göre, ebeveyni birlikte olan kadın ergenlerin benlik saygısı düzeyleri ebeveyni birlikte olan erkek ergenlerin benlik saygısı düzeylerinden daha düşüktür.
- Ebeveyni boşanmış ve ebeveynleri birlikte olan ergenlerin benlik saygısı düzeyleri eğitim düzeyine göre anlamlı farklılaşmamaktadır.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı düzeyleri, ergenin kiminle yaşadığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı düzeyleri, ergenin birlikte yaşamadığı ebeveyni ile görüşme sıklığına göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

- Ebeveyni boşanmış ve ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılaşmamaktadır.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk düzeyleri eğitim düzeyine göre anlamlı farklılaşmaktadır. Buna göre, ebeveyni boşanmış olan ve ortaokula giden ergenlerin umutsuzluk düzeyleri, ebeveyni boşanmış olan ve liseye giden ergenlerin umutsuzluk düzeylerinden daha düşüktür.
- Ebeveyni birlikte olan ergenlerin umutsuzluk düzeyleri eğitim düzeyine göre marjinal düzeyde anlamlı farklılaşmaktadır. Buna göre, ebeveyni birlikte olan ve ortaokula giden ergenlerin umutsuzluk düzeyleri, ebeveyni birlikte olan ve liseye giden ergenlerin umutsuzluk düzeylerinden daha düşüktür.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk düzeyleri, ergenin kiminle yaşadığına göre anlamlı farklılık göstermemektedir.
- Ebeveyni boşanmış olan ergenlerin umutsuzluk düzeyleri, ergenin birlikte yaşamadığı ebeveyni ile görüşme sıklığına göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

Öneriler

Araştırma Sonuçlarına Yönelik Öneriler

Araştırma sonucunda ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin benlik saygısı düzeyleri daha düşük ve umutsuzluk düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Elde edilmiş olan bu bulgulardan yola çıkarak ergenlik dönemindeki ebeveyn boşanması risk grubunda yer alan öğrencilere yönelik belirlenen koruyucu faktörler doğrultusunda okullarda görev almakta olan rehberlik öğretmenleri, ders öğretmenleri, okul müdürleri ve ruh sağlığı çalışanları ile ergen bireylere bu konuda yarar sağlayacak çalışmalar yapılabilir. Boşanma oranlarının KKTC’nde son zamanlarda oldukça artması ve bu durumun ergenler üzerinde yol açtığı zararlarında doğru orantıda artmasına neden olmuştur. Bu konuda ebeveynlerin ve yetkili kişilerin bilinçlendirilmesi ve bu risk grubunda ki çocuklar için koruyucu faktörlerin geliştirilip uygulanması yarar sağlayabilmektedir.

Bu çalışmada ebeveynleri boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ebeveynleri birlikte olan ergenlerden daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuca göre; ebeveyn boşanması yaşamış olmasına rağmen ailesinden ve çevresinden ergene gösterilen sevgi ve ilginin varlığı, ebeveynleri tarafından ergene sağlanan sağlıklı ve etkili iletişim, kaliteli zaman geçirmenin, okulda öğretmenlerinin dikkatli gözlemi ve ilgisinin öneminin ve etkisinin daha kapsamlı olarak araştırılması ile boşanma sonrası çocukların daha az zarar alarak hayatlarına devam etmeleri ve yetişkinliklerinde sahip olabilecekleri sorunların azaltılmasına ışık tutacağı düşünülmektedir.

Ergenlik döneminin hassas ve bir çok ruhsal, bedensel ve duygusal değişikliği barındıran bir dönem olması sebebiyle sadece ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin değil aynı zamanda ebeveyn birlikteliği hala devam eden ergenlerin aile düzenleri, ev ortamları, ebeveynleri ile olan iletişim ve ilişkileri, ebeveynlerinin ergen üzerindeki yaklaşım ve tutumları, ergenin sosyal hayatında ki arkadaşlık ilişkileri, okulda akranları ile sürdürdüğü ilişkiler ve hocaları ile olan iletişimlerine odaklanılması ileride

yapılacak olan araştırmalara yarar sağlayacağı ve az araştırılan bir konu olması sebebiyle önemli bir odak noktası olacağı düşünülmektedir.

İleride Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler

Yapılmış olan bu araştırmanın sahip olduğu birtakım sınırlılıklardan bahsedilebilir. Araştırmanın Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyetindeki (KKTC) sadece Lefkoşa’da ki ergenlik dönemindeki öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiş olması diğer illerdeki ergenlerin psikolojik dayanıklılık, öz saygı ve umutsuzluk düzeylerini öğrenme konusunda sınırlılık oluşturmaktadır. Gelecekte yapılacak olan araştırmaların, ergen bireylerin daha genelini temsil edecek şekilde örneklem oluşturması literatüre yarar sağlayacaktır.

Araştırmanın sadece Lefkoşa’daki ortaokul ve lise öğrencileri ile gerçekleştirilmiş olması bir sınırlılık oluşturabilmektedir. Bu doğrultuda, farklı ülkelerde ve şehirlerde çalışmanın uygulanması daha güvenilir sonuçlar elde edilebilmesine yardımcı olabilir.

Buna ek olarak araştırmanın örneklem grubu 400 kişi ile sınırlı tutulmuştur. Katılımcıların sadece 200’ü ebeveynleri boşanmış ergenlerden ve 200’ü ebeveynleri boşanmamış ergenlerden oluşmaktadır. Bu nedenle katılımcı sayısı arttırılarak sonuçların güvenilirlik oranları da arttırılabilir.

Araştırmaya dahil edilen ergenlerin yaş sınırı 12-18 olarak belirlenmiştir. Gelecekte ergenlerin üzerinde yapılacak olan araştırmalar da katılımcıların erken ergenlik(10-13) ve geç ergenlik(18-25) yaş aralığında dahil edilerek yapılması araştırma konusunu daha detaylı ve kapsamlı hale getirebilir.

Bu araştırma için risk grubu olarak ergen bireylerin ebeveynlerinin boşanması seçilmiştir. Psikolojik dayanıklılık, öz saygı ve umutsuzluk düzeyleri konusunda diğer risk gruplarında da çalışmalar gerçekleştirilebilir.

Buna ek olarak, katılımcıların psikolojik dayanıklılık düzeyleri, öz saygı düzeyleri ve umutsuzluk düzeyleri uygulanan ölçekler ile belirlenmiştir. Katılımcılar ile yapılacak olan bireysel görüşmelerin alınacak önlemler konusunda ve araştırmanın odaklandığı konu hakkında daha fazla bilgi sağlayacağı düşünülmektedir.

Ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin düşük öz saygı düzeyleri ve geleceğe karşı daha fazla umutsuz olmaları gibi belirtilerin fark edilmemesi, bireyde ilerde daha büyük sorunlara yol açabilmektedir. Bu araştırmaya benzer ve farklı değişkenlerinde dahil edildiği çalışmalara önem verilmesi ile ergenlik döneminde yaşanan sorunların daha başlamadan veya erken fark edilip, çözümlenmesi ile yetişkinlikte geri dönüşü olmayan bireysel ve toplumsal zorlukların önlenmesine yardımcı olabilmektedir.

Psikolojik dayanıklılık kavramının araştırılacağı ileri ki çalışmalarda çocukluk döneminde olumsuz ve problemli olaylara maruz kalan, travmatik olaylar yaşayan bireyler ile bu gibi olumsuz olaylar yaşamamış olan bireylerin karşılaştırılmasının, farklı yaş grupları dahil edilerek psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin az araştırılan bir konu olması sebebiyle daha kapsamlı olarak araştırılması, psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin de daha kapsamlı olarak farklı demografik özelliklerde dahil edilerek araştırılmasının toplumsal iyilik açısından yararlı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Abramson, L. Y., Alloy, L. B., & Metalsky, G. I. (1988). The cognitive diathesis stress theories of depression: Toward an adequate evaluation of the theories' validities. L. B. Alloy (Ed.), *Cognitive processes in depression* in, 3–30.
- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96(2), 358–372.
- Açıkgöz, M. (2016). Çukurova üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Agam, R., Tamir, S., & Golan, M. (2015) Gender differences in respect to selfesteem and body image as well as response to adolescents' school-based prevention programs. *Journal of Psychology and Clinical Psychiatry*, 2:1-6.
- Ağır, M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Bilişsel Çarpıtma Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki, Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ahern, N. R., Ark, P., & Byers, J. (2008). Resilience and coping strategies in adolescents—additional content. *Nursing Children and Young People*, 20(10).
- Aktaş, Ö. (2011). Boşanma nedenleri ve boşanma sonrasında karşılaşılan güçlükler. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Akpınar, Ş. (2013). Yetiştirme yurdunda kalan erkek ergenlere uygulanan yapılandırılmış eğitimin benlik saygısı umutsuzluk düzeyi ve intihar olasılığı üzerine etkisi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi.

- Akyol, S.U. (2013). Boşanmış Ve Boşanmamış Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık, Yaşam Doyumu, Sosyal Destek Ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Alder, G. (2002). Book review: Psychology: The Science of Behaviour [Psychology: The Science of Behaviour]. [Review of the book Psychology: The science of behaviour, by N. R. Carlson, W. Buskist, M. E. Enzle & C. D. Heth]. Canadian Psychology / Psychologie canadienne, 43(4), 278–280. <https://doi.org/10.1037/h0088235>
- Allen, B., & Waterman, H. (2019). Stages of Adolescence. Retrieved from <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/Pages/Stages-of-Adolescence.aspx>.
- Alloy, L. B., & Ahrens, A. H. (1987). Depression and pessimism for the future: biased use of statistically relevant information in predictions for self versus others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(2), 366- 378.
- Almedom, A. M. (2008). Resilience research and policy/ practice discourse in health, social, behavioral, and environmental sciences over the last ten years. *African Health Sciences*, 8(3), 5-13.
- Almeida, D.M., & Wethington, E. (1996). Daily spillover between marital and parent-child tension. paper presented at the biennial meetings of the society for research on adolescence. Boston.
- Alparslan, N. (2016). Anne babası boşanmış ergenlerin benlik saygısı ve okula bağlılık düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Altundağ, Y. (2013). Anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Amato, P. R. & Gilbreth, J. G. (1999). Non resident fathers and children's well being: A meta-analysis. *Journal Of Marriage And The Family*, 61(3): 557- 573.
- Amato, P. R. (1986). Marital conflict, the parent-child relationship and child self-esteem. *Family Relations*, 403-410.
- Amato, P.R. (2000). The Consequences of Divorce for Adults and Children, *Journal of Marriage and Family* 62, 1269.
- Amato, P. R., & Sobolewski, J. M. (2001). The effects of divorce and marital discord on adult children's psychological well-being. *American Sociological Review*, 66(6), 900–921.
- Amato, P.R. (1996). Explaining the intergenerational transmission of divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 628-640.
- Amato, P.R., & Afifi, T.D. (2006). Feeling Caught Between Parents: Adult Children's Relations with Parents and Subjective Well-Being, *Journal of Marriage and Family* 68, (1), 231.
- Amato, P.R., & Booth, A. (1991). Consequences of parental divorce and marital unhappiness for adult well-being. *Social Forces*, 69, 895-914.
- Amato, P.R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta analysis. *Psychological Bulletin*, 110 (1), 26-46.
- Anderson, J. (2014). The impact of family structure on the health of children: Effects of divorce. *The Linacre Quarterly*, 81(4), 378-387.

