



ANKARA
HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**ERGENLERİN OLUMSUZ YAŞAM DENEYİMLERİ İLE
İÇSELLEŞTİRME VE DIŞSALLAŞTIRMA
PROBLEMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE ALGILANAN
SOSYAL DESTEĞİN DÜZENLEYİCİ ROLÜ**

İrem Beyza KILIÇ

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI**

ŞUBAT - 2024



**ERGENLERİN OLUMSUZ YAŞAM DENEYİMLERİ İLE
İÇSELLEŞTİRME VE DIŞSALLAŞTIRMA PROBLEMLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİDE ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN
DÜZENLEYİCİ ROLÜ**

İrem Beyza KILIÇ

**YÜKSEK LİSANS
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI**

**ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

ŞUBAT 2024

ETİK BEYAN

Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmada yararlı ve öğim eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

İrem Beyza KILIÇ

26.02.2024

TEZ ONAY SAYFASI

Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Programı Yüksek Lisans öğrencisi tarafından hazırlanan “Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri ile İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri Arasındaki İlişkide Algılanan Sosyal Desteğin Düzenleyici Rolü” başlıklı tez çalışması 29/01/2024 tarih ve 13.00 saatinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ / OY ÇOKLUĞU ile YÜKSEK LİSANS olarak KABUL edilmiştir.

Başkan:
Prof. Dr. Özden YALÇINKAYA ALKAR
Yıldırım Beyazıt Üniversitesi
İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi
Psikoloji Bölümü

Kabul Ret

☒☐

Üye:
Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN (Danışman)
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi
Edebiyat Fakültesi
Psikoloji Bölümü

☒☐

Üye:
Dr. Öğr. Üyesi Gülhan Gökçe CERAN YILDIRIM
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi
Edebiyat Fakültesi
Psikoloji Bölümü

☒☐

ERGENLERİN OLUMSUZ YAŞAM DENEYİMLERİ İLE İÇSELLEŞTİRME VE
DIŞSALLAŞTIRMA PROBLEMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE ALGILANAN SOSYAL
DESTEĞİN DÜZENLEYİCİ ROLÜ

(Yüksek Lisans Tezi)

İrem Beyza KILIÇ

ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Şubat 2024

ÖZET

Bu araştırma ergenlik dönemindeki bireylerin deneyimledikleri olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkileri ve algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma arasındaki ilişkide düzenleyici rolü olup olmadığını incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmada ayrıca cinsiyet, yaş, ebeveyn eğitim düzeyi ve ebeveynin çalışma durumu olmak üzere çeşitli sosyodemografik değişkenler ile olumsuz yaşam deneyimleri arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu 2022 – 2023 eğitim öğretim yılı içerisinde Ankara’da örgün öğretime devam eden 11 ile 18 yaş arası ortaokul ve lise öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Olumsuz Yaşam Olayları Listesi (OYOL), Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA) ve Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ-R) kullanılmıştır. Ergenlerin olumsuz yaşam deneyimlerinin sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için; bağımsız gruplarda t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır. Olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek düzeyi arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analiziyle; algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma arasındaki ilişkide düzenleyici rolünü test etmek içinse Hayes Düzenleyici Değişken analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre olumsuz yaşam deneyimleri yalnızca cinsiyet değişkenine göre farklılaşmaktadır, diğer sosyodemografik değişkenler açısından anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Olumsuz yaşam olaylarının içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin tüm boyutları ile arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde; algılanan sosyal desteğin tüm boyutları ile arasındaysa negatif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca, algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiyi anlamlı şekilde yordama gücünün bulunmadığı ortaya koyulmuştur. Elde edilen bulgular ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmış ve öneriler sunulmuştur.

Bilim Kodu : 116201
Anahtar Kelimeler : Olumsuz yaşam olayları, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri, algılanan sosyal destek
Sayfa Adedi : 100
Tez Danışmanı : Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN

THE REGULATORY ROLE OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT IN THE
RELATIONSHIP BETWEEN ADOLESCENTS' NEGATIVE LIFE EXPERIENCES AND
INTERNALIZATION AND EXTERNALIZATION PROBLEMS

(Master's Thesis)

İrem Beyza KILIÇ

ANKARA HACI BAYRAM VELİ UNIVERSITY
THE INSTITUTE OF GRADUATE STUDIES

February 2024

ABSTRACT

This study aims to examine the relationships between negative life events, internalizing and externalizing problems and perceived social support levels experienced by adolescents and whether perceived social support has a moderating role in the relationship between negative life experiences and internalizing and externalizing problems. The study also examined the relationships between various sociodemographic variables including gender, age, parental education level and parental employment status, and negative life experiences. The study group of the research consists of middle and high school students between the ages of 11 and 18 who continue formal education in Ankara in the 2022 - 2023 academic year. Personal Information Form, Negative Life Events List (OLOL), Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) and Perceived Social Support Scale (PSSS-R) were used as data collection tools. In order to test whether the negative life experiences levels of adolescents differed according to sociodemographic variables; independent groups t-test, one-way analysis of variance (ANOVA) and Kruskal Wallis-H test were used. Pearson correlation analysis was used to test the relationships between negative life experiences, internalizing and externalizing problems and perceived social support level; Hayes' PROCESS analyze was used to test the regulatory role of perceived social support in the relationship between negative life experiences and internalizing and externalizing problems. According to the findings obtained as a result of the research, negative life experiences differed only according to the gender variable, no significant difference was observed in terms of other sociodemographic variables. Positive and low level significant relationships were found between negative life experiences and all dimensions of internalizing and externalizing problems, and negative and low level significant relationships were found between all dimensions of perceived social support. In addition, it was revealed that perceived social support did not have the power to significantly predict the relationship between negative life experiences and internalizing and externalizing problems. The findings were discussed within the framework of the related literature and recommendations were presented.

Science Code : 116201
Key Words : Negative life experiences, externalizing and internalizing problems,
perceived social support
Page Number : 100
Thesis Advisor : Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim süresince değerli rehberliği ve katkısıyla kendisinden çok şey öğrendiğim saygıdeğer danışmanım Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN hocama, tez çalışmamın her aşamasında bilgi birikimi ve yönlendirmeleriyle bana sabırla yol gösterdiği ve desteğini esirgemediği için teşekkürlerimi sunarım.

Veri toplama sürecinde benimle ilgilenen, değerli vaktini ayıran ve yardımlarını esirgemeyen okul öğretmenlerinden Sevgi KİPER ve Çiğdem ÇETİN'e, araştırmaya gönüllü katılımlarıyla katkılarını sunan tüm öğrencilere ve ailelerine teşekkür ediyorum.

Tez yazma sürecinde iş yükümü azaltan, sunabildikleri her türlü desteği ve hoşgörüyü sağlayan değerli çalışma arkadaşlarımdan Neslihan Nur ÖZADAM, Dr. Burcu ÇALIŞKAN KARA, Mahmut Kamil KOCİN, Harun ARSLAN ve Emre TEPE'ye teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimimin başından sonuna kadar ilerlememde hayatımı kolaylaştıran, her zaman beni teşvik eden ve maddi manevi desteklerini esirgemeyen canım annem Tülay KILIÇ'a, babam İbrahim KILIÇ'a ve kardeşim Haluk Mert KILIÇ'a minnet ve sevgilerimi sunuyorum.

İrem Beyza KILIÇ

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ.....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ	xii
KISALTMALAR	xiii
1. GİRİŞ	1
2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
2.1. Kuramsal Açıklamalar.....	9
2.1.1. Ergenlik Dönemi	9
2.1.2. Olumsuz Yaşam Deneyimleri	11
2.1.2.1. Ergenlik Dönemi Olumsuz Yaşam Deneyimleri	13
2.1.3. İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri.....	14
2.1.4. Sosyal Destek	19
2.1.4.1. Algılanan Sosyal Destek.....	21
2.1.4.2. Tampon Etkisi Modeli ve Temel Etki Modeli	22
2.2. İlgili Araştırmalar	24
2.2.1. Olumsuz Yaşam Deneyimleri ve İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ile İlgili Araştırmalar	24
2.2.2. Olumsuz Yaşam Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ile İlgili Araştırmalar	28
2.2.3. İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ve Algılanan Sosyal Destek ile İlgili Araştırmalar	30

2.2.4. Olumsuz Yaşam Deneyimleri, İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ile İlgili Araştırmalar.....	32
3. YÖNTEM.....	37
3.1. Araştırmanın Modeli	37
3.2. Çalışma Grubu.....	37
3.3. Veri Toplama Araçları.....	39
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	39
3.3.2. Olumsuz Yaşam Olayları Listesi (OYOL).....	40
3.3.3. Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA)	41
3.3.4. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ-R)	43
3.4. Verilerin Toplanması.....	44
3.5. Verilerin Analizi.....	45
4. BULGULAR.....	49
4.1. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular	49
4.1.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular.....	49
4.1.2. Yaş Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular.....	50
4.1.3. Annenin Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular.....	51
4.1.4. Babanın Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular.....	52
4.1.5. Annenin Çalışıp Çalışmadığı Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular.....	53
4.1.6. Babanın Çalışıp Çalışmadığı Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular.....	54
4.2. Olumsuz Yaşam Deneyimleri, İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	55

4.3. Algılanan Sosyal Desteğin Olumsuz Yaşam Deneyimleri ile İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri Arasındaki İlişkideki Düzenleyiciliğine İlişkin Bulgular.....	58
5. TARTIŞMA	61
5.1. “Öğrencilerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri Cinsiyete Göre Farklılaşıp Farklılaşmamak Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.	61
5.2. “Öğrencilerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri Yaşlarına Göre Farklılaşıp Farklılaşmamak Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.	63
5.2. “Öğrencilerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri Anne ve Babalarının Eğitim Seviyesine Göre Farklılaşıp Farklılaşmamak Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	65
5.3. “Öğrencilerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri Anne ve Babalarının Çalışıp Çalışmadığına Göre Farklılaşıp Farklılaşmamak Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.	66
5.4. “Ergenlerin Deneyimlediği Olumsuz Yaşam Olayları, İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasında İstatistiksel Olarak Anlamlı İlişkiler Var Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	68
5.5. “Algılanan Sosyal Desteğin Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri İle İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri Arasındaki İlişkide Düzenleyici Rolü Var Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.	71
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	75
6.1. Sonuç	75
6.2. Öneriler.....	76
KAYNAKÇA.....	79
EKLER.....	89
EK-1. Etik Komisyon Onayı	89
EK-2. Kişisel Bilgi Formu.....	90
EK-3. Olumsuz Yaşam Olayları Listesi	92
EK-4. Güçler ve Güçlükler Anketi	93
EK-5. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	94
EK-6. Ölçek İzinleri	96

Sayfa

EK-7. Gönüllü Katılım Formu	97
ÖZGEÇMİŞ	99



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo	Sayfa
Tablo 3.1. Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine ilişkin betimleyici istatistikler.....	38
Tablo 3.2. Olumsuz yaşam olayları listesi, güçler ve güçlükler anketi ve algılanan sosyal destek ölçeğine ilişkin betimsel istatistikler	46
Tablo 4.1. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puan ortalamalarının cinsiyete göre bağımsız gruplar t testi sonuçları.....	49
Tablo 4.2. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların yaşlara göre bağımsız gruplar t testi sonuçları	50
Tablo 4.3. Olumsuz yaşam olayları ölçeğinden elde edilen puanların annenin eğitim düzeyine göre ortalama ve standart sapma değerleri	51
Tablo 4.4. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların annenin eğitim düzeyine göre kruskal wallis-h sonuçları	52
Tablo 4.5. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların babanın eğitim düzeyine göre ortalama ve standart sapma değerleri	52
Tablo 4.6. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların babanın eğitim düzeyine göre tek yönlü varyans analizi (anova) sonuçları	53
Tablo 4.7. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların annenin çalışma durumu değişkenine göre bağımsız gruplar t testi sonuçları	54
Tablo 4.8. Olumsuz yaşam olayları ölçeğinden elde edilen puanların babanın çalışma durumu değişkenine göre bağımsız gruplar t testi sonuçları	54
Tablo 4.9. Olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri, algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilere ait pearson korelasyon analizi sonuçları	56
Tablo 4.10. Olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri, algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilere ait pearson korelasyon analizi sonuçları	58
Tablo 4.11. Algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiyi düzenlemesine ilişkin hayes düzenleyici değişken analizi sonuçları	60

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil	Sayfa
Şekil 1.1. Algılanan sosyal desteğin içselleştirme ve dışsallaştırma arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin düzenleyici etkisi modeli	5
Şekil 4.1. Algılanan sosyal desteğin düzenleyicilik rolü modeli	59



KISALTMALAR

Bu çalışmada yer almış kısaltmalara, açıklamalarıyla birlikte aşağıda yer verilmiştir.

Kısaltmalar	Açıklamalar
ASDÖ-R	Algılanan Sosyal Destek Ölçeği
DB	Davranış Bozukluğu
DEHB	Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu
GGA	Güçler ve Güçlükler Anketi
KOKGB	Karşıt olma karşı gelme bozukluğu ve
OYOL	Olumsuz Yaşam Olayları Listesi
SPSS	Statistical Package for the Social Science

1. GİRİŞ

Bu bölümde; araştırmanın problem durumu, amacı, önemi, sayıltıları, sınırlıkları ve tanımları yer almaktadır.

Problem Durumu

Ergenlik dönemi, çocukluktan yetişkinliğe doğru uzanan bir geçiş dönemini temsil etmektedir. Bu dönemde, ergenin fiziksel, zihinsel ve duygusal gelişimindeki hızlı ilerleyişi çeşitli uyum problemlerinin görülme olasılığını arttırmaktadır. Çocukluk ve ergenlik dönemindeki davranışsal ve duygusal sorunlarla ilişkilendirilen uyum sorunları, içselleştirme ve dışsallaştırma olmak üzere iki geniş boyutta sınıflandırılmaktadır (Frick ve Kimonis, 2008; Achenbach, 1966).

İçselleştirme problemleri, doğrudan açık eylemle ifade edilmeyen, ancak dolaylı olarak sosyal geri çekilme, kaygı, somatik şikayetler veya depresif ruh hali yoluyla ifade edilen içsel sıkıntıyı yansıtırken; dışsallaştırma problemleri, saldırganlık, anti-sosyal davranışlar ve karşı çıkma gibi eylemleri veya diğer kontrol edilmesi zor davranışları içermektedir (Serafica ve Vargas, 2006). Bunlar, düşük okul başarısı (McLeod vd., 2012), sosyal uyumda güçlük (Sterling vd., 1985), madde kullanımı (Kostelecky, 2005), evden kaçma/okul terki (Peterson vd., 2003), intihar eğilimi (Panesar vd., 2021) gibi çeşitli olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmektedir

Yapılan araştırmalar, ergenlik dönemindeki içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin açığa çıkma riskinin olumsuz yaşam olaylarının deneyimlenmesine bağlı olarak arttığını göstermektedir (Allen vd., 2008; Kim vd., 2003). Kişide fiziksel ve/veya duygusal rahatsızlığa sebep olan kendisine ya da bir başkasına yönlendirilmiş herhangi bir olay olarak tanımlanan olumsuz yaşam olayları (Johnson, 1986), ergenlik döneminde çocukluğa kıyasla daha sıklıkla deneyimlenmektedir (Larson ve Ham, 1993.). Bu dönemde deneyimlenen olumsuz yaşam olayları, oluşan yeni ilgi alanlarıyla (örn. kız ya da erkek arkadaştan ayrılma), beklentilerdeki ya da sorumluluklardaki artışla (örn. okul başarısı) (Larson ve Ham, 1993) ya da yaşamın diğer alanlarında meydana gelen değişimlerle (örn. ebeveynlerin ayrılması, aile üyelerinden birinin ciddi bir hastalığa yakalanması ya da ölümü, okul değiştirme) (Allen vd., 2012) ilgili olabilmektedir. Bu olaylar, ergenin yaşamındaki stres düzeyinin artmasına sebep olarak duygusal ve davranışsal olarak uyumsuz tepkilerin açığa çıkmasına yol açmaktadır (Kim vd., 2003; Conger vd., 1995; Caspi ve Elder,

1987). Bunlar arasında, depresyon (Chapman vd., 2004), kaygı bozukluğu (Young vd., 1997), duygu durum bozuklukları (Johnson, 2005), karşıt olma karşı gelme bozukluğu (Noordermeer vd., 2017), saldırganlık (Sun vd., 2016), dürtüsellik (d'Acremont ve Van der Linden, 2007) dikkat eksikliği ve hiperaktivite (Noordermeer vd., 2017) gibi çeşitli sayıda ruhsal bozukluk örnek gösterilmektedir. Buna rağmen, olumsuz yaşam olaylarını deneyimleme, hali hazırdaki psikolojik veya fiziksel sağlıktaki sorunları açıklamada tek başına yeterli görülmemektedir. Çünkü bazı kişiler olumsuz yaşam olayları karşısında ciddi sağlık sorunları yaşamaktayken bazılarında böyle bir duruma rastlanmamaktadır. Bu değişkenliğin, yaşam olaylarının, sahip olunan sosyal destek kaynaklarının ve kişinin özelliklerine bağlı olarak açığa çıktığı belirtilmektedir (Rabkin ve Struening, 1976). Benzer şekilde, stresli yaşam olaylarına başarılı bir şekilde uyum sağlamanın, ergenin kendisi ile aile, akran ve toplum ağları da dahil olmak üzere çeşitli iç içe geçmiş sosyal sistemler arasında bir uyum gerektirdiği ifade edilmektedir (Patterson ve McCubbin, 1987).

Bu doğrultuda, ergenlerin stresli yaşam olayları karşısında duygusal ve davranışsal tepkilerini düzenlemelerinde sosyal desteğin etkili olduğu düşünülmektedir. Sosyal destek, kişilerin karşılaştıkları problemlerle baş edebilmeleri için kişiye çevresi (örn. aile, arkadaşlar, öğretmen, akrabalar vb.) tarafından sağlanan sosyal ve psikolojik kaynaklar üzerinden tanımlanmaktadır (Yıldırım, 1997). Aynı şekilde, bu kaynaklar üzerinden kişilerin algılanan sosyal destek anlayışlarının da oluştuğu belirtilmektedir (Zimet vd., 1988).

Ergenler, gelişimlerinin farklı alanlarında meydana gelen ani değişimlere ayak uydurmaya çalıştıkları için ailelerinden, yakın çevrelerinden ve öğretmenlerinden daha fazla anlayış, destek ve sabır beklemektedirler. Bu dönemde, ergenin sosyal destek kaynaklarını aileleri ve arkadaşları başta olmak üzere öğretmenleri, akrabaları, komşuları, ideolojik ve etnik gruplar oluşturmaktadır. Bu kaynaklar, ergene sorunlarının dinlendiğini, duygularının paylaşıldığını, sevgi, saygı ve şefkat gördüğünü hissettirerek olumsuz yaşam olayları ile duygusal yönden baş edebilmelerinde yardımcı olmaktadır. Ayrıca, ergene yaşadığı sorunlarla ilgili olarak rehberlik etme, bilgi ve öğüt verme işlevleri sayesinde ergenin işlevsel çözüm yollarına ulaşmasını sağlamaktadır. Bu geri bildirimler, özellikle stres veren durumlar

karşısında ergenin davranış, duygu ve düşüncelerini yeniden değerlendirerek uyumlu bir gelişim ve değişim göstermesinde etkili olmaktadır (Karadağ, 2007).

Ergenlik döneminin, ergenin ilgi gördüğünü, değer verildiğini ve topluma ait olduğunu hissetmesinde etkili bir süreç olduğu dile getirilmektedir. Bu nedenle, ergene onunla ilgilenildiğinin, sorunlarına yönelik çözüm yollarının bulunduğu ya da yakınlık gösterildiğinin inandırılmasının karşılaştığı stres veren durumların etkilerinin hafifletilmesinde faydalı olacağı ifade edilmektedir (Deveci, 2011). Bu noktada algılanan sosyal desteğin, ergene deneyimlediği stresli yaşam olaylarını ve bunların anlamlarını ebeveynleri, önemli aile üyeleri ve/veya öğretmenleriyle açıkça tartışma fırsatı sağlayarak duygusal ve davranışsal tepkilerini düzenlemelerinde yardımcı olacağı dile getirilmektedir (Carothers vd., 2006). Ayrıca, olumsuz yaşam olaylarıyla başarılı bir şekilde baş edebilmek için yeterli sosyal desteğe sahip olduğuna inanılmasının uyum sorunları geliştirme olasılığını azalttığı da söylenmektedir (Licitra-Keckler ve Waas, 1993). Buna göre, yüksek düzeyde sosyal desteğe sahip kişi olumsuz bir olayı kendisi için daha az tehdit edici bulmakta ve sahip olduğu sosyal desteği uyumlu tepkiyi açığa çıkarabilmek adına kullanmaktadır (Licitra-Keckler ve Waas, 1993; Cand Wills, 1985). Tüm bunlar, stres veren yaşam olayları karşısında ergenin duygusal ve davranışsal sorunlar geliştirmesinde algılanan sosyal desteğin koruyucu bir rol üstlenmekte olduğunu düşündürmektedir.

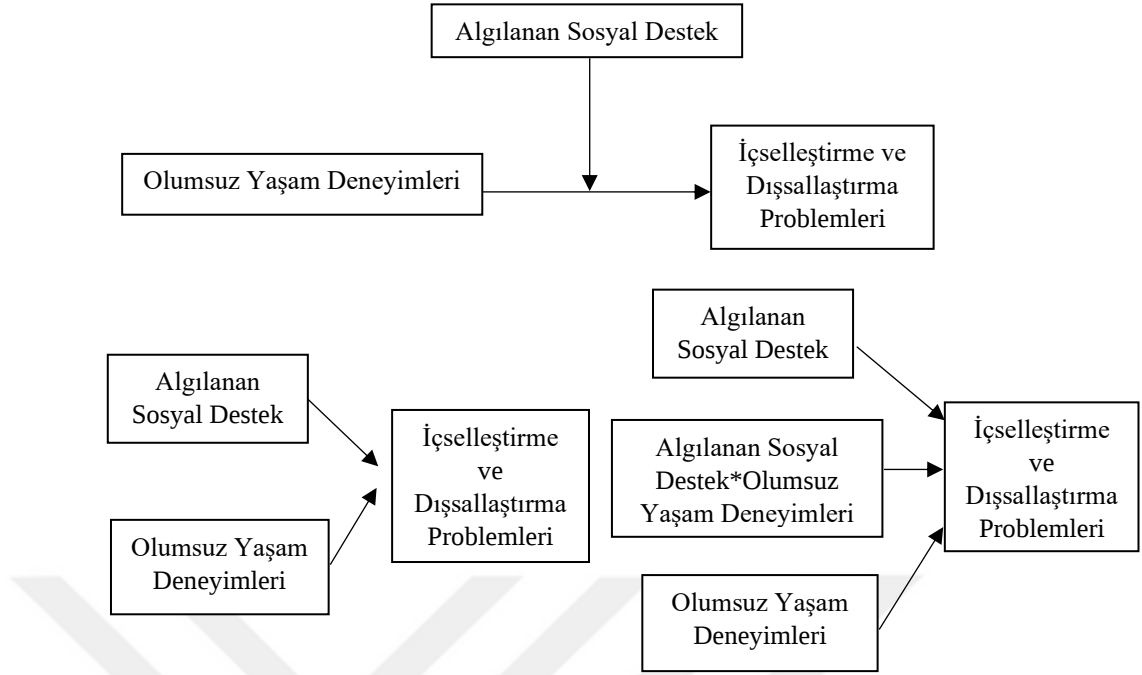
Yurtdışında yapılan çalışmalar incelendiğinde stres veren yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma arasındaki ilişkinin sosyal destek düzeyine göre değişip değişmediğinin çalışıldığı görülmektedir (Attar-Schwartz vd., 2019; Huber vd., 2012; Oliva vd., 2008; Davidson ve Demaray, 2007; Carothers vd., 2006; Quamma ve Greenberg, 1994; Compas vd., 1989). Ancak, ebeveynlerin boşanması, okuldan ayrılma, disipline gitme, sevilen bir arkadaştan ayrılma, zorbalığa uğrama gibi çeşitli sayıdaki olumsuz yaşam olayı ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkide farklı sosyal destek kaynaklarının sağladığı sosyal desteğin düzenleyici rolünü inceleyen çalışma sayısının sınırlı olduğu söylenebilir. Türkiye’de yapılan çalışmaların ise olumsuz yaşam olayları ve duygusal-davranışsal problemler (Peker, 2022; Ataman Temizel ve Dağ, 2014; Metin, 2017; Ataman, 2011), algılanan sosyal destek ve olumsuz yaşam olayları (Turgut, 2015; Turan, 2014) veya duygusal-davranışsal problemler ve algılanan sosyal destek (Korkut, 2018; Körük, 2016)

ikililerinden oluştuğu görülmektedir. Bu nedenle, belirtilen değişkenlerin   l  ilişkisine değinen bir çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Bu yönüyle, yapılacak çalışmanın alanyazına katkı sağlaması ve bu alanda çalışan uzmanlara uygulamalarında yardımcı olması planlanmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Araştırmada, ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilerin ve algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam deneyimleri ve içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkide düzenleyici rolü olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçlar doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Ergenlerin olumsuz yaşam olayları  l eğinden elde ettikleri puan ortalamaları cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
2. Ergenlerin olumsuz yaşam olayları  l eğinden elde ettikleri puan ortalamaları yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
3. Ergenlerin olumsuz yaşam olayları  l eğinden elde ettikleri puan ortalamaları ebeveynlerinin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
4. Ergenlerin olumsuz yaşam olayları  l eğinden elde ettikleri puan ortalamaları ebeveynlerinin çalışıp çalışmadığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
5. Ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler var mıdır?
6. Ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasında bir ilişki varsa; bu ilişkide algılanan sosyal destek düzeyinin düzenleyici rolü var mıdır?



Şekil 1.1. Algılanan sosyal desteğin içselleştirme ve dışsallaştırma arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin düzenleyici etkisi modeli

Araştırmanın Önemi

Tüm ergenler gelişim süreçlerinin bir parçası olarak okul, aile ve sosyal çevreleri gibi çeşitli durumlarla ilişkili stres veren olaylara maruz kalmaktadır (Compas vd., 1989). Bu durumların ergenin başa çıkma süreçlerine zarar vererek (Compas vd., 1993) içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasında gösterilen duygu durum bozuklukları, kaygı bozukluğu, yeme bozukluğu, madde kullanım bozukluğu, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, karşıt olma karşı gelme bozukluğu ve davranış bozukluğu gibi çeşitli ruhsal sorunların gelişimi ve/veya ilerleyişine sebep olabileceği belirtilmektedir (Serafica ve Vargas, 2006). Bu nedenle, duygusal (içselleştirme) ve/veya davranışsal (dışsallaştırma) problemleri arttıran risk faktörlerinin (örn. olumsuz yaşam deneyimleri) incelenmesi önemli hale gelmektedir. Ayrıca, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ergen tarafından sergilenen farklı davranış örüntülerini ifade etse de birçok araştırma içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin birbiriyle ilişkili olduğunu ve genellikle bir arada görüldüğünü ortaya koymaktadır (Kuijpers vd., 2015; Lee ve Bukowski, 2012; Bornstein vd., 2010; Gilliom ve Shaw, 2004; Lilienfeld, 2003). Buna rağmen yapılan çalışmaların çoğunda içselleştirme ve dışsallaştırma probleminin bir arada çalışılmadığı görülmektedir. Bu

nedenle, bu problemleri bir arada inceleyen daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Ergen için erişilebilir ve destekleyici olarak algıladığı ailesini ve sosyal çevresini kapsayan kaynakların varlığı, deneyimlediği stres veren yaşam olaylarını yeniden yorumlamasında ve uyumlu başa çıkma yöntemleri geliştirmesinde önemli olmaktadır (Licitra- Kleckler ve Waas, 1993). Bu noktada, ergenin dayanıklılığını artıracak, koruyucu faktörlerin belirlenmesine ve geliştirilmesine ihtiyaç olduğu görülmektedir. Yurtdışında bu konuda yapılan çalışmaların 1960'lı yıllara dayanmakta olduğu görülürken, ülkemizdeki sınırlı sayıda çalışma 2000'li yıllara ait olmaktadır. Bu durum, ergenlerin deneyimlediği olumsuz yaşam olayları karşısında açığa çıkan ruhsal sorunların anlaşılması ve önlenmesi için farklı risk ve yaş grupları ile daha çok sayıda araştırma yapılmasını gerektirmektedir.

Tüm bunlardan hareketle yapılacak çalışmanın, olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek kavramları arasındaki ilişkiyi ortaya koyarak, ruhsal bozuklukları açığa çıkaran risk ve koruyucu faktörlerin anlaşılmasında, önleme ve tedavi çalışmalarının düzenlenmesinde ve ilerideki akademik çalışmalara önemli bir kaynak sunmasında etkili olacağı düşünülmektedir.

Sayıtlılar

Araştırmaya katılan öğrencilerin; Olumsuz Yaşam Olayları Listesi (OYOL), Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA), Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ-R) ve araştırmacı tarafından hazırlanacak olan Kişisel Bilgi Formunu samimi ve doğru olarak cevaplandıracakları varsayılmıştır. **Sınırlılıklar**

Bu araştırma, Ankara ilinde ikamet eden ve okula devam eden 11 ile 18 yaş arası öğrencilerle gerçekleştirileceğinden araştırma bulguları Ankara iline ve örgün eğitime devam eden grup üzerinde genellenebilir. Ayrıca, araştırmadan elde edilen veriler, katılımcıların Kişisel Bilgi Formu, Olumsuz Yaşam Olayları Listesi, Güçler ve Güçlükler Anketi ve Algılanan Sosyal Destek Ölçeği bildirimleriyle sınırlı olmaktadır.

Tanımlar

Olumsuz Yaşam Deneyimleri: Kişide fiziksel ve/veya duygusal rahatsızlığa sebep olan kendisine ya da bir başkasına yönlendirilmiş herhangi bir olay olarak tanımlanmaktadır (Johnson, 1986).

İçselleştirme problemleri: İçselleştirme problemleri, doğrudan açık eylemle ifade edilmeyen, ancak dolaylı olarak sosyal geri çekilme, kaygı, somatik şikayetler veya depresif ruh hali yoluyla ifade edilen içsel sıkıntıyı yansıtan problem davranışlarıdır. (Serafica ve Vargas, 2006).

Dışsallaştırma problemleri: Dışsallaştırma problemleri, saldırganlık, anti-sosyal davranışlar ve karşı çıkma gibi eylemleri veya diğer kontrol edilmesi zor davranışları içeren problem davranışlarını ifade eder (Serafica ve Vargas, 2006).

Algılanan Sosyal Destek: Algılanan sosyal destek, aileden, arkadaş/arkadaşlardan ve özel bir insandan (ailenin ve arkadaşların dışında) alınan destek olarak tanımlanmaktadır (Eker vd., 2001).



2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları ve algılanan sosyal destek ile ilgili kuramsal açıklamalara ve ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Kuramsal Açıklamalar

Bu bölümde ergenlik dönemi, olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek ile ilgili kavramsal ve kuramsal açıklamalara yer verilecektir.

2.1.1. Ergenlik Dönemi

Batı alanyazınındaki “adolescent” karşılığı olarak kullanılan ergen sözcüğü, latince yetişkinliğe adım atmak/doğru ilerlemek anlamlarına gelen “adolescere” eyleminin kökünden türemektedir. Doğası gereği bir durumdan ziyade bir süreci ifade etmektedir (Lerner ve Steinberg, 2009).

