

**T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**



**ERGENLERDE KORKU DÜZEYİ İLE RİSKLİ DAVRANIŞLAR VE DUYGU
DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mesut OBUZ

Psikoloji Ana Bilim Dalı

Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER

Temmuz, 2019

**T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**



**ERGENLERDE KORKU DÜZEYİ İLE RİSKLİ DAVRANIŞLAR VE DUYGU
DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Mesut OBUZ
(Y1712.270001)**

Psikoloji Ana Bilim Dalı

Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER

Temmuz, 2019

ONAY FORMU

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ



YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Y1712.270001 numaralı öğrencisi Mesut OBUZ'un "Ergenlerde Korku Düzeyi ile Riskli Davranışlar ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 19.07.2019 tarih ve 2019/18 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği/oyçokluğu ile Tezli Yüksek Lisans tezi 02.08.2019 tarihinde kabul edilmiştir.

<u>Unvan</u>	<u>Adı Soyadı</u>	<u>Üniversite</u>	<u>İmza</u>
ASIL ÜYELER			
Danışman	Dr. Öğr. Üyesi	Engin EKER	İstanbul Aydın Üniversitesi
1. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Hakan İŞÖZEN	İstanbul Aydın Üniversitesi
2. Üye	Prof. Dr.	Kadriye Esin CANTEZ	İstanbul Kent Üniversitesi
YEDEK ÜYELER			
1. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Şahide Güliz KOLBURAN	İstanbul Aydın Üniversitesi
2. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Derya DENİZ	İstanbul Kültür Üniversitesi

ONAY

Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA
Enstitü Müdürü



YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Ergenlerde Korku Düzeyi İle Riskli Davranışlar Ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (02/08/2019)

Mesut OBUZ



ÖNSÖZ

Duygularımız ve davranışlarımız bizi biz yapan özelliklerimizdendir. Temel duygulardan olan korkunun kışkacından kurtulmak veya boyunduruğuna girmek tüm davranışlarımızla olduğu gibi riskli davranışlardaki ilişkilidir. Bize dair her bir olgu ve fenomeni anlamaya çalışmak gençlerimizin geleceğini daha iyi inşa etmektir.

Bu çalışma bireylerin dünyaya gelişinden ayrılışına dek yaşam boyu etkilerinin görüldüğü temel duygulardan korkunun riskli davranışlar ile ilişkisinde duyguların düzenleme becerilerine odaklanmıştır.

Araştırma boyunca beni yönlendirerek yol gösteren engin bilgi ve deneyimlerini benimle paylaşan saygıdeğer hocam ve tez danışmanım Dr. Engin EKER'e teşekkür ederim. Önemli kritikleri ile çalışmamı ışık tutan Dr. Hakan İŞÖZEN'e, Prof. Dr. Kadriye Esin CANTEZ'e mesafelere rağmen çalışmam ile ilgili önerileri için kardeşim Doç. Dr. Ömer OBUZ'a teşekkür ederim.

Bu tezi hiçbir zaman desteklerini esirgemeyip beni en sıkıntılı anlarımda dahi motive eden değerli arkadaşım Hatice AKGÜL, annem Sabahat Obuz, kardeşlerim Zeynep, Büşra, Enes' ve son olarak vefat etmiş olan babam Sabahattin Obuz'a ithaf ediyorum.

Haziran, 2019

Mesut OBUZ



İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖNSÖZ.....	vii
İÇİNDEKİLER	ix
KISALTMALAR	xi
ÇİZELGE LİSTESİ.....	xiii
ÖZET.....	xv
ABSTRACT	xvii
1. GİRİŞ	1
1.1 Amaç	4
2. GENEL BİLGİLER.....	7
2.1 Ergenlik	7
2.2 Korku.....	9
2.2.1 Korkunun tarihçesi	10
2.2.2 Korkunun kaynakları.....	11
2.2.3 Korkunun beyinsel devresi.....	13
2.2.4 Korku ve benzeri duygular.....	13
2.2.4.1 Fobi	13
2.2.4.2 Kaygı	14
2.2.5 Psikolojik modeller	16
2.2.6 Ergenlik korkuları	19
2.3 Riskli Davranış	20
2.3.1 Yaygınlık.....	22
2.3.2 Riskli davranışlara kuramsal yaklaşım	23
2.3.2.1 Bilişsel yaklaşım	23
2.3.2.2 Sosyolojik yaklaşım	23
2.3.2.3 Biyolojik yaklaşım	24
2.3.2.4 Psikososyal yaklaşım	24
2.3.3 Ergenlik dönemi değişkenler ve riskli davranışlar.....	26
2.3.3.1 Sosyal Çevre ve riskli davranışlar.....	26
2.3.3.2 Cinsiyet ve yaş	27
2.3.3.3 Heyecan arayışı ve dürtüsellik	28
2.3.3.4 Egosantrik (Ben merkezci) düşünce.....	30
2.3.3.5 Ergen beyni ve riskli davranışlar.....	30
2.3.4 Ergenlik dönemi riskli davranışlar	30
2.3.5 Ergenleri riskli davranışlardan koruyan faktörler	33
2.4 Duyguları Tanıma	36
2.4.1 Duygu ve duygu düzenleme.....	39
2.4.2 Ergenlik dönemi duygu düzenleme.....	44
2.4.3 Duygu düzenleme ve riskli davranışlar.....	46
2.4.4 Korku duygusu ve riskli davranışları düzenleme.....	47
2.5 İlgili Araştırmalar	49

3. YÖNTEM.....	55
3.1 Araştırmanın Modeli	55
3.2 Evren ve Örneklem.....	55
3.3 Veri Toplama Araçları.....	55
3.3.1 Kişisel bilgi formu.....	56
3.3.2 Korku tarama ölçeği.....	56
3.3.3 Riskli davranışlar ölçeği (RDÖ).....	57
3.3.4 Ergenler için duygu düzenleme ölçeği (EİDDÖ).....	57
3.4 Ölçme aracının uygulanma aşamaları	58
3.5 Verilerin Çözümlemesi.....	58
3.6 Etik Hassasiyetler	59
4. BULGULAR.....	61
4.1 Grubun Demografik özellikleri	61
4.2 Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları.....	74
4.3 Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları.....	89
4.4 Değişkenler Arası İlişkiler.....	96
4.5 Duygu Düzenlemeleri Üzerinde Korkuların Etkisi	96
4.6 Duygu Düzenlemeleri Üzerinde Riskli Davranışların Etkisi	97
5. TARTIŞMA VE ÖNERİLER	99
5.1 Tartışma.....	99
5.1.1 Korku tarama ölçeği sonuçları	99
5.1.2 Riskli davranışlar ölçeği sonuçları	102
5.1.3 Duygu düzenleme ölçeği sonuçları	108
5.1.4 Değişkenler arası ilişkiler.....	111
5.1.5 Sınırlılıklar	113
5.1.6 Öneriler.....	114
KAYNAKLAR.....	117
EKLER.....	135
ÖZGEÇMİŞ.....	151

KISALTMALAR

Akt	: Aktaran
Çev	: Çeviren
Ed	: Editör
sf	: Sayfa
vd	: Ve Diğerleri





ÇİZELGE LİSTESİ

Sayfa

Çizelge 4.1 : Grubun Demografik özellikleri Frekans ve Yüzde Değerleri	61
Çizelge 4.2 : Korku Ölçeği Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri	63
Çizelge 4.3 : Cinsiyete Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları	64
Çizelge 4.4 : Devamsızlık Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları.....	65
Çizelge 4.5 : Scheffe Testi Sonuçları	67
Çizelge 4.6 : Ailelerin Gelir Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları...	68
Çizelge 4.7 : Scheffe Testi Sonuçları	69
Çizelge 4.8 : Anne Eğitim Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları.....	70
Çizelge 4.9 : Scheffe Testi Sonuçları	71
Çizelge 4.10: Baba Eğitim Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları	73
Çizelge 4.11: Scheffe Testi Sonuçları	74
Çizelge 4.12: Ölçeğin Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri	74
Çizelge 4.13: Cinsiyetlerine Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları	75
Çizelge 4.14: Okul Türüne Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları	76
Çizelge 4.15: Scheffe Testi Sonuçları	77
Çizelge 4.16: Not Durumlarına Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları	78
Çizelge 4.17: Scheffe Testi Sonuçları	79
Çizelge 4.18: Sınıf Tekrarı Durumuna Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları ...	81
Çizelge 4.19: Disiplin Cezası Alma Durumuna Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları	82
Çizelge 4.20: Devamsızlık Durumlarına Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları	83
Çizelge 4.21: Scheffe Testi Sonuçları	84
Çizelge 4.22: Gelir Durumuna Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları	87
Çizelge 4.23: Scheffe Testi Sonuçları	88
Çizelge 4.24: Ölçeğin Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri	89
Çizelge 4.25: Cinsiyetlerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları	90
Çizelge 4.26: Not Durumlarına Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları	90
Çizelge 4.27: Scheffe Testi Sonuçları	91
Çizelge 4.28: Disiplin Cezası Alma Durumuna Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları	92
Çizelge 4.29: Gelirlerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları.....	92
Çizelge 4.30: Scheffe Testi Sonuçları	93
Çizelge 4.31: Aile Birlikteliğine Cinsiyetlerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları	94
Çizelge 4.32: Scheffe Testi Sonuçları	95
Çizelge 4.33: Ölçekler Arasında Korelasyon Analizi Sonuçları	96
Çizelge 4.34: Duygu Düzenlemeleri Üzerindeki Korkuların Etkisi.....	96

Çizelge 4.35: Duygu Düzenlemeleri Üzerindeki Riskli Davranışların Etkisi 97



ERGENLERDE KORKU DÜZEYİ İLE RİSKLİ DAVRANIŞLAR VE DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu araştırmanın amacı ergenlerde korku düzeyi ile riskli davranışlar ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu araştırmanın evreni tabakalandırma yöntemi ile 2018–2019 eğitim öğretim yılında İstanbul ili Avcılar ilçesinde farklı tür liselerde okuyan öğrenciler evreninde 475 öğrenciden oluşan örneklemidir.

Araştırmada kişisel bilgi formu ile Korku Tarama Ölçeği, Riskli Davranışlar Ölçeği (RDÖ) ve Duygu Düzenleme Ölçeği kullanılmıştır. 2018–2019 eğitim-öğretim yılı içinde araştırma gerçekleştirilmiştir. Veriler SPSS 21.0 programına girilmiş ve veri kontrolü yapıldıktan sonra analizlere geçilmiştir. Demografik özelliklerin betimsel yorumları yapıp frekans ve yüzde dağılımları çıkarılmıştır. Ölçek maddeleri ile ilgili aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri saptanmıştır. Ölçek puanlarının demografik değişkenlerle anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını anlamak için t testi ve ANOVA yapılmıştır. Ayrıca değişkenler ile ölçek arasında korelasyon analizi ve göreceli etkiyi tespit etmek için regresyon analizi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < ,05$ alınmıştır. Araştırma sonucunda Korku tarama ölçeği ile Riskli davranışlar ölçeği ve duygu düzenleme ölçeği arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Riskli davranışlar ölçeği ile duygu düzenleme ölçeği arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Tehlike ve Ölüm Korkusu, Bilinmeyen Korkusu, Tıbbi Korkular, Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, Yaralanma Korkularının duygu düzenlemelerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.

Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı, Sigara Kullanımı, İntihar Eğilimi, Beslenme Alışkanlıkları, Okul terkinin duygu düzenlemelerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre, yordayıcı değişkenlerin duygu düzenlemeleri üzerindeki göreceli önem sırası; sigara kullanımı, intihar eğilimi, alkol kullanımı, okul terki beslenme alışkanlıkları ve antisosyal davranışlardır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde sigara kullanımı negatif yönlü önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Diğer değişkenlerin anlamlı bir ilişkisi bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: *Korku, Riskli Davranışlar, Duygu, Duygu Düzenleme, Ergenlerde Duygu Düzenleme*



INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR LEVEL, RISKY BEHAVIORS AND EMOTION REGULATION SKILLS IN ADOLESCENTS

ABSTRACT

The aim of this study is to determine the relationship between fear level, risk behaviors and emotion regulations in adolescents. The relational survey model was used in the study. The scope of this research constitutes of a sample of 475 students enrolled in different high schools in the Avclar district of Istanbul during the 2018-2019 academic year. The Fear Screening Scale, Risky Behavior Scale (RDRS) and Emotion Regulation Scale were used in the study. The research was conducted in the 2018-2019 academic year. The data were entered into the SPSS 21.0 program and after the data control, the analyses were started. Descriptive interpretations of the demographic characteristics were made and frequency and percentage distributions were obtained. Arithmetic mean and standard deviation values of the scale items were determined. The t-test and ANOVA were used to determine whether the scale scores made a significant difference with demographic variables. In addition, the correlation analysis between variables and scale, as well as the regression analysis were performed to determine the relative effect. The significance level was taken as $p < .05$. As a result of the research, a significant positive correlation was found between the Fear Screening Scale, Risk Behavior Scale and Emotion Regulation Scale. A significant negative correlation was found between the Risk Behaviors Scale and Emotion Regulation Scale. When the results of the multiple regression analysis on the fear of danger and death, unknown fear, medical fear, social fear, animal fear, family fear, injury fear predicted emotion regulation; there was no significant relationship. When the results of multiple regression analysis on antisocial behaviors of alcohol use, smoking, suicidal tendency, nutrition habits, school leaving predicted emotion regulation ; it was found that there is a significant relationship. According to the standardized regression coefficient, the relative importance order of the predictive variables on emotion regulation; smoking, suicidal tendency, alcohol use, school dropout, eating habits and antisocial behavior. When the results of the t test regarding the significance of the regression coefficients were examined, it was found that smoking was a significant negative predictor. There was no significant relationship between the other variables.

Key Words: *Fear, risky behaviors, emotion, emotion regulation, emotion regulation in adolescents*



1. GİRİŞ

Bu araştırmanın konusu ergenlerde korku düzeyi ile riskli davranışlar ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Ergenlik dönemi, hormonal, psikolojik ve fiziksel değişimlerin yoğun olarak gerçekleştiği çevre ile etkileşime karşı hassasiyetin ve kırılganlığında arttığı buna paralel olarak tüm davranışları olumlu veya olumsuz şekilde etkilendiği bir dönemdir (Reininger, Evans, Griffin, Valois, Vincent, Taylor ve Zulling, 2003).

Ergenlik dönemi süresince değişimler yaşayan birey yetişkinliğe dair farklı uyarıcıları keşfederken zararlı veya sağlığı tehdit eden riskli davranışlara karşıda meyilli olmaktadır. Bu tarz riskli davranışlar bireyin kişisel hem de sosyal yaşamını olumsuz yönde etkilenmesine sebep olacak durumlar taşıyabilir (Özmen, 2006).

Ergenlik döneminde strese katkıda bulunabilecek faktörler arasında, daha fazla özerklik arzusu, akranlara uyum gösterme baskısı, cinsel kimliğin araştırılması ve teknolojiye erişim ve kullanımın artması yer almaktadır. Medya etkisi ve cinsiyet normları, bir ergenin yaşadığı gerçeklik ile geleceğe yönelik algıları veya özelemleri arasındaki eşitsizliği daha da arttırabilir. Ergenlerin ruh sağlığı için diğer önemli belirleyiciler ev yaşamlarının kalitesi ve akranlarıyla ilişkileridir. Şiddet (sert ebeveynlik ve zorbalık dâhil) ve sosyo-ekonomik sorunlar zihinsel sağlık için risk olarak kabul edilmektedir. Ergenlik dönemi en fazla riskli davranışların sergilendiği dönem olarak düşünülmektedir (Somayaji, 2003).

Riskli davranışların sonuçlarından en önemlileri biyolojik ve psikososyal problemlere neden olmasıdır. Ancak ergenin riskli davranışı kimlik gelişimi, olgunluk gelişimine, topluma katılmada statü elde etmesine de yardımcı olabilir. Gullone (2000), Ergenlerin riskli davranışları üzerine yaptıkları araştırmada riskli davranışları dört belirleyici faktör ile belirtmiştir:

- Heyecan arama davranışı
- İsyankar davranış

- Korkusuz davranışlar
- antisosyal davranışlar.

Arnett (1992), heyecan ihtiyacının ergenlik döneminde zirvede olduğunu belirtmiş bunda biyolojik faktörlerinde ilişkili olduğunu aktarmıştır.

Bireyler riskli davranışlar sergileyerek, uyarılmışlık düzeylerini artırarak uygun seviyeye çıkarmaya çalışırlar. Uyarılmışlık düzeylerini ideal ve tatminkâr ölçülere getirmek için başkaları için hoş olmayan, kaygılara yol açacak tehlikeli olarak algılanan yeni uyarıcıların arayışına girerler. Bu faktörler ile paralel olarak ergenlerin heyecan arama gereksiniminin korkusuz davranışlara sebep olacağına işaret edebilmektedir (Zuckerman, 1979, 1974; Akt: Arnett, 1992). Bu bakımdan ergenlerin riskli davranışlarına dair kişisel, bilişsel ve toplumsal normları da içine alan çevresel ilişkilerle bağlantılı olduğu söylenebilir.

Korku insanın doğasında var olan evrensel bir duygu hali olarak yaşanan tehlikeli durumlara karşı bizi uyararak bir anlamda koruyucu işlevi gören bir alarm sistemi olarak tanımlanır. İnsanlar kimi zaman korkularına rağmen risk almaktan kaçınmazlar. Korku duygusu organizmanın potansiyelini artırarak alarm sisteminin ilettiği sinyaller ışığında doğru tepki vermeyi sağlayabilecek bir potansiyel taşır. Bu durumda tehlike geçtiğinde korku azalma eğilimi göstermelidir. Bu yönüyle korku savunucu ve koruyucu bir işleve sahiptir.

Araştırmalar korku kavramını dış uyarıcılara bireyin dürtülerinin gösterdiği tepki veya duygu hali olarak ele almışlardır. Korku duygusu, tehlike düşüncesinin sonucu oluşan duygusal bir reaksiyondur (Beck ve Emery 1985, Clark ve ark 1989, Wickless ve Kirsch 1988). Ollendick and King, (1994) korkuların ergenler üzerinde oldukça yaygın olduğu belirlemiştir. Kızların erkeklerden daha fazla korku yaşadığı genç ergenlerin büyük ergenlerden daha fazla korku yaşadıklarını rapor etmiştir. Gençlerin çoğu, korkularının ciddi bir sıkıntıya neden olduğunu ve korkularının günlük faaliyetlerine önemli ölçüde engel olduğunu belirtmiştir. Ergenin korkuları onun riskli davranışlarını engelleyebilecek bir duygu olarak düşünülebilir (Lerner ve Keltner, 2001). Buna rağmen ergenlerin risk alma potansiyelleri gelişim özellikleri gereği yüksek olduğu ifade edilmiştir.

Alexander ve diğ. (1990), riskli davranışları, genel olarak sağlığı tehdit eden yaşamsal tehlikesi bulunan diğer bir deyişle zarar görme veya ölüm tehlikesi olan

davranışlar olarak tanımlamışlardır. Jessor (1998), riskli davranış tanımı “kişisel, sosyal veya gelişimsel olarak istenmeyen sonuçlar oluşturabilecek risk faktörleri” dir.

Ergenin riskli davranışlarının kaynağında belirleyicisi olan bir çok duygudan bahsedilebilir. Ergenin duygularını kontrol etme becerisi korku düzeyi ve risk eğilimi taşıyıp taşıması gibi özellikleri davranışlarının şekillenmesinde rol oynayabilir. Ergenlerin maruz kaldıkları risk faktörleri ve sergilediği riskli davranışlar arttıkça, ruh sağlığı üzerindeki potansiyel etkiler de artacaktır.

Goleman (2014) duygu kavramının yaklaşık bir asırı aşkın süredir felsefe ve psikoloji alanında tartışma konusu olduğunu vurgulayarak, duyguyu “bir his ve bu hisse özgü belirli düşünceler, psikolojik, biyolojik ve bir dizi hareket eğilimi” olarak tanımlamıştır.

Duygular, hedeflerimiz ve ortam şartları konusunda bize işaretler sağlayan ve dünya görüşümüzü etkileyen, düşünce ve davranışlarla yakından ilintili temel ilkelerdendir. Kişilerin duygularından nasıl etkilendikleri, bu duygulardan hangilerine ve ne zaman sahip oldukları, bu duyguları deneyimleme ve dışa aktarma süreçleri duygu düzenleme becerilerimizle ilişkilidir (Gross, 1998a). Duygu kavramını ele alan birçok araştırma ve kuramın duygu konusunda ortak görüşü onun karmaşık bir olgu olduğudur. İnsan yaşamı için çok önemli unsurları barındıran bu kavramın anlaşılma ve tanımlanma çabaları uzmanların birçok farklı yaklaşımlar ile ele alınması zorunluluğunu doğurmuştur.

Duygu düzenleme, duygular ile yakın ilişkili duyguları etkileyen bir süreçtir. Duyguların meydana çıkış zamanı, yaşanma biçimi ve sergilenişi ile ilişkilidir (Gross, 1998a).

Duygu düzenleme becerileri kişinin hedeflerini ulaşması amacı ile belirli süreli ve yoğun duygusal reaksiyonları gözleme, değerlendirme ve de değiştirilmesini içeren içsel ve dışsal süreçlerden oluşur ve bireylerin duygu düzenleme becerileri gelişim dönemleri bakımından ergenlikten gençliğe doğru artarak ivme kazanırken aynı zamanda güdüleme işlevi, duygu türleri sosyal tutum faktörleri gibi ayrımlar gösterir (Thompson, 1991).

Bireylerin olumlu olmayan durumlar karşısında duygu düzenleme stratejilerini kullanması kaygılarının üstesinden gelmek konusunda önemlidir (Thompson, 1994).

Duygusal deneyimlerin, yoğunluk boyutu ve niteliğini düzene koymaya dair uğraşlar riskli davranışı için önem arz etmektedir (Cooper, Agocha & Sheldon, 2000).

Olumsuz arkadaş ortamı, kronik hastalığı olan ergenler, otizm spektrum bozukluğu, zihinsel engelli veya diğer nörolojik rahatsızlıklar; hamile ergenler, ergen ebeveynler veya erken ve / veya zorla evlendirilenlerde; kimsesiz çocuklar ve azınlık etnik veya cinsel kökenli veya diğer şekilde ayrımcı gruplara dâhil edilen ergenler. Tüm bu olumsuz koşullar ergenlerin risk davranışları ile birleştğinde riskin boyutu daha da artar.

Gelişim dönemleri içersinde ergenlik dönemi riskli davranışların daha fazla görüldüğü bir dönem (Somayaji, 2003), olarak ifade edildiğinden araştırmanın problemi ergenlerin riskli davranışları ve korku ilişkisinde duygu düzenleme becerilerinin rolünü incelemektir.

1.1 Amaç

Alan yazındaki çalışmalarda duygu düzenleme genel kaygı düzeyi (Mennin ve diğerleri., 2004), ergen ve çocuklarda kaygı (Bender ve diğerleri, 2012), kaygı, beslenme bozuklukları, depresyon gibi içselleştirilmiş bozukluklar arasında (Aldao, Nolen-Hoeksema ve Schweizer, 2010) anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Ergen risk almasında anahtar bir role sahip olabilen duygusal etki çok az çalışılan bir konudur (Zhao, 2006).

Bu sonuçlara göre risk davranışlar ve duygularımız yakından ilişkilidir. Özellikle ergenlik dönemi riskli davranışların yaşanma ihtimalinin yüksek olduğu bir dönemdir. Türkiye’de duygular ve duyguları düzenleme becerileri üzerine araştırmalar bulunurken duyguların genel anlamda ele alındığı ve de düzenleme becerilerinin spesifik olarak duyguların ele alınıp riskli davranış ile ilişkisi konusunda pek çalışma olmadığı görülmüştür.

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin duygu düzenleme becerilerinin riskli davranışlar ile olan etkileşimi temel duygulardan korku boyutu ile olan ilişkisi çerçevesinde araştırmaktır. Araştırmanın problemi ergenlerde korku düzeyi ile riskli davranışlar arasındaki ilişkinin belirlenmesinde duygu düzenleme becerilerinin etki gücünü incelemektir.

Hipotez: Korku düzeyi ve ergenlerde riskli davranışlar arasındaki ilişkide duygu düzenleme becerileri düzenleyici rol oynar.

Alt problemler ise:

- Ergenlerde riskli davranışlar ile korku düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki var mıdır?
- Ergenlerde risk davranışlar ile korku düzeyi arasında ilişki var mıdır?
- Ergenlerde risk davranışlar ile olumsuz duygu düzenleme stratejileri arasında ilişki var mıdır?
- Ergenlerde korku düzeyi ile olumsuz duygu düzenleme stratejileri arasında ilişki var mıdır?
- Ergenlerde demografik değişkenlere göre korku düzeyi farklılaşmaktadır.
- Ergenlerde demografik değişkenlere göre riskli davranış düzeyi farklılaşmaktadır.
- Ergenlerde demografik değişkenlere göre duygu düzenleme stratejileri ile risk davranışı arasındaki ilişkide anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- Korkular duygu düzenlemelerini etkilemekte midir?
- Riskli Davranışlar duygu düzenlemelerini etkilemekte midir?



2. GENEL BİLGİLER

Bu bölümde ergenlik, ergenlerin korkuları, riskli davranışlar ve duygu düzenleme kuramsal açıklamalar ve ilgili araştırmalar bağlamında incelenmiştir.

2.1 Ergenlik

Ergenlik son çocukluk ile ilk yetişkinlik arası bir evre olarak kabul edilir. Fakat bu evre sınır ve boyutları açısından bazı belirsizlikler içermektedir. Kendi toplumsal sorumluluklarına sahip olmadan bir keşfetme evresi olan ergenlik aynı zamanda gelişim görevlerinin niteliği ve niceliği yönlerinden bir kargaşa dönemi olarak ta karışımıza çıkabilmektedir. Ergenlik önemli fiziki, sosyal ve psikolojik olarak yeni evrelerin belirdiği 10-19 yaşları arası hızlı değişimlerin olduğu bir dönemdir (Blakemore, 2008). Ergenlik çoğunlukla merak, deneme ve artan risk alma ile karakterize olarak tarif edilen önemli bir gelişim dönemi olarak tanımlanmıştır (Gardner ve Steinberg, 2005).

Çocukluk ve yetişkinlik arasındaki bu geçiş dönemi, gençlerin kendilerini yetişkinliğin sorumluluklarına hazırlayacak sosyal ve entelektüel beceriler geliştirdikleri bir dönemdir (Harris, Duncan, Boisjoly, 2002). Hall, ergenlik dönemi ile ilgili araştırmalarında bu dönemi basit olandan gelişmiş olana geçiş olarak tanımlayarak “fırtına ve stres” dönemi olarak nitelemiştir. Bu dönemde etkili ruhsal değişimlerinin yaşandığını ve bu dönemin karakteristik özelliklerinin duygu karışıklıkları, stres ve sıkıntılı haller olduğu belirtilmiştir (Dacey & Kenny 1994; Adams, 2000). Psikoanalitik kurama göre ergenlik kimlik problemlerinin yaşandığı çeşitli rollerin denenip benimsenmesi ve sonrasında vazgeçilip yeni arayışların yaşandığı katı bağımsızlık arayışı ile bağımlılık ihtiyacı arasında gel gitlerin olduğu bir dönemdir (Geçtan, 1998).

Mead’e göre ise, ergen sorunları ve davranışları yaşadıkları kültürel şartlardan etkilenir. Ergenliğe dair bir tek kütürün etkisinden söz edilemez. Aksine

görecelilik içeren bu kavramlar her kültürel yapı için bir mikro kuram özelliği taşımaktadır (Adams, 2000).

Bandura ve Walters, ergenlik dönemini diğer gelişim dönemlerinden ayrı olarak görmezler. Fırtına-stres veya tekrardan doğma biçimindeki tanımlamaya karşı çıkarak; kültürel ve sosyal faktörlerle dönemin değişikliklerine açıklama getirmeye çalışırlar (Muus, 1975). Ayrıca Bandura ergenlik döneminin bunalımlı bir dönem olduğu görüşüne itiraz etmektedir. Ergenliğin bunalımlı süreç düşüncesine itiraz ederek buhranlı geçişleri yaşayanların toplumsallaşma becerisini gösteremeyerek saldırgan davranış gösteren ergenleri istikrarsız, yakın ilişkiler kuramayan düzensiz aile yapısının sonucu olarak görmektedir (Akt. Kulaksızoğlu, 1998).

Ergenlik, biyolojik olgunlaşma ve psikososyal değişikliklerin ivme kazandığı bir dönemdir. Çocukluk ve erişkinlik arası bir gelişim dönemi olan ergenlikte sıkça görülen riskli davranışlar akran kabulü, aileden bağımsızlık arayışı, norm ve değerlere karşı çıkma, engellemeler, başarısızlık beklentileri ve kaygılarının üstesinden gelmelerine, olgunlaşma ve kimlik edinme süreçlerinde arabuluculuk yapabilmektedir. Ergenlik dönemi riskli davranışlar arasında sigara, alkol veya madde kullanımı, riskli(hızlı, ehliyetsiz vb) sürüş, erken ve korunmasız cinsellik, evden veya okuldan kaçma, okul terki, akademik ilgisizlik, mesleki ve toplumsal konularda yetersizlik, sağlıksız beslenme davranışları ve hareketsiz yaşam sayılmaktadır (Peterson ve diğerleri, 2003). Ergenlik dönemi ve özellikleri farklı araştırmacılarca farklı yorumlanmış olsa da bu dönem yaşamın önemli dönemlerinden biri olduğu çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi olması ve yüksek enerji ve hareketliliğin olması yönüyle önemli bir dönem olarak nitelendirilmektedir.

Ayrıca, ergenlik, sağlık, aile, kariyer, sosyal ilişkiler ve eğitim gibi yaşamın çeşitli yönleri hakkında seçim yapma zamanıdır. Ergenlik döneminde risk almak yaygındır ve gençlerin güçlü yönlerini, kısıtlamalarını ve yetişkinlik geçiş için sosyal normların sınırlarını test etmeleri için uyarlayıcı bir yol olabilir (Rudasill ve diğerleri, 2010).

2.2 Korku

Korku üzerine net bir tarif yapılması bu kavramın somut olarak ele alınamamasından kaynaklı bir karmaşıklık karşımıza çıkarmaktadır. Antik Yunan'da korku belirsiz bir nedenden kaynaklanmamaktadır. Bu durumu Platon oldukça belirgin şekilde ortaya koymuştur; insanın korkuyu yenmesinin cesaret göstermekle olacağını belirtir (Schultz ve Schultz, 2007). Korku kavramı üzerine ilk bilimsel tanımlama çabalarından biri de Aristoteles tarafından. Aristoteles, korkuyu gelecekte oluşma beklentisi olan rahatsızlık verici kötülüğe dayalı acı veya rahatsızlık olarak betimler. Buradan yola çıkarak korkuyu yaşantılanan değil de gelecekte gerçekleşme potansiyelini barındıran bir kurgusalık olarak yorumlamak mümkündür.

Psikoloji de ise korku terimi değişik şekillerde tanımlanmaya çalışılmıştır. Janis'e göre korku şiddeti birey tarafından azaltılmak istenen olumsuz bir dürtüdür (Janis, 1967). Bir başka dürtü kavramına yaslanan açıklama Freud tarafından yapılmıştır. Cinsellik ve saldırganlık olmak üzere iki temel dürtünün bastırılması sonucu medeniyetin şekillendiğini söylemektedir. Küçük Hans vakası ile fobiler üzerine çalışma fırsatı yakalamış ve korkuyu klasik psikolojinin tersine bilinç dışı bir alanda görmüştür. Freud için korku kavramı yapısal kuramı içerisinde id ve Üst-Ben arasında düzenleyici işlevi olan ben'in, korku-kaygı kavramları bakımından uyarıcı ve savunma tepkisini de kapsayan işleve sahiptir (Andre, 2004). Freud, korkuyu bilinç alanından bilinç dışı bir alana taşımış ve fobilerin erken çocuklukta geliştiğini belirtmiştir. Segal (1999), olası bir tehlike düşüncesinin yarattığı endişe duygusu tanımlaması ile korku kavramını dürtü olarak değil bir duygu olarak ele almıştır. Duygu veya dürtü açıklamaları korku terimini insanın doğa ile olan ayrılmaz bağlarının etkisi olarak görür. Fakat zamanla insanın medenileşme süreci ile ayrıştığı düşüncesi yatmaktadır.

Korku tek boyutlu bir duygu değildir, bilişsel-özel, davranışsal ve fizyolojik elemanları içeren duygusal bir tepki sendromu olarak görülebilir (Marks, 1987b). Korku duygusuna temel bir duygu olarak odaklanan araştırmacılar korku duygusunu hayatta kalma konusunda uyanıklığımıza olan etkisi yanında bazen de haz verici özelliği de bulunan bir duygu olarak belirtmişlerdir (korku romanları, motosiklet yarışları vb) (Marks, 1987a). Gullone ve King (1997) korkuyu,

kurgusal veya gerçek olarak olmasını beklediğimiz tehlikeye karşı hayatımızın devamlılığını sağlamak için verdiğimiz normal tepki olarak tanımlamışlardır. Bir diğer tanımlamaya göre tehlike uyarıcısının oluşturduğu düşünceye karşı korku duygusal bir tepkidir (Wickless ve Kirsch 1988). Başka bir deyişle korku tepkisi, tehdit ortaya çıkması ile başlayan ve potansiyel mücadele veya kaçışın hâkim olduğu bir alarm sisteminin çalışma prensibine benzer (Öhman, Mineka 2001). Bunun yanında korku fiziksel olarak, organizmayı zararlı durumlardan koruyan işlevi yanı sıra gelişim dönemlerinin de önemli bir parçasıdır (Gullone, 2000). Temel olarak normal korku, bireyin yaşına ve gelişim evresine, korkunun süresine ve günlük işleyişe olan etkisine bağlı olarak belirlenir.

Gelişme sürecinde, çocuklarda ortaya çıkan, çoğalıp azalan, tahmin edilebilecek, normal, şiddetli, belirli spesifik korkuları olduğu tahmin edilmektedir. Bazı korkuların bebeklik döneminde başladığı (örneğin, beklenmeyen sesler, yükseklikler) ve diğer korku tiplerinin 1-2 yaş (örneğin yabancılar), 3-5 yaş (örneğin, hayvanlar, karanlık, görüntüler), 6-9 yaş (örneğin, hayvanlar, fırtınalar, okul, ölüm), 9-12 yaş (örneğin, testler, kişisel sağlık) ve 13 yaş ve üstü (örneğin, kişisel yaralanma, sosyal etkileşimler ve siyasi felaketler) ortaya çıktığı bildirilmiştir (Beidel Ve Turner, 2005).

Sık sık içselleştirici davranış sorunları olarak sınıflandırılan korkular, kaygılar ve özel fobiler, bugünün çocukları ve ergenleri arasında nispeten yaygındır (Lichtenstein ve Annas, 2000). Bununla birlikte çocuklarda ve ergenlerde korku üzerine yapılan araştırmaların çoğu, kadınların genel olarak erkeklerde daha fazla korku bildirdiğini ortaya koymuştur (Elbedour, Shulman ve Kedem, 1997; Ollendick ve King, 1994).

2.2.1 Korkunun tarihçesi

Korkunun doğuştan veya öğrenilerek mi oluştuğu ile ilgili bilgiler bulunmaktadır. Bazı araştırmacılar korkunun evrim geçirdiğini iddia etmektedirler. Örneğin yılan, akrep gibi hayvanları gördüğümüzde korkarız. Korku canlı yaşamında savunma mekanizması olarakta tanımlanır. Hayvanlara karşı gelişen bu tepkinin evrimleşme süreci içerisinde öğrenildiği belirtilmektedir (Mckenzie, 2005: 8). Doğa karşısında güvensiz ve aciz olmak ilk korkuların nedenidir (Adler, 2008). Günümüz dünya görüşünden farklılaşan bu acizlik ve güvensizliğin kaynağı

bilgilenme ile açıklanabilir. Şenol, (2006)'a göre ilk insanlar için doğada deneyimlenen olayların başlatıcısı ve yok edici bir gizemli gücü bulunmalı idi. Fakat bu güce bir anlam verilememekteydi zamanla bilgi ve deneyimin artışı korkunun azalmasını sağladı.

Korku Ortaçağ Avrupa'sında onaylanmayan, istenmeyen değil tam aksine istenen arzu edilen bir şeydi. Aziz Augustinus 'a göre ilahi cezaya karşı duyulan korku bir lütuf idi. İnsanlar korku sayesinde tehlikeli durumlardan daha önemlisi günahlardan koruma sağlamaktaydı (Kagan, 2000). 1920'lere dek çocuk korkuları ile doğrudan ilgilenilmemiş ve önem verilmemiştir. Yabancı, karanlık korkuları gibi korkular olağan çocuk deneyimleri olarak görülmüştür. 1930 sonrası dönemde ise çocukların duyguları özellikle eğitim alanında önem kazanmış, korkunun da yer aldığı temel duyguların ifadesi ile ilgilenilmiştir. 1930 ve 1940 arası dönemde korku rahatsız edici dış uyaranlara amaçlı bilinç dışı savunma tepkisi olarak görülmüştür. Ayrıca korkunun doğuştan ve yapısal olmadığı düşüncesi hakim olmuştur. Davranış kuramcıları ise yüksek ses ve düşmeye karşı gelişen korkuları doğuştan geri kalan korkuları ise ebeveyn davranışlarının sonucu olarak görmüşlerdir. Böylece korkunun nedenleri, başa çıkma mekanizmaları korku ile ilgili araştırmaların temel yönelimi haline gelmiştir. Özellikle 1930'lar sonrası çocuk yetiştirme ve aile alanlarında psikologların saygınlığı artmış, böylece korku ile ilgili araştırmalarda ön plana çıkmıştır (Bakker, 2000).

1970-2000 arası dönemde çocuk ve ergen korkuları üzerinde çalışmalarda korku ölçekleri kullanılmaya başlanmıştır (Gullone, 2000). 1990 ve sonrası yıllarda ergenlerin korkuları üzerine araştırmalara daha fazla önem verilmiştir (Shore ve Rapport, 1998).

2.2.2 Korkunun kaynakları

Çocuk ve ergenlerde korku çevresel, bilişsel ve biyolojik etkenlerin karşılıklı etkileşiminin sonucudur (Du, Jaaniste, Champion & Yap, 2008).

Şiddetli korkuların, fobik ve anksiyete bozukluklarının oluşumunda birçok faktörün rol oynadığına inanılmaktadır (Beidel ve Turner, 2005; Lichtenstein ve Annas, 2000). İkiz ve evlat edinme çalışmaları ile genetik ve çevrenin korkulara, fobilere ve diğer endişe problemlerine olan etkisini incelemek için yapılan

araştırmalar bulunmaktadır. Lichtenstein ve Annas (2000) genetik, paylaşılan çevresel ve paylaşılmamış çevresel etkilerin hepsinin küçük çocuklarda korku ve fobilerdeki bireysel farklılıklara etkide bulunduğunu ileri sürmüşlerdir.

Torgersen (1979), yaptığı ikiz çalışmaların birinde genetik faktörlerin fobi korkular üzerinde hem etkinlik hem de içeriğinde rol oynadığını tespit etmesine rağmen çevresel faktörlerinde önemini belirtmektedir. Bununla birlikte, ABD'deki 2.163 kadın ikizin geniş çaplı bir araştırması, fobilerin ailesel toplanmasının, çevresel etkenlerden ziyade genetik kaynaklı olduğunu ortaya koydu, sorumluluğun kalıtsallığının% 30 ila% 40 arasında olduğu tahmin edildi. Hâlihazırda paylaşılan çevresel faktörlerin korkuların ailesel toplanmasındaki rolüyle ilgili karışık kanıtlar olsa da, paylaşılmayan ya da bireysel çevresel faktörlerin korku etiolojisindeki önemine dair güçlü kanıtlar bulunmaktadır. Erkek ikizlere bakıldığında, spesifik fobi alt tiplerinin ikiz çiftler içinde toplandığı bulundu ve bu, aynı zamanda, büyük ölçüde% 25 ila% 37 arasında değişen eğilimlerin kalıtsallığı ile genetik faktörlere bağlandı (Kendler, Myers, Prescott, & Neale, 2001).

Özellikle küçük çocuklarda bu tür çalışmalar nadir yapılsa da 8-9 yaşları arasında ilgili bir ikiz çalışması bulunmuştur. Araştırma sonucunda etkilerin karmaşıklığı tespit edilmiş, genel genetik etkilerin hem korkular hem de belirli bir korku için genel bir duyarlılığa katkıda bulunduğunu bildirmiştir. Paylaşılan çevresel etkilerin öncelikli olarak ortak kaygı boyutlarını etkilediği paylaşılmayan çevresel etkilerin korkunun kendine özgü olduğu bildirilmiştir. Ayrıca, küçük çocuklarda korkuluk ve fobilerdeki farklılıklar için travmanın, yaşamsal öğrenmenin ve diğer çevresel faktörlerin yanı sıra kalıtsal faktörlerin de önemli olduğu açıklanmıştır. Çocuklar ve yetişkinler hakkındaki ikiz çalışmalardan korku, fobik ve anksiyete bozukluklarının kazanılmasında genetik bir bileşen olduğunu gösteren kanıtlar bulunmuştur (Lichtenstein ve Annas, 2000).

Gençlerde anksiyete bozukluklarına ve spesifik fobiye önemli katkı olduğu öne sürülen diğer risk faktörleri, şiddetli davranışsal inhibisyonun erken zaman belirtileridir (Beidel ve Turner 1998). Genel olarak kalıtsal görünen, kaygı eğilimi ve belirli bir fobinin (veya herhangi bir kaygı bozukluğunun) gelişmesi için, karmaşık çevresel faktörlerin etkileşimi gerekli görünmektedir. Korku, fobi ve anksiyete bozukluklarının kazanılması temel olarak öğrenme teorisince

çevresel faktörler ve yaşam deneyim boyutuyla açıklanmıştır (Reuterskiöld, 2009).

Mizaç, erken yaşta ortaya çıkan ve biyolojik bir temele sahip olduğu kabul edilen duygusal ve davranışsal tutarlılıkları ifade eder (Caspi, Roberts, & Shiner, 2005). Bazı araştırmacılar mizacın genetik olarak belirlenmiş kişiliğin bir kısmını yansıttığına inanmasına rağmen (Carey & DiLalla, 1994), diğerleri mizacı bir çocuğun ortaya çıkan kişiliğinin gözlemlenebilir bir yansıması olarak görmektedir (Matthews, Deary, & Whiteman, 2003). Araştırmacılar her iki durumda da erken çocukluktan itibaren gelişen mizaç stili ile daha sonra oluşan kaygı bozuklukları gelişimini ilişkilendirmişlerdir (Goldsmith & Lemery, 2000).

2.2.3 Korkunun beyinsel devresi

Yaşamımızın devamı için bazı bilgiler doğumda kayıt altına alınır. Bu bilgiler şeklinden ötürü badem anlamına gelen "amigdala" denilmektedir. Bir kısım organlarımızın işleyişi mimarı hipotalamus olan bizim dışımızda otonom sistem tarafından kontrol edilir. Bu sistem amigdala tarafından gelen herhangi bir tehlike sinyali sonrası kana adrenalini akışı sağlar ve böylece diğer organlarımıza tehlike uyarısı iletilir (Keskin, 2011).

Amigdala korku kaynaklı alarm tepkisinin karar merkezidir. Normal şartlar altında komşu beyin sistemleri ile korku tepkisine verilecek yanıtları düzenler fakat korkunun yoğunluğu şiddetli bir durum aldığında tehlike karşısında tercihler en iyi şekilde verilemezler. Laboratuvar ortamlarında amigdalanın rollü değişik biçimlerde test edilmiştir. Örneğin amigdalaları zarar gören fareler kedilere fütursuzca yaklaşabilmekte hatta ısırabilmektedirler (Andre, 2004). Öhman ve Mineka (2001), korkunun beynin üç yapısı ile olduğunu ileri sürmüşlerdir bunlar beynin alt kortikal bölgesi, limbik sistem, ayrıca duygu ifadesinde önemli olduğu ortaya atılan amigdaladır.

2.2.4 Korku ve benzeri duygular

2.2.4.1 Fobi

Birçok dilde normal ve fobik korkunun ayırımına pek bakılmaz fakat antik Yunan'da ayırım belirgin biçimde ortaya konmuştur: bilincin denetimindeki korku

anlamında deos ve kaçınma davranışının eşlik ettiği yoğun ve bilinçsiz korku anlamında phobos. Yunancada Phobos'tan türeyen Fobi terimi (phobia) “panik korkusu”, “kaçış”, “dehşet” gibi anlamlar taşır.