- Antaramian, S.P., Huebner, E.S. & Valois, R.F. (2008) Adolescent life satisfaction. *Applied Psychology: An International Review*, 57(1), 112-126. APA(2010). Ten ways to build resilience.
- Aquilino, W.S. (1997). From adolescent to young adult: A prospective study of parent-child relations during the transition to adulthood. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 670- 686.
- Aral, N., & Başar, F. (1998). Çocukların kaygı düzeylerinin yaş, cinsiyet, sosyo ekonomik düzey ve ailenin parçalanma durumuna göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 22(110), 7-11.
- Arıkan, A. (2014). Ergenlerde aile içi şiddet ile benlik imgesi ve umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişki. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Arain, M., Haque, M., Johal, L., Mathur, P., Nel, W., Rais, A., Sandhu, R., & Sharma, S. (2013). Maturation of the adolescent brain. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 9, 449–461. <https://doi.org/10.2147/NDT.S39776>.
- Arslan, G. (2016). Psychological maltreatment, emotional and behavioral problems in adolescents: The mediating role of resilience and self-esteem. *Child Abuse & Neglect*, 52, 200-209.
- Arslan, G., & Demirli, C.(2017).Ergenlerin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(33).
- Arslan, Y. (2009). Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek İle Sosyal Problem Çözme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi) Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Aydın, M., & Emberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. An Investigation of University Students' Resilience Levels]. *Turkey Education Journal*, 3(1), 37-53.

- Aydoğdu, T. (2015). Investigation of the relationship between attachment styles, coping strategies and psychological resilience (Unpublished Master's Thesis). Gazi University.
- Ayed, N., Toner, S., & Priebe S.(2019).Conceptualizing resilience in adult mental health literature: A systematic review and narrative synthesis. *Psychol Psychother*, 92:299-341.
- Baharudin, R., & Zulkefly, N. (2009). Relationships with father and mother, self-esteem and academic achievement among college students. *American Journal of Scientific Research*, 6, 86-94.
- Balat, G.U., & Akman, B.(2004). Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*,14(2): 175-183.
- Baldwin, A.L., Baldwin, C.P., Kasser, T., Zax, M., Sameroff, A., & Seifer, R. (1993). Contextual risk and resiliency during late adolescence. *Development and Psychopathology*, (5), 741-761.
- Balkaya, A. (2005). Lise öğrencilerinin kimlik duygusu kazanım düzeylerinin bazı kişisel- sosyal ve ailesel nitelikler ile suç davranışı düzeyi bakımından incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi) Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Barber, B. L., & Eccles, J. S. (1992). Long-term influence of divorce and single parenting on adolescent family- and work-related values, behaviors, and aspirations. *Psychological Bulletin*, 111(1), 108–126.
- Barnes, G. G. (1999). Divorce transitions: Identifying risk and promoting resilience for children and their parental relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, 25, 425-441.

- Basım, H., & Çetin, F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Başarıkan, R. (2022). Boşanma yaşantısı olan bireylerin yaşamda anlam ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile travma sonrası büyümeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- Baumeister, R. F. (1993). Understanding the inner nature of low self-esteem: Uncertain, fragile, protective, and conflicted. In R. F. Baumeister (Ed.), *Self-esteem: The puzzle of low self-regard* (pp. 201-218). New York: Plenum.
- Baumeister, R. R., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. E. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4, 1-44.
- Beck A.T., & ark. (1974) The measurement of pessimism. The hopelessness scale. *J Consult Clin Psychology*, 42: 861-865.
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Penguin.
- Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(6), 861-865.
- Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(6), 861-865.
- Bektaş, M., & Özben, Ş. (2016). Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi, *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 215-240.

- Bilici, A. B. (2014). Boşanma sürecinin çocuklar üzerindeki psiko-sosyal etkileri. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(2), 79–110.
- Bleidorn, W., Arslan, R. C., Denissen, J. J. A., Rentfrow, P. J., Gebauer, J. E., Potter, J., & Gosling, S. D. (2016). Age and gender differences in self-esteem—A cross-cultural window. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111(3), 396–410.
- Bolland, J.M., Lian, B.E., & Formichella, C.M. (2005).The origins of hopelessness among inner-city African-American adolescents. *American Journal Of Community Psychology*,36(3), 293-304.
- Bonanno, G. A., Galea, S., Bucciarelli, A., & Vlahov, D. (2006). Psychological resilience after disaster: New York City in the aftermath of the September 11th terrorist attack. *Psychological Science*, 17(3), 181–186.
- Bonanno, G.A.(2004). Loss, trauma and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely adverse events? *American Psychologist*. 59(1), 20-28.
- Bonanno, G.A., Westphal, M., & Mancini, A.D.(2011). Resilience to loss and potential trauma. *Annual Review of Clinical Psychology*. 7, 511-535.
- Bozgeyikli, H. (2017). Big five personality traits as the predictor of teachers' organizational psychological capital. *Journal of Education and Practice*, 8(18), 125-135.
- Bozgeyikli, H., & Herdem, F.S. (2013), İlköğretime Devam Eden Parçalanmış Ve Tam Aile Çocuklarının Rehberlik İhtiyaçlarının Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi. *Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 3(4).
- Branden, N. (1969). The psychology of self-esteem. New York: Bantam.

- Brooks, J. B. (2011). The process of parenting (8th ed, McGraw- Hill international ed.). New York: The McGraw- Hill Companies, Inc.
- Brown, J. D., Marshall, M. A. (2006). The Three Faces of Self-Esteem. M. Kernis (Ed.), *Self-Esteem: Issues And Answers*, 4-9. New York: Psychology Press.
- Brown, A. (1975). The development of memory: Knowing, knowing about knowing, and knowing how to know. In H. Reese (Ed.), *Advances in child development and behavior* (Vol. 10). New York: Academic Press.
- Brown, A. L. (1978). Knowing When, Where, and How to Remember: A Problem of Metacognition. *Advances in Instructional Psychology*, 1, 77-165.
- Buchan, A.C. (2003). Effects of divorce on adolescents : interventions.
- Bulut, S., Doğan, U., & Altundağ, Y. (2012). Ergen psikolojik dayanıklılık ölçeği (EPDÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması, International Counseling and Education Conference.
- Buz, S., & Genç, B. (2019). Sosyal Hizmet Uzmanları İçin Psikolojik Dayanıklılığın Önemi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 30(2), 623-642.
- Büyükeskil, M., Traş, Z., & Kesici, Ş. (2021). The relationship between resilience and need for social approval in university students. *Research on Education and Psychology(REP)*, 5(1), 14-30.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı - İstatistik, Araştırma Deseni, Spss Uygulamaları ve Yorum. *Pegem Akademi*, (15).
- Büyüköztürk, Ş. (2018). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri.

- Bynum, M.K., & Durm, M.W. (1996). Children of divorce and its effect on their selfesteem. *Psychological Reports*, 79, 447-450.
- Byrne, P. (2000). Stigma of mental illness and ways of diminishing it. *Advances in Psychiatric Treatment*, 6, 65-72.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L. & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585-599.
- Cannon, B., Mulroy, R., Otto, M. W., Rosenbaum, J. F., Fava, M., & Nierenberg, A. A. (1999). Dysfunctional attitudes and poor problem solving skills predict hopelessness in major depression. *Journal of Affective Disorders*, 55(1), 45-49.
- Cattell, R.B. (1966). Patterns of change: Measurement in relation to state-dimension, trait change, lability, and process concepts. In R.B. Cattell (Ed.), *Handbook of multivariate experimental psychology*(pp.288-329). Chicago: Rand McNally.
- Carlson, N.R. (2010). *Psychology: the science of behaviour*. Toronto, Ontario: Pearson Education Canada.
- Chen, J.D., & George, R. (2005). Cultivating resilience in children from divorced families. *The Family Journal*, 13(4): 452-455.
- Cherry, K., 2022. What Is Resilience?. [online] Very Well Mind. Available at: <https://www.verywellmind.com/what-is-resilience-2795059> [Accessed 20 June 2022].
- Cohen, L. & Manion, L.(1994). *Research Methods In Education* (Fourth Edition), Routledge.

- Choudhury, S., Blakemore, S.J., & Charman, T. (2006). Social cognitive development during adolescence. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. 1 (3): 165–74.
- Coleman, J., & Hagell, A. (2007). The nature of risk and resilience in adolescence. Senior Research Fellow, University of Oxford.
- Collins D., Jordan C., & Coleman H. (2010). An Introduction to Family Social Work. *Brooks/Cole, Cengage Learning*, 28-29.
- Collishaw, S., Pickles, A., Messer, J., Rutter, M., Shearer, C., & Maughan, B. (2007). Resilience to adult psychopathology following childhood maltreatment: Evidence from a community sample. *Child Abuse & Neglect*, 31(3), 211-229.
- Conger, R.D., & Conger, K.J. (2002). Resilience in midwestern families: Selected findings, from the first decade of a prospective, longitudinal study. *Journal Of Marriage family*. 64, 361-373.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Connor, K.M., & Davidson, J.R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depress Anxiety*;18:76-82.
- Cooney, T.M., & Kurz, J. (1996). Mental health outcomes following recent parental divorce. *Journal of Family Issues*, 17, 495-513.
- Coopersmith, S. (1967). The antecedents of self-esteem. San Francisco: W. H. Freeman and Company.

- Cooper, J. E., Holman, J., & Braithwaite, V. A. (1983). Self-esteem and family cohesion: The child's perspective and adjustment. *Journal of Marriage and the Family*, 45(1), 153–159. <https://doi.org/10.2307/351303>
- Crosnoe, R., & Elder, G.H., Jr. (2004). Family Dynamics, supportive relationships, and educational resilience during adolescence. *Journal of Family Issues*, 25(5), 571-602.
- Çakmak, S., Gedikli, H., Demirkol, M.E., & Tamam, L.(2018). Ergenlerde Ebeveyn Ayrılığının Dürtüsellik Üzerine Etkisi. *Klinik Psikiyatri*, 21.
- Çalışkan, Ü. (2020). Üniversite öğrencilerinde anne baba tutumu ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi) Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çankaya, B. (2007). Lise I. Ve II. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Benlik Saygısının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çelen, N. (2007). Ergenlik ve Genç Yetişkinlik. *Papatya Yayıncılık*, 30.
- Çelikoğlu, C. (1997). Boşanmanın Çocukların Benlik Saygısına Etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çivitci, N., Çivitci, A. & Fiyakalı, N.C. (2009). Loneliness and life satisfaction in adolescents with divorced and non-divorced parents. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 9(2), 513–525.
- Çoban, A. E., & Güney Karaman, N. (2013). Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk, kaygı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-88.

Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda benlik saygısı. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Daniels, J.A. (1990). Adolescent separation-individuation and family transitions. *Adolescence*, 25, 105-116.

Davies, P.T., & Cummings, E.M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116: 387-411.

Dahl, R.E. (2004). Adolescent brain development: a period of vulnerabilities and opportunities. Keynote address. *Ann N Y Acad Sci.* ;1021:1–22.

Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1995). Human autonomy. The basis for true self-esteem. In M.H. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency, and self esteem* (pp.30-49). New York: Springer.

Deveci, S. E., Ulutaşdemir, N., & Açık, Y. (2011). Bir mesleki eğitim merkezi öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ve etkileyen faktörler. *Dicle Tıp Dergisi*, 38(3), 312-317.

Di Paula, A., & Campbell, J. D. (2002). Self-esteem and persistence in the face of failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 711- 724.

Dilbaz, N., & Seber, G. (1993). Umutsuzluk kavramı: Depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi* ; 1:134-138.

Diehl, M. & Hay, E. L. (2010). Risk and resilience factors in coping with daily stress in adulthood: The role of age, self-concept incoherence, and personal control. *Developmental psychology*, 46(5), 1132-1146.

Duberstein, P., Conwell Y., & Caine, E. (2001). Risk factor for suicide in later life. *Society of biological psychiatry*, 52,193–204.

- Dunham, Y., Baron, A. S., & Banaji, M. R. (2007). Children and social groups: A developmental analysis of implicit consistency in Hispanic Americans. *Self and Identity*, 6, 238–255.
- Dumont, M., & Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of youth and adolescence*, 28(3), 343-363.
- Durak, A. (1994). Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*. 9 (31). 1-11.
- Durukan, H.H. (2015). Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine devam eden zihinsel ve/veya bedensel engelli çocukların annelerinin benlik saygısı, umutsuzluk ve stresle başa çıkma düzeylerinin karşılaştırılması.(Beykent Üniversitesi, yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Ellis, E. M. (2000). Divorce wars: Interventions with families in conflict. *American Psychological Association*. Washington, D.C.
- Erim, B. (2001). Yetiştirme yurtlarında ve aileleri yanında yaşayan ergenlerin, özsaygı, depresyon ve yalnızlık düzeyleri ile sosyal destek sistemleri açısından karşılaştırılması. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı. Ankara.
- Eryılmaz, S. (2012). Investigation of life satisfaction, self-esteem, optimism and locus of control in predicting psychological resilience in university students (Unpublished Master's Thesis). Mugla University.
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*. 34 (10): 906-911.
- Fares J et al. World development report 2007: development and the next generation. Washington, D.C., The World Bank, 2006.

- Fanaj, N., Melonashi, E., & Shkëmbi, F. (2015). Self-esteem and hopelessness as predictors of emotional difficulties: a cross-sectional study among adolescents in Kosovo. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 165, 222-233.
- Feldman, S. S., & Wentzel, K.R. (1995). Relations of marital satisfaction to peer outcomes in adolescent boys: A longitudinal study. *Journal of Early Adolescence* 15, 220-237.
- Feng, D., Giarrusso, R., Bengston, V.I., & Frye, N. (1999). Intergenerational transmission of marital quality and marital instability. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 451-463.
- Fergusson, D.M., Lynskey, M.T., & Horwood, L.J. (1994). The effects of parental separation, the timing of separation and gender on children's performance on cognitive tests. *J Child Psychol Psychiatry*. 35:1077-1092.
- Furstenberg, F.F., & Teitler, J.O. (1994). Reconsidering the effects of marital disruption: What happens to children of divorce in early adulthood? *Journal of Family Issues*, 15, 173-190.
- Fine, M.A., & Kurdek, L.A. (1995). Relation between marital quality and (step)parent-child relationship quality for parents and stepparents in stepfamilies. *Journal of Family Psychology* 9(2),216-223.
- Flaherty, M. (1992). Risk and resilience in young adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 21 (5), 529-550.
- Fletcher, A.C., Steinberg, L., & Williams-Wheeler, M. (2004). Parental influences on adolescent problem behavior: Revisiting Stattin and Kerr. *Child Development*, 75(3), 781-796.

- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: a review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist, 18*(1), 12–23.
- Fraser, M. W., Galinsky, M. J., & Richman, J. M. (1999). Risk, protection, and resilience: Toward a conceptual framework for social work practice. *Social work research, 23*(3), 131-143.
- Garmezy, N. (1987). Stress, competence, and development: Continuities in the study of schizophrenic adults, children vulnerable to psychopathology and the search for stress-resistant children. *American Journal of Orthopsychiatry, 57*, 2, 159-174.
- Gerenberg, M.T. (2006). Promoting resilience in children and youth: Preventive interventions and their interface with neuroscience. New York Academy Of Sciences. 1094, 139-150.
- Ghaemi, S. N. (2007). Feeling and time: the phenomenology of mood disorders, depressive realism, and existential psychotherapy. *Schizophrenia Bulletin, 33*(1), 122-130.
- Gibb, B. E., & Abela, J. R. Z. (2008). Emotional abuse, verbal victimization, and the development of children's negative inferential styles and depressive symptoms. *Cognitive Therapy and Research, 32*(2), 161-176.
- Gibb, B. E., Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Rose, D. T., Whitehouse, W. G., & Hogan, M. E. (2001). Childhood maltreatment and college students' current suicidal ideation: A test of the hopelessness theory. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 31*(4), 405-415.
- Gibb, B. E., Stone, L. B., & Crossett, S. E. (2012). Peer Victimization and Prospective Changes in Children's Inferential Styles. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 41*(5), 561-569.

- Gilovich, T., Keltner, D., & Nisbett, R. (2006). *Social psychology*. New York: Norton and Company.
- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Gohm, C.L., Oishi, S., Darlington, J., & Diener, E. (1998). Culture, parental conflict, parental marital status, and the subjective well-being of young adults. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 319-334.
- Goodman, S. H., & Gotlib, I. H. (2002). Transmission of risk to children of depressed parents: Integration and conclusions. In S.H. Goodman & I. H. Gotlib (Eds.), *Children of depressed parents: Mechanisms of risk and implications for treatment* Washington, DC: American Psychological Association.
- Gooding, P. A., Hurst, A., Johnson, J., & Tarrier, N. (2012). Psychological resilience in young and older adults. *International journal of geriatric psychiatry*, 27(3), 262-270. <https://doi.org/10.1002/gps.2712>
- Greeff, A. P., & Van Der Merwe, S. (2004). Variables associated with resilience in divorced families. *Social Indicators Research*, 68, 59-75.
- Greene, S. M. (1989). The relationship between depression and hopelessness: Implications for current theories of depression. *The British Journal of Psychiatry*, 154(5), 650-659.
- Grych, J.H., & Fincham, F.D. (1990). Marital conflict and children's adjustment: A cognitive –contextual framework. *Psychological Bulletin*, 108(2), 267-290.
- Grych, J.H., & Fincham, F.D (1997). Children's adaptation to divorce. In Wolchik S. A., & Sandler I. N. (Eds.), *Handbook of children's coping. Issues in Clinical Child Psychology*, 159–193.

- Grych, J.H., Fincham, F.D., Jouriles, E.N., & McDonald, R.(2000). Inter-parental conflict and child development: Testing the mediational role of appraisals in the cognitive-contextual framework. *Child Development*, 71(6), 1648-1661.
- Gupta, L., & Singh, R. (2011). Impact of family type on resilience. *Indian Journal of Positive Psychology*, 2(1), 17-20.
- Gunderson, L., & Folke, C. (2005). Resilience—now more than ever. *Ecology and Society*, 10(2).
- Güngüz, S. (2017). Ortaöğretim Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları, Kontrol Odağı Ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Gürkan, U. (2006). Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkisi. (Yayınlanmamış doktora tezi), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gürvardar, D. (2001). Yetiştirme yurdunda yetişen çocuklar ile ana-baba yanında yetişen çocukların umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: D.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ha, Y. J. (2006). The relationship among self-esteem, internal locus of control, and psychological well-being. Unpublished Master Dissertation, Yonsei University, South Korea.
- Hadley, S. A., & MacLeod, A. K. (2010). Conditional goal-setting, personal goals and hopelessness about the future. *Cognition and Emotion*, 24(7), 1191-1198.
- Hamilton, J. L., Connolly, S. L., Liu, R. T., Stange, J. P., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2015). It gets better: Future orientation buffers the development of hopelessness and depressive symptoms following emotional victimization

during early adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(3), 465-474.

Hankin, B. L. (2005). Childhood maltreatment and psychopathology: Prospective tests of attachment, cognitive vulnerability, and stress as mediating processes. *Cognitive Therapy and Research*, 29(6), 645-671.

Handler, Leonard (2007). S.R. Smith & L. Handler: The clinical assessment of children and adolescents: a practitioner's handbook. (2007). ISBN 978-0-8058-6075-7. Retrieved September 15, 2012.

Harris, A. H., & Standard, S. (2001). Psychometric properties of the Life Regard Index–Revised: A validation study of a measure of personal meaning. *Psychological Reports*, 89(3), 759-773.

Harter S. (1999). *The construction of self: A developmental perspective*. New York: Guilford Press.

Harter, S., & Monsour, A. (1992). Developmental analysis of conflict caused by opposing attributes in the adolescent self-portrait. *Developmental Psychology*. 28 (2): 251–260.

Heatherton, T.F., & Wyland, C.L. (2003). Assessing self-esteem. In S.J. Lopez and C.R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. Washington, DC: American Psychological Association, 219-233.

Heppner, P. P., Witty, T. E., & Dixon, W. A. (2004). Problem-solving appraisal: Helping normal people lead better lives. *The Counseling Psychologist*, 32(3), 466-472.

- Hernandez, P., Gangsei, D., & Engstrom, D. (2007). Vicarious Resilience: A new concept in work with those who survive trauma. *Family Process*, 46(2), 229-241.
- Hess, R. D., & Camara, K. A. (1979). Post-divorce family relationships as mediating factors in the consequences of divorce for children. *Journal of Social Issues*, 35(4), 79-96.
- Hetherington, E. M. (1989). Coping with family transitions: Winners, losers and survivors. *Child Development*, 60, 1-14.
- Hetherington, E.M. (1993). An overview of the Virginia longitudinal study of divorce and remarriage with a focus on early adolescence. *Journal of Family Psychology*, 7(1), 39-56.
- Hetherington, E.M.(1993). An overview of the Virginia longitudinal study of divorce and remarriage with a focus on early adolescence. *Journal of Family Psychology*, 7(1), 39-56.
- Hetherington, E.M., & Stanley-Hagan, M. (1999). The adjustment of children with divorced parents: A risk and resiliency perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40, 129–140.
- Hetherington, E.M., Bridges, M., & Insabella, G.M. (1998). What matters? What does not? Five perspectives on the association between marital transition and children's adjustment. *American Psychologist* 53, 2, 167-184.
- Hetherington, E. M. (2003). Social support and the adjustment of children in divorced and remarried families. *Childhood*, 10(2), 217-236.
- Heatherton, T. F., & Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social psychology*, 60(6), 895.