Ergenleri konu edinen çalışmaların, özellikle 1900’lü yıllardan sonra hız kazanmaya başladığı görülmektedir. G. Stanley Hall’ın 1904 yılında yayınladığı “Adolescence” adlı kitabı, bu dönemi ele alan ilk bilimsel çalışma olarak bilinmektedir (Özbay ve Öztürk, 1992). Darwin’in evrim teorisinde etkilenen Hall (1904), ergenliğin yeniden doğuş dönemi olduğunu ve insanlığın uygarlığı oluşturmaya başladığında yaşadığı sorunların, her bir kişi için yeniden deneyimlenmesini içerdiğini ifade etmektedir. Bu dönemin adeta, insanların vahşilikten uygarlığa evrildiği döneme benzetilecek kadar çalkantılı bir dönem olduğunu dile getirmektedir. Bu sebeple Hall (1904) tarafından ergenlik dönemi “fırtına ve stres” dönemi olarak tanımlanmaktadır.

Benzer şekilde, Larson ve Ham (1993) ergenlerin daha fazla sayıda yaşam değişikliğiyle karşılaşmaları ile günlük olarak daha sık olumsuz duygulanım yaşamaları arasında bir ilişki olduğunu belirterek ergenlik döneminin “duygusal çalkantı ve stres” dönemi olduğunu dile getirmektedirler.

Özbay ve Öztürk (1992)’e göre ise ergenlik dönemi, bireyin biyolojik ve duygusal gelişimindeki değişikliklerle başlayıp cinsel ve psikososyal olgunluğa doğru ilerlediği kronolojik bir süreci içermektedir. Ergene bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazanmasını sağlayan bu dönemin kesinleştirilmiş yaş sınırları bulunmamaktadır (Özbay ve Öztürk, 1992; Koç, 2004). Dönemin başlangıcı çeşitli

sayıda genetik (örn. ırk) ve çevresel faktörün (örn. iklim, beslenme şekli) etkileşiminden etkilendiği için kişiden kişiye ve cinsiyete göre farklılık göstermektedir (Berk, 2014; Koç, 2004). Sonlanışında ise ekonomik bağımsızlığın kazanılması gibi yetişkin rollerini içeren sosyal faktörler etkili olmaktadır. Bu durum ergenlik döneminin kapsadığı yaş aralığının çağdan çağa, kültürden kültüre, hatta kişiden kişiye farklılaşması anlamına gelmektedir (Özbay ve Öztürk, 1992). Buna rağmen ergenlik döneminin, buluş çağı ile başlayan ve bireylerin yetişkin rollerine geçişiyle sona eren bir gelişim dönemi (Steinberg, 2017) olduğunu belirterek kesin yaş sınırlamaları koyan tanımlarda bulunmaktadır. Buluş çağı başlangıcı, genellikle kızlar için 11-13 iken, erkekler için 13-15 yaş civarına denk gelmektedir. Bu da kızların adet görmeye ve göğüslerinin büyümeye; erkeklerin ise yüzlerinde kılların çıkmaya ve seslerinin kalınlaşmaya başladığı döneme denk gelmektedir (Çelik vd., 2008).

Ergenlik dönemi, erken, orta ve geç ergenlik dönemi olmak üç farklı geçiş dönemi üzerinden ele alınmaktadır (Steinberg, 2017). Bu dönemlerin, ergenin içinde bulunduğu psikososyal gelişim düzeyine göre sınıflandırıldığı belirtilmektedir (Chambers, 1995).

10-14 yaş aralığını kapsayan erken ergenlik dönemi, ortaokul yıllarına denk gelmektedir (Steinberg, 2017). Bu dönemde, erkeklerde ses kalınlaşması, sakal, bıyık ve diğer vücut kıllarının açığa çıkması, kızlarda ise kilo artışı, boy uzaması ve göğüs gelişimi gibi her iki cinsiyeti birbirinden ayıran ikincil cinsiyet özellikleri oluşmaya başlamaktadır. Fiziksel görünümde meydana gelen bu değişiklikler, ebeveynlerin geleneksel cinsiyet rolü beklentileri ve başkalarının ne düşündüğü ile ilgili artan endişe, bu dönemdeki erkek ve kızların daha geleneksel bir cinsiyet kimliğini benimsemelerine neden olmaktadır. Ayrıca, artan özerklik ihtiyacı nedeniyle aile ve kardeşlerle geçirilen zaman azalırken aynı cinsiyetteki arkadaşlarla geçirilen zaman artmaktadır (Berk, 2014). Bu dönemin öne çıkan özellikleri arasında duygusal uyarılmışlık, heyecan ve ödül arayışı göze çarpmaktadır (Paus, 2005).

Orta ergenlik dönemi, 15-18 yaş aralığını içermektedir (Steinberg, 2017). Dönemin başlıca özelliğinin benlik ve ahlak kavramlarının gelişmesi olduğu söylenmektedir. Bu dönemde, ergenlerin fiziksel gelişimleri neredeyse tamamlanmışken bilişsel gelişimleri hala devam etmektedir. Artık ergenlerin kendi düşünme süreçlerinin farkında olduğu ve kontrol edebildiği, soyut düşünebildiği, genel

bilgilerden yola çıkarak özel sonuçlara ulaşabilme gibi çeşitli akıl yürütme biçimlerini kullandığı belirtilmektedir. Erken ergenlik dönemine kıyasla farklı cinsiyetler arasında arkadaşlık ilişkileri görülmektedir. Ayrıca, romantik ilişki arayışı bir önceki döneme göre daha çok göze çarpmaktadır (Berk, 2014). Bu dönemde, duygusal ve davranışsal uyum problemleri ve risk alma davranışına yatkınlık görülmektedir (Paus, 2005).

Geç ergenlik, 18-21 yaş aralığındaki dönemi belirtmektedir (Steinberg, 2017). Ancak, üst yaş sınırının ekonomik, eğitsel ve kültürel faktörlere bağlı olarak değişkenlik gösterebileceği belirtilmektedir (Parlaz vd., 2012). Fiziksel büyümenin ve cinsel gelişmenin tamamlandığı bu dönemde, geleceğe dönük ciddi tercihler yapılmaya ve uygulanmaya ve yetişkin rolleri benimsenmeye başlamaktadır (Berk, 2014). Artık frontal lobun olgunlaşması ile ergenin davranış ve duygusal tepkilerini kontrol etmesinin kolaylaştığı söylenmektedir (Paus 2005).

Erken, orta ve geç ergenlik dönemlerini sırasıyla tamamlayan ergen bu sırada çeşitli gelişimsel görevler ile karşılaşmaktadır. Bunlar şu şekilde sıralanmaktadır: (1) biyolojik ve cinsel olgunlaşmaya ulaşmak, (2) kadınlardan ve erkeklerden toplumun beklediği davranış kalıplarını başarıyla sergilemek, (3) aynı ve farklı cinsiyetteki yaşlılarıyla yeni ve olgun ilişkiler kurmak, (4) bağımsız ve özerk bir kimlik oluşturmak, (5) bir meslek seçerek buna hazırlanmak ve maddi özgürlüğü elde etmek, (6) evlenmeye ve aile kurmaya hazırlanmak (7) vatandaşlık görevlerini sergilemede istekli olmak ve bunu başarıyla eyleme dökmek, (8) toplumsal, siyasal ve ekonomik olaylara ve olgulara karşı bir düşünce bütünlüğü edinmek ve davranışlarına rehberlik edecek bir takım değerleri ve ahlaki sistemi oluşturmak (Dinçel, 2006; Christie ve Viner, 2005).

2.1.2. Olumsuz Yaşam Deneyimleri

Yaşam süreci çeşitli değişimlerle şekillenmektedir. Bu tür değişimler zaman zaman küçük ve hatta olumlu olabilirken olaylar hem önemli hem de olumsuz olduğunda etkileri çok büyük olabilmektedir. Büyük etkilere sebep olan olaylar genellikle yaşam krizleri olarak adlandırılmaktadır. Yunanca “krinein” sözcüğünden kökünü alan kriz kelimesi, belirleyici bir an, dönüm noktası veya kritik zaman anlamlarına gelmektedir (Bifulco vd., 2020).

Kişinin yaşam planları, umutları ve/veya yakın ilişkileri gibi yaşamının çeşitli alanlarında değişimlere yol açması sebebiyle (Bifulco vd., 2020) olumsuz yaşam

deneyimlerinin de bir yaşam krizi olduğu söylenebilir. Kişinin normatif yaşam deneyimlerinin dışında kalan ve stres verici olarak yorumladığı herhangi bir olay (Rubens vd., 2013) olarak tanımlanan olumsuz yaşam deneyimleri, genellikle bu deneyimlerle ilgili peş peşe gelen talepler bireyin başa çıkma veya adaptif tepki verme becerisini aştığında ortaya çıkmaktadır (Lazarus ve Folkman, 1984).

Kişide psikolojik strese sebep olan olumsuz yaşam deneyimleri (Lazarus ve Folkman, 1984) uyum ve başa çıkma becerisi gerektirmektedir (Bifulco vd., 2020). Bu sağlanamadığında, olumsuz yaşam deneyimleri kişinin ilişkilerini, rollerini veya maddi varlıklarını tehdit ederek gelecekteki yaşamı üzerinde olumsuz etkilere sebep olmaktadır. Örneğin, birçok olumsuz yaşam olayı, ev, iş, arkadaşlık ya da aileden birinin kaybı gibi çeşitli kayıp ya da kayıpları içermektedir. Bu durumun sadece kişinin ruh halini değil, aynı zamanda günlük rollerini, rutinini ve geleceğe umutla bakma yeteneğini etkileyerek kişiyi çaresiz bıraktığı söylenmektedir. Benzer şekilde, bir sınavda veya önemli bir iş görüşmesinde başarısız olmak gibi hayal kırıklıklarının da kişilerin yaşam planlarının engellenmesine ve başarı hissinin zedelenmesine yol açtığı belirtilmektedir. Bu gibi olumsuz yaşam deneyimlerine maruz kalmak, kişilerin var olan şemalarının ve dünyanın güvenilir ve öngörülebilir bir yer olduğuna ilişkin temel öngörülerinin sarsılmasına sebep olarak, yaşamda bir düzen ve devamlılık olduğu inancının kaybedilmesine yol açmaktadır (Aker, 2012). Tüm bu durumların, önemli ölçüde uyumu gerektirdiği ve ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkilere sebep olduğu ifade edilmektedir (Bifulco vd., 2020). Ruh sağlığı üzerindeki etkileri arasında depresyon (Chapman vd., 2004), intihar ve kendine zarar verme davranışı (Macrynika vd., 2018), kaygı bozuklukları (Young vd., 1997), travma sonrası stres bozukluğu (Widom, 1999) gibi çeşitli psikolojik bozukluklar gösterilmektedir.

Bir olayın olumsuz olarak değerlendirilmesinde önemli noktanın kişinin olaya atfettiği kişisel anlamın (dışarıdan bir değerlendirici tarafından değerlendirilmesinden ziyade) belirlenmesinde olduğu ifade edilmektedir (Jackson ve Finney, 2002; Thomas, 1966). Bu tür olayların bireyler üzerindeki etkisinin boyutu, erken yaşam deneyimlerine ve ortaya çıkabilecek psikolojik ve nörobiyolojik kırılganlık faktörlerine kadar uzandığı belirtilmektedir (Bifulco vd., 2020).

2.1.2.1. Ergenlik Dönemi Olumsuz Yaşam Deneyimleri

Ergenlik, dönüşümsel bir büyüme ve kendini keşfetme dönemini temsil ederken, aynı zamanda bireylerin duygusal ve davranışsal refahlarını önemli ölçüde şekillendiren çeşitli olumsuz yaşam deneyimleriyle karşılaşabilecekleri savunmasız bir evre olarak tanımlanmaktadır (Larson ve Ham, 1993; Berk, 2014; Steinberg, 2017). Bu deneyimler ile sonraki psikolojik sonuçlar arasındaki karmaşık etkileşim, ergen gelişiminin çok yönlü doğasıyla ilişkilendirilmektedir (Lerner ve Steinberg, 2004).

Öne çıkan etki alanlarından biri aile olarak gösterilmektedir; ebeveynlerin boşanması veya süregelen çatışmalar gibi olayların aile ortamının istikrarını bozabileceği ifade edilmektedir (Carr, 2016). Aile yapısında meydana gelen bu bozulmaların genellikle ergenler arasında artan stres, kaygı ve bazı durumlarda depresyon seviyelerinde artışla kendini göstermektedir (Kerig vd., 2012). Ergenler ailevi destek yapılarının yeniden düzenlenmesiyle uğraşırken, boşanma veya aile geçimsizliği ile ilişkili belirsizlik ve duygusal çalkantı, saldırganlık veya içe kapanma gibi davranış sorunlarına katkıda bulunabilmektedir (Kerig vd., 2012; Berk, 2014; Carr, 2016).

Akademik stres faktörleri, ergenlik dönemindeki olumsuz deneyimlerin bir diğer yaygın kategorisini temsil etmektedir (Graber ve Brooks-Gunn, 1996). Akademik olarak başarılı olma baskısı, eğitim ortamlarının rekabetçi doğası ile birleştiğinde, ergenler arasında yüksek stres ve endişe ortamını teşvik edebilmektedir (Simmons ve Blyth, 1987). Ebeveynlerden, öğretmenlerden veya toplumsal standartlardan gelen yüksek beklentiler yetersizlik hissine ve başarısızlık korkusuna yol açabilmektedir (Simmons ve Blyth, 1987). Kalıcı zorbalık, akademik başarısızlık, sosyal yetersizlik, okuldan uzaklaşma, duygusal ve davranışsal sorunların gelişimi gibi çeşitli olumsuz sonuçlara katkıda bulunabilmektedir (Haynie vd., 2001; Maher, 2006; Sigurdson vd., 2015).

Ergenlik döneminde sosyal gelişim için çok önemli olan akran ilişkileri de sıkıntı kaynağı haline gelebilmektedir (Bayhan ve Işıtan, 2010; Berk, 2014). Akranlar tarafından sosyal olarak reddedilme veya dışlanmayla sonuçlanan yaşam olayları, yalnızlık ve izolasyon duygularına yol açarak duygusal ve davranışsal sıkıntıyı tetikleyebileceği belirtilmektedir (Peterson vd., 2009). Kabul görme ve ait olma arzusuyla hareket eden ergenler bu deneyimleri içselleştirebilmekte, bu da ruhsal iyilik

halinin tehlikeye girmesine ve potansiyel olarak uyumsuz başa çıkma stratejilerinin benimsenmesine veya riskli davranışlarda bulunulmasına yol açabilmektedir (Jimerson vd., 2010).

Fiziksel veya cinsel istismardan doğal afetlere veya aile içi çatışmaya kadar değişen travmatik olaylar, ergen ruh sağlığı üzerinde kalıcı etkileri olabilecek önemli olumsuzlukları temsil etmektedir (Coddington, 1972; Johnson ve McCutcheon, 1980). Bu tür deneyimlerin, duygusal dengesizliğe ve davranış sorunlarına katkıda bulunan sonuçlara yol açabileceği belirtilmektedir. Travma yaşantılarının ardından, kişilerin, insanlara ve dünyaya yönelik inançlarının olumsuz olarak şekillendiği, artık diğer insanları ve yaşadığı dünyayı tehlikeli ve güvenilmez bir yer olarak görmeye başladıkları belirtilmektedir (Zara, 2011).

Kimlikle ilgili zorluklar da ergenlik dönemindeki olumsuz deneyimler dizisine önemli ölçüde katkıda bulunmaktadır (De Moor vd., 2019; Erikson, 1968). Genellikle var olan güzellik standartlarıyla şiddetlenen beden imajı endişeleri, öz saygı sorunlarına ve yeme bozukluklarının gelişmesine yol açabilmektedir (Peat vd., 2008). Cinsel yönelim veya cinsiyet kimliğine dayalı ayrımcılık, ergenlerin kırılganlığını daha da artırarak ruh sağlıklarının olumsuz etkilenmesiyle sonuçlanabilmektedir (Ngamake vd., 2016; Shiffman vd., 2016). Ergenler kimlik gelişimi karmaşıklığı içinde yol alırken, kendilerini kabul ettirme ve toplumsal onay alma mücadelesiyle ilgili maruz kaldıkları deneyimler, onların duygusal ve davranışsal zorlanmalarına katkıda bulunabilmektedir.

Sonuç olarak, ergenlik döneminde karşılaşılan olumsuz yaşam deneyimleri duygusal ve davranışsal iyilik hali üzerinde önemli bir etkiye sahip olmaktadır (Clarkson Freeman, 2014; Hunt vd., 2017; March-Llanes vd., 2017; Boch vd., 2019; Duprey vd., 2022). Aile (Carr, 2016), akademik stres faktörleri (Graber ve Brooks-Gunn, 1996), akran ilişkileri (Berk, 2014), travma (Leban, 2021) ve kimlikle (Erikson, 1968) ilgili zorluklarla ilişkili maruz kalınan yaşam olayları, ergen gelişimini şekillendiren faktörlere toplu olarak katkıda bulunmaktadır.

2.1.3. İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri

Çocukluk ve ergenlik döneminde görülen uyum problemleri çoğunlukla Achenbach ve Edelbrock'un 1978 yılında yaptıkları çalışmanın bulguları üzerinden

değerlendirilmektedir. Buna göre uyum problemleri içselleştirme ve dışsallaştırma olmak üzere iki geniş boyutta sınıflandırılmaktadır (Achenbach ve Edelbrock, 1978).

İçselleştirme problemleri genellikle içe dönük duygu veya ruh halindeki bozulmaları işaret ederken, dışsallaştırma problemleri davranıştaki düzensizliklere atıfta bulunmaktadır. İçselleştirme ve dışsallaştırma sorunları arasındaki duygulanım ve davranış ayrımı net olmamasına rağmen içselleştirme sorunlarının üzüntü, suçluluk, endişe ve benzeri duygusal belirtilere odaklandığı şeklindeki genellemelerle uyuşan tanımları kapsadığı görülmektedir (Lerner ve Steinberg, 2004).

Serafica ve Vargas (2006) içselleştirme problemlerini, doğrudan açık eylemle ifade edilmeyen, ancak dolaylı olarak sosyal geri çekilme, somatik şikayetler veya depresif ruh hali yoluyla ifade edilen içsel sıkıntıyı yansıtan problem davranışlar olarak tanımlanmıştır. Zahn-Waxler vd. (2006)'e göre içselleştirme problemleri içe yönelen ve etkilenen bireyler için oldukça sıkıntı verici olan rahatsızlık örüntülerini içermektedir. Steinberg (2017), depresyon ve kaygı bozukluğunda olduğu gibi içsel sıkıntıyı (üzüntü, korku, içe kapanma vs.) yansıtan ruhsal sorunların içselleştirme problemleri olarak ele alınabileceğini belirtmektedir. Benzer şekilde Lerner ve Steinberg (2004) içselleştirme problemlerinin, duygu ya da ruh hali sorunlarını veya bozukluklarını yansıttığını; duyguların düzensizliği, suçluluk veya kaygı gibi belirli duyguların aşırı içselleştirilmesi veya başkalarının duygularına aşırı dahil olma (örn. kişinin başkasının duygusal durumundaki kendi sorumluluğunu ya da başkalarındaki sıkıntının kendisi dışındaki nedenlerinden ayırt edememesi) ile ifade edilebileceğini söylemektedir.

Çocukluk döneminde yaygın olan içselleştirme belirtilerinin ergenlik döneminde artma eğiliminde olduğu söylenmektedir (Buck ve Dix 2012). Yüksek düzeyde içselleştirme davranışına sahip çocuk ve ergenlerin, endişeli, utangaç, içine kapanık olmak üzere depresif belirti ve davranışlar gösterdiği ve ilerleyen yaşantılarında önemli uyum problemleri geliştirebilecekleri belirtilmektedir (Colman vd., 2007). Bunlara duygudurum bozuklukları, kaygı bozukluğu, yeme bozukluğu, madde kullanımı veya intihar gibi çeşitli ruhsal bozukluklar örnek gösterilmektedir (Steinberg, 2017; Graber ve Sontang, 2009; Cicchetti ve Toth, 1998).

İçselleştirme problemlerinin sebepleri arasında çeşitli faktörler gösterilmektedir. Bunlar arasında ilk sırada aile faktörü yer almaktadır. Aile içerisindeki ebeveyn-çocuk

etkileşimi çocuğun ilerdeki yaşamında olumlu veya olumsuz etkiler bırakacağından ebeveyn ile çocuk arasında sağlıklı bir iletişimin kurulması önemli olmaktadır (Özbey ve Alisinanoğlu, 2009).

Yapılan çalışmalar şefkatli ve destekleyici bir aile ortamının ergenlerin duygusal uyumlarını destekleyen bir ilişki ortaya koyarken aile içerisindeki sert ve tutarsız disiplin uygulamaları, gözetimsizlik, eşler arası çatışmalar, depresyon, çocuğun duygusal ve sosyal yönden ihmali, güvensiz bağlanma, ilgi ve sevgi eksikliği, aile içi şiddet gibi faktörlerin içselleştirme problemlerinin sebepleri olarak ifade edilebileceğini göstermektedir (Özdemir, 2010; Oliva vd., 2009; Özbey ve Alisinanoğlu, 2009).

Bunların yanı sıra, düşük sosyo-ekonomik düzey, işsizlik, çevre, olumsuz arkadaşlık ilişkileri, zorbalığa uğrama, sosyal dışlanma, düşük öz saygı ve duygu düzenleme gücü (Lougheed ve Hollenstein, 2012; Bradley, 2000) de içselleştirme problemleri için gösterilen diğer sebepler arasında yer almaktadır.

İçselleştirme sorunları veya bozuklukları ile ilişkili çeşitli sayıda yaklaşım olsa da özellikle üç tanesinin öne çıktığı görülmektedir. Bunlar (a) kümülatif veya eş zamanlı olaylar modelleri (Petersen, Sarigiani ve Kennedy, 1991; Simmons ve Blyth, 1987), (b) vurgulama veya yatkınlık-stres modelleri (Caspi ve Moffitt, 1991) ve (c) değişken duyarlılık veya hassasiyet modelleri (Graber ve Brooks-Gunn, 1996; Matthews, 1989) olarak ifade edilmektedir. Öne çıkmalarında ergenlik döneminde içselleştirme sorunlarının neden arttığına ve neden bazı ergenlerin diğerlerine göre daha fazla risk altında olduğuna odaklanmaları etkili olmaktadır (Lerner ve Steinberg, 2004).

Kümülatif veya eş zamanlı olaylar modelleri, birbirlerine yakın zaman aralıklarında meydana gelen birden fazla olay veya geçiş yaşamının gelişimsel sonuçlarına odaklanmaktadır. Buna göre ergenlerin peş peşe ya da eş zamanlı olarak çeşitli yaşam olaylarını (örn. okul değişikliği, yetişkin rollerine geçiş) deneyimlemesi olumsuz davranışsal ve duygusal sonuçlara sahip olma olasılıklarını arttırmaktadır (Simmons ve Blyth, 1987). Bu durum muhtemel başa çıkma kaynaklarını tüketerek içselleştirme sorunlarının artmasına sebep olmaktadır (Lerner ve Steinberg, 2004).

Vurgulama ve yatkınlık-stres modellerindeyse, ergenin kişilik, davranış, tutum vb. özelliklerinin, yenilik, belirsizlik ve zorluklarla karşı karşıya kalınan geçiş

dönemlerinde (örn. ergenliğe girme) ifade edilmesinin en muhtemel olduğu öne sürülmektedir. Buna göre güçlü iç kaynaklara sahip ergenler, bu dönemlerle etkili bir şekilde başa çıkarak strese karşı kendilerini koruyabilirken yetersiz iç kaynakları sahip ergenler, etkisiz başa çıkma yöntemleri kullanarak duygusal ve davranışsal uyum problemleri sergilemektedir (Rudolph ve Troop-Gordon, 2010). Bununla tutarlı olarak yapılan bazı çalışmalarda, çocuklukta davranış sorunları olan ve strese karşı uyumsuz tepki gösteren kızlarda adet başlangıcının erken görülmesinin saldırganlık ve suç davranışlarını artırdığı bulunmuştur (Sontag vd., 2008; Caspi ve Moffitt, 1991). Benzer şekilde, Ge vd., (1996) tarafından yapılan çalışmada stres seviyesi yüksek ergenlerde erken olgunlaşmanın içselleştirme belirtilerini arttırdığı belirlenmiştir. Bunlar, erken olgunlaşma gibi büyük gelişimsel geçiş dönemlerinin mevcut sorunları vurgulayarak sonrasındaki uyum problemlerinin artmasında ve olumsuz sonuçların açığa çıkmasında etkili olabileceğini göstermektedir (Block, 1982; Elder ve Caspi, 1990).

Vurgulama ve yatkınlık-stres modellerinde olduğu gibi değişken duyarlılık veya hassasiyet modelleri de kişilerin önceden var olan özelliklerine göre gelişimsel geçişlere ve zorluklara karşı potansiyel olarak daha duyarlı olduğunu öne sürmektedir. Bu durumda, geçişin veya zorluğun risk oluşturması için biyolojik temelli olması gerekmez; daha ziyade birey, ergenlik döneminin zorluklarını daha zor hale getiren ve dolayısıyla bu dönemde içselleştirme sorunlarına veya bozukluklarına yol açma olasılığı daha yüksek olan fizyolojik (strese karşı tepkisel tepkiler) veya psikolojik (duygu düzenleme, mizaç) özellikleri duruma getirir (Cohen ve Wills, 1985).

Öte yandan, dışsallaştırma problemleri, kural ihlali, saldırganlık, dürtüsellik ve dikkatsizlik dahil olmak üzere zayıf dürtü kontrolü ile ilgili sorunlu davranışlarla karakterize edilmektedir (Samek ve Hicks, 2014). Kişinin dışa yönelik ve başkalarına zarar veren rahatsızlık örüntülerinde kendini gösterdiği öne sürülmektedir (Zahn-Waxler vd., 2006). Özellikle çocukluk ve ergenlik dönemi dışsallaştırma problemleri arasında davranış bozukluğu (DB), karşıt olma karşı gelme bozukluğu (KOKGB) ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) gösterilmektedir (Samek ve Hicks, 2014).

DB, başkalarının temel haklarının veya yaşa uygun toplumsal normların ihlal edildiği ve bu davranışın bir sonucu olarak bireyin sosyal ilişkilerinde, okulda veya

işyerinde sorunlar yaşadığı tekrarlayan ve kalıcı bir antisosyal davranış örüntüsünü ifade eden klinik bir tanı olarak tanımlanmaktadır (American Psychiatric Association, 2013; Farrington, 2009). Tanı ölçütleri arasında insanlara ve hayvanlara karşı saldırganlık, eşyaları kırıp dökme, dolvecilik ya da hırsızlık ve kuralları büyük ölçüde çiğneme yer almaktadır (American Psychiatric Association, 2013). Kötü fiziksel ve ruhsal sağlık, erken hamilelik, liseyi tamamlayamama ve hatta yasal sorunlarla ilgili uzun vadeli sonuçlarla ilişkilendirilmektedir (Wu vd., 2022). DB'sı olan çocuk ve ergenlerin yarısından fazlasında kronik semptomlar görülmekte ve bu semptomlar yetişkinlikte kişilik bozukluklarına ve suç teşkil eden davranışlara dönüşmektedir (Wu vd., 2022). DB'nın görülme sıklığının yaklaşık %5 olduğu (Fairchild et al., 2019) ve kadınlardan erkeklerde görülme sıklığının daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Mohammadi vd., 2021).

İlişkili diğer bir ruhsal bozukluk olan KOKGB, aşırı öfke, tartışmacı/karşı gelen davranış ya da kin besleme örüntüsü ve inatçılık ile karakterize edilmektedir (Steinberg, 2017; American Psychiatric Association, 2013). Bu davranışın genellikle okul öncesi yıllarda ortaya çıkmasına rağmen gelişimsel olarak uygun davranıştan ayırt edilmesinin zor olabileceği belirtilmektedir. Okul öncesi yıllarda istikrarlı şekilde tartışmacı/karşı gelen davranış örüntüsü geliştiren çocukların ilköğretim yıllarında bozukluğu geliştirme olasılıkları daha yüksek görülmektedir. KOKGB'sı olan çocukların ebeveynleri, öğretmenleri ve akranlarıyla ilişkilerinin önemli ölçüde bozulduğu ve dikkat eksikliği/hiperaktivite bozukluğu ve duygudurum bozuklukları gibi ruhsal bozuklukların hastalığa eşlik etme oranının yüksek olduğu belirtilmektedir. Aynı zamanda bu çocukların ilerleyen dönemlerde davranış bozukluğu ve antisosyal kişilik bozukluğu geliştirme riski daha yüksek olarak ifade edilmektedir (Hamilton vd., 2008).

DEHB ise dikkatsizlik, dürtüsellik ve aşırı motor aktivite ölçütlerinin değişen kombinasyonları ile karakterize edilmektedir (American Psychiatric Association, 2000; Wender, 1995). DEHB, zihinsel çaba gerektiren bir göreve birkaç dakikadan fazla odaklanma, dürtü kontrolü, sosyal kurallara uyum sağlama ve saldırganlık gibi alanlarda bozulmalara sebep olmaktadır. Bu durumun sonucundaysa kişilerin ebeveynleri, öğretmenleri ve akranları gibi yakın çevreleriyle ilişkileri zarar

görebilmektedir. Bozukluğun genellikle erken çocukluk dönemini içeren 2 ile 7 yaşları arasında ortaya çıktığı ifade edilmektedir (Berk, 2014).

Dışsallaştırma problemlerinin gelişimine sebep olabilecek faktörlerle ilgili çeşitli görüşler ortaya sunulmaktadır. Raine vd. (1997)'nin Biyososyal Etkileşim Modeli'ne göre sosyal ve biyolojik faktörler dışsallaştırma davranışının gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Buna göre, doğum öncesi dönemdeki psikososyal (örn. yoksulluk, yüksek stres, gebeliğe karşı olumsuz tutum, ergen gebeliği, uyuşturucu/alkol kullanımı) ve biyolojik (örn. annenin yetersiz beslenmesi, hamilelik sırasında hastalanması, sigara içmesi, genetik yatkınlık, doğum komplikasyonları) risk faktörleri, çocukluk dönemi dışsallaştırıcı davranışın öngörücüleri olarak görülmektedir. Bu faktörler tek başlarına dahi doğrudan dışsallaştırıcı davranışlara yol açabilmektedir. Aynı zamanda, biyolojik risk faktörleri ile psikolojik risk faktörleri arasında karşılıklı bir ilişki bulunmaktadır; bu da bazı risk faktörlerinin hem biyolojik risk faktörlerinden hem de psikososyal risk faktörlerinden etkilenebileceğini göstermektedir. Biyolojik risk faktörleri, sosyal risk faktörleriyle birleştiğinde, ileride dışsallaştırıcı davranış olasılığı güçlü bir şekilde artmaktadır. Sonuç olarak hem biyolojik risk faktörleri (örn. doğum komplikasyonları, beslenme yetersizlikleri) hem de psikososyal risk faktörleri (örn. sosyal sıkıntılar) yaşayan annelerin çocuklarının dışsallaştırıcı davranış sorunları (örn. saldırganlık, hiperaktivite) geliştirme olasılığı, hiçbir risk faktörü olmayan veya sadece biyolojik ya da sosyal risk faktörlerinden birini yaşayan annelerin çocuklarına göre daha yüksek olmaktadır (Liu, 2004).