Psikoloji alanında çalışmalarda Freud’a dek fobilere yapısal bozukluk, karakter zayıflığı aşırı mastürbasyon gibi açıklamalar getirilmeye çalışılmıştır. Freud tarafından ise bilinçdışı çatışmanın semptomları ve benliği korumaya yönelik savunma mekanizmalarının sonucu halini aldı (Andre, 2004). Kaygı gibi korkunun özel bir çeşidi olan fobi belirli nesne veya durumlara aşırı derecede, irrasyonel ve hemen hemen kronikleşmiş duygu, aralıksız ve uzun bir korku olarak tanımlanır. Daha yalın ifade ile fobi, “çoğu kez engelleyici, abartılı bir korku” olarak tanımlanmıştır (Beck ve Emery, 1985).

Fobi düşük derecede zarar verme ihtimaline karşın, belirli nesne veya olay için gerçeklik dışı ve aşırı korkudur (Ferrari, 1986). Marks’a (1987a) göre fobi, tehlikeli duruma karşı ölçüsüz, mantık dışı, denetlenemeyen ve kaçınmaya sebep olan durumsal korkudur.

Görüldüğü üzere çok az da olsa potansiyel tehlike fobinin oluşumu için gereklidir. Fakat alanda yapılan araştırmalara bakıldığında normal korkuların fobilerden ayıran kriterler vardır.

Normal korkuların dönemsel ve uyuma yönelik etkenleri de bulunurken fobik korkular uzun süre kalıcı, uyum bozucu, yaşa ve belli bir döneme özgü değildir (Muris, Ollendick, 2002). Gullone’a (2000) göre normal korku ve fobi gelişim, yoğunluk ve süre kavramları tanımlanarak ayrılabilir. Daha bariz olarak yapılan normal korkuya dair araştırmalar tanımlamaya ek olarak, demografik veya bağlamsal etmenleri temele almış ve korkunun içeriksel farklılıklarını yordamaya odaklanmıştır.

2.2.4.2 Kaygı

Kaygı kavramı Latince bir kelime olan anxius’tan gelmektedir. Üzüntü hali ve kaygı olarak tanımlanmaktadır. Kaygı, gerginliğin hakim olduğu duygusal bir durum olarak betimlenmiştir (Beck ve Emery, 2006). Kaygı teriminin günümüzde dahi korku terimi ile ayrımı konusunda tartışmalar sürerken bu iki terim birbirinin yerine kullanılmaya devam etmektedir (Campbell, 1986). Bazı

araştırmacılara göre korku ve kaygı duyguları birbirinden farklı görülmektedir (Perkin ve ark. 1993).

Heidegger Varlık ve Zaman eserinde “Heidegger “Dünyanın-İçinde-Olmak” halinin kaygıyı oluşturduğunu ve kaygıyı korkunun öncülü olarak tanımlamıştır (Heidegger, 1927). Sıklıkla korku ile anılan kaygı teriminin genel kabul gören Kierkegaard (1844) ayrımına göre, korkunun nesneye olan sahipliği ile kaygıdan ayrılmaktadır. Korkunun nesnesi bellidir fakat kaygı belirsizlik içermektedir.

Kaygı tehlike durumuna yönelik uyarıcı, bireyin tehlike nesnesine karşı güvenlik tedbiri alma işlevlerini sağlayan uyarıdır (Ayvaşık, H.B. ve Sayıl, M., 2002).

Barlow’a (1988) göre, geleceğe dair yönelime sahip olan kaygı, duygusal bir durumdur ve uygun (optimum) seviyede performansa olumlu etkisi vardır.

Korku ve kaygı arasında benzerlikler görülmektedir. Duygusal bakımdan beklenti hissi uyandırması, fizyolojik bakımdan ise titreme, terleme, kontrol kaybı gibi belirtiler göstermektedir (Marks, 1987a; Ollendick ve King, 1994; Gullone, 2000). Bununla birlikte her ikisi de rahatsızlık vermesi ve istenmeyen duygular iken aynı zamanda işlevsel ve motive edici duygular olarak belirtilmektedirler.

Araştırmalar bu duyguların benzer özellik göstermelerine rağmen farklı duygular olarak ortaya koymuşlardır. Korku tehdit içerikli belirgin bir durumun varlığı ya da farkındalığı ile ortaya çıkarken kaygı ise tehlikenin varlığı olmadan da görülmektedir (Muris, 2007). Levitt (1971), dış uyaran olmadığı zamanda kaygıdan söz edilebilirken, tehdit nesnesinin saptanması durumunda kaygıdan ziyade korkudan söz edileceğini belirtmektedir (Akt., Öhman, 2000). Öhman (2000) kaygının genelde uyarıcı öncesi, korkunun ise uyarıcı sonrası oluştuğunu belirtmektedir.

Bireyin tehdit ile olan bağlantısı üzerine yapılan bu ayrımların dışında bilişsel bakımdan da farklılıklar vurgulanmıştır (Gullone, 2000). Korku ve kaygı işlevseldir. Fakat gelişimsel olarak korku duygusunun kaygı bozukluğuna göre (bilişsel hata oranının daha az olması yönünden) daha avantajlı olduğu belirtilmektedir (Lahikainen ve Kraav,1996).

Beck ve Emery (2006), korkunun tehlikenin ölçüsünü belirlediğini kaygının ise korku tarafından etkilenen bireyde ortaya çıkan rahatsızlık hissi olarak tanımlamaktadırlar.

Rachman' a (2004) göre korku ve kaygı duygularının farklılıkları eylemsel olmasından öte kuramsal olarak yapılabilmektedir. Rachman korkunun kaygı gibi huzursuzluk verici, gerginlik yaratan, rahatsızlık ve beklenti hissini kapsadığını ancak korku ve kaygının sebepleri ve devam etme süreleri ile ilgili farklılıklarını vurgulamaktadır. Kaygı korkuya göre saptanma, kontrol edilme bakımından daha fazla dezavantajlı özelliklere sahiptir. Korkunun azalıp çoğalması mekan ve zaman ile sınırlanırken, kaygı; süresi belirsiz, daha fazla yaygın ve süregen özellikler gösterir. Kaygı, ani tepki durumundan ziyade genel uyarılmışlık durumunda artış ile belirtilmektedir.

2.2.5 Psikolojik modeller

Gözlemsel öğrenmede, esas olarak Albert Bandura'nın çalışmasından ve deneysel hayvan çalışmaları, korkuların başka bir kişinin - akran, ebeveyn veya akraba - korktuğunu gözlemleyen çocuklar tarafından edinildiğine inanılır (Bandura, Grusec, & Menlove, 1967). İlginç bir şekilde, bu korku kazanımının çok ince olabileceği öne sürülmektedir zira ciddi bir kişinin korkulu bir durumdan pasif şekilde kaçınması, çocuklarda korku gelişimine yol açabilmektedir (Beidel & Turner, 2005).

Bilişsel kuram yalın olarak olaylara değil, olayların tahminine ve yorumlanmasına odaklanır. Buna göre olağandan fazla olan korkular, tehlikeli uyarıcının önyargılı bir biçimde yorum yapılmamasının neticesidir. Burada biliş diğer üç sistemle etkileşim içinde işlev gösterir. Bunlar duygusal, fizyolojik ve davranışsal sistemlerdir. Burada bilişsel sistemin tümleştirilmesinden, uyumlu plan seçiminden ve öteki alt sistemlerin devinime geçirilmesinden sorumlu olan biliş önceliğe sahiptir (Beck ve Emery, 2006). Bilişsel modele göre korkuya dayanan bozuklukların nedeni tehdit içeriğinin normalden aşırı görülen kronik eğilimin bir sonucudur. Örnek olarak uçak korkusu olan biri uçağın düşme ihtimalini aşırı bir şekilde algılar. Tehdite yönelik yanlış kestirim, kaygının seviyesinin artışına sebep olur. Böylece bir dizi zarara karşı koruyucu tepki etkin hale gelir. Bu tepkiler özerk bir uyanıklılık değişimi (savaş ya da kaç), süre giden davranışı bastırma ve de tehlike oluşturabilecek kaynaklara dair seçici biçimde gözden geçirilmesinden oluşur. Kaygılı bireyler yeni duruma verdikleri uyumsuz

tepkinin yanında, tehlikeli olarak algılanan durumun ortadan kalkması sonrası dahi uzun süre savunma durumunda kalırlar (Elmacı, 2006).

İlişkili öğrenme (Associative), çocuklarda belirli korkuların oluşmasında koşullanma ya da öğrenmenin önemli olduğunu belirtmektedir. Rachman (1977), klasik koşullanmanın korkuların ortaya çıkma şartlarını kısmi olarak açıklığa kavuşturabildiğini iddia ederek yeni savlar ortaya atmış ve korkunun oluşumunu birbiriyle uyumlu üç değişik yöntem ile olacağını belirtmişlerdir; doğrudan koşullanma;(trafik kazası gibi olumsuz durum yaratan bir olaya maruz kalma), olumsuz bilgi aktarımı;(çocuğun trafik kazası gibi bir haberi okuması veya izlemesi gibi), model alma;(çocuğun korkulu davranışı sergileyen aile, arkadaş gibi birini izlemesi). Buna paralel bir çizgide Öhman ve Mineka (2001), öğrenme yaklaşımı açısından korkunun oluşumunda bilişsel süreçlerin önemini belirtmişlerdir. Evrimsel uyumu yansıtan korku modülü geliştirmişlerdir. Buna göre:

- Korkular evrimsel olarak ilgili uyaranlarla etkinleştirilir (örneğin yılanlar, örümcekler).
- Korku modülü otomatik olarak yukarıdaki durumda bir yanıt ortaya çıkarır (evrimsel açıdan önem teşkil eden bir uyarıcı karşısında korku farkındalık olmasada tetiklenebilir).
- Korku aktif şekilde etkinleştğinde bilişsel süreçlerle kontrol edilmesi zordur.
- Korku modülü amigdalanın sinirsel devreleriyle bağlantılıdır.

İlişkisel olmayan model, bazı korkuların (örneğin, yükseklikler, su, örümcekler, yabancılar ve ayrılmalar) biyolojik olarak tespit edildiğini ve hayatta kalma şansımızı arttırmak için atalarımızdan geçtiğini öne sürüyor. Buna göre, bu tür korkular doğrudan veya dolaylı, önceki ilişkisel öğrenme deneyimleri olmadan kendiliğinden ortaya çıkar (Poulton & Menzies, 2002).

Korku oluşumu ile ilgili ilişkili ve ilişkili olmayan yöntemlere ek olarak stres ve genelinde olumsuz yaşam deneyimlerinin korku ve kaygı sürecine etkisi olan bir yapı olarak açıklama getiren Barlow (1988)'a göre olumsuz yaşam pratikleri ile birlikte tekrarlayan stresli durumlar koşullanmanında etkisi ile korku gelişimi için

bireyi daha hassas kılarak yatkınlığa sebep verir. Dolayısıyla olumsuz yaşam deneyimleri bireyde korku gelişimini diğer ruhsal sorunlar kadar önemli bir risk unsuru haline getirmektedir. Barlow bunlara ek olarak korku ve kaygı seviyesi yüksek bireylerin olumsuz yaşam deneyimlerine olumsuz atıflar yaparlarken olumlu deneyimler için özel ve değişken atıflar yaptıklarını öne sürmektedir. Barlow (2000), bir öngörülemezlik ve kontrol edilemezlik duygusunun kaygının merkezinde yer aldığını ve kaygının gelişmesine ilişkin üç zayıflık veya kırılganlıktan oluşan etkileşimli bir kümenin gelişimini ortaya koydu. Bunlar genel biyolojik veya genetik zayıflıklar, genel psikolojik zayıflıklar ve belirli psikolojik zayıflıklardır. Barlow'un teorisi, temel olarak davranış teorisine dayanmaktadır ve fobilerin nedenlerini biyolojik ve evrimsel kırılganlığın bir kombinasyonu olarak tanımlamaktadır.

Taylor (1998), iki tip genetik etki ile genetik modelini ileri sürmüştür. Buna göre ilk genetik etki korkulara genel olarak yatkın olma ikincisi ise, belirli korkulara yatkınlığı sağlayan özel genetik faktörler. Bundan yola çıkarak oluşturmuş olduğu sıradüzen içeren bir korku modeli oluşturmuştur. Korkuların oluşumunda üç seviye öngörmektedir. Aşağıdan yukarıya doğru ilki belirli uyarıcılara(klostrofobi), ikincisi temel korkular (sosyal, hayvan korkuları, hastalık korkuları) ve son olarak da genel faktörler(nörotiklik vb.)

Smith ve diğ. (1990), davranışsal, bilişsel, biyolojik, psikanalitik ve gelişimsel yaklaşımları bütünleyerek kapsamlı bir model oluşturmuşlardır. Model çevre, birey, ve sosyal değişkenleri bütünler. Modelin başlangıç noktasını bireysel karakter oluşturur. Ardından sırayla korku uyarılmışlığı ve bu uyarılmışlığın oluşturduğu duygusal duruma kapsayan olayların tekrar eden dizini ile devam eder. Ardından gelen safhada başa çıkma stratejileri ve sonunda da uyum aşaması ile tamamlanır. Tümlayıcı bu modele göre birey, çevre ve sosyal değişkenler tümlenir. Bireysel faktörler (yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey) ile başlar, ikinci olarak korku tepkisi, üçüncü evre uyarılmışlık (fizyolojik ve bilişsel tetikte olma hali), son evre olan uyum evresinde süre giden durumlara karşı başa çıkma tepkileri uyumu etkiler (Smith ve diğerleri, 1990).

2.2.6 Ergenlik korkuları

Ergenlik dönemi birçok değişim (biyolojik, psikolojik ve sosyal) bağlamında korku içeriklerinin yaşa özgü bir biçimde gelişimine dayanan pek çok spesifik kararsızlık ve güvensizlikle ortaya çıktığı belirtilmiştir (Gullone, 2000).

Korkular ergenlik döneminde üç temel kaynak çerçevesinde inceleme konusu yapılabilir. İlki objeden kaynaklı korkular (köpek, kirpi ateş vb.), ikinci olarak kaynağını kendinden alan korkular (ölüm, başarısızlık vb.) ve son olarak sosyal ilişki kaynaklı korkular (topluluk karşısında konuşma, dalga geçilme vb.). Kişi bu tipteki korkulara karşı savaş-kaç tarzında tepki gösterir. Fakat ilerleyen yaş ve çevre ile olan ilişkilerde artış ile birlikte korkularda azalma gözlenir. Ergenlikteki korkuların temelinde “bilinmeyen” şeyler yatmaktadır. Dahası bir etkinliğin sonucunu yordama yapılamaması durumu da korkuya neden olabilmektedir. Ergenlerin duygusal bakımdan kendini kontrol edebilme becerisini alışkanlığa dönüştürebilmesi önemlidir (Öztürk, 1994).

Birçok araştırma bulgusuna göre ergenlerde sıklıkla görülen korkular: suçlular, bombalı saldırı, hırsızlar, aids, uyuşturucu maddeler, tecavüze uğramak gibi çok rastlanan güncel korkulara eğilimli olduklarını belirtmişlerdir (Lahikainen ve Kraav,1996). Ayrıca korku ölçeği kullanımı ile yapılan çalışmalarda, sıklıkla tehlike ve ölüm içeren korkuların erişkinlik dönemine kadar sürdüğü gösterilmiştir (Burnham ve Gullone, 1997).

Alanyazında, ergenlik dönemi korkularının görülmesinde ailenin sosyo-ekonomik durumunun bu korkuların hem sıklığı hem de yoğunluğunda etkili olduğunu gösteren araştırmalar bulunmaktadır. Buna göre düşük sosyo-ekonomik durumda olan aile ortamına sahip ergenlerin, daha yüksek sosyo-ekonomik durumadaki aile ortamına sahip ergenlere göre, daha yüksek ve yoğun korkuları olduğu belirtilmektedir (Erol ve Sahin, 1995; Shore ve Raport 1998).

Araştırmacılara göre bazı korkular evrensel şekilde çocukların tümünde ortak olduğu belirtilirken, çocuk ve ergenlerin bazı korkuları öğrenmesinde kültürün etkisi olduğu bildirilmektedir. Bu korkuların oluşumunda tabular ve kültürel normlar işaret edilen kavramlardır (Marks,1987a). Araştırmacılar farklı korkuların oluşumunda farklı kültürel yapıların rol oynadığını bildirmektedirler.

Kültürel değerler, gelenekler ve inançlar korkular üzerinde önemlidir (Mahat ve arkadaşları, 2004).

Ergenlik dönemi korkularından özellikle hata yapma ve eleştirilme korkusu önemli ve bağlantılıdır. Çünkü ergen için eleştiri hata yapmasının veya hissetmesinin nedenidir. Eleştiri karşısında saldırgan ve öfkeli tepkiler gösterebilirler. Aile ve okul hayatı çocuklardan başarı beklentisi içersinde olmaları onlarda sınav korkusunun ortaya çıkmasında etkilidir. Bu korkulara genelde ergenlik döneminde karşılaşılır ve sınav öncesi edinilen bilgilerin sınav sırasında verimli şekilde kullanmasını engeleyebilmektedir. Sınav korkusunun bedende yapmış olduğu değişiklikler beyinde öğrenmeyi sağlayan protein dizgisinin oluşmasına engel olur. Dolayısıyla zihinsel fonksiyonların kullanımı engellenir. Bununla birlikte karşı cinsin beğenisini kazanamama korkusu da rastlanan korkulardandır. Bu korkunun oluşumdan anne-baba arası karşılıklı tutumlar etkilidir. Baba tarafından anneye karşı olumsuz söylemlerde bulunması (takdirsizlik, aşağılama vb.) çocuk ve ergenleri etkiler çünkü birey ilk rol modelini evde bulur ve okulda devam ettirir (Burkovik ve Tan, 2006: 50-53).

Türkiye’de çocuk ve ergenler üzerinde yapılan bir araştırma Türk çocuk ve ergenlerde ölüm korkusu, ayrılık korkusunun yanında dini korkuların da fazla rastandığını ortaya koymuştur (Erol ve Sahin, 1995; Elmacı,2006).

2.3 Riskli Davranış

Risk alma davranışı ve riskli davranışlar sıklıkla karıştırılabilmekte veya birbirleri yerine kullanılabilmektedir. Fakat literatürde bu iki kavram anlamları gereği fark yaratmaktadır. Risk alma davranışında bulunan kişi eylemlerinin ve sebep olabileceği sorunların farkındadır. Riskli davranışlarda bulunan kişi ise eylemlerin sonucunda oluşabilecek problemleri göz ardı etmektedir.

Ergenler; doğuştan getirilen ve biyolojik yapıyla ilgili faktörler, toplum içerisinde kabul görmek ve onaylanmak arzusu, kendi değerini ortaya koyma çabası, işlevsel olmayan baş etme mekanizması gibi faktörler nedeni ile riskli davranışlar sergilemeye yatkındırlar (Gençtanırım, 2010). Araştırmacılar yıllar boyunca çeşitli risk davranış tanımları ortaya koymuşlardır ve önerilen tanımlar, risk davranışıyla ilişkili fiili veya potansiyel sonuçlara değişken düzeyde vurgu

yapmaktadır. Irwin'in (1993) tanımı, bilinmeyen sonuçları olan davranışları ve bu sonuçların olumsuz bir sağlık sonucuna sahip olma potansiyelini içerir.

Psikanalizin kurucusu Freud, ölüm içgüdüsünden kaynağını alan saldırganlık ve riskli davranışları, kendinden dış nesneye yönelen yıkıcı eğilimler olarak tanımlar (Geçtan, 1998; Gündüz ve Çelikkaleli, 2009). Alıkaşifoğlu, riskli davranışları bireyin kültürel değerler ve toplumsal yapı, gelişimsel süreçleri ve biyolojik ve genetik yapısı ile ilgili faktörlerden etkilenen karmaşık yapılar olarak tanımlamaktadır. Alkol, madde, tütün kullanımı, kontrolsüz araç kullanma, okul terki, riskli cinsel davranışları ergenlerde sıklıkla görülebilen riskli davranışlar olarak nitelendirmiştir. Bunun yanında bu tür davranışların toplanma eğiliminde ve bir yaşam tarzı şeklinde olduğuna dair araştırma sonuçları görülmüştür (Alıkaşifoğlu, 2008; 55).

Jessor (1998), riskli davranışları “kişisel, sosyal veya gelişimsel olarak istenmeyen sonuçlar oluşturan risk faktörleri” olarak tanımlamıştır. Ayrıca Jessor riskli davranışları problem davranışı çerçevesinde iç ve dışa yönelim bozuklukları olarak ele almıştır. İçe yönelim bozukluklarını; ergenin sıkıntılarını içselleştirerek korku, kaygı, depresyon ve psikosomatik bozukluklar olarak gösterebileceğinden söz etmektedir.

Riskli davranışlara dair tanımlamalar genel olarak olumsuz sonuçlara yönelik potansiyele odaklanır. Ancak olumlu sonuçlara yönelik potansiyel konusunda pek başarılı oldukları söylenemez. Oysaki ergen için riskli davranışlar sosyal bir faydaya da işaret eder. Riskli davranışların ergenin aile bağımlılığından akran ortamına geçiş istekliliği ve uyum konularında işlevleri önemlidir. Riskli davranışlar zararlı veya yararlı sonuçları olabilecek tehlikeli davranışları içerir (Ernst ve diğ. 2006).

Ergenler sigara, alkol, uyuşturucu tüketimi, ekstrem sporlar gibi yeni etkinliklere karşı ilgilidirler. Genelde davranışlarının sonuçları ve risk durumlarını pek fazla değerlendirmeden etkinlikte bulunurlar. Bireyin zayıf kaçınma ve güçlü yaklaşım davranışları heyecan arayış seviyeleri (Collins ve diğ. 2012) yüksek uyarılmışlıkla (Joseph ve diğ. 2009) ilişkilidir. Genelde bu şekilde bir davranışsal eğilim olmamasına rağmen ergenler bazen riskli davranışlardan kaçınırlar. Fakat bu durum için daha fazla önleyici kontrol gereksinimi olduğu belirlenmiştir. Bu

durum kişilik ile ilişkili biçimde riskin algılanma biçiminin riskli davranışların ortaya çıkışını belirlemede önemlidir (Barkley-Levenson ve diğ. 2013).

2.3.1 Yaygınlık

Çocuk ve ergenlerde ruhsal bozuklukların prevelansına yönelik epidemiyolojik bulgular % 17.5 - % 22.5 arası yüksek bir genel oran bildirmektedirler (Wittchen, Nelson ve Lachner 1998). Kaygı bozuklukları sıkça görülür (Steinhausen ve diğerleri, 1998). Ergen-çocuk raporlarına göre özgül fobi için dünyada yaygınlık oranları % 2,3 ile %9,2 arasındadır. Buna benzer şekilde , prevelansı 8 ila 9 yaşlarındaki İsveçli ikizler üzerinde yapılan bir araştırmada spesifik fobilerin % 8,65 olarak bulunlanmıştır (Lichtenstein ve Annas, 2000).

Anksiyete bozukluklarından ötürü tedavi talebinde bulunulan çocuklar arasında primer tanısı özgül fobi olanların oranı % 17 ile %42 aralığındadır. Özgül fobilerin en fazla görülen alt türleri doğal çevre ve hayvan korkuları olduğu belirtilmiştir (Essau, Conradt ve Petermann, 2000). Kaygı bozuklukların madde kullanım bozuklukları ve zihinsel bozukluklar dikkate alındığında erkek(%38.3) ve kadınlarda(39.4) görülme sıklığı ile eşit olarak etkilendikleri görülmektedir (Wittchen, Nelson ve Lachner 1998).

Bununla birlikte, kadınlar daha çok duygusal kaygı, yeme ve somatoform bozuklukları durumlarında ölçütleri daha fazla karşılarken bu durum erkeklerde madde kullanım bozukluklarında daha fazla ölçüt karşılamaktadırlar (Wittchen ve ark. 1998).

Kaygı bozukluklarında kadın ve erkeklere ait yaşam boyu risk oranları 1,6/1 olduğu belirtilmiştir (Kessler ve ark. 2005). Özgül fobinin yaşam boyu yaygınlığı ise kadınlar için %3,3 erkekler için %1,2 dir (Wittchen ve diğerleri, 1998).

Özgül fobi ve diğer hastalıklar arasında eşlik eden bozuklulara dair epidemiyolojik araştırma azdır. Ancak yapılan bir çalışmada çocukların % 8,3'ü madde kullanım bozuklukları, %33,3'ünde somatoform bozuklukları, %36,1'inin depresif bozukluklar ve %47,2'sinde fazladan anksiyete bozuklukları görüldüğü belirtilmiştir (Essau ve diğerleri, 2000). Bununla birlikte klinik örneklemede primer özgül fobi bozukluğu bulunan çocuklar üzerinde yapılan bir çalışmada komorbiditenin % 42 ile 75 arası olduğu bunlar arasında özellikle kaygı bozukluklarının daha yaygın olduğu bildirilmiştir (Silverman ve diğerleri, 1999).

2.3.2 Riskli davranışlara kuramsal yaklaşım

2.3.2.1 Bilişsel yaklaşım

Ergen risk davranış teorileri literatürde bol miktarda bulunmaktadır. Bilişsel psikoloji, risk davranışını karar verme süreçlerine ve bilişsel gelişim evrelerine odaklanarak açıklar (Benthin, Slovic, & Severson, 1993; Boyer, 2006).

Bilişsel yaklaşıma göre, riskli bir davranış, bir miktar kayıp olasılığı gerektiren bir eylem olarak tanımlanabilir (Beyth-Marom, Austin, Fischhoff, Palmgren & Jacobs-Quadrel, 1993). Bu bakış açısı, riskli davranışlarda bulunma konusundaki karar verme sürecine odaklanmaktadır. Karar teorisi bakış açısından karar vericinin alınan karar ile ilgili değer ve inançlarını yansıtması halinde riskli veya risk içermeyen bir eylem seçmesi akılcıdır. Değer ve inançları farklı olan bireyler aynı şartlar altında farklı karar ve eylem seçimi yaparlar.

Ajzen ve Fishbein'in (1980) gerekçeli eylem teorisi ve Janis ve Mann'in (1977) karar verici denge teorisi gibi bilişsel risk teorileri, normal koşullar altında bireylerin riskli davranışlarda bulunup bulunmamaya karar verebileceklerini belirtmişlerdir (Siegel ve ark. , 1994). Bununla birlikte, Siegel ve diğ. (1994) bilişsel teorilerin bir kişiyi riskli davranışlarda bulunmaya iten duygusal nedenleri görmezden geldiğini iddia etmektedir.

2.3.2.2 Sosyolojik yaklaşım

Bandura tarafından geliştirilen sosyal öğrenme kuramına dayanılarak riskli davranışların nedenleri açıklanmaya çalışılmıştır.

Bandura (2006), bireyin bir davranışı öğrenmesinin iki temel yoldan gerçekleştiğini belirtmektedir. İlki bireyin başka bir bireyin davranışlarını ve bu davranışlarının sonuçlarını gözlemlemesi ve taklit etmesidir. İkinci temel yol bireyin kendi yaşamının olumlu/olumsuz sonuçlarının sonucudur. Buna göre riskli davranışlarda diğer davranışlar gibi öğrenilen davranışlardır.

Sosyal öğrenme kuramına göre bireysel ve çevresel faktörler karşılıklı olarak birbirini etkileyen karmaşık bir yapıdır. Bir yandan bireyin davranışı ve çevresel şartlar yönlenebilirken diğer yandan çevresel şartlar da bireyin davranışları üzerinde etkilidir. Böylece çevre, birey ve tutumlar karşılıklı etkileşim ile birbirlerini değiştirebilme potansiyeli taşımaktadırlar (Erbaş, 2017).

2.3.2.3 Biyolojik yaklaşım

Biyolojik temelli teoriler, risk alma davranışını, genetik yatkınlıklara ve pubertal zamanlama yoluyla gerçekleşen hormonal ve psikososyal değişikliklere bağlamaktadır (Blum ve diğerleri, 2001). Risk davranışının, doğal olarak meydana gelen hormonal dalgalanmalar (Udry, 1988), ergenlik olgunlaşmasının zamanlaması (Irwin & Millstein, 1986) ve kalıtsal kişilik özellikleri gibi biyolojik işlemlerin sonucu olduğunu varsaydılar.

Yakın zamanlarda yapılan birçok çalışmada davranış gelişimin üzerinde biyolojik ve nörolojik faktörlerin etkisini ortaya çıkarmıştır (Siyez, 2009). Zor mizaçlı bireylerde alkol, madde bağımlılığı sigara kullanımı daha yaygın görülebilmektedir (Siyez, 2013).

Ögel (2007), yakın zamanlarda yapılan bazı araştırma verilerinin bazı genlerin suç işleme davranışı gibi problem davranışlar ile ilişkili olduğunu bildirmiştir. Ancak araştırma bulguları riskli davranışların genetik etmenlerin etkisini açıklarken bu tür davranışlarda bütüncül bir açıklama getirmemektedir.

2.3.2.4 Psikososyal yaklaşım

Ne bilişsel ne de biyolojik paradigmlar ergen risk davranışını tam olarak açıklamamaktadır. Aile yapısı ve ebeveyn-çocuk etkileşimleri gibi sosyal ortamlar da ergenin risk davranışına katılımını etkiler (Baumrind, 1991; Cooper, Shaver, Collins, 1998). Gençler ebeveynlerinden uzaklaşırken ve arkadaşlarıyla daha fazla zaman geçirirken, arkadaşların etkisi büyük ölçüde artmakta ve risk davranışlarının başlaması üzerinde güçlü bir etki ortaya koymaktadır (Chassin, Presson, Sherman, Montello, & McGrew, 1986).

Çeşitli modelleri pekiştirmek ve kapsamlı bir risk davranışı modeli oluşturmak için, psikososyal modeller geliştirilmiştir. Uzun yıllar süren risk davranışı araştırmasından sonra, Jessor (1992) ergen risk davranışının psikososyal bir modelini benimsemiştir. Model, ergenlerin gelişim hedeflerine ulaşmaları için gerekli olan risk davranışlarını sunmuştur. Risk davranışına katılım bir olgunluk işaretidir ve çocukluktan yetişkinliğe geçişi sembolize eder. Aynı zamanda akran gruplarından kabul görmenin, özerkliğin kurulmasının ve sosyal sözleşmelerin ilgi çekici bir yöntemidir (Jessor, 1992).

Bu çalışma da ergenlerde görülen riskli davranışların ortaya çıkışını açıklamaya çalışan “ Problem Davranış Kuramı” temel alınmıştır.

Problem davranış teorisi Jessor ve Jessor (1977) tarafından ileri sürülmüştür. Buna göre problem davranışlar bireyin ergenlik dönemi ile genç yetişkinlik arası başarılması gereken bir dizi gelişimsel göreve engel olmaktadır. Bunlar arasında sosyal roller, başarı ve yeterlik duygusunun hissedilmesidir (Jessor, 1998). Bu yaklaşımda problem davranışlar, anti-sosyal davranışlar, alkol ve madde kullanımı ve riskli cinsel davranışlar gibi davranışları içermektedir. Ergenlerin riskli davranışlarını tek değişkenle açıklanmasına karşı çıkararak birbiri ile ilişkisi olan fakat farklı sosyal elemanlardan oluşan iç içe geçmiş üç'lü bir sistem önermektedir. Ergen riskli davranışlarının nedenlerini algılanan sosyal çevre, kişilik sistemi ve davranış sistemi olarak üçlü sistem şeklinde tasnif ettikten sonra bu üç sisteminde birbiri ile olan etkileşimlerini bağlantılı şekilde açıklamaktadır (Kuru,2010). Her bir sistem problem davranışı teşvik edici veya koruyucu faktörlerden oluşmaktadır.

Algılanan sosyal çevre, bireyin çevresini oluşturan değişkenler yakın ve uzak yapılar olmak üzere iki boyutta birey üzerinde etkilidir. Yakın yapı problem davranışlara direkt etkisi olan arkadaş modelleri ve arkadaş onayı gibi değişkenler içermekte iken, uzak yapı arkadaş kontrollü ve ebeveyn kontrollü gibi dolaylı etkisi bulunan değişkenlerdir (Jessor, Donovan ve Costa, 1994).

Kişilik Sistemi: Bu sistem 3 temel yapıdan oluşmaktadır bunlar; motivasyonel yapı, kişisel inanç yapısı ve kişisel kontrol yapısıdır.

- Motivasyonel yapı: Bu kategoride başarı ve geleceğe dair değer ile beklentilerden oluşur. Riskli davranışların oluşumunda başarı ve geleceğe dair değer ve beklentilerin azalmasının neden olduğu ileri sürülmektedir.
- Kişisel inanç yapısı: Bir kısım bireysel özelliklerden(yabancılaşma, içsel ve dışsal kontrol odağı, depresyon seviyesi, benlik algısı) oluşmaktadır.
- Kişisel kontrol yapısı : Dini inanç ve ahlaki tutum, yıkıcılık toleransı ve risk almaya eğilimden oluşmaktadır (Jessor, 1987; akt. Siyez, 2009).

Kişilik sisteminde bulunan bu yapıların değerlerindeki artma veya azalma riskli davranışlara karşı koruyucu veya risk faktörleri şeklinde işlev görür.

Davranış Sistemi: Kendi arasında iki yapıdan oluşmaktadır. Bunlar

- Problem davranış: akademik başarı düzeyinin düşük olması, problemli alkol veya madde kullanımı gibi risk faktörlerini içerir.
- Koruyucu davranış yapısı: okula karşı ilgi, dini bağlılık ve okul içi klüplere katılım gibi faktörlerden oluşur.

Problem Davranış Kuramı söz konusu sistemlerin birbiri ile etkileşimleri ve ilişkilerini vurgulamaktadırlar (Jessor, Donovan ve Costa, 1994).

2.3.3 Ergenlik dönemi değişkenler ve riskli davranışlar

2.3.3.1 Sosyal Çevre ve riskli davranışlar

Ergenlerin sosyal çevresinden verilen hatalı veya yetersiz sosyal desteğin ergenlerde uyum problemlerinin ortaya çıkmasına neden olabildiği belirtilmiştir. (Trotter, 1989). Yapılan araştırmalara göre problemli davranış sıklığı fazla olan ergenlerde ebeveynlerle olan çatışmaları daha fazladır. Bunun yanında arkadaş grubu içerisinde akran baskısı ve kabul görme gibi durumlar varsa ergenlerde riskli davranış gösterme eğilimi artmaktadır (Siyez & Aysan 2007 s.161). Bu dönemin özellikleri arasında olan bağımsızlık arayışına ebeveyn tepkilerinin ne tarz olduğu önemlidir. Ebeveyn çocuğunun bağımsızlık arayışına tepkisi yoğun sınırlamalar getirme şeklinde olduğunda, ebeveyn ve çocuk arasında ki ilişkinin kopmasına neden olabilmektedir (Orvin, 1995). Buna paralel bir araştırma yapmış olan Loeber ve Dishion de (1983), anti-sosyal davranışlar konusunda boylamsal çalışmalarında katı ebeveynlerle ilişkili tutarsız disiplin teknikleri ve gözetim zayıflığı gibi değişkenlerin en önemli faktörler olduklarını göstermişlerdir (Akt: Tamar & Ögel, 1997).

Riskli davranışların ergenlik döneminde artış gösterecek şekilde olan eğilim ve risk faktörleri ebeveyn çocuk ilişkilerinde önemli etkiye sahiptir (Ateş, vd., 2017). Güvensiz, sevgi temelli olmayan, karmaşık ve çatışmalı aile ortamı, ergen için bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır. Ebeveyn kaybından dolayı yoksunluk yaşanması, ebeveynlerin çalışma durumu ve güvenli bir ilişkiyi sağlayamamaları da risk faktörleri arasındadır (Yurtsever, 2011).

Riskli davranışların sosyo-ekonomik durum ile ilişkisini inceleme konusu yapmış araştırmalarda çelişkili sonuçlar elde edilmiştir. Bazı araştırmacılar sosyo-

ekonomik düzeyin artması ile risk davranışlarının azaldığını ortaya koyarken (Jessor, Donovan ve Costa, 1994); bazı araştırmacılara göre tam tersi sonuç yani sosyo-ekonomik durum arttıkça riskli davranışlar da artmakta olduğuna dair sonuçlar belirtilmiştir. Bunun yanında ebeveynlerin eğitim seviyesinin artışı ile ergenin risk davranışları arasında ters ilişki saptanmıştır (Hawkins vd., 1992; Yılmaz, 2000).

Ebeveynlik stillerinin risk alma davranışı ile ilişkisini inceleyen çalışmaların bulguları da çelişkilidir. Bazı araştırmalarda ebeveynlik stillerine göre riskli davranışların değişmediği bulunurken (Huebner ve Howell, 2003); bazı çalışmalarda değiştiği görülmüştür (Adalbjarnardottir ve Hafsteinsson, 2001; Baumrind, 1991). Adalbjarnardottir ve Hafsteinsson (2001) demokratik anne-baba tutumlarının, ihmalkâr anne-baba tutumlarına göre ergenleri riskli davranışlardan daha fazla koruduklarını bulurken, Baumrind (1991) ise yetkeci otoriter anne-baba tutumlarının madde kullanımına dair bir koruma faktörü olarak saptamıştır.

Riskli davranışlar konusunda ebeveynler kadar arkadaş ortamı da önemlidir. Riskli davranış gösteren arkadaşlıkları olanların daha fazla riskli davranış sergiledikleri belirtilmektedir (Siyez ve Aysan, 2007; Yılmaz, 2000). Ergenler arkadaş grubuna kabul ve saygı görme gibi ihtiyaçlarla uyum sağlarlar. Doğal olarak yeni bazı davranışlar ve alışkanlıklar edinebilirler. Gelişimsel özellikleri bakımından bu durum normal bir süreçtir. Özerkliğine katkıda bulunacak zararsız davranışlar (dış görünümünde değişiklikler) olabileceği gibi, içerisinde bulunduğu arkadaş gurubu etkisi ile riskli davranışlara yönelmeye de sevk edebilmektedir. Popüleritenin önemli olduğu ve arkadaş grubu etkisinde olan ergenlerde riskli davranışta bulunma yönelimi daha fazla iken, toplumsal hedefleri olan ve olumlu sosyal değerlere yönelik davranış sergileyen ergenler için riskli davranışların daha az olduğu belirtilmiştir (Ludden, 2012).

2.3.3.2 Cinsiyet ve yaş

Ergenlik dönemi ergenlerde riskli davranışlar sergiledikleri sıkça gözlemlenmektedir. Rasyonel risk alma yeni ilişki kurulmasına güven oluşumuna ve sosyal bağlamda yeterlilik hissinin oluşması bakımından ergen için önemlidir. Ancak riskli davranışların bazılarının sonuçları olumsuzdur. Daha birkaç sene öncesi rasyonel olan ergen artık düşüncesiz ve tehlike içeren şeyler

yapabilmektedir. Ergenler sınıf geçişleri yaşayıp da yaşları büyüdükçe riskli davranış gösterme ihtimalleri de artmaktadır . Riskli davranışları yordayan faktörlerden bazıları cinsiyet-yaş gibi demografik faktörlerdir. Erkeklerle kıyasla kadınların riskli davranışlarda bulunmadıklarını bildirmeleri daha fazla karşılaşılan bir durumdur ve kadınlara kıyasla erkekler birden fazla riskli davranış yapma eğiliminde bulunmaktadırlar (Lindberg, Boggess, Porter, & Williams 2000, s.24).

Kıran-Esen (2003), lise öğrencileri üzerinde risk alma davranışı, akademik başarı, yaş ve akran baskısı değişkenlerinin yordayıcılık derecesini incelediği çalışmasına göre akademik başarı risk alma davranışını negatif yordarken, yaş, ve akran baskısı değişkenleri pozitif yönde anlamlı şekilde yordadığı sonucunu ortaya koymuştur. Bu bağımsız değişkenler bir arada değerlendirildiğinde ise risk alma davranışının %54'ünü yordadığı vurgulanmıştır.

Erkeklerin kadınlardan daha fazla riskli davranış gösterdiğini ortaya koyan bir çok çalışma mevcuttur. Fakat Weden ve Zabin (2005), genellikle tutarlı görülen bu bulgunun nedenlerinden birinin, erkeklerle kıyasla kadınların daha az riskli davranış bildirme eğiliminde olduğunu ileri sürmektedir. Hastalık önleme merkezlerince üniversite kontrol öğrencilerine uygulanan bir anket, genç erkeklerde ağır içiciliği %44, genç kadınlarda ise bu oranın sadece %27 olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca üniversitedeki kadınların %12'si düzenli şekilde esrar kullanırken erkeklerin %17'si düzenli esrar kullandığını belirtmiştir.

Araştırmalar her ne kadar genelde erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla risk aldığını belirtse de, cinsiyet farklılıkları etki büyüklüğünün fazla olmadığı ayrıca konuya göre de değiştiğini belirtmektedir. Ayrıca, cinsiyet farklılığı belirli riskli davranış türleri ile sınırlı görünmekte ve belirgin risk alma varyantlarını inceleyen araştırmalar, cinsiyet farklılıklarında azalma gösteren bir yönelim ortaya koymaktadırlar (Byrnes ve diğ. 1999).

2.3.3.3 Heyecan arayışı ve dürtüsellik

Literetüre baktığımızda ergenlik döneminin genel bir özelliği olan dürtüsellik ve heyecan arayışı ile riskli davranışlar arasında manidar ilişki bulunmaktadır ve bu kavramlar arası bağlantı olduğu düşünülmektedir. Ergenlik dönemi tedbirsiz dürtüsel davranışlar heyecan arayışını bir nevi kamçulamaktadır. Bu heyecan

arayış yoğun karmaşık yeni hisler arayışına sevk ederek yeni deneyim yaşantılamak için risk almaya yönlendirebilmektedir. Bu riskli davranışlar arasında özellikle madde kullanımı, cinsellik ve aşırı hız gibi davranışlar bulunmaktadır (Arnett 1995).

Ergenler genelde dürtüseldir. Yani bu davranışların potansiyel olumsuz sonuçlarına bakılmaksızın uyaranlara hızlı ve plansız tepkilere yatkınlık (Moeller ve diğ, 2001), uyaran peşinde koşma, deneyime açıklık ve dışa dönüklük sıkça artan riskli davranışlar ile ilişkilendirilmiştir (Deckman ve DeWall, 2011). Ancak birisi riskli bir durumda A seçeneğini tercih ederken, diğeri B seçeneğini seçtiğinde ne olur? Bireye özgü hangi faktörler veya kişilik özellikleri risk algısına, diğeri bir deyişle davranış riskinin değerlendirilen seviyesini ve risk alma davranışını yani davranışın dahil olduğu sıklığı belirtir. Araştırmalar, ergenlerin kararların kısa vadeli sonuçlarına duyarlı olduğunu (Gullone, 2000), ilişkili unsurlardan ve maliyetlerden ziyade hazzal sonuçların öngörülmesine yoğun olarak odaklandığını (Galvan ve diğ, 2007) ve bu durumun başa çıkma stratejisi olarak kullanıldığını göstermiştir (Tymula ve diğ, 2012).

Aynı şekilde heyecan arayışının Türk ergenlerde de riskli davranışları yordayıcı faktörü olduğunu doğrulayan araştırma sonuçları ortaya konmuştur (Özmen, 2006). Riskli davranışlar ile ilişkisi belirtilen heyecan arayışı kavramını ortaya ilk atan Zuckerman ve arkadaşları olmuştur (1964), heyecan arayışını yeni, karmaşık, yoğun ve çeşitli deneyimleri yaşantılamak adına sosyal, fiziki, parasal ve yasal risk almak konusunda isteklilik olarak tanımlanmıştır Zuckerman'a göre heyecan arayışı dürtüselikle ilişkili ve kişiliğin biyososyal boyutu ile ilgilidir, dürtüsellik arzu edilen ödül için ve karar verme prosesinde eksik engellemeden ötürü olumsuz sonuçları ve cezaları düşünmeden ani hareket eğilimidir (Zuckerman, 2007).

Bazı araştırmalara göre, alkol ve madde bağımlılığı, riskli cinsel davranış, riskli sürüş ve toplum normlarına tehlikeli düşmanca eylemler bireylerin heyecan arama seviyesi ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Kalichman ve ark. 1996; Zuckerman, 2007).

2.3.3.4 Egosantrik (Ben merkezci) düşünce

Ergenlik heyecan arayışı yanında benmerkezci düşüncenin gelişerek hayali izleyici, incinmezlik, zarar görmezlik gibi algı oluşumlarının da yaşandığı bir dönemdir. Bu algı diğer bireylerin kendilerine dair düşüncelerini algılaması ve aslında ne düşündükleri konusundaki ayrımı yapmalarına da mani olmaktadır. Yani deneyimleri eşsiz, kendileri özel ve dünya bakış açısı benmerkezcidir. Özellikle zarar görmezlik düşüncesi riskli davranışlara yönelmelerini sağlamaktadır. Ergenin benmerkezci kişilik ve karakter yapısı “hayali izleyici sendromu” adı verilen ve ergenlerde duygusal ve sosyal gelişimleri için olumsuz etkisi olan psikolojik bir duruma sebebiyet vermektedir. Ergenin bu kişilik yapısı nedeni ile dünya bakış açısı ve çevresine karşı benmerkezci olmasından kaynaklanan psikolojik durum olarak açıklanmaktadır (Arnett, 1995).

