



T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK
DÜZEYLERİNİN SOSYAL İLİŞKİLER, OKULA AİDİYET VE
ÖZYETERLİK AÇISINDAN İNCELENMESİ

BAŞAK KILINÇ

İzmir
2023

DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK
DÜZEYLERİNİN SOSYAL İLİŞKİLER, OKULA AİDİYET VE
ÖZYETERLİK AÇISINDAN İNCELENMESİ

BAŞAK KILINÇ

DANIŞMAN
Prof. Dr. Aşlı Uz Baş

İzmir

2023

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Sosyal İlişkiler, Okula Aidiyet Ve Özyeterlik Açısından İncelenmesi” adlı çalışmanın içerdiği fikri izinsiz başka bir yerden almadığımı; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında ve bölümlerinin yazımında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada kullanılan her türlü kaynağa eksiksiz atıf yaptığımı ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi, ayrıca bu çalışmanın Dokuz Eylül Üniversitesi tarafından kullanılan bilimsel intihal tespit programıyla tarandığını ve *intihal içermediğini* beyan ederim. Herhangi bir zamanda aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonuca razı olduğumu bildiririm.

13/12/2022

Başak KILINÇ



DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS/DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU



Tarih:06/01/2023

Tez Başlığı:

Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Sosyal İlişkiler, Okula Aidiyet ve Özyeterlik Açısından İncelenmesi

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam **128** sayfalık kısmına ilişkin, **02/01/2023** tarihinde **tez danışmanım tarafından** Dokuz Eylül Üniversitesi Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanlığı'nın sağladığı İntihal Tespit Programından (**Turnitin-Tez İntihal Analiz Programı**) aşağıda belirtilen **filtreleme tiplerinden biri** (uygun olanı işaretleyiniz) uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezinin **benzerlik oranı % 5** dir.

- <http://www.kutuphane.deu.edu.tr/turnitin-tez-intihal-analiz-programi/> adresindeki Tez İntihal Analiz Programı Kullanım Kılavuzunu okudum ☒

Filtreleme Tipi 1(Maksimum %15) ☐

Filtreleme Tipi 2(Maksimum %30) ☒

- ☐ Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç,
- ☐ Kaynakça hariç,
- ☐ Alıntılar dâhil,
- ☐ Altı (6) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç.

- ☐ Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç,
- ☐ Kaynakça dâhil,
- ☐ Alıntılar dâhil.

EK 1- İntihal Tespit Programı Raporu İLK SAYFA Çıktısı. ☒

EK 2- İntihal Tespit Programı Raporu (Tümü) Cd İçinde. ☐

Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esasları'nı inceledim ve yukarıda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Adı Soyadı : Başak Kılınç
Öğrenci No : 2020950144
Anabilim Dalı : Eğitim Bilimleri
Programı : Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Statüsü : Yüksek Lisans ☒ Doktora ☐

ÖĞRENCİ

DANIŞMAN

Başak KILINÇ
06/01/2023

Prof. Dr. Aslı UZ BAŞ
06/01/2023

Açıklamalar

1: Bu formu teslim etmeden önce sizden istenen bilgileri uygun kutucuğu (☐) işaretleyerek doldurunuz.

Kullanıcı şifre vb. konusunda sorun yaşanması durumunda Üniversitemiz Merkez Kütüphanesinde bulunan Turnitin yetkilisine () danışabilirsiniz.

2: Yüksek Lisans/Doktora Tez Çalışması Orijinallik Raporu" formu tezin ciltlenmiş ve elektronik nüshalarının içerisinde ekler kısmında yer alır.

3: Tez savunmasında düzeltme alınması durumunda bu form güncellenerek yeniden hazırlanır.

4: Turnitin-Tez İntihal Analiz Programına yükleme yapılırken Dosya Başlığı (document title) olarak **tez başlığının tamamı**, Yazar Adı (author's first name) olarak **öğrencinin adı**, Yazar Soyadı (author's last name) olarak **öğrencinin soyadı** bilgisini yazınız.

TEŞEKKÜR

Öncelikle lisans ve yüksek lisans eğitimim süresince bilgisi, tecrübesi, güler yüzü ve anlayışlı yaklaşımı ile öğrenme yolculuğumda bana rehberlik eden, sorularımı yanıtlayan, ilham ve cesaret veren değerli hocam Prof. Dr. Aslı Uz Baş'a sonsuz teşekkür ederim.