2.1.4. Sosyal Destek

1970'li yıllardan beri, sağlık ve iyi oluş üzerindeki etkileri nedeniyle sosyal destek kavramı sıklıkla çalışılan bir konu olarak değerlendirilmektedir. Bu ilgi, sosyal desteği terapötik yardım için kullanan tedavi ve müdahale programlarının sayısındaki artışın yanı sıra araştırma çalışmalarındaki artışla da kendisini göstermektedir (Cohen ve Syme, 1985).

Birçok araştırmacının sosyal desteği, Cobb (1976)'un bir kişinin önemsendiğine ve sevildiğine, saygı duyulduğuna ve değer verildiğine ve sosyal bir ağın üyesi olduğuna inanmasına yol açan bilgi olarak tanımladığı ilk tanımından yola çıkarak açıkladığı belirtilmektedir (Prociano ve Walker Smith, 1997).

Cobb (1976)'a göre kişinin önemsendiğine ve sevildiğine inanmasına yol açan bilgi (sosyal destek) karşılıklı güven içeren samimi ortamlarda aktarılmaktadır. Bu da onun duygusal destek olarak adlandırılmasına sebep olmaktadır. Kişiyeye değer verildiği ve saygı duyulduğu bilgisiyse en etkili şekilde toplum içinde ifade edilmektedir. Toplum içinde ifade edilen bu bilgi, kişide saygınlık gördüğü hissiyatı oluşturarak kendi hakkındaki görüşlerini yeniden teyit etmesine olanak sağlamaktadır. Bu yönüyle, saygınlık desteği olarak da ifade edilmektedir. Son olarak, bir iletişim ve karşılıklı yükümlülükler ağına ait olduğuna dair bilginin ortak ve paylaşılabılır olması gerektiğini belirtmektedir. Bu şu şekilde açıklanmaktadır; “Ağıdaki herkesin bilgiye sahip olması anlamında ortak olmalı ve her üyenin diğer üyelerin bildiğinin farkında olması anlamında paylaşılmalıdır (Cobb, 1976, s. 301).”

Gurung (2006) tarafından sosyal destek, kişinin hayatında yer alan diğer kişiler tarafından değer verilme, saygı duyulma, önemsenme ve sevilme deneyimi olarak tanımlanmaktadır. Aile, arkadaşlar, öğretmenler, toplum veya kişinin bağlı olduğu herhangi bir sosyal grup gibi farklı kaynaklardan elde edilebilen sosyal desteğin, ihtiyaç duyulduğunda başkaları tarafından sağlanan ve farklı durumların değerlendirilmesini, etkili başa çıkma stratejilerini ve duygusal desteği içeren somut yardım şeklinde de olabileceğini belirtilmektedir. Sosyal destek, bireylerin yaşadıkları stres miktarını azaltmalarına ve stresli durumlarla daha iyi başa çıkmalarına yardımcı olabilecek bir unsur olarak dile getirilmektedir (Yasin ve Dzulkipli, 2010).

Lin (1986)'e göre sosyal desteği tanımlamak terimin kendisinin incelenmesiyle başlamaktadır. Buna göre, sosyal destek terimi “sosyal” ve “destek” olmak üzere iki bileşeni içermektedir. Sosyal bileşen topluluk, sosyal ağ ve samimi/yakın ilişkiler olmak üzere üç farklı düzeyde temsil edilmekte ve kişilerin sosyal çevreyle olan bağınyansıtmaktadır. Destek bileşeni ise kişiler arası ilişkilerin duygusal ve kişinin amaçlarına yönelik öğelerini içermektedir. Bu doğrultuda, Lin (1986) sosyal desteği toplum, sosyal ağlar ve sırdaşlar tarafından sağlanan algılanan veya gerçek amaca yönelik ve/veya duygusal destek kaynakları olarak tanımlamaktadır. Önerilen tanımda hem algılanan hem de gerçek desteğin kişi için önemli olduğu vurgulanmaktadır.

Akranlardan, öğretmenlerden ve ebeveynlerden alınan sosyal destek, çocuklar ve gençler için koruyucu bir faktör olarak kabul edilmektedir (Benard, 2004; Tao vd., 2000). Gençlere sağlanan sosyal desteğin, birilerinin kendilerine yardım etmek için

orada olduğunu hissetmelerini sağlayarak psikolojik sorunlarının azalmasında yardımcı olabileceği belirtilmektedir (Yasin ve Dzulkifli, 2010). Araştırmalar, sosyal destek ile psikolojik sorunlar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ve sosyal destek arttıkça psikolojik sorunların azaldığını ortaya koymaktadır (Glozah, 2013; Yasin ve Dzulkifli, 2010). Ebeveyn desteğinin yokluğunda ya da azaldığında ergenlik dönemi sorunlarının arttığı ve ebeveyn desteğinin stres üzerinde hafifletici etkileri olduğu görülmektedir (Quamma ve Greenberg, 1994). Bu bulgu, sosyal destek arttıkça stres seviyesinin azaldığını gösteren çeşitli sayıda çalışma tarafından desteklenmektedir (Chen vd., 2021; Talwar vd., 2013; Villanova ve Bownas, 1984). Ayrıca, yetersiz sosyal desteğin depresyon, yalnızlık ve kaygı bozukluğu gibi birçok ruhsal bozukluk ile ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur (Eskin, 2003).

Aile ve arkadaş desteğinin öğrenciler arasında psikolojik sorunların etkisini azalttığı belirtilmektedir (Calvete ve Connor-Smith, 2006). Benzer şekilde, Aile ve arkadaşlarından yeterince destek alınmamasının kişileri zor durumda bırakarak depresyon, stres ve kaygıya karşı savunmasız kalmalarına sebep olabileceği söylenmektedir (Yasin ve Dzulkifli, 2010).

Bu bulgu, sosyal desteğin öğrenciler arasında stres gibi psikolojik sorunları azaltabilecek koruyucu bir faktör olarak işlev görebileceğini tespit eden Dollete vd. (2004) tarafından da desteklenmiştir. Ayrıca, kaygı, stres ve depresyon ile sosyal destek arasında negatif bir korelasyon olduğu Nahid ve Sarkis (1994) tarafından rapor edilmiştir; düşük destek düzeyi üniversite öğrencilerinde yüksek kaygı, stres ve depresyon düzeyi ile ilişkilendirilmiştir. Sosyal destek, öğrenciler için en önemli koruyucu faktörlerden biri olarak bulunmuştur (Tao vd., 2000).

2.1.4.1. Algılanan Sosyal Destek

Algılanan sosyal destek, kişilerin kendilerine sunulan desteğin düzeyi ve kalitesi hakkındaki inançlarını ifade etmektedir. Kişilerin desteğin mevcudiyeti ve ihtiyaç duyulduğunda alınıp alınamayacağı konusunda nasıl düşündüklerini göstermesi yönüyle oldukça önemli bir kavram olarak görülmektedir. Bu nedenle, ulaşılabilirlik konusundaki destek algısının, sağlanan desteğin gerçek miktarından daha önemli olduğu belirtilmektedir (Wills ve Shinar, 2000).

Ioannou vd., (2019) algılanan sosyal desteği, bireylerin arkadaşlarını, aile üyelerini ve diğer kişileri ihtiyaç duydukları zamanlarda maddi, psikolojik ve genel

destek sağlayabilecek kaynaklar olarak nasıl algıladıkları üzerinden açıklamaktadırlar. Başka bir tanımda, algılanan sosyal destek, kişinin erişmek istemesi halinde sosyal desteğin mevcut olacağına dair kişinin algısı olarak ifade etmektedirler (Sarason vd., 1991). Dollete vd. (2004)'e göreyse algılanan sosyal destek, kişinin ailesi, akranları ve/veya topluluk üyeleri başta olmak üzere başkaları tarafından önemsenme, değer verilme, dahil edilme ve/veya yönlendirilme deneyimini veya algısını yansıtmaktadır.

Yapılan çalışmalar, kişilerin desteğin mevcudiyeti ve ihtiyaç duyulduğunda alınıp alınamayacağı konusunda nasıl düşündüklerini göstermesi nedeniyle önemli bir kavram olarak sayılan algılanan sosyal desteğin, kişilerin ruhsal sağlığı, psikolojik sağlamlığı ya da fiziksel sağlıkları gibi çeşitli alanlardaki olumlu ya da olumsuz sonuçları ön görmede sosyal destek kavramına kıyasla daha güçlü bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Zhang vd., 2018; Norris ve Kaniasty, 1996; Helgeson, 1993; Sarason vd., 1990; Sarason vd., 1987; Wethington ve Kessler, 1986).

2.1.4.2. Tampon Etkisi Modeli ve Temel Etki Modeli

Olumsuz yaşam olaylarının ruhsal ve fiziksel sağlık üzerindeki etkilerine karşı sosyal desteğin koruyucu bir rol oynadığı öne sürülmektedir (Cassel, 1976; Cohen ve Wills, 1985; Szkody ve McKinney, 2019). Sosyal desteğin bu rolü iki model ile açıklanmaktadır (Cohen ve Wills, 1985).

Tampon etkisi modeli, sosyal desteğin stresli olayların etkisini tamponlayabileceği veya hafifletebileceği beklentisini ifade etmektedir (Prociano ve Walker Smith, 1997). Bu modele göre sosyal destek sadece veya özellikle stresli durumların varlığında kişileri stresin fiziksel ve psikolojik sağlık üzerindeki olumsuz etkilerine karşı korumaktadır (Cohen ve Syme, 1985; Cohen ve Wills, 1985). Buna göre, sosyal destek ilk olarak stresli olay (veya bu olayın beklentisi) ile stres tepkisi arasındaki ilişkiyi etkileyerek kişinin stres algısını hafifletmekte veya önlemektedir. Diğer kişilerin gerekli sosyal desteği sağlayacağı algısının, stres yaratan durumların açığa çıkardığı olumsuz sonuçların yeniden tanımlanmasını sağlayabileceği ve/veya kişinin olumsuz sonuçlarla başa çıkma yeteneğini güçlendirebileceği ifade edilmektedir. Bu durumun sonucundaysa belirli bir durumun yüksek stresli olarak değerlendirilmesinin önüne geçilmektedir (Cohen ve Syme, 1985).

Modele göre sosyal destek ikinci olarak stres tepkisini azaltarak/ortadan kaldırarak veya fizyolojik süreçleri doğrudan etkileyerek stres deneyimi ile sağlık

arasındaki ilişkiyi etkileyebilmektedir. Bunu, strese karşı bir çözüm yolu sunarak, sorunun algılanan önemini azaltarak, sinir sistemini sakinleştirerek, kişilerin algıladığı strese daha az tepki vermelerini sağlayarak veya sağlıklı davranışları pekiştirerek stres değerlendirmesinin etkisini hafifletmesiyle sağlamaktadır (House, 1981).

Benzer şekilde, Baum vd. (2001) tampon etkisi modelinin sadece stresin varlığında ortaya çıktığını ve en çok hali hazırda yüksek düzeyde stresli olaylar yaşayan kişiler için faydalı olduğunu belirtmektedir. Buna göre, kişinin sahip olduğu veya sahip olduğunu düşündüğü destek veya kaynaklar, stresli durumlar üzerinde daha fazla kontrol sahibi olunmasına veya duygu durumunun yönetilmesine yardımcı olarak ilgili sonuçları iyileştirmektedir (Szkody vd., 2021).

Raffaelli vd. (2012) tampon etkisi modelini test ettikleri çalışmalarında, sosyal desteğin stres ve ruhsal sağlık arasındaki ilişkiyi hafiflettiğini göstermişlerdir. Buna göre, stres seviyesi yüksek gençler arasında yeterli seviyede sosyal destek bildirenlerin depresyon seviyeleri, düşük düzeyde sosyal destek bildirenlere kıyasla daha düşük saptanmaktadır. Yine başka bir çalışmada, yüksek risk altındaki ergenlere ebeveynleri ve arkadaşları tarafından sağlanan sosyal desteğin genel uyumları üzerinde etkili olduğu ortaya. Bulgular, sosyal destek düzeyi arttıkça olumlu uyum göstergelerinde artış gözlemlendiğini ancak sosyal destek düzeyinin azalmasıyla uyumsuzluk göstergelerinde artış olduğunu göstermektedir (Demaray ve Malecki, 2002).

Sonuç olarak tampon etkisi modeline göre sosyal destek, stres ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi hafifletmektedir. Bu bağlamda, sosyal desteğin yalnızca belirli koşullar altında işlediği ve ruh sağlığı sonuçlarını etkilediği görülmektedir. Özellikle, sosyal desteğin ruh sağlığını sadece stresli yaşam olayları söz konusu olduğunda ve sadece dolaylı olarak etkiliyor olması onun, 'koruyucu' bir işlev üstlendiğini ifade etmektedir (Cohen ve Wills, 1985).

Buna karşılık temel etki modeline göre, kişinin sahip olduğu sosyal kaynaklar, kişilerin stres altında olup olmadıklarına bakılmaksızın sağlıkları üzerinde olumlu bir etkiye sebep olmaktadır. Bu faydalı etki, geniş sosyal ağların kişilere düzenli olumlu deneyimler ve toplumda bir dizi istikrarlı, sosyal olarak takdir gören roller sağlaması nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Ayrıca temel etki modeli, sosyal destek yoksunluğunun kişi üzerinde olumsuz etkiye sebep olabilecek bir durum olduğunu savunmaktadır.

Dolayısıyla, sosyal desteğin olmaması, kişi üzerinde hali hazırda olumsuz etki oluşturabilecek bir durumu açığa çıkarmaktadır (Cohen ve Wills, 1985).

Hashimoto vd. (1999) temel etki modelini, değişen stres seviyeleri karşısında sosyal desteğin kişilerin iyi oluşları üzerinde olumlu etkileri olması üzerinden açıklamaktadır. Yaptıkları çalışmanın sonuçları, yüksek düzeyde sosyal desteğe sahip kişilerin, yaşam stres faktörlerinden (örn. hastalanma/yaralanma, ekonomik zorluk) bağımsız olarak düşük düzeyde sosyal desteğe sahip olanlara göre daha az depresif olduklarını göstermektedir. Bu da sosyal desteğin iyi oluş üzerinde doğrudan bir etkisi olduğunu ortaya koymaktadır. Benzer şekilde, Szkody ve McKinney (2019) yüksek düzeyde sosyal destek (algılanan ya da alınan) düzeyi bildirenlerin daha düşük düzeyde sosyal destek bildirenlerle kıyasla psikolojik sağlıklarının daha iyi olduğunu bulmuşlardır.

Sosyal desteğin temel etki modeline göre, sosyal ağların bireylere genel olumlu deneyimler sağlaması, genel mutluluk düzeyi ve olumlu yaşam niteliklerini geliştirmesi yönüyle sağlık üzerinde doğrudan etkisi olmaktadır (Xiang vd., 2020). Ayrıca, başkalarının varlığının veya onların duygusal desteğinin sakinleştirici bir etkiye sahip olduğu (House vd., 1988), olumlu deneyimler için fırsatlar yaratılması ve bireylerin olumsuz deneyimlerden kaçınmalarına yardımcı olması yönüyle de bireylerin genel sağlığını pekiştirdiği ifade edilmektedir.

2.2. İlgili Araştırmalar

Çalışmanın bu bölümünde, ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ikili ve üçlü ilişkilere değinen yurtiçindeki ve yurtdışındaki ilgili araştırmalara yer verilecektir.

2.2.1. Olumsuz Yaşam Deneyimleri ve İçselleştirme ve Dışsallaştırma

Problemleri ile İlgili Araştırmalar

Literatüre bakıldığında, ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri ve içselleştirme ve dışsallaştırma arasındaki ilişkiye değinen çeşitli sayıda araştırma olduğu görülmektedir. Bu bölümde bunlardan bazılarına yer verilmiştir.

Yetim (2021) Suriyeli sığınmacı ergenlerde stresli yaşam olayları ile travmatik stres tepkisi ve anksiyete, depresyon, saldırganlık gibi çeşitli içselleştirme ve dışsallaştırma belirtileri arasındaki ilişkilerin incelenmesini amaçlamıştır. Ayrıca,

psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı değişkenlerinin bu ilişkideki aracı ve düzenleyici rollerine bakmıştır. Araştırma örneklemi Mersin ilinin merkez ilçelerinde yaşayan, yaşları 12 ile 18 aralığında değişen toplamda 1070 Suriyeli sığınmacı ergen tarafından oluşturulmuştur. Araştırmadan elde edilen veriler katılımcıların “Sosyodemografik Veri Formu”, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)”, “Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (CYRM-12)”, “Hopkins Belirti Tarama Listesi-37A (HSCL-37A)” ve “Stresli Yaşam Olayları Listesi (SLE)” ölçeklerine verdikleri yanıtlar üzerinden toplanmıştır. Verilerin analizinde t-test, korelasyon analizi, genelleştirilmiş doğrusal model aracılık analizi ve basit düzenleyicilik analizleri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ergenlerin maruz kaldığı stresli yaşam olayları ile travmatik stres tepkisi, anksiyete, depresyon ve dışsallaştırma değişkenleri arasındaki ilişkilerde, psikolojik sağlamlık ve benlik saygısının aracılık rolü bulunmuştur.

Steege vd. (2017) olumsuz yaşam olaylarının ergenlerin içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ile ilişkisini araştırmıştır. Aynı zamanda, olumsuz yaşam olayları ve kortizol reaktivitesinin problem davranışlar üzerindeki etkileşim etkisine bakılmıştır. Toplamda 100 anne ve onların ergenlik dönemindeki çocuklarından oluşan bir örnekleme yürütülen araştırmada, ergenlerin kortizol reaktivitesi; stres tepkisi ortaya çıkarmak için tasarlanmış bir anne-ergen çatışma etkileşimi göreviyle ölçülmüştür. Ergenin deneyimlediği olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ise anne raporu ile belirlenmiştir. Elde edilen veriler hiyerarşik regresyon analizi kullanılarak çözümlenmiştir. Sonuçta olumsuz yaşam olaylarının içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerini ön gördüğü ortaya koyulmuştur. Ayrıca, yüksek kortizol reaktivitesi ve yüksek düzeyde olumsuz yaşam olayı deneyimleyen ergenlerin hem içselleştirme hem de dışsallaştırma problemlerinde artış olduğunu bulunmuştur.

Metin vd. (2017) düşük sosyoekonomik gelirli ailelerden gelen ergenlerin deneyimledikleri olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkinin ve özdenetimin bu ilişkideki aracılık rolünün incelenmesini amaçlamışlardır. Araştırma örneklemi İstanbul’un Esenler ilçesindeki bir ortaokulun 7. ve 8. sınıf öğrenimine devam eden toplamda 358 öğrenciden oluşmaktadır. Yaş aralığı 12 ile 16 arasında değişen katılımcıların, %53.10’u (n = 190) kız ve %46.90’ı (n = 168) ise erkektir. Araştırmada veri toplama aracı olarak

“Demografik Bilgi Formu”, “Olumsuz Yaşam Olayları Listesi”, “Özdenetim Ölçeği” ve “11-18 Yaş Ergenler için Kendini Değerlendirme Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen verilerin analizinde yol (path) analizi ergenler tarafından bildirilen olumsuz yaşam olaylarının, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ile doğrudan ilişkisini ve özdenetim aracılığıyla da dolaylı ilişkisini test etmek amacıyla kullanılmışken; cinsiyetler arası karşılaştırılma çoklu grup yol (path) analiziyle gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, ergenlerin deneyimledikleri olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki bulunmakta ve bu ilişkiye özdenetim becerisi aracılık etmektedir. Buna göre, deneyimlenen olumsuz yaşam olayı sayısı arttıkça özdenetim becerisinde azalırken duygusal ve davranışsal problemler de artmaktadır. Ayrıca, içselleştirme problemlerini olumsuz yaşam olaylarının, dışsallaştırma problemlerini ise özdenetim becerisinin daha güçlü öngördüğü ortaya çıkarılmıştır.

Sanchez vd. (2013) ekonomik stres, ayrımcılık ve şiddet deneyimleri olmak üzere üç farklı türde olumsuz yaşam olayının, ergenlerin içselleştirme ve dışsallaştırma davranışları ve başa çıkma stratejileriyle ilişkili olup olmadığını incelemiştir. Araştırma örneklemini yaşları 8 ile 12 aralığında değişen %52,8’i kız ve %47,2’si erkekten oluşan toplamda 353 Afro-Amerikan genç tarafından oluşturulmuştur. Olumsuz yaşam olayları, başa çıkma stratejileri ve içselleştirme ve dışsallaştırma semptomları ile ilgili deneyimlerini rapor etmeleri istenen katılımcılardan elde edilen veriler, çoklu regresyon ve özgüllük analizleri ile incelenmiştir. Araştırma sonuçları, şiddet içeren yaşam olaylarının dışsallaştırma problemleriyle, ayrımcılık ve ekonomik stresin ise içselleştirme problemleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca, cinsiyetle ilgili yapılan karşılaştırmalar şiddet içeren yaşam olaylarına maruz kalan kızlar için kaçınmayı başa çıkma stratejisi olarak kullanmanın koruyucu olurken erkekler için koruyucu olmadığını ortaya koymuştur. Erkekler için şiddete maruz kalma, kullanılan sorunlardan kaçınma miktarından bağımsız olarak dışsallaştırma problemleri ile anlamlı derecede pozitif ilişkili bulunmuştur.

Kim vd. (2003) tarafından yapılan araştırmada olumsuz/stres veren yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin karşılıklı olarak ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Amerika’nın Iowa eyaletinde yürütülen araştırmada, 6 yıl boyunca devam eden boylamsal bir çalışmadan elde edilen veriler kullanılmıştır.

Çalışma grubu, toplamda 451 aileyi içeren ve 7. sınıfa devam etmekte olan 215 erkek ile 236 kız çocuktan oluşturulmuştur. Araştırma amacı doğrultusunda, hem aileleri tarafından çocuklarının olumsuz yaşam deneyimlerini ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerini değerlendirmelerini isteyen hem de ergenlerin öz bildirimlerini almayı amaçlayan üç farklı ölçek katılımcılara sunulmuştur. Ölçeklerden elde edilen veriler yapısal eşitlik modeli ile analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda, içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin zaman içinde ergenlerin yaşamındaki stres düzeyindeki artışı öngördüğü ve olumsuz yaşam olayları ile ergenin içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkide karşılıklı olarak pekiştirici bir süreç olduğu ortaya koyulmuştur. Ayrıca, bu etkileşimin ergenlik dönemi boyunca aynı kalmadığı; erken ergenlik döneminde (7-9. sınıf) olumsuz/stres veren yaşam olaylarının dışsallaştırma sorunları üzerindeki etkisinin, dışsallaştırma sorunlarının yaşam stresi üzerindeki etkisinden daha fazla olduğu ve geç ergenlik dönemindeyse durumun tam tersine döndüğü görülmüştür.

McKnight vd. (2002) tarafından yapılan araştırmada olumsuz yaşam olayları, mizaç, dışsallaştırma ve içselleştirme problemleri ve küresel yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda, Amerika'nın Güney Carolina eyaletindeki büyük bir devlet okulu sisteminde yer alan üç ortaokul ve iki liseden toplamda 1201 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Katılımcılar sınıflara 184 (15%)'u 6. sınıf; 185 (15%)'i 7. sınıf; 154 (13%)'ü 8. sınıf; 194 (16%)'ü 9. sınıf; 193 (16%)'i 10. sınıf; 142 (12%)'si 11. sınıf ve 149 (13%)'ü 12. sınıf olmak üzere dağılmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında, "Öğrenci Yaşam Doyum Ölçeği (ÖYDÖ)", "11-18 yaş grubu Gençler İçin Kendini Değerlendirme Ölçeği", "Yaşam Olayları Kontrol Listesi" ve "Eysenck Kişilik Envanteri" kullanılmıştır. Veriler hiyerarşik regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma bulgularında, ergenlerin yaşam doyumlarına yönelik algılarının olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiği ortaya koyulmuştur. Ayrıca, olumsuz yaşam olaylarının sayısındaki artış ile dışsallaştırma ve içselleştirme problemlerinin şiddeti arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Buna göre, yaşamlarında olumsuz olaylarla karşılaşan ergenlerin her iki tür uyumsuz davranışta bulunma olasılıkları daha yüksek olmaktadır.

2.2.2. Olumsuz Yaşam Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ile İlgili Araştırmalar

Baba vd. (2020) tarafından yapılan araştırmada ebeveynler arası şiddet ve çocukluk dönemi olumsuz yaşantıları gibi çeşitli kötü muamele türlerinin üniversite öğrencilerinin yaşadığı dışsallaştırma ve içselleştirme sorunları üzerindeki uzun vadeli etkilerini incelemişlerdir. Ayrıca, sosyal desteğin kötü muamelenin olumsuz sonuçlarına karşı koruyucu etkilerine de bakılmıştır. Bu doğrultuda araştırma için örneklem grubunu, dört ülkeden ve toplamda sekiz üniversiteden seçilen 156'sı erkek ve 386'sı kadın olan 542 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Davranış Değerlendirme Ölçeği”, “Çocuk-Ergen Sosyal Destek Ölçeği” kullanılmıştır. Katılımcıların olumsuz yaşam deneyimleri kötü muameleyi ölçmeye yarayan çeşitli ölçeklerdeki araştırma amacıyla uyumlu olan soruların yanıtlanmasıyla değerlendirilmiştir. Elde edilen verilerin analizi hiyerarşik regresyon analiziyle yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre olumsuz yaşam olaylarına maruz kalanlar kalmayanlara göre daha fazla dışsallaştırma problemi sergilerken içselleştirme problemi için gruplar arasında herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Ayrıca, algılanan sosyal destek ve kötü muamelenin olumsuz sonuçları arasındaki ilişkilere bakıldığında ebeveynler tarafından sağlanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olaylarına rağmen hem içselleştirme hem de dışsallaştırma problemlerini azaltırken arkadaşların sağladığı sosyal desteğin yalnızca duygusal problemler üzerinde etkili olduğu bulunmuştur.

Bliese ve Britt (2001) bireylerin stres veren yaşam olayları karşısında açığa çıkan tepkilerinin sosyal destek kaynaklarının kalitesinden ne ölçüde etkilendiğini incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırma örneklemini Haiti'de görev yapan %6'sı kadın ve %94'u erkek olan 1923 Amerikan askeri oluşturmuştur. Araştırmada stresli yaşam olayları katılımcıların işlerine ilişkin strese sebep olabilecek olaylar üzerinden, stres seviyeleri depresyon ve moral düzeyleri üzerinden, sosyal destek seviyeleriye askerlerin üstlerinin saygınlığına ve yeterliliğine ilişkin algıları üzerinden ölçülmüştür. Ölçeklerden elde edilen veriler çok düzeyli modeller aracılığıyla analiz edilmiştir. Araştırma bulgularına göre, sosyal destek düzeyi yüksek grup içerisinde yer alan askerlerin işlerine ilişkin stresli yaşantıları ile stres seviyeleri arasında daha zayıf bir

ilişki bulunmaktadır. Buna göre olumlu sosyal ortama sahip olmak bireylerin stresle başa çıkmalarına yardımcı olmaktadır.

Dalgard vd. (1995) sosyal destek, olumsuz yaşam olayları ve akıl sağlığı arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırma örneklemini Norveç'in Oslo şehrinde 10 yıl önce yürütülen bir çalışmada yer alan katılımcılardan ulaşılabilen 503 katılımcıyla oluşturulmuştur. Katılımcıların akıl sağlıklarının belirlenmesinde kaygı, depresyon ve somatik belirtileri, sosyal destek düzeylerinin belirlenmesinde aile, arkadaşlar ve komşularla ilişkilerine dair algıları, olumsuz yaşam olaylarının belirlenmesindeyse stres verici olabilecek çeşitli yaşam olaylarına dair deneyimlerini değerlendirmeyi amaçlayan öz bildirime dayalı ölçekler kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen veriler ANOVA ve regresyon analizleri kullanılarak çözümlenmiştir. Araştırma bulgularına göre sosyal destek olumsuz yaşam olaylarına maruz kalındığında ruhsal bozukluk geliştirme riskini hafifleterek akıl sağlığı üzerinde olumlu bir etki yaratmaktadır.

Cohen ve Wills (1985) tarafından yapılan çalışmada sosyal desteğin iyi oluş üzerinde nasıl bir etkiye sahip olduğunun incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla sosyal desteğin iyi oluş üzerindeki doğrudan (main or direct effect model) ya da hafifletici etkisi (buffering model) olduğunu savunan iki farklı yaklaşımı test etmişlerdir. İlk yaklaşım sosyal desteğin olumsuz yaşam olayı deneyiminden bağımsız olarak kişinin iyi oluşu üzerinde etkili olduğunu ortaya koyarken ikinci yaklaşım da sosyal desteğin olumsuz yaşam olaylarının etkisine karşı kişilerin iyi oluşunu desteklediği savunulmaktadır. Bu doğrultuda, araştırma verileri sosyal destek ile iyi oluş arasında doğrudan ya da hafifletici etki koyan çalışmaların taranmasıyla elde edilmiştir. Elde edilen sonuçlar her iki yaklaşımında belirli koşullar altında geçerli olabileceğini göstermiştir. Buna göre, sosyal destek kişinin stresli yaşam olaylarının açığa çıkardığı sonuçlar karşısında destek alabileceği diğer kişiler olduğuna dair algısı üzerinden ölçüldüğünde hafifletici etkiye dair yaklaşım desteklenmekteyken; kişinin geniş bir sosyal ağa olan uyumu üzerinden ölçüldüğünde olumsuz herhangi bir olay olup olmamasından bağımsız olarak iyi oluşu etkilemektedir.

2.2.3. İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ve Algılanan Sosyal Destek ile İlgili Araştırmalar

Literatüre bakıldığında içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiye değinen yurtdışında ve yurtiçinde çeşitli sayıda araştırma olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalar üniversite öğrencileri, ergenler ve çocuklar olmak üzere farklı yaş grupları ile yürütülmüştür.

Akdeniz (2017) tarafından yapılan araştırmada 10 – 15 yaş aralığındaki ergenlerin bilişsel duygu düzenleme, algıladıkları ebeveyn tutumu ve sosyal desteğin, psikolojik sorunlar ve içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ile ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada ilköğretim okulunda öğrenim görmekte olan 175’i kız (%70) ve 75’i erkek (%30) olan toplam 250 öğrenci yer almıştır. Katılımcılara ait verilerin toplanmasında Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği (CERQ), Kısa Semptom Envanteri (KSE), Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA), Algılanan Anne Baba Tutum Ölçeği (EMBU) ve Algılanan Sosyal Destek Envanteri (ASD) kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen veriler, korelasyon analizi, çoklu varyans analizi (MANOVA) ve çoklu regresyon analizleri kullanılarak işlenmiştir. Buna göre reddedici ve koruyucu olarak algılanan ebeveyn tutumlarının ergenlerin daha fazla psikolojik sorun ve daha fazla davranışsal ve duygusal problem bildirmesiyle ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur. Ayrıca, algılanan aile desteği ile psikolojik belirtiler ve davranışsal ve duygusal problemlerine arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu gözlemlenmiştir.