Ergenlik dönemi birey yetişkinlerin içgörüsünden uzak kendilerine dair başkaları için kaygı uyandırıcı durumların onları etkilemeyeceği inancı ile hareket ederler. Kendilerinin özel olduğunu düşünür ve de bu benmerkezci, aldırış etmeyen tutumları riskli davranışlara eğilimli olmayı sağlayabilir. Ergenler arasında en yaygın riskli davranışlar kendini yaralama, alkol ve madde kullanımı, güvensiz cinsel birlikteliktir (Boykin ve Allen, 2001).

2.3.3.5 Ergen beyni ve riskli davranışlar

Ergenlerin riskli davranışlarda bulunmasının nedenlerini açıklamaya çalışan geçmiş düşünce yukarıda açıklanan zarar görmezliğe dair inanç temeli yaklaşım idi.

Günümüzde araştırmacılar ergenlerin riskli davranış eğilimlerinin nedenini beynin yönetim amiri (prefrontal korteks), henüz tam olarak gelişmemiş olmasından kaynaklandığını belirtmektedirler. Diğer bir deyişle risklere dair analizin tam olarak yapılması ve karar almayı sağlayan alt nöral yapıların gelişimini henüz tam olarak tamamlayamamış olmasıdır (Chambers ve ark., 2003).

2.3.4 Ergenlik dönemi riskli davranışlar

Yıllardır yapılan araştırmalar, ergenlik döneminin riskli davranışları gerçekleştirme riskinin yüksek olduğu bir dönem olduğunu göstermektedir (Kann

ve diğeri, 2015). Örneğin, 18-21 yaş arası ergenler ile genç yetişkilerde içki ve sigara kullanımı, riskli cinsel ilişkide bulunma, şiddet ve suç teşkil edecek davranışları ile ilgilenmeleri ve genelde yaralanma, ölüm gibi sonuçları olan otomobil kazaları yaşanma olasılığının yetişkinlere göre daha fazla olduğu bildirilmiştir (Steinberg, 2008). Ergenlik döneminde edinilen alışkanlıkların yaşam boyu sürebileceği, ve bu dönemde başlayan riskli davranışların bir çoğunun yetişkinlik döneminde de yapılma riskinin fazla olduğu belirtilmiştir (Eaton ve diğ., 2011). Dolayısıyla sağlık uzmanları, ergenlerde riskli davranışların azaltılması sayesinde toplumun genelinde önemli etkileri olacağını belirtmektedirler. Buna bağlı olarak yaralanma ve sağlık sorunları gibi olumsuz durumların azaltılması mali harcamalarada yansiyarak ekonomik anlamda maliyet yüklerinin hafifleyeceği konusunda görüş birliği içindedirler (Reyna ve Farley, 2006).

Ergenlik döneminde, madde kullanımı veya riskli cinsel davranışlar gibi sağlık için tehlikeli olabilecek davranışlar başlayabilir. Ergenlerin duygularını planlama ve yönetme yetenekleri, akranlar arasında sağlığı etkileyebilecek risklerin normalleştirilmesinin ve yoksulluk ve şiddete maruz kalma gibi bağlamsal faktörlerin sınırlandırılması risk alma davranışlarında bulunma olasılığını artırabilir. Risk alma davranışları başa çıkma davranışı olarak kullanıldığında yararsız bir strateji olabilir ve bir ergenin zihinsel ve fiziksel sağlığına olumsuz katkıda bulunabilir ve ciddi şekilde etkileyebilir. Dolayısıyla, düşük riskten yüksek riske kadar değişen bir dizi davranış vardır. Fiziksel sağlık ve duygusal iyilik için zararlı olan aşağıdaki öncelikli sağlık riski davranışlarını belirlemiştir (Brenner ve diğeri, 2013):

- (a) Kasıtsız yaralanmalara ve şiddete yönelik davranışlar,
- (b) İstenmeyen hamilelik ve cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlara sebep olan cinsel davranışlar,
- (c) Alkol ve uyuşturucu kullanımı,
- (d) Tütün kullanımı,
- (e) Sağlıksız beslenme davranışları
- (f) Yetersiz fiziksel aktivite olarak ifade edilmiştir.

Bu risk davranışları, çocukluk ve ergenlik döneminde sıklıkla ortaya çıktığı, birbiriyle ilişkili olduğu, yetişkinliğe iyi yayıldığı ve Birleşik Devletler'deki gençler ve yetişkinler arasında önde gelen ölüm, sakatlık ve sosyal sorunlara belirgin bir şekilde katkıda bulunduğu ifade edilmiştir (Eaton ve diğerleri, 2011). Zararlı maddelerin (alkol ya da uyuşturucular gibi) kullanımı çoğu ülkede başlıca kaygılar arasındadır. Dünya çapında, 15-19 yaş arası ergenler arasında ağır epizodik içme sıklığı 2016'da % 13,6 olmuştur. Erkekler en fazla risk altındadır. Ergenlerde zararlı madde kullanımı, güvenli olmayan riskli davranışları artırır. Buna karşılık, cinsel risk alma ergenlerin cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar ve erken hamilelik riskini artırır. Tütün ve esrar kullanımı ek endişelerdir. 2016 yılında, 130 ülkeden veriler 15 yaş %5.6 olduğu tahmin edilmiştir - 16 yaş önceki yıl de en az bir kez esrar kullanmıştır. Birçok yetişkin sigara içicisi 18 yaşından önce ilk sigaralarını içmektedir. Şiddete maruz kalmak, düşük eğitimsel kazanım, yaralanma, suça karışma veya ölüm olasılığını artırabilen risk alma davranışlarıdır. Kişilerarası şiddet, ergenlik çağındaki erkek çocuklarının 2016 yılında ikinci ölüm nedeni olmuştur. Ergenlerin ruh sağlığını geliştirmeye yönelik müdahaleler, koruyucu faktörleri güçlendirmeyi ve risk alma davranışlarına alternatifler geliştirmeyi amaçlamaktadır.

Üniversitede öğrenim gören 1734 öğrenci üzerinde yapılan bir çalışmada günlük sigara kullanımı, öğrencilerin %31,6'sı en az bir ay ya da daha uzun süre günlük sigara tükettiği ve her gün sigara kullananların %66,1'inin erkek olduğu, %33,9'unun ise kadın olduğu sonucu bulunmuştur (Yurt-Öncel, Gebizlioğlu ve Aliev-Alioğlu, 2011).

Demografik özellikleri açısından risk alma davranışlarını inceleyen araştırma sonuçlarına göre sosyo-ekonomik durumun, cinsiyet ve sakatlık durumunun demografik özelliklerinin risk alma davranışının artmasına katkıda bulunduğu gösterilmiştir. Araştırma, sosyo-ekonomik durumu yüksek seviyedeki ailelerin finansal stresini ergenlerin risk almasıyla sürekli olarak ilişkilendirmiştir (Ponnet, Van Leeuwen, Wouters ve Mortelmans, 2015). Düşük gelirli ailelerden gelen gençlerin, yüksek gelirli ailelerden gelenlerin erken ve korunmasız cinsel ilişkide bulunmaları, suç işlemeleri ve okulu bırakmaları daha muhtemeldir (Crandall ve diğ., 2017). Ponnet'e (2014) göre, riskli davranışlarda bulunmak,

bazı ergenlerin yoksulluk veya diğer aile stresleri karşısında benimseyebilecekleri uyumsuz bir başa çıkma mekanizmasıdır.

Cinsiyet açısından, birçok çalışma, ergen erkeklerin kadın akranlarından daha fazla riskli davranışlarda bulunduğunu göstermektedir. Özellikle, erkek ergenlerin madde kullanımı, riskli cinsel davranış ve suçluluk gibi davranışlarda bulunma olasılıkları daha yüksektir (Byrnes ve diğerleri, 1999, Zimmer-Gembeck ve Helfand, 2008). Buna karşın, lisede okuyan kız öğrencilerinin fiziksel cinsel saldırıya uğrama ve intihar düşüncesi gibi diğer risk türlerine daha fazla dahil olduklarını göstermektedir (Kann ve diğ, 2015). Risk almadaki cinsiyet farklılıkları iyi belgelenmesine rağmen, bu farklılıklara yol açan belirli nedenler ve faktörler büyük ölçüde keşfedilmemiştir. Ek olarak, engelli olarak tanımlanmış öğrencilerin riskli davranışlarda bulunma olasılıklarının tanımlanmayan akranlarından daha fazla olduğuna dair kanıtlar vardır (Blum ve diğ. 2001).

Engelli ergenlerin sigara içme, alkol ve uyuşturucu kullanımı, cinsel risk davranışları ve yaralanmaya neden olan davranışlarla daha fazla ilgilendiğini ortaya koymaktadır (Blum ve diğerleri, 2001; Sarver ve diğerleri, 2014). Belirli engelli kategorileriyle ilgili sonuçları ve riskleri incelerken, önemli bir uyarı, engelli kategorilerinin homojen grupları temsil etmediğini, aksine genellikle farklı ve karmaşık ihtiyaçları gösteren öğrencilerden oluşmasıdır. Ayrıca, araştırmalar ortaokul öğrencilerinin birçoğunun duygusal ve davranışsal sorunların önemli belirtilerini yaşadıklarını, ancak tespit edilemeyeceklerini göstermektedir (Hetrick, Kern ve Dever, 2018). Akran ilişkileri sosyal gelişim için önemli bir bağlam sağlasa da, akran etkisine duyarlılık, özellikle ergenlik döneminde, risk davranışının güçlü bir yordayıcısıdır (Monahan, Steinberg ve Cauffman, 2009). Örneğin, ergenlikteki uyumsuzluk ve suçlu davranışların en güçlü prediktörlerinden biri suçlu akranlarla ilişki kurmaktır (Dishion, Bullock ve Granic, 2002). Dahası, akranların etkisi ve algılanan akran normlarına uygunluğu, artan madde kullanımı ve riskli cinsel davranışla ilişkilendirilmiştir (Allen ve diğerleri, 2006).

2.3.5 Ergenleri riskli davranışlardan koruyan faktörler

Araştırma, bazı ergenlerin uyumsuz riskli davranışlarda diğerlerine göre neden daha az muhtemel olduğunu açıklayabilecek bir dizi koruyucu faktör

tanımlamıştır. Okul katılımı gibi koruyucu faktörler (Chapman, Buckley, Sheehan ve Shochet, 2013), akademik başarı (Michael, Merlo, Basch, Wentzel ve Wechsler, 2015; Rasberry ve diğerleri, 2017) ve pozitif ebeveynlik uygulamaları ve katılımı (Markham ve diğerleri, 2010) adaptif davranışı teşvik etmeleri ve ergenlerin tehlikeli riskli davranışlardan kaçınma yeteneklerini arttırmaları muhtemeldir. .

Araştırmalar, okula katılımın duygusal refah, akademik başarı, riskli davranışların azalması ve okulu bırakma oranları gibi çeşitli olumlu sonuçlara yol açtığını göstermiştir. Kanıtlar, öğretmenlerle olumlu ilişkiler yoluyla okula bağlı olduğunu düşünen öğrencilerin, sosyal ve sorumluluk sahibi olmalarının daha muhtemel olduğunu ve bu nedenle uyumsuz, riskli davranışlarda bulunma olasılıklarının daha düşük olduğunu ortaya koymaktadır. Örneğin araştırmalar, okullarına bağlı olduklarını düşünen çocuk ve ergenlerin erken cinsel aktivite, alkol kullanımı, tütün kullanımı, uyuşturucu kullanımı, şiddet ve çete katılımına katılma ihtimalinin daha düşük olduğunu göstermektedir (Chapman ve diğerleri, 2013; Wormington, Anderson, Schneider, Tomlinson ve Brown, 2016). Araştırma ayrıca, okula katılım, okula devam etme ve daha yüksek sınıflarda ve sınıfta test puanları dahil olmak üzere okula katılım ile eğitim sonuçları arasında güçlü bir ilişki olduğunu göstermiştir (Wang ve Eccles, 2012a).

Akademik başarı ve başarı, öğrencilerin uyumsuz riskli davranışlarda bulunma olasılığını azaltabilir (Demmler ve diğerleri, 2017). Çok sayıda araştırma çalışması akademik başarı ve sağlıkla ilgili davranışlar arasında güçlü bir bağlantı olduğunu göstermektedir (Bradley ve Greene, 2013; Demmler ve diğerleri, 2017). Ayrıca, uzunlamasına çalışmalar, ergenlik döneminde riskli davranışa daha az katılımın, yaşamın sonraki dönemlerinde daha yüksek başarıya yol açtığını ve erken akademik başarının, yaşamda daha düşük sağlık riski davranışlarına yol açtığını göstermektedir. Doğrudan bir nedensellik bağı kurulmasına rağmen, nedensel ilişkilerin eğitim ve sağlık arasındaki her iki yönde var olduğuna inanılmaktadır (Basch, 2011; Bradley ve Greene, 2013). Bu nedenle, akademik performans genellikle ergenlik döneminde genel sağlık ve refahın önemli bir göstergesi ve yetişkin sağlığı sonuçlarının birincil belirleyicisi olarak görülmektedir (Michael ve diğ. 2015).

Duygu düzenlemesini yapamayan duygusal ya da davranışsal bozukluk riski altında olabilecek çocuk ve ergenler arasındaki ruh sağlığının analizi, küresel ölçekte araştırmacılar için ana odak noktası haline gelmiştir ve şimdi halk sağlığı politikaları için bir önceliktir. Çocuklar ve ergenler arasındaki duygusal ve davranışsal problemler, dünya çapında kamu sağlığı hizmetlerinin ekonomik maliyetinden bahsetmek yerine, engellilik, ıstırap, işlevsel bozulma ile ilişkili olmaları nedeniyle gerçekten çok fazla sosyal kaygı çekmektedir (Belfer, 2008). Duygusal ve davranışsal belirtiler ergenlik döneminde sık görülür, çünkü bu gelişim aşamasında insanların karşılaştığı değişiklikler ve adaptasyon süreçleri duygusal olarak üzücü olabilir. Ayrıca kişisel mutluluğu etkileyen ve diğer insanlarla kurulan olumsuz ilişkiler söz konusu olabilir ve bunlar problem olarak yansıyabilir (Fonseca, 2011). Bu bağlamda, ailenin, ergenin ihtiyaç duyduğu değişikliklere kendini adapte etme esnekliğinin yanı sıra aile üyeleri ve duygusal bağlar arasındaki iletişimin kalitesi, ergenin savunmasızlık derecesini etkilemektedir (Musitu, 2017). Bu nedenle aile psikolojisi sağlık problemlerini veya bozukluklarını önlemede önemli bir koruyucu faktör olabilir (Fajardo, 2015).

Ebeveynler ve aileler, ergenlerin sağlığını şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır. Araştırmalar, ebeveynlerin ergenlerin riskli davranışlarını daha olumlu uygulamalar kullanarak, gençlerini etkin bir şekilde izleyerek ve okula girerek engellemeye yardımcı olabileceğini göstermektedir. Araştırmalar sert ebeveynliğe maruz kalmanın, bir ergenin riskli davranışlarda bulunmaya karar verme olasılığını artırabileceğini göstermektedir (Alati ve diğ., 2014). Özetle araştırmalar, ergenlerin riskli davranışlarının yaşam süresince ciddi sonuçlar doğurabileceğini açıkça göstermiştir. Bu nedenle, uyumsuz riskli davranışlarla ilişkili risk faktörler ve koruyucu faktörler incelemiştir. Araştırmalar, belirli demografik özelliklerin sapkın akranların etkisi ve duygusal ve davranışsal sorunların, özellikle dışsallaştırıcı davranışların gösterilmesinin, ergenlerin risk almasıyla anlamlı bir şekilde ilişkili olduğunu göstermektedir. Problemleri içselleştiren ve dışlayan öğrencilerin sürekli olarak karşılaştıkları ve risk alma davranışlarına katılma eğilimleri, karmaşık duygusal ve davranışsal ihtiyaçları ile uyumsuz riskli davranışlar arasındaki ilişkiyi daha iyi anlama ihtiyacını vurgulamaktadır.

2.4 Duyguları Tanıma

İngilizce karşılığı “emotion” olan duygu sözcüğü Latince “e” ve “movere” kelimeleri, dışarı anlamında “e” ve hareket etme, harekette olma anlamında olan “movere” kelimelerinin birleşmesinden oluşmuştur (Young, 1994).

Duygunun ne’liği konusunda herkesin az veya çok bilgisi olmasına karşın, kabul görmüş yaygın bir tanımı bulunmamaktadır (Izard, 2009). Goleman (2014) da benzer şekilde yaklaşık bir asırı aşkın bir zaman diliminden beri psikologların ve felsefecilerin duygu kavramının ne olduğuna ilişkin bir tartışma içinde olduklarını vurgulamaktadır.

Duyguya yönelik bu tanımlama çalışmaları kuramsal yaklaşımlar aracılığı ile değerlendirilebilir. Duygu ile ilgili kuramsal yaklaşımlar Darwin’in “İnsan ve Hayvanlarda Duyguların İfadesi” adlı eserini yayınlamasıyla başlamıştır. Darwin doğal seçim bağlamında en güçlü olanın yaşamda kalabilmesi ve yaşamını sürdürebilmesi için duyguların da evrimleşmesinin bir zorunluluk olduğunu ve bu durumun dünya üzerindeki tüm kültürlerde ortak olduğunu belirtmektedir. Duygularla ilişkili olarak verilen sinyaller, bu sinyalleri ortaya koyan hayvanların yaşamlarını sürdürmelerinde avantaj sağlamıştır. Bu bağlamda insanların ve hayvanların duyguları vardır ve duyguların varlığı insan yaşamına fayda sağlamaktadır (Barnes, 2014). Duygunun ne olduğu sorusu ilk olarak William James (1884) tarafından sorulmuştur. James, beyin tepkilerinin duyguyu oluşturduğunu, duyguları hissetmenin nörobiyolojik bir sonuç olduğunu ileri sürmüştür. Ortaya atılan ilk teorilerden biri olan James-Lange kuramına göre duyguların doğrudan ve birincil nedeni fizikseldir. Çevresel uyaranların bir sonucu olarak ortaya çıkan bedensel değişimler ve fizyolojik süreçler, bilinçli zihinde bazı duygular uyandırmaktadır (Coleman ve Snarey, 2011). Kurama göre belirli fizyolojik örüntüler duygusal hislere yol açmaktadır. Dolayısıyla herhangi bir uyarıcıya maruz kalan kişinin vücudu belli fiziksel değişimleri tetiklemekte ve ardından kişinin beyni bu değişimleri yorumlayarak elde ettiklerini bir duyguya dönüştürmektedir. Kuramda bu durum ormanda karşılaşılan bir ayı ile örneklendirilmiştir. Bir orman yürüyüşünde ayıyla karşılaşan kişi “kaçtığı için korkmaktadır; korktuğu için kaçmaz”. Günümüzde James-Lange kuramı

karmaşık duyguların açıklanmasındaki sınırlılıkları nedeniyle eleştirilmektedir (Barnes, 2014, s. 238; Plotnik, 2009).

James-Lange Kuramına karşı eleştiriler yeni bir kuramın ortaya çıkmasını sağlamıştır. Cannon-Bard kuramı, duyguların yaşanması ve dışavurumunun herhangi bir sebep sonuç ilişkisi istemeyen basit bir paralel süreç olduğunu iddia eder (Barnes, 2014). Cannon-Bard kuramı bağlamak ya da ağlamak benzeri fizyolojik tepkilerimizin duygularımızın nedeni değil sonucu olduğunu vurgulamaktadır (Kuşat, 2011).

Schacher ile Singer'in (1962) bilişsel kuram dahilinde ele alınabilen iki faktörlü yaklaşımında ortamda bulunan uyarıcının önce fizyolojik değişime(genel uyarılmışlık seviyesine etkisi ile) neden olup bu değişim esnasındaki koşulların çerçevesinde değerlendirme sürecine tabi olarak duygunun yaşanabildiğini belirtmektedirler Kuram bir durum/nesne/olayla ilgili yorum, değerlendirme, düşünce ve hatta hatıranın farklı duygular yaşanmasına yol açabileceği veya buna katkıda bulunabileceğini belirtmektedir. Birçok insan için bu, duygunun en uygun açıklamasıdır. Duygulardan kaynaklanan fizyolojik değişimleri açıklamak için Schachter-Singer kuramı oldukça işlevseldir (Barnes, 2014; Plotnik, 2009).

Genel olarak kabul edilen görüş düşüncelerin duyguları belirlediği üzerinedir. Ancak bazı araştırmacılar bu görüşün bazı şartlar altında geçerli olabileceğini ancak hayatta kalma veya hayatı direkt tehdit eden koşullarda düşüncenin olmasını beklemeden duygunun ortaya çıkacağını belirtmektedirler. Dolayısıyla duyguların meydana gelişini açıklamaya çalışan değerlendirmelerde kesin bir fikir birliği sağlanamamıştır (Vatan, 2014).

Vazgeçilmez öneminden ötürü geçmiş zamanlardan itibaren ele alınan ve farklı kavramsallaştırılan duygu kavramının tek geçerli bir tanımının yapılması zordur. Bu bakımdan duyguların sınıflandırılması, işlevleri bakımından ele alınması sıkça karşılaşılan bir durumdur.

Yaygın kabule göre genel olarak duyguların iki boyutundan söz edilebilir. Olumlu-olumsuz duygu boyutları, duygu sınıflandırılmasında pek çok araştırmacı tarafından benimsenmiştir (Villodas, Villodas ve Roesch,2011). Birbirinden bağımsız yapılar olarak görülen bu boyutlardan olumlu duygular haz ve keyif üzerine temellenirken, olumsuz duygu stres, korku, öfke gibi hoş olmayan

duyguların etkinliğe geçişi olarak tanımlanmaktadır. Olumlu duygu bireyin olumlu duygusal halinin devamını sağlamak adına riskten kaçınmasına etki ederken, olumsuz duygu bireyin olumsuz duygusal halini gidermek için riskli davranışlara neden olabilmektedir (Zhao, 2006).

Duyguların insan yaşamında işlevleri bakımından açıklanması da sıkça karşılaşılan bir durumdur. Türün devamı ve hayata kalmak amaçlarının işlevsel mekanizmalarıdır. Duyguların kendilerini belli etmesi belirli tepkilerle (fizyolojik, bilişsel ve davranış) sağlanır. Bu tepkiler ilk defa karşılaşılan durumlarda uyum sağlamamız açısından önemlidir. Duygularla ilişkisi olan belli davranışların gereksinim duyguyu fizyolojik desteği duygular sağlamakta ve gözlemlenebilir davranışları kolaylaştırmaktadır. Bunun en bilinen örneği savaş-kaç tepkisidir. Bu tepki sırasında broşların yüzeyi genişler, kan basıncı ve kalp atım hızı artar ayrıca kasların hareketini sağlamak için kanın pompalanması daha fazla olmaktadır (Denollet, Nyklicek ve Vingerhoets, 2008).

Bireylerarası ilişkilerimizde duygular içsel gelişen süreçler ve davranışlarımız konusunda diğerlerine bilgi aktarırken diğerlerindende süreçleri hakkında bilgi edinebilmemizin yolunu açar. Bununla birlikte yaşantımızda öncelikli olanları anlamamızda ipuçları sunarken aynı zamanda önemliler sıralamasına yardım sağlamaktadır (Izard, 2009). Duygular, önemli bir fırsat ya da tehdit olarak ortaya çıkabilecek belirli sosyal olaylar ya da koşullar hakkında bilgi sağlama, birini başkalarının davranışsal niyetleri hakkında bilgilendirme, karar vermeyi kolaylaştırma, bireyi hızlı harekete hazırlama ve sosyal davranışı kodlamak için bilgi verme ve uyarılma işlevlerine sahiptir (Gross, 1998a). Duygular; sıkıntılar kadar fırsatları yanıtlama etkisi, davranışlarımız, deneyimlerimiz ve ruhsal tepki eğilimimizin düzenliliğini sağlayarak olaylara verilen tepkileri de önemli derece etkilerler (Gross, 2002; Smith ve Lazarus, 1990).

Duygulara ilişkin literatürde duygular temel ve ahlaki olarak birbirinden farklı olarak ayrılmaktadır (Niedenthal, Krauth-Gruber, ve Ric, 2006).

Izard (2009), insan yaşamında düşünce sistemi ve davranışlarının işlevselliği açısından merkez durumunda olan duyguları temel duygular olarak ileri sürmüştür. Ayrıca temel duygular için bazı kriterler olduğunu belirtmektedir:

- Nöral geçitlerinin bir duygu ile bağlantılı olduğu

- Bu duyguların yansıması olan yüz ifade ve hareketlerin her temel duyguda farklı olduğu
- Temelde duyguları hissetme ve farkındalığına ulaşma her biri için farklıdır.
- Evrim ve biyolojik süreçler temel duyguların kaynaklarındandır.
- İşlevsel sonuçlara ulaşmada temel duygular organize ve motive eder.

Yukarıda belirli kriterlere sahip bu duygular, üzüntü, tiksinti, öfke ve korkudur. Bazı araştırmacılar şaşırma'yı da bu temel duygulara dâhil etmektedirler (Niedental, Krauth-Gruber, ve Ric, 2006).

Bireyin sosyal karşılaştırmayı kullanarak kendini değerlendirerek ulaştığı duygular ise ahlaki duygular (utanma, gurur, kıskançlık, mahcubiyet, gıpta etme) olarak tanımlanmaktadır. Ahlaki duygular bireyin kendini değerlendirmesinden ötürü temel duygulardan daha karmaşıktırlar (Tangney ve Dearing, 2002).

2.4.1 Duygu ve duygu düzenleme

Duyguların aklın karşısında akla karşı olarak görülmesi çok uzun süre devam etmiş ve duyguları disiplin altına almak, baskılamak, düzenleme yapmanın gerekliliği düşünülmüştür (Çakar ve Arbak, 2004). Buna karşın hayatımızı devam ettirmenin kilit noktası olduğu ve başka kişiler tarafından anlaşılmanızı sağladığı görüşü literatürde sıkça karşılaşılmaktadır. Buna göre temel duygular (korku, mutluluk, tiksinti, üzüntü, öfke) başkaları tarafından anlaşılma, hayatta kalma işlevlerine yardımcıdır. Örnek olarak tiksintmek zehirli besinlere karşı bizi korurken, korku tehlikeli durumlara karşı koruma sağlar (Greenberg, 2014). Uzun zamandır duyguların anlama çabası devam etmekte fakat evrensel bir tanıma tam olarak ulaşamamıştır.

Duygu düzenleme araştırmalarının kökenleri savunma mekanizmalarına (Freud, 1926/1959), psikolojik stres ve stresle başa çıkma kuramına (Lazarus, 1966), bağlanma kuramına (Bowlby, 1969) ve duygu kuramına (Frijda, 1986) dayanmaktadır. Duygu düzenleme ayrı bir yapı olarak ilk olarak gelişim alan yazınında daha sonra yetişkin alan yazınında çalışılmıştır. Gelişim ve yetişkin alan yazınında duygu düzenleme konusunda çok fazla örtüşen nokta olmasına

rağmen, bugüne kadar, bu alan yazında entegrasyonun eksik olduğu dikkat çekmektedir (Akt, Koole, 2009).

Birçokları için, duygunun özü öznel deneyimdir (Barrett, Mesquita, Ochsner ve Groos, 2007; LeDoux, 2012). Duygular, sosyal ifadelerimizi, yüz ifadelerimizi, jestlerimizi ve davranışlarımızı etkileyerek şekillendirir (Ekman, Friesen ve Ellsworth, 1972). Acil durumdaki duygusal tepkileri yansıtan gülümseyen ve çatık gibi gözlemlenebilir davranışlar duygusal ifadeyi oluşturan şeydir (Flannery et al., 1994). Duygusal ifadenin düzenlenmesi öğrenilmiş bir tepki olarak bebeklik döneminde başlar (Cole vd., 1994). Buna ek olarak, çocuk olgunlaştıkça, kişinin duygusal ifadesini düzenleyerek duygu düzenleme becerisi gelişir ve artar (Ekman & Friesen, 1975).

Yüzdeki duygu tanıma, bireyin mevcut ruh halinden etkilenebilir (Mullins ve Duke, 2004). Bilgi-işlem teorisi, ruh halinin algı ve dikkati etkilediğini öne sürmektedir (Dodge, 1991). Örneğin, Lee, Ng, Tang ve Chan (2008), üzücü bir ruh hali içinde katılımcıların belirsiz yüzleri negatif olarak sınıflandırma eğiliminde olduklarını belirtmiştir. Ek olarak, Chepenik, Cornew ve Farah (2007), üzücü ruh halinin yüzdeki duyguların tanınmasını engellediğini göstermiştir.

Duyguların bu çeşitli süreçlerle etkili bir şekilde düzenlenmesi hem zihinsel hem de fiziksel refahımız için esastır. Duygu tanıma ile duygu düzenleme arasında bir bağlantı vardır yani eğer duygu tanınmazsa, düzenlenecek bir şey yoktur. Duygusal yüz ifadeleri doğru tanınmazsa, duygu düzenlemesi etkilenir.

Bunun yanında çözüme ihtiyaç duyulan bir diğer mesele duygu düzenlemenin içsel mi (duygu düzenlemenin benlikte geliştiği) yahut dışsal mı (duygu düzenlemenin başkalarında gerçekleştiği) gerçekleştiği ya da her iki sürecin de etkin olup olmadığı sorusudur. Genelde yetişkin alanyazında içsel süreçler odak merkezi iken gelişimsel alan yazında odak noktası dışsal süreçlerdir (Koole, 2009). Gross ve Thompson (2007) ise her iki sürecinde önemli olduğunu belirtmektedir.

En genel manası ile duygu düzenleme ruh hali, stres ve olumlu-olumsuz duygularıda kapsayan içinde duygu yükü bulunan bütün durumların düzenlenmesini içine almaktadır (Koole, 2009).

Schwarz'a göre (2000) bir durumun şüpheliliğine dair işaretler barındırabilen olumsuz duygusal haller, bu yönü ile problem durumun niteliklerine yoğunlaşmayı sağlayan bilgi işleme şeklini meydana getirir. Buna karşın olumlu duygusal haller ise alışkanlıklarımıza güven duymamıza yol açan güvenli bir çevreye işaret edebilir (Schwarz, 2000).

Duygu düzenleme çevremizdeki göze çarpan ipuçlarına duygusal olarak cevap verebilme yeteneği, adaptif insan fonksiyonu için kritik öneme sahiptir. Duygusal tepkiler, algısal fakültelerimizi keskinleştirebilir, hızlı eylem ve karar vermeyi kolaylaştırabilir, sosyal bağlantıları destekleyebilir ve önemli olayların hatırlanmasını geliştirebilir (Phelps ve LeDoux, 2005). Bununla birlikte, koşullar değiştikçe duygusal tepkilerimizin doğasını değiştirme veya kontrol etme becerimiz de aynı derecede önemlidir. 'Duygu düzenleme' terimi, duygusal tepkilerimizin fizyolojik, davranışsal ve deneyimsel bileşenlerini kontrol edebilen farklı düzenleyici süreç türlerini ifade eder (Gross ve Thompson, 2007). Bunlara, çevremizdeki uyarıcı sonuç koşullarını ve kasıtlı olarak yerleştirilmiş teknikleri değiştirmeyi öğrenirken duygusal tepkilerimizi esnek bir şekilde değiştiren otomatik düzenleme biçimleri dâhildir. Ayrıca, sıkıntılı bir durumdan kaçınmak veya bununla başa çıkmak veya olumlu bir sonuç elde etmek için harekete geçebiliriz. Duyguların bu çeşitli süreçlerle etkili bir şekilde düzenlenmesi hem zihinsel hem de fiziksel refahımız için esastır.

Duygusal olarak yetkin kişiler, optimum duygusal üretim ve duygu tanıma ile karakterizedir (Scherer, 2007). Duygu düzenleme yeterliliği, ifade edilen duyguların toplam biçiminin uygunluğunu ifade ederken, bireyin olayların sonuçlarıyla başarılı bir şekilde başa çıkmasına izin verir. Aynı zamanda duygu düzenleme, duyu algısı yeterliliği, sosyal ilişkide başkalarının duygusal durumunu doğru algılayabilme ve yorumlayabilme yeteneğini ifade eder. Mutluluk, öfke, hüzn ve endişe gibi duygular, sosyal ilişkilerimizin yanı sıra yaşamımızı ve psikososyal deneyimlerimizi şekillendirir.

Aldao (2013) 'a göre, duygu düzenlemenin amacı, uyumsuz duyguları ortadan kaldırmak ve onları uyarlanabilir olanlarla değiştirmek değil, çevreye uyarlayıcı tepkiler üretmek için her bir duygunun dinamiklerini etkilemektir. Örneğin sunum yaparken, yoğun kaygı, donmaya veya kaçmaya neden olabilir, oysa az miktarda kaygı aktifleştirecek ve göreve odaklanmak için yardımcı olacaktır.

Bununla birlikte, duygular, belirli bir durum için yanlış yoğunlukta olduğunda, süresi, sıklığı iyi düzenlenmediğinde problem olabilir. Öfkenin kendine zarar vermesini sağladığı zaman biliş ve davranışları çarpıttıklarında zararlı sonuçlarla karşılaşılabilir (örneğin, Gross & Jazaieri, 2014). Korku bizi tehlikelerden korurken, mutluluk yeni dostlukları güçlendirir ve öfke bizi önemseyemediğimiz sebepler için mücadele etmeye zorlar (Gross, 2015). Dolayısıyla deneyimlenen her bir duygunun temelde işlevsel olarak düzenlenmesi iyi oluş için önemli olmaktadır.

İnsanların evrensel olarak kabul görmüş doğuştan gelen bir duygu kümesi vardır. Ancak, duygu tanıma sosyo-kültürel kurallara da bağlıdır. Her ne kadar yetişkinler duyguları evrensel olarak tanıtsalar da, duygularını kendi ana dillerinde daha doğru bir şekilde tanımlanır. Yeterli duygu düzenleme becerisine sahip olan biri duygularının farkındadır ve duygularını anlayabiliyordur, duygularını kabul eder, dürtüsel davranışlarını kontrol edebilir ve negatif duygular hissettiğinde dahi bir amaca uygun davranış sergileyebilir, ve son olarak duruma uygun duygu düzenleme stratejilerini esneklikle kullanabilir.

Duygu düzenleme süreci bazı aşamalardan oluşmaktadır. İlk adım duyguların farkındalığı ve anlaşılmasıdır. İkinci adım duyguların kabul edilmesidir. Üçüncü adım dürtüsel davranışları kontrol etme ve istenilen hedeflere uygun davranmadır. Dördüncü adım ise kişisel hedefleri ve duygusal tepkiyi ayarlamak için uygun düzenleme stratejisinin kullanılmasıdır. Bu adımların herhangi birinin veya tümünün bulunmaması duygu düzenleme güçlüğüne veya duygu bozukluğunun varlığına işaret eder (Graz, Roemer, 2004).

Düşük düzenleme, kişinin kendi üzerinde kontrol altına almadaki başarısızlığı ifade eder ve bireyin dürtüyü kontrol etmek için yeterli güce sahip olmadığı durumlarda meydana gelirken, yanlış düzenleme, dürtüyü kontrol etmek için etkisiz bir stratejinin kullanılması anlamına gelir (Baumeister ve diğ, 1994). Bir duyguyu, buna pozitif ve negatif duygular da dâhildir, azaltmak, korumak veya arttırmak için kullanılan tüm stratejilere duygu düzenleme adı verilir (Gross, 1998).

Buna göre Gross(1998), içten veya dıştan gelen duyguları birer işaret olarak kullanılması ile düzenlendiği bir süreç modeli ortaya atmıştır. Modele göre duygu

düzenlemenin gerçekleştiği süreçlerde kullanılan stratejileri açıklamaya çalışmaktadır. Buna göre stratejiler ikiye ayrılmaktadır. İlki olan öncül odaklı stratejide birey duygu öncesi kontrol sağlarken ikinci olan tepki odaklı stratejide duygu oluştuktan sonra düzenleme devreye girer. Model iki temel stratejiye dayanan ve beş süreçten oluşur:

- Durum seçimi: Potansiyel duygu ortaya çıkaran ortam/durum girme veya bu ortam/durumdan uzaklaşmayı seçmek (örn:daha önce tartışma yaşanmış kişi ile karşılaşmamak adına düzenlenmiş bir etkinliğe gitmemek).
- Durum değişimi: Durumun seçimi sonrası durumun duygusal etkisini değiştirme çabalarıdır (Örn: etkinliğe bir arkadaşı ile gitmek).
- Dikkat dağıtımı: belirli durumlarda duyguların etkilerine yönelik mümkün seçeneklerden hangisine dikkatin yoğunlaştırılacağını seçimidir (Mekanda tartışma yaşadığı kişi ile karşılaştığında yönünü değiştirmek).
- Bilişsel değişim: durumun duygusal etkisini değiştirmek maksadı ile o duruma anlam yüklemektir (örn:sınavdan alınan düşük notun kendi yetersizliğinden değilde, sorulara dair bağlamlara yüklemek).
- Tepki değişimi: tepki eğilimlerinin anıtını değiştirme çabasıdır. Tepki eğilimlerinin baskılama ile azaltılması veya artırılmasını içerir (örn;topluluk önünde konuşma sırasında kişinin tedirginliğini gizlemeye çalışması).

Duygu kuramları, bir olayı yorumlamamızın veya değerlendirmemizin duygusal cevabımızda kritik bir işlevi olabileceğini vurgulamaktadır (Scherer, 2005). Bu değerlendirme sürecini manipüle ederek kişi duygusal tepkiyi değiştirebilir. Ochsner ve diğ. (2002) yaptığı bir çalışmada katılımcılara olumsuz duygusal sahneler sunulduğu ve olumsuz duygusal tepkilerini azaltmak için sahnede gösterilen olayları yeniden yorumlamalarının istendiği bir yeniden değerlendirme stratejisi kullanılmıştır. Bu stratejiyi kullanırken, bir katılımcı sahnedeki kanlı bir yara gördüğünü veya yara görüldüğünden daha az acı verici olduğunu hayal edebilir. Yeniden değerlendirmenin, hem kendi kendini raporlama hem de fizyolojik duygu ölçümlerini kullanarak olumsuz etkilerin azaltılmasında etkili olduğu gösterilmiştir (Ochsner ve Gross, 2008).

2.4.2 Ergenlik dönemi duygu düzenleme

Duygu düzenleme ile ilgili gelişimsel alan yazın bebeklikten ergenliğe odaklanmaktadır. Bu dönemlerde, mizaşsal, nörobiyolojik (frontal bölgenin gelişimi), kavramsal (duygusal süreçlerin anlaşılması) ve sosyal (aile, arkadaş, öğretmen) bileşenler yetişkinlikte gözlemlenen duygu düzenleme süreçlerinin altında yatan temeli oluşturmaktadır (Gross ve Thompson 2007). Ergenlikte duygusal deneyim özellikle yoğun olabilir ve çeşitli çalışmalar ergenlerin genç veya yaşlı bireylerden daha sık ve yoğun duygular yaşadığını göstermiştir (Larson & Asmussen, 1991) şüphesiz ki bu durumun yaşanmasın çeşitli değişimler etkilidir.

Ergenlik döneminde ortaya çıkan biyolojik değişiklikler hızlı bir şekilde gerçekleşir. En belirgin biyolojik değişim, bireyin daha olgun, yetişkin bir görünüm kazanmasıyla fiziksel gelişimdir. Diğer biyolojik değişiklikler, iç hormonal değişiklikleri ve üreme organlarının olgunlaşmasının yanı sıra sekonder cinsel özellikleri içerir (Dusek, 1991). Ergenlerin yaşadığı sayısız biyolojik değişikliklerle birlikte, duygusallığın bu değişikliklerin bazılarıyla bağlantılı olması kaçınılmazdır (Angold, Costello, Erkanli, & Worthman, 1999). Geç çocukluk ve erken ergenlik döneminde artan bilişsel yetenekler duygu düzenlemenin yeni biçimlerine izin verir (yeniden değerlendirmek-reframing-, diğerlerinin bakış açısından bakmak, yeterli uzaklıkta hedefler seçmek gibi). Aynı zamanda arkadaşları, yapılacak aktiviteleri, gidilecek okulu seçebilmesi çevreyi şekillendirme şansı oluşturur. Ergenler, duygusal ve kişilerarası ilişkilerdeki tarzları ve tercih ettikleri duygu düzenleme yöntemleriyle ilgili kendilik algılarını geliştirirler. Duygu düzenlemenin uyumlu biçimleri, spor yapmak, müzikle ilgilenmek ya da akademik çalışmalarla ilgilenmek gibi kültürel olarak onaylanmış aktiviteler içerir. Genellikle erken ergenlik döneminde başlayan psikoaktif madde kullanımı gibi başka güçlü ve genellikle uyumsuz duygu düzenleme biçimleri de bu dönemde görülebilir (Hall, Munoz, Reus ve Sees, 1993).

Ergenlik döneminde, beyindeki ödül duyarlılığını, sosyal bilgileri ve duyguları etkileyen sistemlerin daha hassas hale geldiğine ve bunun, yeni, yoğun duyguları yaratan deneyimler yaratan yeni, risk alma deneyimleri arayan gençlere katkıda bulunduğu dair bazı kanıtlar vardır (Dahl, 2004; Steinberg, 2004). Çalışmalar,

bu dönemde beyin yapısının benlik kontrolünü arttıracak şekilde gelişmeye devam ettiğini ancak gelişimin henüz tamamlanmamış olduğunu göstermektedir (Galvan, Hare, Parra, Voss, Glover ve Casey, 2006). McRae, Gross, Weber, Robertson, Sokol-Hessner, Ray ve arkadaşlarının (2012) ergen beyni üzerinde yaptıkları çalışma, ergenlikte beyin yapılarının yeniden değerlendirmeyi daha etkin uygulayabilecek yönde gelişmekte olmasına rağmen ergenlerin bu evrede yönlendirmeye halen gereksinim duyduklarını belirlemiştir. Çalışma sonuçlarından ergenlerin yeniden değerlendirmeyi erişkin bireyler kadar yetkin olmasa da etkili bir şekilde kullanabildiklerini anlaşılmaktadır. Ek olarak ergenlik döneminde yüksek düzeyde olumsuz duygunun ve düşük düzeyde bilişsel yeniden değerlendirmenin depresyon yatkınlığı ve kaygı bozukluğu ile ilişkili olduğunu bulunmuştur (Carthy, Horesh, Apter, Edge ve Gross, 2010).

Gelişim açısından duygu düzenleme aile içi ortam, ebeveyn çocuk yetiştirme tarzları ve ebeveyn ile çocuk bağlanması gibi unsurların, çocuğun şimdiki ve gelecekteki psikolojik, sosyal durumunun belirleyicisi olması bakımından önemli etkilere sahiptir (Morris, Silk, Steinberg, Myers ve Robinson, 2007).

Ergenlik, aynı zamanda aile ilişkilerinde bir dönüşüm zamanıdır ve bu dönüşüm, birçok ergen için stres ve duygusal uyarılma kaynağı olabilir (Petersen & Hamburg, 1986). Sosyal bağlamdaki değişikliklerin, duygu düzenleme sürecindeki etkenler olarak akranlara daha fazla, ebeveynlere daha az güvendiği bilinmektedir (Bariola, Gullone, & Hughes, 2011). Çorapçı (2012) hem doğulu hem de batılı duygu sosyalleştirmeleri ve duygu düzenleme metotlarını kullanarak çocuklarını yetiştiren Türk annelerinin bu yöntemlerinde kültürler arası farklılıkların bulunduğunu belirtmiştir. Ayrıca duygu sosyalleştirmelerinin ne şekilde yönlendirilmesi ve bunların sonuçları hakkındaki çalışmaları yetersiz olduğunu belirtmiştir.

Hem olumlu hem de olumsuz duyguları ortaya çıkaran ergenlerin yaşadıkları en büyük yeni yaşam alanının, hem gerçek hem de hayal kırıklığına uğramış romantik ilişkilerin alanı olduğunu vurguladı. Birkaç çalışma, daha romantik aktivitelere katıldığını bildiren ergenlerin, depresif semptomlar yaşama ihtimalinin daha yüksek olduğunu göstermiştir. Aynı zamanda, araştırmalar akran ilişkilerinin ergenlerde olumlu ve olumsuz duygusallığa önemli katkı sağlayabileceğini göstermiştir (Larson & Amussen, 1991). Duygu düzenlemesi

ile sosyal yetkinlik, psikolojik uyum ve hatta bilişsel işleyiş arasında var olan yakın ilişki duygu düzenleme becerisinin kişisel gelişimin en önemli unsurlarından birisi olduğunu göstermektedir. Duygu düzenlemesindeki işlev bozuklukları çocuklukta ve yetişkinlikte depresyon, kaygı, davranış bozukluklarını içeren dışsallaştırma ve içselleştirme sorunları ile ilişkilendirilmektedir (Thompson ve Goodman, 2010; Zeman ve ark., 2006).