- Hewitt, J.P. (2002). The social construction of self-esteem. In C.R. Synder and S.Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press, 135-147.
- Higgins, A., & Turnure J. (1984). Distractibility and concentration of attention in children's development. *Child Development*. 55 (5): 1799–1810.
- Hill, M., Stafford, A., Seaman, P., Ross, N., & Daniel, B. (2007). *Parenting and resilience*. Joseph Rown Tree.
- Hofmann, S. G., Heinrichs, N., & Moscovitch, D. A. (2004). The Nature And Expression Of Social Phobia: Toward A New Classification. *Clinical Psychology Review*, 24(7): 769-797.
- Horney, K. (1999). *Ruhsal Çatışmalarımız: Yapıcı Bir Nevroz Teorisi*. S.Budak (Çev). Ankara: Öteki Yayınevi.
- Honor, G. (2017). Resilience. *Journal of Pediatric Health Care*, 31(3), 384–390. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2016.09.005>
- Hurley, E. A., DalGLISH, S. L., & Sacks, E. (2022). Supporting young people with climate anxiety: mitigation, adaptation, and resilience. *The Lancet Planetary Health*, 6(3), 190.
- Jacob, T., & Johnson, S. (1997). Parent-child interaction among depressed fathers and mothers: Impact on child functioning. *Journal of Family Psychology*, 11, 391- 409.
- Jessor, R., (1987). Problem behavior theory, psychosocial development, and adolescent problem drinking. *Bristish Journal of Addiction*, 82, 331-342.
- Kali, R.V., & Ferrer, E. (2007). Processing speed in childhood and adolescence: Longitudinal models for examining developmental change. *Child Development*. 78 (6): 1760–1770.

- Kağıtçıbaşı, Ç. (2007). Kültürel Psikoloji Kültürel Bağlamda İnsan ve Aile. *Evrin Yayınevi*.
- Kahraman, S. (2016). Boşanma sonrasında genç-ebeveyn ilişkilerinin sürdürülmesi ve öğrencinin akademik başarısına etkisi (Afyon ili örneği). (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Kahvecioğlu, K. (2016). Özel yetenekli çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik sağlamlıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Kanak, M., Bilbay, A., & Balta, D. (2017). Ergenlerin akrana bağlanma stillerinin umutsuzluk düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi. *Journal of History Culture and Art Research*, 6(6), 492-503.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.
- Karakaya, Ş. (2018). Boşanmanın çocukların benlik saygısı ve sosyal sorun çözme becerilerine etkisi: Denizli örneğinde karşılaştırmalı bir çalışma.
- Karatas, Z., & Cakar, F. S. (2011). Self-esteem and hopelessness, and resiliency: An exploratory study of adolescents in Turkey. *International Education Studies*, 4(4), 84-91.
- Kroger, J. (1996). The Balance Between Self and Other. New York City A. 40–46.
- Kashani, J.H., Stoyls, M.S., cDandoy, A.C., Viadya, A.F., & Reid, J.C. (1991). Correlates of hopelessness in psychiatrically hospitalized children. *Comprehensive Psychiatry*. 32 (4). 330-337.

- Kasuto, M. (2017). Boşanmış ailelerin çocuklarının boşanmamış ailelerin çocuklarına göre öz saygı ve ruh sağlığı değişkenlerinin incelenmesi (Master's thesis, Işık Üniversitesi).
- Kaya, İ., & Eroğul, A. R. Ç. (2013). Ergenlerde çocukluk dönemi istismar yaşantılarının yordayıcısı olarak aile işlevlerinin rolü. *Eğitim ve Bilim*, 38(168).
- Kazdin, A.E., Rodgers, A., & Colbus, D. (1986). The hopelessness scale for children psychometric characteristics and concurrent validity. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology*, 54 (2). 241-245.
- Kazdin, E.A.; French, H.N.; Unis, A.S., Esveltd-Dawson, K., & Sherick, B.R. (1983). Hopelessness, depression and suicidal intent among psychiatrically disturbed inpatient children. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology*, 5 (4). 504-510.
- Keating, D. (2004). Cognitive and brain development. In R. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology* (2nd ed.). New York: Wiley.
- Kelly, J. B., & Emery, R. E. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations: Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 52(4), 352-362.
- Kelly, J.B. (2000). Children's adjustment in conflicted marriage and divorce: A decade review of research. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 36: 963-973.
- Kelly, J.B. (2007). Children 's living arrangements following separation and divorce: Insights from empirical research. *Family Process*, 46(1), 35-52.
- Keskin, G.S. (2013). Travmatik Bir Yaşantı Olarak Boşanma: Aile İçişiddet, Travmatik Stres Ve Sosyal Desteğintravma Sonrası Büyüme İle İlişkisi Üzerine Yazılmış (Yüksek Lisans Tezi) Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kirby, L.D., & Fraser, M. W. (1997). Risk and resilience in childhood. Risk and resilience in childhood. DC: NASW Press. 10-33.

Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17 (2): 231-256.

Kohler, P. (1993). Best practices in transition: Substantiated or implied? Career Development for Exceptional Individuals, (16), 107-121.

Kocatürk, M., & Çiçek, İ. (2021). Relationship between positive childhood experiences and psychological resilience in university students: the mediating role of self-esteem. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 1-12.

Konak, E.(2020). Yetişkin bireylerin umutsuzluk düzeyi ve benlik saygısının anksiyete ile ilişkisinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kulaksızoğlu, A. (2000). Ergenlik Psikolojisi. Remzi Kitapevi.

Kurt Ulucan, T. (2013). Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlık, benlik saygısı, başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi: Yılmazlığın aracı rolü. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Kurt, E. Ö. (2017). Ortaokul öğrencilerinin sosyal destek algılarıyla ilgili olarak sınav kaygısı ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kutlu, M. (1998). Yetiştirme yurdunda kalan öğrencilerin özsaygı düzeylerinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 22(110).

Lau, Y. K. (2007). Parent-child relationships, parental relationships, and children's self-esteem in post-divorce families in Hong Kong. *Marriage and family review*, 42(4), 87-103.

Lamb, M. (1981). *The role of fathers in child development*. New York: Wiley Interscience.

Laursen, E. K., & Birmingham, S. M. (2003). Caring relationship as a protective factor for at-risk youth: An ethnographic study. *Families in Society: The Journal of Contemporary Human Service*, 84, 240-246.

Ledesma, J.(2014). Conceptual frameworks and research models on resilience in leadership. *Sage Open*, 4(3), 1-8.

Lerner, R.M., & Steinberg L. (2004): *Handbook of Adolescent Psychology*, (2).

Li, L.W., & Seltzer, M.M. (2005). Relationship quality with parent, daughter role salience and self-esteem of daughter caregivers. *Marriage and Family Review*, 37(1/2), 63-82.

Liu, R. T., Kleiman, E. M., Nestor, B. A., & Cheek, S. M. (2015). The hopelessness theory of depression: A quarter- century in review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 22(4), 345-365.

Lloyd, C.B. (2005). Growing up global: the changing transitions to adulthood in developing countries. Washington, D.C., *The National Academies Press*.

Lowenstein, J.S., & Koopman, E.J. (1978). Comparison of the self-esteem between boys living with single-parent mothers and single-parent fathers. *Journal of Divorce*. 2, 2, 195-208.

Luthans, F.(2002). The need for and meaning of positive organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior*. 23, 695-706.

- Luthar, S. S., & Zelazo, L. B. (2003). Research on resilience: An integrative review. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*. Cambridge University Press. 510–549.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Luthar, S., & Cushing, G. (1999). Measurement issues in the empirical study of resilience : An overview. In M. D. Glantz J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations*. Kluwer Academic/Plenum Publishers, 129-160.
- Luthar, S., & Zigler, E. (1992). Intelligence and social competence among high risk adolescents. *Development and Psychopathology*. (4), 287-299.
- Luther, S., & Zigler, E. (1992). Intelligence and social competence among high-risk adolescents. *Development and Psychopathology*, 4 (2), 287-299.
- Mackinnon, N. J. (2015). *Self-esteem and beyond*. New York: Palgrave Macmillan.
- MacLeod, A. K., & Conway, C. (2007). Well-being and positive future thinking for the self versus others. *Cognition and Emotion*, 21(5), 1114-1124.
- MacLeod, A. K., Tata, P., Tyrer, P., Schmidt, U., Davidson, K., & Thompson, S. (2005). Hopelessness and positive and negative future thinking in parasuicide. *British Journal of Clinical Psychology*, 44(4), 495-504.
- Maddi, S. R., & Khoshoba, D. M. (1994). Hardiness and mental health. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 265-274.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with

repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of Personality*, 74(2), 575- 598.

Mangham, C., McGrath, P., Reid, G., & Stewart, M. (1999). Resiliency: Relevance to health promotion detailed analysis. Dalhousie University: *Atlantic Health Promotion Research Centre*.

Mantar, M.(2021). Lise öğrencilerinde umudun yordayıcıları olarak algılanan sosyal destek ve benlik saygısı. (Yüksek Lisans Tezi) Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Marchetti, I. (2019). Hopelessness: A network analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 43(3), 611-619.

Markus, H., & Nurius, P., (1986). Possible selves. *American Psychologist*. 41 (9): 954–969.

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227– 238.

Masten, A. S., & Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*. Oxford University,74–88.

Masten, A. S.,Cutuli, J. J., Herbers, J. E. & Reed, M. G. J. (2009). Resilience in Development. In C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.

Masten, A.S. & Coastworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53, 2, 205-220.

Masten, A.S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child development*, (85), 6-20.

Masten, A.S., Hubbard, J. J., Gest, S. D., Tellegen, A., Garmezy, N. & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, (11), 143–169.

Marsh, H. (1989). Age and sex differences in multiple dimensions of self-concept: Preadolescence to earl adulthood. *Journal of Educational Psychology*. 81 (3): 417–430.

Maşrabacı, S. (1994). Tülay, Hacettepe Üniversitesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, (Doktora Tezi, 1994), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 126-127.

Marmot, M. (2003). Self-Esteem and Health: Autonomy, Self-Esteem, and Health are Linked Together. *British Medical Journal* (327), 574–575.

Marcia, J. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology*, 159–187.

MacLeod, A.K., & Cropley, M.L. (1995). Depressive future-thinking: The role of valence and specificity. *Cogn Ther Res* 19, 35-50.

McCoy, P. K. (2001). Psychological Hardiness and Biochemical Markers of Acute Stress (Doctoral dissertation). University of North Texas.