Szkody ve McKinney (2020) beliren yetişkinlik dönemindeki gençlerin içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ile annelerinin ve babalarının depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin algılanan ebeveyn sosyal desteği ve baş etme becerilerine göre incelenmesini amaçlamışlardır. Aynı zamanda cinsiyetler arasındaki farklılığa da bakılmıştır. 18 – 25 yaş aralığındaki 132’si erkek ve 298’i kadın olan toplamda 430 üniversite öğrencisiyle yürütülen araştırmada katılımcılar, duygusal ve davranışsal uyum problemleri ve baş etme becerilerini öz bildirime dayalı ölçekler aracılığıyla bildirmişlerdir. Ölçeklerden elde edilen veriler ilişkisel ve aracı değişken analizleri ile değerlendirilmiştir. Araştırma bulguları anne ve baba depresyonunun içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ile doğrudan ilişkili olduğunu göstermiştir. Buna göre ebeveyn depresyonu, sosyal destek kaynaklarının oluşumunu engelleyen

davranışları içeren ve hatta depresyondaki bireylerin sosyal destek aramasını engelleyebilen olumsuz başa çıkma tekniklerini (örn. hüs-nükuruntu, sosyal geri çekilme ve sorunlardan kaçınma) artırmaktadır. Sonuçlar ayrıca algılanan ebeveyn sosyal desteğinin her iki cinsiyet için de içselleştirme problemleri ile dolaylı olarak anlamlı düzeyde ilişkiliyken, dışsallaştırma problemleri üzerindeki dolaylı ilişkisinin sadece kadınlarda anlamlı düzeyde olduğunu ortaya koymuştur.

Heberle vd. (2015) erken çocukluk dönemindeki risk ve koruyucu faktörlerden (ebeveyn psikolojik sıkıntısı, ebeveynlik davranışı ve sosyal destek) çocukların anaokulundaki davranış sorunlarını yordayan bir modeli test etmeyi amaçlamışlardır. Araştırma örneklemini, Amerika'nın Connecticut eyaletinde yaşayan çocuklar ve ebeveynleri üzerinde yapılan boylamsal bir çalışma aracılığıyla seçilen 1161 anne-çocuk çifti tarafından oluşturulmuştur. Araştırma amacı doğrultusunda çocukların içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve maruz kaldıkları risk ve koruyucu faktörler ebeveyn raporu ile elde edilmiştir. Elde edilen veriler korelasyon ve regresyon analizleri kullanılarak çözümlenmiştir. Sonuçlar sosyal desteğin, ebeveyn psikolojik sıkıntısı ile ebeveynlik davranışı arasındaki ve ebeveynlik davranışı ile çocukların geri çekilme-depresyon belirtileri arasındaki bağlantıyı zayıflatarak, dışsallaştırma ve içselleştirme davranış problemlerinin gelişiminde önemli bir koruyucu rol oynadığını göstermiştir.

Popliger vd. (2009) duygusal ve davranışsal zorlukları olan çocukların ailelerinden, arkadaşlarından ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal desteğin uyum sorunları üzerindeki etkilerini araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırma örneklemini 6 – 12 yaş aralığındaki 43'ü erkek ve 11'ı kız olan toplamda 54 ilkokul öğrencisi ve ebeveynleri ile öğretmenlerinin katılımıyla oluşturulmuştur. Araştırma amacı doğrultusunda çocukların uyum problemleri ve algılanan sosyal destek düzeyleri hem çocukların öz bildirimine hem de ebeveynlerinin ve öğretmenlerinin bildirimine dayanan ölçekler üzerinden değerlendirilmiştir. Elde edilen verilerin analizi korelasyon, hiyerarşik ve aşamalı regresyon analizleri ile yapılmıştır. Sonuçlara göre algılanan sosyal destek miktarının artması olumlu uyum belirtilerini arttırırken olumsuz uyum belirtilerini azaltmıştır.

Rueger vd. (2008) tarafından yapılan araştırmada, erken ergenlik dönemindeki gençlerin ebeveynlerinden, öğretmenlerinden, sınıf arkadaşlarından ve yakın

arkadaşlarından aldıkları sosyal destek algılarının ve bu desteğin öğrencilerin içselleştirme ve dışsallaştırma problemleriyle olan ilişkisinin cinsiyete göre incelenmesi amaçlanmıştır. Amerika'nın Illinois eyaletinde yürütülen çalışmanın örneklemini 11 – 14 yaş aralığındaki 108'ı erkek ve 138'ı kız olan toplamda 246 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Çocuk-Ergen Sosyal Destek Ölçeği” ve “Çocuk Davranışını Değerlendirme Ölçeği – Ebeveyn Formu” kullanılmıştır. Veriler korelasyon ve çoklu regresyon analizleri ile çözümlenmiştir. Buna göre kızların sınıf arkadaşları ve yakın arkadaşlarından algıladığı sosyal destek düzeyleri erkeklere kıyasla daha fazladır. Algılanan sosyal destek ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiye bakıldığında dört farklı kaynaktan (ebeveyn, öğretmen, sınıf arkadaşları ve yakın arkadaşlar) sağlanan sosyal desteğin erkeklerde ve kızlarda görülen davranış sorunları ile ilişkiliyken, kızlarda saldırganlık ve hiperaktivite ile ilişkili bulunmuştur. Ayrıca, algılanan sosyal destek erkeklerde anksiyete ve depresyonla anlamlı düzeyde ilişkiliyken, kızlarda sadece depresyonla ilişkilendirilmiştir.

2.2.4. Olumsuz Yaşam Deneyimleri, İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ile İlgili Araştırmalar

Literatüre bakıldığında olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiye değinen yurtdışında ve yurtiçinde çeşitli sayıda araştırma olduğu görülmektedir. Bu çalışmaların bazılarında içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri bir arada çalışılmışken diğerlerinde olumsuz yaşam olayları ve algılanan sosyal destekle ilişkisi ayrı ayrı incelenmiştir.

Huber vd. (2012) stresli/olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan ergenlerin davranışsal sorunlarının öğretmen desteğine göre değişip değişmeyeceğini incelemeyi amaçlamışlardır. Amerika'nın Minnesota eyaletinde yürütülen araştırmaya yaşları 7 ile 15 arasında değişmekte olan %52'si kız ve %48'i erkek olan toplamda 103 katılımcı katılmıştır. Araştırma amacına yönelik verilerin toplanmasında “Davranış Değerlendirme Ölçeği”, “Yaşam Olayları Kontrol Listesi” ve “Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen verilerin analizi hiyerarşik regresyon yöntemiyle yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre öğretmen desteği ile olumsuz yaşam olaylarının sebep olduğu yaşam stresi arasında istatistiksel olarak

anlamalı bir ilişki bulunmaktadır; bu ilişki, öğretmen desteğinin, stresin dışsallaştırma sorunları üzerindeki etkisini başarılı bir şekilde yordadığını ortaya koymaktadır.

Oliva vd. (2009) tarafından yapılan araştırmada olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve destekleyici aile ilişkilerinin düzenleyici etkilerinin boylamsal olarak incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda boylamsal bir çalışma olarak yürütülen araştırmada örneklem İspanya'nın Seville şehrinde yer alan farklı okullarda eğitimine devam eden yaşları o an 15 ile 16 arasında değişen 38'i erkek ve 62'si kız olmak üzere toplamda 100 öğrenci tarafından oluşturulmuştur. Araştırmanın amacı doğrultusunda katılımcıların olumsuz yaşam olaylarını, içselleştirme ve dışsallaştırma davranışlarını ve destekleyici aile ilişkilerini belirlemeyi amaçlayan öz bildirimine dayalı 5 farklı ölçek kullanılmıştır. Aynı ölçüm araçları ile iki yıl sonra yeniden katılımcılara uygulanmıştır. Ölçeklerden elde edilen verilerin analizi açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri ile hiyerarşik regresyon analizi ile yapılmıştır. Araştırma bulguları, yüksek kaliteli ebeveyn-ergen ilişkilerinin, kız ve erkek çocukları stresli yaşam olaylarının dışsallaştırma üzerindeki olumsuz sonuçlarına karşı korurken içselleştirme semptomları üzerinde etkili olmadığını göstermiştir. Buna göre orta ergenlik döneminde ebeveynleriyle iyi ilişkilere sahip olan ergenlerin, geç ergenlik döneminde stresli yaşam olaylarının meydana gelmesinin bir sonucu olarak dışsallaştırma sorunlarında artış olmamıştır. Bununla birlikte, bu stres faktörleri, aile ilişkileri orta kalitede olduğunda veya özellikle aile ilişkileri düşük kalitede olduğunda dışsallaştırma sorunlarının sayısında artışa yol açmıştır.

Davidson ve Demaray (2007) olumsuz yaşam deneyimlerinin içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri üzerindeki etkisine karşı sosyal desteğin koruyucu rol üstelenip üstelenmeyeceğini incelemeyi amaçlamışlardır. Amerika'nın Illinois eyaletinde yürütülen araştırma örneklemini, 6 – 8. sınıf eğitimine devam eden 167'si erkek ve 188'i kız olan toplamda 355 ortaokul öğrencisiyle oluşturulmuştur. Araştırma katılımcılarının sosyal destek düzeyleri aile, öğretmen, yakın arkadaş, sınıf arkadaşı ve okul tarafından sağlanan destekle, olumsuz yaşam deneyimleri zorbalığa uğrayıp uğramadıklarıyla, uyum problemleriyse zorbalığın sebep olduğu stresin sonuçları üzerinden öz bildirimine dayalı ölçekler aracılığıyla ölçülmüştür. Ölçeklerden elde edilen veriler korelasyon ve çoklu regresyon analizleri ile analiz edilmiştir. Araştırma

sonuçlarına göre kızlarda ebeveyn desteğinin, erkeklerde ise öğretmen, sınıf arkadaşı ve okul sosyal desteğinin, zorbalığın içselleştirme problemleri üzerindeki olumsuz etkilerine karşı koruduğu bulunmuştur. Buna göre ebeveyn, öğretmen, sınıf arkadaşı ve okul tarafından sağlanan sosyal destek algısı arttıkça, olumsuz yaşam deneyimine karşın daha az içselleştirme problemi bildirilmektedir.

Carothers vd. (2006) yaptıkları araştırmada, risk altında bulunan çocukların deneyimledikleri olumsuz yaşam olaylarının duygusal ve davranışsal uyumlarını etkileyip etkilemeyeceğine ve bu ilişkide sosyal desteğin düzenleyici rolüne bakmayı amaçlamışlardır. Araştırma örneklemini ergenlik çağındaki anneler ve çocuklarıyla ilgili devam eden başka bir boylamsal çalışmanın katılımcıları arasından toplamda 96 anne ve çocuklarıyla oluşturulmuştur. Çocukların deneyimledikleri olumsuz yaşam olayları okul başarısızlığı, kavgalar, akranlarla tartışmalar ve aile sorunları gibi belirli olaylara dair deneyimlerini sorgulayan öz bildirime dayanan bir ölçekle; içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri depresyon, kaygı, agresyon, suç davranışı gibi çeşitli duygusal ve davranışsal uyum sorunlarını ölçen dört farklı ölçekle; sosyal destek düzeyleri ise deneyimledikleri olumsuz yaşam olaylarıyla başa çıkmalarında yardımcı olan faktörleri ve bunların önemini bildirmeleri istenerek ölçülmüştür. Ölçeklerden elde edilen veriler hiyerarşik çoklu regresyon analizi ile analiz edilmiştir. Araştırma bulgularına göre çocukların sahip olduğu destek ağları, olumsuz yaşam olayları ile duygusal ve davranışsal problemler arasındaki ilişkiyi hafifletmektedir. Özellikle sosyal destek düzeyi yüksek ve olumsuz yaşam deneyimi az olan çocuklarda uyum problemleri görülme olasılığı düşük olmaktadır.

Murberg ve Bru (2004) olumsuz yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve duygusal problemler arasındaki ilişkilerin incelenmesini amaçlamışlardır. Araştırma örneklemini 8. sınıfa devam eden %48'ı kız ve %50'si erkek olan toplamda 1053 öğrenci ile oluşturulmuştur. Katılımcıların olumsuz yaşam olayı deneyimleri son bir yıl içerisinde başlarından geçmiş olabilecek çeşitli yaşam olaylarını bildirmelerini isteyen bir ölçekle, algılanan sosyal destekleri ebeveyn, öğretmen ve arkadaşların sağladığı sosyal desteği belirlemeye yarayan çeşitli ölçeklerdeki araştırma amacıyla uygun olan alt ölçeklerin birleştirilmesiyle, duygusal problemlerse depresyon ve kaygı düzeyi bildirimiyle ölçülmüştür. Ölçeklerden elde edilen veriler korelasyon ve çoklu regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Buna göre katılımcıların %31'ı geçen

yıl içerisinde en az bir olumsuz yaşam olayı deneyimlemişlerdir. Bunlar arasında yakın akrabalarından veya arkadaşlarından birinin ciddi bir hastalığa yakalanması veya yaralanması en yaygın görülen olumsuz yaşam olayı olarak bildirilmiştir. Araştırma bulguları ayrıca, olumsuz yaşam olaylarının duygusal sorunlarla anlamlı ilişkisinin, yüksek düzeyde ebeveyn, öğretmen ve arkadaş desteği bildirenlerde, düşük düzeyde destek bildirenlere göre daha zayıf olduğunu göstermiştir.

Hagen ve Myers (2003) tarafından yapılan çalışmada anneleri hükümlü olan çocuklarda sır tutmanın ve sosyal desteğin davranış sorunları üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Amerika’da yürütülen araştırmanın örneklemini 6 – 13 yaşları arasındaki %64’ü kız ve %36’sı erkek olan toplamda 116 hükümlü anne çocuğuyla oluşturulmuştur. Araştırma amacı doğrultusunda katılımcıların algılanan sosyal destek düzeyi, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri, sır tutma, damgalanma ve stres düzeyleri hem öz bildirme dayalı ölçekler hem de röportaj aracılığıyla ölçülmüştür. Elde edilen veriler korelasyon ve regresyon analizleri ile çözümlenmiştir. Araştırma bulgularına göre algılanan sosyal destek düzeyi düşük olan çocuklar daha fazla dışsallaştırma ve içselleştirme problemi yaşıyorlar, olumsuz yaşam deneyiminin sebep olduğu stres düzeyi daha yüksek olan çocuklar da ayrıca daha fazla içselleştirme problemi bildirilmiştir.

Quamma ve Greenberg (1994) aile tarafından sağlanan sosyal destek ve sosyal problem çözme becerilerinin olumsuz yaşam olaylarının duygusal-davranışsal uyum üzerindeki olumsuz sonuçlarına karşı koruyucu olup olmayacağını incelemeyi amaçlamışlardır. Amerika’nın Seattle şehrinde yürütülen araştırmanın katılımcıları 4. veya 5. sınıfa devam eden 185’i erkek ve 137’si kız olan toplamda 322 öğrenci tarafından oluşturulmuştur. Katılımcıların sosyal problem çözme becerileri “Sosyal Problem Çözme Ölçeği”, olumsuz yaşam deneyimleri “Yaşam Olayları Kontrol Listesi”, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri “Çocuk Davranış Değerlendirme Ölçeği” ve algılanan aile sosyal destek düzeyleri aynı amacı taşıyan üç farklı ölçeğin araştırma amacıyla uyumlu sorularının birleştirilmesi ile oluşturulan bir ölçek üzerinden değerlendirilmiştir. Ölçeklerden elde edilen veriler korelasyon ve hiyerarşik çoklu regresyon analizleri ile analiz edilmiştir. Araştırma bulgularına göre olumsuz yaşam olayları ile duygusal ve davranışsal problemler arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Ayrıca, olumsuz yaşam olaylarına rağmen yüksek düzeyde

algılanan aile desteğinin daha uyumlu duygusal ve davranışsal tepkiler açığa çıkmasında etkili olduğu görülmüştür.

Licitra-Kleckler ve Waas (1993) stres veren yaşam deneyimlerinin olumsuz etkilerinin algılanan aile ve arkadaş desteğinin düzeyine göre değişip değişmeyeceğini incelemeyi amaçlamışlardır. Ayrıca, cinsiyetler arasında bir farklılık olup olmayacağına da bakılmıştır. Araştırma örneklemini 11. veya 12. sınıfa devam eden 292'si kız ve 213'u erkek olan toplamda 505 öğrenci tarafından oluşturulmuştur. Araştırma katılımcılarının sosyal destek düzeyleri algılanan sosyal destek ölçeğinin aile ve arkadaş alt ölçeklerinin bildirimiyle; stres veren yaşam deneyimleri, yaşam olaylarını belirlemeyi amaçlayan bir öz bildirim formuyla; içselleştirme ve dışsallaştırma davranışları ise depresyon ve suç davranışını ölçen farklı ölçekler aracılığıyla belirlenmiştir. Elde edilen veriler hiyerarşik çoklu regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Bulgulara göre ergenlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek stres veren yaşam olaylarının depresyon ve suç davranışı üzerindeki olumsuz etkisini hafifletmekteyken algılanan arkadaş desteği yalnızca depresyon düzeyi üzerinde koruyucu etkiye sahip olmaktadır. Buna göre arkadaşlarından yeterli desteği gördüğünü düşünen ergenlerin depresif belirtileri daha az olmaktadır. Ayrıca, yüksek düzeyde stres veren yaşam olayına maruz kalan erkekler kızlara kıyasla daha fazla dışsallaştırma problemi sergilerken kızların da erkeklere kıyasla daha fazla içselleştirme problemi sergilediği saptanmıştır.

3. YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve bu verilerin toplanma ile verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemler hakkında bilgi verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destekleri arasındaki ilişkileri ve algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkideki düzenleyici rolünün incelenmesini amaçlamaktadır. Ayrıca, araştırmada yer alan olumsuz yaşam deneyimleri değişkeninin yaş grubu, cinsiyet, ebeveynin eğitim seviyesi ve ebeveynin çalışıp çalışmadığına ait sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmayacağına bakılması hedeflenmektedir. Bu doğrultuda, araştırma ilişkisel tarama modeli temel alınarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişkenin birlikte değişip değişmediğini; değişim varsa bunun nasıl olduğu saptanmaya çalışan tarama yaklaşımı olarak tanımlanmaktadır (Karasar, 2005).

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, Ankara ilinde ikamet eden ve 2022-2023 eğitim öğretim yılı içerisinde örgün öğretime devam eden 11 ile 18 yaş arası ortaokul ve lise öğrencilerinin gönüllü katılımı ile oluşturulmuştur. Araştırmanın çalışma grubu olasılıksız örnekleme yöntemi arasında yer alan uygun örnekleme ile belirlenmiştir. Uygun örnekleme, katılımcıların çalışma için uygunluğu ve kolay ulaşılabilir olmaları ölçütlerini kullanan bir örnekleme yöntemidir (Creswell, 2017; Büyüköztürk vd. 2020). Bu doğrultuda, katılımcılara Ankara merkezde bulunan Kütükçü Alibey Ortaokulu ve Kırkkonaklar Anadolu Lisesi olmak üzere iki farklı okula gidilerek ulaşılmıştır.

Çalışma grubunu oluşturan yaklaşık 430 öğrenciye veri toplama araçları kağıt-kalem formatıyla iletilmiştir. Bunlar arasından, boş bırakılan ölçeklerin bulunması ya da çalışmanın yarıda kesilmesi sebebiyle 25 kişiye ait veri çıkarılarak toplamda 405 kişinin verisiyle giriş yapılmıştır. Ayrıca, uç değer analizine göre z değerleri -3.29 ile +3.29 aralığında yer almayan 24 veri analize dahil edilmemiştir. Son durumda, 381

katılımcının verileri analize dahil edilmiştir. Bu kişilere ait sosyodemografik bilgilere ilişkin oluşturulan veriler Tablo 3.1. üzerinden açıklanmıştır.

Değişkenler	Grup	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	200	52.5
	Erkek	181	47.5
Yaş	11	4	1
	12	28	7.3
	13	110	28.9
	14	39	10.2
	15	58	15.2
	16	70	18.4
	17	65	17.1
	18	7	1.8
Öğrencinin Öğretim Düzeyi	Ortaokul	181	47.5
	Lise	200	52.5
Annenin Eğitim Düzeyi	Okur-Yazar	6	1.6
	İlkokul	57	15
	Ortaokul	53	13.9
	Lise	168	44.1
	Üniversite	81	21.3
	Yüksek	13	3.4
	Lisans/Doktora	3	.8
	Belirtmeyen	3	.8
Babanın Eğitim Düzeyi	Okur-Yazar	1	.3
	İlkokul	43	11.3
	Ortaokul	51	13.4
	Lise	177	46.5
	Üniversite	90	23.6
	Yüksek	13	3.4
	Lisans/Doktora	6	1.6
	Belirtmeyen	6	1.6
Annenin Çalışma Durumu	Tam gün çalışıyor	114	29.9
	Yarım gün çalışıyor	44	11.5
	Çalışmıyor	205	53.8
	Emekli	18	4.8
Babanın Çalışma Durumu	Tam gün çalışıyor	273	71.7
	Yarım gün çalışıyor	43	11.3
	Çalışmıyor	20	5.3
	Emekli	45	11.8

Tablo 3.1. Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine ilişkin betimleyici istatistikler

Tablo 3.1.'de görülebileceği üzere araştırma toplamda 381 ortaokul ve lise öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunun oluşturan 381 kişinin

200'ü kadın (%52.5) ve 181'i erkek (%47.5) öğrencilerden oluşmaktadır. Bunların 4'ü (%1) 11 yaş, 28'i (%7.3) 12 yaş, 110'u (%28.9) 13 yaş, 39'ü (%10.2) 14 yaş, 58'i (%15.2) 15 yaş, 70'i (%18.4) 16 yaş, 65'i (%17.1) 17 yaş ve 7'si (%1.8) 18 yaşındadır. Öğrencilerin 181'i (%47.5) ortaokul, 200'ü (%52.5) ise lise öğrenimine devam etmektedir.

Çalışma grubunda yer alan öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyi incelendiğinde 6'sının (%1.6) okur-yazar, 57'sinin (%15) ilkokul, 53'ünün (%13.9) ortaokul, 168'inin (%44.1) lise, 81'inin (%21.3) üniversite, 13'ünün (%3.4) yüksek lisans/doktora mezunu olduğu görülürken, 3 öğrencinin annesinin eğitim düzeyi hakkında bilgi edinilememiştir. Benzer şekilde, öğrencilerin babalarının eğitim düzeyi incelendiğinde 1'inin (%0.3) okur-yazar, 43'sinin (%11.3) ilkokul, 51'inin (%13.4) ortaokul, 177'sinin (%46.5) lise, 90'inin (%23.6) üniversite, 13'ünün (%3.4) yüksek lisans/doktora mezunu olduğu görülürken, 6 öğrencinin babasının eğitim düzeyi hakkında bilgi edinilememiştir. Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerden 114'ü (%29.9) annesinin tam gün bir işte çalıştığını, 44'ü (%11.5) annesinin yarım gün bir işte çalıştığını, 205'i (%53.8) annesinin çalışmadığını ve 18'i (%4.8) annesinin emekli olduğunu belirtmiştir. Son olarak, öğrencilerden 273'ü (%71.7) babasının tam gün bir işte çalıştığını, 43'ü (%11.3) babasının yarım gün bir işte çalıştığını, 20'si (%5.3) babasının çalışmadığını ve 45'i (%11.8) babasının emekli olduğunu belirtmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma amacı kapsamında veri toplamak amacıyla dört veri toplama aracı kullanılmıştır. Katılımcıların sosyodemografik bilgilerini edinmek için araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu”, olumsuz yaşam deneyimleri hakkında bilgi edinmek için “Olumsuz Yaşam Olayları Listesi” (Metin vd., 2017); içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri hakkında bilgi edinmek için “Güçler ve Güçlükler Anketi” (Güvenir vd., 2008) ve algılanan sosyal destek düzeyleri hakkında bilgi edinmek içinse “Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” (Yıldırım, 2004) kullanılarak araştırma verileri toplanmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu katılımcıların doğum tarihleri, kaçınıcı sınıfa devam ettikleri, cinsiyetleri, ebeveynlerinin eğitim düzeyi ve ebeveynlerinin çalışma durumlarına ait bilgilerin alınabilmesi amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış beş soruluk kısa bir

formdur. Bu sorulardan bir tanesi açık uçlu, dört tanesi ise kapalı uçlu sorulardan oluşmaktadır.

3.3.2. Olumsuz Yaşam Olayları Listesi (OYOL)

Olumsuz Yaşam Olayları Listesi (OYOL) Brve ve Johnson tarafından çocuk ve ergenlerin yaşam streslerini ölçmek amacıyla 1982 yılında Amerika’da geliştirilen kırk altı soruluk bir ölçüm aracıdır. Ölçekte, çocuk ve ergenlerin yakın zamanda deneyimlemiş olabileceği olumsuz ve olumlu yaşam olaylarını maddeler yer almaktadır. Ölçek herhangi bir alt boyut içermemekte ancak çocuk/ergenlerden söz konusu yaşam olaylarını “çoğunlukla iyi” ya da “çoğunlukla kötü” olmak üzere kategorize ederek bu deneyimlerin kendilerini ne kadar etkilediğini 1’den (hiç) 4’e (çok fazla) kadar derecelendirmesini beklemektedir. Ölçekten, çocuk/ergenin olumlu ve olumsuz olarak kategorize ettiği olaylara ait etki derecelerinin toplanmasıyla sırasıyla olumlu ve olumsuz yaşam olayları puanları elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan “184” ve en düşük puan “46” olmaktadır.

Ölçeğin geliştirilmesi yaşları 10 ila 17 arasında değişen 23’ü erkek ve 27’si kadın olmak üzere toplamda 50 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Test tekrar test yöntemi kullanılarak önce katılımcılara kontrol listesi verilmiş ve iki hafta sonra tekrar test edilmiştir. Olumlu ve olumsuz yaşam değişikliği puanları, arzu edilen ve istenmeyen olarak değerlendirilen olayların etki derecelerinin toplanmasıyla ve ayrıca her olaya bir ağırlık verilerek yaşanan olumlu ve olumsuz olayların sayılarının toplanmasıyla elde edilmiştir. Birinci ve ikinci testlerde elde edilen puanlar arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi amacıyla Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Analiz sonucunda test tekrar teste ait korelasyon katsayısı olumlu yaşam olayları için .71, olumsuz yaşam olayları içinse .66 bulunmuştur. Ölçek, toplam puanı ve olumlu ve olumsuz olaylar için ayrı ayrı kabul edilebilir geçerlilik ve test-tekrar test güvenilirliğine sahiptir (Goodman vd., 1998).

Ölçeğin, 1998 yılında Goodman vd. tarafından gözden geçirilmesiyle yirmi altı soruluk kısa formu oluşturulmuş olup bu çalışmada revize edilmiş formu kullanılmıştır. Kısa form, çocuk/ergenin kendisiyle, ailesiyle, ebeveyniyle veya arkadaşlarıyla ilgili deneyimlediği ya da şahit olduğu olumsuz yaşam olaylarını (örn. “bir suç veya kazaya şahit olma”, “anne-babanın eskisinden daha fazla tartışması”, “yakın arkadaştan uzaklaşma”) içermektedir.

OYOL kısa formu, Metin vd. (2017) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışmasında önce listede yer alan maddeler araştırmacılar tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Daha sonra hem Türkçe hem de İngilizce diline hâkim olan iki araştırmacının katkısıyla çeviri-geri çeviri işlemleri yapılmıştır. Çeviriler karşılaştırılarak aralarındaki farklılık ve tutarlılıkların değerlendirilmesiyle listeye nihai şekli verilmiştir. Liste, soru maddelerinin katılımcılar tarafından anlaşılır olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yirmi kişilik bir öğrenci grubuna uygulanmasının ardından toplamda 358 öğrenciden oluşan örneklem grubuna uygulanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .76 olarak hesaplanmıştır. Buna göre, kısaltılmış Olumsuz Yaşam Olayları listesi kabul edilebilir iç tutarlılık düzeyine sahip olmaktadır.

Ölçeğin, yürütülen araştırmanın amacına göre birden farklı şekilde puanlanabileceği belirtilmektedir (Goodman vd., 1998). Metin vd. (2017) tarafından yürütülen uyarlama çalışmasında, katılımcılardan olayları ‘olumlu’ veya ‘olumsuz’ olarak değerlendirmeleri beklenmemiş; katılımcıların yanlış hatırlama ihtimalini azaltmak amacıyla son bir yıl içerisinde deneyimledikleri değil, ölçeğin doldurulduğu zamana kadar deneyimledikleri yaşam olaylarını belirtmeleri istenmiş ve yalnızca biraz (1), çok (2), çok fazla (3) etkilendiklerini belirttikleri yaşam olaylarına ait derecelendirmeleri toplanarak ‘etkilenilen olumsuz yaşam olayı’ puanları elde edilmiştir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan “78”, en düşük puansa “0” olmaktadır. Ölçekten yüksek puan alınması, deneyimlenen olumsuz yaşam olaylarının kişideki etkisinin daha fazla olduğunu ifade etmektedir.

Araştırma kapsamında ilgili ölçeğe ait güvenilirliğin belirlenmesi amacıyla Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. Bu doğrultuda, ölçek toplamına ait Cronbach alfa katsayısı .70 bulunarak ölçeğin kabul edilebilir güvenilirlik düzeyinde olduğu görülmüştür.

3.3.3. Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA)

Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA) Goodman (1997) tarafından çocukların ve ergenlerin davranışsal ve duygusal problemlerini tanımlamak amacıyla İngiltere’de geliştirilmiş kısa bir tarama anketidir. Anketin üç farklı şekilde uygulaması mevcuttur. Bunlar; 4 ile 16 yaş aralığındaki çocukların davranışsal ve duygusal problemlerine yönelik ebeveynlerinin geri bildirimlerini içeren ebeveyn formu, 4 ile 16 yaş aralığındaki çocukların davranışsal ve duygusal problemlerine yönelik

öğretmenlerinin geri bildirimlerini içeren okul formu ve 11 ile 16 yaş aralığındaki ergenlerin davranışsal ve duygusal problemlerine yönelik öz bildirimlerine dayalı ergen formunu içermektedir. Ebeveyn ve okul formunda cümleler üçüncü şahısla, ergen formundaysa tekil şahısla kurulmuştur. GGA, toplamda 5 alt boyutu içeren 25 sorudan oluşmaktadır. Alt boyutlar sırasıyla “Dikkat Eksikliği ve Aşırı Hareketlilik (2, 10, 15, 21 ve 25. maddeler)”, “Davranış Sorunları (5, 7, 12, 18 ve 22. maddeler)”, “Duygusal Sorunlar (3, 8, 13, 16 ve 24. maddeler)”, “Akran Sorunları (6, 11, 14, 19 ve 23. maddeler)” ve “Sosyal Davranışlar (1, 4, 9, 17 ve 20. maddeler)” olarak ifade edilmektedir. Ölçekteki maddeler, 3'lü Likert tipi ölçek üzerinden “0 = Doğru Değil”, “1 = Kısmen Doğru” ve “2 = Kesinlikle Doğru” olacak şekilde cevaplandırılmaktadır. Ölçekteki 7., 11., 14., 21. ve 25. maddeler ters olarak kodlanmış olup puanlamaları “2 = Doğru değil”, “1 = Kısmen doğru”, “0 = Kesinlikle doğru” olacak şekilde yapılmaktadır. GGA’da yer alan her bir alt boyutun ayrı ayrı puanlaması yapılabileceği gibi, tüm alt boyutlardan alınan puanların toplanmasıyla “Toplam Güçlük Puanı” da hesaplanabilmektedir. Toplam güçlük puanı 0-13 puan aralığında olması normal, 14-16 puan aralığında olması sınırda ve 17-40 aralığında olması ise anormal olarak değerlendirilmektedir.