2.4.3 Duygu düzenleme ve riskli davranışlar

Duygusal deneyimlerin farkındalığı, kabulü ve anlayışı, ayrıca duygulara esnek ve uyarlamalı cevap verebilme becerisi, duygu düzenlemenin tüm bileşenleridir.

Duygu düzenleme süreci bazı yeteneklerden oluşmaktadır. Bunlar ; duyguları anlama ve farkında olma, duyguların kabulü, dürtüsel davranışları kontrol altına alarak hedefe uygun davranmak ve duygu düzenleme becerilerini duruma uygun biçimde kullanmaktır (Gratz & Roemer, 2004). Bu nedenle, çok çeşitli duygular deneyimleme kendiliğinden ve duruma uygun bir şekilde cevap verme kapasitesindeki eksiklikler, olumsuz duyguları düzenleyemeyen veya azaltamayanlar kadar uyumsuz olabilir.

Kaygı ve duygu durum bozuklukları semptomları ile kendini ortaya koyan olumsuz duygulanımlar birçok riskli davranışların tetikleyicisi olduğu belirtilmektedir (Zehe, Colde, Read, Wiecezorec ve Lengua, 2013).

Ruhsal sorunları olan bireylerin düşünme, olayları yorumlama ve davranışa dökme konusunda yeterlilikleri azaldığından riskli davranışları gerçekleştirme ihtimalleri armaktadır. Ergenlik dönemi, duyguların daha yoğun yaşandığı bir geçiş dönemidir. Bu dönemde risk alma eğilimiyle birlikte duygu düzenleme ihtiyacının arttığı ve buna paralel olarak farklı duygu düzenleme yöntemlerinin de kullanılabildiği görülmektedir (Zeman ve ark., 2006). Schreiber, Grant ve Odlaug (2012), duygu düzenleyememe ile dürtüsellik arasında anlamlı ilişki bulmuştur. Zayıf duygu düzenleme becerilerinin dürtüsel davranış sorunları ve psikopatoloji gelişimi için riski artırabileceğini belirtmektedirler.

Frick ve Morris (2004), yaptıkları yazın taraması sonucu çocukların duygu düzenleme konusundaki işlevsizliği ile oluşan ve olumsuz duygularla çevresine yaklaşımda bulunmasına yol açan olumsuz tepkiselliğin zamanla sorunlara neden olduğu belirtilmektedir. Örneğin küçük çocuklar üzerinde yapılan bir çalışmada

dışsallaştırma sorunlarının, düşük duygu düzenleme, dürtüsellik ve yüksek kızgınlık ile ilişkili olduğu sonucu bulunmuştur. Çalışmada ayrıca olumsuz duygulanım, düşük dürtüsellik ve yüksek derecede üzüntü durumlarında odaklanam ve dikkat yöneltme sorunları içselleştirme sorunları ile ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Eisenberg, Cumberland, Spinrad, Fabes, Shepard, Reiser ve ark., 2001).

Bao ve diğ. (2016) ergenler üzerinde yaptıkları bir araştırmada, şiddet içerikli davranış gösterenlerin felaketleştirmeyi daha çok yaptıkları görülmüştür. Ergenlerle yapılan başka bir araştırmada ise duygu düzenleme stratejilerini adaptif olmayan şekilde kullanan ergenlerde aşırı yeme konusunda kontrol kaybı yaşadıkları belirtilmiştir (Goossens, Van Malderen, Van Durme ve Braet, 2016).

Diener ve diğ. (2010) olumlu duygular bireyin bu hali sürdürmek amacı ile riskten kaçınma davranışını etkin hale geçirirken, olumsuz duygular olumsuz duygusal halin yok edilmesi adına riskli davranışlara yol açtığını ileri sürmektedirler.

Düzenleme süreci içinde olumlu-olumsuz duygular yer alır. Düzenleme süreci kontrol altında tutulabilir veya otomatiktir (Bariola Gullone ve Hughes, 2011; Gross, 1998a). Bireyler hem olumsuz hem de olumlu duyguları düzenler (Gross & Thompson, 2007). Olumlu duygular kadar olumsuz duygular da günlük yaşamımıza eşlik eder. Duygular genelde faydalıdır fakat zarar verici olduğunu düşündüğümüz noktalarda bu duyguları düzenlemeye dair bazı cevaplar gerekir. Bu da bizi duygu düzenleme konusuna ve sorulması kaçınılmaz soruya götürür, birey olumsuz duygularını nasıl düzenler, olumsuz duygularını nasıl sosyal hayata uyumlu hale getirir?

2.4.4 Korku duygusu ve riskli davranışları düzenleme

Duygu düzenlemenin sağlıklı işlemesi duygularla uyumlu tepki mekanizması içermekte ve korku, rahatsızlık veya sorunlardan kaynaklı duygusal deneyimler üzerinde engelleyici ya da kontrol altına alma gayretlerini klinik bağlamda oluşan potansiyel düzenleyici etkisi olabilir (Cole ve diğ., 1994).

Aktif başa çıkmada korku, korku uyandıran bir uyarana maruz kalmayı azaltan davranışların performansı ile düzenlenir. Son olarak, yeniden birleştirilmesini engelleyen farmakolojik veya davranışsal manipülasyonlar yoluyla hatırlatıldıktan sonra bir korku hafızası bozulabilir. Korkunun kontrolünün

altında yatan nöro-devreler üzerine anlayışımız, duygusal ilişkilerin öğrenildiği ve değiştirildiği mekanizmaları netleştiren türler üzerine yapılan araştırmalardan ve ayrıca benzersiz insan'a özgü olan bilişsel duygu düzenleme biçimleri üzerine olan çalışmalardan kaynaklanmaktadır (Hartley and Phelps, 2010). Korku yanıtlarını doğru şekilde düzenlemedeki başarısızlık, çeşitli psikopatolojilerle ilişkilendirilmiştir. Örneğin, bazı anksiyete bozukluğu biçimlerinin, korku öğrenmenin ve tükenmesinin altında yatan sinir sistemlerinde işlev bozukluğu içerdiği düşünülmektedir (Rauch ve diğerleri, 2006) ve yok olma temelli maruz kalma tedavileri ile tedavi edilmektedir. Kasıtlı bilişsel yol ile duygu düzenlemeyi kolaylaştıran bilişsel-davranışsal psikoterapi, depresyon ve diğer psikolojik bozuklukların tedavisinde başarılı bir yaklaşımdır. Aktif başa çıkma, öğrenilmiş korku tepkilerini hafifletmek ve korku uyandıran bir uyarının neden olduğu fonksiyonel bozuklukları azaltmak için kullanılabilir. Son olarak, yeniden birleştirme, patolojik travmatik hatıraların kalıcı olarak değiştirilmesine izin verebilir. Normal duygu regülasyonunun nörosirkülasyonunun daha iyi anlaşılması, psikiyatrik bozuklukların altında yatan potansiyel mekanizmaları aydınlatır ve bu durumlar için daha etkili tedavilerin geliştirilmesine yardımcı olabilir (Hartley and Phelps, 2010).

Duyguları kontrol etmek için bilişsel stratejilerin kullanımı yalnızca insanlarda incelenmiştir. İnsanlar duygularını değiştirmek için düzenli olarak düşünceleri kullanırlar. Bir olayın önemini yeniden yorumlamayı veya dikkatin bir durumun daha az korkutucu yönlerine odaklanmaya karar vermeyi seçip seçmemesi gerekse, bilişimizi daha uyumlu duygusal ve sosyal tepkiler üretme hizmetine göre ayarlıyoruz. Yeniden değerlendirme, seçici dikkat ve bastırma gibi duyguları düzenlemek için birçok farklı bilişsel strateji kullanılabilir (Gross, 1998). Bilişsel düzenleme teknikleri çoğu zaman, katılımcıların olayların önemini değerlendirilmesini değiştirerek veya bunlarla ilişkisini değiştirerek duygusal cevabı değiştirmek için aktif olarak katılımını gerektirir. Bilişsel düzenleme stratejileri, bilişsel terapide olduğu gibi öğretilir ve uygulanabilir. Ayrıca zaman içinde harekete geçmek alışkanlık haline gelebilir ve daha kolay hale gelebilir (Hartley and Phelps, 2010). Klinikte bilişsel terapi sırasında kullanılan süreçleri yansıtmak için, duyguları değiştirmek için olayların değerlendirmesini değiştiren bilişsel duygu düzenleme tekniklerinin laboratuvar çalışmaları

önerilmektedir. Örneğin, depresyonu olan bireyler genellikle olayların olumsuz değerlendirilmesine karşı önyargılar sergilerler. Bilişsel terapinin temel amacı, hastanın bir durumun daha gerçekçi kanıta dayalı değerlendirmelerini oluşturmalarını sağlamak ve böylece ilgili duygusal tepkileri düzenlemektir (Allen ve diğ., 2008). Birey duygularını deneyimlemekten kaçınmak için kullandığı bastırma stratejisi negatif duygudurumu ve genel kaygı düzeyini yordayıcı etkide bulunmaktadır (Hayes, 2004).

Özetle duygu düzenleme zorlukları (duyguların kabul edilmemesi) ve duygu düzenleme stratejilerin (bastırma ve yeniden değerlendirme) yanlış kullanımı olumsuz duygu durum oluşmasını sağlamaktadır. Özellikle kaygı durumunun bastırma metodu ile kullanımı paradoksal şekilde kaygıyı artırmaktadır. Olumsuz duygu hali pek çok ruhsal bozukluk ve de riskli davranışlarla ilgilidir.

2.5 İlgili Araştırmalar

Ergenlik döneminde yaş ilerledikçe okul terki, sigara ve alkol kullanma olasılıklarının arttığı belirtilmiştir. Bu araştırmalarda yaş artışı ile birlikte alkol ve sigara (Güraksın, Ezmeci, İnandı, Vançelik & Tufan, 1998) kullanımında artış olduğu görülmüştür.

Ollendick and King (1994), çalışmalarında 648 Avustralyalı ergende korkuların yaygınlığını araştırmış ve sonra bu korkularla ilişkili girişimin boyutunu belirlemeye çalışmıştır. Araştırma sonucunda korkuların ergenler üzerinde oldukça yaygın olduğu belirlenmiştir. Kızların erkeklerden daha fazla korku yaşadığı genç ergenlerin büyük ergenlerden daha fazla korku yaşadıkları rapor etmiştir. Gençlerin çoğu, korkularının ciddi bir sıkıntıya neden olduğunu ve korkularının günlük faaliyetlerine önemli ölçüde engel olduğunu belirtmiştir.

Broidy ve diğ. (2003) çocukluk çağında fiziksel saldırganlığın gelişim sürecini ve ergenlik döneminde şiddet içeren ve şiddet içermeyen rahatsız edici sonuçlarla ilişkisini araştırdılar. Yazarlar, üç ülkedeki altı bölgeden gelen boylamsal verileri incelediler (örneğin, Montreal, Kanada [n = 1,161]; Quebec, Kanada [n = 2,000]; Christchurch Sağlık ve Geliştirme Çalışması, Yeni Zelanda [n = 1,265]; Dunedin Multidisciplinary Health and Kalkınma Çalışması, Yeni Zelanda [n = 1,037]; Pittsburgh Gençlik Çalışması, Amerika Birleşik Devletleri [n = 1,517]; Çocuk

Gelişimi Projesi, Amerika Birleşik Devletleri [n = 585]). Her site için, ebeveynler ve öğretmenler, yıkıcı davranışların (yani fiziksel saldırganlık, muhalefet, hiperaktivite ve davranış sorunları) ve sonuç ölçütlerinin katılımcıların şiddet içeren ve şiddet içermeyen suçlu davranışları hakkındaki kişisel raporlarından elde edilmiştir. Erkek katılımcıların davranışsal özellikleri, çocukluktan ergenliğe, özellikle çocuklukta fiziksel saldırganlık gösterenler arasında sorunlu davranışlarda süreklilik olduğunu göstermiştir. İlkokul sırasındaki fiziksel saldırganlık, ergenlik döneminde fiziksel şiddet ve diğer şiddet içermeyen suçluluk biçimlerini anlamlı şekilde yordamaktadır. Buna karşılık, sonuçlar çocukluk çağı fiziksel saldırganlığı ile kadınlar arasında ergen suçları arasında net bir ilişki olmadığını göstermiştir.

Lagana (2004) aile, sosyal destek değişkenlerinin okul terki yordayıcıları olarak incelediği çalışmada, düşük, orta ve yüksek okul terki riski altında olan üç grup lise öğrencisi ile çalışmıştır. Çalışmanın sonucuna göre , düşük not, erişkin ve akran desteği almayan erkek öğrenciler, yüksek risk grubunu oluşturdıkları görülmüştür.

Steinberg (2005), akran etkisinin 306 katılımcının risk alma davranışına etkilerini incelemiştir: Ergenler (13-16 yaş arası), genç yetişkinler (18-22 yaş arası) ve yetişkinler (yaş arası) 24 yaş ve üstü). Tüm katılımcılar risk tercihini ve riskli karar vermeyi değerlendiren iki anketi ve risk almayı ölçen bir davranışsal görevi tamamlamışlardır. Davranış görevi, katılımcıların trafik ışığı yeşilden sarıya döndüğünde ekran boyunca hareket eden bir arabayı durdurup durdurmama konusunda karar vermelerini gerektiren bir video oyunuydu. Bu görev, katılımcıların sadece varsayımsal olarak riskli bir durumda ne yapacaklarını bildirmekten ziyade, gerçek kararlar almalarını gerektirdi. Her yaş grubundaki katılımcılar, anketleri ve davranışsal görev ölçümlerini tek başlarına veya aynı yaşta iki akranla tamamlamak için rastgele atandılar. Bu çalışma, akranlarla önlemleri tamamlayan katılımcıların daha fazla risk aldıklarını, riskli davranışların maliyetlerinden daha fazla faydalara odaklandıklarını ve sadece aynı görevleri tamamlayanlardan daha riskli kararlar aldıklarını ortaya koymuştur. Bu bulgular, ergenlere kıyasla ergen ve genç yetişkin katılımcılar için özellikle güçlüydü (Gardner ve Steinberg, 2005).

Jokela ve diğ. (2009), 7. ve 11 yaşlarındaki öğretmenlerin dışsallaştırma ve içselleştirme davranışlarını ergenlik ve yetişkinlik boyunca tahmin edilen yaralanmaları tahmin edip etmediklerini incelemek için İngiliz Ulusal Çocuk Gelişimi Çalışması'ndan (N = 11,537) verileri kullanmıştır. Yaralanmalar katılımcıların ebeveynleri (7, 11 ve 16 yaşlarında) ve katılımcılar tarafından (23 yaşında, 33, 42 ve 46). Sonuçlar, öğretmen tarafından değerlendirilen dışsallaştırma davranışının çocukluk çağında artan yaralanma riskinin önemli bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Spesifik olarak, Bristol Sosyal Uyum Kılavuzu'ndaki (BSAG; Stott, 1963) dışsallaştırma puanındaki bir standart sapmanın artması, çocukluk, ergenlik ve yetişkinlikteki yaralanma oranındaki % 10-19'luk bir artışla ilişkilendirilmiştir. Bu risk çocukluktan ergenliğe kadar oldukça stabildi ve yetişkinliğe kadar uzanıyordu. Sonuçlar ayrıca dışsallaştırma davranışının işte, evde, araba kullanırken ve şiddetli saldırılardan kaynaklanan yaralanmalarla anlamlı şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca, dışsallaştırma puanları yüksek olan çocukların, dışa çıkma davranışlarının da daha ağır yaralanmalarla ilişkili olduğunu öne süren dışsallaştırma puanlarının artmış olduğu göz önüne alınsa bile, dışsallaştırma puanlarının düşük olduğu kazalara kıyasla, kazalarda kalıcı olarak sakatlanma olasılığı daha yüksektir.

İnandı, Özer, Akdemir, Akoğlu, Babayigit, Turhan ve Sangül (2009) lisede öğrenim gören öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmada, alkol kullananların özgüven ve saygı, sigara kullananların ise sürekli kaygı puanları yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte sigara ve madde kullananların şiddet davranışı göstermeleri ve şiddete maruz kalmalarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Reuterskiöld (2009), Stockholm, İsveç ve Virginia (ABD)'de çeşitli özel fobiler ile başvuran çocuk ve ergenler üzerinde yapılan üç deneysel çalışma incelemiştir. Genel amaç, çocukluk çağı korkuları, kaygıları ve fobileri anlamaya çalışmak ve gençlerde belirli bir fobinin tedavisinin etkinliğini ve taşınabilirliğini değerlendirmektir. Çalışma Ebeveyn Bağlanma Envanterinin üç kuşak boyunca ve iki ülke için boyutluluğunu test etmiş ve ebeveynlik kayıtsızlık ve aşırı korunma davranışlarının çocuklarda daha fazla endişe sorunu ile ilişkili olup olmadığı incelenmiştir. Sonuçlar, ebeveyn davranışının dört faktörlü temsilinin, bilgi verenler arasında envantere yeterli bir uyum sağladığını göstermiştir. I.

çalışmada algılanan aşırı koruma, çocuklarda anlamlı derecede daha fazla kaygı semptomları ve eşlik eden tanı ile ilişkili bulunmuştur. II. çalışmada, gençler için bir tanı tarama aracı üzerinde ebeveyn-çocuk sözleşmesinin araştırılmıştır. Sonuçlar, tedaviye giriş motivasyonunda yüksek puan alan çocukların, eşlik eden tanı ve ciddiyet dereceleri konusunda genellikle daha güçlü ebeveyn-çocuk sözleşmesine sahip olduğunu göstermiştir. Ebeveynler çocukları için genel olarak daha fazla tanı bildirmişlerdir ve tanı için ebeveynler çocuklarının problemli davranışlarına daha iyi uyum sağlamış gibi görünmektedir. III. Çalışmada ise, eğitim destekleyici tedavi koşulu ile tek seanslı bir tedaviyi ve çeşitli özel fobiler ile başvuran çocuklar için bekleme listesi kontrol koşulu ile karşılaştırmıştır. Sonuçlar, her iki tedavi koşulunun da bekleme listesi kontrol koşulundan daha üstün olduğunu ve bir seanslı tedavisinin, eğitim-destekli tedaviden daha üstün olduğunu göstermiştir. Tedavi etkileri 6 aylık takiple sürdürülmüştür. Genel olarak, yukarıdaki bulgular, tek seanslı tedavinin çocuklar ve ergenlerdeki çeşitli spesifik fobilerin tedavisinde taşınabilir ve etkili olduğunu göstermiştir.

Kuru (2010) tarafından yapılan bir araştırmada sosyal destek boyutları (arkadaş, öğretmen ve öğretmen), içe yönelim boyutları (somatik yakınmalar, sosyal içe dönüklük, intihar eğilimi, kaygı-depresyon) ve akademik başarı değişkenleri ergenlerde riskli davranışları (antisosyal davranışlar, beslenme alışkanlıkları, okul terki ve madde kullanımı) bir model ile yordama güçleri test edilmiştir. Altı farklı genel lisede öğrenim gören 491 ergen çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırma sonucunda modelin ergenlerde riskli davranışları anlamlı olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca analiz sonuçları içe yönelim ve akademik başarının riskli davranışları anlamlı şekilde yordamadığı bulunmuştur. Bununla birlikte sosyal desteğin içe yönelimi anlamlı şekilde yordamasına karşın, akademik başarıyı anlamlı şekilde yordamadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Son olarak, sobel testi ile akademik başarı, sosyal destek ve içe yönelim aracılığı ile riskli davranışların yordanamsına dair incelemede bu dolaylı etkiler istatiki biçimde anlamlı bulunmamıştır.

Rey-Pena ve Extremera-Pacheco (2012) ergenler ile yaptıkları bir araştırmada, ruminasyon ve kendini suçlama bilişsel duygu düzenleme stratejilerini kullanan ve kullanmayan erkekler arasında, bu stratejileri kullananların daha fazla sözel ve

fiziksel saldırganlık davranışları gösterdiklerini tespi etmişlerdir. Kadınlar için bu değişkenler arası anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Buckholdt ve diğ. (2015), üniversite öğrencileri ve madde bağımlısı olan bireylerden oluşan iki farklı örneklem üzerinde duygu düzenleme bozuklukları ve riskli davranışlar arasında ilişkiyi incelemek için araştırma yapmışlardır. Öncelikle üniversite öğrencileri klinik bakımdan anlamlı düzeyde yeme bozuklukları ve bilerek kendini yaralama davranışı olan kişilerde, etkili duygu düzenleme stratejilerini becerikli kullanamadıkları tespit edilmiştir. Kendine bilinçli şekilde zarar verme davranışı ve yemek bozuklukları olan madde bağımlısı kişilerin, yalnızca madde bağımlısı olan bireylere göre etkin duygu düzenleme becerilerinde zorluk yaşadıkları tespit edilmiştir.

Widman, Choukas-Bradley, Helms ve Prinstein (2016), cinsel risk alma ile ilgili akran etkisine duyarlılık tahminlerini incelemiştir. Katılımcılar, güneydoğu Amerika Birleşik Devletleri'ndeki kırsal, düşük gelirli ortaokullardan 300 yedinci sınıf öğrencisi olarak belirlenmiştir. İlk olarak, öğrenciler riskli cinsel davranışa girme olasılığını ölçen, demografik, cinsel tutumlar ve varsayımsal senaryolar için ön anketi tamamlamışlardır. Daha sonra, öğrenciler bir internet sohbet odasını simüle eden deneysel bir yönergeye katılmışlardır. Bu durumda, öğrenciler eş olduğuna inandıkları diğer kullanıcılarla aynı varsayımsal senaryoları tartıştılar. Akran etkisine duyarlılık, sohbet öncesi simülasyonuna karşı özel test öncesi varsayım senaryolarına verilen cevaplardaki değişikliklerle ölçüldü. Sonuçlar akran etkisinin önemli bir etkisi olduğunu göstermiştir; ergenlerin % 78'i risklidir akran etkisi durumu (yani sohbet odası) sırasındaki tepkiler, özel değerlendirmeye göre daha fazladır. Ayrıca, akran etkisine karşı duyarlılığın en güçlü belirleyicisi cinsiyettir ve erkeklerin akranlardan etkilendiklerinde riskli tepkiler verme olasılığı daha yüksektir.

Reniers, ve diğerleri (2016) çalışmalarında, kişilik özelliklerinin ve cinsiyetin ergenlerin risk algıları ve risk alma davranışları üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Erkek ve kadın katılımcılar (157 kadın: 116 erkek, 13-20 yaş arası), risk algısı, risk alma ve kişiliğe ilişkin öz bildirim önlemlerini tamamlamışlardır. Erkek katılımcıların davranışları daha az riskli olarak algıladıkları, daha fazla risk aldıkları, olumsuz sonuçlara karşı daha az duyarlı oldukları ve kadın katılımcılardan daha az sosyal olarak endişeli oldukları

bildirilmiştir. Yol analizi, yaş, davranışsal inhibisyon ve dürtüsellik risk algısını doğrudan etkilerken, yaş, sosyal kaygı, dürtüsellik, ödüllendirmeye duyarlılık, davranış inhibisyonu ve risk algısının kendisinin doğrudan veya dolaylı olarak risk alma davranışlarıyla ilişkili olduğu bir model belirlemiştir. Yaş ve davranış engelinin toplumsal kaygı ile doğrudan ilişkisi bulunmuştur. Yaş ile sosyal kaygı arasında gözlenen ilişki ve bunun risk alma davranışına etkisi olabilir, ergenlerin risk alma davranışını azaltmak için anahtar olabilir. Her ne kadar ergenler davranışlarının riskini anlayabilseler ve yetişkinlere benzer bir seviyede riske karşı kırılganlıklarını tahmin edebilseler de, sosyal durumlarla ilgili kaygı, ödüllendirmeye duyarlılık ve dürtüsellik gibi faktörler etkilerini gösterebilir ve bu bireyleri risk almaya eğilimli yapabilir. Ergenlerde riskli davranışlara ilişkin yapılan diğer araştırmalar incelendiğinde, 14-17 yaş aralığındaki gençlerin davranış sorunları için yüksek risk grubunda olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Başka bir araştırmada ise on bir ile on sekiz yaş arasında, suç işleme ve alkol ve madde kullanımı, evden kaçma, okul terki, yalan söyleme gibi riskli davranışlar göstermede önemli bir artış olduğu belirtilmiştir (Duncan, ve diğ., 2001). Bedirhanbeyoğlu (2018), üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve riskli davranışlar üzerine yaptığı çalışmada çocukluk çağı travmaları ile riskli davranışlar arasında pozitif anlamlı, adaptif bilişsel duygu düzenleme yöntemleri ile ise negatif anlamlı ilişki olduğu belirtilmiştir. . León-del-Barco ve diğerleri (2019) çalışmada, oran oranları istatistikleri (OR) ile ebeveyn psikolojik kontrolü ile duygusal ve davranışsal bozukluklar arasındaki korelasyonu araştırmayı amaçlamaktadır. Bu çalışmaya toplam 762 öğrenci katılmıştır; yaş ortalaması 12.23 yıl,% 53.8'i kız,% 46.2'si erkek idi. Çocuklar ve ergenler ebeveynlerin psikolojik kontrollerini ve duygusal ve davranışsal bozukluklarını bildirmişlerdir (yani, duygusal ve davranışsal problemler, içselleştirme ve dışsallaştırmalar). Psikolojik kontrollerini yüksek olarak algılayan küçüklerin, içselleştirici bozukluklardan muzdarip olma olasılığı 6 kat, dışsallaştırıcı bozukluklar gelişme ihtimalinin 4,8 katıdır. Ayrıca, dışsallaştırıcı bozukluklara maruz kalma olasılığı, yüksek derecede psikolojik kontrolü algılayan erkekler arasında daha yüksektir. Bu çalışma, ebeveynler tarafından olumsuz bir kontrol şekli olarak kabul edilen psikolojik kontrolün, çocuklar ve gençler arasındaki duygusal ve davranışsal bozukluklardaki önemi üzerine yeni bir zemin hazırlamaktadır.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin analiz edilmesinde yararlanılan istatistiksel tekniklerle ilgili bilgiler açıklanmıştır.

3.1 Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın amacı ergenlerde korku düzeyi ile riskli davranışlar ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Bu bağlamda ilişkisel tarama modeli kullanılacaktır. “Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez” (Karasar, 2009, 77).

3.2 Evren ve Örneklem

Araştırma evreni 2018–2019 eğitim öğretim yılında İstanbul ili Avcılar ilçesi’nde farklı tür liselerde öğrenim gören, uygun örneklem yöntemiyle seçilmiş 14-19 yaş arası 475 öğrenci örnekleme oluşturmuştur.

Örneklem evreni temsil özelliği bulunan evrenden seçilen gruptan oluşmaktadır (Karasar, 2006). Araştırmanın güvenilirliği için örneklemin yansız olması önemli görülmektedir (Kaptan, 1998). Olasılıklı örneklem evreni oluşturanlardan eşit seçilme şansına sahip durumlarla belirlenen örnekleme denilmektedir (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004). Maliyet ve zaman açısından örneklem seçimi kolaylıklar sağlamaktadır (Gökçe, 1988). Doğru bilgilere ulaşmak adına verilerin genelleştirilebilir olması gerekmektedir (Arıkan, 1994).

3.3 Veri Toplama Araçları

Araştırmada kişisel bilgi formu ile Korku Tarama Ölçeği, Riskli Davranışlar Ölçeği (RDÖ) ve Duygu Düzenleme Ölçeği kullanılmıştır.

3.3.1 Kişisel bilgi formu

Kişisel bilgi formu lise öğrencilerinin demografik bilgilerini tespit etmek için hazırlanmıştır. Bu form aracılığıyla öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri hakkında bilgi toplanmıştır.

3.3.2 Korku tarama ölçeği

1968’de Scherer ve Nakamura, Wolpe ve Lang’ın (1964) geliştirdikleri erişkin korku ölçeğini (FSS-Fear Survey Schedule) temel alarak çocuklar için korku ölçeği (FSS-FC) geliştirmişlerdir. Ölçek FSSC-R, (Fear Survey Schedule Children Revised) adını almıştır. Ollendick tarafından geliştirilen bu ölçek (FSSC-R), günümüze kadar en çok üzerinde çalışılan ve farklı dillere uyarlaması yapılan korku tarama ölçeğidir. Ölçek 7 ile 19 yaş aralığındaki farklı yaş gruplarında kullanılmaktadır. Araştırmacılar, toplum yapısının değişmesiyle birlikte 90’lı yıllardan itibaren, gençler için korku ölçeklerinin gözden geçirilmesi gerektiğini savunmaya başlamışlardır. Değişen toplum yapısı ile birlikte çocukların ve ergenlerin tehdit yaratan yeni uyaran ve durumlarla daha sık karşılaşmaya başladıkları ileri sürülmüştür. Bunlar arasında tecavüze uğrama, aids, bulaşıcı hastalıklar, nükleer savaş, cinayet, uyuşturucu vb. korkuların yer almakta olduğunu belirtmişlerdir (Gullone ve King,1992 ; Shore ve Rapport, 1998). 1992’de Gullone ve King tarafından FSSC-R’nin içeriği tekrar gözden geçirilmiş ve güncellenerek FSSC-II geliştirilmiştir. Daha sonra ise, Shore ve Rapport (1998) tarafından, Amerika’da yaşayan farklı etnik gruplardaki ergenlerin daha güncel korkularını saptamak amacıyla, FSSC-HI (Fear Survey Schedule Children-Hawaii) geliştirilmiştir. Ölçek Türkçe’ye Elmacı (2008) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek korkulan durum veya nesneleri içeren 7 faktör ve 81 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin birinci faktöründe (Tehlike ve Ölüm Korkusu) 23 madde yer almaktadır. Ölçeğin ikinci faktöründe (Bilinmeyen Korkusu) 14 madde yer almaktadır. Ölçeğin üçüncü faktöründe (Tıbbi ve sosyal müdahale korkuları) 14 madde yer almaktadır. Ölçeğin dördüncü faktöründe (Sosyal Korkular) 10 madde yer almaktadır. Ölçeğin beşinci faktöründe (Hayvan korkuları) 9 madde yer almaktadır. Ölçeğin altıncı faktöründe (Aile korkuları)7 madde yer almaktadır. Ölçeğin yedinci faktöründe (Yaralanma korkuları) 4 madde yer almaktadır. Yedi faktörün birlikte açıkladığı toplam varyans %40.52;

ölçeğin tümüne ilişkin Cronbach-Alpha iç tutarlık (güvenirlik) katsayısı ise 0.95’ bulunmuştur. Likert tipi ölçekte maddelerin puanlanması şu şekildedir: 1= Hiç korkmam, 2= Biraz korkarım, 3= Çok korkarım. Toplam puan her bir maddeye verilen yanıtların toplanmasından elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 81, en yüksek puan 243’ dür. Ölçekten alınan puan yükseldikçe, bireyin korku düzeyinin de yüksek olduğu kabul edilmektedir.

3.3.3 Riskli davranışlar ölçeği (RDÖ)

Bu ölçek Gençtanırım ve Ergene (2014) tarafından ergenlerde riskli davranışları ölçme amacıyla geliştirilmiştir. Problem Davranış Teorisi kapsamında ve sıklıkla karşılaşılan riskli davranışlar göz önünde bulundurularak alt ölçekler belirlenmiştir. Altı alt ölçekte değerlendiren, toplam 36 maddeden oluşan bir ölçektir, beşli derecelendirme tipinde (1=kesinlikle uygun değil, 2=uygun değil, 3=kısmen uygun, 4=uygun, 5=kesinlikle uygun) hazırlanmıştır (Gençtanırım & Ergene, 2014). Alt faktörlere bakıldığında anti-sosyal davranışlar alt faktörü, alkol kullanımı ve okul terki alt faktörü yedişer maddeden, sigara kullanımı alt faktörü altı maddeden, beslenme alışkanlıkları alt faktörü beş maddeden ve intihar eğilimi alt faktörü dört maddeden oluşmuştur. Alt ölçeklere göre Cronbach Alpha katsayıları: anti-sosyal davranışlar .83, alkol kullanımı .88, sigara kullanımı .91, intihar eğilimi .58, beslenme alışkanlıkları .72, okul terki .73 şeklindedir. Genel Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği farklı bir grup üzerinden hesaplanmıştır, genel test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .85 olarak bulunmuştur, alt ölçek katsayıları ise: anti-sosyal davranışlar .79, alkol kullanımı .77, sigara kullanımı .90, intihar eğilimi .63, beslenme alışkanlıkları .56 ve okul terki .68 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınabilecek puan 36-180 puan arasındır ve yüksek puan risk alan davranışların fazlalığına işaret etmektedir (Gençtanırım & Ergene, 2014).

3.3.4 Ergenler için duygu düzenleme ölçeği (EİDDÖ)

Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (Regulation of Emotions Questionnaire): Phillips ve Power (2007) tarafından geliştirilmiş ve Duy ve Yıldız (2014) tarafından geçerlik-güvenirlik çalışması yapılmıştır. Ölçek 18 maddeden oluşmaktadır. 1-5 arasında puanlanmaktadır. “İçsel işlevsel duygu düzenleme

(İİDD)”, “dışsal işlevsel duygu düzenleme (DİDD)”, “içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme (İİODD)” ve “dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme (DİODD)” şeklinde dört alt boyuta sahiptir. Alt boyutlardan alınan puanlar yükseldikçe ergenin o alt boyuta göre duygu düzenleme yönteminin sıklığı da artmakta, puanı düştükçe o yöntemi kullanma oranı düşmekte şeklinde yorumlanmaktadır. Duy ve ark. (2014) tarafından, ölçeğin iki hafta ara ile 175 öğrenciye uygulanması sonucu elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için 0,51, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için 0,70, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için 0,56 ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için 0,52 olduğu belirtilmektedir. Çalışmamızda Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği’nin araştırma örneklemini için iç tutarlılık güvenirlik katsayıları içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için 0,53, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için 0,56, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için 0,36 ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için 0,44 olarak bulunmuştur.

3.4 Ölçme aracının uygulanma aşamaları

2018–2019 eğitim-öğretim yılı içinde araştırma gerçekleştirilmiştir. Öncelikli olarak araştırma için literatür taraması yapılmış ve ölçekler belirlendikten sonra ölçek sahiplerinden kullanım izinleri alınmıştır. Liselerde okuyan öğrencilere ölçekler uygulanmıştır. Araştırmacı tarafından öğrencilere konu aktarılmış ve gönüllü olarak araştırmaya katılmak isteyen öğrencilere ölçek maddeleri dağıtılmıştır. Uygulama sonrasında ölçekler toplanmıştır.

3.5 Verilerin Çözümlemesi

Öncelikli olarak doldurulan ölçekler incelenmiş geçersiz olan (boş bırakılan hep aynı maddeler işaretlenmiş olan vb.) formlar çıkarılmıştır. Veriler SPSS 21.0 programına girilmiş ve veri kontrolü yapıldıktan sonra analizlere geçilmiştir. Demografik değişkenlerin veri sonuçlarına göre gruplandırması yapılmıştır. Demografik özelliklerin betimsel yorumları yapıp frekans ve yüzde dağılımları çıkarılmıştır. Ölçek maddeleri ile ilgili $\bar{x}$, ss, değerleri saptanmıştır. Ölçek puanlarının demografik değişkenlerle anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını anlamak için değişken gruplarına bağlı olarak t testi ve ANOVA

yapılmıştır. Ayrıca değişkenler ile ölçek arasında korelasyon analizi görelî etkiyi tespit etmek için regresyon analizi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<,05$ alınmıştır.

3.6 Etik Hassasiyetler

Araştırmada etik kurallara uyumlu olması için, İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Kurulu’ndan ölçeklerin uygulanması ve çalışmanın yürütülmesi için gerekli izinler alınmıştır. Daha sonra “Gönüllü Olur Formu, Kişisel Bilgi Formu, Korku Tarama Ölçeği, Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği, Riskli Davranışlar Ölçeği” sırasıyla araştırmacı nezaretinde 475 örnekleme uygulanmıştır. Araştırmanın adı, amacı, kişisel ve ölçek bilgilerin gizliliği konusunda gerekli bilgilendirilme yapılmıştır. Ayrıca katılımcılara ölçek uygulamasının yaklaşık süresi(30 dk), ölçeğin doldurulması hakkında gerekli bilgiler ve gönüllük esasına dayalı olduğu bilgileri verilmiştir. Ölçekler öğrencilere doğrudan araştırmacı tarafından uygulanmış ve ölçek yanıtlarının kendilerinin yanıtlamaları sağlanmıştır.



4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmaya ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

4.1 Grubun Demografik özellikleri

Çizelge 4.1: Grubun Demografik özellikleri Frekans ve Yüzde Değerleri

	Gruplar	<i>f</i>	%
Cinsiyet	Kız	281	59,2
	Erkek	194	40,8
Yaş	14-16 yaşında	274	57,7
	17-19 yaşında	201	42,3
Okul türü	Anadolu Lisesi	88	18,5
	Nitelikli lise	67	14,1
	Mesleki ve T. Anadolu	320	67,4
	54 ve altı	100	21,1
Not Durumu	55-69	164	34,5
	70-84	164	34,5
	85-100	47	9,9
Sınıf Tekrarı Durumu	Kalmadım	442	93,1
	1 sene kaldım	33	6,9
Disiplin Cezası	Ceza almadım	424	89,3
	Ceza aldım	51	10,7
Devamsızlık Durumu	Devamsızlık yapmadım	50	10,5
	1-7 gün	275	57,9
	7-12 gün	119	25,1
	13 ve üzeri	31	6,5
	Alt	30	6,3
Gelir	Orta	411	86,5
	Üst	34	7,2
Aile Birlikteliği	Birlikte	406	85,5
	Ayrı	30	6,3
	Ebeveyn vefat	39	8,2

Çizelge 4.1: (Devamı) Grubun Demografik özellikleri Frekans ve Yüzde Değerleri

Anne Çalışma Durumu	Çalışıyor	149	31,4
	Çalışmıyor	296	62,3
	Emekli	30	6,3
Baba çalışma durumu	Çalışıyor	406	85,5
	Çalışmıyor	30	6,3
	Emekli	39	8,2
Anne Eğitim	İlkokul	42	8,8
	Ortaokul	286	60,2
	Lise	112	23,6
	Üniversite	35	7,4
Baba Eğitim	İlkokul	61	12,8
	Ortaokul	195	41,1
	Lise	165	34,7
	Üniversite	54	11,4
Üniversiteye gitme isteği	Evet	456	96,0
	Hayır	19	4,0
	Toplam	475	100,0

Tablo 1’de görüldüğü üzere örneklem grubunu oluşturan 475 öğrencinin 281’i (%59,2) kız, 194’ü (%40,8) erkektir. 274’ü (%57,7) 14-16 yaşında, 201’i (%42,3) 17-19 yaşındadır. 88’i (%18,5) Anadolu lisesinde, 67’si (%14,1) Nitelikli lisende, 320’si (%67,4) mesleki ve teknik Anadolu lisesinde okumaktadır. 100’ü (21,1) 54 ve altı, 164’ü (% 34,5) 55-69, 164’ü (%34,5) 70-84, 47’si (%9,9) 85-100 ortalamasına sahiptir. 442’si (%93,1) sınıf tekrarı yapmamış 33’ü (%6,9) 1 sene sınıf tekrarı yapmıştır. 424’ü (%89,3) disiplin cezası almamış, 51’i (%10,7) disiplin cezası almıştır. 50’si (%10,5) devamsızlık yapmamış, 275’i (%57,9) 1-7 gün, 119’u (%25,1) 7-12 gün, 31’i (%6,5) 13 ve üzeri devamsızlık yapmıştır. 30’u (%6,3) alt gelirli, 411’i (%86,5) orta gelirli, 34’ü (%7,2) üst gelirli aileye sahiptir. 406’sının (%85,5) ailesi birlikte, 30’u (%6,3) ailesi ayrı, 39’u (%8,3) ebeveinin biri vefat etmiştir. 149’unun (%31,4) annesi çalışıyor, 296’sının (%62,3) annesi çalışmıyor, 30’unun (%6,3) annesi emeklidir. 406’sının (%84,5) babası çalışıyor, 30’u (%6,3) babası çalışmıyor, 39’unun (%8,2) babası

emeklidir. 42'sinin (%8,8) annesi ilkokul, 286'sının (%6,3) annesi ortaokul, 112'si (%23,6) annesi lise, 35'inin (%7,4) annesi üniversite mezunudur. 61'sinin (%12,8) babası ilkokul, 195'inin (%41,5) babası ortaokul, 165'i (%34,7) babası lise, 54'ü (%11,4) babası üniversite mezunudur. 456'sı (%96,0) üniversiteye gitmek istiyor, 19'u (%4,0) üniversiteye gitmek istemiyor.

4.2.Korku Tarama Ölçeği Sonuçları

Çizelge 4.2: Korku Ölçeği Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri

Boyut	N	$\bar{X}$	Ss
Tehlike ve Ölüm Korkusu	475	40,97	8,530
Bilinmeyen Korkusu	475	21,96	5,001
Tıbbi Korkular	475	23,47	4,920
Sosyal Korkular	475	15,75	3,492
Hayvan Korkuları	475	16,57	3,647
Aile Korkuları	475	8,74	2,665
Yaralanma Korkuları	475	6,82	2,054
Genel Korku Ölçeği	475	134,30	26,877

Tablo 2'de görüldüğü üzere, örneklem grubunu oluşturan lise öğrencilerinin Tehlike ve Ölüm Korkusu alt boyutunda aritmetik ortalama 40,97 standart sapma, 8,530 olduğu Bilinmeyen Korkusu alt boyutunda aritmetik ortalama 21,96 standart sapma, 5,001 olduğu Tıbbi Korkular alt boyutunda aritmetik ortalama 23,47 standart sapma, 4,920 olduğu Sosyal Korkular alt boyutunda aritmetik ortalama 15,75 standart sapma, 3,492 olduğu Hayvan Korkuları alt boyutunda aritmetik ortalama 16,57 standart sapma, 3,647 olduğu Aile Korkuları alt boyutunda aritmetik ortalama 8,74 standart sapma, 2,665 olduğu Yaralanma Korkuları alt boyutunda aritmetik ortalama 6,82 standart sapma, 2,054 olduğu Genel Korku Ölçeğinin aritmetik ortalama 134,30 standart sapma, 26,877 olduğu belirlenmiştir.