McNamara, S. (2000). Stress in young people: What's new and what to do. A&C Black.

McGloin, J. M. & Widom, C. S. (2001). Resilience among abused and neglected children grown up. *Development and Psychopathology*, 13(4) 1021- 1038.

- McGee, R., Williams, S., & Nada-Raja, S. (2001). Low self-esteem and hopelessness in childhood and suicidal ideation in early adulthood. *Journal of abnormal child psychology*, 29(4), 281-291.
- Melges, F. T., & Bowlby, J. (1969). Types of hopelessness in psychopathological process. *Archives of General Psychiatry*, 20(6), 690-699.
- Meneghan, E., & Parcel T.L. (1995). Social Sources of Change in Children's Home Environments: The Effects of Parental Occupational Experiences and Family Conditions. *Journal of Marriage and Family* 57: 69-84.
- Meriç, B. (2007). Boşanmış Ailelerdeki Ergenlerin Uyum Düzeyleri ve Sosyal Becerilerini Geliştirmeye Yönelik Bir Grup Rehberliği Çalışmasının Sınanması. (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Mezulis, A. H., Hyde, J. S., & Abramson, L. Y. (2006). The developmental origins of cognitive vulnerability to depression: Temperament, parenting, and negative life events in childhood as contributors to negative cognitive style. *Developmental Psychology*, 42(6), 1012-1025.
- Miranda, R., Fontes, M., & Marroquín, B. (2008). Cognitive content-specificity in future expectancies: Role of hopelessness and intolerance of uncertainty in depression and GAD symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 46(10), 1151-1159.
- Mulholland, D.J. , Watt, N.F. , Philpott, A., & Sarlin, N. (1991). Academic performance in children of divorce: Psychological resilience and vulnerability. *Psychiatry*, 54, 268–280.
- Murphy, C.M., Stosny, S. & Morrel, T.M. (2005). Change in self-esteem and physical aggression during treatment for partner violent men. *Journal of Family Violence*, 20, 201-210.

- Montemayor, R., Brown, B., & Adams, G. (1985). Changes in identity status and psychological adjustment after leaving home and entering college. Paper presented at the biennial meetings of the Society for Research in Child Development, Toronto.
- National Network for Family Resiliency, Children, Youth and Families Network, CSREES-USDA(1995). Family resiliency: Building strengths to meet lifes challenges. Iowa State University Extension.
- Nart, Ö. (2018). Bir üniversite hastanesi psikiyatri polikliniği ergen birimine başvuran kişilerde intihar olasılığının, benlik saygısı, psikolojik dayanıklılık, algılanan sosyal destek ve önceki intihar girişimleriyle ilişkisi. (Yayınlanmış Doktora Tezi).Kocatepe Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Nazlı, S. (2000). Aile Danışması. *Nobel Yayın Dağıtım*, 250.
- Newman, B.M., & Newman, P. R. (2015). Development through life: A psychosocial approach (12th ed.). USA: Cengage Learning.
- Noller, P., Feeney, J.A., Sheehan,, G., Darlington, Y., & Rogers, C. (2008). Conflict in divorcing and continuously married families: A study of marital, parent-child and sibling relationships. *Journal of Divorce and Remarriage*, 49(1), 1-24.
- Nurmi, J. (2004). Socialization and self-development: Channeling, selection, adjustment, and reflection. In R. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology*. New York: Wiley.
- O'Connor, T. G. (2003). Vulnerability and resilience in children in divorced and remarried families. In R. M. Gupta & D. S. Parry-Gupta (Eds.), *Children and parents: Clinical issues for psychologists and psychiatrists*. London: Whurr Publishers, 180-206.

Onat, G. (2010). Demografik ve Otoriter Olarak Algılanan Ana-Baba Tutumlarının Lise Birinci Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyine Etkilerinin Araştırılması. (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Ong, A. D., Bergeman, C. S. & Boker, S. M. (2009). Resilience comes of age: Defining features in later adulthood. *Journal of personality*, 77(6), 1777-1804.

Oryal, T. A., & Özmen, E. (2008). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve umutsuzluk düzeyini etkileyen etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9, 8-15.

Oyserman, D., & Markus, H.. (1990). Possible selves and delinquency. *Journal of Personality and Social Psychology*. 59 (1): 112–125.

Önder, A., & Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 192-197.

Öngider, N. (2011). Anksiyete Düzeyleri Açısından Boşanmış ve Evli Anneler ile Çocuklarının İncelenmesi. *Nöropsikiyatri Arşiv Dergisi*, 48(1), 66-70.

Öz, F., & Yılmaz, E.B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.

Özcan, B. (2005). Anne-babaları boşanmış ve anne- babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması. (Yüksek lisans tezi), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Özdamar, K. (2001). Örneklem Yöntemleri. SPSS ile Biyoistatistik, 4, 261-65.

- Özgür, S. (2002). Sağlık Alanında Araştırma Yöntemleri Ders Notları. Gaziantep Üniversitesi Matbaası, 2, Gaziantep.
- Özhan, G. (1993). Yetiştirme Yurtlarında ve Aileleri Yanında Yaşayan Ergenlerin, Bazı Gereksinimleri Yönünden Karşılaştırılması. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Öztürk, M. (1997). 10-13 yaş arasındaki çocuklarda umutsuzluk ve yalnızlığın bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi.
- Öztürk, S. (2006). Anne- Babası Boşanmış 9-13 Yaşlarındaki Çocuklar ile Aynı Yaş Grubundaki Çocukların Benlik Saygılarının ve Kaygı Düzeylerinin İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Öztürk, Ö.(2021). Umutsuzluk ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide stresle baş etme stratejilerinin aracı rolünün incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gedik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Pai, N., & Vella, S.L. (2018). Can one spring back from psychosis? The role of resilience in serious mental illness. *Aust N Z J Psychiatry*, 52:1093-4.
- Paredes, P. P., & Calvete, E. (2014). Cognitive Vulnerabilities as Mediators between Emotional Abuse and Depressive Symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42(5), 743-753.
- Parish, T.S. & Taylor, J.C. (1979). The impact of divorce and subsequent father absence on children's and adolescent's self-concepts." *Journal of Youth and Adolescence*. 8, 4, 427-432.
- Parish, T.S., & Wigle, S.E. (1985). A longitudinal study of the impact of parental divorce on adolescents' evaluations of self and parents. *Adolescence*, 20, 239-244.

- Patterson, J., & McCubbin, H. I. (1987). Adolescent coping style and behaviors. Conceptualization and measurement. *American Journal of Community Psychology*, 18: 793-824.
- Pakalniškienė, V., Viliūnienė, R., & Hilbig, J. (2016). Patients' resilience and distress over time: Is resilience a prognostic indicator of treatment?. *Comprehensive Psychiatry*, 69, 88-99.
- Pedersen, S. (1961). Personality formation in adolescence and its impact upon the psycho-analytical treatment of adults. *Int J Psychoanal.* 42: 381–8.
- Piaget, J., & Inhelder, B. (2000). *The psychology of the child*. New York: Basic Books.
- Polvan, O.(2000). Çocuk ve ergen psikiyatrisi. Nobel Tıp Kitabevleri. .
- Quatman, T., & Watson, C.M. (2001) Gender differences in adolescent selfesteem: an exploration of domains. *J Genet Psychol*, 162:93-117.
- Radke-Yarrow, M., & Brown, E. (1993). Resilience and vulnerability in children of multiple-risk families. *Development and Psychopathology*, (5), 581–592.
- Reasoner, R. (2005). The true meaning of self-esteem. From: The International Council for self-esteem. Retrieved 5th May, 2005.
- Rew, L., Taylor-Seehafer, M., Thomas, N. Y., & Yockey, R. D. (2001). Correlates of resilience in homeless adolescents. *Journal of Nursing Scholarship*, 33(1), 33-40.
- Rhodes, W. A. & Brown, W. K. (1991). Why some children succeed despite the odds. *Praeger Publishers*, (1).
- Rideout E., & Montemuro M (1986). Hope, morale and adaptation in patient with chronic heart failure. *j Adv Nursing*, 11:429-438.

- Robbers, S., Van Oort F., Huizink, A., Verhulst, F., Van, Beijsterveldt, C., Boomsma, D., & Bartels, M. (2012). Childhood problem behavior and parental divorce: Evidence for gene-environment interaction. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol.* 47:1539-1548.
- Robertson, I.T., Cooper, C.L., Sarkar, M., & Curran, T. (2015). Resilience training in the workplace from 2003 to 2014: A systematic review . *Journal of Occupational and Organizational Psychology.* 88 (3): 533–562.
- Roche, K.M., Ghazarian, S.R., Little, T.D., & Leventhal, T. (2011). Understanding links between punitive parenting and adolescent adjustment: The relevance of context and reciprocal associations. *Journal of Research on Adolescence*, 21(2), 448-460.
- Roosa, M. (1993). Youth at risk: The family as contributor to child resiliency and as a focus for intervention. In V.L.Loyer-Carlsons F.K. Willits (Eds.), *Youth at risk: The research and practice interface*. University Park, PA: The North east Center for Rural Development.
- Rose, D. T., & Abramson, L. (1992). Developmental predictors of depressive cognitive style: research and theory. D. Cicchetti ve S. L. Toth (Eds.), *Developmental perspectives on depression* In University of Rochester Press, 323-350.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self- image*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
- Rushena, E., Prior, M., Sanson, A., & Smart, D. (2005). A longitudinal study of adolescent adjustment following family transitions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46, 353-363.

- Rutter, M. (1987). Parental mental disorder as a psychiatric risk faktör. *American Psychiatric Association Annual Review*, (6), 647-663.
- Rutter, M. (1987). Psychological resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Resilience in Children*. 1–12.
- Sarıkaya, A. (2015). 14-18 yaş arası ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki. (Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Savaşır, I., & Şahin, N.H. (1997). Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. *Türk Psikologlar Derneği Yayınları*, (9).
- Schmidt, J. A., & Padilla, B. (2003). Self-esteem and family challenge: An investigation of their effects on achievement. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 37-46.
- Schiff, A., & Knopf, I. (1985). The effects of task demands on attention allocation in children of different ages. *Child Development*. 56 (3): 621–630.
- Seber, G.(1991). Beck Umutsuzluk Ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği üzerine bir çalışma. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Seber, G., Dilbaz, N., Kaptanoğlu, C., & Tekin, D. (1993). Umutsuzluk Ölçeği: Geçerlilik Ve Güvenirliği. *Kriz Dergisi*, 1(3): 139-142.
- Sedikides, C., & Gress, A.P. (2003). Potraits of the self. In M.A. Hogg and J.Cooper (Eds.), *Sage handbook of social psychology* (pp.110-138). London: Sage.