Ölçeğin geliştirilme çalışması, yaşları 4 ile 16 aralığında değişen toplamda 403 çocuk ve onların ebeveyn ve öğretmenleriyle gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara GGA, hali hazırda alanda kullanılan geçerlilik ve güvenirliliği kanıtlanmış bir ölçek ile birlikte verilerek ölçekler arasındaki korelasyona bakılmıştır. Ölçeğin tüm formlarında (ebeveyn, öğretmen, ergen) toplam güçlük puanına ait Cronbach Alpha katsayısı .80 ve üstü bulunmuştur. Alt boyutlarından dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik güvenirlik katsayısı .67 ve üstü, davranış sorunlarının güvenirlik katsayısı .60 ve üstü, duygusal sorunlar güvenirlik katsayısı .66 ve üstü, akran sorunları güvenirlik katsayısı .41 ve üstü ve sosyal davranışlar güvenirlik katsayısı .65 ve üstü olarak hesaplanmıştır.

GGA’nın Türkçe’ye uyarlama çalışması Güvenir vd. (2008) tarafından yapılmıştır. Uyarlama çalışması sonucunda, ölçeğin iç tutarlılık değerlerinin 0.84 – 0.22 aralığında değişmekte olduğu bulunmuştur. Anketin ebeveyn (anne-baba) formu için alt boyutlardan (dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, davranışsal sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları ve sosyal davranışlar) elde edilen puanların toplamıyla oluşan

toplam güçlük puanına ait iç tutarlılık değeri 0.84; ergen formu için alt boyutlardan (dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, davranışsal sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları ve sosyal davranışlar) elde edilen puanların toplamıyla oluşan toplam güçlük puanına ait iç tutarlılık değeri ise 0.73 olarak hesaplanmıştır. Yapılan analizler, ölçeğin güvenilirlik ve geçerlilik ölçütlerini karşılayan bir ölçme aracı olduğunu işaret etmektedir.

Araştırma kapsamında ilgili ölçeğe ait güvenilirliğin belirlenmesi amacıyla Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. Bu doğrultuda, Güçler ve Güçlükler ölçeğine ait toplam iç tutarlılık katsayısı .62; alt boyutlarından dikkat eksikliği/aşırı hareketliliğe ait iç tutarlılık katsayısı .56, davranışsal sorunları ait iç tutarlılık katsayısı .40, duygusal sorunlar ait iç tutarlılık katsayısı .64, akran sorunları ait iç tutarlılık katsayısı .28 ve sosyal davranışlara ait iç tutarlılık katsayısıysa .68 şeklinde bulunmuştur.

3.3.4. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ-R)

Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ) Yıldırım (1997) tarafından, aile, akrabalar, arkadaşlar ve öğretmenler olmak üzere ergene çevresi tarafından sağlanan psikolojik ve sosyal destek düzeyinin ölçülmesi amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, 2004 yılında Yıldırım tarafından gözden geçirilmiştir. Yürütülen çalışmada aynı ölçeğin revize edilmiş formu kullanılmıştır. ASDÖ-R, Aile Desteği (AİD) (1. – 20. maddeler), Arkadaş Desteği (ARD) (21. – 33. maddeler) ve Öğretmen Desteği (ÖĞD) (34. – 50. maddeler) olmak üzere toplam üç alt boyuttan ve 50 sorudan oluşmaktadır. AİD, çocuğa duyulan samimi güven, anlayış, yanlış davranışlarının nazikçe düzeltilmesi, olumlu yanlarının vurgulanması, başarı ve kazanımlarının takdir görmesi gibi ailenin sağladığı desteği; ARD, haksızlık karşısında kişinin arkadaşları tarafından içten bir şekilde desteklenmesi, derslerle ilgili içerikleri edinebilmesi, kırgınlıkları olduğunda arkadaşlarınca sakinleştirilmesi gibi arkadaşların sağladığı desteği; ÖĞD ise, çocuğun hataları karşısında kibarca doğruların gösterilmesi, güçlü taraflarının vurgulanması, derslerinde zorlandığı konuların samimi bir şekilde cevaplanması, çocuğa karşı adil yaklaşılması gibi öğretmenin sağladığı desteği ifade etmektedir. Maddeler, “1 = Bana uygun değil”, “2 = Kısmen uygun”, “3 = Bana uygun” olmak üzere 3’lü Likert tipi ölçek üzerinden derecelendirilmektedir. Ölçekte 17. 29. ve 44. maddeler ters puanlanmaktadır. Tüm alt boyutlardan elde edilen puanlar toplanarak toplam algılanan

sosyal destek puanı elde edilebileceği gibi her bir alt boyuta ait ayrı ayrı puanlama da yapılabilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan “150”; en düşük puansa “50” olmaktadır. Ölçekten alınan puanların yükselmesi algılanan sosyal destek düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Ölçek geliştirme çalışması, yaşları 14 ile 17 arasında değişen, 315’i kız ve 345’i erkek olmak üzere 660 öğrenci ile yürütülmüştür. Çalışmada yer alan öğrencilerden 136’sı (% 20,6) 8. Sınıfa, 130 (%19,6’sı) 9. sınıfa, 168’i (% 25,4’ü) 10. sınıfa, 226’sı (%34,2’si) 11. sınıfa devam etmektedir. Temel bileşenler analizi kullanılarak yapı geçerliğine bakılan ölçeğe ait analiz sonuçları, ASDÖ-R’nin aile alt boyutunun üç faktörlü (sosyal ilgi ve duygusal destek; bilgi verme ve tavsiye desteği, takdir desteği); arkadaş alt boyutunun tek faktörlü ve öğretmen alt boyutununsa iki faktörlü (duygusal destek; bilgi verme ve takdir desteği) olduğunu işaret etmektedir. Ayrıca, ASDÖ-R’nin toplam ve alt boyutlarından elde edilen ölçek puanları ile Beck Depresyon Ölçeği (BDI) ve Gündelik Sıkıntılar Ölçeği (GSÖ)’nden elde edilen puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler ortaya koyulmuştur. ASDÖ-R’nin güvenirlik çalışmasında iki farklı yol kullanıldığı görülmektedir: İlk yol, ASDÖ-R’nin tümünü ve alt boyutlarını içeren iç tutarlılık katsayılarının bulunmasını içermektedir. İkinci yolsa, ASDÖ-R’nin tümünü ve alt boyutlarını kapsayan test-tekrar test ölçümlerine ilişkin güvenirlik katsayılarının hesaplanmasını içermektedir.

Ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı .93, aile desteği alt faktörü için .94, arkadaş desteği alt faktörü için .91 ve öğretmen desteği için ise .93 bulunmuştur. Yapılan analizler ölçeğin güvenilir ve geçerli bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir.

Araştırma kapsamında ilgili ölçeğe ait güvenilirliğin belirlenmesi amacıyla Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. Bu doğrultuda, Algılanan Sosyal Destek ölçeğine ait toplam iç tutarlılık katsayısı .93; alt boyutlarından aile desteği alt boyutu için .93, arkadaş desteği alt boyutu için .88 ve öğretmen desteği alt boyutu için ise .93 bulunarak hesaplanan değerlerin orijinal ölçeğin güvenirlik katsayısıyla benzer olduğu görülmüştür.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmada katılımcılara sırasıyla Kişisel Bilgi Formu, Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA), Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ-R) ve Olumsuz Yaşam Olayları Listesi (OYOL) uygulanmıştır. Ölçekler uygulanmadan önce ölçeklerin

uyarlamasını ya da geliştirmesini yapan araştırmacılarla e-posta yoluyla iletişime geçilerek gerekli izinler alınmıştır. Daha sonra, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Etik Komisyonundan (E-11054618-302.08.01-171533 sayılı, 23.01.2023 tarihli) ve Milli Eğitim Bakanlığından (E-14588481-605.99-74371314 sayılı, 13.04.2023 tarihli) araştırmada kullanılacak ölçeklerin katılımcılar üzerinde uygulanabilmesi amacıyla gerekli izinler alınarak veri toplama sürecine başlanmıştır. 2022-2023 eğitim ğretim dönemi içerisinde yaklaşık 6 aylık bir süre içerisinde veriler toplanmıştır. Katılımcılar tarafından ölçek yanıtlamasına geçilmeden önce araştırmanın amacı, konusu, katılımcılardan beklenenler ve etik ilkelerle ilgili gerekli bilgiler hem sözel hem de yazılı olarak (Gönüllü Katılım Formu) aktarılmıştır. Katılımcılardan araştırmaya gönüllü katılımlarını içeren yazılı onamları alındıktan sonra Kişisel Bilgi Formu, Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA), Algılanan Sosyal Destek leği (ASDÖ-R) ve Olumsuz Yaşam Olayları Listesi (OYOL) lekleri katılımcılara dağıtılmıştır. Katılımcılara yöneltilen tüm sorular ve ölçekler aynı sırayla verilmiş ve uygulama yaklaşık olarak 30-40 dakika sürmüştür. Her iki okulda da öğrenim gören öğrencilere ölçekler sınıf ortamında ve ders saatleri içerisinde uygulanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmaya katılan bireylerden elde edilen verilerin analizi için IBM SPSS 23 ve PROCESS MACRO SPSS v4.2 eklentisi (Hayes, 2022) programı kullanılmıştır. Bu kapsamda, katılımcılardan elde edilen veriler bilgisayar ortamında önce Excel’e aktarılmış, ardından SPSS programına kodlanmıştır. Eksik ya da hatalı kodlama yapılan ölçeklere ait kontrolün ardından kayıp veri ve uç değerlere ait istatistiksel analizlerin yapılması amacıyla ölçek toplam puanlarının z standart puanı hesaplanmıştır. Buna göre, z standard puanı -3.29 ile +3.29 aralığının dışında kalan uç değerler (Tabachnick ve Fidell, 2013) belirlenerek 24 veri analizlere dahil edilmemiştir. Araştırmada yer alan “Ergenlerin olumsuz yaşam olayları leğinden elde ettikleri puan ortalamaları; cinsiyetlerine, yaşlarına, ebeveynlerinin eğitim düzeyine ve ebeveynlerinin çalışıp çalışmadığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?”, “Ergenlerin deneyimlediği olumsuz yaşam olayları, ielleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler var mıdır?” ve “Ergenlerin deneyimlediği olumsuz yaşam olayları ile ielleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasında bir

ilişki varsa; bu ilişkide algılanan sosyal destek düzeyinin düzenleyici rolü var mıdır?” alt problemlerine ait analizlere başlanmadan önce normallik varsayımının test edilmesi amacıyla tüm ölçeklerden ve alt boyutlarından elde edilen puanların çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Normallik varsayımının karşılanabilmesi için puanların -1.5 ile +1.5 arasında dağılım göstermesi gerekmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Yapılan analiz sonucunda tüm puanlara ait çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 puan aralığında olduğu görülmüştür. Böylelikle, normallik varsayımı yerine getirilmiştir. Analizlere ait sonuçlar Tablo 3.2.’de verilmiştir.

Boyutlar	En Küçük Değer	En Büyük Değer	X	SS	Çarpıklık Değeri	Basıklık Değeri
Olumsuz Yaşam Deneyimleri	0	34	8.44	7.88	1.16	.75
İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri	10	36	20.51	5.02	.31	-.04
Dikkat Eksikliği ve Aşırı Hareketlilik	1	10	5.69	1.63	.06	-.11
Davranış Sorunları	0	9	4.85	1.56	-.02	-.34
Duygusal Sorunlar	0	9	2.87	1.81	.56	.20
Akran Sorunları	0	10	4.22	1.49	.44	.66
Sosyal Davranışlar	0	8	2.86	1.58	.65	.55
Algılanan Sosyal Destek	75	150	121.77	16.69	-.435	-.602
Aile	23	60	51.09	8.65	-1.21	.93
Arkadaş	14	39	32.52	5.21	-1.25	1.17
Öğretmen	17	51	38.15	8.79	-.58	-.37

Tablo 3.2. Olumsuz yaşam olayları listesi, güçler ve güçlükler anketi ve algılanan sosyal destek ölçeğine ilişkin betimsel istatistikler

OYOL’dan elde edilen puanların ortalaması 8.44, standart sapmasıysa 7.88’dir. GGA’dan elde edilen puanların ortalaması 20.51, standart sapması 1.16; alt boyutlarından Dikkat Eksikliği ve Aşırı Hareketlilik boyutundan elde edilen puanların ortalaması 5.69, standart sapması 1.63; Davranış Sorunları boyutundan elde edilen puanların ortalaması 4.85, standart sapması 1.56; Duygusal Sorunlar boyutundan elde edilen puanların ortalaması 2.87, standart sapması 1.81; Akran Sorunları boyutundan elde edilen puanların ortalaması 4.22, standart sapması 1.49; Sosyal Davranışlar boyutundan elde edilen puanların ortalaması 2.86, standart sapması 1.58 olmaktadır. ASDÖ-R’den elde edilen puanların ortalaması 121.77, standart sapması 16.69; alt boyutlarından Aile boyutundan elde edilen puanların ortalaması 51.09, standart

sapması 8.65; Arkadaş boyutundan elde edilen puanların ortalaması 32.52, standart sapması 5.21; Öğretmen boyutundan elde edilen puanların ortalaması 38.15, standart sapması 8.79 olmaktadır. Buna göre, araştırmadaki verilerin her grup için homojen dağılım gösterdiği söylenebilir. Sonuçlar istatistiksel analizlerin parametrik yöntemler kullanılarak yapılabileceğini göstermektedir.

Araştırmadaki ölçeklere ve alt boyutlarına ait normallik varsayımı test edildikten sonra varyansların homojenliği Levene F testi kullanılarak incelenmiştir. Levene F testi sonuçlarına göre araştırmada yer alan sosyodemografik değişkenlerden; cinsiyet ve babanın eğitim düzeyinin her bir gruba homojen olacak şekilde dağılırken, yaş, annenin eğitim düzeyi, annenin/babanın çalışıp çalışmadığına ait verilerin gruplar arasında homojen olacak şekilde dağılım göstermediği görülmüştür. Bu doğrultuda, araştırmada kullanılacak analizlerde hem parametrik hem de parametrik olmayan yöntemlere yer verilmiştir. İstatistiksel analizler anlamlılık düzeyi .05 temel alınarak yürütülmüştür. Ergenlerin cinsiyet, yaş ve ebeveynlerinin çalışma durumuna göre olumsuz yaşam deneyimlerine ait puan ortalamalarının değişip değişmediğine ait analizlerde bağımsız gruplar t testi; ebeveynin eğitim düzeyine göre olumsuz yaşam deneyimlerine ait puan ortalamalarının karşılaştırılmasında ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Kruskal Wallis-H testleri kullanılmıştır. Son olarak, algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkideki düzenleyici rolünün belirlenmesi Hayes Düzenleyici Değişken Analizi (Hayes, 2022) kullanılarak sağlanmıştır.



4. BULGULAR

Bu bölümde, ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkileri içeren bulgulara araştırmanın alt problemlerindeki sırayla yer verilmiştir.

4.1. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular

Bu araştırmada, ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin ve olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin düzenleyici rolü olup olmadığı incelenmiştir. Ayrıca, araştırmada yer alan değişkenler ile öğrencinin yaşı, cinsiyeti, bulunduğu öğretim düzeyi, ebeveynlerinin eğitim düzeyi ve çalışıp çalışmadığı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunup bulunmadığına bakılmıştır.

4.1.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular

Araştırmada yer alan “Öğrencilerin olumsuz yaşam deneyimleri cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmamak mıdır?” alt problemi bağımsız gruplar t testi analiziyle incelenmiş ve analize ilişkin sonuçlar Tablo 4.1.’de sunulmuştur.

Bağımsız Değişken	N	X	SS	t	SD	p
Kadın	200	9.36	7.18	-2.4	377	.01**
Erkek	181	7.42	8.38			

** $p < .01$

Tablo 4.1. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puan ortalamalarının cinsiyete göre bağımsız gruplar t testi sonuçları

Tablo 4.1. incelendiğinde, kadın öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamalarının ($X=9.36$, $SS=7.18$) erkek öğrencilere ($X=7.42$, $SS=8.38$) kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna göre öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettiği puan ortalamaları cinsiyetlere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t(377) = -2.42$, $p < .01$). Bu bulgular ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam deneyimlerinin cinsiyete göre farklılaştığını ortaya koymaktadır.

4.1.2. Yaş Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular

Araştırmanın “Ergenlerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamaların yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” alt problemine ilişkin veriler bağımsız gruplarda t testi kullanılarak analiz edilmiştir. Öğrencilerin yaş değişkeni kişisel bilgi formunda doğum tarihleri üzerinden alınmış olup buna göre sekiz farklı kategoriye ayrılmıştır. Ancak, yaş kategorisinde yer alan bazı değişkenlerin frekansının 30’dan az olması nedeniyle kategoriler birleştirilerek erken ergenlik dönemi (11 – 14 yaş) ve orta ergenlik dönemi (15 – 18 yaş) olmak üzere iki farklı kategori oluşturulmuştur (Steinberg, 2017). Ergenlik dönemindeki öğrencilerinin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puanlar öğrencilerin yaşları göz önüne alınarak incelenmiş ve bağımsız gruplar t testi analizinden elde edilen sonuçlar Tablo 4.2.’de sunulmuştur.

Bağımsız Değişken	N	X	SS	t	SD	p
Erken Ergenlik Dönemi	181	8.58	8.23	.408	379	.68
Orta Ergenlik Dönemi	200	8.25	7.55			

$p > .05$

Tablo 4.2. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların yaşlara göre bağımsız gruplar t testi sonuçları

Tablo 4.2. incelendiğinde, erken ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamalarının ($X=8.58$, $SS=8.23$) orta ergenlik dönemindekilere ($X=8.25$, $SS=7.55$) kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığıyla ilgili yapılan analiz sonuçları yaş değişkenine göre olumsuz yaşam deneyimlerinin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ($t(379)=.408$, $p>.05$). Bu bulgulara göre, ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri yaş değişkenine göre farklılık göstermemektedir.

4.1.3. Annenin Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular

Araştırmanın “Ergenlerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamaların annelerinin eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” alt problemine ilişkin veriler non-parametrik test yöntemlerinden Kruskal Wallis-H yöntemi kullanılarak test edilmiştir. Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyi kişisel bilgi formunda altı kategoriye ayrılmıştır. Ancak, annenin eğitim düzeyi kategorisindeki bazı değişkenlerin frekansının 30’dan az olması nedeniyle kategoriler birleştirilerek ilkokul, ortaokul, lise ve üniversite ve üstü olmak üzere dört farklı kategori oluşturulmuştur. Ergenlik dönemindeki öğrencilerinin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puanlar öğrencilerin annelerinin eğitim seviyeleri göz önüne alınarak incelenmiş ve elde edilen puan ortalamaları, standart sapmaları ve n değerlerine ait betimsel istatistikler Tablo 4.3.’te sunulmuştur.

Bağımsız Değişken		N	X	SS
Annenin Eğitim Düzeyi	İlkokul	63	7.57	7.59
	Ortaokul	53	10.50	9.84
	Lise	168	7.78	7.14
	Üniversite ve üstü	97	8.87	7.94

Tablo 4.3. Olumsuz yaşam olayları ölçeğinden elde edilen puanların annenin eğitim düzeyine göre ortalama ve standart sapma değerleri

Tablo 4.3.’e göre, ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamaları (onların) annelerinin eğitim durumu ilkokul ($X=7.57$, $SS=7.59$), ortaokul ($X=10.50$, $SS=9.84$), lise ($X=7.78$, $SS=7.14$) ve üniversite ve üstü ($X=8.87$, $SS=7.94$) olmak üzere birbirinden farklılaşmaktadır. Gruplar arasında gözlenen bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olup olmadığı Kruskal Wallis-H testi kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuca ait bilgiler Tablo 4.4. üzerinden sunulmuştur.

Bağımsız Değişken	N	Sıra Ort.	X ²	p
İlkokul	63	176.52	3.787	.285
Ortaokul	53	208.63		
Lise	168	185.02		
Üniversite ve üstü	97	201.13		
$p > .05$				

Tablo 4.4. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların annenin eğitim düzeyine göre kruskal wallis-h sonuçları

Yapılan analiz sonucunda ergenlik dönemindeki öğrencilerin annelerinin eğitim durumuna göre olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($p > .05$).

4.1.4. Babanın Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular

Araştırmanın “Ergenlerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamalarının babalarının eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” alt problemine ilişkin veriler tek yönlü varyans (ANOVA) yöntemi kullanılarak test edilmiştir. Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyi kişisel bilgi formunda altı kategoriye ayrılmıştır. Ancak, babanın eğitim düzeyi kategorisindeki bazı değişkenlerin frekansının 30’dan az olması nedeniyle kategoriler birleştirilerek ilkokul, ortaokul, lise ve üniversite ve üstü olmak üzere dört farklı kategori oluşturulmuştur. Ergenlik dönemindeki öğrencilerinin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puanlar öğrencilerin babalarının eğitim seviyeleri göz önüne alınarak incelenmiş ve elde edilen puan ortalamaları, standart sapmaları ve n değerlerine ait betimsel istatistikler Tablo 4.5.’te sunulmuştur.

Bağımsız Değişken		N	X	SS
Babanın Eğitim Düzeyi	İlkokul	44	8.90	7.61
	Ortaokul	51	8.07	8.66
	Lise	177	7.85	7.64
	Üniversite ve üstü	109	9.24	7.98

Tablo 4.5. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların babanın eğitim düzeyine göre ortalama ve standart sapma değerleri

Tablo 4.5.'e göre, ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamaları (onların) babalarının eğitim durumu ilkököl (X= 8.90, SS=7.61), ortaokul (X=8.07, SS=8.66), lise (X=7.85, SS=7.64) ve üniversite ve üstü (X=9.24, SS=7.98) olmak üzere birbirinden farklılaşmaktadır. Gruplar arasında gözlenen bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığı tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuca ait bilgiler Tablo 4.6. üzerinden sunulmuştur.

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	146.839	3	48.946	.788	.501
Gruplar içi	23415.103	377	62.109		
Toplam	23561.942	380			

$p > .05$

Tablo 4.6. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların babanın eğitim düzeyine göre tek yönlü varyans analizi (anova) sonuçları

Yapılan analiz sonucunda ergenlik dönemindeki öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamaları arasında ($F(3,380)=.788$, $p=.501$) istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı gözlenmiştir ($p > .05$).

4.1.5. Annenin Çalışıp Çalışmadığı Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz

Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular

Araştırmanın “Ergenlerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamaların annelerinin çalışıp çalışmadığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” alt problemine ilişkin veriler bağımsız gruplarda t testi analizi kullanılarak test edilmiştir. Öğrencilerin annelerinin çalışıp çalışmadığı kişisel bilgi formunda dört kategoriye ayrılmıştır. Ancak, annenin çalışma durumu kategorisindeki bazı değişkenlerin frekansının 30’dan az olması nedeniyle kategoriler çalışıyor ve çalışmıyor olmak üzere iki farklı kategori oluşturulmuştur. Ergenlik dönemindeki öğrencilerinin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puanlar öğrencilerin annelerinin çalışıp çalışmama durumu göz önüne alınarak incelenmiş ve elde edilen bağımsız gruplar t testi analizinden elde edilen sonuçlar Tablo 4.7.’de sunulmuştur.

Bağımsız Değişken	N	X	SS	t	SD	p
Çalışıyor	158	9.02	7.96	1.292	379	.197
Çalışmıyor	223	7.96	7.79			

$p > .05$

Tablo 4.7. Olumsuz yaşam olayları listesinden elde edilen puanların annenin çalışma durumu değişkenine göre bağımsız gruplar t testi sonuçları

Tablo 4.7. incelendiğinde, öğrencilerden annesi çalışanların olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamalarının ($X=9.02$, $SS=7.96$) annesi çalışmayanlara ($X=7.96$, $SS=7.79$) kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığıyla ilgili yapılan analiz sonuçları annenin çalışma durumu değişkenine göre olumsuz yaşam deneyimlerinin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ($t(379)=1.292$, $p>.05$). Bu bulgulara göre, ergenlerin olumsuz yaşam deneyimlerinin annelerinin çalışıp çalışmadığına göre farklılık göstermemektedir.

4.1.6. Babanın Çalışıp Çalışmadığı Değişkenine Göre Ergenlerin Olumsuz

Yaşam Deneyimlerine İlişkin Bulgular

Araştırmanın “Ergenlerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puan ortalamaların babalarının çalışıp çalışmadığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” alt problemine ilişkin veriler bağımsız gruplarda t testi analizi kullanılarak test edilmiştir. Öğrencilerin babalarının çalışıp çalışmadığı kişisel bilgi formunda dört kategoriye ayrılmıştır. Ancak, babanın çalışma durumu kategorisindeki bazı değişkenlerin frekansının 30’dan az olması nedeniyle kategoriler çalışıyor ve çalışmıyor olmak üzere iki farklı kategori oluşturulmuştur. Ergenlik dönemindeki öğrencilerinin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettikleri puanlar öğrencilerin babalarının çalışıp çalışmama durumu göz önüne alınarak incelenmiş ve elde edilen bağımsız gruplar t testi analizinden elde edilen sonuçlar Tablo 4.8.’de sunulmuştur.

Bağımsız Değişken	N	X	SS	t	SD	p
Çalışıyor	273	8.52	8.07	.446	379	.656
Çalışmıyor	108	8.12	7.38			

$p > .05$

Tablo 4.8. Olumsuz yaşam olayları ölçeğinden elde edilen puanların babanın çalışma durumu değişkenine göre bağımsız gruplar t testi sonuçları

Tablo 4.8. incelendiğinde, öğrencilerden babası çalışanların olumsuz yaşam olayları ölçeğinden elde ettikleri puan ortalamalarının ($X=8.52$, $SS=8.07$) babası çalışmayanlara ($X=8.12$, $SS=7.38$) kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığıyla ilgili yapılan analiz sonuçları babanın çalışma durumu değişkenine göre olumsuz yaşam deneyimlerinin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir ($t(379)=.446$ $p>.05$). Bu bulgulara göre, ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri babalarının çalışıp çalışmadığına göre farklılık göstermemektedir.

4.2. Olumsuz Yaşam Deneyimleri, İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Ergenlik dönemindeki öğrencilerin deneyimlediği olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve tüm alt boyutları ve algılanan sosyal destek düzeyleri ve tüm alt boyutları arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon analiziyle incelenmiştir. Analize ait sonuçlara Tablo 4.9.'da yer verilmiştir.

Ölçekler ve Alt Boyutları	1	2	3	4	5	6	7	8	9
İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri									
1. Dikkat Eksikliği ve Aşırı Hareketlilik	1								
2. Davranış Sorunları	.30**	1							
3. Duygusal Sorunlar	.31**	.17**	1						
4. Akran Sorunları	.01	.18**	.27**	1					
5. Sosyal Davranışlar	-.14**	-.32**	-.04	-.22**	1				
Algılanan Sosyal Destek									
6. Aile	-.15**	-.21**	-.29**	-.12*	.16**	1			
7. Arkadaşlar	-.04	-.06	-.08	-.14**	.10*	.36**	1		
8. Öğretmen	-.24**	-.16**	-.12*	-.08	.27**	.38**	.29**	1	
9. Olumsuz Yaşam Deneyimleri	.17**	.18**	.37**	.17**	-.01	-.30**	-.13*	-.11*	1

* $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 4.9. Olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri, algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilere ait pearson korelasyon analizi sonuçları

Tablo 4.9. incelendiğinde, olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin sosyal davranışlar alt boyutu dışındaki tüm alt boyutları (dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur. Bunlar arasından, dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik ($r = .17, p < .01$), davranış sorunları ($r = .18, p < .01$), duygusal sorunlar ($r = .37, p < .01$) ve akran sorunları ($r = .17, p < .01$) ile arasında pozitif yönlü ve zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir. Bununla birlikte, olumsuz yaşam deneyimleri ile algılanan sosyal desteğin tüm alt boyutları (aile, arkadaş, öğretmen) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur. Bunlar arasından, aile ($r = -.30, p < .01$), arkadaşlar ($r = -.13, p < .05$) ve öğretmen ($r = -.11, p < .05$) ile arasında negatif yönlü ve zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir.

Algılanan sosyal desteğin aile alt boyutunun içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin tüm alt boyutları (dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları, sosyal davranışlar) ile arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur. Bunlar arasından, dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik ($r = -.15, p < .01$), davranış sorunları ($r = -.21, p < .01$), duygusal sorunlar ($r = -.29, p < .01$), akran sorunları ($r = -.12, p < .01$) ile arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde; sosyal davranışlar ($r = .16, p < .01$) ile arasındaysa pozitif yönlü ve düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir. Ayrıca, algılanan sosyal desteğin arkadaş alt boyutunun içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları ve duygusal sorunlar alt boyutları dışındaki alt boyutları (akran sorunları, sosyal davranışlar) ile arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur. Akran sorunları ($r = -.14, p < .01$) ile arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde; sosyal davranışlar ($r = .10, p < .05$) ile arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir. Son olarak, algılanan sosyal desteğin öğretmen alt boyutunun içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin akran sorunları alt boyutu dışındaki tüm alt boyutları (dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları, duygusal sorunlar, sosyal davranışlar) ile arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur. Bunlar arasından, dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik ($r = -.24, p < .01$), davranış sorunları (r

= -.16, $p < .01$) ve duygusal sorunlar ($r = -.12$, $p < .01$) ile arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde; sosyal davranışlar ($r = .27$, $p < .01$) ile arasında ise pozitif yönlü ve düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir.

4.3. Algılanan Sosyal Desteğin Olumsuz Yaşam Deneyimleri ile İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri Arasındaki İlişkideki Düzenleyiciliğine İlişkin Bulgular

Araştırmanın “Ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin düzenleyici rolü var mıdır?” alt problemi Hayes Düzenleyici Değişken Analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Analize başlanılmadan önce regresyon analizinin uygulanabilmesi için gerekli varsayımların karşılanıp karşılanmadığı kontrol edilmiştir. Bu amaçla çok yönlü uç değişken kontrolü için Mahalanobis uzaklık değerlerinin hesaplaması yapılmıştır. Mahalanobis uzaklık değerinin $p < .0001$ koşulunu sağladığı durumlar uç değer olarak kabul edilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Analiz sonucunda araştırmada yer alan verilerde $p < .0001$ uzaklık değeri görülmemiştir. Bunun yanı sıra, regresyon analizinin koşullarından bir diğeri olan bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayısının .80 veya daha düşük olması gerekliliği (Aron vd., 2013) Pearson korelasyon analizi yapılarak test edilmiştir. Sonuca ilişkin bilgiler Tablo 4.10.’da gösterilmiştir.