Çizelge 4.3: Cinsiyete Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi		
						t	sd	p
Tehlike ve Ölüm Korkusu	Kız	281	42,64	8,160	,487	5,260	473	,000
	Erkek	194	38,56	8,497	,610			
Bilinmeyen Korkusu	Kız	281	23,32	4,708	,281	7,540	473	,000
	Erkek	194	19,99	4,761	,342			
Tıbbi Korkular	Kız	281	24,32	4,713	,281	4,621	473	,000
	Erkek	194	22,24	4,965	,356			
Sosyal Korkular	Kız	281	16,41	3,359	,200	5,079	473	,000
	Erkek	194	14,80	3,468	,249			
Hayvan Korkuları	Kız	281	17,32	3,637	,217	5,498	473	,000
	Erkek	194	15,50	3,395	,244			
Aile Korkuları	Kız	281	8,93	2,589	,154	1,839	473	,067
	Erkek	194	8,47	2,754	,198			
Yaralanma Korkuları	Kız	281	7,22	2,036	,121	5,293	473	,000
	Erkek	194	6,24	1,941	,139			
Genel Korku Ölçeği	Kız	281	140,16	25,783	1,538	5,924	473	,000
	Erkek	194	125,80	26,214	1,882			

Tablo 3’de lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre korku tarama ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Tehlike ve Ölüm Korkusu, Bilinmeyen Korkusu, Tıbbi Korkular, Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, Yaralanma Korkuları ve Genel Korku Ölçeğinde kızların korku puanları erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

Çizelge 4.4: Devamsızlık Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları

<i>f</i> , <i>x</i> ve <i>ss</i> Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	F	<i>P</i>
Tehlike ve Ölüm Korkusu	Devamsızlık yapmadım	50	42,58	8,767	G.Arası	637,098	3	212,366	2,955	,032
	1-7 gün	275	41,51	8,157	G.İçi	33847,546	47	71,863		
	7-12 gün	119	39,83	9,032	Toplam	34484,644	47			
	13 ve üzeri	31	38,00	8,606						
	Toplam	475	40,97	8,530						
Bilinmeyen Korkusu	Devamsızlık yapmadım	50	23,28	4,777	G.Arası	275,428	3	91,809	3,735	,011
	1-7 gün	275	22,27	4,878	G.İçi	11578,964	47	24,584		
	7-12 gün	119	21,10	5,185	Toplam	11854,392	47			
	13 ve üzeri	31	20,42	5,058						
	Toplam	475	21,96	5,001						
Tıbbi Korkular	Devamsızlık yapmadım	50	24,76	4,959	G.Arası	115,423	3	38,474	1,596	,190
	1-7 gün	275	23,49	4,618	G.İçi	11356,943	47	24,112		
	7-12 gün	119	22,97	5,359	Toplam	11472,366	47			
	13 ve üzeri	31	23,16	5,538						
	Toplam	475	23,47	4,920						
Sosyal Korkular	Devamsızlık yapmadım	50	16,50	3,754	G.Arası	85,294	3	28,431	2,351	,072
	1-7 gün	275	15,93	3,270	G.İçi	5694,887	47	12,091		
	7-12 gün	119	15,23	3,702	Toplam	5780,181	47			
	13 ve üzeri	31	15,03	3,903						
	Toplam	475	15,03	3,903						

Çizelge 4.4: (Devamı) Devamsızlık Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları

	Toplam	475	15,75	3,492						
Hayvan Korkuları	Devamsızlık yapmadım	50	17,02	3,490	G.Arası	57,486	3	19,162	1,444	,229
	1-7 gün	275	16,76	3,607	G.İçi	6248,611	471	13,267		
	7-12 gün	119	16,15	3,681	Toplam	6306,097	474			
	13 ve üzeri	31	15,84	4,034						
	Toplam	475	16,57	3,647						
Aile Korkuları	Devamsızlık yapmadım	50	8,80	2,665	G.Arası	38,474	3	12,825	1,815	,143
	1-7 gün	275	8,57	2,325	G.İçi	3327,156	471	7,064		
	7-12 gün	119	9,20	3,318	Toplam	3365,629	474			
	13 ve üzeri	31	8,32	2,574						
	Toplam	475	8,74	2,665						
Yaralanma Korkuları	Devamsızlık yapmadım	50	6,98	2,299	G.Arası	27,087	3	9,029	2,156	,092
	1-7 gün	275	6,97	1,990	G.İçi	1972,703	471	4,188		
	7-12 gün	119	6,59	2,077	Toplam	1999,789	474			
	13 ve üzeri	31	6,16	2,002						
	Toplam	475	6,82	2,054						
Genel Korku Ölçeği	Devamsızlık yapmadım	50	139,92	27,967	G.Arası	4892,526	3	1630,842	2,276	,079
	1-7 gün	275	135,50	25,456	G.İçi	337514,619	471	716,592		
	7-12 gün	119	131,08	28,766	Toplam	342407,145	474			
	13 ve üzeri	31	126,94	28,276						
	Toplam	475	134,30	26,877						

Tablo 4’de lise öğrencilerinin devamsızlıklarına göre korku tarama ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken Tıbbi Korkular, Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, Yaralanma Korkuları ve Genel Korku Ölçeğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Hangi gruplar arasında farklılık olduklarını belirlemek için Scheffe Testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.5: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Devamsızlık (i)	Devamsızlık (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Tehlike ve Ölüm Korkusu	Devamsızlık yapmadım	1-7 gün	1,071	1,303	,879
		7-12 gün	2,748	1,429	,297
		13 ve üzeri	4,580	1,938	,035
	1-7 gün	Devamsızlık yapmadım	-1,071	1,303	,879
		7-12 gün	1,677	,930	,356
		13 ve üzeri	3,509	1,606	,191
	7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-2,748	1,429	,297
		1-7 gün	-1,677	,930	,356
		13 ve üzeri	1,832	1,709	,765
	13 ve üzeri	Devamsızlık yapmadım	-4,580	1,938	,035
		1-7 gün	-3,509	1,606	,191
		7-12 gün	-1,832	1,709	,765
Bilinmeyen Korkusu	Devamsızlık yapmadım	1-7 gün	1,007	,762	,627
		7-12 gün	2,179	,836	,080
		13 ve üzeri	2,861	1,133	,046
	1-7 gün	Devamsızlık yapmadım	-1,007	,762	,627
		7-12 gün	1,172	,544	,202
		13 ve üzeri	1,853	,939	,275
	7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-2,179	,836	,080
		1-7 gün	-1,172	,544	,202
		13 ve üzeri	,681	1,000	,927
	13 ve üzeri	Devamsızlık yapmadım	-2,861	1,133	,046
		1-7 gün	-1,853	,939	,275
		7-12 gün	-,681	1,000	,927

Tablo 5’de öğrencilerin devamsızlıklarına göre Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu alt boyutlarında devamsızlık yapmayanlar ile 13 ve üzeri devamsızlık yapanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, devamsızlık yapmayanların tehlike ve ölüm korkusu ve Bilinmeyen Korkusu puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.6: Ailelerin Gelir Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları

<i>f</i> , <i>x</i> ve <i>ss</i> Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	<i>ss</i>	Var.K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	F	<i>P</i>
Tehlike ve Ölüm Korkusu	Alt	30	39,47	8,585	G.Arası	447,658	2	223,829	3,10	,04
	Orta	411	41,34	8,455	G.İçi	34036,986	472	72,112	4	6
	Üst	34	37,88	8,858	Toplam	34484,644	474			
	Toplam	475	40,97	8,530						
Bilinmeyen Korkusu	Alt	30	21,50	5,361	G.Arası	79,805	2	39,902	1,60	,20
	Orta	411	22,11	5,044	G.İçi	11774,587	472	24,946	0	3
	Üst	34	20,59	3,924	Toplam	11854,392	474			
	Toplam	475	21,96	5,001						
Tıbbi Korkular	Alt	30	23,13	5,661	G.Arası	40,064	2	20,032	,827	,43
	Orta	411	23,58	4,828	G.İçi	11432,302	472	24,221		8
	Üst	34	22,50	5,350	Toplam	11472,366	474			
	Toplam	475	23,47	4,920						
SosyalKorkular	Alt	30	15,93	3,947	G.Arası	28,211	2	14,105	1,15	,31
	Orta	411	15,81	3,452	G.İçi	5751,970	472	12,186	7	5
	Üst	34	14,88	3,540	Toplam	5780,181	474			
	Toplam	475	15,75	3,492						
Hayvan Korkuları	Alt	30	15,97	4,271	G.Arası	24,495	2	12,248	,920	,39
	Orta	411	16,66	3,636	G.İçi	6281,601	472	13,308		9
	Üst	34	16,03	3,167	Toplam	6306,097	474			
	Toplam	475	16,57	3,647						
Aile Korkuları	Alt	30	8,17	2,335	G.Arası	12,310	2	6,155	,866	,42
	Orta	411	8,76	2,511	G.İçi	3353,320	472	7,104		1
	Üst	34	9,00	4,299	Toplam	3365,629	474			
	Toplam	475	8,74	2,665						
Yaralanma Korkuları	Alt	30	6,27	1,911	G.Arası	26,962	2	13,481	3,22	,04
	Orta	411	6,91	2,037	G.İçi	1972,827	472	4,180	5	1
	Üst	34	6,18	2,236	Toplam	1999,789	474			
	Toplam	475	6,82	2,054						
Genel Korku Ölçeği	Alt	30	130,43	28,731	G.Arası	2547,862	2	1273,931	1,76	,17
	Orta	411	135,18	26,706	G.İçi	339859,283	472	720,041	9	2
	Üst	34	127,06	26,686	Toplam	342407,145	474			
	Toplam	475	134,30	26,877						

Tablo 6’da lise öğrencilerinin ailelerinin gelir durumuna göre korku tarama ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Yaralanma Korkuları alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken Bilinmeyen Korkusu Tıbbi Korkular, Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, ve Genel Korku Ölçeğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Hangi gruplar arasında farklılık olduklarını belirlemek için Scheffe Testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.7: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Gelir(i)	Gelir (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Tehlike ve Ölüm Korkusu	Alt	Orta	-1,872	1,606	,508
		Üst	1,584	2,127	,758
	Orta	Alt	1,872	1,606	,508
		Üst	3,456	1,515	,045
Yaralanma Korkuları	Üst	Alt	-1,584	2,127	,758
		Orta	-3,456	1,515	,045
	Alt	Orta	-,648	,387	,246
		Üst	,090	,512	,985
	Orta	Alt	,648	,387	,246
		Üst	,738	,365	,040
	Üst	Alt	-,090	,512	,985
		Orta	-,738	,365	,040

Tablo 7’de öğrencilerin ailelerinin gelir durumlarına göre Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Yaralanma Korkuları alt boyutlarında orta gelirli ile üst gelirli arasında anlamlı bir farklılık olduğu, orta gelirli olan tehlike ve ölüm korkusu ve Yaralanma Korkuları puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.8: Anne Eğitim Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları

f , x ve ss Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var.K.	KT	Sd	KO	F	P
Tehlike ve Ölüm Korkusu	İlkokul	42	43,74	7,896	G.Arası	594,347	3	198,116	2,753	,042
	Ortaokul	286	40,19	8,700	G.İçi	33890,297	471	71,954		
	Lise	112	41,89	7,831	Toplam	34484,644	474			
	Üniversite	35	41,14	9,328						
	Toplam	475	40,97	8,530						
Bilinmeyen Korkusu	İlkokul	42	24,50	4,692	G.Arası	315,911	3	105,304	4,298	,005
	Ortaokul	286	21,57	5,146	G.İçi	11538,481	471	24,498		
	Lise	112	22,04	4,452	Toplam	11854,392	474			
	Üniversite	35	21,94	5,110						
	Toplam	475	21,96	5,001						

Çizelge 4.8: (Devamı) Anne Eğitim Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları

Tıbbi Korkular	İlkokul	42	25,02	4,861	G.Arası	122,685	3	40,895	1,697	,167
	Ortaokul	286	23,21	5,025	G.İçi	11349,682	471	24,097		
	Lise	112	23,51	4,711	Toplam	11472,366	474			
	Üniversite	35	23,66	4,601						
	Toplam	475	23,47	4,920						
Sosyal Korkular	İlkokul	42	17,31	2,841	G.Arası	133,392	3	44,464	3,709	,012
	Ortaokul	286	15,47	3,572	G.İçi	5646,789	471	11,989		
	Lise	112	15,76	3,059	Toplam	5780,181	474			
	Üniversite	35	16,23	4,339						
	Toplam	475	15,75	3,492						
Hayvan Korkuları	İlkokul	42	18,05	3,107	G.Arası	115,233	3	38,411	2,922	,034
	Ortaokul	286	16,30	3,801	G.İçi	6190,864	471	13,144		
	Lise	112	16,70	3,339	Toplam	6306,097	474			
	Üniversite	35	16,69	3,596						
	Toplam	475	16,57	3,647						
Aile Korkuları	İlkokul	42	9,43	2,328	G.Arası	25,709	3	8,570	1,209	,306
	Ortaokul	286	8,62	2,590	G.İçi	3339,921	471	7,091		
	Lise	112	8,83	3,028	Toplam	3365,629	474			
	Üniversite	35	8,60	2,354						
	Toplam	475	8,74	2,665						
Yaralanma Korkuları	İlkokul	42	7,38	1,834	G.Arası	17,286	3	5,762	1,369	,252
	Ortaokul	286	6,71	2,049	G.İçi	1982,503	471	4,209		
	Lise	112	6,89	2,211	Toplam	1999,789	474			
	Üniversite	35	6,83	1,757						
	Toplam	475	6,82	2,054						
Genel Korku Ölçeği	İlkokul	42	145,43	23,339	G.Arası	6866,311	3	2288,77	3,213	,023
	Ortaokul	286	132,05	27,796	G.İçi	335540,834	471	712,401		
	Lise	112	135,62	24,562	Toplam	342407,145	474			
	Üniversite	35	135,09	27,680						
	Toplam	475	134,30	26,877						

Tablo 8’de lise öğrencilerinin annelerinin eğitim durumuna göre korku tarama ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları ve Genel Korku Ölçeğinde alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken Tıbbi Korkular, Aile Korkuları, Yaralanma Korkuları anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Hangi gruplar arasında farklılık olduklarını belirlemek için Scheffe Testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.9:Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Eğitim(i)	Eğitim (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Tehlike ve Ölüm Korkusu	İlkokul	Ortaokul	3,553	1,402	,044
		Lise	1,845	1,535	,695
		Üniversite	2,595	1,941	,618
	Ortaokul	İlkokul	-3,553	1,402	,044
		Lise	-1,708	,946	,354
		Üniversite	-,958	1,519	,941
	Lise	İlkokul	-1,845	1,535	,695
		Ortaokul	1,708	,946	,354
		Üniversite	,750	1,643	,976
	Üniversite	İlkokul	-2,595	1,941	,618
		Ortaokul	,958	1,519	,941
		Lise	-,750	1,643	,976
Bilinmeyen Korkusu	İlkokul	Ortaokul	2,934*	,818	,005
		Lise	2,464	,896	,057
		Üniversite	2,557	1,133	,166
	Ortaokul	İlkokul	-2,934*	,818	,005
		Lise	-,469	,552	,868
		Üniversite	-,376	,886	,981
	Lise	İlkokul	-2,464	,896	,057
		Ortaokul	,469	,552	,868
		Üniversite	,093	,958	1,000
	Üniversite	İlkokul	-2,557	1,133	,166
		Ortaokul	,376	,886	,981
		Lise	-,093	,958	1,000
Sosyal Korkular	İlkokul	Ortaokul	1,844*	,572	,016
		Lise	1,551	,626	,107
		Üniversite	1,081	,792	,602
	Ortaokul	İlkokul	-1,844*	,572	,016
		Lise	-,294	,386	,901

Üniversite - ,764 ,620 ,679

Çizelge 4.9: (Devamı) Scheffe Testi Sonuçları

Hayvan Korkuları	Lise	İlkokul	-1,551	,626	,107
		Ortaokul	,294	,386	,901
		Üniversite	-,470	,671	,921
	Üniversite	İlkokul	-1,081	,792	,602
		Ortaokul	,764	,620	,679
		Lise	,470	,671	,921
	İlkokul	Ortaokul	1,750*	,599	,037
		Lise	1,351	,656	,238
		Üniversite	1,362	,830	,442
	Ortaokul	İlkokul	-1,750*	,599	,037
		Lise	-,399	,404	,807
		Üniversite	-,389	,649	,949
	Lise	İlkokul	-1,351	,656	,238
		Ortaokul	,399	,404	,807
		Üniversite	,011	,702	1,000
	Üniversite	İlkokul	-1,362	,830	,442
		Ortaokul	,389	,649	,949
		Lise	-,011	,702	1,000
Genel Korku Ölçeği	İlkokul	Ortaokul	13,380*	4,411	,028
		Lise	9,813	4,829	,249
		Üniversite	10,343	6,109	,414
	Ortaokul	İlkokul	-13,380*	4,411	,028
		Lise	-3,567	2,975	,697
		Üniversite	-3,037	4,780	,939
	Lise	İlkokul	-9,813	4,829	,249
		Ortaokul	3,567	2,975	,697
		Üniversite	,530	5,169	1,000
	Üniversite	İlkokul	-10,343	6,109	,414
		Ortaokul	3,037	4,780	,939
		Lise	-,530	5,169	1,000

Tablo 9’da öğrencilerin annelerinin eğitim durumlarına göre Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu, Sosyal Korkular Hayvan Korkuları Genel Korku Ölçeği alt boyutlarında anneleri ilkokul mezunu olanlar ile anneleri ortaokul mezunu olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, ilkokul mezunu

olanların Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu, Sosyal Korkular Hayvan Korkuları Genel Korku Ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.10: Baba Eğitim Durumlarına Göre Korku Tarama Ölçeği Sonuçları

<i>f</i> , <i>x</i> ve <i>ss</i> Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	<i>ss</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	F	<i>P</i>
Tehlike ve Ölüm Korkusu	İlkokul	61	42,61	8,543	G.Ar ası	278,300	3	92,767	1,277	,282
	Ortaokul	195	40,85	8,420	G.İçi	34206,345	471	72,625		
	Lise	165	40,27	8,541	Toplam	34484,644	474			
Bilinmeyen Korkusu	Üniversite Toplam	54	41,72	8,807						
	İlkokul	475	40,97	8,530	G.Ar ası	154,667	3	51,556	2,075	,103
	Ortaokul	61	23,38	5,305	G.İçi	11699,725	471	24,840		
Tıbbi Korkular	Lise	195	21,95	4,910	Toplam	11854,392	474			
	Üniversite Toplam	165	21,55	5,083						
	İlkokul	54	21,67	4,552	G.Ar ası	54,949	3	18,316	,756	,520
Sosyal Korkular	Ortaokul	475	21,96	5,001	G.İçi	11417,418	471	24,241		
	Lise	61	24,30	5,057	Toplam	11472,366	474			
	Üniversite Toplam	54	23,52	4,588						
Hayvan Korkuları	İlkokul	475	23,47	4,920	G.Ar ası	97,627	3	32,542	2,697	,045
	Ortaokul	61	16,80	3,285	G.İçi	5682,554	471	12,065		
	Lise	195	15,55	3,424	Toplam	5780,181	474			
Aile Korkuları	Üniversite Toplam	165	15,47	3,537						
	İlkokul	54	16,17	3,659	G.Ara sı	16,815	3	5,605	,420	,739
	Ortaokul	475	15,75	3,492	G.İçi	6289,282	471	13,353		
Yaralanma Korkuları	Lise	61	17,03	3,582	Toplam	6306,097	474			
	Üniversite Toplam	54	16,48	3,125						
	İlkokul	475	16,57	3,647	G.Ara sı	7,409	3	2,470	,346	,792
Genel Korku Ölçeği	Ortaokul	61	8,84	2,478	G.İçi	3358,221	471	7,130		
	Lise	195	8,85	2,608	Toplam	3365,629	474			
	Üniversite Toplam	54	8,48	2,493						
Genel Korku Ölçeği	İlkokul	475	8,74	2,665	G.Ara sı	10,846	3	3,615	,856	,464
	Ortaokul	61	7,21	2,009	G.İçi	1988,944	471	4,223		
	Lise	195	6,77	2,013	Toplam	1999,789	474			
Genel Korku Ölçeği	Üniversite Toplam	54	6,78	2,116						
	İlkokul	475	6,82	2,054	G.Ara sı	2697,481	3	899,160	1,247	,292
	Ortaokul	61	140,16	26,010	G.İçi	339709,664	471	721,252		
Genel Korku Ölçeği	Lise	195	133,86	26,809	Toplam	342407,145	474			
	Üniversite Toplam	54	134,81	25,645						
	İlkokul	475	134,30	26,877						

Tablo 10’da lise öğrencilerinin babalarının eğitim durumuna göre korku tarama ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Sosyal Korkular, alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülürken Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu Tıbbi Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, Yaralanma Korkuları ve Genel Korku Ölçeğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Hangi gruplar arasında farklılık olduklarını belirlemek için Scheffe Testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.11: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Eğitim (i)	Eğitim (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Sosyal Korkular	İlkokul	Ortaokul	1,255	,510	,110
		Lise	1,331	,520	,040
		Üniversite	,637	,649	,810
	Ortaokul	İlkokul	-1,255	,510	,110
		Lise	,076	,367	,998
		Üniversite	-,618	,534	,720
	Lise	İlkokul	-1,331	,520	,040
		Ortaokul	-,076	,367	,998
		Üniversite	-,694	,545	,654
	Üniversite	İlkokul	-,637	,649	,810
		Ortaokul	,618	,534	,720
		Lise	,694	,545	,654

Tablo 11’de öğrencilerin babalarının eğitim durumlarına göre Sosyal Korkular alt boyutunda babaları ilkokul mezunu olanlar ile babaları lise mezunu olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, ilkokul mezunu olanların Sosyal Korkular Korkuları i puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

4.2 Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları

Çizelge 4.12: Ölçeğin Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri

Boyut	N	$\bar{X}$	Ss
Antisosyal davranışlar	475	25,63	5,722
Alkol Kullanımı	475	31,15	6,424
Sigara Kullanımı	475	24,60	6,813
İntihar Eğilimi	475	11,44	3,575

Beslenme Alışkanlıkları	475	15,50	4,625
Okul terki	475	30,95	5,296
Genel Riskli Davranışlar	475	139,27	22,260

Tablo 12'de görüldüğü üzere, örneklem grubunu oluşturan lise öğrencilerinin Antisosyal davranışlar alt boyutunda aritmetik ortalama 25,63 standart sapma, 5,722 olduğu Alkol Kullanımı alt boyutunda aritmetik ortalama 31,15 standart sapma, 6,424 olduğu Sigara Kullanımı alt boyutunda aritmetik ortalama 24,60 standart sapma, 6,813 olduğu İntihar Eğilimi alt boyutunda aritmetik ortalama 11,44 standart sapma, 3,575 olduğu Beslenme Alışkanlıkları alt boyutunda aritmetik ortalama 15,50 standart sapma, 4,625 olduğu Okul terki alt boyutunda aritmetik ortalama 30,95 standart sapma, 5,296 olduğu Genel Riskli Davranışlar Ölçeğinin aritmetik ortalama 139,27 standart sapma, 22,260 olduğu belirlenmiştir.

Çizelge 4.13: Cinsiyetlerine Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi		
						t	sd	p
Antisosyal davranışlar	Kız	281	25,78	5,879	,351	,677	473	,499
	Erkek	194	25,42	5,495	,395			
Alkol Kullanımı	Kız	281	31,42	6,103	,364	1,081	473	,280
	Erkek	194	30,77	6,860	,493			
Sigara Kullanımı	Kız	281	24,94	6,388	,381	1,314	473	,190
	Erkek	194	24,11	7,375	,530			
İntihar Eğilimi	Kız	281	11,46	3,558	,212	,135	473	,893
	Erkek	194	11,42	3,610	,259			
Beslenme Alışkanlıkları	Kız	281	15,35	4,529	,270	-,819	473	,413
	Erkek	194	15,71	4,766	,342			
Okul terki	Kız	281	31,41	4,955	,296	2,309	473	,021
	Erkek	194	30,27	5,700	,409			
Genel Riskli Davranışlar	Kız	281	140,36	20,907	1,247	1,287	473	,199
	Erkek	194	137,69	24,053	1,727			

Tablo 13'de lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre Riskli Davranışlar Ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında okul terki alt boyutunda

kızların erkeklere kıyasla daha yüksek okul terki puanına sahip olduğu görülmüştür. Diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Çizelge 4.14: Okul Türüne Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları

<i>f, x ve ss Değerleri</i>					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Antisoyaldavranışlar	Anadolu Lisesi	88	25,76	6,008	G.A rası	41,120	2	20,560	,627	,535
	Nitelikli lise	67	26,30	5,087	G.İç i	15479,406	472	32,795		
	Mesleki Anadolu	320	25,46	5,773	Topl am	15520,526	474			
	Toplam	475	25,63	5,722						
	Mesleki Anadolu	320	30,48	6,875	Topl am	19561,086	474			
	Toplam	475	31,15	6,424						
SigaraKullanım	Anadolu Lisesi	88	27,23	4,198	G.A rası	1373,222	2	686,611	15,709	,000
	Nitelikli lise	67	26,79	4,971	G.İç i	20630,576	472	43,709		
	Mesleki Anadolu	320	23,42	7,399	Topl am	22003,798	474			
	Toplam	475	24,60	6,813						
İntiharEğilimi	Anadolu Lisesi	88	12,15	3,128	G.A rası	60,647	2	30,323	2,386	,093
	Nitelikli lise	67	11,58	2,692	G.İç i	5998,625	472	12,709		
	Mesleki Anadolu	320	11,22	3,826	Topl am	6059,272	474			
	Toplam	475	11,44	3,575						
BeslenmeAlışk anlıkları	Anadolu Lisesi	88	16,16	4,451	G.A rası	49,104	2	24,552	1,148	,318
	Nitelikli lise	67	15,49	3,759	G.İç i	10091,641	472	21,381		
	Mesleki Anadolu	320	15,32	4,828	Topl am	10140,745	474			
	Toplam	475	15,50	4,625						
Okulterki	Anadolu Lisesi	88	32,34	4,487	G.A rası	397,925	2	198,962	7,282	,001
	Nitelikli lise	67	32,15	3,917	G.İç i	12896,652	472	27,323		
	Mesleki Anadolu	320	30,31	5,636	Topl am	13294,577	474			
	Toplam	475	30,95	5,296						
GenelRiskliDav ranışlar	Anadolu Lisesi	88	145,82	19,455	G.A rası	9224,070	2	4612,035	9,647	,000
	Nitelikli lise	67	145,31	15,330	G.İç i	225645,896	472	478,063		
	Mesleki Anadolu	320	136,21	23,569	Topl am	234869,966	474			
	Toplam	475	139,27	22,260						

Tablo 14’de lise öğrencilerinin okul türüne göre riskli davranışlar ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Alkol Kullanımı, Sigara Kullanımı, Okul terki, Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde anlamlı bir farklılık görülürken Antisoyal davranışlar, İntihar Eğilimi ve Beslenme Alışkanlıkları alt

boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Hangi gruplar arasında farklılık olduklarını belirlemek için Scheffe Testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.15: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Okul türü (i)	Okul türü (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Alkol Kullanımı	Anadolu Lisesi	Nitelikli lise	-,818	1,031	,730
		Mesleki Anadolu	1,701	,766	,086
	Nitelikli lise	Anadolu Lisesi	,818	1,031	,730
		Mesleki Anadolu	2,519*	,855	,014
	Mesleki Anadolu	Anadolu Lisesi	-1,701	,766	,086
		Nitelikli lise	-2,519*	,855	,014
Sigara Kullanımı	Anadolu Lisesi	Nitelikli lise	,436	1,072	,921
		Mesleki Anadolu	3,805*	,796	,000
	Nitelikli lise	Anadolu Lisesi	-,436	1,072	,921
		Mesleki Anadolu	3,369*	,888	,001
	Mesleki Anadolu	Anadolu Lisesi	-3,805*	,796	,000
		Nitelikli lise	-3,369*	,888	,001
Okul terki	Anadolu Lisesi	Nitelikli lise	,192	,848	,975
		Mesleki Anadolu	2,032*	,629	,006
	Nitelikli lise	Anadolu Lisesi	-,192	,848	,975
		Mesleki Anadolu	1,840*	,702	,033
	Mesleki Anadolu	Anadolu Lisesi	-2,032*	,629	,006
		Nitelikli lise	-1,840*	,702	,033
Genel Davranışlar	Riskli Anadolu Lisesi	Nitelikli lise	,505	3,545	,990
		Mesleki Anadolu	9,612*	2,632	,001
	Nitelikli lise	Anadolu Lisesi	-,505	3,545	,990
		Mesleki Anadolu	9,107*	2,938	,009
	Mesleki Anadolu	Anadolu Lisesi	-9,612*	2,632	,001
		Nitelikli lise	-9,107*	2,938	,009

Tablo 15’de öğrencilerin okul türüne göre alkol kullanımı alt boyutunda Nitelikli lisende okuyanlar ile mesleki ve teknik Anadolu lisesinde okuyanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, Nitelikli lisende okuyanların alkol kullanımı puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Sigara Kullanımı, okul terki ve Genel Riskli Davranışlar ölçğinde Nitelikli lisende okuyanlar ve Anadolu

lisesinde okuyanlar ile mesleki ve teknik Anadolu lisesinde okuyanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, Nitelikli lisende ve Anadolu Lisesinde okuyanların alkol kullanımı puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.16: Not Durumlarına Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları

<i>f</i> , <i>x</i> ve <i>ss</i> Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	<i>ss</i>	Var.K	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Antisozyal davranışlar	54 ve altı	100	24,25	5,894	G.Ara	681,800	3	227,267	7,214	,0
	55-69	164	25,05	6,225	G.İçi	14838,727	471	31,505		0
	70-84	164	26,25	5,102	Topla	15520,526	474			0
	85-100	47	28,45	4,277	m					
	Toplam	475	25,63	5,722						
Alkol Kullanımı	54 ve altı	100	29,22	7,734	G.Ara	938,489	3	312,830	7,912	,0
	55-69	164	30,42	6,886	G.İçi	18622,598	471	39,538		0
	70-84	164	32,50	4,974	Topla	19561,086	474			0
	85-100	47	33,11	4,522	m					
	Toplam	475	31,15	6,424						
Sigara Kullanımı	54 ve altı	100	23,38	7,400	G.Ara	1195,524	3	398,508	9,020	,0
	55-69	164	23,15	7,577	G.İçi	20808,274	471	44,179		0
	70-84	164	25,96	5,700	Topla	22003,798	474			0
	85-100	47	27,51	3,994	m					
	Toplam	475	24,60	6,813						
İntihar Eğilimi	54 ve altı	100	11,02	3,682	G.Ara	116,084	3	38,695	3,067	,0
	55-69	164	11,34	3,963	G.İçi	5943,188	471	12,618		2
	70-84	164	11,40	3,099	Topla	6059,272	474			8
	85-100	47	12,87	3,214	m					
	Toplam	475	11,44	3,575						
Beslenme Alışkanlıkları	54 ve altı	100	14,72	4,797	G.Ara	132,407	3	44,136	2,077	,1
	55-69	164	15,32	4,860	G.İçi	10008,338	471	21,249		0
	70-84	164	16,13	4,366	Topla	10140,745	474			2
	85-100	47	15,55	4,101	m					
	Toplam	475	15,50	4,625						
Okul terki	54 ve altı	100	28,59	6,202	G.Ara	888,970	3	296,323	11,250	,0
	55-69	164	30,77	5,438	G.İçi	12405,607	471	26,339		0
	70-84	164	32,21	4,285	Topla	13294,577	474			0
	85-100	47	32,13	4,126	m					
	Toplam	475	30,95	5,296						
Genel Riskli Davranışlar	54 ve altı	100	131,18	23,785	G.Ara	17701,710	3	5900,570	12,797	,0
	55-69	164	136,05	24,160	G.İçi	217168,257	471	461,079		0
	70-84	164	144,46	17,838	Topla	234869,966	474			0

85-100	47	149,62	17,54
			3
Toplam	475	139,27	22,26
			0

Tablo 16’da lise öğrencilerinin not ortalamalarına göre riskli davranışlar ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Beslenme alışkanlıkları alt boyutu dışında Genel Riskli Davranışlar ölçeği ve diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Hangi gruplar arasında farklılık olduklarını belirlemek için Scheffe Testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.17: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Not(i)	Not (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Antisosyal davranışlar	54 ve altı	55-69	-,799	,712	,739
		70-84	-2,000*	,712	,050
		85-100	-4,197*	,993	,001
	55-69	54 ve altı	,799	,712	,739
		70-84	-1,201	,620	,290
		85-100	-3,398*	,929	,004
	70-84	54 ve altı	2,000*	,712	,050
		55-69	1,201	,620	,290
		85-100	-2,197	,929	,135
	85-100	54 ve altı	4,197*	,993	,001
		55-69	3,398*	,929	,004
		70-84	2,197	,929	,135
Alkol Kullanımı	54 ve altı	55-69	-1,201	,798	,520
		70-84	-3,280*	,798	,001
		85-100	-3,886*	1,112	,007
	55-69	54 ve altı	1,201	,798	,520
		70-84	-2,079*	,694	,031
		85-100	-2,686	1,040	,085
	70-84	54 ve altı	3,280*	,798	,001
		55-69	2,079*	,694	,031
		85-100	-,606	1,040	,952
	85-100	54 ve altı	3,886*	1,112	,007
		55-69	2,686	1,040	,085
		70-84	,606	1,040	,952
Sigara Kullanımı	54 ve altı	55-69	,228	,843	,995
		70-84	-2,583*	,843	,026
		85-100	-4,131*	1,175	,007

	55-69	54 ve altı	-,228	,843	,995
		70-84	-2,811*	,734	,002
		85-100	-4,358*	1,100	,001

Çizelge 4.17: (Devamı) Scheffe Testi Sonuçları

		70-84	54 ve altı	2,583*	,843	,026
			55-69	2,811*	,734	,002
			85-100	-1,547	1,100	,577
		85-100	54 ve altı	4,131*	1,175	,007
			55-69	4,358*	1,100	,001
			70-84	1,547	1,100	,577
İntihar Eğilimi		54 ve altı	55-69	-,315	,451	,921
			70-84	-,382	,451	,868
			85-100	-1,852*	,628	,035
		55-69	54 ve altı	,315	,451	,921
			70-84	-,067	,392	,999
			85-100	-1,537	,588	,079
		70-84	54 ve altı	,382	,451	,868
			55-69	,067	,392	,999
			85-100	-1,470	,588	,101
		85-100	54 ve altı	1,852*	,628	,035
			55-69	1,537	,588	,079
			70-84	1,470	,588	,101
Okul terki		54 ve altı	55-69	-2,184*	,651	,011
			70-84	-3,623*	,651	,000
			85-100	-3,538*	,908	,002
		55-69	54 ve altı	2,184*	,651	,011
			70-84	-1,439	,567	,093
			85-100	-1,353	,849	,469
		70-84	54 ve altı	3,623*	,651	,000
			55-69	1,439	,567	,093
			85-100	,086	,849	1,000
		85-100	54 ve altı	3,538*	,908	,002
			55-69	1,353	,849	,469
			70-84	-,086	,849	1,000
Genel Davranışlar	Riskli	54 ve altı	55-69	-4,869	2,724	,364
			70-84	-13,283*	2,724	,000
			85-100	-18,437*	3,797	,000
		55-69	54 ve altı	4,869	2,724	,364
			70-84	-8,415*	2,371	,006
			85-100	-13,568*	3,553	,002
		70-84	54 ve altı	13,283*	2,724	,000
			55-69	8,415*	2,371	,006
			85-100	-5,154	3,553	,552
		85-100	54 ve altı	18,437*	3,797	,000
			55-69	13,568*	3,553	,002
			70-84	5,154	3,553	,552

Tablo 17’de öğrencilerin not ortalamasına göre Antisosyal davranışlar ve alkol kullanımı, sigara kullanımı alt boyutlarında ve genel riskli davranışlar ölçeğinde 54 ve altı not ortalamasına sahip olanlar ile 70-84 ve 85-100 ortalamasına sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, 70 ve üzeri not ortalamasına sahip olanların anti sosyal davranış alkol kullanımı ve genel riskli davranışlar ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca 55-69 not ortalamasına sahip olanlar ile 85 ve üstü not ortalamasına sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, 85 ve üzeri not ortalamasına sahip olanların anti sosyal davranış, sigara kullanımı puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Okul terki alt boyutunda ise 54 ve altı not ortalamasına sahip olanlar ile diğer notlara sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, 55 ve üzeri not ortalamasına sahip olanların okul terki puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca genel riskli davranışlar ölçeğinde 70-84 not ortalamasına sahip olanlar ile 69 ve altı not ortalamasına sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve 70 ve üzeri not ortalamasına sahip olanların genel riskli davranışlar ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.18: Sınıf Tekrarı Durumuna Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi		
						t	sd	p
Antisosyal davranışlar	Kalmadım	442	25,81	5,573	,265	2,436	473	,015
	1 sene kaldım	33	23,30	7,139	1,243			
Alkol Kullanımı	Kalmadım	442	31,55	6,108	,291	5,041	473	,000
	1 sene kaldım	33	25,85	8,125	1,414			
Sigara Kullanımı	Kalmadım	442	25,10	6,388	,304	6,037	473	,000
	1 sene kaldım	33	17,94	8,725	1,519			
İntihar Eğilimi	Kalmadım	442	11,57	3,435	,163	2,778	473	,006
	1 sene kaldım	33	9,79	4,865	,847			
Beslenme Alışkanlıkları	Kalmadım	442	15,48	4,552	,217	-,296	473	,767
	1 sene kaldım	33	15,73	5,592	,973			
Okul terki	Kalmadım	442	31,24	4,916	,234	4,599	473	,000
	1 sene kaldım	33	26,94	8,039	1,399			
Genel Riskli Davranışlar	Kalmadım	442	140,74	20,653	,982	5,434	473	,000
	1 sene kaldım	33	119,55	32,094	5,587			

Tablo 18’de lise öğrencilerinin sınıf tekrarı yapma durumuna göre riskli davranışlar ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Beslenme alışkanlıkları alt boyutu dışında Genel Riskli Davranışlar ölçeği ve diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Sınıf tekrarı yapmayanların riskli davranmış ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.19: Disiplin Cezası Alma Durumuna Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi		
						t	sd	p
Antisosyal davranışlar	Ceza almadım	424	25,99	5,588	,271	3,950	473	,000
	Ceza aldım	51	22,69	6,028	,844			
Alkol Kullanımı	Ceza almadım	424	31,63	6,063	,294	4,784	473	,000
	Ceza aldım	51	27,18	7,886	1,104			
Sigara Kullanımı	Ceza almadım	424	25,26	6,298	,306	6,330	473	,000
	Ceza aldım	51	19,12	8,378	1,173			
İntihar Eğilimi	Ceza almadım	424	11,65	3,560	,173	3,595	473	,000
	Ceza aldım	51	9,76	3,278	,459			
Beslenme Alışkanlıkları	Ceza almadım	424	15,73	4,595	,223	3,247	473	,001
	Ceza aldım	51	13,53	4,442	,622			
Okul terki	Ceza almadım	424	31,33	4,977	,242	4,666	473	,000
	Ceza aldım	51	27,75	6,678	,935			
Genel Riskli Davranışlar	Ceza almadım	424	141,59	20,750	1,008	6,846	473	,000
	Ceza aldım	51	120,02	25,128	3,519			

Tablo 19’da lise öğrencilerinin disiplin cezası alma durumuna göre riskli davranışlar ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Genel

Riskli Davranışlar ölçeği ve tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Disiplin cezası almayanların riskli davranmış ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.20: Devamsızlık Durumlarına Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları

<i>f, x ve ss Değerleri</i>					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
Antisoyal davranışlar	Devamsızlık yapmadım	50	26,5	6,29	G.Ar	773,51	3	257,83	8,23	,00
	1-7 gün	275	26,4	5,37	G.İçi	14747,012	471	31,310	5	0
	7-12 gün	119	23,9	5,76	Topla	15520,526	474			
	13 ve üzeri	31	23,0	5,68	m					
	Toplam	475	25,6	5,72						
Alkol Kullanımı	Devamsızlık yapmadım	50	32,1	5,68	G.Ar	1017,1	3	339,04	8,61	,00
	1-7 gün	275	31,9	5,75	G.İçi	18543,955	471	39,371	1	0
	7-12 gün	119	29,9	6,98	Topla	19561,086	474			
	13 ve üzeri	31	26,6	8,40	m					
	Toplam	475	31,1	6,42						
Sigara Kullanımı	Devamsızlık yapmadım	50	26,2	6,21	G.Ar	1467,8	3	489,29	11,2	,00
	1-7 gün	275	25,6	6,04	G.İçi	20535,920	471	43,601	22	0
	7-12 gün	119	22,4	7,35	Topla	22003,798	474			
	13 ve üzeri	31	20,6	8,69	m					
	Toplam	475	24,6	6,81						
İntihar Eğilimi	Devamsızlık yapmadım	50	12,1	3,38	G.Ar	347,22	3	115,74	9,54	,00
	1-7 gün	275	11,8	3,54	G.İçi	5712,044	471	12,127	4	0
	7-12 gün	119	10,9	3,41	Topla	6059,272	474			
	13 ve üzeri	31	8,65	3,34	m					
	Toplam	475	11,4	3,57						
BeslenmeAlışkanlıkları	Devamsızlık yapmadım	50	17,0	4,34	G.Ar	247,47	3	82,493	3,92	,00
	1-7 gün	275	15,6	4,68	G.İçi	9893,268	471	21,005	7	9
	7-12 gün	119	14,8	4,39	Topla	10140,745	474			
	13 ve üzeri	31	14,1	4,80	m					
	Toplam	475	15,5	4,62						
Okulterki	Devamsızlık yapmadım	50	32,0	5,39	G.Ar	1195,2	3	398,41	15,5	,00
			6	6	ası	46		5	09	0

1-7 gün	275	31,83	4,428	G.İçi	12099,331	471	25,689
7-12 gün	119	29,69	5,584	Topla m	13294,577	474	
13 ve üzeri	31	26,10	7,350				

Çizelge 4.20: (Devamı) Devamsızlık Durumlarına Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları

GenelRiskliDavranışlar	Toplam	475	30,95	5,296	G.Ar ası	26242,726	3	8747,575	19,749	,000
	Devamsızlık yapmadım	50	146,10	23,094	G.İçi	20862,7240	471	442,945		
	1-7 gün	275	143,50	20,158	Topla m	23486,9966	474			
	7-12 gün	119	131,86	20,254						
	13 ve üzeri	31	119,23	27,535						
	Toplam	475	139,27	22,260						

Tablo 20’de lise öğrencilerinin devamsızlık yapma durumuna göre riskli davranışlar ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Genel Riskli Davranışlar ölçeği ve tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık olduğunu belirlemek için yapılan scheffe testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.21: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Devamsızlık (i)	Devamsızlık (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Antisozyal davranışlar	Devamsızlık yapmadım	1-7 gün	,040	,860	1,000
		7-12 gün	2,545	,943	,065
		13 ve üzeri	3,488	1,279	,061
	1-7 gün	Devamsızlık yapmadım	-,040	,860	1,000
		7-12 gün	2,505*	,614	,001
		13 ve üzeri	3,448*	1,060	,015
	7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-2,545	,943	,065
		1-7 gün	-2,505*	,614	,001
		13 ve üzeri	,943	1,128	,874
	13 ve üzeri	Devamsızlık yapmadım	-3,488	1,279	,061
		1-7 gün	-3,448*	1,060	,015
		7-12 gün	-,943	1,128	,874
Alkol Kullanımı	Devamsızlık yapmadım	1-7 gün	,138	,965	,999
		7-12 gün	2,128	1,057	,257
		13 ve üzeri	5,443*	1,434	,003
	1-7 gün	Devamsızlık yapmadım	-,138	,965	,999

	7-12 gün	1,990*	,688	,040
	13 ve üzeri	5,304*	1,189	,000
7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-2,128	1,057	,257
	1-7 gün	-1,990*	,688	,040
	13 ve üzeri	3,314	1,265	,078

Çizelge 4.21: (Devamı) Scheffe Testi Sonuçları

	13 ve üzeri	Devamsızlık yapmadım	-5,443*	1,434	,003
		1-7 gün	-5,304*	1,189	,000
		7-12 gün	-3,314	1,265	,078
Sigara Kullanımı	Devamsızlık yapmadım	1-7 gün	,547	1,015	,962
		7-12 gün	3,741*	1,113	,011
		13 ve üzeri	5,575*	1,509	,004
	1-7 gün	Devamsızlık yapmadım	-,547	1,015	,962
		7-12 gün	3,194*	,725	,000
		13 ve üzeri	5,028*	1,251	,001
	7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-3,741*	1,113	,011
		1-7 gün	-3,194*	,725	,000
		13 ve üzeri	1,834	1,331	,594
	13 ve üzeri	Devamsızlık yapmadım	-5,575*	1,509	,004
		1-7 gün	-5,028*	1,251	,001
		7-12 gün	-1,834	1,331	,594
İntihar Eğilimi	Devamsızlık yapmadım	7-12 gün	,231	,535	,980
		7-12 gün	1,184	,587	,255
		13 ve üzeri	3,455*	,796	,000
	1-7 gün	Devamsızlık yapmadım	-,231	,535	,980
		7-12 gün	,953	,382	,103
		13 ve üzeri	3,224*	,660	,000
	7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-1,184	,587	,255
		1-7 gün	-,953	,382	,103
		13 ve üzeri	2,271*	,702	,016
	13 ve üzeri	Devamsızlık yapmadım	-3,455*	,796	,000
		1-7 gün	-3,224*	,660	,000
		7-12 gün	-2,271*	,702	,016
Beslenme Alışkanlıkları	Devamsızlık yapmadım	7-12 gün	1,418	,705	,257
		7-12 gün	2,273*	,772	,035
		13 ve üzeri	2,951*	1,048	,049

	1-7 gün	Devamsızlık yapmadım	-1,418	,705	,257
		7-12 gün	,855	,503	,410
		13 ve üzeri	1,533	,868	,375
	7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-2,273*	,772	,035
		1-7 gün	-,855	,503	,410
		13 ve üzeri	,678	,924	,910

Çizelge 4.21: (Devamı) Scheffe Testi Sonuçları

		13 ve üzeri	Devamsızlık yapmadım	-2,951*	1,048	,049
			7-12 gün	-1,533	,868	,375
			7-12 gün	-,678	,924	,910
Okul terki		Devamsızlık yapmadım	1-7 gün	,227	,779	,994
			7-12 gün	2,371	,854	,054
			13 ve üzeri	5,963*	1,159	,000
		7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-,227	,779	,994
			1-7 gün	2,144*	,556	,002
			13 ve üzeri	5,736*	,960	,000
		7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-2,371	,854	,054
			1-7 gün	-2,144*	,556	,002
			13 ve üzeri	3,592*	1,022	,007
		13 ve üzeri	Devamsızlık yapmadım	-5,963*	1,159	,000
			1-7 gün	-5,736*	,960	,000
			7-12 gün	-3,592*	1,022	,007
Genel Davranışlar	Riskli	Devamsızlık yapmadım	1-7 gün	2,602	3,236	,886
			7-12 gün	14,243*	3,547	,001
			13 ve üzeri	26,874*	4,811	,000
		1-7 gün	Devamsızlık yapmadım	-2,602	3,236	,886
			7-12 gün	11,641*	2,309	,000
			13 ve üzeri	24,272*	3,987	,000
		7-12 gün	Devamsızlık yapmadım	-14,243*	3,547	,001
			1-7 gün	-11,641*	2,309	,000
			13 ve üzeri	12,631*	4,244	,032
		13 ve üzeri	Devamsızlık yapmadım	-26,874*	4,811	,000
			1-7 gün	-24,272*	3,987	,000