Akademik yolculukta, bilgilerin çoğaldıkça ve paylaşıldıkça verimli olduğunu bana gösteren ve lisans eğitimimde tanışma şansına eriştiğim ve desteklerini içtenlikle hissettiren değerli hocam Doç. Dr. Yağmur Soylu' a sonsuz teşekkür ederim.

Tez jürimde bulunarak, yapıcı eleştirileri ile bana katkıda bulunan sayın Doç. Dr. Fatma Selda Öz Soysal ve Dr. Öğr. Üyesi Elif Ercan şükranlarımı sunarım.

Lisans ve yüksek lisans eğitimim sırasında öğrencisi olmaktan dolayı kendimi şanslı hissettiğim değerli hocalarım Prof. Dr. Müge SİYEZ, Prof. Dr. Ebru İKİZ, Prof. Dr. Ferda Aysan, Prof. Dr. Rengin Karaca' ya teşekkürlerimi sunarım.

Çok uzaklarda olmalarına rağmen, ne zaman zorda hissetsem telefonun diğer ucunda içimi umutla dolduran canım arkadaşlarım Ayşe Arslan, Dilara Abalı ve Fatma Sevim'e teşekkür ederim.

Gülen yüzü ve kahkahalarıyla, tez çalışmamın en bunaltıcı zamanlarında varlığı ile içime hafiflik veren, iyiye ve güzele olan inancımı diri tutan canım kardeşim Bilge Kılınç'a teşekkür ederim.

Akademik çalışmalarımda bilgisi ve anlayışlı sözleri ile hep yanımda olduğunu hissettiren, iyi bir araştırmacı olduğunu düşündüğüm ve daha da başarılı olacağına inandığım, iyi kalpli ve çalışkan arkadaşım Özge Ararat'a teşekkür ederim.

Veri toplama aşamasında tüm yoğunluğuna rağmen yardımcı olan müdür, müdür yardımcıları ve okul psikolojik danışmanlarına sonsuz şükranlarımı sunarım. Onlar olmadan çalışmamın hiçbir anlam taşımayacağı ortaokul öğrencilerinin her birine ayrı ayrı teşekkür ederim. Verdikleri geri dönütlerin tez için ne kadar kıymetli olduğu yadsınamaz. Ayrıca bu araştırmanın her aşamasında birçok kişinin bana yardımı ve desteği olmuştur. Çalışmam sürecinde yanımda olup da özellikle adlarını sayamadığım herkese gönülden teşekkür ederim.

Son olarak hayatın her alanında olduğu gibi tez çalışmam sırasında da yanımda olan, aldığım her kararı destekleyen, bana moral veren canım babam Şinasi Kılınç'a, canım annem Ayşe Kılınç'a tüm şükranlarımla teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	viii
ABSTRACT.....	x
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Amaç	5
1.3. Önem	6
1.4. Problem Cümlesi ve Alt Problem Cümleleri	7
1.5. Sınırlılıklar	8
1.6. Varsayımlar.....	8
1.7. Tanımlar.....	8
BÖLÜM II.....	9
KURAMSAL ÇERÇEVE / KAVRAMSAL ÇERÇEVE / İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
2.1. Psikolojik Sağlamlık	9
2.1.1. Psikolojik Sağlamlık Kavramının Tarihçesi	9
2.1.2. Psikolojik Sağlamlık Kavramının Tanımı ve Kapsamı.....	12
2.1.3. Psikolojik Sağlamlığın Temelleri.....	13
2.1.3.1. Risk Faktörleri.....	13
2.1.3.1.1. Bireysel(İçsel) Risk Faktörleri	14
2.1.3.1.2. Ailesel Risk Faktörleri.....	14
2.1.3.1.3. Toplumsal Risk Faktörleri	15
2.1.3.2. Koruyucu Faktörler	15
2.1.3.2.1. Bireysel (İçsel) Koruyucu Faktörler	16
2.1.3.2.2. Ailesel Koruyucu Faktörler	16