Değişkenler	1	2	3
OYOL	1		
GGA	.40**	1	
ASDÖ-R	-.20**	-.10*	1

OYOL: Olumsuz Yaşam Olayları Listesi, GGA: Güçler ve Güçlükler Anketi, ASDÖ-R: Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

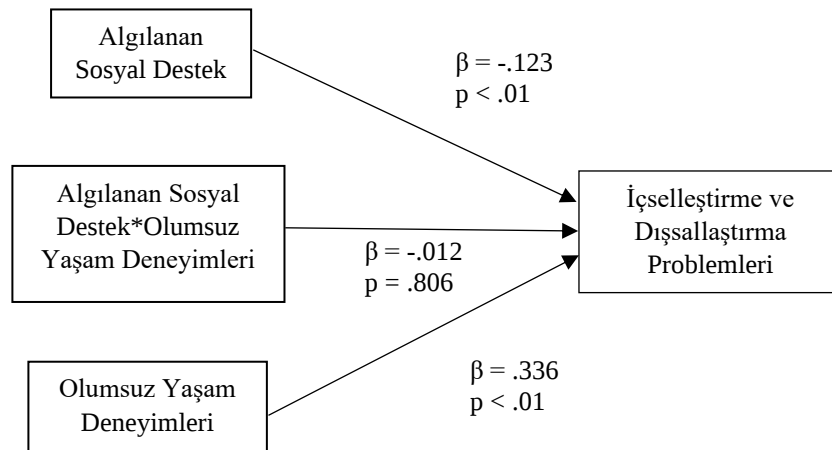
* $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 4.10. Olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri, algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilere ait pearson korelasyon analizi sonuçları

Tablo 4.10. incelendiğinde, olumsuz yaşam deneyimlerinin içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ile arasında pozitif yönlü ve zayıf düzeyde ($r = .40$, $p < .01$), algılanan sosyal destek ($r = -.20$, $p < .01$) ile arasında ise negatif yönlü ve zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur. Bununla birlikte, algılanan sosyal destek ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ($r = -$

.10, $p < .05$) arasında negatif yönlü ve zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunduğu görülmüştür. Tablo 4.10'daki analiz sonuçları incelendiğinde bahsi geçen veriler arasındaki korelasyon katsayısının .80 değerinden küçük olmasıyla varsayım karşılanmıştır.

Çoklu bağlantılılık varsayımının karşılanıp karşılanmadığını test etmek amacıyla varyans şişirme değerleri (VIF) ve tolerans değerleri ile koşul indeksine bakılmıştır. Tolerans değerinin 10'dan küçük, VIF değerinin 10'dan büyük ve koşul indeksinin 30'dan küçük olması durumunda çoklu bağlantılılık sorunun açığa çıktığı bilinmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013; Topal vd., 2010). Buna yönelik yapılan analiz sonucunda, araştırma değişkenlerinin çoklu bağlantılılık koşulunu sağladığı ortaya koyulmuştur. Hataların bağımsızlığına ilişkin varsayım ilgili Durbin-Watson katsayısının 1.5 – 2.5 değerleri arasında bulunması koşulunun karşılanmasını gerektirmektedir (Büyüköztürk, 2020; Tabachnick ve Fidell, 2013). Konu edilen varsayımın karşılanıp karşılanmadığıyla ilgili olarak yapılan analizin sonucunda Durbin-Watson katsayısı 2.017 olarak hesaplanmıştır. Bu nedenle, hataların bağımsızlığı ön koşulu karşılanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, veri setinin regresyon analizinin uygulanabilmesi için gereken varsayımları karşıladığı görülerek olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin düzenleyici rolü olup olmadığını belirlemek amacıyla Hayes Düzenleyici Değişken analizi yapılmıştır. Sonuca ait bilgilere Şekil 4.1. ve Tablo 4.11.'de yer verilmiştir.



Şekil 4.1. Algılanan sosyal desteğin düzenleyicilik rolü modeli

	β	SH	t	p	EDGA %95	EYGA%95
Sabit	.001	.049	.017	.986	-.096	.098
OYOL	.336	.052	6.512	.000	.235	.438
ASDÖ	-.123	.049	-2.483	.013	-.220	-.026
OYOL* ASDÖ	-.012	.047	-.246	.806	-.103	.080
R= .384	R ² = .000	F= 21.714	p= 0.000			

Tablo 4.11. Algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiyi düzenlemesine ilişkin hayes düzenleyici değişken analizi sonuçları

Algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam deneyimleri ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiyi düzenleyip düzenlemediğini açığa çıkarmak amacıyla yapılan Hayes Düzenleyici Değişken Analizi sonuçları, algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiyi istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordama gücünün bulunmadığını ortaya koymuştur ($p>.05$).

5. TARTIŞMA

Bu bölümde, analizlerden elde edilen bulgular alanyazına göre tartışılmıştır.

5.1. “Öğrencilerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri Cinsiyete Göre Farklaşıp Farklaşmamak Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.

Yapılan çalışma, 200’ü kadın ve 181’i erkek olmak üzere toplamda 381 ortaokul ve lise öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmada kadın öğrencilerin olumsuz yaşam olayları deneyimlerinin erkek öğrencilerden daha fazla olduğu görülmektedir. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam deneyimlerinin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaştığı ortaya koyulmuştur. Yapılan çalışmalar ve alanyazın incelendiğinde, bu araştırmanın bulgularını destekler nitelikte; kızların erkeklere kıyasla daha fazla olumsuz yaşam olayı bildirdikleri görülmektedir (Liu vd., 2023; Boyes vd., 2016; Murberg ve Bru, 2004; Dalgard vd., 1995). Burke ve Weir (1978) ergenlik dönemindeki kız ve erkeklerin çeşitli değişkenler (olumsuz yaşam olayları, sosyal destek, iyi oluş) açısından karşılaştırılmasını amaçlayarak 93 erkek ve 181 kız katılımcı olmak üzere toplamda 274 ergenle yürüttükleri çalışmalarında, kızların erkeklere kıyasla daha fazla olumsuz yaşam olayı bildirdiğini ortaya koymuşlardır. Brown ve Cowen (1988) tarafından yapılan çalışmada, kızlar erkeklere kıyasla sorgulanan olumsuz yaşam olaylarının yarısından fazlasını deneyimlediklerini bildirmişlerdir. Cinsiyetler arasında görülen bu farklılığın sebepleri arasında çeşitli nedenler öne sürülmektedir. Nolen-Hoeksema ve Girgus (1994)'e göre önceden var olan bireysel yatkınlığa ve biyolojik etkenlere ilişkin faktörler, ergenlik sırasında yaşanan yeni zorluklar karşısında kız çocuklarını erkeklere kıyasla daha fazla etkilemektedir. Bu durum, kızların erkeklere kıyasla yaşam olayı deneyimlerini daha zorlu olarak değerlendirmeleriyle sonuçlanmaktadır.

Ergenlik dönemi, bireyin yaşamının hemen hemen her alanında birçok değişikliğin meydana geldiği önemli bir gelişim dönemi olarak tasvir edilmektedir (Graber ve Brooks-Gunn, 1996; Stattin ve Magnusson, 1990). Ergenin gelişiminde ve sosyal ilişkilerinde meydana gelen bu değişimler, onları genişleyen bir dizi stres etkenine ve zorluklara maruz bırakan karmaşık bir ortam yaratmaktadır. Ancak bu faktörlerin etkileri, cinsiyetler arasında eşit olarak dağılmamakta; kızlar, erkeklere kıyasla daha zorlayıcı olabilecek biyolojik değişimler (örn. erken olgunlaşma, hormonal değişimler, adet döngüsünün başlaması, göğüslerin büyümesi vb.)

geçirmektedir (Ge vd., 2001). Bu durum, ergenlik dönemini kız çocukları için daha fazla stres verici hale getirerek yaşam deneyimlerini erkeklere kıyasla daha olumsuz değerlendirmelerine sebep olabilir.

Ayrıca farklı yaş gruplarıyla yapılan bazı çalışmalar, cinsiyetler arasındaki farklılığın olumsuz yaşam deneyimlerinin türüne bağlı olarak değiştiğini ortaya koymaktadır (Dalgard vd., 1995). Bu çalışmalara göre, kadınlar ev, aile ve sosyal ilişkilerle bağlantılı konularda; erkeklerse iş ve parayla bağlantılı konularda daha fazla olumsuz yaşam deneyimi bildirmektedirler (Soman vd., 2016; Kendler vd., 2001). Geleneksel olarak, kadınların aile birliğini kurmaya ve sürdürmeye daha fazla önem verdikleri ve bu nedenle aile içi geçimsizlik durumlarında daha olumsuz tepki verebildikleri ifade edilmektedir (Billings ve Moos, 1984; Folkman ve Lazarus, 1980). Son yıllarda kadınların toplumsal rollerinin değişmesine rağmen, aile uyumunun hala kadınlar için erkeklere kıyasla daha önemli olmasının mümkün olabileceği düşünülmektedir. Bu durumun, cinsiyetler arasındaki farklılığı yaratmış olabileceği söylenebilir.

Kadınların erkeklere kıyasla olumsuz yaşam deneyimlerini daha kolay ifade etme eğiliminde olduğu söylenmektedir (Anshel vd., 2009). Bu durum, toplumun erkeklere kıyasla kadınlardan duygusal deneyimleri hakkında daha fazla paylaşımda bulunmaları yönündeki beklentileriyle açıklanmaktadır (Schrijvers vd., 2012; Burke ve Weir, 1978). Cinsiyetlere atfedilen bu beklentiler, olumsuz yaşam deneyimi bildirimindeki farklılığı açığa çıkarmış olabilir.

Ayrıca farklı yaş gruplarıyla yapılan bazı çalışmalar, cinsiyetler arasındaki farklılığın olumsuz yaşam deneyimlerinin türüne bağlı olarak değiştiğini ortaya koymaktadır (Dalgard vd., 1995). Bu çalışmalara göre, kadınlar ev, aile ve sosyal ilişkilerle bağlantılı konularda; erkeklerse iş ve parayla bağlantılı konularda daha fazla olumsuz yaşam deneyimi bildirmektedirler (Soman vd., 2016).

Buna karşılık, olumsuz yaşam olaylarının cinsiyetlere göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Metin vd., 2017; Boyes vd., 2016; Soman vd., 2016; Flouri ve Panourgia, 2011). Olumsuz yaşam deneyimleriyle ilgili yapılan çalışmalar genellikle kişilerin son bir yıl içerisinde deneyimlediği yaşam olaylarını sorgulamaktadır (Allen vd., 2012; Coddington, 1972). Bu durumun göz ardı edilmesinin, ergenlik dönemine özgü yaşam olaylarının kızlar aleyhine olan etkisinin

açığa çıkmasını engelleyerek cinsiyetler arasında farklılığın görülmemesine sebep olabileceği belirtilmektedir (Metin vd., 2017). Diğer taraftan, araştırmada sorgulanan olumsuz yaşam olaylarının her iki cinsiyet için de eşit şekilde kapsayıcı olayları içermesinin cinsiyetlere göre olumsuz yaşam olaylarının farklılaşmamasına sebep olmuş olabileceği ifade edilmektedir (Bevilacqua vd., 2021).

Yukarıda ifade edilen bilgiler doğrultusunda, bu çalışmada kız öğrencilerin erkeklere kıyasla daha fazla olumsuz yaşam olayı bildirmesinin ergenlik döneminin cinsiyetler üzerindeki farklı etkisi, bireysel ve biyolojik yatkınlıklar ve cinsiyet rollerindeki farklılaşmadan kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

5.2. “Öğrencilerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri Yaşlarına Göre Farklılaşıp Farklılaşmamak Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.

Yapılan çalışmada, yaşları 11 ile 18 arasında 381 ortaokul ve lise öğrencisi yer almıştır. Yaş kategorisinde yer alan bazı değişkenlerin frekansının 30’dan az olması nedeniyle kategoriler birleştirilerek erken ergenlik dönemi (11 – 14 yaş) ve orta ergenlik dönemi (15 – 18 yaş) olmak üzere iki farklı kategori oluşturulmuştur. Erken ergenlik dönemindeki öğrenciler ile orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam deneyimleri karşılaştırıldığında, yaş değişkenine göre olumsuz yaşam olayları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olmadığı ortaya koyulmuştur. Yapılan çalışmalar ve alanyazın incelendiğinde, yaşa bağlı olarak deneyimlenen olumsuz yaşam olaylarının arttığını gösteren çalışmalara rastlanmaktadır (Metin vd., 2017; Boyes vd., 2016; Mann vd., 2016). Larson ve Ham (1993) tarafından yapılan çalışmada, 5. – 9. sınıfa devam eden çocukların deneyimledikleri olumsuz yaşam olayları karşılaştırılmış ve yaşı daha büyük olan çocukların küçüklere kıyasla deneyimledikleri olumsuz yaşam olaylarının sayısının daha fazla olduğunu ortaya koyulmuştur. Brown ve Cowen (1988) tarafından yapılan çalışmada da benzer şekilde, yaş ile olumsuz yaşam olayları arasında pozitif yönde ilişki bulunduğu bildirilmiştir. Bu durum, okul, sosyal ilişkiler, aile vb. olmak üzere çeşitli yaşam alanlarında meydana gelen değişim ve yaşanmışlıkların bireylerin yaşlarıyla birlikte artmasının bir sonucu olarak gösterilmektedir (Larson ve Ham, 1993; Chveler vd., 1985; Compas, Davis ve Forsythe, 1985).

Buna karşılık, olumsuz yaşam olaylarının yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Liu vd., 2023; Nishikawa vd.,

2018; Ridout vd., 2018). Olumsuz yaşam olaylarının yaş değişkenine göre farklılaşmamasının sebepleri arasında çeşitli nedenler gösterilebilir. Ergenlik dönemi, bireyin hayatının neredeyse her alanında çok sayıda değişikliklerle karakterize edilen gelişimsel bir dönem olarak görülmekte (Graber ve Brooks-Gunn, 1996; Stattin ve Magnusson, 1990) ve beraberinde bir dizi stres faktörünü ve zorluğu getirmektedir (Ge vd., 2001). Dolayısıyla bu araştırmada yer alan öğrencilerin, yaşları itibarıyla aynı gelişimsel dönemin içerisinde bulunmaları, onların, maruz kaldıkları olumsuz yaşam olaylarını benzer kılıp yaşları açısından anlamlı bir farklılığın oluşmamasına sebep olmuş olabilir.

Kişilerin yaş almalarıyla birlikte, sosyal ortamlarındaki ve olgunluk/biyolojik düzeylerindeki değişikliklerin (örn. ergenlik), kendi davranışlarına ilişkin değerlendirmelerini, başkalarının kendilerine ilişkin değerlendirmelerini algılamalarını ve başkalarıyla nasıl karşılaştırıldıklarına ilişkin algılarını değiştirerek benlik saygıları üzerinde önemli etkilere sahip olduğu bildirilmektedir (Robins ve Trzesniewski, 2005; Seligman, 1993). Benlik saygısının erken ergenlik döneminde düşme eğiliminde olduğu (Trzesniewski vd., 2003; Robins vd., 2001) ancak daha sonra orta yetişkinliğe kadar düzelerek arttığı ifade edilmektedir (Hutteman vd. 2015; Meier vd., 2011). Yapılan çalışmalar, düşük benlik saygısının daha fazla olumsuz yaşam olayıyla ilgili olduğunu ortaya koymaktadır (Tetzner vd., 2016; Wan vd., 2019). Bu çalışma ergenlik dönemi içerisinde yer alan katılımcılarla yürütüldüğünden, katılımcıları etkileyen faktörlerin (örn. benlik saygısında azalma) birbiriyle benzer nitelikte olduğu düşünülebilir. Bu durum, onların yaş değişkeni açısından olumsuz yaşam deneyimi bildirimleri arasında farklılık görülmemesine sebep olmuş olabilir.

Yapılan çalışmalar, arkadaşlar (örn. yakın arkadaştan uzaklaşma, erkek/kız arkadaştan ayrılma), okul (örn. okul değiştirme, disipline gitme) ve aile (örn. ebeveynlerin boşanması, aile üyelerinden birinin kaybı) ile ilgili sorunları içeren yaşam olaylarının ergenlik dönemindeki bireyler tarafından daha yoğun bir şekilde bildirildiğini göstermektedir (Flouri ve Kallis, 2007; Compas vd., 1985). Bu zorlukların, ergenlik dönemindeki gençlerin ortak sorunlarını yansıttığı düşünüldüğünde, bu araştırmada yer alan katılımcıların olumsuz yaşam deneyimlerinin yaş grupları açısından benzer özellikler taşımış olabileceği söylenebilir.

5.2. “Öğrencilerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri Anne ve Babalarının Eğitim Seviyesine Göre Farklılaşp Farklılaşmamak Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.

Yapılan çalışmada, öğrencilerin anne ve babalarının eğitim düzeyi kişisel bilgi formunda altı kategoriye ayrılmıştır. Ancak, anne/babanın eğitim düzeyi kategorisindeki bazı değişkenlerin frekansının 30’dan az olması nedeniyle kategoriler birleştirilerek ilkokul, ortaokul, lise ve üniversite ve üstü olmak üzere dört farklı kategori oluşturulmuştur. Bu kategorilere yapılan karşılaştırma sonucunda, olumsuz yaşam olaylarının annenin ve babanın eğitim seviyesine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. İlgili alanyazın incelendiğinde, araştırma bulgularını destekleyen (Houtepen vd., 2020; Reiss vd., 2019) ve desteklemeyen (Attar-Schwartz vd., 2019; Shevlin ve Elklit, 2008) çeşitli çalışmaların olduğu görülmektedir.

Dornbusch vd. (1991) tarafından yapılan çalışmada, yüksek düzeyde ebeveyn eğitim seviyesi bildiren ergenlerin, deneyimledikleri olumsuz yaşam olaylarının sayısında anlamlı bir azalma olduğu ortaya koyulmuştur. Flouri ve Kallis (2007) yürüttükleri çalışmada, yaşları 16 ile 18 arasında değişen 381 gencin, son 1 ay içerisinde, 15 yaşındayken ve 10 yaşındayken deneyimledikleri olumsuz yaşam olaylarının sayısı ve türü ile psikolojik belirtileri ve uyum sorunları sorgulanmıştır. Çalışmalarında ayrıca, çeşitli sosyodemografik değişkenlerin söz konusu değişkenlerle ilişkilerine bakılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, anne ve babanın eğitim seviyesinin olumsuz yaşam olayları ile anlamlı derecede ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur. Jackson ve Finney (2002) tarafından yapılan diğer bir çalışmada, aile, okul, iş vb. alanlarla ilişkili olumsuz yaşam olaylarıyla öğrencilerin babalarının eğitim seviyesi arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Bulgular, sadece aileyle bağlantılı olumsuz yaşam olaylarının baba eğitim seviyesiyle anlamlı düzeyde ilişki olduğunu göstermiştir. Wickrama vd., (2012) bu durumu, Haverman ve Wolfe (1995)’ın ilişkili dezavantaj modeline atıfta bulunarak açıklamaktadır. Modele göre, düşük ebeveyn eğitimi, yetersiz çocuk yetiştirme bilgisi, sosyal kaynakların eksikliği ve kaotik yaşam tarzı gibi özellikler aile gelirinin ekonomik olmayan yönlerini yansıtmaktadır. Bu durumda, düşük ebeveyn eğitimi çocukların olumsuz yaşam olayları deneyimleme ihtimalini artıran bir faktör olmaktadır (Wickrama vd., 2012).

Çocuğun hayatındaki olumsuz yaşam olayları deneyimleme riskini arttıran faktörlerin varlığına (örn. düşük eğitim seviyesi) rağmen, ebeveynlerin çocuklarının sağlıklı gelişimi için yeterli kaynakları sağlamasıyla söz konusu risk faktörleri ile olumsuz olayları arasında bir ilişki gözlenmeyebileceği dile getirilmektedir (Wickrama vd., 2012). Bu durum, Shevlin ve Elklit (2008) tarafından yapılan çalışmanın bulgularıyla paralellik göstermektedir. Araştırma bulguları, düşük düzeyde olumsuz yaşam olayları bildiren ergenlerin yüksek düzeyde olumsuz yaşam olayı bildirenlere kıyasla ebeveynlerinin eğitim seviyesi arasında önemli bir farklılık bulunmadığını ortaya koymaktadır. Benzer şekilde, Attar-Schwartz vd. (2019) tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri ile anne ve babalarının eğitim seviyesi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı belirtilmiştir. Bu çalışmada, ergenlerin ebeveynlerinin eğitim seviyesi ile olumsuz yaşam olayları arasında herhangi bir ilişki bulunamaması da ergenlerin ebeveynleri tarafından onlara sağlanan diğer kaynakların varlığından kaynaklanmış olabilir.

5.3. “Öğrencilerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri Anne ve Babalarının Çalışıp Çalışmadığına Göre Farklılaşp Farklılaşmamak Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.

Yapılan çalışmada, öğrencilerin anne ve babalarının çalışma durumu kişisel bilgi formunda altı kategoriye ayrılmıştır. Ancak, ebeveynin çalışma durumu kategorisindeki bazı değişkenlerin frekansının 30’dan az olması nedeniyle kategoriler çalışıyor ve çalışmıyor olmak üzere iki farklı kategori oluşturulmuştur. Bu kategorilerle yapılan karşılaştırma sonucunda, olumsuz yaşam olaylarının annenin ve babanın çalışıp çalışmadığına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. İlgili alanyazın incelendiğinde, araştırma bulgularını var olan çalışmaların sonuçlarıyla tutarlılık göstermediği görülmektedir (Reiss vd., 2019; Metin vd., 2017; Han ve Waldfogel, 2007; Brady, 2002).

Han ve Waldfogel (2007) yaptıkları çalışmada, ebeveyni çalışan ergenlerin riskli davranışlar sergileme olasılığının daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Aynı zamanda, Kim vd., (2003) tarafından yapılan çalışmada, uyum problemleri ile olumsuz yaşam olayları arasındaki ilişkinin karşılıklı olduğu ortaya koyulmuştur. Buna göre, riskli davranışlar ve olumsuz duygular bireyin olumsuz yaşam olayı deneyimle ihtimalini arttırmakta; artan olumsuz yaşam olayı deneyimi de sonuç olarak duygusal

ve davranışsal problemlerde artışa yol açmaktadır. Sigurdson vd. (2015) tarafından yapılan çalışmada, olumsuz yaşam deneyimi olan kişilerin daha yüksek düzeyde içselleştirme ve dışsallaştırma problemi gösterdiği bulunmuştur. Benzer olarak, McKnight vd. (2002) olumsuz yaşam olaylarının sayısındaki artış ile dışsallaştırma ve içselleştirme problemlerinin şiddeti arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu bağlamda, riskli davranışların beraberinde olumsuz yaşam olaylarını getirebileceği göz önüne alınarak çalışan ebeveyne sahip ergenlerin daha fazla sayıda olumsuz yaşam olayı deneyimleme ihtimalinin bulunduğu düşünülebilir. Bu açıdan değerlendirildiğinde, bu araştırmada, olumsuz yaşam olayları ile ebeveynin çalışıp çalışmadığı arasındaki doğrudan ilişkiye bakılması alanyazında sonuçlarla çelişkili bulgulara ulaşılmasına sebep olmuş olabilir.

Ayrıca, konuyla ilgili yapılan çalışmaların çoğunluğunda ebeveynin çalışma durumunun daha çok bir sosyoekonomik gösterge olarak ele alındığı ve düşük sosyoekonomik durumla olumsuz yaşam olaylarının ilişkilendirildiği görülmektedir (Metin vd., 2017; Evans ve English, 2002; Attar vd., 1994). Doom vd. (2017) ergenlik döneminde deneyimlenen olumsuz yaşam olayları, sosyoekonomik durum ve fiziksel sağlık arasındaki ilişkileri inceledikleri çalışmanın sonucunda, gelir düzeyinin düşmesiyle birlikte ergenlik dönemi olumsuz yaşam olaylarında artış gözükmektedir. Düşük sosyoekonomik durum ile olumsuz yaşam olayları arasındaki bu ilişki, yoksulluğun özellikle kronik olma durumunda, birçoğu kişisel kontrolün dışında olan stresli durum ve olayların bir araya gelmesine yol açmasıyla açıklanmaktadır. Ayrıca, sosyoekonomik düzeyi düşük bireylerin sahip olduğu sınırlı finansal kaynaklar nedeniyle yaşamlarında süreğen bir şekilde olumsuz yaşam olaylarıyla karşı karşıya kaldıkları belirtilmektedir (McLoyd vd., 2009).

Yapılan çalışmalar göz önüne alındığında, bu araştırmada, ebeveynin çalışma durumu ile olumsuz yaşam olayları arasında anlamlı bir ilişki kurulamamasında araştırmada yer alan katılımcıların sosyoekonomik duruma ait bilgilerin doğrudan alınmamış olmasının etkili olmuş olabileceği düşünülebilir.

5.4. “Ergenlerin Deneyimlediği Olumsuz Yaşam Olayları, İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasında İstatistiksel Olarak Anlamlı İlişkiler Var Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.

Yapılan çalışmada, ergenlik dönemindeki öğrencilerin deneyimlediği olumsuz yaşam olayları, içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin tüm alt boyutları ve algılanan sosyal destek düzeylerinin tüm alt boyutları arasındaki ilişkiler incelenerek; olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin sosyal davranışlar alt boyutu dışındaki tüm alt boyutları (dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları) ve algılanan sosyal desteğin tüm alt boyutları (aile, arkadaş, öğretmen) ile arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya konulmuştur.

İlk olarak, olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve alt boyutları (dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları, duygusal sorunlar ve akran sorunları) arasındaki pozitif yönlü ilişkiye yönelik bulgulara yer verilmiştir. İlgili alanyazın incelendiğinde, araştırma bulgularını destekleyen çeşitli çalışmalara rastlanmaktadır (Duprey vd., 2022; Boch vd., 2019; Hunt vd., 2017; March-Llanes vd., 2017; Clarkson Freeman, 2014). Bevilacqua vd. (2021) toplamda 8823 katılımcının yer aldığı boylamsal bir çalışmada, olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme, dışsallaştırma ve prososyal davranışlar arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Buna göre, olumsuz yaşam olayları çocukluktan ergenliğe kadar ilerleyen süreçte içselleştirme ve dışsallaştırma problemleriyle ilişkili olmakta ve deneyimlenen olumsuz yaşam olayı sayısının artması uyumla ilgili daha fazla olumsuz sonuç açığa çıkmaktadır. Benzer şekilde, McKnight vd. (2002) daha fazla olumsuz yaşam olayı deneyimlemenin içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinde artışa yol açtığını dile getirmektedir. Bu bulgu, yaşamlarında stresli olaylarla karşılaşan ergenlerin her iki uyumsuz davranış biçimi gösterme olasılıklarının daha yüksek olduğunu vurgulamaktadır. Sigurdson vd. (2015) tarafından yapılan olumsuz yaşam deneyimi olan ve olmayan kişilerin karşılaştırdığı bir çalışmada, olumsuz yaşam deneyimi bildiren kişilerin bildirmeyenlere kıyasla daha yüksek düzeyde içselleştirme ve dışsallaştırma problemi gösterdiği bulunmuştur. Bu bağlamda, olumsuz gelişimsel

sonuçların açığa çıkmasında erken yaşta deneyimlenen olumsuz yaşam olayları bir risk faktörü olarak değerlendirilmiştir.

Olumsuz yaşam olaylarının içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin alt boyutlarıyla olan ilişkilerine bakıldığında; olumsuz yaşam olaylarının dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtileri (Humphreys vd., 2019; Flouri ve Kallis, 2011; Rydell, 2010; Tiet vd., 2001), davranış sorunları (Flouri ve Kallis, 2011; Rydell, 2010), duygusal sorunlar (Sârbu vd., 2022; Flouri ve Kallis, 2011; Tiet vd., 2001), akran sorunları (Attar-Schwartz vd., 2019; Sigurdson vd., 2015) ile pozitif yönde ilişkili olduğunu koyan pek çok çalışma olduğu görülmektedir.

Bu araştırmada, olumsuz yaşam olayları ile sosyal davranışlar arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Bu bulgu, Flouri ve Kallis (2011) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ile örtüşmektedir. Sonuçlara göre, olumsuz yaşam olaylarının içselleştirme ve dışsallaştırma alt boyutlarından yalnızca dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları ve duygusal sorunlar ile arasında anlamlı ilişkiler bulunmaktadır.

Yukarıda yer alan çalışmalar doğrultusunda, bu araştırmada yer alan katılımcıların olumsuz yaşam olayı deneyimlerinin artmasıyla içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin de artması ilgili alanyazın bulgularıyla uyumlu olduğu söylenebilir.

Araştırmada ayrıca olumsuz yaşam olayları ile algılanan sosyal destek ve tüm alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. İlgili alanyazın incelendiğinde, araştırma bulgularını destekleyen çeşitli çalışmalara rastlanmaktadır (Kaniasty ve Norris, 1993; Cohen ve Wills, 1985). Bliese ve Britt (2001) yaptıkları çalışmada, destekleyici sosyal çevrenin stres veren yaşam olaylarıyla baş etmeyi kolaylaştırdığını ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde Tang vd. (2022), olumsuz yaşam olayları ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönde ilişki ortaya koymuştur. Buna göre, algılanan sosyal destek düzeyinin artmasıyla olumsuz yaşam olayı deneyimleri azalmaktadır. Diğer bir çalışmada, olumsuz yaşam olayları ile algılanan sosyal destek arasında anlamlı ilişki bulunarak; fazladan her stresli yaşam olayı, sosyal destek puanlarındaki düşüşle ilişkilendirilmiştir (Panesar vd., 2021).

Olumsuz yaşam olaylarının algılanan sosyal destek alt boyutlarıyla olan ilişkilerine bakıldığında; olumsuz yaşam olaylarının aile (Soman vd., 2016; Murberg ve Bru, 2004; Aro vd., 1989), arkadaşlar (Murberg ve Bru, 2004) ve öğretmen (Huber

vd., 2012; Murberg ve Bru, 2004) ile negatif yönde ilişkili olduğunu koyan çalışmalar bulunmaktadır.

Yukarıda bahsedilen olumsuz yaşam olayları ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin, yakın çevre tarafından sağlanan destekleyici ve koruyucu sosyal kaynakların olumsuz yaşam olayları karşısında kişinin olayı algılama ve yorumlama şeklini yeniden düzenlemesini sağlayarak ya da daha uyumlu tepkileri açığa çıkmasına yol açarak kurulduğu belirtilmektedir (Wethington ve Kessler, 1986). Bu doğrultuda bu araştırmada yer alan katılımcılardan yüksek sosyal destek düzeyi bildirenlerin diğerlerine kıyasla daha az olumsuz yaşam olayı bildirmelerinin alanyazınla uyumlu bir sonuç olduğu düşünülmektedir.

Son olarak, bu araştırmada, algılanan sosyal desteğin alt boyutları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur. Yapılan çalışmalar ve ilgili literatür incelendiğinde, araştırma bulgularını destekleyen çeşitli çalışmalara rastlanmaktadır (Attar-Schwartz vd., 2019; Heberle vd., 2015; Compas vd., 1985). Murberg ve Bru (2004) yaptıkları çalışmada, düşük ebeveyn sosyal desteğinin içselleştirme problemleri ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Buna göre, ebeveyn desteği, ergenler için onaylanma anlamı taşıyarak psikolojik sağlıkları üzerinde olumlu ve önemli bir etki oluşturmaktadır. Başka bir araştırmada, öğretmen tarafından sağlanan sosyal destek ve uyum problemleri arasındaki ilişkiler ele alınarak; dışsallaştırma problemleri ile öğretmen desteği arasında önemli ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur (Huber vd., 2012). Dışsallaştırma sorunlarının, içselleştirme sorunlarına kıyasla daha belirgin olması yönüyle (Baker vd., 2008; Hamre ve Pianta, 2001) öğretmenlerin daha fazla ilgisini çekebileceği düşünülebilir. Bu durum, içselleştirme sorunlarındansa sınıf ve öğretim süreci için yıkıcı olan dışsallaştırma sorunlarının önlenmesi ve hafifletilmesine yönelik olarak öğretmenlerden daha fazla destek alınmasıyla sonuçlanabilir. Yerlikaya (2020) yaptığı çalışmada, aile, arkadaş ve öğretmen tarafından sağlanan sosyal desteğin ergenlerin içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarını hafifletmede etkili olduğunu ortaya koymuştur. Buna göre, yüksek düzeyde algılanan sosyal destek düzeyi bildiren ergenlerin duygusal ve davranışsal sorunları daha düşük düzeyde olmaktadır.