7-12 gün	-12,631*	4,244	,032
----------	----------	-------	------

Tablo 21’de öğrencilerin devamsızlık durumlarına göre Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı, sigara kullanımı Okul terki Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde devamsızlık yapmayanlar ve 1-7 gün devamsızlık yapanlar ile 7-12 ve 13 ve üzeri devamsızlık yapanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, devamsızlık yapmayanların ve 1-7 gün devamsızlık yapanların Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı, sigara kullanımı Okul terki Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Beslenme alışkanlıkları alt boyutunda devamsızlık yapmayanlar ile 7-12 ve 13 ve üzeri devamsızlık yapanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, devamsızlık yapmayanların beslenme alışkanlıkları puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.22: Gelir Durumuna Göre Riskli Davranışlar Ölçeği Sonuçları

F, x ve ss Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var.K.	KT	Sd	KO	F	P
Antisosyal davranışlar	Alt	30	23,03	7,093	G.Aras 1	287,816	2	143,908	4,45 9	,01 2
	Orta	411	25,92	5,496	G.İçi	15232,7 10	472	32,273		
	Üst	34	24,41	6,491	Topla m	15520,5 26	474			
	Toplam	475	25,63	5,722						
Alkol Kullanımı	Alt	30	28,03	8,791	G.Aras 1	527,069	2	263,535	6,53 5	,00 2
	Orta	411	31,56	5,986	G.İçi	19034,0 17	472	40,326		
	Üst	34	28,94	7,981	Topla m	19561,0 86	474			
	Toplam	475	31,15	6,424						
Sigara Kullanımı	Alt	30	20,70	8,714	G.Aras 1	619,724	2	309,862	6,83 9	,00 1
	Orta	411	25,02	6,478	G.İçi	21384,0 74	472	45,305		
	Üst	34	22,97	7,736	Topla m	22003,7 98	474			
	Toplam	475	24,60	6,813						
İntihar Eğilimi	Alt	30	10,00	4,259	G.Aras 1	104,504	2	52,252	4,14 2	,01 6
	Orta	411	11,63	3,500	G.İçi	5954,76 7	472	12,616		
	Üst	34	10,53	3,510	Topla m	6059,27 2	474			
	Toplam	475	11,44	3,575						
Beslenme Alışkanlıkları	Alt	30	15,97	5,732	G.Aras 1	14,059	2	7,029	,328	,72 1
	Orta	411	15,50	4,572	G.İçi	10126,6 87	472	21,455		
	Üst	34	15,03	4,275	Topla m	10140,7 45	474			
	Toplam	475	15,50	4,625						
Okul terki	Alt	30	27,97	7,641	G.Aras 1	303,954	2	151,977	5,52 2	,00 4
	Orta	411	31,21	4,946	G.İçi	12990,6 23	472	27,523		

	Üst	34	30,41	6,199	Topla m	13294,5 77	474			
	Toplam	475	30,95	5,296						
Genel Riskli Davranışlar	Alt	30	125,70	34,00 7	G.Aras ı	8191,20 6	2	4095,60 3	8,52 8	,00 0
	Orta	411	140,84	20,64 5	G.İçi	226678, 760	472	480,252		
	Üst	34	132,29	23,61 1	Topla m	234869, 966	474			
	Toplam	475	139,27	22,26 0						

Tablo 22’de lise öğrencilerinin gelir durumuna göre riskli davranışlar ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında beslenme alışkanlıkları alt boyutu dışında Genel Riskli Davranışlar ölçeği ve diğer tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık olduğunu belirlemek için yapılan scheffe testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.23: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Gelir (i)	Gelir(j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Antisosyal davranışlar	Alt	Orta	-2,889*	1,074	,028
		Üst	-1,378	1,423	,626
	Orta	Alt	2,889*	1,074	,028
		Üst	1,510	1,014	,330
	Üst	Alt	1,378	1,423	,626
		Orta	-1,510	1,014	,330
Alkol Kullanımı	Alt	Orta	-3,529*	1,201	,014
		Üst	-,908	1,591	,850
	Orta	Alt	3,529*	1,201	,014
		Üst	2,621	1,133	,070
	Üst	Alt	,908	1,591	,850
		Orta	-2,621	1,133	,070
SigaraKullanımı	Alt	Orta	-4,322*	1,273	,003
		Üst	-2,271	1,686	,405
	Orta	Alt	4,322*	1,273	,003
		Üst	2,051	1,201	,234
	Üst	Alt	2,271	1,686	,405
		Orta	-2,051	1,201	,234
İntihar Eğilimi	Alt	Orta	-1,625	,672	,055
		Üst	-,529	,890	,838
	Orta	Alt	1,625	,672	,055
		Üst	1,096	,634	,225
	Üst	Alt	,529	,890	,838
		Orta	-1,096	,634	,225
Okul terki	Alt	Orta	-3,240*	,992	,005
		Üst	-2,445	1,314	,178
	Orta	Alt	3,240*	,992	,005
		Üst	,795	,936	,697

	Üst	Alt	2,445	1,314	,178
		Orta	-,795	,936	,697
Genel Riskli Davranışlar	Alt	Orta	-15,139*	4,145	,001
		Üst	-6,594	5,489	,487
	Orta	Alt	15,139*	4,145	,001
		Üst	8,545	3,911	,093
	Üst	Alt	6,594	5,489	,487
		Orta	-8,545	3,911	,093

Tablo 23’de öğrencilerin ailelerinin gelir durumlarına göre Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı, sigara kullanımı Okul terki Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde orta gelirli olanlar ile alt gelirli olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, Orta gelirli olanların Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı sigara kullanımı Okul terki Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

4.3 Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları

Çizelge 4.24: Ölçeğin Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri

Boyut	N	$\bar{X}$	Ss
İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme	475	15,12	3,450
İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	475	14,32	4,549
Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme	475	12,22	3,586
Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	475	10,46	4,433
Genel Duygu Düzenleme Ölçeği	475	52,12	9,977

Tablo 24’de görüldüğü üzere, örneklem grubunu oluşturan lise öğrencilerinin İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme alt boyutunda aritmetik ortalama 15,12 standart sapma, 3,450 olduğu İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme alt boyutunda aritmetik ortalama 14,32 standart sapma, 4,549 olduğu Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme alt boyutunda aritmetik ortalama 12,22 standart sapma, 3,586 olduğu İntihar Eğilimi alt boyutunda aritmetik ortalama 11,44 standart sapma, 3,575 olduğu Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme alt boyutunda aritmetik ortalama 10,46 standart sapma, 4,433 olduğu Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinin aritmetik ortalama 52,12 standart sapma, 9,977 olduğu belirlenmiştir.

Çizelge 4.25: Cinsiyetlerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi t	sd	p
İçsel İşlevselDD	Kız	281	14,89	3,451	,206	-1,744	473	,082
	Erkek	194	15,45	3,431	,246			
İçsel İşlevselOlmayanDD	Kız	281	14,58	4,476	,267	1,547	473	,123
	Erkek	194	13,93	4,638	,333			
Dışsal İşlevselDD	Kız	281	12,33	3,617	,216	,814	473	,416
	Erkek	194	12,06	3,543	,254			
Dışsal İşlevselOlmayanDD	Kız	281	10,20	4,348	,259	-1,547	473	,122
	Erkek	194	10,84	4,537	,326			
Genel Duygu Düzenleme Ölçeği	Kız	281	52,01	9,407	,561	-,291	473	,771
	Erkek	194	52,28	10,773	,773			

Tablo 25’de lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygu düzenleme ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Çizelge 4.26: Not Durumlarına Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları

f, x ve ss Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
İçsel İşlevselDD	54 ve altı	100	14,68	4,087	G.Ar ası	77,204	3	25,735	2,178	,090
	55-69	164	14,85	3,433	G.İçi	5565,713	471	11,817		
	70-84	164	15,65	3,071	Topla m	5642,918	474			
	85-100	47	15,19	3,139						
	Toplam	475	15,12	3,450						
İçsel İşlevselOlmayan DD	54 ve altı	100	15,26	4,857	G.Ar ası	127,098	3	42,366	2,061	,105
	55-69	164	14,16	4,508	G.İçi	9683,534	471	20,560		
	70-84	164	14,12	4,181	Topla m	9810,632	474			
	85-100	47	13,55	5,081						
	Toplam	475	14,32	4,549						
Dışsal İşlevsel DD	54 ve altı	100	12,24	3,867	G.Ar ası	2,906	3	,969	,075	,973
	55-69	164	12,32	3,695	G.İçi	6091,439	471	12,933		
	70-84	164	12,13	3,335	Topla m	6094,345	474			
	85-100	47	12,17	3,528						
	Toplam	475	12,22	3,586						
Dışsal İşlevselOlmayan	54 ve altı	100	11,49	4,861	G.Ar ası	281,466	3	93,822	4,892	,002

Genel Duygu Düzenleme Ölçeği		55-69	164	10,69	4,600	G.İçi	9032,399	471	19,177		
		70-84	164	10,10	4,029	Toplam	9313,865	474			
		85-100	47	8,70	3,605						
		Toplam	475	10,46	4,433						
	54 ve altı	55-69	164	53,67	12,075	G.Arası	539,212	3	179,737	1,815	,144
		70-84	164	51,99	8,409	Toplam	46646,186	471	99,036		
		85-100	47	49,62	8,833		47185,398	474			
		Toplam	475	52,12	9,977						

Tablo 26’da lise öğrencilerinin not ortalamalarına göre duygu düzenleme ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Dışsal İşlevsel Olmayan alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülürken Genel Duygu Düzenleme Ölçeği ve diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık olduğunu belirlemek için yapılan scheffe testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.27: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Not (i)	Not (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	54 ve altı	55-69	,801	,556	,557
		70-84	1,392	,556	,100
		85-100	2,788*	,774	,005
	55-69	54 ve altı	-,801	,556	,557
		70-84	,591	,484	,683
		85-100	1,987	,725	,058
	70-84	54 ve altı	-1,392	,556	,100
		55-69	-,591	,484	,683
		85-100	1,395	,725	,296
	85-100	54 ve altı	-2,788*	,774	,005
		55-69	-1,987	,725	,058
		70-84	-1,395	,725	,296

Tablo 27’de öğrencilerin not durumlarına göre Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme alt boyutunda 54 ve altı not ortalamasına sahip olanlar ile 85-100 not ortalamaya sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, 54 ve altı not

ortalamasına sahip olanların Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.28: Disiplin Cezası Alma Durumuna Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi	t	sd	p
İçsel İşlevselDD	Ceza almadım	424	15,17	3,368	,164		,826	473	,409
	Ceza aldım	51	14,75	4,088	,572				
İçsel İşlevsel OlmayanDD	Ceza almadım	424	14,20	4,582	,223		-1,628	473	,104
	Ceza aldım	51	15,29	4,187	,586				
Dışsal İşlevselDD	Ceza almadım	424	12,15	3,650	,177		-1,308	473	,192
	Ceza aldım	51	12,84	2,955	,414				
Dışsal İşlevsel Olmayan	Ceza almadım	424	10,16	4,292	,208		-1,308	473	,192
	Ceza aldım	51	12,94	4,839	,678				
Genel Duygu Düzenleme Ölçeği	Ceza almadım	424	51,67	9,853	,479		-2,828	473	,005
	Ceza aldım	51	55,82	10,330	1,446				

Tablo 28’de lise öğrencilerinin disiplin cezası alma durumlarına göre duygu düzenleme ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde ceza alanların duygu düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.29: Gelirlerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları

<i>f, x ve ss Değerleri</i>					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var.K.	KT	Sd	KO	F	P
İçsel İşlevselDD	Alt	30	14,00	4,799	G.Arası	99,961	2	49,980	4,256	,015
	Orta	411	15,09	3,347	G.İçi	5542,957	472	11,744		
	Üst	34	16,47	2,926	Toplam	5642,918	474			
	Toplam	475	15,12	3,450						
İçsel İşlevsel OlmayanDD	Alt	30	16,70	5,370	G.Arası	218,257	2	109,128	5,370	,005
	Orta	411	14,07	4,412	G.İçi	9592,375	472	20,323		
	Üst	34	15,15	4,850	Toplam	9810,632	474			

	Topla m	475	14,32	4,549						
Dışsal İşlevsel DD	Alt	30	10,97	3,864	G.Aras 1	61,493	2	30,747	2,406	,09 1
	Orta	411	12,26	3,503	G.İçi	6032,852	47 2	12,781		
	Üst	34	12,85	4,150	Toplam	6094,345	47 4			
	Topla m	475	12,22	3,586						
Dışsal İşlevsel Olmayan	Alt	30	10,97	5,430	G.Aras 1	55,859	2	27,930	1,424	,24 2
	Orta	411	10,33	4,268	G.İçi	9258,006	47 2	19,614		
	Üst	34	11,56	5,321	Toplam	9313,865	47 4			
	Topla m	475	10,46	4,433						
Genel Duygu Düzenleme Ölçeği	Alt	30	52,63	13,20 0	G.Aras 1	581,792	2	290,89 6	2,946	,05 4
	Orta	411	51,76	9,563	G.İçi	46603,606	47 2	98,736		
	Üst	34	56,03	11,09 0	Toplam	47185,398	47 4			
	Topla m	475	52,12	9,977						

Tablo 29’da lise öğrencilerinin ailelerinin gelirlerine göre duygu düzenleme ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında İçsel İşlevsel duygu düzenleme İçsel İşlevsel Olmayan duygu düzenleme Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde anlamlı bir farklılık görülürken Dışsal İşlevsel duygu düzenleme Dışsal İşlevsel Olmayan duygu düzenleme alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık olduğunu belirlemek için yapılan scheffe testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.30: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Gelir (i)	Gelir (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
İçsel İşlevsel DD	Alt	Orta	-1,092	,648	,243
		Üst	-2,471*	,858	,016
	Orta	Alt	1,092	,648	,243
		Üst	-1,378	,612	,080
	Üst	Alt	2,471*	,858	,016
		Orta	1,378	,612	,080
İçsel İşlevsel Olmayan DD	Alt	Orta	2,627*	,853	,009
		Üst	1,553	1,129	,389
	Orta	Alt	-2,627*	,853	,009
		Üst	-1,074	,804	,411

	Üst	Alt	-1,553	1,129	,389
		Orta	1,074	,804	,411
Genel Duygu Düzenleme Ölçeği	Alt	Orta	,877	1,879	,897
		Üst	-3,396	2,489	,395
	Orta	Alt	-,877	1,879	,897
		Üst	-4,273	1,773	,046
	Üst	Alt	3,396	2,489	,395
		Orta	4,273	1,773	,046

Tablo 30’da öğrencilerin ailelerinin gelir durumlarına göre İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme alt boyutunda üst gelire sahip olanlar ile alt gelire sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, üst gelire sahip olanların İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme alt boyutunda alt gelire sahip olanlar ile orta gelire sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, alt gelire sahip olanların İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Genel Duygu Düzenleme Ölçeği üst gelire sahip olanlar ile orta gelire sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, üst gelire sahip olanların Genel Duygu Düzenleme Ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.31: Aile Birlikteliğine Cinsiyetlerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Sonuçları

<i>f, x ve ss Değerleri</i>					<i>ANOVA Sonuçları</i>					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	P
İçsel İşlevsel DD	Birlikte	406	15,18	3,401	G.Ar ası	11,779	2	5,890	,494	,611
	Ayrı	30	14,57	4,032	G.İçi	5631,138	472	11,930		
	Ebeveyn vefat	39	14,95	3,531	Toplam	5642,918	474			
	Toplam	475	15,12	3,450						
İçsel İşlevsel Olmayan DD	Birlikte	406	14,22	4,469	G.Ar ası	118,185	2	59,093	2,878	,057
	Ayrı	30	13,57	4,987	G.İçi	9692,447	472	20,535		
	Ebeveyn vefat	39	15,90	4,817	Toplam	9810,632	474			
	Toplam	475	14,32	4,549						

Dışsal İşlevsel DD	Birlikte	406	12,18	3,596	G.Ar ası	5,174	2	2,587	,201	,818
	Ayrı	30	12,37	3,548	G.İçi	6089,171	472	12,901		
	Ebeveyn vefat	39	12,54	3,575	Topla m	6094,345	474			
	Toplam	475	12,22	3,586						
Dışsal İşlevsel Olmayan	Birlikte	406	10,35	4,261	G.Ar ası	199,474	2	99,737	5,165	,006
	Ayrı	30	9,33	4,482	G.İçi	9114,391	472	19,310		
	Ebeveyn vefat	39	12,46	5,567	Topla m	9313,865	474			
	Toplam	475	10,46	4,433						
Genel Duygu Düzenleme Ölçeği	Birlikte	406	51,93	9,622	G.Ar ası	713,226	2	356,613	3,622	,027
	Ayrı	30	49,83	10,018	G.İçi	46472,172	472	98,458		
	Ebeveyn vefat	39	55,85	12,631	Topla m	47185,398	474			
	Toplam	475	52,12	9,977						

Tablo 31’de lise öğrencilerinin ailelerinin birlikteliğine göre duygu düzenleme ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Dışsal İşlevsel Olmayan duygu düzenleme Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde anlamlı bir farklılık görülürken İçsel İşlevsel duygu düzenleme İçsel İşlevsel Olmayan duygu düzenleme Dışsal İşlevsel duygu düzenleme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık olduğunu belirlemek için yapılan scheffe testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Çizelge 4.32: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Aile Birlikteliği (i)	Aile Birlikteliği (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Dışsal İşlevsel Olmayan	Birlikte	Ayrı	1,014	,831	,476
		Ebeveyn vefat	-2,114*	,737	,017
	Ayrı	Birlikte	-1,014	,831	,476
		Ebeveyn vefat	-3,128*	1,067	,014
	Ebeveyn vefat	Birlikte	2,114*	,737	,017
		Ayrı	3,128*	1,067	,014
Genel Duygu Düzenleme Ölçeği	Birlikte	Ayrı	2,095	1,877	,537
		Ebeveyn vefat	-3,918	1,663	,063
	Ayrı	Birlikte	-2,095	1,877	,537

	Ebeveyn vefat	-6,013*	2,410	,045
Ebeveyn vefat	Birlikte	3,918	1,663	,063
	Ayrı	6,013*	2,410	,045

Tablo 32’de öğrencilerin ailelerinin birlikteliğine göre Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme alt boyutunda ebeveyni vefat edenler ile aileleri birlikte ve ayrı olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, ebeveyni vefat edenlerin Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde ebeveyni vefat edenler ile aileleri ayrı olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, ebeveyni vefat edenlerin Genel Duygu Düzenleme Ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

4.4 Değişkenler Arası İlişkiler

Çizelge 4.33: Ölçekler Arasında Korelasyon Analizi Sonuçları

		Korku Ölçeği	Tarama Ölçeği	Riskli Davranışlar Ölçeği	Duygu Düzenleme Ölçeği
Korku Tarama Ölçeği	r	1		,105*	,070
	p			,022	,128
	n	475		475	475
Riskli Davranışlar Ölçeği	r	,105*	1		-,206**
	p	,022			,000
	n	475		475	475
Duygu Düzenleme Ölçeği	r	,070	-,206**		1
	p	,128	,000		
	n	475	475		475

Tablo 33’de korelasyon analizi sonuçları verilmiştir. Korku tarama ölçeği ile Riskli davranışlar ölçeği ve duygu düzenleme ölçeği arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Riskli davranışlar ölçeği ile duygu düzenleme ölçeği arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Riskli davranış puanları arttıkça duygu düzenleme puanı azalmaktadır.

4.5 Duygu Düzenlemeleri Üzerinde Korkuların Etkisi

Çizelge 4.34: Duygu Düzenlemeleri Üzerindeki Korkuların Etkisi

Değişkenler	B	Standart Hata	B	t	p
(Sabit)	46,959	2,394		19,618	,000
Tehlike ve Ölüm Korkusu	-,051	,130	-,044	-,397	,691
Bilinmeyen Korkusu	-,009	,184	-,005	-,051	,959

Tıbbi Korkular	,343	,181	,169	1,902	,058
Sosyal Korkular	,221	,236	,077	,938	,349
Hayvan Korkuları	,060	,242	,022	,250	,803
Aile Korkuları	,043	,229	,012	,189	,850
Yaralanma Korkuları	-,799	,349	-,165	-2,291	,022
		R=,161	R ² =,026	F= 1,771	P=,091

Tablo 34 incelendiğinde Tehlike ve Ölüm Korkusu, Bilinmeyen Korkusu, Tıbbi Korkular, Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, Yaralanma Korkularının duygu düzenlemelerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır (R= ,161, R2= ,026, p>,01).

4.6 Duygu Düzenlemeleri Üzerinde Riskli Davranışların Etkisi

Çizelge 4.35: Duygu Düzenlemeleri Üzerindeki Riskli Davranışların Etkisi

Değişkenler	B	Standart Hata	B	t	p
(Constant)	62,059	3,080		20,151	,000
Antisozyal davranışlar	,000	,096	,000	,002	,998
Alkol Kullanımı	-,158	,101	-,101	-1,567	,118
Sigara Kullanımı	-,213	,091	-,146	-2,352	,019
İntihar Eğilimi	-,170	,139	-,061	-1,223	,222
Beslenme Alışkanlıkları	-,115	,105	-,053	-1,099	,272
Okul terki	,127	,102	,068	1,248	,213
		R=,241	R ² =,058	F= 4,830	P=,000

Tablo 35 incelendiğinde Antisozyal davranışlar Alkol Kullanımı, Sigara Kullanımı, İntihar Eğilimi, Beslenme Alışkanlıkları, Okul terkinin duygu düzenlemelerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır (R= ,241, R2= ,058, p<,01). Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin duygu düzenlemeleri üzerindeki göreceli önem sırası; sigara kullanımı, intihar eğilimi, alkol kullanımı, okul terki, beslenme alışkanlıkları ve antisozyal davranışlardır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde sigara kullanımı negatif yönlü önemli (anlamlı) bir

yordayıcı olduğu gör÷lmektedir. Diğer değişkenlerin anlamlı bir ilişkisi bulunmamıştır.



5. TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1 Tartışma

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular araştırmanın temel önermeleri bağlamında tartışılarak elde edilen bulgulara dair yorumlar yapılmıştır.

5.1.1 Korku tarama ölçeği sonuçları

Öğrencilerinin cinsiyetlerine göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Tehlike ve Ölüm Korkusu, Bilinmeyen Korkusu, Tıbbi Korkular, Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, Yaralanma Korkuları ve Genel Korku Ölçeğinde kızların korku puanları erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

Bu bulguya benzer şekilde Ollendick and King, (1994) çalışmalarında 648 Avustralyalı ergende korkuların yaygınlığını araştırmış ve sonra bu korkularla ilişkili girişimin boyutunu belirlemeye çalışmıştır. Araştırma sonucunda korkuların ergenler üzerinde oldukça yaygın olduğu belirlenmiştir. Kızların erkeklerden daha fazla korku yaşadığı genç ergenlerin büyük ergenlerden daha fazla korku yaşadıkları rapor etmiştir. Epidemiyolojik araştırmaların sonuçlarında genelde benzer bulgulara sahiptir. Korku duygusu kadınlarda erkeklere göre ortalama iki kat fazladır. Dikkate değer ve net bir şekilde konan bu farklılığın oluşmasında birçok faktör rol oynamaktadır (Craske, 2003). Korku duygusu evrimsel psikoloji bakış açısına göre erkek ve kadın olmak arasında genetik bir eşitsizlik söz konusudur. Avcı toplayıcı atalarımız arasında cinse dayalı bir rol dağılımı vardı. Erkekler beslenme ve kaynak aramaya çıkardı ve bu koşullarda aşırı korku kısıtlayıcı ve işlevsizdi. Kadınlar ise çocuk ve mağara gibi yerleşim yerlerine bakma ile genelde toplama faaliyetlerini yürütmekteydi. Kadınlara biçilen rol daha çok dikkat üzerine yoğunlaşmakta idi.

Sosyal psikolojinin paradigmasından bakıldığında; çevre yaklaşık iki yaşlarından itibaren kız çocuklardan korkmalarını bekler. Aynı zamanda

ebeveynler çocuklarının kültürel kalıplara göre davranması için yönlendiricidirler. Genellikle kızlar korkmaları yönünde teşvik edilirken erkeklerde bu durum tam tersi şekilde gelişmektedir. Erkek ve kadın değişkenler ve kültürle göre agorafobi ile ilişkileri üzerine yapılan bir araştırmada; eril kültür yapısı baskın olan toplumlarda agorafobi yüksek sonuçlar verirken dişil değerlerin daha fazla olduğu toplumlarda bu oran düşmektedir (Arrindel, vd., 2003). Bu doğrultuda sonuç veren başk bir araştırmada onbir farklı ülkede 5491 kişi ile yapılan bir çalışmaya göre erkeklik ve agorafobi arasındaki ilişkilerin en yüksek olduğu ülke Japonya olurken kadınlık ve en düşük agorafobi ilişkisinin en düşük çıktığı ülke İsveç'tir. Erilliğin ön plana çıkması sosyal anlamda zararlı olduğu kadar sağlık bakımından da olumsuzluğu gözler önüne sermektedir. Araştırma bulguları cinsiyetler arası korku düzeyinin farklılaştığını doğrulamaktadır.

Öğrencilerinin devamsızlıklarına göre gruplar arasında Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken Tıbbi Korkular, Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, Yaralanma Korkuları ve Genel Korku Ölçeğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Öğrencilerin devamsızlıklarına göre Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu alt boyutlarında devamsızlık yapmayanlar ile 13 ve üzeri devamsızlık yapanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, devamsızlık yapmayanların tehlike ve ölüm korkusu ve Bilinmeyen Korkusu puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Birey hayat boyu kurallarla iç içe yaşar. Bireyin yaşam alanında; aile, okul, iş hayatı ve toplum içinde kurallar egemendir. Kurallar bazan hoşnut olunmadığına dair söylemler olsa da tüm toplumlarda hayati bir öneme sahiptir (Aydın, 2001: 23). Genel olarak kurallara uymak aynı zamanda korkuya neden olan durumlardan sakınmamızı sağlar. Sağlık, ailevi durumlar gibi zorunlu nedenlerden dolayı devamsızlık dışında, genel olarak devamsızlık okul dışı ebeveynlerden habersiz gelişen öğrenci aktivitesidir. Korku düzeyi devamsızlık yapmanın yordayıcılarından olabilir.

Öğrencilerinin ailelerinin gelir durumuna göre gruplar arasında Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Yaralanma Korkuları alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken Bilinmeyen Korkusu Tıbbi Korkular, Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları, Aile

Korkuları, ve Genel Korku Ölçeğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Öğrencilerin ailelerinin gelir durumlarına göre Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Yaralanma Korkuları alt boyutlarında orta gelirliler ile üst gelirliler arasında anlamlı bir farklılık olduğu, orta gelirlilerin tehlike ve ölüm korkusu ve Yaralanma Korkuları puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmalar sosyo-ekonomik durumu daha yüksek olan ergenlerin daha az korku, sosyo-ekonomik durumu daha düşük olan ergenlerde ise daha fazla ve yoğun korku olduğu belirtilmektedir (Erol ve Sahin, 1995; Shore ve Raport 1998). Bu araştırmada da sosyo-ekonomik durum ve korku ilişkisinde önceki araştırmalar ile tutarlı sonuçlar bulundu. Daha düşük sosyo ekonomik düzeye sahip ergenler; utangaçlık, sosyal aktivitelerden kaçınma, içe yönelim ve düşük umut düzeyleri gösteren bir eğilime sahip olabilmektedirler. Geleceğe kaygı ile bakan güvenlik ihtiyacını daha yüksek gelirlere göre karşılayamacağına dair inanç, korku düzeyinin farklılığının kaynakları olarak gösterilebilir.

Öğrencilerinin annelerinin eğitim durumuna göre gruplar arasında Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları ve Genel Korku Ölçeğinde alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken Tıbbi Korkular, Aile Korkuları, Yaralanma Korkuları anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Öğrencilerin annelerinin eğitim durumlarına göre Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu, Sosyal Korkular Hayvan Korkuları Genel Korku Ölçeği alt boyutlarında anneleri ilköğretim mezunu olanlar ile anneleri ortaokul mezunu olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, ilköğretim mezunu olanların Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu, Sosyal Korkular Hayvan Korkuları Genel Korku Ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bir çok araştırmacıya göre kaygı öğrenme ile edinilen bir duygudur ve çocukların kaygı düzeyi, anne kaygı düzeyi ile ilişkili olabileceği belirtilmektedir (Alisinanoğlu, Ulutaş, 2003). Korku düzeyi yüksek ebeveynlere sahip çocuklar korkuyu deneyimlemesi ve öğrenmesi nedeni ile ebeveynleri gibi korkululuk seviyeleri artma eğilimi gösterecektir.

Başka bir ifade ile çocuğun gelişiminde genel aile ortamı ve anne baba'nın duygularını yaşantılamaları, davranış biçimleri ve tutumları anahtar yapılarıdır

(Adler, 2014). Tuna (2008) tarafından anne bağlanma tarzı ile çocuk yetiştirme tutumu arasındaki ilişkisinin incelenmesi üzerine yapılan bir çalışmada annelerin eğitim düzeyi ile paralel bir şekilde benimsediği tutumda değişmektedir. Buna göre eğitim seviyesi daha yüksek olan anneler demokratik tutumu benimserken eğitim düzeyi düştükçe anneler koruyucu tutumu daha fazla benimsedikleri görülmüştür. Ayrıca çocuklarda koruma tutumun yoğun olması sosyal kaygı ile bağlantılıdır. Çocuğun bağımsızlık arayışına, aşırı koruma veya yâdsıma ile karşılık veren annelerin bu tutumlarının sonucu bağımsız davranabilme çocuklarda utanç yada kaygıya dönüşebilmektedir (Erkan, Güçray ve Çam, 2002). Buna paralel olarak anne eğitim durumu ve dolayısıyla çocuk yetiştirirken benimsemiş olduğu korumacı tutum korku düzeylerinin artmasına kaynaklık edebilir.

Öğrencilerinin babalarının eğitim durumuna göre gruplar arasında Sosyal Korkular, alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülürken Tehlike ve Ölüm Korkusu ve Bilinmeyen Korkusu, Tıbbi Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, Yaralanma Korkuları ve Genel Korku Ölçeğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Öğrencilerin babalarının eğitim durumlarına göre Sosyal Korkular alt boyutunda babaları ilköğretim mezunu olanlar ile babaları lise mezunu olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, ilköğretim mezunu olanların Sosyal Korkular puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulguları destekleyici benzer çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin Ahmet (2019) tarafından öğrenciler ve ebeveynlerdeki sosyal fobi düzeyi arasında ilişkinin incelenmesi adlı araştırmada anne baba eğitim durumu artış göstermesi karşısında sosyal fobi puanlarının azaldığı bildirilmektedir. Korkuların nedenlerine dair araştırmalar bir çok değişkeni kapsayan ve sürekli değişim gösteren geniş bir alandır. Bu durum aslında bu alana dair daha olumlu bakmamızı sağlamalıdır. Çünkü korku mekanizmalarının bu geniş yelpazeli dağılımı etkin yönetme, düzenleme konularında esnekliği sağlamakta ve de olumsuz sonuçlara yol açacak korkulara karşı farklı müdahale kapıları açmaktadır.

5.1.2 Riskli davranışlar ölçeği sonuçları

Öğrencilerinin cinsiyetlerine göre Riskli Davranışlar Ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında okul terki alt boyutunda kızların erkeklere

kıyasla daha yüksek okul terki puanına sahip olduğu görülmüştür. Diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Riskli davranış boyutlarından olan okul terki cinsiyet üzerinden bakıldığında çelişkili sonuçlar vermektedir. Kimi araştırmalar okul terkini kadınların daha fazla yaptığını gösterirken (Rumberger, 1995); Bir kısım çalışmaya göre okul terkinde erkekler daha fazla okul terki yapmış ve terk etme ihtimalleri daha yüksektir (Laird, DeBell ve Chapman, 2006). Alanyazında erkeklerin kızlara oranla daha fazla riskli davranış gösterdiğine dair sonuçlar daha fazla bulunmaktadır (Özmen, 2006, s.53;Tuna, 2015, s.41). Ancak çelişkili sonuçlarada rastlanmaktadır. Örneğin Telef (2014) lise’de öğrenim gören öğrenciler üzerinde yaptığı araştırmada cinsiyet değişkenine göre alkol ve sigara kullanımı, antisosyal davranışlar, okul terki ve beslenme alışkanlıkları boyutlarında cinsiyet değişkenine göre fark görülmediğini bildirmektedir. Yapılan bu araştırma ile mevcut çalışma benzerlik göstermektedir. Her iki çalışmada örneklemin tamamının ve büyük kısmının Meslek Lisesinden olması da tutarlılık göstermektedir. Türkiye’de son dönem zorunlu eğitim sistemi ve kız çocuklarının okulla katılımı hedeflenmesi, okullarda kız öğrenci sayısının artmasını sağlamıştır. Buna bağlı olarakta akran ilişkileri, toplumsal cinsiyet rolleri gelişen ve değişen okul ortamları oluşmuştur. Açıklanan bu olgular farklı araştırma sonuçlarının cinsiyetlerine göre riskli davranış bulgularının serimlenmesi açısından yol gösterici olabilir.

Öğrencilerinin okul türüne göre gruplar arasında Alkol Kullanımı, Sigara Kullanımı, Okul terki, Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde anlamlı bir farklılık görülürken Antisosyal davranışlar, İntihar Eğilimi ve Beslenme Alışkanlıkları alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Öğrencilerin okul türüne göre alkol kullanımı alt boyutunda Nitelikli lise de okuyanlar ile mesleki ve teknik Anadolu lisesinde okuyanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, Nitelikli lise de okuyanların alkol kullanımı puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Sigara Kullanımı, okul terki ve Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde Nitelikli lise de okuyanlar ve Anadolu lisesinde okuyanlar ile mesleki ve teknik Anadolu lisesinde okuyanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, Nitelikli liselerde ve Anadolu Lisesinde okuyanların alkol kullanımı puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

İnandı, Özer, Akdemir, Akoğlu, Babayiğit, Turhan ve Sangül (2009) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada ortaöğretim öğrencilerinde madde kullanım ile psikolojik özellikler ve şiddet ile madde kullanım sıklığını saptamaya dair ilişki incelenmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, sürekli kaygı puanları yüksek öğrenciler sigara kullanımı, özgüven ve özsaygı puanları yüksek olanlar ise alkol kullanımı daha fazla olduğu belirtilmektedir.

Ayrıca alan yazında özgüven düzeyinin sosyo ekonomik düzeyden anlamlı şekilde etkilendiği, okul türleri açısından özel okul'a devam eden öğrencilerin devlet okullarına göre özgüven puanlarının daha yüksek olması sosyo-ekonomik düzeyle ilişkili olduğunu gösteren bulgular mevcuttur.

Literatür incelendiğinde araştırmalarda sosyo-ekonomik düzeyin özgüven düzeyini anlamlı şekilde etkilediği, özel okula giden ergenlerin ailelerin sosyoekonomik durumlarının devlet lisesine giden ergenlerin ailelerinden daha iyi olduğu için özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu saptamalarını veren çalışmalar mevcuttur (Bilgin, 2011).

Bu çalışmada okul türü ve riskli davranışlar bulgularına bakarak nitelikli liselerde öğrenim gören öğrencilerin daha fazla özgüvenli oldukları ve ergenlerde alkolün sosyal bakımdan bir kabul nesnesi olarak görülebildiği düşünülebilir.

Öğrencilerinin not ortalamalarına göre gruplar arasında Beslenme alışkanlıkları alt boyutu dışında Genel Riskli Davranışlar ölçeği ve diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Öğrencilerin not ortalamasına göre Antisosyal davranışlar ve alkol kullanımı, sigara kullanımı alt boyutlarında ve genel riskli davranışlar ölçeğinde 54 ve altı not ortalamasına sahip olanlar ile 70-84 ve 85-100 ortalamasına sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, 70 ve üzeri not ortalamasına sahip olanların anti sosyal davranış alkol kullanımı ve genel riskli davranışlar ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca 55-69 not ortalamasına sahip olanlar ile 85 ve üstü not ortalamasına sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, 85 ve üzeri not ortalamasına sahip olanların anti sosyal davranış, sigara kullanımı puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Okul terki alt boyutunda ise 54 ve altı not ortalamasına sahip olanlar ile diğer notlara sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, 55 ve üzeri not ortalamasına sahip olanların okul terki puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca genel riskli davranışlar ölçeğinde 70-84 not ortalamasına

sahip olanalar ile 69 ve altı not ortalamasına sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve 70 ve üzeri not ortalamasına sahip olanların genel riskli davranışlar ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Akademik başarı ile riskli davranışlar arasındaki ilişki üzerine yapılan çalışmalar arasında tutarsız sonuçlar bulunmaktadır. Literatürde sıklıkla karşılaşılan bulgular riskli davranışlara karşı akademik başarının koruyucu faktör olmasıdır (Siyez & Aysan, 2007).

Bununla birlikte Kuru (2010) tarafından yapılan bir araştırmada, riskli davranışların anlamlı yordayıcısı olarak görülen akademik başarı beklenen sonucu vermemiş, analiz sonucu akademik başarının riskli davranışları yordayıcı gücü istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı ortaya konmuştur. Bu araştırmadaki bulgulara benzer şekilde Gündoğdu, Korkmaz ve Karakuş (2005), tarafından Lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada ise risk alma davranışı ve akademik başarı arasında anlamlı ilişki tespit edilmiş, daha başarılı olan bireylerin daha fazla risk alma davranışı sergiledikleri bildirilmektedir.

Araştırmadan ortaya çıkan bulgular farklı şekilde ele alınabilir. Bireyler arası risk algısının farklılığı, kültürel bağlamda farklı risk tanımlamaları akademik başarı ve sosyal kabul gibi kavramlar riskli davranışlar ile akademik başarı arasındaki ilişkinin nedenleri olabilir.

Öğrencilerinin sınıf tekrarı yapma durumuna göre riskli davranışlar ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Beslenme alışkanlıkları alt boyutu dışında Genel Riskli Davranışlar ölçeği ve diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Sınıf tekrarı yapmayanların riskli davranış ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bir üst sınıf devam eden öğrenciler ile sınıf tekrarına kalan öğrenciler arasında karşılaştırma esaslı yapılan bir çalışmada, üst sınıfa devam eden öğrenciler daha başarılı oldukları görülmüştür. Ayrıca sınıf tekrarına kalan öğrencilerin okul terki ihtimallerinin akranlarına oranla çok yüksek olduğu belirtilmektedir (Jimerson ve Ferguson, 2007). Sınıf tekrarına kalan öğrencilerde bir takım psikolojik etkiler oluşabilmektedir. Okula karşı soğukluk, okula gitme konusunda isteksizlik, başarılı olmaya karşı inançsızlık, çekingen ya da daha öfkeli olma gibi psikolojik değişimler gözlemlenebilmektedir. Öz güven azalması ve çekingenlikte

seviyesindeki artış riskli davranışları engelliyor olabilir. Ayrıca Türkiye’de Ortaeğitim kurumlarında sınıf tekrarı yapan öğrenciler özellikle lisenin birinci(9.sınıf) sınıfında yüksek oranda olduğu medyaya dahi yansıyan bir olgudur. Bununla birlikte tecrübe edilen bir diğer gerçekte sınıf tekrarına kalan öğrencilerin azımsanyacak ölçüde okul terki yapmalarıdır. Dolayısıyla bu çalışmanın bulguları örneklem zayıf temsil edilmesinden kaynaklanabilir.

Öğrencilerinin disiplin cezası alma durumuna göre riskli davranışlar ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Genel Riskli Davranışlar ölçeği ve tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Disiplin cezası almayanların riskli davranış ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Milli Eğitim Bakanlığı Ödül ve Disiplin Yönetmeliği’ne göre disipline aykırı davranışlar olarak bilinen problem davranışlar madde kullanımı, antisosyal davranışlar, devamsızlık, otoriteye karşı gelme gibi davranışlardır. Bu davranışlar aynı zamanda riskli davranışları da kapsamaktadır. Dolayısıyla araştırmanın bulgularını disiplin cezalarının riskli davranışları engellemeye yönelik yaptırımlarının sonucu olmasından kaynaklanabilir.

Öğrencilerinin devamsızlık yapma durumuna göre gruplar arasında Genel Riskli Davranışlar ölçeği ve tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Öğrencilerin devamsızlık durumlarına göre Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı, sigara kullanımı Okul terki Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde devamsızlık yapmayanlar ve 1-7 gün devamsızlık yapanlar ile 7-12 ve 13 ve üzeri devamsızlık yapanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, devamsızlık yapmayanların ve 1-7 gün devamsızlık yapanların Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı, sigara kullanımı Okul terki Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Beslenme alışkanlıkları alt boyutunda devamsızlık yapmayanlar ile 7-12 ve 13 ve üzeri devamsızlık yapanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, devamsızlık yapmayanların beslenme alışkanlıkları puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Devamsızlık nedenlerinden biri de akran ilişkilerindeki sorunlardır. Bunun yanında zorbalık önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu faktör devamsızlığın evrensel nedenlerindendir (Reid, 1999). Zorbalık kurbanı öğrenciler korku duygusu ile farklı durumları yaşamamak adına aile ve öğretmenlerinden maruz kaldıkları

zorbalığı saklamaktadırlar. Zorbalıktan kaçınmak ve okula gitme konusunda çekindiklerinden devamsızlık yapmaktadırlar (Reid, 2003). Bunun yanında riskli davranışlar ergenler için olumsuz sonuçları yanında yetişkin otoritesine karşı gelme, kaygı, yetersizlikler ve başarısızlık ile başa çıkma ile akran kabulü, kimlik oluşturma vb konularda fayda sağlar (Gonzales ve diğerleri,1994). Okula devam eden öğrenciler akran ortamı içerisinde sosyal olarak kabul edilme ve zorbalığa maruz kalmamak adına riskli davranışlara yöneliyor olabilir.

Öğrencilerinin ailelerinin gelir durumuna göre gruplar arasında beslenme alışkanlıkları alt boyutu dışında Genel Riskli Davranışlar ölçeği ve diğer tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmüştür. Öğrencilerin ailelerinin gelir durumlarına göre Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı, sigara kullanımı Okul terki Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde orta gelirli olanlar ile alt gelirli olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, Orta gelirli olanların Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı sigara kullanımı Okul terki Genel Riskli Davranışlar ölçeğinde puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Riskli davranışlar ve sosyoekonomik düzey arasındaki ilişki üzerine yapılan çalışmalar, bu araştırmanın bulgularını desteklemektedir. Uyuşturucu ve alkol kullanımına ilişkin araştırmalar, sosyo-ekonomik durum ve risk alma davranışı arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirtmektedirler. Sosyo-ekonomik durum iyileştikçe risk alma davranışlarının gerçekleştirilmesi de artmaktadır (Yılmaz, 2000: 34). Benzer şekilde Aras ve ark. (2007) tarafından yapılan araştırmada maddi kazanç sağlamak zorunda olmayan ve çalışmayan, gelir düzeyi ve eğitim seviyesi yüksek ailelerdeki ergenlerde riskli davranış puanlarının daha yüksek olduğu vurgulanmıştır.

Gelir seviyesine katkıda bulunmak amacı ile annesinde çalışma hayatına dahil olması ergen davranışlarının daha az izlenmesine, medya ve iletişim araçlarının zararlı sonuçlarına daha fazla dahil olabileceği olasılıkları riskli davranışların gösterilmesine yöneltebilir. Bir ergen şöyle demektedir; “ Her şeye baksanıza; televizyon, filmler... Günümüz kültürü ne zaman istersen, nasıl istersen ve kiminle istersen cinsel ilişkiye girmeyi doğru bir şey gibi gösteriyor. Ben buna katılmıyorum” (Ali & Scelfo, 2002, s. 63). Medya araçlarına ulaşım da sosyo-ekonomik düzeyde nispeten etkilidir. Gelişmeleri kaçırma korkusu ile gençler riskli davranışlara karşı korunma faktörü olan akran ve ailelerden uzaklaşırken

aynı zamanda olumsuz davranışları sınırsızca sergileyen riskli davranışlara yol açabilecek medyaya gün geçtikçe daha da yaklaşmaktadır.