2.1.3.2.3. Toplumsal Koruyucu Faktörler.....	16
2.1.3.3. Psikolojik Sağlamlık ve Olumlu Sonuçlar	16
2.1.4. Psikolojik Sağlamlık Düzeyi Yüksek Olan Bireylerin Özellikleri	17
2.1.5. Psikolojik Sağlamlığın Önemi	18
2.1.6. Psikolojik Sağlamlık Kavramı ile İlgili Araştırmalar	19
2.1.6.1. Yurt İçinde Psikolojik Sağlamlık İle ilgili Yapılan Araştırmalar	19
2.1.6.2. Yurt Dışında Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	23
2.2. Mevcut Çalışmada Psikolojik Sağlamlık ile İlişkisi İncelenen Değişkenler	27
2.2.1. Sosyal İlişkiler.....	27
2.2.1.1. Sosyal İlişkiler İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	30
2.2.1.2. Sosyal İlişkiler İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	32
2.2.2. Okula Aidiyet.....	34
2.2.2.1. Okula Aidiyet İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	37
2.2.2.2. Okula Aidiyet İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	38
2.2.3. Özyeterlik.....	41
2.2.3.1. Özyeterliğin Gelişimi	42
2.2.3.2. Özyeterlik Kaynakları	44
2.2.3.3. Özyeterlikle İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	45
2.2.3.4. Özyeterlikle İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	47
BÖLÜM III	51
YÖNTEM.....	51
3.1. Araştırmanın Modeli	51
3.2. Evren ve Örneklem	51
3.3. Veri Toplama Süreci ve Araçları	53
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	53
3.3.2. Çocuk ve Genç Sağlamlık Ölçeği	53

3.3.3.Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği	54
3.3.4.Okula Aidiyet Ölçeği	54
3.3.5.Genel Özyeterlik Ölçeği.....	54
3.5. Verilerin Analizi.....	55
BÖLÜM IV	56
BULGULAR.....	56
4.1. Betimsel İstatistikler.....	56
4.2. Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler İle İlişkisine İlişkin Bulgular.....	57
4.3. Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Bulgular	58
4.4. Demografik Değişkenlere Yönelik Bulgular	61
BÖLÜM V	67
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	67
5.1. Tartışma.....	67
5.1.1.Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlıklarının Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	67
5.1.1.1.Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Sosyal İlişki Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	68
5.1.1.2.Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Okula Aidiyet Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	71
5.1.1.3.Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Özyeterlik Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	74
5.1.1.4.Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Çeşitli Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu	76
5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER	82
5.2.1.Araştırmacılar İçin Öneriler	83

5.2.2. Uygulayıcılar için öneriler	84
KAYNAKÇA.....	86
EK 1.	126
EK 2.	127
Uygulama İzinleri.....	127



TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1 <i>Risk Faktörleri ve Sonuç İlişkisi</i>	14
Tablo 2 <i>Demografik Değişkenlere İlişkin Dağılım</i>	52
Tablo 3 <i>Ölçek Puanlarına Göre Betimsel İstatistik Tablosu</i>	56
Tablo 4 <i>Ölçekler Arasında Pearson Korelasyon Tablosu</i>	57
Tablo 5 <i>Çoklu Bağlantı Problemi Tablosu</i>	58
Tablo 6 <i>Regresyon Tablosu</i>	59
Tablo 7 <i>Çoklu Bağlantı Problemi Tablosu</i>	60
Tablo 8 <i>Regresyon Tablosu</i>	60
Tablo 9 <i>Cinsiyete Göre Psikolojik Sağlamlık Puanlarına İlişkin Bağımsız T Testi Tablosu</i>	61
Tablo 10 <i>Anne- Babanın Medeni Durumuna Göre Psikolojik Sağlamlık Puanlarına İlişkin Bağımsız T Testi Tablosu</i>	62
Tablo 11 <i>Anne-Baba Çalışma Durumlarına Göre Psikolojik Sağlamlık Puanlarına İlişkin Bağımsız Gruplar T Testi Tablosu</i>	62
Tablo 12 <i>Ortaokul Öğrencilerinin Anne-Baba Eğitim Düzeylerine Göre Psikolojik Sağlamlık Puanları Arasında Anova Tablosu</i>	63
Tablo 13 <i>Ortaokul Öğrencilerinin Aile Gelir Düzeylerine Göre Psikolojik Sağlamlık Puanlarına İlişkin Anova Tablosu</i>	64
Tablo 14 <i>Önemli Yaşam Olaylarına Göre Psikolojik Sağlamlık Puanları Arasında Bağımsız Gruplar T Testi Tablosu</i>	64