Yukarıda bahsedilen çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda, bu araştırmada yer alan katılımcılardan algılanan sosyal destek düzeyi yüksek olanların diğerlerine kıyasla daha az içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri bildirmelerinin ilgili alanyazınla uyumlu olduğu söylenebilir.

5.5. “Algılanan Sosyal Desteğin Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri İle İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri Arasındaki İlişkide Düzenleyici Rolü Var Mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması.

Yapılan çalışmada, ergenlik dönemindeki öğrencilerin algılanan sosyal destek düzeylerinin olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkide düzenleyici rolünün bulunmadığı ortaya koyulmuştur. İlgili alanyazın incelendiğinde, araştırma bulgularını destekleyen (Östberg ve Hagekull, 2013; Kashani vd., 1994) ve desteklemeyen (Gao, 2021; Baba, 2020) çeşitli çalışmaların olduğu görülmektedir.

İlk olarak, algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiyi düzenlediğine yönelik sonuçlar sunan çalışmalar bulgulanmıştır. Davidson ve Demaray (2007) tarafından yapılan çalışmada, farklı kaynaklardan sağlanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olaylarının açığa çıkardığı içe yönelim ve dışa yönelim sıkıntıları arasındaki ilişkiyi hafiflettiği bulunmuştur. Buna göre, ergenler daha fazla düzeyde ebeveyn, öğretmen, arkadaş ve okul desteği algıladıkça, olumsuz yaşam deneyimlerine bağlı olarak daha az içselleştirme ve dışsallaştırma sıkıntısı bildirmektedirler. Algılanan sosyal destek, olumsuz yaşam olaylarının sebep olduğu ruhsal sıkıntılarla baş etmede yardımcı bir kaynak oluşturmaktadır (Davidson ve Demaray, 2007). Benzer şekilde, Murberg ve Bru (2004) tarafından yapılan çalışmada, olumsuz yaşam olaylarının uyum sorunlarıyla anlamlı ilişkisi, yüksek düzeyde ebeveyn desteği bildiren ergenlerde, düşük düzeyde ebeveyn desteği bildiren ergenlere kıyasla daha zayıf olduğu bulunmuştur. Bu bulgu, ebeveyn desteğinin olumsuz yaşam olaylarının uyum sorunları üzerindeki etkilerine karşı bir tampon görevi görebileceği varsayımını desteklemektedir.

Panayiotou ve Karekla (2013) sosyal desteğin bireyin yaşam kalitesini önemli ölçüde artırdığını ve algılanan baskıyı azalttığını ifade etmektedir. Başkalarından gerekli kaynakları elde etme algısının, bireylerin durumu yeniden değerlendirmesini

sağlayabileceği ve zorluklarla başa çıkma konusundaki var olan yeteneklerini güçlendirebileceği belirtilmektedir (Gao vd., 2021). Cohen ve Wills (1985) tarafından öne sürüldüğü üzere, sosyal destek, soruna bir çözüm sunarak, stresli olaylarının yeniden değerlendirilmesini sağlayarak, nöroendokrin sistemi sakinleştirerek veya sağlıklı davranışları kolaylaştırarak stres deneyimini ve patolojik sonucun başlangıcını azaltmakta veya ortadan kaldırabilmektedir. Bu bilgilerden yola çıkarak, algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olaylarının açığa çıkarabileceği kötü sonuçlarla (davranışsal ve duygusal sorunlar) baş edilmesinde etkili olabileceği söylenebilir.

Buna karşılık, algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiyi düzenlemediğini gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Baba vd., 2020; Oliva vd., 2009). Panesar vd., (2021) yaptıkları çalışmada, dışsallaştırma problemleri (riskli davranışlar) ile olumsuz yaşam olayları arasındaki ilişkinin algılanan sosyal destek tarafından düzenlenmediğini belirtmişlerdir. Bulgulara göre, sosyal destek riskli davranış olasılığını azaltmış, ancak olumsuz yaşam olayları ve riskli davranış arasındaki ilişkiyi düzenleme etkisi açısından değerlendirildiğinde sosyal destek riskli davranışların açığa çıkma olasılığını azaltmamıştır. Beklenen sonucun açığa çıkmamasının, örneklem seçimi ve kişilerin psikolojik stres seviyelerinin ölçülmemesinden kaynaklı olabileceği ifade edilmiştir. Bu bağlamda, bu çalışmanın sonuçlarının beklenenden farklı çıkmasında, ergenlerin yalnızca yaşamları boyunca deneyimlemiş oldukları olumsuz yaşam olaylarının sorgulanıp bunlardan dolayı var olan stres seviyelerinin ölçülmemiş olmasının etkili olabileceği söylenebilir.

Murberg ve Bru (2004), tarafından yapılan araştırmada sadece ebeveynler tarafından sağlanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme problemleri arasındaki ilişkiyi düzenlediği bulunmuş; söz konusu ilişkide, arkadaş ve öğretmen desteğinin düzenleyici etkisinin bulunmadığı ifade edilmiştir. Bu durumun, öğretmenlerin bir sınıfta birden fazla sayıda öğrenciye destek sağlamak zorunda olduğu gerçeği göz önüne alınınca, ergenlerin öğretmenlerinden ebeveynlerine kıyasla daha az destek gördüklerini bildirmelerine sebep olmasıyla açıklanabileceği belirtilmektedir (Murberg ve Bru, 2004). Ülkemizdeki eğitim-öğretim koşullarının bahsedilen durumla benzerlik gösterdiği söylenebilir. Bu açıdan, yapılan çalışmada yer alan ergenlerin de öğretmenleriyle deneyimledikleri olumsuz yaşam olaylarıyla baş

etmede gereken destekleyici ilişkiyi kuramamış olabilecekleri düşünülmektedir. Ayrıca, Murberg ve Bru (2004), arkadaş desteğinin düzenleyici rol üstlenmemesinden yola çıkarak ergenler arasındaki sosyal etkileşimlerin olumsuz yaşam olaylarıyla başa çıkmayı kolaylaştırmak için gereken niteliklerden yoksun olabileceğini iddia etmişlerdir. Benzer bir durum, bu araştırmada yer alan katılımcıların arkadaşlık ilişkilerinde de var olabilir.

Benzer şekilde, Huber vd. (2012) tarafından, öğretmen desteğinin olumsuz yaşam olaylarının sebep olabileceği uyum problemlerini hafifletmede etkili olmadığı ortaya koyulmuştur. Özellikle, içselleştirme sorunları olan ergenlerin daha yüksek düzeyde depresyon, kaygı, yetersizlik duygusu ve sınırlı sosyal becerilere sahip olma eğiliminde olduğu; bunun da sonuçta çatışmaya veya zayıf sosyal etkileşimlere yol açabileceği ifade edilmektedir (Baker vd., 2008). Olumlu sosyal etkileşimlerin, bir çocuğun gelişim sürecini etkileyebilecek ve olumlu adaptasyonu artırabilecek sıcak ve besleyici bir öğretmen-öğrenci ilişkisi geliştirilmesinin oldukça önemli bir parçası olduğu söylenmektedir (Hamre ve Pianta, 2001). Olumlu sosyal etkileşimdeki eksiklik veya sosyal yetersizlik nedeniyle kaliteli ve güvenilir bir öğretmen-öğrenci ilişkisi kuramaması nedeniyle, öğretmen desteğinin, olumsuz yaşam olayı deneyimleyen ergenlerin içe yönelim sorunlarını hafifletmede başarısız olmuş olabileceği aktarılmaktadır (Huber vd., 2012). Bu araştırmadaki ergenlerin de öğretmenleriyle ilişkilerinin benzer nitelikler taşıyor olabileceği ve bu nedenle, olumsuz yaşam olayları ile uyum sorunları arasındaki ilişkinin algılanan sosyal destek düzeylerinin etkisiyle zayıflamamış olabileceği söylenebilir.

Gao vd. (2021) tarafından yapılan çalışmada, arkadaş desteğinin olumsuz yaşam olaylarının duygusal ve davranışsal problemler arasındaki ilişkiyi düzenlemediği; bunun yerine, duygusal sorunlar üzerinde doğrudan negatif yönde bir etki oluşturduğu gözlenmiştir. Söz konusu bulgu, Compas vd., (1985) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Compas vd. (1985) çalışmalarında, sosyal destek ile uyum sorunları arasında deneyimlenen olumsuz yaşam olaylarından bağımsız olarak anlamlı bir ilişki bulunduğunu ortaya koymuşlardır. Araştırmacılar tarafından, olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkinin algılanan sosyal destek düzeyi açısından yordayıcı etkisinin gözlenebilmesi için boylamsal çalışmaların daha uygun olabileceği belirtilmiştir.

Sosyal desteğin çeşitli uyum sorunları ve olumsuz yaşam olaylarıyla anlamlı düzeyde ilişkileri bulunsa da, destek kaynağı olarak bildirilen kişi sayısının bu sorunlarla ilişkili olmadığı ifade edilmektedir (Compas vd., 1985). Bu bilgiyi destekler bir şekilde, yapılan çalışmalarda çoğunlukla tek bir sosyal kaynak tarafından sağlanan desteğe bakıldığı görülmektedir. Ancak, bu araştırmada, aile, arkadaşlar ve öğretmen olmak üzere üç farklı sosyal kaynak tarafından sağlanan toplam sosyal destek düzeyine bakılmıştır. Bu durum, araştırma bulgularının istenilen şekilde sonuçlanmamasına sebep olmuş olabilir.

Sosyal destek koruyucu faktör olarak ergenin psikolojik belirtiler yaşamasını engellemekte veya azaltmaktadır. Ergenlik dönemi her ne kadar aileden bağımsız olmak istenen bir süreç olsa da ergen destek kaynaklarına ve bağımsız olma ile destek alma konusunda dengede olan bir sisteme ihtiyaç duymaktadır. Aynı zamanda, diğer destek kaynakları olan arkadaş ve öğretmen ilişkisinde de bu dengeye ihtiyaç duymaktadır (Yerlikaya, 2020). Dolayısıyla, bu araştırmada algılanan sosyal destek ile olumsuz yaşam olayları ve içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmasına rağmen algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olaylarının uyum sorunları üzerindeki etkisini düzenlememesi, araştırmada yer alan katılımcıların aile, arkadaş ve öğretmenleriyle ilişkilerinde söz konusu dengeyi sağlayamamış olmalarından kaynaklı olabileceği söylenebilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu bölümde, ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olaylarının cinsiyet, yaş, annenin eğitim düzeyi, babanın eğitim düzeyi, annenin çalışıp çalışmadığı ve babanın çalışıp çalışmadığına göre farklılaşıp farklılaşmadığı, olumsuz yaşam olayları, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiler ile algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma arasındaki ilişkiyi yordama gücüne ilişkin sonuçlar sırasıyla sunulmuştur.

1. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettiği puan ortalamaları cinsiyetlere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Buna göre, ergenlik dönemindeki kız öğrencilerin olumsuz yaşam deneyimleri erkeklere kıyasla daha fazla olmaktadır.
2. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettiği puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermemektedir.
3. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettiği puan ortalamaları annelerinin eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermemektedir.
4. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettiği puan ortalamaları babalarının eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermemektedir.
5. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olayları ölçeğinden elde ettiği puan ortalamaları annelerinin çalışıp çalışmadığına göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermemektedir.
6. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam olayları listesinden elde ettiği puan ortalamaları babalarının çalışıp çalışmadığına göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermemektedir.
7. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin olumsuz yaşam deneyimlerinin içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin sosyal davranışlar alt boyutu

dışındaki tüm alt boyutları (dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları) ile arasında pozitif yönlü ve zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur.

8. Algılanan sosyal desteğin aile alt boyutu ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin alt boyutlarından dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları, duygusal sorunlar ve akran sorunları ile arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde; sosyal davranışlar ile arasındaysa pozitif yönlü ve düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur.
9. Algılanan sosyal desteğin arkadaş alt boyutu ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin alt boyutlarından akran sorunları ile arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde; sosyal davranışlar ile arasındaysa pozitif yönlü ve düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur.
10. Algılanan sosyal desteğin öğretmen alt boyutu ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin alt boyutlarından dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, davranış sorunları ve duygusal sorunlar ile arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde; sosyal davranışlar ile arasındaysa pozitif yönlü ve düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu ortaya koyulmuştur.
11. Algılanan sosyal desteğin olumsuz yaşam olayları ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiyi istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordama gücünün bulunmadığını ortaya koymuştur.

6.2. Öneriler

Yapılan araştırma sonucunda ulaşılan bulgular göz önüne alınarak benzer konularda yapılabilecek gelecek araştırmalar için kolaylaştırıcı ve faydalı olabileceği düşünülen çeşitli öneriler aşağıda sunulmuştur.

1. Bu araştırmada ergenlik dönemindeki bireylerin olumsuz yaşam deneyimleri, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek düzeylerine bakılmıştır. İlerde yapılacak çalışmalarda belirtilen değişkenler arasındaki ilişkiler farklı yaş grupları üzerinden incelenebilir.

2. Araştırmada ergenlerin olumsuz yaşam deneyimleri belirli yaşam olaylarını deneyimleyip deneyimlemediklerini bildirmelerine bağlı olarak sorgulanmıştır. İlerde yapılacak çalışmalarda, maruz kalınan olumsuz yaşam olaylarının sayısından da kişiler üzerindeki etki gücü ve olayların türüne ait bilgiler incelenebilir.
3. Araştırmada yer alan katılımcıların yaş, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, anne çalışma durumu ve baba çalışma durumu hakkındaki sosyodemografik bilgilerine ait verilerin frekansının 30'dan az olması nedeniyle veriler gruplanarak analize dahil edilmiştir. İlerde yapılacak çalışmalarda örneklem büyüklüğü arttırılarak söz konusu verilere ait detaylı analizler yapılabilir.
4. Elde edilen bulgular ergenlik dönemindeki olumsuz yaşam olayları, içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkileri doğrulamakla birlikte, ilerdeki çalışmalarda bu değişkenler arasındaki ilişkilerin farklı değişkenler (rn. cinsiyet, baş etme becerileri, kişilik faktörleri) açısından da incelenmesi faydalı olabilir.
5. Araştırmada yer alan katılımcıların olumsuz yaşam deneyimleri leğinden elde ettikleri puan ortalamalarının çok yüksek olmadığı görülmektedir. İleride yapılacak çalışmaların, olumsuz yaşam deneyimi yüksek olabilecek gruplarla (rn. afet mağduru bireyler, yetimhanede büyüyen çocuklar) yapılması değişkenler arasındaki ilişkileri daha ayrıntılı ortaya koyabilir.
6. Ergenlerin aile, arkadaş ve diğer sosyal kaynaklardan edindikleri psikolojik ve sosyal desteğin arttırılmasına yönelik psikososyal çalışmaların duygusal ve davranışsal problemlerini hafifleterek sağlıklı başa çıkma becerileri edinmelerinde faydalı olabilir.
7. Ergenlerin deneyimlediği olumsuz yaşam olaylarının türleri belirlenerek günlük yaşamlarında karşılaştıkları risk faktörleri belirlenebilir.
8. Araştırmada olumsuz yaşam olaylarının içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri üzerindeki ortak ilişkisine bakılmıştır. İleride yapılacak çalışmalarda, olumsuz yaşam olayının türüne göre hangi uyum problemini açığa çıkardığı araştırılabilir.

9. Araştırmada ergenlerin toplam algılanan sosyal destek düzeyleri ile olumsuz yaşam deneyimleri ve uyum sorunları arasındaki ilişkilere bakılmıştır. İlerdeki çalışmalarda, aile, arkadaş ve  ğretmen tarafından sağlanan desteklerin diğer değişkenler üzerindeki etkileri ayrı ayrı incelenebilir. Böylelikle, ergenlerin olumsuz yaşam olayları ile uyumlu şekilde baş etme becerileri göstermelerinde en çok hangi kaynaktan faydalandıkları ortaya koyulabilir.



KAYNAKÇA

- Achenbach T.M. (1966). The classification of children's psychiatric symptoms: a factor analytic study. *Psychological Monographs: General ve Applied*, 80(7), 1—36. doi: 10.1037/h0093906
- Aker, A. T. (2012). Temel sağlık hizmetlerinde ruhsal travmaya yaklaşım. Ankara:Türkiye Psikiyatri Derneği.
- Allen, J. L., Rapee, R. M. ve Sandberg, S. (2008). Severe Life Events and ChronicAdversities as Antecedents to Anxiety in Children: A Matched Control Study. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(7), 1047-1056. <https://doi.org/10.1007/s10802-008-9240-x>
- Allen, J. L., Rapee, R. M. ve Sandberg, S. (2012). Assessment of Maternally Reported Life Events in Children and Adolescents: A Comparison of Interview and Checklist Methods. *Journal of Psychopathology andBehavioral Assessment*, 34(2), 204-215. <https://doi.org/10.1007/s10862-011-9270-5>
- Anshel, M. H., Sutarso, T. ve Jubenville, C. (2009). Racial and Gender Differences on Sources of Acute Stress and Coping Style Among Competitive Athletes. *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 159-178. <https://doi.org/10.3200/SOCP.149.2.159-178>
- Aro, H., Hänninen, V. ve Paronen, O. (1989). Social support, life events andpsychosomatic symptoms among 14–16-year-old adolescents. *Social Science ve Medicine*, 29(9), 1051-1056. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(89\)90015-4](https://doi.org/10.1016/0277-9536(89)90015-4)
- Attar, B. K., Guerra, N. G. ve Tolan, P. H. (1994). Neighborhood disadvantage, stressful life events and adjustments in urban elementary-school children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 23(4), 391-400. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2304_5
- Attar-Schwartz, S., Mishna, F. ve Khoury-Kassabri, M. (2019). The Role ofClassmates' Social Support, Peer Victimization and Gender inExternalizing and Internalizing Behaviors among Canadian Youth. *Journal of Child and Family Studies*, 28(9), 2335-2346.<https://doi.org/10.1007/s10826-017-0852-z>
- Baba, Y., Lee, J. D. ve Vallergera, M. E. (2020). Exploring Family Multi-typeMaltreatment, Social Support, and Externalizing and InternalizingProblems Among Asian and Asian American College Students. *Asian Journal of Social Science Studies*, 5(3), 1. <https://doi.org/10.20849/ajsss.v5i3.780>
- Bayhan, D. P. ve Işıtan, A. G. S. (2010). *Ergenlik Döneminde İlişkiler: Akran ve Romantik İlişkilere Genel Bakış*.
- Berk, L. E. (2014). *Development through the lifespan* (Sixth edition). Pearson.
- Bevilacqua, L., Kelly, Y., Heilmann, A., Priest, N. ve Lacey, R. E. (2021). Adversechildhood experiences and trajectories of internalizing, externalizing, andprosocial behaviors from childhood to adolescence. *Child Abuse andNeglect*, 112, 104890.<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104890>
- Bifulco, A., Spence, R. ve Kagan, L. (2020). *Life Events and Emotional Disorder Revisited: Research and Clinical Applications* (1. bs). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429352904>
- Bliese, P. D. ve Britt, T. W. (2001). Social support, group consensus and stressor-strain relationships: Social context matters. *Journal of OrganizationalBehavior*, 22(4), 425-436. <https://doi.org/10.1002/job.95>

- Boch, S. J., Warren, B. J. ve Ford, J. L. (2019). Attention, Externalizing, and Internalizing Problems of Youth Exposed to Parental Incarceration. *Issues in Mental Health Nursing*, 40(6), 466-475. <https://doi.org/10.1080/01612840.2019.1565872>
- Boyes, M. E., Hasking, P. A. ve Martin, G. (2016). Adverse Life Experience and Psychological Distress in Adolescence: Moderating and Mediating Effects of Emotion Regulation and Rumination. *Stress and Health*, 32(4), 402-410. <https://doi.org/10.1002/smi.2635>
- Brady, S. S. (2002). The Influence of Socioeconomic Status and Ethnicity on Adolescents' Exposure to Stressful Life Events. *Journal of Pediatric Psychology*, 27(7), 575-583. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/27.7.575>
- Brown, L. P. ve Cowen, E. L. (1988). Children's judgments of event upsettingness and personal experiencing of stressful events. *American Journal of Community Psychology*, 16(1), 123-135. <https://doi.org/10.1007/BF00906075>
- Burke, R. J. ve Weir, T. (1978). Sex Differences in Adolescent Life Stress, Social Support, and Well-Being. *The Journal of Psychology*, 98(2), 277-288. <https://doi.org/10.1080/00223980.1978.9915972>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E. ve Akgün, Ö.E. (2020). Bilimsel araştırma yöntemleri. Pegem Yayınları.
- Carothers, S. S., Borkowski, J. G. ve Whitman, T. L. (2006). Children of Adolescent Mothers: Exposure to Negative Life Events and the Role of Social Supports on Their Socioemotional Adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(5), 822-832. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9096-8>
- Carr, A. (2016). *The handbook of child and adolescent clinical psychology: A contextual approach (Third edition)*. Routledge, Taylor ve Francis Group.
- Caspi, A., ve Elder, G. H. (1987). *Moving Against the World: Life-Course Patterns of Explosive Children*.
- Peker, G. (2022). Farklı okul türüne geçiş yapan liseli ergenlerde içe yönelim davranış sorunları ile ergenlerin yeni çevreye uyumu, duygusal kontrolü ve algılanan yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Chapman, D. P., Whitfield, C. L., Felitti, V. J., Dube, S. R., Edwards, V. J. ve Anda, R. F. (2004). Adverse childhood experiences and the risk of depressive disorders in adulthood. *Journal of Affective Disorders*, 82(2), 217-225. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2003.12.013>
- Clarkson Freeman, P. A. (2014). Prevalence and Relationship between Adverse Childhood Experiences and Child Behavior Among Young Children: Adverse Childhood Experiences and Young Children in Child Welfare. *Infant Mental Health Journal*, 35(6), 544-554. <https://doi.org/10.1002/imhj.21460>
- Coddington, R. D. (1972). The significance of life events as etiologic factors in the diseases of children—II a study of a normal population. *Journal of Psychosomatic Research*, 16(3), 205-213. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(72\)90045-1](https://doi.org/10.1016/0022-3999(72)90045-1)
- Cohen, S., ve Wills, T. A. (1985). *Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis*.
- Compas, B. E., Davis, G. E. ve Forsythe, C. J. (1985). Characteristics of life events during adolescence. *American Journal of Community Psychology*, 13(6), 677-691. <https://doi.org/10.1007/BF00929795>

- Conger, R. D., Patterson, G. R. ve Ge, X. (1995). It Takes Two to Replicate: A Mediation Model for the Impact of Parents' Stress on Adolescent Adjustment. *Child Development*, 66(1), 80. <https://doi.org/10.2307/1131192>
- Çelik, G., Tahiroğlu, A. ve Avcı, A. (2008). *Ergenlik Döneminde Beynin Yapısal ve Nörokimyasal Değişimi*.
- Dalgard, O. S., Björk, S. ve Tambs, K. (1995). Social Support, Negative Life Events and Mental Health. *British Journal of Psychiatry*, 166(1), 29-34. <https://doi.org/10.1192/bjp.166.1.29>
- Davidson, L. M. ve Demaray, M. K. (2007). Social Support as a Moderator Between Victimization and Internalizing–Externalizing Distress from Bullying. *School Psychology Review*, 36(3), 383-405. <https://doi.org/10.1080/02796015.2007.12087930>
- De Moor, E. L., Van Der Graaff, J., Van Dijk, M. P. A., Meeus, W. ve Branje, S. (2019). Stressful life events and identity development in early and mid-adolescence. *Journal of Adolescence*, 76(1), 75-87. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.08.006>
- Doom, J. R., Mason, S. M., Suglia, S. F. ve Clark, C. J. (2017). Pathways between childhood/adolescent adversity, adolescent socioeconomic status, and long-term cardiovascular disease risk in young adulthood. *Social Science and Medicine*, 188, 166-175. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.06.044>
- Duprey, E. B., Handley, E. D., Russotti, J., Manly, J. T. ve Cicchetti, D. (2022). A Longitudinal Examination of Child Maltreatment Dimensions, Emotion Regulation, and Comorbid Psychopathology. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*. <https://doi.org/10.1007/s10802-022-00913-5>
- Erikson, E. H. (1968). Erik H. Erikson. Identity, youth and crisis. New York: W.W. Norton Company, 1968. *Behavioral Science*, 14(2), 154-159. <https://doi.org/10.1002/bs.3830140209>
- Evans, G. W. ve English, K. (2002). The Environment of Poverty: Multiple Stressor Exposure, Psychophysiological Stress, and Socioemotional Adjustment. *Child Development*, 73(4), 1238-1248. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00469>
- Flouri, E. ve Kallis, C. (2007). Adverse Life Events and Psychopathology and Prosocial Behavior in Late Adolescence: Testing the Timing, Specificity, Accumulation, Gradient, and Moderation of Contextual Risk. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 46(12), 1651-1659. <https://doi.org/10.1097/chi.0b013e318156a81a>
- Flouri, E. ve Kallis, C. (2011). Adverse life events and mental health in middle adolescence. *Journal of Adolescence*, 34(2), 371-377. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.04.001>
- Flouri, E. ve Panourgia, C. (2011). Gender differences in the pathway from adverse life events to adolescent emotional and behavioural problems via negative cognitive errors. *British Journal of Developmental Psychology*, 29(2), 234-252. <https://doi.org/10.1348/0261-510X.002002>
- Gao, J.-L., Wang, L.-H., Yin, X.-Q., Hsieh, H.-F., Rost, D. H., Zimmerman, M. A. ve Wang, J.-L. (2021). The promotive effects of peer support and active coping in relation to negative life events and depression in Chinese adolescents at boarding schools. *Current Psychology*, 40(5), 2251-2260. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-0143-5>

- Ge, X., Conger, R. D. ve Elder, G. H. (2001). Pubertal transition, stressful life events, and the emergence of gender differences in adolescent depressive symptoms. *Developmental Psychology*, 37(3), 404-417. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.37.3.404>
- Goodman, S. H., Hoven, C. W., Narrow, W. E., Cohen, P., Fielding, B., Alegria, M., Leaf, P. J., Kandel, D., Horwitz, S. M., Bravo, M., Moore, R. ve Dulcan, M. K. (1998). Measurement of risk for mental disorders and competence in a psychiatric epidemiologic community survey: The National Institute of Mental Health Methods for the Epidemiology of Child and Adolescent Mental Disorders (MECA) study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 33(4), 162-173. <https://doi.org/10.1007/s001270050039>
- Graber, J. A. ve Brooks-Gunn, J. (1996). *Transitions and Turning Points: Navigating the Passage from Childhood Through Adolescence*.
- Gündüz, A., Yaşar, A., Gündoğmuş, İ. ve Konuk, E. (2018). Adverse Childhood Events Turkish Form: Validity and reliability study. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 0, 68. <https://doi.org/10.5455/apd.294158>
- Hagen, K. A. (2003). The Effect of Secrecy and Social Support on Behavioral Problems in Children of Incarcerated Women. *Journal of Child and Family Studies*.
- Hall, G. (1904). *Adolescence: Its psychology and its relation to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion and education*, vol. 2. New York: Appleton.
- Hamre, B. K. ve Pianta, R. C. (2001). Early Teacher-Child Relationships and the Trajectory of Children's School Outcomes through Eighth Grade. *Child Development*, 72(2), 625-638. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00301>
- Han, W.-J. ve Waldfogel, J. (2007). Parental work schedules, family process, and early adolescents' risky behavior. *Children and Youth Services Review*, 29(9), 1249-1266. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2007.05.011>
- Haynie, D. L., Nansel, T., Eitel, P., Crump, A. D., Saylor, K., Yu, K. ve Simons-Morton, B. (2001). Bullies, victims, and bully/victims: Distinct groups of at-risk youth. *The Journal of Early Adolescence*, 21(1), 29-49. <https://doi.org/10.1177/0272431601021001002>
- Heberle, A. E., Krill, S. C., Briggs-Gowan, M. J. ve Carter, A. S. (2015). Predicting Externalizing and Internalizing Behavior in Kindergarten: Examining the Buffering Role of Early Social Support. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 44(4), 640-654. <https://doi.org/10.1080/15374416.2014.886254>
- Houtepen, L. C., Heron, J., Suderman, M. J., Fraser, A., Chittleborough, C. R. ve Howe, L. D. (2020). Associations of adverse childhood experiences with educational attainment and adolescent health and the role of family and socioeconomic factors: A prospective cohort study in the UK. *PLOS Medicine*, 17(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003031>
- Huber, R. S., Sifers, S. K., Houlihan, D. ve Youngblom, R. (2012). Teacher Support as a Moderator of Behavioral Outcomes for Youth Exposed to Stressful Life Events. *Education Research International*. <https://doi.org/10.1155/2012/130626>
- Humphreys, K. L., Watts, E. L., Dennis, E. L., King, L. S., Thompson, P. M. ve Gotlib, I. H. (2019). Stressful Life Events, ADHD Symptoms, and Brain Structure in Early Adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(3), 421-432. <https://doi.org/10.1007/s10802-018-0443-5>

- Hunt, T. K. A., Slack, K. S. ve Berger, L. M. (2017). Adverse childhood experiences and behavioral problems in middle childhood. *Child Abuse and Neglect*, 67, 391-402. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.11.005>
- Yerlikaya, İ. (2020). Ergenlerde psikolojik belirtilerin incelenmesi: Adıyaman iliörneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 53, 533-556.
- Jackson, P. B. ve Finney, M. (2002). Negative Life Events and Psychological Distress among Young Adults. *Social Psychology Quarterly*, 65(2), 186. <https://doi.org/10.2307/3090100>
- Jimerson, S. R., Swearer, S. M. ve Espelage, D. L. (Ed.). (2010). *Handbook of bullying in schools: An international perspective*. Routledge.
- Kaniasty, K. ve Norris, F. H. (1993). *A Test of the Social Support Deterioration Model in the Context of Natural Disaster*.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri (15. Baskı)*. Nobel Yayınevi.
- Kashani, J. H., Canfield, L. A., Borduin, C. M., Soltys, S. M. ve Reid, J. C. (1994). Perceived Family and Social Support: Impact on Children. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 33(6), 819-823. <https://doi.org/10.1097/00004583-199407000-00007>
- Kendler, K. S., Thornton, L. M., ve Prescott, C. A. (2001). Gender Differences in the Rates of Exposure to Stressful Life Events and Sensitivity to Their Depressogenic Effects. *American Journal of Psychiatry*, 158(4), 587-593. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.4.587>
- Kerig, P., Schulz, M. S., ve Hauser, S. T. (Ed.). (2012). *Adolescence and beyond: Family processes and development*. Oxford University Press, USA.
- Kim, K. J., Conger, R. D., Elder Jr., G. H. ve Lorenz, F. O. (2003). Reciprocal Influences Between Stressful Life Events and Adolescent Internalizing and Externalizing Problems. *Child Development*, 74(1), 127-143. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00525>
- Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(17), 231-238.
- Kosteletzky, K. L. (2005). Parental attachment, academic achievement, life events and their relationship to alcohol and drug use during adolescence. *Journal of Adolescence*, 28(5), 665-669. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.12.006>
- Kuijpers, R. C. W. M., Kleinjan, M., Engels, R. C. M. E., Stone, L. L. ve Otten, R. (2015). Child Self-report to Identify Internalizing and Externalizing Problems and the Influence of Maternal Mental Health. *Journal of Child and Family Studies*, 24(6), 1605-1614. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9964-x>
- Larson, R. ve Ham, M. (1993). *Stress and "Storm and Stress" in Early Adolescence: The Relationship of Negative Events with Dysphoric Affect*.
- Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping* (11. [print.]). Springer.
- Leban, L. (2021). The Effects of Adverse Childhood Experiences and Gender on Developmental Trajectories of Internalizing and Externalizing Outcomes. *Crime and Delinquency*, 67(5), 631-661. <https://doi.org/10.1177/0011128721989059>
- Lerner, R. M. ve Steinberg, L. D. (Ed.). (2004). *Handbook of adolescent psychology* (2nd ed). John Wiley ve Sons.
- Lilienfeld, S. O. (2003). Comorbidity Between and Within Childhood Externalizing and Internalizing Disorders: Reflections and Directions. *Journal of Abnormal Child Psychology*.