5.1.3 Duygu düzenleme ölçeği sonuçları

Öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygu düzenleme ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu araştırma ile paralellik göstermeyen ayrıca birbirinden farklı bulguları ortaya koyan araştırmalar vardır. Örneğin kızlara göre erkek çocukların daha tepkisel olduğu (Morris ve ark., 2007) ve daha fazla duygu düzenleme gücüne sahiptikleri belirtilmektedir (Chang ve ark., 2003). Bununla birlikte tersi sonuçlarda görülmektedir. 8-12 yaşlarında ki çocuklar üzerinde yapılan bir araştırmada, genel olarak kız çocuklarının erkek çocuklara oranla duyguları ile baş etmede yetersizlikler saptanmıştır (Suveg ve Zeman, 2004).

Cinsiyetlere göre farklılığın görülmemesinin sebepleri arasında okul ortamında cinsiyetler arası akran ilişkilerinin kızların eğitime katılımlarını amaçlayan politikalarla daha heterojen bir yapıya kavuşması ve benzer çevrede yaşayan ailelerin çocuklarını benzer şartlar altında sosyalleştirme pratiklerine sahip olması gösterilebilir.

Öğrencilerinin not ortalamalarına göre gruplar arasında Dışsal İşlevsel Olmayan alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülürken Genel Duygu Düzenleme Ölçeği ve diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Öğrencilerin not durumlarına göre Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme alt boyutunda 54 ve altı not ortalamasına sahip olanlar ile 85-100 not ortalamaya sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, 54 ve altı not ortalamasına sahip olanların Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmalar anne babaların çocuklarına karşı sergiledikleri duygusal tepkilerin, çocuklarının gelecekteki süreçlerinde farkındalıklarına etki edeceği ve duygusal deneyimlerine yön vereceğini vurgulamaktadır (Eisenberg ve ark. 1998). Ergenlerin özellikle 15-16 yaş civarı içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarının zirvede olduğu ve güvensiz bağlanmanın bu sorunlara eğilimli olmaya neden olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Madigan ve ark. 2016). Ergenlik dönemi dışsallaştırma problemleri olan bireylerde akademik başarıda düşüş ve

yetişkinlikte suça yatkınlıklarının arttığı gözlemlenmiştir (Kazdin, 1987; Masten ve ark., 2005). Bu araştırmanın bulgusu aile ile olan bağlanma tarzlarının etkisinden kaynaklanabilir

Öğrencilerinin disiplin cezası alma durumlarına göre duygu düzenleme ölçeği sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre gruplar arasında Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde ceza alanların duygu düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Okullarda disiplini sağlamadaki esas amaç ödül mekanizması ile öğrencileri teşvik ederek yaptırımlara minimum seviyede başvurmaktır. Arzu edilmeyen davranışların önlenmesi ölçülü kullanıldığında bu tarz davranışların engelenmesi hususunda etkili olabilmektedir. Disiplin cezaları bu anlamı ve de ölçülü biçimde kullanılması halinde olumlu düzenlemeler olarak görülebilmektedir (Demirkasımoğlu, 2012).

Bu açıdan bakıldığında ergenlerde disiplin cezaları bir anlamda etkili olup risk içeren davranışlardan bir korunma faktörü olarak görülebilir. Ancak bir yönü ile disiplin cezaları istendik davranışlardan sapmalar yaşayan ergene getirilen bir düzenleyici cezadır. Ayrıca Koole (2009), bireylerin duygu düzenleme uğraşlarının acı duygusunu azaltmak ve de haz duygumunu artırmak amacını taşıdığını düşünmektedir. Duygu düzenlemede ki amaç gereksinimleri sağlayarak doyum elde etmek, belirlenen hedeflere ulaşmak ve kişiliğin rahat etmesini sağlayarak olumlu yönde etkilemektir. Ergen duygularını düzenleyerek belirtilen hedeflere ulaşması adına disiplin cezaları yaptırımına maruz kalabileceği davranışlar(kopya çekmek/vermek, yalan söylemek, özürsüz devamsızlık vb.) gerçekleştirebilir. Disiplin cezalarının birçoğu aynı zamanda akran ortamında otoriteye karşı gelme olarak algılanan ve olumlanan davranışlar olabilir.

Öğrencilerinin ailelerinin gelirlerine göre gruplar arasında İçsel İşlevsel duygu düzenleme İçsel İşlevsel Olmayan duygu düzenleme Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde anlamlı bir farklılık görülürken Dışsal İşlevsel duygu düzenleme Dışsal İşlevsel Olmayan duygu düzenleme alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Öğrencilerin ailelerinin gelir durumlarına göre İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme alt boyutunda üst gelire sahip olanlar ile alt gelire sahip

olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, üst gelire sahip olanların İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme alt boyutunda alt gelire sahip olanlar ile orta gelire sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, alt gelire sahip olanların İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Genel Duygu Düzenleme Ölçeği üst gelire sahip olanlar ile orta gelire sahip olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, üst gelire sahip olanların Genel Duygu Düzenleme Ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan ailelerde genelde demokratik tutum sergilenmektedir. Bu durum çocuğun duygu düzenleme becerileri konusunda olumlu etkiye sahiptir. Araştırma bulguları yukarıda açıklanan araştırmalar bağlamında paralelik gösterdiği söylenebilir.

Öğrencilerinin ailelerinin birlikteliğine Dışsal İşlevsel Olmayan duygu düzenleme Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde anlamlı bir farklılık görülürken İçsel İşlevsel duygu düzenleme İçsel İşlevsel Olmayan duygu düzenleme Dışsal İşlevsel duygu düzenleme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Öğrencilerin ailelerinin birlikteliğine göre Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme alt boyutunda ebeveyni vefat edenler ile aileleri birlikte ve ayrı olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, ebeveyni vefat edenlerin Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Genel Duygu Düzenleme Ölçeğinde ebeveyni vefat edenler ile aileleri ayrı olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu, ebeveyni vefat edenlerin Genel Duygu Düzenleme Ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Ebeveyn ölümü çocuklar için travmatiktir (Auman, 2007) Ve travmatik semptomlar (Nader, 1997) gösterebilirler. Ayrıca bu çocuklar duygusal ve sosyal uyum sorunları (Alıcı, 2010) yaşayabilmektedirler. Görüşme metodu (Ergen Ayrılma Anksiyetesi) kullanılarak güvenli ve kaygılı bağlanan ergenler arasında yapılan bir çalışmada, kaygılı bağlananların içselleştirme puanlarının daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Brown ve Wright, 2003).

Duygularımız ile olan ilişkimizin temelleri aile içinde atılır. Örneğin bebeklik döneminde bazı ihtiyaçlarımızı karşılamak için ağlama ifadesini ve sergilenme şartlarını öğreniriz. Bebeğin ihtiyacını hemen karşılayan annelerde güvenli

bağlanmanın gerçekleşme olasılığı elbette bu ihtiyaçları karşılamayı geciktiren anneye karşı gerçekleşme olasılığından fazladır. Dışsallaştırmanın işlevsiz kullanımı sosyal uyum problemlerinin habercisidir. Bakım verenin kaybına uğrayan ergenler dışsal işlevsel olmayan (başkalarına kötü hissettirmeye çalışma gibi) davranışlar sergileme olasılıkları bu çalışma bulgularında olduğu gibi daha yüksek olabilmektedir.

5.1.4 Değişkenler arası ilişkiler

Korku tarama ölçeği ile Riskli davranışlar ölçeği ve duygu düzenleme ölçeği arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Riskli davranışlar ölçeği ile duygu düzenleme ölçeği arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yapılan birçok çalışmada işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemlerinin kullanımı ve duygu düzenleme güçlükleri ile psikolojik sorunlar arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur (Aka, 2011; Ataman, 2011). Duyguların bölgesi olan limbik sistem beynin başka bölümlerini kısıtlaması durumunda, prefrontal korteks te olduğu gibi duygu düzenleme kavramı etkinliğini azaltabilmektedir (Stuss ve Benson, 1986). Limbik sistem ergenlerde gelişmiş iken yönetim merkezi olarak bakabileceğimiz prefrontal korteksin ergenlerde henüz işlevsel biçimde gelişmediği dikkate alındığında ergenlerin riskli davranışlara yönelmesinde biyolojik koşulların önemi ortadadır. Zuckerman (1994), kişilerin duygusal güdülenmelerinin (korkudan kaçınma, heyecan ve eğlence arama vb.) risk alma üzerinde anahtar rol olduğunu ileri sürmektedir. Duygularını yoğun ve karmaşık deneyimleyen ergenlerde muhakeme gücü yeterince gelişmediğinden, riskli davranışlara dair kararları duygusal tepkilerinden etkilenmektedir. Korku kaçınma davranışına yol açması itibari ile riskli davranışlardan uzaklaşmamıza yön verse de riskli davranışlar pek çok başka faktörün de dâhil olduğu karmaşık bir yapıdır.

Ayrıca duygu düzenleme, duyguların durdurulması veya kontrol altına alınmasından ibaret değildir. Aynı zamanda bireylerin amacına hizmet etmesi bakımından duygu ifadelerinin saklanması ve farklı biçimlerde ifade edilmesi becerilerininide içerir. Toplumsal uyumun bu gerekliliği gelişimseldir ve yaşın ilerlemesine bağlıdır (Walden, 1997). Bununla birlikte, duygunun kontrolünden ziyade daha yumuşak şekilde yaşantılanması önemlidir. Böylece dürtünün

egemenliğindeki davranışlar önlenabilir ve amaçlara uygun davranışlar gösterilebilir (Linehan, 1993). Duyguların davranışlara olan etkisi kadar davranışlarımız da duyguların etkileme potansiyeline sahiptir. Bu karşılıklı diyalektik, duygular ve riskli davranışların boyutlarının bütüncül bakış açısı ile değerlendirmesi faydalı olabilir.

Tehlike ve Ölüm Korkusu, Bilinmeyen Korkusu, Tıbbi Korkular, Sosyal Korkular, Hayvan Korkuları, Aile Korkuları, Yaralanma Korkularının duygu düzenlemelerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.

Ergenlik dönemi temel duygular arasında olan korku duygusunun yaygın ve çeşitli olduğu bir dönemdir. Ancak ergenler korkularını kabul etmede pek te hevesli olmayabilir. Korkulu birey duygusal olarak çoğu zaman utanma ve sakınma hallerindedir. Duygular konusunda alan yazında temel duygulardan farklı olarak bir de ahlaki duygular bulunmaktadır (Niedental, Krauth-Gruber, ve Ric, 2006). Temel duygulara göre daha karmaşık olan ahlaki duygular(kıskançlık, utanma, suçluluk, gurur vb) bireyin sosyal karşılaştırma yaparak kendi durumunu değerlendirmesi sonucu hissedilmektedir (Tangney ve Dearing, 2002). Ergen yoğun duyguların karmaşıklığı altında bazan duygularını anlamlandırmada zorluklar yaşayabilir ya da deneyimlediği duyguları ahlaki duygular eşliğinde yadsımaya çalışabilmektedir. Temel duygular arasında olan korkunun sosyokültürel bağlam, yetiştirme tarzları gibi etkenlerden ötürü çoğu zaman kabul edilmesi zor olmaktadır.

Antisosyal davranışlar Alkol Kullanımı, Sigara Kullanımı, İntihar Eğilimi, Beslenme Alışkanlıkları, Okul terkinin duygu düzenlemelerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre, yordayıcı değişkenlerin duygu düzenlemeleri üzerindeki görece önem sırası; sigara kullanımı, intihar eğilimi, alkol kullanımı, okul terki, beslenme alışkanlıkları ve antisosyal davranışlardır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde sigara kullanımı negatif yönlü önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Diğer değişkenlerin anlamlı bir ilişkisi bulunmamıştır.

Yaşantısal baskılama, gündelik yaşamda duygusal durumumuzu değiştirmek amaçlı sigara, alkol, uyuşturucu ve besinlerin kullanımı şeklinde ortaya çıkmaktadır (Kring ve Sloan, 2010). Yaşantısal kaçınma ise içsel olayları (problemler, duygu, düşünce, duygular) deneyimlememek ve bilinçli olarak bunların kontrolünü sağlamak veya kaçınmaya çalışmak olarak tanımlanmaktadır (Hayes, 2004). Ergenlik dönemi genel olarak kararların radikal olarak verildiği içe dönme ve geri çekilmelerin yaşandığı stres yükü fazla olan bir dönemdir. Bu dönemde duygusal rahatsızlıklar yaşanabilmektedir. Bunların sonucunda da yaşantısal baskılama ve yaşantısal kaçınma özellikle ergenlerin sıklıkla başvurdukları yöntemlerdir. sigara kullanımı geçici duygusal rahatlamayı sağladığı, ulaşımı kolay, rol model olabilecek pek çok örneğe sahip olduğundan ergenler tarafından sıklıkla kullanılmaktadır. Ancak Baker ve diğ. (2004), sigara kullanımının yoksunluk ya da olumsuz duygulanımı azaltma etkisi olduğundan ve bunun olumsuz pekiştirme düzenekleri ile ilişkisinden söz ederek sigara kullanımının olumsuz duygulanımı azalttığını belirtmektedirler (Baker ve ark., 2004). Buna göre özellikle duygu düzenleme becerilerini etkin kullanamayan bireylerde sigara kullanımı olumsuz duygulanımı azaltmak için başvurulan bir yöntem olduğuna işaret etmektedir.

Öneriler ve Sınırlılıklar

5.1.5 Sınırlılıklar

Çalışmanın korelasyonel desenli olması, dolayısıyla neden-sonuca dair bir fikir verse de kesin bir şekilde yorumlanamaması çalışmanın önemli sınırlılıklarındandır.

Çalışmada kendi bildirime dayalı şekilde gerçekleştirilen değişkenlerin incelenmesi ölçüm aracının dezavantajlarından sayılmaktadır. Duygular ile ilgili çalışmalarda son yıllarda deneysel metotlar uygulanmaktadır. Bu bakımdan çalışmada kullanılan değişkenlerin deneysel ve projektif ölçüm araçları ile incelenmesi genellenebilirliğini artıracaktır.

Bu çalışma lise de öğrenim gören ergenler ile yapılmıştır. Öğrenime devam etmeyen ergenler ve diğer yaştaki ergenlerin dahil edilmesi ile daha geniş bir evrenin temsil edilmesi sağlanabilir.

Araştırma kapsamında incelenen duygu düzenleme, korku düzeyi ve riskli davranışlar belirtilen ölçeklerde ki maddeler ile sınırlıdır.

5.1.6 Öneriler

Ergenlerin riskli davranışları önlemek için bire bir veya grup etkinlikleri ile öğrencilere rehberlik ve psikolojik destek verilmesi, anne ve babaya yönelik ebeveyn sorumlulukları beceri eğitimleri gibi aile odaklı müdahaleler; okul temelli müdahaleler, örneğin: güvenli ve olumlu bir psikolojik ortam için örgütsel değişiklikler; zihinsel sağlık ve yaşam becerileri öğretimi; intihar riskinin tespiti ve okul temelli önleme programları; akran liderliği veya mentorluk programları gibi toplum temelli müdahaleler; azınlık veya dezavantajlı gruplar gibi hassas ergenleri hedef alan önleme programları; şiddetin ergenler üzerindeki etkilerini önleme ve yönetme programları; alkol ve madde bağımlılığını önlemek için çok düzeyli müdahaleler düzenlenmelidir.

Gençlerin çoğunda korkularının ciddi bir sıkıntıya neden olduğunu ve korkularının günlük faaliyetlerine önemli ölçüde engel olduğu düşünülebilir. Diğer açıdan ergenin korkuları onun riskli davranışlarını engelleyebilecek bir duygu olarak düşünülebilir. Ergenlere korkularıyla başa çıkma ve yönetme eğitimleri verilebilir.

Anne eğitim durumunun ergenlerin korkuları üzerinde farklılıklara yol açtığı sonucu bağlamında çocukluktan ergenliğe, özellikle çocuklukta fiziksel saldırganlık gösterenler arasında sorunlu davranışlarda süreklilik olduğunu düşüncesiyle çocukların yetiştikleri aile ortamları önemlidir. Bu açıdan ailelere yönelik ergenlik dönemi ve özellikleri ile ilgili bilgiler verilmelidir.

Ergenlerin riskli durumlarda ne yapacaklarını bilmelerinin önemi açıktır. Riskli ve olumsuz davranışların önlenmesi için ergenlere yönelik okullarda rehberlik desteğinin verilmesi önerilebilir.

Ergenler için aşırı korku düzeyinin azaltılmasının önemli olduğu kadar, aşırı düşük korku düzeyinde gençlerin tehdit ve tehlikelere karşı korunmaları bakımından önemlidir. Dolayısıyla duyguların işlevsel yönetimi konusunda ergenlere eğitimler verilmelidir.

Riskli davranışların akran ortamlarından etkilendiği gerçeğinden hareketle riskli davranışlara dair ergenin (akran grupları) ortamını kapsayacak eğitimler verilmesi önerilebilir.





KAYNAKLAR

- Adalbjarnardottir, S. ve Hafsteinsson, L. G.** (2001). Adolescents' perceived parenting styles and their substance use: Concurrent and longitudinal analyses. *Journal of Research on Adolescence*, 11(4), 401-423. doi: 10.1111/1532-7795.00018
- Adler, A.** (2008). *İnsanı Tanıma Sanatı*, (10. Baskı) (K. Şipal, Çev.) İstanbul: Say Yayınları
- Adams, G.** (2000). *Adolescent development the essential readings*. Blackwell Publishers Ltd. UK: Oxford
- Ahmet, K.**, (2019). Öğrenciler ve ebeveynlerdeki sosyal fobi düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi Yüksek Lisans tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı
- Ajzen I, Fishbein M.** (1980), *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ.
- Ajzen I, Fishbein M.** (1980), *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ.
- Ajzen I, Fishbein M.** (1980), *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ.
- Aka, B. T.** (2011). *Algılanan ebeveyn tutumları, duygu tanıma ve duygu düzenleme ile depresyon, obsesif-kompulsif bozukluk ve sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Alati, R., Baker, P., Betts, K. S., Connor, J. P., Little, K., Sanson, A., & Olsson, C. A.** (2014). The role of parental alcohol use, parental discipline and antisocial behaviour on adolescent drinking trajectories. *Drug and Alcohol Dependence*, 134, 178-184.
- Aldao, A. ve Nolen-Hoeksema, S.** (2010). Specificity of cognitive emotion regulation strategies: A transdiagnostic examination. *Behaviour Research and Therapy*, 48(10), 974-983.
- Aldao, A.** (2013). The future of emotion regulation research: capturing context. *Perspectives on Psychological Science*, 8, 155-172.
- Alexander, C. S. ve ark** (1990). A measure of risk taking for young adolescents: reliability and validity assessments, *Journal of Youth and Adolescence*, 19 (6), 559- 569.
- Ali, L., & Scelfo, J.** (2002). Choosing virginity. *Newsweek*, 61-64
- Allen, J. P., Porter, M. R., & McFarland, F. C.** (2006). Leaders and followers in adolescent close friendships: Susceptibility to peer influence as a predictor of risky behavior, friendship instability, and depression. *Development and Psychopathology*, 18(1), 155-172.
- Allen LB, McHugh RK, Barlow DH** (2008). Emotional disorders: a unified protocol. In Barlow DH (ed). *Clinical Handbook of Psychological Disorders*, 4th edn. Guilford Press: New York.

- Alıcı, E.** (2010). Dışavurumcu etkinliklere dayalı grupla psikolojik danışma programının ebeveyn kaybı yaşayan 9-11 yaş çocuklarının travma sonrası stres düzeyine etkisi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). T.C. Marmara Üniversitesi/ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Alikaşifoğlu, Müjgan,** (2008). “Ergenlerde Davranışsal Sorunlar”, Đ.Ü. Cerrahpasa Tıp Fakóltesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Adolesan Sağlığı II, Sempozyum Dizisi No; 63, Mart; s. 55-59.
- Alisinanoğlu, F.& Ulutaş, İ.** (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin Kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. EĞİTİM VE BİLİM, [S.l.], v. 28, n. 128, apr. 2003. ISSN 1300-1337.
- Andre, C.** (2004). Korkunun psikolojisi. İsmail Yerguz(Çev.). İstanbul: Say.
- Angold, A., Costello, E. J., Erkanli, A., & Worthman, C. M.** (1999). Pubertal changes in hormone levels and depression in girls. *Psychological Medicine*, 29, 1043- 1053.
- Aras Ş, Günay T, Özcan S, Orçin E.** İzmir ilinde lise öğrencilerinin riskli davranışları. *Anatolian Journal of Psychiatry* 2007; 8: 186-96
- Arnett, J.** (1995). Broad and narrow socialization: The family in the context of cultural theory. *Journal of Marriage and Family*, 57(3), 617-628.
- Arnett, J.** (1992). Reckless behavior in adolescence: A developmental perspective. *Developmental Review*, 12, 339-373.
- Arrindel W.A. ve ark.,** “Masculinity-femininity as a national characteristic and its relationship with national agoraphobic fear level” , *Behaviour Research and Therapy*, 2003, 41:795-807
- Ataman, E.** (2011). *Stres veren yaşam olayları karşısında bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin depresyon ve kaygı düzeyini belirlemedeki rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Auman, M. J.** (2007). Bereavement support for children. *J School Nurs* 2007,23,34–9.
- Ayvaşık, H.B. ve Sayıl, M. (Çev. Ed.).** (2002). Psikolojiyi Anlamak(1).Ankara:Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Bandura, A., Grusec, J. E.,& Menlove, F.L.** Vicarious extinction of avoidance behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1967, 5, 16-23.
- Baker, T. B., Piper, M. E., McCarthy, D. E., Majeskie, M. R., Fiore, M. C.** (2004). Addiction motivation reformulated: An affective processing model of negative reinforcement. *Psychological Review*, 1, 33–51. DOI: 10.1037/0033295X.111.1.33.
- Bakker, N.** (2000).The Meaning of Fear Emotional Standards for Children in The Netherlands, 1850-1950: Was There A Western Transformation . *Journal of Social History*, 34,(2), 369-392.
- Bandura, A.** (2006). Toward a psychology of human agency. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 164-180.
- Barlow, D.,H.** (1998). *Anxiety and Its Disorders: The Nature and Treatment of Anxiety and Panic*. New York: Guilford Pres.
- Barlow, D.,H.** (2002). *Anxiety and _ts Disorders : The Nature and Treatment of Anxiety And Panic*.Guilford Press, New York.
- Barlow, D. H.** (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *The American Psychologist*, 55(11), 1247–1263.

- Barnes, J.** (2014). Temel biyolojik psikoloji. (Altındağ, An. Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bariola, E., Gullone, E., ve Hughes, E. K.** (2011). Child and adolescent emotion regulation: The role of parental emotion regulation and expression. *Clinical child and family psychology review*, 14(2), 198-212.
- Barkley-Levenson EE, Van Leijenhorst L, Galvan A.** (2013). Behavioral and neural correlates of loss aversion and risk avoidance in adolescents and adults. *Developmental Cognitive Neuroscience*. 3:72–83. Epub 2012/12/19. doi: S1878-9293(12)00082-5 [pii] pmid:23245222.
- Barrett L. F., Mesquita B., Ochsner K. N., & Gross J. J.** (2007). The experience of emotion. *Annual Review of Psychology*, 58, 373-403.
- Basch, C. E.** (2011). Healthier students are better learners: A missing link in school reforms to close the achievement gap. *Journal of School Health*, 81(10), 593-598.
- Baumrind, D.** (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance abuse. *Journal of Early Adolescence*, 11, 56-95.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M.** (1994). Losing control: How and why people fail at self-regulation. New York: Academic Press
- Beck, A., Emery, G.** (2006). Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler. (Çev. Veysel Öztürk)Litera Yayıncılık , İstanbul.
- Beck AT, Emery G** (1985) Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective. New York: Basic Books.
- Bedirhanbeyoğlu, H.** (2018) Çocukluk çağı travmaları, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve riskli davranışlar arasındaki ilişkiler Yüksek Lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Programı
- Beidel DC, Turner SM.** (1998) Shy Children, Phobic Adults: The Nature And Treatment Of Social Phobia. Washington DC: American Psychological Association
- Beidel, D. B. & Turner, S. M.** (2005). Childhood anxiety disorders: A guide to research and treatment. New York: Routledge.
- Belfer, M.L.** (2008). Child and adolescent mental disorders: The magnitude of the problem across the globe. *J. Child Psychol. Psychiatry Allied Discip.* 49, 226–236.
- Bender, P. K., Reinholdt-Dunne, M. L., Esbjørn, B. H. Ve Pons, F.** (2012). Emotion dysregulation and anxiety in children and adolescents: Gender differences. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 284-288.
- Benthin, A., Slovic, P., & Severson, H.** (1993). A psychometric study of adolescent risk perception. *Journal of Adolescence*, 16(2), 153-168.
- Beyth-Marom, R., Austin, L., Fischhoff, B., Palmgren, C., & Jacobs-Quadrel, M.** (1993). Perceived consequences of risky behaviors: Adults and adolescents. *Developmental Psychology*, 29(3), 549-563.
- Bilgin, O.** (2011). Ergenlerde özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.
- Blakemore, S.J.** (2008). The social brain adolescence. *Nature Reviews Neuroscience*, 9(4), 267-277. doi: 10.1038/nrn2353
- Blum RW, McNeely C, Nonnemaker J.** (2001) Vulnerability, risk and protection. In: Fischhoff B, Nightingale EO, Iannotta JG, eds. *Adolescent Risk and Vulnerability*. Washington, DC: National Academy Press; 50-72.

- Blum, R. W., Kelly, A., & Ireland, M.** (2001). Health-risk behaviors and protective factors among adolescents with mobility impairments and learning and emotional disabilities. *Journal of Adolescent Health*, 28(6), 481-490.
- Boyer, T. W.** (2006). The development of risk-taking: A multi-perspective review. *Developmental Review*, 26, 291-345.
- Boykin McElhaney, K., & Allen, J. P.** (2001). Autonomy and adolescent social functioning: The moderating effect of risk. *Child Development*, 72(1), 220-235.
- Bradley, B. J., & Greene, A. C.** (2013). Do health and education agencies in the United States share responsibility for academic achievement and health? A review of 25 years of evidence about the relationship of adolescents' academic achievement and health behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 52(5), 523-532.
- Brener, N. D., Kann, L., Shankline, S., Klinchen, S., Eaton, D. K., Hawkins, J., & Flint, K. H.** (2013) Methodology of the Youth Risk Behavior Surveillance System - 2013. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 62(1), 1-20.
- Broidy, L. M., Tremblay, R. E., Brame, B., Fergusson, D., Horwood, J. L., Laird, R., . . . Vitaro, F.** (2003). Developmental trajectories of childhood disruptive behaviors and adolescent delinquency: A six-site, cross-national study. *Developmental Psychology*, 39(2), 222-245.
- Brown LS, Wright J.** The relationship between attachment strategies and psychopathology in adolescence. *Psychology and psychotherapy: Theory, Research and Practice* 2003;76(4):
- Buckholdt, K.E., Parra, G.R., Anestis, M.D., Lavender, J.M., Jobe-Shields, L.E., Tull, M.T. ve diğer.** (2015). Emotion regulation difficulties and maladaptive behaviors: Examination of deliberate self-harm, disordered eating, and substance misuse in two samples. *Cogn Ther Res*, 39, 140-152.
- Bulut Ateş, F., Çeçen-Eroğlu, A.** (2017). Ergenlerde görülen kuraldışı davranışların yordanmasında anne-baba evlilik çatışması ve çocukluk örselenme yaşantılarının rolü. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26 (3), 171-183. Retrieved from <http://dergipark.gov.tr/cusosbil/issue/33225/372233>
- Burkovik, Y. ve Tan, O.** (2006). *Korkuyorum: Korkularımız, Sebepleri ve Başa Çıkma Yolları*, (1. Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları
- Burnham, J.J., Gullone, E.** (1997). The Fear Survey Schedule for Children- II: A Psychometric _nvestigation with American Data. *Behaviour Research And Therapy*, 35, (2), 165-173.
- Byrnes, J. P., Miller, D. C., & Schafer, W. D.** (1999). Gender differences in risk taking: A meta- analysis. *Psychological Bulletin*, 725(3), 367-383.
- Campbell, S.B.**, (1986). Developmental issues in Childhood Anxiety. In: Gittelman, R. *Anxiety Disorders of Childhood*, Guilford Press, New York, 24-57.
- Carey, Gregory; DiLalla, David L.** ... Source. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol 103(1), Feb 1994, 32-43.
- Carthy, T., Horesh, N., Apter, A., Edge, M. D. ve Gross, J. J.** (2010). Emotional reactivity and cognitive regulation in anxious children. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 384-393.
- Caspi, A., Roberts, B. W., & Shiner, R. L.** (2005). Personality development: Stability and change. *Annual Review of Psychology*, 56, 453-484.

- Chambers RA, Taylor JR, Potenza MN.** (2003). Developmental neurocircuitry of motivation in adolescence: a critical period of addiction vulnerability. *Am J Psychiatry* 160: 1041-1052
- Chang, L., Schwartz, D., Dodge, K. A., ve McBride-Chang, C.** (2003). Harsh parenting in relation to child emotion regulation and aggression. *Journal of Family Psychology*, 17(4), 598.
- Chapman, R. L., Buckley, L., Sheehan, M., & Shochet, I.** (2013). School-based programs for increasing connectedness and reducing risk behavior: A systematic review. *Educational Psychology Review*, 25(1), 95-114.
- Chassin, L., Presson, C. C., Sherman, S. J., Montello, D., & McGrew, J.** (1986). Changes in peer and parent influence during adolescence: Longitudinal versus crosssectional perspectives on smoking initiation. *Developmental Psychology*, 22, 327- 334.
- Chepenik, L. G., Cornew, L. A., & Farah, M. J.** (2007). The influence of sad mood on cognition. *Emotion*, 7, 802-811.
- Clark DA, Beck TA, Brovvn G.** (1989) Cognitive mediation in general psychiatric outpatients: A test of the content specificity hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56: 958-964
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O.** (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2/3), 73-100.
- Coleman A.E., & Snarey J.** (2011) James-Lange Theory of Emotion. In: Goldstein S., Naglieri J.A. (Eds) *Encyclopedia of Child Behavior and Development*. Springer, Boston, MA
- Collins HR, Corbly CR, Liu X, Kelly TH, Lynam D, Joseph JE.** (2012). Too little, too late or too much, too early? Differential hemodynamics of response inhibition in high and low sensation seekers. *Brain Res.* 2012;1481:1–12.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., Collins, N. L.** (1998). Attachment styles, emotion regulation and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1380-1397.
- Cooper, M. L., Agocha, V. B. & Sheldon, M. S.** (2000). A motivational perspective on risky behaviors: The role of personality and affect regulatory processes. *Journal of Personality*, 68, 1059-1088.
- Costello, E. J., Angold, A., & Keeler, G. P.** (1999). Adolescent outcomes of childhood disorders: The consequences of severity and impatient. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38, 121-128
- Crandall, A., Magnusson, B. M., Novilla, M. L. B., Novilla, L. K. B., & Dyer, W. J.** (2017). Family financial stress and adolescent sexual risk-taking: The role of self- regulation. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(1), 45-62.
- Craske, M. G.,** *Origins of Phobias and Anxiety Disorders: Why more Women than men ?*, Oxford, Elsevier, 2003
- Çakar, Ulaş. & Arbak, Yasemin.** (2004). Modern Yaklaşımlar Işığında Değişen Duygu-Zeka İlişkisi ve Duygusal Zeka. *DEÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 23-48.
- Çelik, H. & Kocabıyık, O.O.** (2014). Genç Yetişkinlerin Saldırganlık İfade Biçimlerinin Cinsiyet ve Bilişsel Duygu Düzenleme Tarzları Bağlamında İncelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 4(1), 139-155.

- Çorapçı, F.** (2012). Ailede duygu sosyalleştirme süreci ve çocuğun sosyoduygusal gelişimi. M. Sayıl ve B. Yağmurlu (Der.), Ana Babalık; Kuram ve Araştırma (ss. 271-294). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Dacey, J.S. & Kenny, M.** (1994). Adolescent development. USA: Brown & Benchmark Publishers.
- Dahl, R. E.** (2004). Adolescent brain development: A period of vulnerabilities and opportunities. In R. E. Dahl, & L. P. Spear (Series Eds), Annals of the New York Academy of Sciences, 1021. Adolescent brain development: Vulnerabilities and opportunities (pp. 1-22). New York, NY: New York Academy of Sciences.
- Deckman T, DeWall CN.** (2011). Negative urgency and risky sexual behaviors: a clarification of the relationship between impulsivity and risky sexual behavior. *Personality and Individual Differences*. 51:674–8.
- Demmler, J. C., Hill, R. A., Rahman, M. A., Bandyopadhyay, A., Healy, M. A., Paranjothy, S., & Lyons, R. A.** (2017). Educational attainment at age 10-11 years predicts health risk behaviors and injury risk during adolescence. *Journal of Adolescent Health*, 67(2), 212-218.
- Demirkasımoğlu, N.** (2012). “Türk Eğitim Sistemi’nde Öğrencilerin Hak Ve Sorumluluklarının Yasal Dayanakları”. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 45, (1), 307- 326.
- Denollet, J., Nyklicek I. & Vingerhoets, J.J.M.** (2008) Introduction: emotions, emotion regulation and health. In A. M. Kring, D. M. Sloan (Ed.), *Emotion Regulation and psychopathology* (pp. 3-11). New York: The Guildford Press.
- Dishion, T. J., Bullock, B. M., & Granic, I.** (2002). Pragmatism in modeling peer influence: Dynamics, outcomes, and change processes. *Development and Psychopathology*, 14(4), 969-981.
- Du, S., Jaaniste, T., Champion, G. D., & Yap, C. S. L.** (2008). Theories of fear acquisition: The development of needle phobia in children. *Pediatric Pain Letter*, 10(2), 13-17.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S. & Biswas-Diener, R.** (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143–156.
- Dodge, K. A.** (1991). Emotion and Social Information-Processing. In: Barber J., Dodge, K.A. (Eds.), *the Development of Emotion Regulation and Dysregulation*. New York: Cambridge University Press, pp. 159-181.
- Duncan, S. C, Duncan, T. E., & Strycker, L. A.** (2001). Qualitative and quantitative shifts in adolescent problem behavior development: A cohort-sequential multivariate latent growth modeling approach. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23 (1), 43-49
- Dusek, J. B.** (1991). Adolescent development and behavior (2nd ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Eaton, D. K., Kann, L., Kinchen, S., Shanklin, S., Flint, K. H., Hawkins, J., et al.** (2011). Youth risk behavior surveillance—United States, 2011. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 61, 1-162.
- Ekman, P., Friesen, W. V., & Ellsworth, P.** (1972). *Emotion in the human face: Guidelines for research and an integration of findings*. Oxford, England: Pergamon Press.
- Ekman, P., & Friesen, W. V.** (1975). *Unmasking the face*. Englewood Cliffs,

NJ:Prentice Hall.

- Elbedour, S., Shulman, S., & Kedem, P.** (1997). Children's fears: Cultural and developmental perspectives. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 491-496.
- Elmacı, F.** (2006). Ergenlerin Yaşam Korkularının incelenmesi. Bahçeşehir Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Sempozyumu Bildiri Özeti, İstanbul
- Eisenberg N, Cumberland A, Spinrad TL.** (1998) Parental socialization of emotion. *Psychol Inq* 9: 241-273.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., Spinrad, T., Fabes, R., Shepard, S. A., Reiser, M., ... Guthrie, I. K.** (2001). The Relations of Regulation and Emotionality to Children's Externalizing and Internalizing Problem Behavior. *Child Development*, 72(4), 1112-1134.
- Ernst M, Pine DS, Hardin M.** Triadic model of the neurobiology of motivated behavior in adolescence. *Psychological medicine*. 2006;36:299–312
- Erol, N., Sahin, N.** (1995). Fears of Children and Cultural Context: Turkish Norms. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 4,(2), 85-93.
- Erbaş, M. M.** (2017). Seçim Kuramına Dayalı Psikoeğitim Programının Ergenlerin Riskli Davranışları ve İyilik Hali Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Erkan, Z. Güçray S. Çam, S.** Ergenlerin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Ana Baba Tutumları ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi. *Çukurova üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2002; 10(10): 64-75
- Essau, C. A., Conradt, J., & Petermann, F.** (2000). Frequency, comorbidity, and psychosocial impairment of specific phobia in adolescents. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29, 221-231
- Fajardo, F.; León, B.; Felipe, E.; Polo, M.I.; Santos, E.** (2015). Mental health in Spanish minors. Socioeducational variables. *Salud Ment.* 38, 329–335.
- Ferrari, M.** (1986). Fears and Phobias in Childhood: Some Clinical and Developmental Considerations. *Child Psychiatry and Human Development*, 17,(2), 75-87.
- Flannery, D., J., Torquati, J. C., & Lindemeier, L.** (1994). The method and meaning of emotional expression and experience during adolescence. *Journal of Adolescent Research*, 9, 8-27.
- Fleming CB, Kim H, Harachi TW, Catalano RF.** Family processes for children in early elementary school as predictors of smoking initiation. *J Adolesc Health* 2002; 30: 184-9.
- Fonseca, E.; Paino, M.; Lemos, S.; Muñiz, J.** (2011). Prevalencia de la sintomatología emocional y comportamental en adolescentes españoles a través del Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). *Rev. Psicop. y Ps. Clín.* 16, 15–25.
- Freud, S.:** (1998) *Olgu Öyküleri 1: Dora ve Küçük Hans*, Çev. Ayhan Eğrilmez, İstanbul, Payel Yayınları, 295.
- Frijda, N. H.** (1986). The current status of emotion theory. *Bulletin of the British Psychological Society*, 39, 65-75.
- Galvan, A., Hare, T. A., Parra, C. E., Penn, J., Voss, H., Glover, G. ve Casey, J.** (2006). Earlier development of the accumbens relative to orbitofrontal cortex might underlie risk-taking behavior in adolescents. *The Journal of Neuroscience*, 26, 6885-6892.

- Galvan A, Hare T, Voss H, Glover G, Casey BJ.** (2007) Risk-taking and the adolescent brain: who is at risk? *Developmental Science*. 10(2):F8–F14. Epub 2007/02/09. doi: DESC579 [pii] pmid:17286837.
- Gardner M, Steinberg L.** (2005) Peer influence on risk taking, risk preference, and risky decision making in adolescence and adulthood: an experimental study. *Dev Psychol*. 41(4):625–35. Epub 2005/08/03. doi: 2005-08221-004 [pii] pmid:16060809.
- Garnefski, N., Teerds, J., Kraaij, V., Legerstee, J. & Kommer, T.** (2004). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: differences between males and females. *Personality and Individual Differences*, 36, 267–276.
- Geçtan, E.** (1998). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gençtanırım, D.** (2010). *Ergenlerde riskli davranışların yordanması*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Goldsmith HH, Lemery KS.** (2000) Linking temperamental fearfulness and anxiety symptoms: A behavior-genetic perspective.
- Goleman, D.** (2014). Duygusal zeka neden IQ'dan daha önemlidir (39. Baskı). (B.S. Yüksel, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gonzales, J. T. ve ark.,**(1994). Adolescent Perceptions of Their Risk Taking Behavior, *Adolescence*, 29(115), 393-407.
- Goossens L, Van Malderen E, Van Durme K, Braet C.** Loss of control eating in adolescents: associations with adaptive and maladaptive emotion regulation strategies. *EATING BEHAVIORS*. 2016;22:156–63.
- Gratz, K. L., & Roemer, L.** (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54.
- Greenberg, L.** (2014). The therapeutic relationship in emotion-focused therapy. *Psychotherapy*, 51(3), 350-357. <http://dx.doi.org/10.1037/a0037336>
- Gross, J. J.** (1998a). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 224 -237.
- Gross, J. J.** (1998b). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Gullone, E.** (2000). The development of normal fear: A century of research. *Clinical Psychology Review*, 20, 429-451.
- Gullone, E., King, N., J.** (1997). Three Year Follow-Up Of Normal Fear in Children And Adolescents Aged 7 To 18 Years. *British Journal Of Developmental Psychology*, 15 (1), 97-111.
- Gündoğdu, M., Korkmaz, S., Karakuş, K.** (2005). Lise öğrencilerinde risk alma davranışı, *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi* 21:151-160
- Gündüz, B. ve Çelikkaleli, Ö.** (2009). Ergen Saldırganlığında Akademik Yetkinlik İnancı, Akran Baskısı Ve Sürekli Kaygının Rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10 (2), 19-38.
- Güraksın, A., Ezmeci, T., İnandı, T., Vançelik, S. & Tufan, Y.** (1998). Erzurum il merkezinde ortaokul ve lise öğrencilerinde sigara içme sıklığı. *Atatürk Üniversitesi Tıp Dergisi*, 30, 89-93
- Gross, J.** (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291

- Gross JJ, Thompson RA.** (2007). Emotion regulation: conceptual foundations. In: Gross JJ. (ed.). *Handbook of emotion regulation*. New York: The Guilford Press; p.3-24.
- Gross, J. J., & Jazaieri, H.** (2014). Emotion, emotion regulation, and psychopathology: An affective science perspective. *Clinical Psychological Science*, 2, 387-401.
- Gross, J. J.** (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26, 1-26.
- Joseph JE, Liu X, Jiang Y, Lynam D, Kelly TH.** (2009). Neural correlates of emotional reactivity in sensation seeking. *Psychological Science* 20(2):215–23. Epub 2009/02/19. doi: PSCI2283 [pii] pmid:19222814; PubMed Central PMCID: PMC3150539.
- Haga, S. M., Kraft, P. ve Corby, E. K.** (2009). Emotion regulation: Antecedents and well-being outcomes of cognitive reappraisal and expressive suppression in cross-cultural samples. *Journal of Happiness Studies*, 10, 271-291.
- Hazler, R. J., Hoover, J. H., & Oliver, R.** (1992). What kids say about bullying. *The Executive Educator*, 14 (11), 20-22.
- Hsieh, M. ve Dopkins-Stright, A.** (2012). Adolescents' emotion regulation strategies, self-concept, and internalizing problems. *Journal of Early Adolescence*, 32, 876-901.
- Hall, S. M., Muñoz, R. F., Reus, V. I., & Sees, K. L.** (1993). Nicotine, negative affect, and depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(5), 761-767.
- Harris, K. M., Duncan, G. J., & Boisjoly, J.** (2002). Evaluating the role of “nothing to lose” attitudes on risky behavior in adolescence. *Social Forces*, 80(3), 1005-1039.
- Hartley, A. C. and Phelps, E. A** (2010). Changing Fear: The Neurocircuitry of Emotion Regulation *Neuropsychopharmacology Reviews* 35, 136–146.
- Hawkins, J. D., Catalona, R. F. ve Miller, J. Y.** (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*, 112, 64-105. doi:10.1037/0033-2909.112.1.64
- Hayes, S.C.** (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory and thirwave of behavioral cognitive therapies. *Behavior Research and Therapy*, 44 (1), 1-25.
- Heidegger, M. 1927,** (2006) *Varlık ve Zaman*, Çev. Kaan H. Ökten, İstanbul, Agora Kitaplığı, 463.
- Hetrick, A. A., Kern, L., & Dever, B. V.** (2018). Comparison of educationally labeled and nonlabeled adolescents with emotional and behavioral needs. Manuscript submitted for publication.
- Huebner AJ, Howell LW.** (2003) Examining the relationship between adolescent sexual risk-taking and perceptions of monitoring, communication, and parenting styles. *J Adolesc Health Care* 33(2): 71–8.
- Izard, C. E.** (2009). Emotion theory and research: Highlights, unanswered questions, and emerging issues. *Annual Review of Psychology*, 60(1), 1-25
- Izard, C. E., & Ackerman, B. P.** (1998). Emotions and self-concepts across the life span. In S. K. Warner & L. M. Powell (Series Eds.), *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, Vol 17. Focus on emotion and adult development (pp. 1-26). New York, NY: Springer Publishing Co.