ŞEKİLLER LİSTESİ

<i>Şekil 1.</i> Sosyal desteğin başa çıkma performansına etkisi.....	28
<i>Şekil2.</i> Sosyal desteğin stresli durumu değerlendirmeye olan etkisi.....	29



ÖZET

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNİN SOSYAL İLİŞKİLER, OKULA AİDİYET VE ÖZYETERLİK AÇISINDAN İNCELENMESİ

Bu araştırmanın amacı Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı devlet okullarında öğrenim gören 7. ve 8.sınıf ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik açısından incelenmesidir. Sosyal ilişkilerin alt boyutları (aile desteği, akran desteği) ve okula aidiyetin alt boyutları (okulda kabul, okulda dışlanmışlık) ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi incelemek araştırmanın bir diğer amacıdır. Ayrıca araştırmada psikolojik sağlık düzeylerinin çeşitli sosyo-demografik değişkenlere göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Araştırmanın evrenini ve örneklemini 2021- 2022 eğitim öğretim yılı bahar döneminde Muğla İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı ortaokullarda öğrenim gören ortaokul öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmanın Muğla' da en fazla ortaokul öğrencisi bulunan Fethiye ilçesinde yapılmasına karar verilmiştir. Bu bağlamda çalışmanın örneklemi belirlenirken öncelikle ortaokul bulunan mahalleler 20 tabakaya ayrılmıştır. Daha sonra 10 tane mahalle basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Seçilen bölgede bir okul varsa o okul çalışma grubuna dahil edilmiştir. Seçilen bölgede birden fazla okul var ise kura yöntemi ile okul seçilmiştir. Seçilen okullarda 7. ve 8.sınıflarda öğrenim gören 643 ortaokul öğrenciden veri toplanmıştır. Araştırmanın veri toplama aracı olarak Çocuk ve Genç Sağlık Ölçeği, Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği, Okula Aidiyet Ölçeği, Genel Özyeterlik Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22 Paket programından yararlanılarak, Pearson korelasyon analizi, aşamalı çoklu regresyon analizi, t-testi ve tek yönlü varyans analizi teknikleri kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik değişkenlerinin psikolojik sağlamlığın anlamlı yordayıcıları olduğu ve bu değişkenlerin psikolojik sağlamlığa ait toplam varyansını %62.9'unu açıkladığı bulunmuştur. Ayrıca sosyal ilişkiler alt boyutları, okula aidiyet alt boyutları ve özyeterliğin psikolojik sağlamlığa olan etkisinde çoklu regresyon analizine bakılmıştır. Analiz sonucunda sosyal ilişkiler alt boyutları, okula aidiyet alt boyutları ve özyeterliğin psikolojik sağlamlığa ait toplam varyansını %65.2 açıkladığı tespit edilmiştir. Bunlara ek olarak psikolojik sağlık puan ortalamalarında cinsiyete ve anne-babanın medeni durumuna göre anlamlı farklılık bulunurken, anne-baba çalışma durumu, anne-baba

eğitim düzeyi, eve giren aylık gelirde ise anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Ortaokul  ğrencilerinin bazı olumsuz olaylarına göre psikolojik sağlamlık puanları arasında anlamlı fark elde edilmiştir. Elde edilen bu bulgular alan yazınındaki diğer araştırma sonuçları ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: psikolojik sağlamlık, sosyal ilişkiler, okula aidiyet,  zyeterlik, ortaokul.



ABSTRACT

EXAMINING THE RESILIENCE LEVELS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN TERMS OF SOCIAL RELATIONS, SENSE OF SCHOOL BELONGING AND SELF-EFFICACY

The aim of this study is to examine the resilience levels of 7th and 8th grade secondary school students studying in public schools affiliated with the Ministry of National Education in terms of social relations, sense of school belonging and self-efficacy. Another aim of this study is to examine the relationship between the sub-dimensions of social relations (family support, peer support) and the sub-dimensions of school belonging (acceptance from school, exclusion from school) and psychological resilience. In addition, in the study, it was examined whether the levels of resilience differed significantly according to various socio-demographic variables.