- Liu, L., Zhang, T. ve Xie, X. (2023). Negative Life Events and Procrastination among Adolescents: The Roles of Negative Emotions and Rumination, as Well as the Potential Gender Differences. *Behavioral Sciences*, 13(2), 176. <https://doi.org/10.3390/bs13020176>
- Macrynika, N., Miranda, R. ve Soffer, A. (2018). Social connectedness, stressful life events, and self-injurious thoughts and behaviors among young adults. *Comprehensive Psychiatry*, 80, 140-149. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2017.09.008>
- Maher, C. A. (2006). *Bullying, Victimization, and Peer Harassment*.
- Mann, M. J., Kristjansson, A. L., Smith, M. L. ve Sigfusdottir, I. D. (2016). The Influence of Negative Life Events and Problem Behavior on Grades in Early Adolescence: Pathways to Academic Risk in the Middle Grades. *RMLE Online*, 39(10), 1-13. <https://doi.org/10.1080/19404476.2016.1244402>
- March-Llanes, J., Marqués-Feixa, L., Mezquita, L., Fañanás, L. ve Moya-Higueras, J. (2017). Stressful life events during adolescence and risk for externalizing and internalizing psychopathology: A meta-analysis. *European Child ve Adolescent Psychiatry*, 26(12), 1409-1422. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0996-9>
- McKnight, C. G., Huebner, E. S. ve Suldo, S. (2002). Relationships among stressful life events, temperament, problem behavior, and global life satisfaction in adolescents. *Psychology in the Schools*, 39(6), 677-687. <https://doi.org/10.1002/pits.10062>
- McLeod, J. D., Uemura, R. ve Rohrman, S. (2012). Adolescent Mental Health, Behavior Problems, and Academic Achievement. *Journal of Health and Social Behavior*, 53(4), 482-497. <https://doi.org/10.1177/0022146512462888>
- Meier, L. L., Orth, U., Denissen, J. J. A. ve Kühnel, A. (2011). Age differences in instability, contingency, and level of self-esteem across the life span. *Journal of Research in Personality*, 45(6), 604-612. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.08.008>
- Metin, G. T., Harma, M. ve Gökçay, G. (2017). *Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Olumsuz Yaşam Olayları, Özdenetim Becerisi ve Problem Davranışlar*.
- Murberg, T. A. ve Bru, E. (2004). Social Support, Negative Life Events and Emotional Problems Among Norwegian Adolescents. *School Psychology International*, 25(4), 387-403. <https://doi.org/10.1177/0143034304048775>
- Ngamake, S. T., Walch, S. E. ve Raveepatarakul, J. (2016). Discrimination and sexual minority mental health: Mediation and moderation effects of coping. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 3(2), 213-226. <https://doi.org/10.1037/sgd0000163>
- Nishikawa, S., Fujisawa, T. X., Kojima, M. ve Tomoda, A. (2018). Type and Timing of Negative Life Events Are Associated with Adolescent Depression. *Frontiers in Psychiatry*, 9, 41. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00041>
- Nolen-Hoeksema, S. ve Girgus, J. S. (1994). *The Emergence of Gender Differences in Depression During Adolescence*.
- Noordermeer, S. D. S., Luman, M., Weeda, W. D., Buitelaar, J. K., Richards, J. S., Hartman, C. A., Hoekstra, P. J., Franke, B., Heslenfeld, D. J. ve Oosterlaan, J. (2017). Risk factors for comorbid oppositional defiant disorder in attention-deficit/hyperactivity disorder. *European Child ve Adolescent Psychiatry*, 26(10), 1155-1164. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0972-4>

- Oliva, A., Jiménez, J. M. ve Parra, Á. (2009). Protective effect of supportive family relationships and the influence of stressful life events on adolescent adjustment. *Anxiety, Stress, ve Coping*, 22(2), 137-152. <https://doi.org/10.1080/10615800802082296>
- Östberg, M. ve Hagekull, B. (2013). Parenting stress and external stressors as predictors of maternal ratings of child adjustment. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54(3), 213-221. <https://doi.org/10.1111/sjop.12045>
- Panesar, B., Rosic, T., Rodrigues, M., Sanger, N., Baptist-Mohseni, N., Hillmer, A., Chawar, C., D'Elia, A., Minuzzi, L., Thabane, L. ve Samaan, Z. (2021). The Role of Perceived Social Support in the Association Between Stressful Life Events and Suicidal Behavior. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 699682. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.699682>
- Peat, C. M., Peyerl, N. L. ve Muehlenkamp, J. J. (2008). Body Image and Eating Disorders in Older Adults: A Review. *The Journal of General Psychology*, 135(4), 343-358. <https://doi.org/10.3200/GENP.135.4.343-358>
- Peterson, J., Duncan, N. ve Canady, K. (2009). A Longitudinal Study of Negative Life Events, Stress, and School Experiences of Gifted Youth. *Gifted Child Quarterly*, 53(1), 34-49. <https://doi.org/10.1177/0016986208326553>
- Popliger, M., Toste, J. R. ve Heath, N. L. (2009). Perceived social support and domain-specific adjustment of children with emotional and behavioural difficulties. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 14(3), 195-213. <https://doi.org/10.1080/13632750903073376>
- Quamma, J. P. ve Greenberg, M. T. (1994). Children's experience of life stress: The role of family social support and social problem-solving skills as protective factors. *Journal of Clinical Child Psychology*, 23(3), 295-305. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2303_7
- Özbay, H. ve Öztürk, E. (1992). *Gençlik*. İletişim Yayınları.
- Reiss, F., Meyrose, A.-K., Otto, C., Lampert, T., Klasen, F. ve Ravens-Sieberer, U. (2019). Socioeconomic status, stressful life situations and mental health problems in children and adolescents: Results of the German BELLA cohort-study. *PLOS ONE*, 14(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213700>
- Ridout, K. K., Levandowski, M., Ridout, S. J., Gantz, L., Goonan, K., Palermo, D., Price, L. H. ve Tyrka, A. R. (2018). Early life adversity and telomere length: A meta-analysis. *Molecular Psychiatry*, 23(4). <https://doi.org/10.1038/mp.2017.26>
- Rubens, S. L., Fite, P. J., Gabrielli, J., Evans, S. C., Hendrickson, M. L. ve Pederson, C. A. (2013). Examining Relations Between Negative Life Events, Time Spent in the United States, Language Use, and Mental Health Outcomes in Latino Adolescents. *Child ve Youth Care Forum*, 42(5), 389-402. <https://doi.org/10.1007/s10566-013-9205-2>
- Rudolph, K. D. ve Troop-Gordon, W. (2010). Personal-accentuation and contextual-amplification models of pubertal timing: Predicting youth depression. *Development and Psychopathology*, 22(2), 433-451. <https://doi.org/10.1017/S0954579410000167>
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K. ve Demaray, M. K. (2008). Gender differences in the relationship between perceived social support and student adjustment during early adolescence. *School Psychology Quarterly*, 23(4), 496-514. <https://doi.org/10.1037/1045-3830.23.4.496>
- Rydell, A.-M. (2010). Family factors and children's disruptive behaviour: An investigation of links between demographic characteristics, negative

- life events and symptoms of ODD and ADHD. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 45(2), 233-244. <https://doi.org/10.1007/s00127-009-0060-2>
- Samek, D. R. ve Hicks, B. M. (2014). Externalizing Disorders and Environmental Risk: Mechanisms of Gene-Environment Interplay and Strategies for Intervention. *Clinical practice (London, England)*, 11(5), 537-547. <https://doi.org/10.2217/CPR.14.47>
- Sanchez, Y. M., Lambert, S. F., ve Cooley-Strickland, M. (2013). Adverse Life Events, Coping and Internalizing and Externalizing Behaviors in Urban African American Youth. *Journal of Child and Family Studies*, 22(1), 38-47. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9590-4>
- Sârbu, E. A., Iovu, M.-B. ve Lazăr, F. (2022). Negative life events and internalizing problems among Romanian youth. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 27(2), 399-411. <https://doi.org/10.1177/13591045211055674>
- Schrijvers, D. L., Bollen, J. ve Sabbe, B. G. C. (2012). The gender paradox in suicidal behavior and its impact on the suicidal process. *Journal of Affective Disorders*, 138(1-2), 19-26. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.03.050>
- Shevlin, M. ve Elklit, A. (2008). A latent class analysis of adolescent adverse life events based on a Danish national youth probability sample. *Nordic Journal of Psychiatry*, 62(3), 218-224. <https://doi.org/10.1080/08039480801983992>
- Sigurdson, J. F., Undheim, A. M., Wallander, J. L., Lydersen, S. ve Sund, A. M. (2015). The long-term effects of being bullied or a bully in adolescence on externalizing and internalizing mental health problems in adulthood. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 9(1), 42. <https://doi.org/10.1186/s13034-015-0075-2>
- Simmons, R. G. ve Blyth, D. A. (1987). *Moving into Adolescence*.
- Soman, S., Bhat, S., Latha, K. ve Praharaj, S. (2016). *Gender Differences in Perceived Social Support and Stressful Life Events in Depressed Patients*.
- Steeger, C. M., Cook, E. C. ve Connell, C. M. (2017). The Interactive Effects of Stressful Family Life Events and Cortisol Reactivity on Adolescent Externalizing and Internalizing Behaviors. *Child Psychiatry and Human Development*, 48(2), 225-234. <https://doi.org/10.1007/s10578-016-0635-6>
- Steinberg, L. D. (2017). *Adolescence* (Eleventh Edition). McGraw-Hill Education.
- Szkody, E. ve McKinney, C. (2020). Parental Depression and Emerging Adult Psychological Problems: Indirect Effects by Parents' Social Support and Emerging Adult Engagement Coping. *Basic and Applied Social Psychology*, 42(4), 209-218. <https://doi.org/10.1080/01973533.2020.1737069>
- Tabachnick, B.G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. 6th Edn., Boston: Pearson Education.
- Tang, Y., Ma, Y., Zhang, J., ve Wang, H. (2022). The relationship between negative life events and quality of life in adolescents: Mediated by resilience and social support. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.980104>
- Tetzner, J., Becker, M. ve Baumert, J. (2016). Still Doing Fine? The Interplay of Negative Life Events and Self-Esteem during Young Adulthood. *European Journal of Personality*, 30(4), 358-373. <https://doi.org/10.1002/per.2066>
- Tiet, Q. Q., Bird, H. R., Hoven, C. W., Moore, R., Wu, P., Wicks, J., Jensen, P. S., Goodman, S. ve Cohen, P. (2001). *Relationship Between Specific Adverse Life Events and Psychiatric Disorders*.

- Topal, M., Eydurur, E., Ya, A. M. ve Sönmez, A. Y. (2010). *Çoklu Doğrusal Bağlantı Durumunda Ridge ve Temel Bileşenler Regresyon Analiz Yöntemlerinin Kullanımı*.
- Wan, Y., Chen, R., Wang, S., Orton, S., Wang, D., Zhang, S., Sun, Y. ve Tao, F. (2019). Effects of Self-Esteem on the Association between Negative Life Events and Suicidal Ideation in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(16), 2846. <https://doi.org/10.3390/ijerph16162846>
- Wethington, E. ve Kessler, R. C. (1986). Perceived Support, Received Support, and Adjustment to Stressful Life Events. *Journal of Health and Social Behavior*, 27(1), 78. <https://doi.org/10.2307/2136504>
- Wickrama, K. A. S., Simons, L. G., ve Baltimore, D. (2012). The Influence of Ethnicity and Adverse Life Experiences During Adolescence on Young Adult Socioeconomic Attainment: The Moderating Role of Education. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(11), 1472-1487. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9764-9>
- Yetim, O. (2021). Suriyeli göçmen ergenlerde travma, benlik saygısı, psikolojik dayanıklılık ve psikiyatrik belirti ilişkisinin değerlendirilmesi. [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Young, E.A., Abelson, J.L., Curtis, G.C. ve Nesse, R.M. (1997). Childhood adversity and vulnerability to mood and anxiety disorders. *Depress Anxiety*, 5, 66–72.



EKLER

EK-1. Etik Komisyon Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 16.03.2023-171533



T.C.
ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
Etik Komisyonu

Sayı : E-11054618-302.08.01-171533
Konu : Bilimsel ve Eğitim Amaçlı

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 23.01.2023 tarih ve E.158967 sayılı yazı.

İlgi yazınız ile göndermiş olduğunuz, Enstitünüz Klinik Psikoloji Anabilim Dalı **Yüksek Lisans öğrencisi İrem Beyza KILIÇ, Prof.Dr. Cengiz ŞAHİN** danışmanlığında yürüttüğü "**Ergenlerin Olumsuz Yaşam Deneyimleri ile İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri Arasındaki İlişkinin Algılanan Sosyal Destek Düzeyine Göre İncelenmesi**" adlı tez çalışması ile ilgili konu Komisyonumuzun 15.03.2023 tarih ve 03 sayılı toplantısında görüşülmüş olup,

Etik Komisyonunca onaylanan ilgilinin çalışmasının, yapılması planlanan yerlerden izin alınması koşuluyla yapılmasında etik açıdan bir sakınca bulunmadığına oybirliği ile karar verilmiş; karara ilişkin katılım listesi ve onaylanan çalışmalar ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Araştırma Kod No:2023/74

Prof. Dr. Ramazan ÇAĞLAYAN
Komisyon Başkanı

Ek:
1- Katılımcı Listesi
2- Onaylı Çalışma

Bu belge elektronik imza ile imzalanmıştır.

Bu b

EK-2. Kişisel Bilgi Formu

EK-1

Sevgili Öğrenciler,

Bu araştırma, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi İrem Beyza Kılıç tarafından Prof. Dr. Cengiz Şahin danışmanlığında yürütülmektedir. Araştırmanın amacı, 11-18 yaş arasındaki kişilerin deneyimlemiş olabileceği çeşitli yaşam olayları ile duygusal-davranışsal tepkileri arasındaki ilişkinin ve bu ilişkiye etki edebilecek sosyal destek (aile, arkadaş, öğretmen vb.) kaynaklarının incelenmesidir.

Elinizdeki formların başındaki ifadeleri dikkatlice okuyunuz ve soruları cevaplarken acele etmeyiniz. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Bu nedenle, sizi en iyi tanımlayan ifadeyi seçerek her soru için uygun yerleri çarpı (X) ile işaretleyiniz ve boş soru bırakmayınız.

1. Doğum tarihiniz:/...../.....

2. Cinsiyetiniz:

Kız () Erkek ()

3. Kaçınıcı sınıftasınız:

6. Sınıf () 7. Sınıf () 8. Sınıf () 9. Sınıf () 10. Sınıf () 11. Sınıf () 12. Sınıf ()

4. Annenizin eğitim durumu nedir?

- Okur – Yazar ()
- İlkokul mezunu ()
- Ortaokul mezunu ()
- Lise mezunu ()
- Üniversite mezunu ()
- Yüksek Lisans/Doktora mezunu ()

5. Babanızın eğitim durumu nedir?

- Okur – Yazar ()
- İlkokul mezunu ()
- Ortaokul mezunu ()
- Lise mezunu ()
- Üniversite mezunu ()
- Yüksek Lisans/Doktora ()

6. Annenizin çalışma durumu nedir?

- Tam gün bir işte çalışıyor ()
- Yarım gün bir işte çalışıyor ()
- Çalışmıyor ()
- Emekli oldu ()

ONAY!

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

8. Babanızın çalışma durumu nedir?

- Tam gün bir işte çalışıyor ()
- Yarım gün bir işte çalışıyor ()
- Çalışmıyor ()
- Emekli oldu ()

ONAY

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK-3. Olumsuz Yaşam Olayları Listesi

EK-2

OLUMSUZ YAŞAM OLAYLARI LİSTESİ

Aşağıda insanların yaşayabileceği bazı olayların listesi var.		Son 1 yıl içinde bu olayı yaşadın mı?		Bu olay seni ne kadar etkiledi?			
1. Okuduğun olayı son 1 (bir) yıl içinde yaşadysan E (Evet) kutucuğunun üzerine, yaşamadıysan H (Hayır) kutucuğunun üzerine çarpı (X) işareti koy.							
Cevabın EVET ise,							
2. Yaşadığın olayın seni ne kadar etkilediğini düşün ve yandaki kutucuklardan sana uygun olanın içine çarpı (X) işareti koy.							
Not: Cümlelerde geçen 'Aile', anne, baba, kardeşlerden oluşan çekirdek ailedir.							
1. Ciddi bir hastalık geçirme veya yaralanma		E	H				
2. Bir suç veya kazaya şahit olma		E	H				
3. Şiddet/ saldırıya/ kötü muameleye maruz kalma		E	H				
4. Yakın bir arkadaşın ciddi bir hastalığa yakalanması veya kaza geçirmesi		E	H				
5. Yakın bir arkadaşın ölümü		E	H				
6. Kız arkadaştan/ erkek arkadaştan ayrılma		E	H				
7. Yakın arkadaştan uzaklaşma		E	H				
8. Yeni bir okula başlama		E	H				
9. Ailenin yeni bir yere taşınması		E	H				
10. Aile üyelerinden birinin zararlı alışkanlıklarının bulunması		E	H				
11. Aile üyelerinden birinin zihinsel veya duygusal sorunlarının olması (zihinsel engel, depresyon, panik atak gibi)		E	H				
12. Aile üyelerinden birinin ciddi bir hastalığa sahip olması/ kaza geçirmesi		E	H				
13. Ailede birinin ölümü		E	H				
14. Yeni bir kız kardeşin veya erkek kardeşin doğması		E	H				
15. Ailede birinin tutuklanması		E	H				
16. Kız kardeşin veya erkek kardeşin evden ayrılması		E	H				
17. Anne-babanın eskisinden daha fazla tartışması		E	H				
18. Anne-babanın ayrılığı (boşanma olmaksızın)		E	H				
19. Anne-babanın boşanması		E	H				
20. Anne veya babanın yeniden evlenmesi		E	H				
21. Anne veya babanın birinin sık sık eve gelmemesi		E	H				
22. Anne veya babanın iş kaybı		E	H				
23. Maddi durumda kötüye gidiş		E	H				
24. Anne veya babanın yeni bir işe girmesi		E	H				
25. Anne-babanın yasalarla ilgili sorunları (haciz vs.)		E	H				
26. Anne veya babanın cezaevine girmesi		E	H				

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile onaylanmıştır.

EK-4. Güçler ve Güçlükler Anketi

EK -3

GÜÇLER VE GÜÇLÜKLER ANKETİ (SDQ-Tur)

E 11-17

Her cümle için, Doğru Değil, Kısmen Doğru, Tamamen Doğru kutularından birini işaretleyiniz. Kesinlikle emin olamazsanız ya da size anlamsız görünse de elinizden geldiğince tüm cümleleri yanıtlamanız bize yardımcı olacaktır. Lütfen yanıtlarınızı son 6 ay içindeki durumunuzu göz önüne alarak veriniz.

Adınız:

Kız / Erkek

Doğum Tarihi:

	Doğru Değil	Kısmen Doğru	Kesinlikle Doğru
İnsanlara karşı iyi davranmaya çalışırım. Onların duygularını önemserim.	☐	☐	☐
Uzun süre kıpırdamadan oturamam, huzursuz olurum.	☐	☐	☐
Çok fazla baş ağrım, karın ağrım ya da bulantım olur.	☐	☐	☐
Genellikle başkalarıyla paylaşıyorum (Örn. Yiyeceklerimi, oyunlarımı, kalemimi v.s.).	☐	☐	☐
Çok öfkelenirim ve sıkça kontrolümü kaybederim.	☐	☐	☐
Genellikle kendi başımayım. Genelde yalnız oynarım ya da başkalarıyla birlikte olmaktan kaçınırım.	☐	☐	☐
Genellikle bana söyleneni yaparım.	☐	☐	☐
Çok endişelenirim.	☐	☐	☐
Eğer birisi incinmiş, morali bozulmuş ya da kendini kötü hissediyor ise ona yardım ederim.	☐	☐	☐
Sürekli, ellerim ve ayaklarım kıpır kıpırdır, ya da oturduğum yerde kıpırdanıp dururum.	☐	☐	☐
En az bir yakın arkadaşım var.	☐	☐	☐
Çok kavga ederim. Diğer insanlara istediğimi yaptırabilirim.	☐	☐	☐
Sıkça mutsuz, kederli yada ağlamaklıyım.	☐	☐	☐
Yaşıtlarım genelde beni sever.	☐	☐	☐
Dikkatim kolayca dağılır, dikkatimi toplamakta güçlük çekerim.	☐	☐	☐
Yeni ortamlarda gerginim. Kendime güvenimi kolayca kaybederim.	☐	☐	☐
Kendimden küçüklere iyi davranırım.	☐	☐	☐
Sıkça hile yapmak ya da yalan söylemekle suçlanırım.	☐	☐	☐
Diğer çocuklar ya da gençler bana takarlar ya da benimle alay ederler.	☐	☐	☐
Sıkça başkalarına (anne baba, öğretmen, çocuklar) yardım etmeye istekli olurum.	☐	☐	☐
Bir şeyi yapmadan önce düşünürüm.	☐	☐	☐
Ev, okul ya da başka bir yerden benim olmayan şeyleri alırım.	☐	☐	☐
Erişkinlerle yaşıtlarımdan daha iyi geçinirim.	☐	☐	☐
Pek çok korkum var. Kolayca ürkerim.	☐	☐	☐
Yaptığım işleri bitiririm. Dikkatim iyidir.	☐	☐	☐

Belirtmek istediğiniz başka düşünce ya da duygunuz var mı?

Lütfen sayfayı çeviriniz - arka sayfada birkaç soru daha var

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK-5. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

EK - 4

Aşağıda 50 cümle ve her bir cümle için yanıtınızda da cevaplarınızı işaretlemeniz için "Bana Uygun Değil", "Kısmen Uygun" ve "Bana Uygun" ifadeleri yer almaktadır. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümle yanındaki ifadelerden yalnız bir tanesini işaretleyiniz. Bu şekilde 50 cümle için her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz. Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Sizce doğruya en yakın olan ifadeyi işaretleyiniz. Soruların doğru veya yanlış cevabı yoktur. Önemli olan sizin duygu ve düşüncelerinizi yansıtan yanıtları vermenizdir.

AİLEM	Bana Uygun Değil	Kısmen Uygun	Bana Uygun
1. Bana gerçekten güvenir	()	()	()
2. Sorunlarımı çözmeme yardım eder	()	()	()
3. Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekler	()	()	()
4. Bana gerçekten değer verir	()	()	()
5. Bana doğru tavsiyelerde bulunur	()	()	()
6. Doğru kararlar vermeme yardım eder	()	()	()
7. Davranışlarımı takdir eder	()	()	()
8. İlgili duyduğum şeyleri yapmama yardım eder	()	()	()
9. Hatalarımı nazikçe düzeltir	()	()	()
10. Beni gerçekten anlar	()	()	()
11. Bana, aile gelirimize göre yeterince harçlık verir	()	()	()
12. İyi ve kötü günlerimde yanımda olur	()	()	()
13. Geleceğimle ilgili planlar yapmamda bana yardım eder	()	()	()
14. Üstün, güçlü yanlarımı vurgular	()	()	()
15. İyi ve kötü yönlerimle beni sever	()	()	()
16. Başarılı olmam için bana destek olur	()	()	()
17. Zaman ayırıp sıkıntılarımı gerçekten dinlemez	()	()	()
18. Arkadaşlarımla ilişkilerimin güçlenmesini destekler	()	()	()
19. Sosyal etkinliklere katılmamı destekler	()	()	()
20. Başarılarımı takdir eder	()	()	()

ARKADAŞLARIM	Bana Uygun Değil	Kısmen Uygun	Bana Uygun
21. Bana gerçekten güvenir	()	()	()
22. İhtiyaç duyduğumda beni gerçekten dinler	()	()	()
23. Sorunlarımı çözmeme yardım eder	()	()	()
24. Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekler	()	()	()
25. Bana gerçekten değer verir	()	()	()
26. Doğru kararlar vermeme yardım eder	()	()	()
27. Hata yaptığımda bile beni kabul eder	()	()	()

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

28. Hatalarımı düzeltmeme yardım eder	()	()	()
29. Beni gerçekten anlamaz	()	()	()
30. Gerekğinde harçlığımı benimle paylaşır	()	()	()
31. Derslerle ilgili bilgilerini benimle paylaşır	()	()	()
32. İyi ve kötü günlerimde yanımda olur	()	()	()
33. Bir şeye sinirlendiğimde beni yatıştırır	()	()	()

ÖĞRETMENLERİM

	Bana Uygun Değil	Kısmen Uygun	Bana Uygun
34. Amaç, ilgi ve yeteneklerim konusunda benimle konuşur	()	()	()
35. Bana gerçekten güvenir	()	()	()
36. Sorunlarımı çözmeme yardım eder	()	()	()
37. Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekler	()	()	()
38. Bana gerçekten değer verir	()	()	()
39. Bana doğru tavsiyelerde bulunur	()	()	()
40. Doğru kararlar vermeme yardım eder	()	()	()
41. Hatalarımı nazikçe düzeltir	()	()	()
42. Beni gerçekten anlar	()	()	()
43. Üstün, güçlü yanlarımı vurgular	()	()	()
44. Zaman ayırıp sıkıntılarımı gerçekten dinlemez	()	()	()
45. Arkadaşlarımla ilişkilerimin güçlenmesini destekler	()	()	()
46. Sosyal etkinliklere katılmamı teşvik eder	()	()	()
47. Çok çalıştığım ya da başarılı olduğum zaman beni över	()	()	()
48. Duygu, düşünce ve inançlarıma saygı duyar	()	()	()
49. Derslerde sorularıma içtenlikle cevap verir	()	()	()
50. Bana karşı genellikle adil davranır	()	()	()

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

11.01.2024 16:51 Ankaralı Hacı Bayram Veli Üniversitesi Posta - Ölçek Kullanımı Zini

Ölçek Kullanımı Zini

2 İlet

11 Ocak 2023 16:57

Merhaba Sayın Aylin Hocam,

Ankaralı Hacı Bayram Veli Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim dalında Prof. Dr. Cengiz Şahin danışmanlığında "Ergenlerin Cinsiyetçi Yönelim Deneyimleri ile İsoleleşme ve Dışlanılma Sorunları Arasındaki İlişkinin Algılanan Sosyal Destek Düzeyine Göre İncelenmesi" adlı yüksek lisans tez çalışmamı yürütmekteyim. Çalışmam kapsamı içinde yayınarak okuduğunuz Güçler ve Güçlükler Anketini kullanmak üzere izninizi talep ediyorum. Eğer benimle ölçekle ilgili çalışma ve dokümanları paylaşabilirseniz çok sevinirim.

Saygılarımla,
İrem Beyza Kılıç

11 Ocak 2023 22:24

İrem hanım merhaba,

GGA (SDQ)'yı çalışmanızda kullanmanızdan memnun niyet duyacağım. Ölçekle ilgili tüm veriler ve dokümanlar ücretsiz kullanıma açık olarak internet ortamında bulunmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarına dair araştırma sonuçları da hakekati dengilede yayınlanmıştır. veritabanları üzerinden ulaşabilirsiniz

Çalışmanızda başarılar dilerim

Dr. Aylin Özbek

Sent from Yahoo Mail for iPhone
[Nitebaban metni günceldi]



EK-7. Gönüllü Katılım Formu

Sayın Veli;

Çocuğunuzun katılacağı bu çalışma, “.....” adıyla,
.....tarihleri arasında yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın Hedefi:

.....

.....Araştır
ma Uygulaması: Anket / Görüşme / Gözlem şeklindedir.

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı’nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Çocuğunuzun katılımı **tamamen sizin isteğinize bağlıdır**, reddedebilir ya da herhangi bir aşamasında ayrılabilirsiniz. Araştırmaya katılmamama veya araştırmadan ayrılma durumunda öğrencilerin akademik başarıları, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkileri etkilemeyecektir.

Çalışmada öğrencilerden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplar tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir.

Uygulamalar, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden çocuğunuz kendisini rahatsız hissederse cevaplama işini yarıda bırakıp çıkmakta özgürdür. Bu durumda rahatsızlığın giderilmesi için gereken yardım sağlanacaktır. Çocuğunuz çalışmaya katıldıktan sonra istediği an vazgeçebilir. Böyle bir durumda veri toplama aracını uygulayan kişiye, çalışmayı tamamlamayacağını söylemesi yeterli olacaktır. Anket çalışmasına katılmamak ya da katıldıktan sonra vazgeçmek çocuğunuza hiçbir sorumluluk getirmeyecektir.

Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz. Saygılarımızla,

Araştırıacı :
İletişim bilgileri:

***Velisi bulunduğum sınıfı numaralı öğrencisi
.....'in yukarıda açıklanan
araştırmaya katılmasına izin veriyorum. (Lütfen formu imzaladıktan sonra
çocuğunuzla okula geri gönderiniz*).***

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

İsim-Soyisim İmza:
Veli Adı-Soyadı:

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, Adı KILIÇ, İrem Beyza
Uyruğu T.C.

Eğitim

Derece	Eğitim Bilimleri	Mezuniyet Tarihi
Yüksek Lisans	AHBV Üniversitesi	
Lisans	Çankaya Üniversitesi	2020

İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
2023	TÜBİTAK – BİDEB	Bilimsel Programlar Uzman Yardımcısı

Yabancı Dil

İngilizce – B2

Projeler

TÜBİTAK 1002 – Hükümlü Babaların Çocuklarının Maruz Kaldığı Risk Faktörleri ve Okul Sisteminden Dışlanmaları: Çocukların Davranışsal ve Duygusal Problemlerinin Aracı Rolü

Yayınlar

Tatar, S., Kılıç, İ., Tetir, D. ve Topcu, M. (2020). Şeker Portakalı Kitabındaki Zeze Karakterinin Mahler'in Ayrılma-Bireyleşme Kuramına Göre İncelenmesi. Z. Gölen ve S. Özer (Ed.), In İnsani ve Sosyal Bilimlerde Güncel Araştırmalar (pp. 306-325). Ivpe Press.

Tetir, D., Kılıç, İ., Tatar, S. ve Topcu, M. (2020). The Sims Oyununda Para Hileleri Kullanan ve Gündelik Yaşantısında Yoksulluk Sorunu Olan Genç Bireylerin Öznel İyi Oluşlarının Değerlendirilmesi. M. Topcu (Ed.), In Oyun ve Kültür Üzerine Psikolojik Okumalar (pp. 1-26). Akademisyen Kitabevi.