- Irwin, C. E. Jr., & Millstein, S. G.** (1986). Biopsychosocial correlates of risk taking behaviors during adolescence. *Journal of Adolescent Health Care*, 7, 82S-96S.
- Irwin, H. J.** (1993). Belief in the paranormal: A review of the empirical literature. *Journal of the American Society for Psychical Research*, 87(1), 1-39.
- İnandı, T., Özer, C., Akdemir, A., Akoğlu, S., Babayiğit, C. Turhan, E. ve diğerleri** (2009). Violence, psychological features, and substance use in high school students in Hatay: a cross-sectional study. *Trakya univ. Tıp Fakültesi Dergisi* 26(3): 189- 196.
- Janis, I. L.** 1967.: "Effects of fear arousal on attitude change: Recent development in theory and experimental finding" *Advances in experimental social psychology* 3, Ed. By. L. Berkowitz, New York: Academic Press.
- Jessor, R. (Ed).** (1998). *New perspectives on adolescence risk behavior*. New York: Cambridge Press.
- Jessor, R.** (1992). Risk behavior in adolescence: A psychosocial framework for understanding and action. *Developmental Review*, 12, 374-390.
- Jessor, R., Donovan, J. E., & Costa, F. M.** (1994). *Beyond adolescence: Problem behaviour and young adult development*. Cambridge University Press.
- Jimerson, S. R. ve Ferguson, P.** (2007). A longitudinal study of grade retention: Academic and behavioral outcomes of retained students through adolescence. *School Psychology Quarterly*. 22 (3), 314-339.
- Jokela, M., Power, C., & Kivimäki, M.** (2009). Childhood problem behaviors and injury risk over the life course. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(12), 1541-1549.
- Kagan K.**, *Des idées reçues en psychologie*, Paris, Odile Jacob, 2000
- Kann, L., McManus, T., Harris, W. A., Shanklin, S. L., Flint, K. H., Hawkins, J., Whittle, L.** (2015). Youth risk behavior surveillance-United States, MMWR: Surveillance Summaries, 65(6), 1-174.
- Kalichman SC, Heckman T, Kelly JA.** (1996) Sensation seeking as an explanation for the association between substance use and HIV-related risky sexual behavior. *Arch Sex Behav*, 25:141-154
- Kazdin AE.** Treatment of antisocial behavior in children: Current status and future directions. *Psychological Bulletin* 1987;102(2):187- 203.
- Kendler KS, Myers J, Prescott CA, Neale MC:** The genetic epidemiology of irrational fears and phobias in men. *Arch Gen Psychiatry* 2001; 58:257-265
- Keskin, S. P.** (2011). Anksiyete Nedir? / Beyinde Anksiyete N. B., Ağmal ve B., Ünlü, (Ed.). *Çocuk Davranışlarındaki Korkuyu Tanımak ve Baş Etmek* (s. 38-43). İstanbul: Boyut Yayıncılık
- Kessler RC, Berglund P, Demler O, Jin R, Walters EE.** Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Arch Gen Psychiatry*. 2005;62:593-602
- Kıran- Esen, B.** (2003) Akran baskısı, akademik başarı ve yaş değişkenlerine göre lise öğrencilerinin risk alma davranışlarının yordanması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 24: 79-85.
- Kıran- Esen, B.** (2002) Akran baskısı düzeyleri ve cinsiyetlerine göre öğrencilerin risk alma davranışı ve okul başarılarının incelenmesi *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 20(2): 21-22.
- Koole, S. L.** (2009). The psychology of emotion regulation: an integrative review. *Cognition and Emotion*, 23 (1), 4-41.

- Kierkegaard, S.:** 1844, 2004 Kaygı Kavramı, Çev. Hasan Ali Yücel, İstanbul, Hece Yayınları, 240.
- Kulaksızoğlu, A.** Ergenlik Psikolojisi, İstanbul, Remzi Kitapevi Yay., 1.Baskı, 1998.
- Kuşat, A.** (2011). Bedensel ibadetlere psikofizyolojik bir yaklaşım. İlahiyat Fakültesi Dergisi, 13(2), 21-36.
- Kuru, D. G.** (2010) Ergenlerde Riskli Davranışların Yordanması Doktora Tezi Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı
- Kring, A. M., & Sloan, D. M.** (2010). Emotion regulation and psychopathology. New York: The Guilford Publications.
- Lagana, M.T.** (2004). Protective factors for inner-city adolescents at risk of school dropout: family factors and social support. Children & Schools. 26 (4): 211-220.
- Lahikainen, A.R., Kraav, I.** (1996). Framing Children's Insecurity in Postmodern Society. In J. Hamalainen, R. Vornanen, J., Laurinkari (Eds.), Social Work And Social Security in A Changing Society. Augsburg : Maroverlag, 111-121.
- Laird, J., DeBell, M., and Chapman, C.** (2006). Dropout Rates in the United States: 2004 (NCES 2007-024). National Center for Education Statistics, Institute of Education Sciences, U.S. Department of Education. Washington, DC.
- Larson, R., & Asmussen, L.** (1991). Anger, worry, and hurt in early adolescence: An enlarging world of negative emotions. In M. E. Colten & S. Gore (Eds.), Adolescent stress: Causes and consequences (pp. 21-41). Hawthorne, NY: Aldine De Gruyter.
- LeDoux J. E.** (2012). Rethinking the emotional brain. Neuron, 73(4), 653-676.
- Lee, T. M. C., Ng, E. H. H., Tang, S. W., & Chan, C. C. H.** (2008). Effects of sad mood on facial emotion recognition in Chinese people. Psychiatry Research, 159, 37-43.
- León-del-Barco, B., Mendo-Lázaro, S., Polo-del-Río, M. And López-Ramos, V. M.** (2019) Parental Psychological Control and Emotional and Behavioral Disorders among Spanish Adolescents International Journal of Environmental Research and Public Health 16, 507; 2-13.
- Lerner, J.S., Keltner D.** (2001). Fear, Anger, and Risk. Journal of Personality and Social Psychology, 81(1), 146–159.
- Lichtenstein, P., & Annas, P.** (2000). Heritability and prevalence of specific fears and phobias in childhood. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 41, 927–937.
- Lindberg, L.D., Boggess, S., Porter, L. ve Williams, S.** (2000). Teen risk taking: A statistical portrait.
- Linehan MM.** Cognitive behavioral treatment of borderline personality disorder. New York: Guilford Press; 1993.
- Ludden, B.A.** (2012). Social goals, social status, and problem behavior among low achieving and high-achieving adolescents from rural schools. Journal of Research in Rural Education, 27(7), 1-16.
- Madigan S, Brumariu LE, Villani V, Atkinson L, Lyons-Ruth K.** Representational and questionnaire measures of attachment: A metaanalysis of relations to child internalizing and externalizing problems. Psychological Bulletin 2016;142(4):367-99.

- Mahat, G., Scoloveno, M.A.ve Cannela, B.** (2004). Comparison of Children's Fears of Medical Experiences Across Two Cultures. *Journal of Pediatric Health Care*, 18 (6), 302-307.
- Markham, C. M., Lormand, D., Gloppen, K. M., Peskin, M. F., Flores, B., Low, B., & House, L. D.** (2010). Connectedness as a predictor of sexual and reproductive health outcomes for youth. *Journal of Adolescent Health*, 46(3), 23-41.
- Marks, I.M.** (1987a). Fears, Phobias, and Rituals. Panic, Anxiety and Their Disorders. New York, Oxford : Oxford University Press.
- Marks, I.M.** (1987b). The Development of Normal Fear : A Review . *Journal of Child Psychology, Psychiatry, Allied Disciplines*, 28, (5), 667-697.
- Masten AS, et al.** Developmental cascades: Linking academic achievement and externalizing and internalizing symptoms over 20 years. *Developmental Psychology* 2005; 41(5):733-46.
- Matthews, G., Deary, I. J., & Whiteman, M. C.** (2003). Personality traits (2nd ed.). New York, NY, US: Cambridge University Press
- May, David. C. J. D. Nichols, ve P. L. Eltzroth.;** (1999). Risky Behaviors Among Adolescents in the Midwest: Personal Gratification or Peer Pressure?, Paper Presented at American Educational Research Association. Canada.
- McKenzie, K.** (2005). Anksiyete ve Panik Atak, (Ü. Şensoy, Çev.) İstanbul: Morpa Kültür Yayınları
- McRae, K., Gross, J. J., Weber, J., Robertson, E. R., Sokol-Hessner, P., Ray, R. D., Gabrielli, J. D. E. ve Ochsner, K. N.** (2012). The development of emotion regulation: An fMRI study of cognitive reappraisal in children, adolescents, and young adults. *Scan*, 7, 11-22.
- Mennin, D. S., Heimberg, R. G., Turk, C. L. ve Fresco, D. M.** (2004). Preliminary evidence for an emotion dysregulation model of generalized anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 1281–1310.
- Michael, S. L., Merlo, C. L., Basch, C. E., Wentzel, K. R., & Wechsler, H.** (2015). Critical connections: Health and academics. *Journal of School Health*, 85(11), 740-758.
- Monahan, K. C., Steinberg, L., & Cauffman, E.** (2009). Affiliation with antisocial peers, susceptibility to peer influence, and antisocial behavior during the transition to adulthood. *Developmental Psychology*, 45(6), 1520-1530.
- Moeller FG, Barratt ES, Dougherty DM, Schmitz JM, Swann AC.** (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. *The American journal of psychiatry*. 158(11):1783–93. pmid:11691682
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L. D., Myers, S. S. ve Robinson, L. R.** (2007). The role of family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16, 361-388.
- Mullins, D. T., & Duke, M. P.** (2004). Effects of social anxiety on nonverbal accuracy and response time I: Facial expressions. *Journal of Nonverbal Behavior*, 28, 3-33.
- Muris, P.** (2007). Normal and Abnormal Fear and Anxiety in Children and Adolescents. Amsterdam; Boston, Elsevier.
- Muris, P., Ollendick T.,H.** (2002). The Assessment of Contemporary Fears in Adolescents Using A Modified Version of The Fear Survey Schedule for Children – Revised. *Anxiety Disorders*, (16), 567-584.
- Musitu, G.; Callejas, J.E.** (2017). El modelo de estrés familiar en la adolescencia: MEFAD. *Intern. J. Dev. Educ. Psych.*, 1, 11–19.

- Muus, R.E.** (1975). *Theories of Adolescence*. 3. Baskı, Random House, New York.
- Nader, K. O.** (1997). Childhood traumatic loss: The interaction of trauma and grief. In C. R. Figley, B. E. Bride, & N. Mazza (Eds.), *Death and trauma: The traumatology of grieving* (pp. 17–41). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Niedenthal, P. M. Krauth-Gruber, S., & Ric, F.** (2006). *Psychology of emotion: interpersonal, experiential and cognitive approaches*. (pp: 96-103). Psychology Press, New York.
- Nock, M. K.** (2009). Why do people hurt themselves? New insights into the nature and functions of self-injury. *Current Directions in Psychological Science*, 18, 78-83.
- Ochsner KN, Bunge SA, Gross JJ, Gabrieli JD.** (2002). Rethinking feelings: an fMRI study of the cognitive regulation of emotion. *J Cogn Neurosci* 14: 1215-1229.
- Ochsner KN, Gross JJ.** (2008). Cognitive emotion regulation: insights from social, cognitive and affective neuroscience. *Cur Dir Psych Sci* 17: 153-158.
- Orvin, G.H.** *Understanding the Adolescent*. Washington: American Psychiatric Press, 1995.
- Ollendick, T.H., King, N. J.** (1994). Fears and Their Level of Interference in Adolescents. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 635–638.
- Ögel, K.** (2007). Riskli davranışlar gösteren çocuk ve ergenler alanda çalışanlar için bilgiler. İstanbul: Yeniden Sağlık ve Eğitim Derneği.
- Öhman, A.** (2000). Fear and Anxiety: Evolutionary, Cognitive and Clinical Perspectives. In M. Lewis And J.,M., Haviland-Jones (Eds.), *Handbook Of Emotions*. New York, London, The Guilford Press:
- Öhman, A., Mineka, S.** (2001). Fears, Phobias, and Preparedness: Toward an Evolved Module of Fear, and Fear Learning. *Psychological Review*, 108,(3), 483-522.
- Öncel, S , Gebizlioğlu, Ö , Alioğlu, F .** (2011). Risk factors for smoking behavior among university students. *Turkish Journal of Medical Sciences*, 41 (6), 1071-1080. Retrieved from <http://dergipark.org.tr/tbtkmedical/issue/12301/147187>
- Özmen, O.** (2006), Predictors Of Risk-Taking Behaviors Among Turkish Adolescents. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Öztürk-Kılıç, E.** (1994). Ergenlik döneminde aile ve arkadaş ilişkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 5 (2), 113-118.
- Petersen, A. C., & Hamburg, B. A.** (1986). Adolescence: A developmental approach to problems and psychopathology. *Behavior Therapy*, 17, 480-499.
- Peterson FL, Walker L, Whatt TJ, Rheinboldt K, White C, Hogkinson M.** (2003). Evidence-Based Sexuality Education. American Public Health Association. Annual Conference San Francisco, California.
- Phelps EA, LeDoux JE** (2005). Contributions of the amygdala to emotion processing: from animal models to human behavior. *Neuron* 48: 175-187.
- Plotnik, R.** (2009). Psikolojiye giriş. (T. Geniş, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayıncılık.
- Ponnet, K.** (2014). Financial stress, parent functioning and adolescent problem behavior: An actor-partner interdependence approach to family stress processes in low-, middle-, and high-income families. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(10), 1752-1769.
- Ponnet, K., Van Leeuwen, K., Wouters, E., & Mortelmans, D.** (2015). A family

- system approach to investigate family-based pathways between financial stress and adolescent problem behavior. *Journal of Research on Adolescence*, 25(4), 765-780.
- Poulton, R., & Menzies, R. G.** (2002b). Non-associative fear acquisition: A review of the evidence from retrospective and longitudinal research. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 127-149.
- Rachman, S.** (1977). The Conditioning Theory of Fear Acquisition : A Critical Examination. *Behaviour Research and Therapy*, 15, 375-387.
- Rachman, S.** (2004). *Anxiety*. Psychology Press, Taylor and Francis Group New York.
- Rasberry, C. N., Tiu, G. F., Kann, L., McManus, T., Michael, S. L., Merlo, C. L., Ethier, K.A.** (2017). Health-related behaviors and academic achievement among high school students—United States, 2015. *MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report*, 66(35), 921-927.
- Rauch SL, Shin LM, Phelps EA.** (2006). Neurocircuitry models of posttraumatic stress disorder and extinction: human neuroimaging research—past, present, and future. *Biol Psychiatry* 60: 376-382.
- Reniers RL, Beavan A, Keogan L, Furneaux A, Mayhew S, Wood SJ.** (2016). Is it all in the reward? Peers influence risk-taking behaviour in young adulthood. *British journal of psychology* (London, England: 1953). In Press. Epub 2016/03/19. pmid:26990740.
- Reid, K.** (1999). *Truancy in schools*. Routledge Falmer.
- Reid, K.** (2003). The search for solutions to truancy and other forms of school absenteeism. *Pastoral Care*, 21 (1), 3-9.
- Reininger B.M., Evans A.E., Valois R.F., Griffin S.F., Vincent M.L., Taylor D.J. and Zullig K.J.** (2003). 'Development of a youth survey to measure risk behaviors, attitudes and assets: Examining multiple influences'. *Health Education: Research Theory & Practice* 18(4): 461-476
- Reuterskiöld, L.** (2009). *Fears, anxieties and cognitivebehavioral treatment of specific phobias in youth* Stockholm University
- Rey Pena, L. & Extremera Pacheco, N.** (2012). Physical-verbal aggression and depression in adolescents: The role of cognitive emotion regulation strategies. *Univ Psychol*, 11(4), 1245-1254.
- Reyna, V. F., & Farley, F.** (2006). Risk and rationality in adolescent decision making: Implications for theory, practice, and public policy. *Psychological Science in the Public Interest*, 7(1), 1-44.
- Rudasill, K. M., Reio, T. G., Stipanovic, N., & Taylor, J. E.** (2010). A longitudinal study of student-teacher relationship quality, difficult temperament, and risky behavior from childhood to early adolescence. *Journal of School Psychology*, 45(5), 389-412.
- Rumberger, R. W.** (1995). Dropping out of middle school: A multilevel analysis of students and schools. *American Educational Research Journal*, 32(3), 583-625.
- Sarver, D. E., McCart, M. R., Sheidow, A. J., & Letourneau, E. J.** (2014). ADHD and risky sexual behavior in adolescents: Conduct problems and substance use as mediators of risk. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(12), 1345-1353.
- Scherer KR.** (2005). What are emotions? And how can they be measured? *Soc Sci Inf* 44: 695-729

- Scherer, K. R.** (2007). Component models of emotion can inform the quest for emotional competence. In G. Matthews, M. Zeidner, & R. D. Roberts (Eds.), *The science of emotional intelligence: Knowns and unknowns* (pp. 101-126). New York: Oxford University Press.
- Schreiber, L. R. N., Grant, J. E. ve Odlaug, B. L.** (2012). Emotion regulation and impulsivity in young adults. *Journal of Psychiatric Research*, 46, 651-658.
- Schultz, D.P., Schultz, S. E.** (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*, Çev. Yasemin Aslay, 1. Baskı, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 696.
- Schwarz, N.** (2000). Emotion, Cognition, and Decision Making. *Cognition and Emotion*, 14 (4), 433-440. doi: 10.1080/026999300402745.
- Segal, J.** (1999). *Korkusuz Yaşamak*, Çev. Murat Kartal, İstanbul, Mavi Psikoloji yayınları, 2. Basım, 86, 146.
- Shore, G.N., Rapport, M.D.** (1998). The Fear Survey Schedule for Children-Revised (FSSC-HI): Ethnocultural Variations in Children Fearfulness. *Journal of Anxiety Disorders*, 12, (5), 437-461.
- Somayaji, D.** (2003). Acculturation and adolescent risk taking behavior. An unpublished Thesis: Buffalo, New York.
- Siegel, A.W., Cousins, J.H., Rubovits, D. S., Parsons, J. T., Lavery, B., & Crowley, C. L.** (1994). Adolescents' perceptions of the benefits and risks of their own risktaking. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 2(2), 89-98.
- Siyez, D. M.** (2009). Ergenlerde problem davranışlar okul temelli önleme çalışmaları ve ilgili uygulama örnekleri. Ankara: Pegem Akademi
- Siyez, D. M.** (2013). Ergenlerde problem davranışlar (4.baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Siyez, D. M., & Aysan, F.** (2007). Ergenlerde görülen problem davranışların psiko-sosyal risk faktörleri ve koruyucu faktörler açısından yordanması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 145-171.
- Silverman, W. K., Kurtines, W. M., Ginsburg, G. S., Weems, C. F., Rabian, B., & Serafini, L. T.** (1999). Contingency management, self-control, and education support in the treatment of childhood phobic disorders: A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67, 675-687.
- Smith, C., & Lazarus, R.** (1990). Emotion and adaptation: In Pervin, L. A., (Ed.). *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 609-637). New York: Guilford Press.
- Steinberg L, Cauffman E.** (1996). Maturity of judgment in adolescence: Psychosocial factors in adolescent decision making. *Law Hum Behav*. 20(3):249-72.
- Steinberg, L.** (2008). A social neuroscience perspective on adolescent risk-taking. *Developmental Review*, 25(1), 78-106.
- Steinberg, L.** (2004). Risk taking in adolescence: What changes, and why? In R. E. Dahl, & L. P. Spear (Eds), *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1021. Adolescent brain development: Vulnerabilities and opportunities (pp. 51-58). New York, NY: New York Academy of Sciences.
- Steinhausen, H.-C., Metzke, CW., Meier, M., & Kannenberg, R.** (1998). Prevalence of child and adolescent psychiatric disorders: The Zürich epidemiological study. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 98, 262-271.
- Stuss, D.T., & Benson, D.F.** (1986). *The frontal lobes*. New York: Raven Press.

- Suveg, C., ve Zeman, J.** (2004). Emotion regulation in children with anxiety disorders. 90 *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33(4), 750-759.
- Şenol, S.** (2006). *Korkular: Gelişimsel Anlamı ve Tedavisi*, İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Tamar, M., Ögel, K.** (1997). *Ergenlik döneminde madde kullanımı*. İzmir: Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları.
- Tangney, J. P., & Dearing, R. L.** (2002). *Emotions and social behavior. Shame and guilt*. New York, NY, US: Guilford Press.
<http://dx.doi.org/10.4135/9781412950664.n388>
- Taylor, S.** (1998). The Hierarchic Structure of Fears. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 205-214
- Telef, B.B.** (2014). “Ergenlerde Olumlu ve Olumsuz Duygular ile Riskli Davranışlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 22, 591-604.
- Thompson, R. A.** (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*, 3, 169-307.
- Thompson, R. A.** (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52.
- Thompson, R. A. ve Goodman, M.** (2010). Development of emotion regulation: More than meets the eye. A. M. Kring ve D. M. Sloan (Der.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* (ss. 38-58). New York, USA: The Guilford Press.
- Torgersen, S.** (1979). The nature and origin of common phobic fears. *The British Journal of Psychiatry*, 134, 343-351.
- Trotter, B.B.** Coparental Conflict, Competition and cooperation and parents' perceptions of their children's social-emotional well-being following marital separation. Unpublished doctorate dissertation. Tennessee Üniversitesi in Knoxville, 1989.
- Tuna, İ.**, 2018, *Annenin Bağlanma Stili ile Çocuk Yetiştirme Tutumu İlişkisinin İncelenmesi*, yüksek lisans tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tuna, Z.O.**, 2015, *Üniversite Öğrencilerinde Riskli Davranışların Dürtüsellik ve Üstbilişsel İnançlar ile İlişkisi*, İstanbul Bilim Univ., Sos.Bil.Ens. Psikoloji ABD., Y. L. Tezi
- Tymula A, Rosenberg Belmaker LA, Roy AK, Ruderman L, Manson K, Glimcher PW, et al.** (2012). Adolescents' risk-taking behavior is driven by tolerance to ambiguity. *Proc Natl Acad Sci U S A*. 109(42):17135–40. Epub 2012/10/03. doi: 1207144109 [pii] pmid:23027965; PubMed Central PMCID: PMC3479478.
- Udry, J. R.** (1988). Biologic predispositions and social control in adolescent sexual behavior. *American Sociological Review*, 53, 709-722.
- Vatan, S.** (2014). *Duyguların, duygu düzenlemenin, obsesif inançların düşünce kontrolünün ve bağlanmanın, obsesif kompulsif bozukluktaki farklı belirtilerdeki rollerinin incelenmesi*. (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Villodas, F., Villodas, M. T. & Roesch, S.** (2011). Examining the factor structure of the positive and negative affect schedule (panas) in a multiethnic sample of adolescents. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 44, 193-203.

- Walden TA, Smith MC.** Emotion regulation. *Motiv Emot* 1997;21:7-25.
- Wang, M. T., & Eccles, J. S.** (2012a). Adolescent behavioral, emotional, and cognitive engagement trajectories in school and their differential relations to educational success. *Journal of Research on Adolescence*, 22(1), 31-39.
- Weden, M. M., & Zabin, L. S.** (2005). Gender and ethnic differences in the co-occurrence of adolescent risk behaviors. *Ethnicity and Health*, 10(3), 213-234.
- Wickless C, Kirsch I.** (1988). Cognitive correlates of anger, anxiety, and sadness. *Cognitive Therapy and Research*, 12: 367-377.
- Widman, L., Choukas-Bradley, S., Helms, S. W., & Prinstein, M. J.** (2016). Adolescent susceptibility to peer influence in sexual situations. *Journal of Adolescent Health*, 55(3), 323-329.
- Wittchen, H.-U., Nelson, C. B., & Lachner, G.** (1998). Prevalence of mental disorders and psychosocial impairments in adolescents and young adults. *Psychological Medicine*, 28, 109-126
- Wormington, S. V., Anderson, K. G., Schneider, A., Tomlinson, K. L., & Brown, S. A.** (2016). Peer victimization and adolescent adjustment: Does school belonging matter? *Journal of School Violence*, 15(1), 1-21.
- Young, P. T.** (1994). *Feeling and emotion*. New York: John Wiley & Sons.
- Yılmaz, T.** (2000). Ergenlerde risk alma davranışlarının incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yurtsever, Z.** (2011). Üniversite gençlerinde riskli davranışlar. (Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi. Kayseri
- Zehe, J. M., Colder, C. R., Read, J. P., Wiczorek, W. F. ve Lengua, L. J.** (2013). Social and generalized anxiety symptoms and alcohol and cigarette use in early adolescence: The moderating role of perceived peer norms. *Addictive behaviors*, 38(4), 1931-1939.
- Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C. ve Stegall, S.** (2006). Emotion regulation in children and adolescents. *Developmental and Behavioral Pediatrics*, 27, 155-168
- Zhao, J.** (2006). The effects of induced positive and negative emotions on risky decision making. Thesis presented at the 28th Annual Psychological Society of Ireland Student Congress, Maynooth, Ireland.
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Helfand, M.** (2008). Ten years of longitudinal research on U.S. adolescent sexual behavior: Developmental correlates of sexual intercourse, and the importance of age, gender and ethnic background. *Developmental Review*, 28 (2), 153-224.
- Zuckerman M.** (2007) *Sensation Seeking and Risky Behavior*. Washington, DC, American Psychological Association.
- Zuckerman M.** , *Behavioral expression and biosocial bases of sensation seeking* , 1994 New York Cambridge University Press



EKLER

Ek. 1 : Kişisel Bilgi Formu

Ek. 2: Riskli Davranışlar Ölçeği

Ek. 3: Korku Tarama Ölçeği

Ek. 4: Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)

Ek. 5: Korku Tarama Ölçeği İzin Talebi

Ek. 6: Riskli Davranışlar Ölçeği İzin Talebi

Ek. 7: Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği İzin Talebi

Ek. 8: Etik Kurul Raporu

Ek. 1 : Kişisel Bilgi Formu

Sayın Katılımcı,

İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji Bölümü’nde akademik çalışma yürütmekteyiz. Katılmayı kabul ettiğiniz takdirde size verilen anketi yaklaşık otuz dakika süresince dolduracaksınız. Çalışmada madde sayısı çok olmakla birlikte anket çabuk ve kolay bir biçimde tamamlanabilmektedir. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur, size en uygun şıkkı işaretlemeniz yeterli olacaktır. Dolduracağınız anketlerde cevaplarınız kesinlikle gizli tutulacak ve bu cevaplar sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır. Çalışmada sizi rahatsız eden sorular olursa istediğiniz aşamasında katılımcılıktan ayrılma hakkına sahipsiniz.

Katkılarınız için teşekkür ederim

1. Cinsiyetiniz: Kız ☐ Erkek ☐

2. Yaş 14-16 ☐ 17-19 ☐

3. Okulunuzun türü:

Anadolu ☐

Nitelikli Lise ☐

Mesleki Anadolu ☐

4. Not ortalamanız:

0-44 ☐ 45 -54 ☐ 55-69 ☐

70-84 ☐ 85-100 ☐

5. Hiç sınıfta kaldınız mı?

☐ kalmadım

☐ 1 sene kaldım

☐ 2 sene kaldım

☐ 3 ve daha fazla sene kaldım

6. Disiplin cezası aldınız mı?

☐ Almadım

☐ Aldım

(.....)

7. Bu seneki okula devamsızlık yaptınız mı? Yaptınız ise kaç gün(raporsuz olarak)

☐ Devamsızlık yapmadım

☐ 1-6

☐ 7-12

☐ 13 veya daha fazla

8. Kendinizi hangi sosyoekonomik düzeyde değerlendirebilirsiniz?

☐ Alt ☐ Orta ☐ Üst

9. Üniversiteye gitmeyi istiyor musun?

☐ Evet ☐ Hayır

10. Anne-babanızın birliktelik durumu:

İkisi de sağ, birlikte ☐

İkisi de sağ, ayrı ☐

Sadece anne sağ ☐

Sadece baba sağ ☐

İkisi de sağ değil ☐

11. Annenizin çalışma durumu nedir?

☐ Çalışıyor ☐ Çalışmıyor ☐ Emekli

12. Babanızın çalışma durumu nedir?

☐ Çalışıyor ☐ Çalışmıyor ☐ Emekli

13. Annenizin eğitim düzeyi:

☐ Okur-yazar değil

☐ Ortaokul mezunu

☐ Lise mezunu

☐ Üniversite mezunu

14. Babanızın eğitim düzeyi:

☐ Okur-yazar değil

☐ Okur-yazar

☐ Ortaokul mezunu

☐ Lise mezunu

☐ Üniversite mezunu

Ek. 2: Riskli Davranışlar Ölçeği

	Kesinlik Le	Uygun Uygun	Kısmen Uygun	Uygun Uygun	Kesinlik Le
1. Arkadaşlarımla ağız kavgası yaptığım olur.	()	()	()	()	()
2. Arkadaşlarımla küfürlü konuşurum.	()	()	()	()	()
3. Çevremdekilerin eşyalarını izinsiz olarak alırım.	()	()	()	()	()
4. Eğlence olsun diye arkadaşlarımla canını acıtmaktan hoşlanırım	()	()	()	()	()
5. Hakkımı kavga ederek savunurum.	()	()	()	()	()
6. Arkadaşlarımla tartıştığımda ağzıma geleni söylerim.	()	()	()	()	()
7. Arkadaşlarıma kantinden zorla bir şeyler ısmarlatırım.	()	()	()	()	()
8. Alkol kullandığımda sıkıntılarımla hafiflediğini hissediyorum	()	()	()	()	()
9. Cesaretimi toplamak için alkol aldığım olur.	()	()	()	()	()
10. Okula alkollü olarak geldiğim olur.	()	()	()	()	()
11. Eğlence mekanlarına gidip alkol alırım.	()	()	()	()	()

12. Kendimi daha iyi hissetmek için alkol kullanırım	()	()	()	()	()
13. Ailemden gizli arkadaşlarımla alkol içmek için dışarı çıkarım.	()	()	()	()	()
14. Kontrolümü kaybedecek kadar alkol kullandığım olur.	()	()	()	()	()
15. Sigara kullanıyorum.	()	()	()	()	()
16. Okulda sigara içebilirim.	()	()	()	()	()
17. Evde sigara içebilirim.	()	()	()	()	()
18. İsteddiğimde kolaylıkla sigara alabilirim.	()	()	()	()	()
19. Canım sıkıldığında sigara içerek rahatlarım.	()	()	()	()	()
20. En yakın arkadaşım sigara kullanıyor.	()	()	()	()	()
21. Kendime olan güvenim tamdır.	()	()	()	()	()
22. Sabahları mutsuz bir şekilde uyanıyorum.	()	()	()	()	()
23. Sorunlarım karşısında kendimi çaresiz hissediyorum.	()	()	()	()	()
24. Karamsar biriyim.	()	()	()	()	()
25. Ders aralarında kantinden aldıklarımı yerim.	()	()	()	()	()
26. Her gün meşrubat içerim.	()	()	()	()	()

27. Çoğunlukla fast-food yiyecekler tükettirim.	()	()	()	()	()
28. Abur cubur yemekten hoşlanırım.	()	()	()	()	()
29. Çoğunlukla ev dışında yemek yerim.	()	()	()	()	()
30. Okulu bırakmayı düşünüyorum.	()	()	()	()	()
31. Bir an önce okulu bırakıp evlenmek istiyorum.	()	()	()	()	()
32. Evde yapmam gereken işlerden dolayı okula gidemiyorum.	()	()	()	()	()
33. Birkaç yıl okula ara vermek istiyorum.	()	()	()	()	()
34. Arkadaşlarımın birçoğu okula gitmiyor.	()	()	()	()	()
35. Okuldan ayrılıp bir an önce bir işte çalışmaya başlamak istiyorum.	()	()	()	()	()
36. Okulda başarılı olmam bana bir fayda sağlamayacaktır.	()	()	()	()	()

Ek. 3:Korku Tarama Ölçeği

	Hiç Korkmam	Biraz Korkarım	Çok Korkarım
1. Çetelerden	()	()	()
2. Gerilim veya korku filmlerinden	()	()	()
3. Bir yerimin kesilmesinden veya yaralanmaktan	()	()	()
4. Büyük, vahşi hayvanlardan (ayılar, kurtlar vb.)	()	()	()
5. Öğretmenim tarafından çağrılmaktan	()	()	()
6. Öldürülmek veya cinayete kurban gitmekten	()	()	()
7. Hatalar yapmaktan	()	()	()
8. Mikroplardan veya ciddi bir hastalığa yakalanmaktan	()	()	()
9. Korkunç yerlerden (mezarlıklar vb.)	()	()	()
10. Başkaları tarafından eleştirilmekten	()	()	()
11. Okulda hastalanmaktan	()	()	()
12. Silahlardan	()	()	()
13. Gürültülü seslerden(siren, çığlık, hayvan sesleri vb)	()	()	()
14. Sınav olmaktan	()	()	()
15. Kaçırılmaktan	()	()	()
16. Arı sokmasından	()	()	()
17. Bombalı saldırılardan	()	()	()
18. Lunaparktaki eğlence araçlarına binmekten *	()	()	()
19. Kan görmekten	()	()	()
20. Sınavda başarısız olmaktan	()	()	()
21. Suda boğulmaktan	()	()	()
22. Dişçiye gitmekten	()	()	()
23. Okul müdürüne gönderilmekten	()	()	()
24. Elektrik çarpmasından	()	()	()
25. Selden veya kasırgadan	()	()	()
26. Yarasalardan veya kuşlardan	()	()	()

	Hiç Korkmam	Biraz Korkanım	Çok Korkanım
27. Düşük not almaktan	()	()	()
28. Yılanlardan	()	()	()
29. Kâbuslardan	()	()	()
30. Farelerden	()	()	()
31. Başkalarından farklı giyinmek zorunda kalmaktan	()	()	()
32. Yangından / yanmaktan	()	()	()
33. Aile üyelerinden birinin ölmesinden	()	()	()
34. Doktora gitmekten	()	()	()
35. Nefes alamamaktan	()	()	()
36. Doktor veya hemşirenin iğne yapmasından	()	()	()
37. Yabancı veya vahşi görünümlü köpeklerden (pitbul vb)	()	()	()
38. Yüksek yerlerden düşmekten	()	()	()
39. Yabancı bir yerde kaybolmaktan	()	()	()
40. Yabancılardan veya garip görünümlü insanlardan	()	()	()
41. Dalga geçilmekten (ismim, görünüşüm ile ilgili)	()	()	()
42. Karanlıkta uyumaktan	()	()	()
43. Karanlık yerlerden	()	()	()
44. Sevmediğim bir şeyi yemek zorunda kalmaktan*	()	()	()
45. Araba veya kamyon çarpmasından	()	()	()
46. Yalnız olmaktan	()	()	()
47. Kapalı yerlerden(asansörler, küçük odalar, vb.)	()	()	()
48. Kertenkelelerden	()	()	()
49. Babam tarafından cezalandırılmaktan	()	()	()
50. Depremlerden	()	()	()
51. Bakıcıyla evde kalmaktan*	()	()	()
52. Hastaneye gitmekten	()	()	()
53. Evimize hırsız girmesinden	()	()	()
54. Örümceklerden veya hamamböceklerinden	()	()	()
55. Yeni bir şey yapmaktan	()	()	()
56. Annemin babamın beni eleştirmesinden (aptal, vb)	()	()	()
57. AIDS'den	()	()	()
58. Takip edilmekten veya izlenmekten	()	()	()

	Hiç Korkmam	Biraz Korkarım	Çok Korkarım
59. Solucanlardan veya salyangozlardan	()	()	()
60. Büyük bir kalabalıkta olmaktan	()	()	()
61. Kendi ölümünden	()	()	()
62. Birisiyle ilk kez buluşmaktan	()	()	()
63. Okula gitmekten	()	()	()
64. Annem tarafından cezalandırılmaktan	()	()	()
65. Sınıfımın önünde konuşmaktan	()	()	()
66. Uçağa binmekten	()	()	()
67. Kesici / Keskin aletlerden (bıçak vb)	()	()	()
68. Köpekbalıklarından	()	()	()
69. Bir topluluk karşısında bir gösteri yapmaktan	()	()	()
70. Ölümünden veya ölümlerden	()	()	()
71. Nükleer savaştan	()	()	()
72. Hayaletlerden veya ürpertici şeylerden (cinler, vb..)	()	()	()
73. Yıldırımdan veya şimşekten	()	()	()
74. Karanlık odalardan	()	()	()
75. Tecavüze uğramaktan	()	()	()
76. Uyuşturucu maddelerden	()	()	()
77. Karne almaktan	()	()	()
78. Anne babamın tartışmasından	()	()	()
79. Yüksek yerlerden	()	()	()
80. Ailemin utanmasından veya ailem tarafından utandırılmaktan	()	()	()
81. Aptal gibi görünmekten (uyumsuz giyinerek vb)	()	()	()
82. Evde yalnız olmaktan	()	()	()
83. Kavgaya etmekten	()	()	()
84. Sert oyunlar oynamaktan	()	()	()

Orijinal Ölçek toplamı 84 madde faktör analizi sonucunda m. yükü .30 un altındaki 3 madde çıkarılmıştır.(18. madde, 44. madde, 51.madde) 81 madde olmuştur.

Ek. 4: Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)

Yaşamda zaman zaman insanların başlarına olumsuz, hoş olmayan olaylar gelir ve bu olaylara bazı tepkiler verilir. Bu tepkilerin bazıları düşüncelerle ilgili iken bazıları ise davranışlarla ilgilidir. Lütfen aşağıdaki her bir ifadeyi dikkatlice okuyarak, sıkıntı verici, olumsuz bir olay yaşadığınızda cümlede verilen durum veya davranışı ne sıklıkla yaptığınızı size en uygun olan seçeneğe çarpı işareti (X) koyunuz. Lütfen her ifade için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız. “Başıma olumsuz bir olay geldiğinde;		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
1	Duruma ilişkin düşüncelerimi yeniden gözden geçiririm.	()	()	()	()	()
2	Duruma ilişkin amaçlarımı veya planlarımı yeniden gözden geçiririm, düşünürüm.	()	()	()	()	()
3	Durum üzerinde düşünüp anlamaya çalışırım.	()	()	()	()	()
4	Bir dahaki sefere neyi daha iyi yapabileceğimi düşünürüm.	()	()	()	()	()
5	Öfkemi/üzüntümü sözel olarak (örn. bağırarak, tartışarak gibi) başkalarından çıkarırım.	()	()	()	()	()

6	Öfkemi/üzüntümü fiziksel olarak (örn. kavga etmek, vurmak gibi) başkalarından çıkarırım.	()	()	()	()	()
7	Başkalarını kötü hissettirmeye çalışırım (örn. kaba davranarak, onları görmezden gelerek).	()	()	()	()	()
8	Başkalarına zorbalık yaparım (örn. alay etmek, itmek, dedi kodu yapmak gibi).	()	()	()	()	()
9	Öfkemi/üzüntümü etrafımdaki eşyalardan çıkarırım.	()	()	()	()	()
10	Kendime zarar verecek veya kendimi cezalandıracak bir şey yaparım.	()	()	()	()	()
11	Bazı düşünceler ve duygular sürekli kafamı meşgul eder (örn. aynı şeyi düşünür dururum).	()	()	()	()	()
12	Başkalarının benden iyi durumda olduğunu düşünerek kendimi daha kötü hissederim.	()	()	()	()	()
13	Duygularımı içime atarım, saklarım.	()	()	()	()	()
14	Sanki ben ben değilmişim gibi gelir (ör., kendimi bir tuhaf hissederim, etrafımdaki şeyler tuhaf gelir).	()	()	()	()	()

1 5	Bu olaya ilişkin neler hissettiğimi birisiyle konuşurum.	()	()	()	()	()
1 6	Arkadaşlarımdan veya ailemden sarılmak, elimi tutmak gibi bedensel yakınlık ararım.	()	()	()	()	()
1 7	Hareketli bir şeyler yaparım.	()	()	()	()	()
1 8	Başkalarından tavsiye isterim.	()	()	()	()	()

Ek. 5:Korku Tarama Ölçeği İzin Talebi

12.04.2019

Yahoo Mail - Re: "Korku Tarama Ölçeği" izin talebi

Re: "Korku Tarama Ölçeği" izin talebi

From: figen elcin (figenelcin@hotmail.com)
To: mesutobuz@yahoo.com
Date: Thursday, April 11, 2019, 10:41 AM GMT+3

Kullanabilirsiniz, kolaylıklar

Dr. Figen KARAMAN
Psikolojik Dan????man

From: mesut obuz <mesutobuz@yahoo.com>
Sent: Thursday, April 11, 2019 9:41:23 AM
To: figenelcin@hotmail.com
Subject: "Korku Tarama Ölçeği" izin talebi

Sayın Hocam merhaba,
İsmim Mesut, İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji bölümü yüksek lisans öğrencisiyim.
"Ergenlerde Risk Alma Davranışı ile Korku Düzeyi arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Duygusal Düzenleme Becerilerinin etki gücünü incelemek" adlı tez çalışmamda kullanmak üzere " Korku Tarama Ölçeği" nin uygulama izniniz gerekmektedir. Sizin içinde uygun ise onay e-postasını gönderebilir misiniz?

Saygılarımla

Mesut OBUZ
Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

Ek. 6: Riskli Davranışlar Ölçeği İzin Talebi

Re: "Risk Davranışlar Ölçeği" uygulama izin talebi

From: Dilek Gençtanırım (dgenctanirim@ahievran.edu.tr)

To: mesutobuz@yahoo.com

Date: Thursday, March 28, 2019, 5:02 PM GMT+3

Mesut Obuz,

Çalışmamıza gösterdiğiniz ilgi için teşekkür ederiz. Ölçeği tezinde kullanman benim açımdan uygundur.

Ekte ölçek ve makalesini paylaşıyorum.

Selamlarımla,

Dilek

mesut obuz <mesutobuz@yahoo.com>, 28 Mar 2019 Per, 11:51 tarihinde şunu yazdı:

Sayın Hocam merhaba,

İsmim Mesut, İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji bölümü yüksek lisans öğrencisiyim.

"Ergenlerde Risk Alma Davranışının ve Korku Düzeyi Etkileşiminin belirlenmesinde Duygusal Düzenleme Becerisi ilişkilerinin İncelenmesi" adlı tez çalışmamda kullanmak üzere "Riskli Davranışlar Ölçeği" uygulama izniniz gerekmektedir. Sizin içinde uygun ise onay e-postasını gönderebilir misiniz?

Saygılarımla

Mesut OBUZ

Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi



RİSKLİ DAVRANIŞLAR ÖLÇEĞİ ergen formu.docx

16.4kB



A3 Riskli Davranışlar Ölçeği.pdf

2.1MB

Ek. 7: Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği İzin Talebi

Re: ergenler için duygu düzenleme ölçeği hakkında

From: Baki Duy (bakiduy@gmail.com)

To: mesutobuz@yahoo.com

Date: Monday, November 20, 2017, 2:12 PM GMT+3

Merhaba Sayın Obuz,
Ekte talep etmiş olduğunuz duygu düzenleme ölçeği bulunmakta. Sizden ricam tezinizde ölçek maddelerinin hepsine yer vermemeniz ve ölçeği başka birisiyle paylaşmamanız. Olur da sizden ölçeği isteyen olursa, kişiyi bana yönlendirin lütfen. Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.

20 Kasım 2017 10:24 tarihinde mesut obuz <mesutobuz@yahoo.com> yazdı:

İyi günler ben aydın üniv. de ergenlerde duygu düzenleme ile ilgili tez çalışması yapmaktayım. izniniz olursa ölçeğiniz den yararlanmak istiyorum.... ayrıca duygu düzenleme ile ilgili kaynak vb. yardımlarınız olursa sevinirim teşekkür ederim.

Baki Duy

Anadolu Üniversitesi

Eğitim Fakültesi

Eğitim Bilimleri Bölümü

Psikolojik Danışma ve Rehberlik ABD

26470 Yunusmre Kampusü/Eskişehir

Tel (iş): 90+222-3350580, #3519

Faks: 90+222-335 0573

e-posta: bakiduy@anadolu.edu.tr or bakiduy@gmail.com

Baki Duy (EdD)

Faculty of Education

Department of Counseling & Guidance

Anadolu University

Yunusmre Campus 26470 Eskişehir

TURKEY

Phone(W): 90+222-3350580, #3519

Fax: 90+222-335 0573

e-mail: bakiduy@anadolu.edu.tr or bakiduy@gmail.com



DUYGU DÜZENLEME ÖLÇEĞİ UYGULAMA FORMU.docx
25kB



[James_J._Gross]_Handbook_of_Emotion_Regulation(BookFi.org).pdf

Ek. 8: Etik Kurul Raporu



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 88083623-020
Konu : Etik Onay Hk.

Sayın Mesut OBUZ

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 12.07.2019 tarihli ve 2019/10 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA
Müdür

08/08/2019 Enstitü Sekreteri

Büke KENDER

Evrakı Doğrulamak İçin : <https://evrakdogrula.aydin.edu.tr/enVision.Dogrula/BelgeDogrulama.aspx?V=BEND35N38>

Adres:Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL
Telefon:444 1 428
Elektronik Ağ:<http://www.aydin.edu.tr/>

Bilgi için: Büke KENDER
Unvanı: Enstitü Sekreteri



ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler:

Ad-Soyad: Mesut OBUZ

Doğum Tarihi: 20.02.1977

E-Posta: mesutobuz@yahoo.com

Adres: Merkez mah. Pınar sok. 17/6 Avcılar/İSTANBUL

Eğitim Bilgileri:

Lisans:2001, Dicle Üniversitesi, Sınıf Öğretmenliği, İstanbul Üniversitesi, Coğrafya, Felsefe

Yüksek Lisans: İstanbul Aydın Üniversitesi, Psikoloji ABD, Psikoloji Bilim Dal