The sample of the universe of the study consists of secondary school students studying in secondary schools affiliated with Muğla Provincial Directorate of National Education in the spring term of the 2021-2022 academic year. It was decided to carry out the study in Fethiye, which has the highest number of secondary school students in Muğla. In this context, while determining the sample of the study, first of all, the neighborhoods with secondary schools were divided into 20 strata. Then, 10 neighborhoods were selected by a simple random sampling method. If there is a school in the selected region, that school is included in the study group. If there is more than one school in the selected region, the school was selected by drawing lots. Data were collected from 643 secondary school students studying in the 7th and 8th grades in selected schools. As the data collection tool of the research, The Child and Youth Resilience Scale, Social Relationship Factors Scale, School Belonging Scale, General Self-Efficacy Scale, and Personal Information Form were used. In the analysis of the data, Pearson correlation analysis, stepwise multiple regression analysis, t-test, and one-way analysis of variance techniques were used by using the SPSS 22 Package program.

As a result of the study, it was found that social relations, school belonging and self-efficacy variables were significant predictors of resilience and these variables explained 62.9% of the total variance of resilience. In addition, multiple regression analysis was examined on the effects of social relations sub-dimensions, school belonging sub-dimensions and self-efficacy on psychological resilience. As a result of the analysis, it was determined that social

relations sub-dimensions, school belonging sub-dimensions and self-efficacy explained 65.2% of the total variance of psychological resilience. In addition, while there were significant differences in the mean scores of psychological resilience according to gender and marital status of the parents, no significant differences were found in the working status of the parents, the education level of the parents, and the monthly income entering the house. A significant difference was obtained between the psychological resilience scores of secondary school students according to some negative events. These findings were discussed in the light of previous research in the literature.

Keywords: resilience, social relations, school belonging, self- efficacy, secondary school.



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Çoğu insan günlük hayatında stresörlerle karşılaşmakta (Bonanno, 2005; Bonanno, Galea, Bucciarelli ve Vlahov, 2007) ve yaşamları boyunca potansiyel olarak en az bir travmatik olaya maruz kalmaktadır (Bonanno ve ark., 2007). 1950'erin ortalarında, yoksulluk, ebeveyn psikopatolojisi, travma ve kronik aile içi anlaşmazlık gibi zorluklara maruz kalmanın bireyler için kötü bir gelişimsel sonuca neden olacağına inanılmaktaydı (Werner, 2005). Bununla birlikte, travmatik olaylara maruz kalınması ve bunlarla ilgili yaygın inanışlara rağmen, hem çocuklar hem de yetişkinler aynı deneyimlere çok farklı şekillerde tepki vermektedirler. Bazı çocuk ve ergenler stres ya da zorluklarla karşılaştıklarında psikolojik zorluklar geliştirirken birçoğunun stresli duruma uyum sağladığı görülmektedir (Luthar, 1991; Werner, 1989). Araştırmalar stresli, dezavantajlı veya istismara maruz kalan çocuklukların büyük bir kısmının büyüyüp toplum yanlısı ve üretken yetişkinlere dönüşebildiğini göstermektedir (Bartol, 2006). Bu bireylere “resilient” yani psikolojik olarak sağlam denilmektedir.

Psikolojik sağlamlık kavramı Latince “resiliens” kökünden türemiştir. Bu terim Latince’ de bir maddenin elastik olması ve eski haline kolayca dönebilmesi şeklinde tanımlanmıştır (Greene, 2002; Akt., Gizir, 2007). Ülkemizde literatür incelendiğinde, “resilience” teriminin, psikolojik sağlamlık (Kararımak, 2006; Gizir, 2007; Bulut, Doğan ve Altındağ, 2013), kendini toparlama gücü (Terzi, 2006), yılmazlık (Gürkan, 2006) ve psikolojik dayanıklılık (Basım ve Çetin, 2011) şeklinde çevrildiği ve kullanıldığı görülmektedir. Psikolojik sağlamlık olumsuz bir yaşantı (boşanma, terör, doğal afet, yoksulluk, anne-baba boşanması, salgın vb.) karşısında koruyucu ve risk faktörlerinin etkileşimi sonucunda, bireyin yaşanan olumsuz duruma adapte olmasını içermektedir (Kararımak, 2006). Karşılaştığı zorluklara rağmen uyum sağlayabilen insanların psikolojik sağlam olduğu (Luthar, 1991) ve travmatik deneyimlerinden sonra “kendini toparlayabilmesi” ve travmatik deneyimlerin zararlı psikolojik etkilerinden korumasına yardımcı olan içsel ve dışsal faktörlere sahip olduğu söylenmektedir (Baruth ve Carroll, 2006; Luthar, 1991; Luthar ve Cicchetti, 2000; Richardson, 2002). Başka bir ifade ile psikolojik sağlamlık, bireylerin gelişimlerine yönelik olumsuzlukların veya tehditlerin üstesinden gelmek için hem iç hem de dış kaynakları kullanma biçimi olarak tanımlanmaktadır (Everall, Altrows ve Paulson, 2006; Masten ve Tellegen, 2012). Psikolojik sağlamlık içerisinde iki kritik bileşen bulundurmaktadır: (a)