- Seligman, M. E., & Beagley, G. (1975). Learned helplessness in the rat. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 88(2), 534–541.
- Serin, N., & Öztürk, S. (2007). Anne ve Babası Boşanmış 9-13 Yaşlarındaki Çocuklar İle Aynı Yaş Grubundaki Anne ve Babası Boşanmamış Çocukların Benlik Saygısı ve Kaygı Düzeyleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 117-128.
- Sezgin, K. (2016). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve dindarlık düzeylerinin incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Sharma, S., & Agarwala, S. (2015). Self-esteem and collective self-esteem among adolescents: An interventional approach. *Psychological Thought*, 8, 105-113.
- Sheldon, K. M., Abad, N., Ferguson, Y., Gunz, A., Houser-Marko, L., Nichols, C. P., & Lyubomirsky, S. (2010). Persistent pursuit of need-satisfying goals leads to increased happiness: A 6-month experimental longitudinal study. *Motivation and Emotion*, 34(1), 39-48.
- Strasburger, V.C., Wilson B.J., & Jordan, A.B. (2014) Children and Adolescents: Unique Audiences. Children, Adolescents, and the Media. U.S.A: SAGE Publications, 11–19.
- Stroksen, I., Roysamb, E., Holmen, T.L., & Lamb, K. (2006). Adolescent Adjustment and Well-Being: Effects of Parental Divorce and Distress. *Scand J Psychol.* 47(1):75-84.
- Sinop, M.(2020). Ergenlerde psikolojik dayanıklılığın yordayıcısı olarak kendini sevme ve öz yeterliliğin rolü. (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Sipahioğlu, Ö. (2008). Farklı risk grubundaki ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi. (Yüksel lisans tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sisk C.L., & Foster D.L. (2004): The neural basis of puberty and adolescence. *Nat Neurosci* 7: 1040–1047.
- Slater, E.J., Stewart, K.J., & Linn, M.W. (1983). The effects of family disruption on adolescent males and females. *Adolescence*, 18, 931- 942.
- Smith-Lovin, L. (1995). The sociology of affect and emotion. In K. Cook, G.A. Fine and J.S. House (Eds.), *Sociological perspectives on social psychology*(pp.118-148). Boston: Allyn and Bacon.
- Solmeyer, A.R., Killoren, S.E., McHale, S.M., & Updegraff, K.A. (2011). Coparenting around siblings' differential treatment in Mexican-origin families. *Journal of Family Psychology*, 25(2), 251-260.
- Southwick, S., Charney, D., Friedman, M., & Litz B. (2011). Resilience and mental health: Challenges across the lifespan. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Southwick, S.M., & Charney, D.S. (2012). The science of resilience: implications for the prevention and treatment of depression. *Science*. (338): 79-82.
- Southwick, S.M., Bonanno, G.A., Masten, A.S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R.(2014). Resilience definitions, theory and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5 (1), 25338.
- Spear, L.P. (2000). The adolescent brain and age-related behavioral manifestations. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 24(4), 417-463.

- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., Lushene, R., Vagg, P.R., & Jacobs, G.A. (1983). *Manual for the State- Trait Anxiety Inventory* (Form Y). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists.
- Stainton, A., Chisholm, K., Kaiser, N., Rosen, M., Upthegrove, R., & Ruhrmann S. (2019). Resilience as a multimodal dynamic process. *Early Interv Psychiatry*, 13:725-32.
- Stavropoulos, V., Lazaratou, H., Marini, E., & Dikeos, D. (2015). Low family satisfaction and depression in adolescence: The role of self-esteem. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 5, 109-118.
- Steinberg, L. (2007). Ergenlik. *İmge Kitabevi*, 250-257.
- Steinberg, L. (2008). *Adolescence*, New York, NY: McGraw-Hill. 8, 270.
- Steinberg, L. (2013). Ergenlik. Düzenleyen Çok Figen. Çeviren Seher Sevim . Ankara: İmge Kitabevi, 171-173.
- Størksen, I., Røysamb, E., Holmen, T. L., & Tambs, K. (2006). Adolescent adjustment and well-being: Effects of parental divorce and distress. *Scandinavian Journal of Psychology*, 47(1), 75–84.
- Street, H. (2002). Exploring relationships between goal setting, goal pursuit and depression: A review. *Australian Psychologist*, 37(2), 95-103.
- Summers, P., Forehand, R., Armistead, L., & Tannenbaum, L. (1998). Parental divorce during early adolescence in Caucasian families: The role of family process variables in predicting the long-term consequences for early adult psychosocial adjustment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 327-336.
- Sungur, M. Z. (1994). Kognitif görüş bağlamında depresyon ve antisipasyon. *Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi*, 2, 15-23.

Sümbüloğlu, K., & Sümbüloğlu, V. (2002). Biyoistatistik. Hatipoğlu Yayınları, 10, Ankara.

Şahin, E. (2015). Ergenlik Dönemindeki Bireylerde Saldırganlık Davranışı ve Algılanan Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkiye Benlik Saygısı Düzeylerinin Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Şentürk, Ü. (2006). Parçalanmış aile çocuk ilişkisinin sebep olduğu sosyal problemler (Malatya uygulaması). (Yayınlanmamış doktora tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.

Tanyeri, E. (2016). 23 yaş ve üzeri heteroseksüel ve homoseksüel bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının ilişkilerde yükleme tarzları ve psikolojik sağlamlık üzerine etkisi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.

Tarhan, S. (1995). Lise öğrencilerinin beden imajlarından hoşnut olma düzeylerinin özsaygıları ve akademik başarıları üzerindeki etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Terte, D.L., & Stephens, C. (2014). Psychological resilience of workers in high risk occupations. *Stress and Health*. 30(5):353-355.

Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 1-11.

Toplu, A. (2017). Şiddete maruz kalan ergen öğrencilerin psikolojik sağlamlıkları ile empati ve öz yeterlikleri arasındaki ilişkinin demografik değişkenlerle birlikte incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çag Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Turner, H.A., & Kopiec, K.(2006). Exposure to inter parental conflict and psychological disorder among young adults. *Journal of Family Issues*, 27(2), 131-158.

Tüfekçiyaşar, T. (2014). Lise 10. ve 11. sınıf öğrencilerinde kaygı, umutsuzluk ve benlik imgesi düzeylerinin değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tümkaya, S. (2005). Ailesi yanında ve yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3 (4), 445-459.

Tümlü, G. Ü., (2012). Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklı Üniversite Öğrencilerinin Temas Engellerinin İncelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Tümlü, G. Ü., & Recepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (3), 205-213.

Türe, F. S. (2010). Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan çocukların (8-12 yaş) değişik anne tutumlarına göre benlik saygı düzeylerinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi), Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Türkarslan, N. (2007). Boşanmanın çocuklar üzerine olumsuz etkileri ve bunlarla başetme yolları. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 11(11), 99-108.

Unicef (2015). Are you old enough? Retrieved from http://www.unicef.org/rightsite/433_457.htm

- Ünüvar, A. (2012). Gerçeklik Kuramına Dayalı Psiko-Eğitim Programının Lise Öğrencilerinin Denetim Odağı ve Yılmazlık Düzeyi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. (Doktora Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Valkenburg, P.M., & Peter, J. (2011). Online Communication Among Adolescents: An Integrated Model of Its Attraction, Opportunities, and Risks. *Journal of Adolescent Health*. 48 (2): 121–127.
- Vanderpol, M. (2002). Resilience: A missing link in our understanding of survival. *Harvard Revision Psychiatry*, 10, 302-306.
- Vandervalk, I., Ed S., Martijn G., Wim M., & Cora M.(2004). Marital status, marital process, and parental resources in predicting adolescents emotional adjustment..*Journal of Family Issues* 25, 3 291-317.
- Vella, S.L.C., & Pai, B.N. (2019). A theoretical review of psychological resilience: Defining resilience and resilience research over the decades. (7)2: 223-239.
- Wald, J., Taylor, S., Asmundson, G. J. G., Jang, K. L., & Stapleton, J. (2006). Literature review of concepts: Psychological resiliency. Defence R & D, Toronto, ON.
- Walsh, F. (2012). Normal Family Process: Growing Diversity and Complexity 4:3-27
- Wang, Y., & Ollendick, T. H. (2001). A cross-cultural and developmental analysis of self-esteem in Chinese and Western children. *Clinical child and family psychology review*, 4(3), 253-271.
- Wyman, P. A., Cowen, E. L., Hightower, A. D., & Pedro-Carroll, J. L. (1985). Perceived competence, self-esteem, and anxiety in latency-aged children of divorce. *Journal of Clinical Child Psychology*, 14(1), 20-26.

- Werner, E. E. (1989). High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59, 72-81.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (2001). Journeys from childhood to midlife: Risk, resilience, and recovery. *Cornell University Press*. (1), 141-160.
- Willemse, M. (2008). Exploring the relationship between self-efficacy and aggression in a group of adolescents in the peri-urban town of Worcester. (Master Thesis), University of Stellenbosch, South Africa.
- Windle, G., Markland, D. A. & Woods, R. T. (2008). Examination of a theoretical model of psychological resilience in older age. *Aging and Mental Health*, 12(3), 285-292.
- Wingo, A. P., Wrenn, G., Pelletier, T., Gutman, A. R., Bradley, B., & Ressler, K. J. (2010). Moderating effects of resilience on depression in individuals with a history of childhood abuse or trauma exposure. *Journal of Affective Disorders*, 126(3), 411-414.
- Wissink, I.B., Dekovic, M., & Meijer, A.M. (2006). Parenting behavior, quality of the parent-adolescent relationship, and adolescent functioning in four ethnic groups. *The Journal of Early Adolescence*, 26(2), 133-159.
- World Health Organization. (2011). Rapid advice: diagnosis, prevention and management of cryptococcal disease in HIV-infected adults, adolescents and children.
- Wolfinger, N. H. (2005). Understanding the divorce cycle: The children of divorce in their own marriages. *Cambridge University Press*.
- Wood, J. J., Repetti, R. L., & Roesch, S. C. (2004). Divorce and children's adjustment problems at home and school: the role of depressive/withdrawn parenting. *Child Psychiatry and Human Development*, 35(2): 121-142.

- Yalçın, S. (2013). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle Stres, Psikolojik Dayanıklılık Ve Akademik İyimserlik Arasındaki İlişki. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Yalın, Ş.Ş. (2017). Türk hukukunda anlaşmalı boşanma (Yüksek lisans tezi). İstanbul, İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Yavuzer, H. (2004). Ana- Baba ve Çocuk. *Remzi Kitapevi*.
- Yavuzer, H. (2005). Gençleri Anlamak Ana-Babaların En Çok Sorduğu Sorular ve Cevaplarıyla. *Remzi Kitapevi*, 13-92.
- Yavuzer, H. (2009). Gençleri Anlamak. İstanbul: Remzi Kitabevi, 60.
- Yazıcıoğlu, Y., & Erdoğan, S. (2004). Spss Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri. *Detay Yayıncılık*.
- Yehuda, R. (2004). Risk and resilience in posttraumatic stress disorder. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 65(1), 29-36.
- Yetim, O. (2021). Suriyeli göçmen ergenlerde travma, benlik saygısı, psikolojik dayanıklılık ve psikiyatrik belirti ilişkisinin değerlendirilmesi. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Uzmanlık Tezi. Ankara.
- Yılmaz, İ. A., & Dursun, B. (2014). Genç bireylerin umutsuzluk düzeylerinin sosyo-demografik özellikleri ile ilişkisi: Kırklareli Üniversitesi Pınarhisar MYO örneği. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 2(4), 48-79.
- Yılmaz, M. (2015). Evli bireylerin bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yörükoğlu, A., (2007). Değişen toplumda aile ve çocuk. İstanbul. Özgür Yayınları, s.109.