önemli risk veya ciddi sıkıntıya maruz kalınması ve (b) gelişim sürecine yönelik büyük sıkıntıya karşın olumlu adaptasyonun gerçekleşmesi (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000; Fergus ve Zimmerman, 2005; Friborg, Hjemdal, Martinussen ve Rosenvinge, 2009; Luthar ve Cicchetti, 2000; Luthar ve Zigler, 1991; Masten ve Tellegen, 2012). Başka bir ifadeyle bireyin hayatında olumsuz bir durum yaşaması ancak bu olumsuz yaşantıya uyum sağlayarak gelişimi için kullanabilmesi olduğu söylenebilir (Turgut ve Erarslan-Çapan, 2017). Olumlu sonuç ve uyum kriterleri araştırmacıya bağlı olarak değişir ancak genellikle psikopatoloji veya zihinsel sağlık sorunlarının yokluğu, sosyal yeterlilik, olumlu benlik saygısı, akademik başarı ve gelişimsel görevlerde yaşa uygun başarının varlığı olarak tanımlanır (Cicchetti ve Garmezy, 1993; Everall ve ark., 2006; Masten, 2001).

Psikolojik sağlamlığa olan ilgi son yıllarda artmaktadır (Cicchetti ve Garmezy, 1993; Everall ve ark., 2006; Luthar ve ark., 2000; Werner, 2005). Bu ilginin artışı psikoloji alanında problem odaklı yaklaşımın yanında güçlü yönlere de odaklanan bir yaklaşımın gelişmesini sağlamaktadır (Richardson, 2002; Werner 2005). Araştırmacılar riskli koşullarda büyüyen çocukları incelemek yerine artık yaşama başarılı bir şekilde adapte olmuş çocuklara odaklanmaktadır. Olumlu adaptasyonu anlamaya yönelik bu değişim, ruh sağlığı çalışanlarının danışanlarında kişisel güçlü yönleri aramalarına ve onları güçlendirmelerine yardımcı olmaktadır (Richardson, 2002). Stresörlerin varlığına rağmen uyum sağlamamıza yol açan mekanizmaları ve süreçleri anlamak hem normal gelişim hem de psikopatoloji anlayışımızın gelişmesine yardımcı olmaktadır (Cicchetti ve Garmezy, 1993).

Garmezy (1993) psikolojik sağlamlık ile ilgili araştırmaların iki önemli soruya yanıt vermesi gerektiğini ifade etmiştir. Bu sorular, ergenden, aileden ve çevreden kaynaklanan yaşam içerisinde, bireyi uyumsuzluğa yatkın hale getiren risk faktörlerini ve bireyi risk durumlarında uyum sorunlarından koruyan koruyucu faktörleri içermektedir.