Zamorski, M. (2008). Defining resilience: An international perspective. Paper presented at the annual meeting of the International Military Testing Association, Amsterdam, Netherlands.

Zautra, A.J., Hall J.S., & Murray K.E. (2008). The resilience solutions group. resilience: A new integrative approach to health and mental health research. *Health Psychol Re*, 2:41-64.



Ekler

Ek 1. Ölçeklerin Kullanımına Yönelik İzinler

ERGEN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ (EPDÖ)


Öykü Bozdoğan <oykubozdogann@gmail.com>
 Alıcı: yunusaltundag14@hotmail.com

12 Şub 2022 13:37 (5 gün önce) ☆ ↩ ⋮

Sayın yetkili,

Ben Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans öğrencisi Öykü Naz Bozdoğan. Tez çalışmamı Assist. Prof. Dr. Ezgi Ulu danışmanlığında yürütmekteyim. Tez konum, "Ergenlik Dönemindeki Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık ve Öz Saygı Düzeyleri İle Geleceğe Yönelik Karamsarlık Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". Tez çalışmam kapsamında "Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğini" kullanmak için sizden izin istiyorum. Bilgilerinize.

Saygılarımla
Öykü Naz Bozdoğan


yunus altundag
 Alıcı: ben

13 Şub 2022 19:10 (4 gün önce) ☆ ↩ ⋮

Merhaba Öykü Naz Hanım

Ölçeği etik ilke ve atıf verme kurallarına bağlı kalarak kullanmanızdan memnuniyet duyarız. Ölçeğe ilişkin psikometrik veriler ektedir. Başarılar dilerim.

Yunus ALTUNDAĞ
 Dr. Öğr. Üyesi/Asst. Prof. Dr.
 Bolu Abant İzzet Baysal University
 Faculty of Education
 Department of Counseling Psychology and Guidance
 Golköy 14280 Bolu TURKEY

Windows'u Etkinleştir
 Windows'u etkinleştirmek için Ayarlar'a gidin.

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ (RBSÖ)

Ölçek İzni
Gelen Kutusu x
✕
🖨
🔗


Öykü Bozdoğan <oykubozdogann@gmail.com>
 Alıcı: cogepder

28 Ocak Cum 13:11 ☆ ↩ ⋮

Sayın yetkili,

Ben Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans öğrencisi Öykü Naz Bozdoğan. Tez çalışmamı Assist. Prof. Dr. Ezgi Ulu danışmanlığında yürütmekteyim. Tez konum, "Ergenlik Dönemindeki Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık ve Öz Saygı Düzeyleri İle Geleceğe Yönelik Karamsarlık Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". Tez çalışmam kapsamında "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğini" kullanmak için sizden izin istiyorum. Bilgilerinize.

Saygılarımla
Öykü Naz Bozdoğan

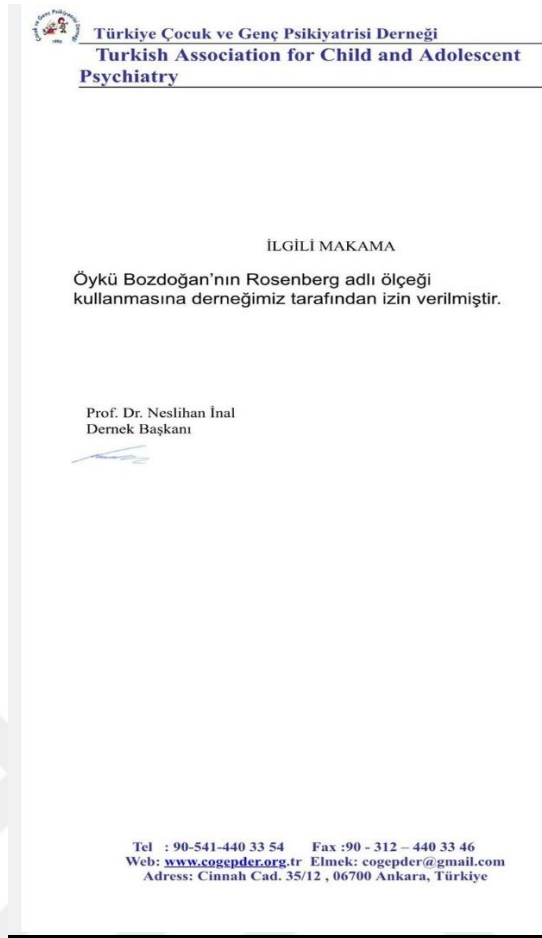

Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği
 Alıcı: ben

31 Ocak Pzt 09:10 ☆ ↩ ⋮

Ölçeği'n kullanım hakları Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği'ne verilmiştir. Ölçeği ve değerlendirme formunu Dernek'e 100 TL karşılığında alabilirsiniz'. Hesap numarası ektedir.teşekkürler

Öykü Bozdoğan <oykubozdogann@gmail.com>, 28 Oca 2022 Cum, 14:11 tarihinde şunu yazdı:

Windows'u Etkinleştir
 Windows'u etkinleştirmek için Ayarlar'a gi



BECK UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ (BUÖ)

Ölçek İzni Gelen Kutusu x



Öykü Bozdoğan <oykubozdogann@gmail.com>

28 Ocak Cum 13:13 ☆ ↩ ⋮

Alıcı: Gülten

Sayın yetkili,

Ben Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans öğrencisi Öykü Naz Bozdoğan. Tez çalışmamı Assist. Prof. Dr. Ezgi Ulu danışmanlığında yürütmekteyim. Tez konum, "Ergenlik Dönemindeki Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık ve Öz Saygı Düzeyleri İle Geleceğe Yönelik Karamsarlık Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". Tez çalışmam kapsamında "Beck Umutsuzluk Ölçeğini" kullanmak için sizden izin istiyorum. Bilgilerinize.

Saygılarımla
 Öykü Naz Bozdoğan



Sayın Yetkili,

Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji (Tezli) Yüksek Lisans Programı öğrencisi Öykü Naz Bozdoğan, Dr. Öğr. Üyesi Ezgi Ulu danışmanlığında yürütmekte olduğu "*Ergenlik Dönemindeki Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık ve Öz Saygı Düzeyleri İle Geleceğe Yönelik Karamsarlık Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*" isimli tez çalışmasında, Türkiye örnekleminde geçerlilik ve güvenirliğini yaptığım Beck Umutsuzluk Ölçeği'ni kaynak göstererek ve etik kurallara özen göstererek uygulayabilir.

Sevgi ve saygılarımla,

Eskişehir, 31 Ocak 2022

Prof. Dr. Gülten Sönmez Seber

Klinik Psikolog

E-posta: gsonmezseber@gmail.com

Gülten Seber

Mobile: 0 (535) 477 07 87



Ek 2. Milli Eğitim Bakanlığı İzin Yazısı



KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
GENEL ORTAÖĞRETİM DAİRESİ MÜDÜRLÜĞÜ

Sayı : GOÖ.0.00-174/06-22/E.3686
Konu : Öykü Naz Bozdoğan'ın Anket
Başvurusu Hk.

5 Nisan 2022

Sayın Öykü Naz BOZDOĞAN

İlgi : 4 Nisan 2022 tarihli ve TTD.0.00-174/06-22/E.565 sayılı yazınız.

Talim ve Terbiye Dairesi Müdürlüğü'nün ilgi yazısı uyarınca "Ergenlik Dönemindeki Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık ve Öz Saygı Düzeyleri İle Geleceğe Yönelik Karamsarlık Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu ölçek sorularının gizlilik ve gönüllülük ilkelerine riayet edilerek uygulanması müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Ancak soruların uygulamadan önce çalışmaya katılacak olanların bağlı bulunduğu okul müdürlüğüyle istişarede bulunulup, soruların hangi okulda ne zaman uygulanacağı birlikte saptanmalıdır.

Ölçek sorularını uyguladıktan sonra sonuçlarının Talim ve Terbiye Dairesi Müdürlüğü'ne ulaştırılması yasa gereğidir.

Bilgilerinize saygı ile rica ederim.

 e-imzalıdır
Cengiz Topel UZUN
Daire Müdürü

Not: 93/2007 sayılı Elektronik İmza Yasası'nın 6.maddesi gereği bu belge elektronik imza ile imzalanmıştır.

ŞHT. MEHMET HASAN TUNA SOK. NO.5 YENİŞEHİR 99010 Lefkoşa
2288745

Bilgi için:Pınar CANTÜRK
2.Derece 1.Sınıf Katip



KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
MESLEKİ TEKNİK ÖĞRETİM DAİRESİ MÜDÜRLÜĞÜ

Sayı : MTÖ.0.00-006/01-22/E.2316
Konu : Öykü Naz Bozdoğan'ın Anketi hk

26 Nisan 2022

Sayın Öykü Naz BOZDOĞAN

İlgi : 26 Nisan 2022 tarihli ve TTD.0.00-006/01-22/E.721 sayılı yazınız.

İlgili yazınızda, müdürlüğümüze bağlı öğrenim gören öğrencilere yönelik olarak **"Ergenlik Dönemindeki Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık ve Öz Saygı Düzeyleri ile Geleceğe Yönelik Karamsarlık Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi"** konulu anket uygulama istemiyle izin talebinde bulundunuz.

Talebinizle ilgili olarak Talim ve Terbiye Dairesi Müdürlüğü'nce yapılan incelemede, çalışmanın gizlilik ve gönüllük ilkelerine riayet edilerek uygulanması uygun görülmüştür. Ancak uygulanmadan önce ilgili okul müdürlükleri ile istişarede bulunup anketin ne zaman uygulanacağı birlikte saptanmalıdır. Keza, anket yapıldıktan sonra da sonuçlarının Talim ve Terbiye Dairesi Müdürlüğü'ne de ulaştırılması gerekmektedir.

Bilgi edinmenizi ve gereğini saygı ile rica ederim.



e-imzalıdır

Gülşen HOCANIN
Müdür

Not: 93/2007 sayılı Elektronik İmza Yasası'nın 6.maddesi gereği bu belge elektronik imza ile imzalanmıştır.

ŞHT. Mehmet Hasan Tuna Sokak No.5 Yenişehir / Lefkoşa
Tel No: 0(392) 2282257 Fax : 0(392) 2278727
E-posta : mtod@mebnet.net

Bilgi için: Zehra LORDOĞLU
Arşiv Memuru
Telefon No: (392) 228 22 57-126

Ek 3.Katılımcı Bilgilendirme Formu

KATILIMCI BİLGİLENDİRME FORMU

Araştırma: Ebeveynleri Boşanmış ve Boşanmamış Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık, Benlik Saygısı ve Umutsuzluk Düzeyi Karşılaştırması.

Değerli katılımcı,

Yakın Doğu Üniversitesi, Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans çalışması kapsamında yürütülen “Ebeveynleri Boşanmış ve Boşanmamış Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık, Benlik Saygısı ve Umutsuzluk Düzeyi Karşılaştırması” konulu araştırmanın amacı, boşanmış ebeveyne sahip ergenler ile ebeveyn birlikteliği devam etmekte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık, benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerine göre nasıl farklılaştığı ve aralarındaki ilişkilerin saptanmasıdır. Bu çalışma kapsamında, demografik bilgi formu ve iki ölçek göreceksiniz. Sosyo-demografik bilgi formu, sizin cinsiyet, yaş, ebeveynleriniz ile ilgili bilgiler gibi demografik özellikleriniz hakkındaki soruları içermektedir. Diğer ölçekler ise; benlik saygısı ve geleceğe karşı umutsuzluğu değerlendirme amaçlıdır. Ölçeklerde doldurduğunuz veriler ile çalışmaya katkı sağlamanız planlanmıştır. Sorulara vereceğiniz yanıtlar sonrasında, diğer katılımcıların verileri ile birlikte, istatistiksel olarak değerlendirilecektir. Yanıtlarınız sadece bilimsel amaçlar için kullanılacaktır. İçten yanıtlar vermeniz araştırmanın geçerlilik ve güvenilirliğini arttıracaktır. Herhangi bir sorunuz olursa, çalışmanın araştırmacısı ile iletişime geçebilirsiniz.

Katılımınız için teşekkürler.

Araştırmacı: Öykü Naz Bozdoğan

Psikolog

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

oykubozdogann@gmail.com

0505 787 64 09

Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Ezgi Ulu

Yakın Doğu Üniversitesi Öğretim Üyesi

ezgi.ul@neu.edu.tr

Ek 4. Aydınlatılmış Onam Formu

AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Değerli katılımcı,

Bu çalışma ve formlar, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimsel Enstitüsü Klinik Psikoloji Bölümü tarafından yürütülmekte olan araştırmanın bir bölümüdür. Ankete katılım gönüllülük esasına dayalıdır.

Bu araştırmanın amacı, boşanmış ebeveyne sahip ergenler ile ebeveyn birlikteliği devam etmekte olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık, benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerine göre nasıl farklılaştığının saptanmasıdır. Toplanan veriler sadece bilimsel amaçlar için kullanılacaktır. Kimliğiniz, kişisel bilgileriniz veya öykünüz ile ilgili hiçbir bilgi, gizlilik ilkemiz nedeniyle bilimsel amaçlar dışında kullanılmayacaktır. Çalışmanın tamamlanmasının ardından, form ve ölçeklerdeki bilgiler anonimleştirilerek saklanacak ve kişisel bilgiler veri tabanından silinecektir. Anketi cevaplayarak araştırmaya gönüllü katılmış olursunuz. İstedığınız zaman araştırmadan çekilebilirsiniz. Araştırmadan çekilen katılımcıların bilgileri de silinip araştırmada kullanılmayacaktır. Çalışma öncesinde, sırasında veya sonrasında tüm sorularınız için, ayrıca araştırmanın sonuçlarını öğrenmek için aşağıdaki iletişim bilgilerinden ulaşabilirsiniz.

Katılımınız için teşekkürler.

Öykü Naz Bozdoğan

Yrd. Doç. Dr. Ezgi Ulu

Psikolog

Yakın Doğu Üniversitesi Öğretim Üyesi

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

E-mail : ezgi.ul@neu.edu.tr

Tel: 0505 787 64 09

E-mail: oykubozdogann@gmail.com

Yukarıdaki bilgileri okudum, çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul ediyorum.

Katılımcı isim ve İmza:

Tarih:

Ek 5. Sosyo–Demografik Bilgi Formu

SOSYO-DEMOGRAİK BİLGİ FORMU

Aşağıdaki bilgi formunda verilen seçenekler arasında durumunuzu en iyi anlatan seçeneği (X) koyarak işaretleyip formu doldurunuz.

1. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()
2. Yaş:.....
3. Eğitim Düzeyi: Ortaokul () Lise ()
4. Anne ve babanız ayrı mı? (boşanmış) : Evet () Hayır () - cevabınız evet ise kalan diğer soruları cevaplayınız.
5. Anneniz ve babanız boşandığında siz kaç yaşındaydınız?
6. Kiminle yaşıyorsunuz ? Anne () Baba () Ailemle () Başka ()
7. Birlikte yaşamadığınız ebeveyn ile görüşme sıklığınız nedir?: Sık Sık () Nadiren () Hiçbir zaman ()

Ek 6. Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (EPDÖ)

ERGEN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ (EPDÖ)

Sevgili Öğrenciler:

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

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

Ek 7. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ (RBSÖ)

Bu araştırma için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinde bulunan 12 alt testten benlik saygısını ölçen D1 deki sorular kullanılacaktır.

Aşağıdaki maddeler, kendiniz ile ilgili genel olarak neler düşündüğünüz ve hissettiğinize ilişkin olarak hazırlanmıştır. Lütfen aşağıda yer alan ifadeleri karşısındaki seçeneklerden size en uygun olanı (X) ile işaretleyerek belirtiniz. Tüm soruları ve her soru için yalnızca bir seçeneği işaretleyiniz.

D – 1

MADDE 1

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 2

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 3

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.

a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 4

7. Genel olarak kendimden memnunum.

- a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 5

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.

- a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 6

9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.

- a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.

- a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

Ek 8. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)

BECK UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ (BUÖ)

Aşağıdaki test 1974 tarihinde geliştirilmiş olup, 1991 yılında Seber tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Geleceğe yönelik olumsuz beklenti ya da düşünceleri içeren cümlelerden size uygun olanları evet ya da hayır olarak kodlayınız.

_____ 1- Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum.

_____ 2- Kendim ile ilgili şeyleri düzeltemediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur.

_____ 3- İşler kötüye giderken bile her şeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor.

_____ 4- Gelecek on yıl içinde hayatimin nasıl olacağını hayal bile edemiyorum.

_____ 5- Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var.

_____ 6- Benim için çok önemli konularda ileride başarılı olacağımı umuyorum.

_____ 7- Geleceğimi karanlık görüyorum.

_____ 8- Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı umuyorum.

_____ 9- İyi fırsatlar yakalayamıyorum. Gelecekte yakalayacağıma inanmam için de hiç bir neden yok.

_____ 10-Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı.

_____ 11-Gelecek benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu görünüyor.

_____ 12-Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi ummuyorum.

_____ 13-Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.

_____ 14-İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor.

_____ 15-Geleceğe büyük inancım var.

_____ 16-Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur.

_____ 17-Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi.

_____ 18-Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünüyor.

_____ 19-Kotu günlerden çok , iyi günler bekliyorum.

_____ 20-İstediğim her şeyi elde etmek için caba göstermenin gerçekten yararı yok, nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.

Ek 9. İntihal Raporu

İNTİHAL RAPORU

OYKU TEZ

ORJİNALLIK RAPORU

% 15	% 13	% 2	% 9
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	docs.neu.edu.tr İnternet Kaynağı	% 4
2	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK) Öğrenci Ödevi	% 3
3	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	% 2
4	tr.wikimeinclouds.com İnternet Kaynağı	% 2
5	www.researchgate.net İnternet Kaynağı	<% 1
6	9lib.net İnternet Kaynağı	<% 1
7	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	<% 1
8	www.evimdeterapi.com İnternet Kaynağı	<% 1
9	tr.malayalamwiki.com İnternet Kaynağı	<% 1

10	acikerisim.gelisim.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
11	acikerisim.sakarya.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
12	Submitted to (school name not available) Öğrenci Ödevi	<% 1
13	dergi.ogu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
14	acikerisim.istanbulbilim.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
15	Submitted to Üsküdar Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
16	Submitted to Istanbul Aydin University Öğrenci Ödevi	<% 1
17	cogepderg.com İnternet Kaynağı	<% 1
18	Submitted to Istanbul Gelisim University Öğrenci Ödevi	<% 1
19	algoloji.org.tr İnternet Kaynağı	<% 1
20	pdfs.semanticscholar.org İnternet Kaynağı	<% 1
21	openaccess.maltepe.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1

22	Submitted to Recep Tayyip Erdogan University Öğrenci Ödevi	<% 1
23	AVŞAROĞLU, Selahattin and GİLİK, Ayşe. "Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne-Babaların Kaygı", Öğretmen Eğitimi Akademisi-Maya Akademi, 2017. Yayın	<% 1
24	Submitted to TechKnowledge Turkey Öğrenci Ödevi	<% 1
25	Submitted to Beykent Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
26	Submitted to Trakya University Öğrenci Ödevi	<% 1
27	Submitted to Dumlupınar University Öğrenci Ödevi	<% 1
28	dspace.ankara.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
29	www.yepad.org İnternet Kaynağı	<% 1
30	Submitted to Dokuz Eylul Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
31	Submitted to Yakın Doğu Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
32	docplayer.biz.tr İnternet Kaynağı	<% 1

33	openaccess.hacettepe.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
34	J.-D. Chen. "Cultivating Resilience in Children From Divorced Families", The Family Journal, 10/01/2005 Yayın	<% 1
35	acikarsiv.aydin.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
36	tr.hmongwiki.com İnternet Kaynağı	<% 1
37	turkishstudies.net İnternet Kaynağı	<% 1
38	www.eab.org.tr İnternet Kaynağı	<% 1
39	Submitted to Dicle University Öğrenci Ödevi	<% 1
40	Submitted to Konya Necmettin Erbakan University Öğrenci Ödevi	<% 1
41	www.isakder.org İnternet Kaynağı	<% 1
42	EMRAHOĞLU, Nuri and ÖZTÜRK, Ayşe. "Fen bilgisi öğretmen adaylarının akademik başarılarına bilişsel farkındalığın etkisi: Bir nedensel karşılaştırma araştırması", Çukurova Üniversitesi, 2010. Yayın	<% 1
43	app.trdizin.gov.tr İnternet Kaynağı	<% 1

Alıntılarını çıkart

Kapat

Eşleşmeleri çıkar

Kapat

Bibliyografyayı Çıkart

Kapat

Özgeçmiş**Adı ve Soyadı:** Öykü Naz Bozdoğan**Doğum Yeri:** Ankara**Doğum Tarihi:** 11.01.1996**Telefon Numarası:** 0505 787 64 09**E-mail:** oykubozdogann@gmail.com**Öğrenim Durumu ;**

Derece	Alan	Üniversite	Yıl
Lisans	İngilizce Psikoloji	Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi	2020
Y.Lisans	Klinik Psikoloji	Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü	2022