Garmzey'in yönelttiği ilk soruya karşılık belirlenen risk faktörleri, olası uyumsuz davranış sonuçlarını tahmin eden ve olumsuz hayat şartlarını ve yaşantılarını tanımlamak için kullanılan değişkendir (Terzi, 2006). Gizir (2007) yaptığı derleme çalışmasında risk faktörlerini bireysel faktörler (erken doğum, olumsuz yaşam olayları, kronik hastalık), ailesel faktörler (ebeveynlerin hastalığı ya da psikopatolojisi, ebeveynlerin boşanması, ölümü ya da tek ebeveyn ile yaşamak, ergenlik döneminde anne olmak) ve çevresel faktörler (ekonomik zorluklar ve yoksulluk, çocuk ihmali ve istismarı, savaş ve doğal afet gibi toplumsal travmalar, toplumsal şiddet ve ailevi çatışmalar, evsizlik) olarak sınıflandırmıştır. Birey, aile ve çevre üçgeninde problemlerin çıkması ya da çoğalmasına sebep olan çoğunlukla psikososyal kökenli unsurları içeren risk faktörleri, bireyin sahip olduğu potansiyeli kullanamamasına ve benlik

saygısının ve özyeterlik algısının düşmesine neden olmaktadır. Başka bir ifade ile risk faktörleri, olumsuz yaşantı karşısında psikolojik sağlamlığı negatif etkilemektedir (Garmezy, 1993).

Garmezy'in diğer yanıt aradığı soru, zor durumlarda bireyin uyum sağlamasını kolaşlaştıran koruyucu faktörlerdir. Koruyucu faktörler, risk yaşantısının olumsuz etkilerini azaltmaya ya da yok etmeye hizmet eden ve bireyin gelişimsel ihtiyaçlarını görmesine yardım eden değişkenler olarak tanımlanmaktadır (Mangham, McGrath, Reid ve Stewart, 1999; Akt., Terzi, 2006). Gizir (2007) yaptığı derleme çalışmasında koruyucu faktörleri, bireysel faktörler (zeka, akademik başarı, kolay mizaç, iç denetim odağı, benlik saygısı, öz yeterlik, kişisel farkındalık, özerlik, hedeflerinin olması ve gelecek için olumlu beklentiler, etkili problem çözebilme, iyimserlik ve umut, sosyal yeterlilik, mizah duygusu, sağlık, cinsiyet, yaş) ailesel faktörler (destekleyici aile ya da bir aile üyesiyle olumlu ilişkiler, etkin anne-baba, çocuğa yönelik gerçekçi beklentiler) ve çevresel faktörler (sosyal çevredeki bir yetişkinle olumlu ilişki, arkadaş desteği, etkili toplumsal kaynaklar) olarak sınıflandırmıştır. Bireyin hayatında koruyucu faktörlerin olması, hem problem ortaya çıkmadan önleyici olabilmekte hem de var olan sorunun etkisini azaltarak bireyin psikolojik ve fiziksel iyi oluşunu artıracak davranışları, tutumları ve bilgilerini güçlendirmesine yardımcı olarak zorluklar karşısında dayanıklı olmasını sağlamaktadır (Romano ve Hage, 2000; Akt., Terzi, 2006).

Psikolojik sağlamlık, bireylerin geçiş dönemlerinde koruyucu bir olgudur. Çocukluk ve yetişkinlik arasında bir geçiş olan ergenlik döneminde psikolojik sağlamlık kavramının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu kapsamda araştırma çerçevesinde psikolojik sağlamlık konusu ergenlik dönemi bağlamında ele alınmaktadır. Ergenlik, çocukluğun olgunlaşmamışlığından yetişkinin olgunluğuna geçişin ve gelecek için hazırlanmanın gerçekleştiği bir büyüme dönemidir (Steinberg, 2007). Ergenlik erken, orta ve ileri dönem olmak üzere tek bir evre yerine bir evreler dizisi olarak değerlendirilmektedir (Steinberg, 2007; Arnett, 2000). Bu evrelerden biri olan ön ergenlik erenlik değişimleri, sosyal ilginin ve yönelimin değişmesi, bilişsel yapıdaki değişimler, ilkokuldan ortaokula geçişle birlikte ortaya çıkan eğitimsel farklılaşmalar gibi değişimleri içeren bireyler için zorlayıcı bir geçiş dönemidir. Bu dönemde madde kullanımı, davranış problemleri gibi yaşantılara bireylerin daha savunmasız olması; kaygı, stres, depresyon gibi olumsuz duygusal yoğunlukların artması ve kişisel beklentiler ile ailenin ve toplumun beklentilerinin çatışması eklenince süreç hem birey hem de ebeveynler açısından daha da zorlayıcı olabilmektedir (Santrock, 2017). Değişimlerin birey üzerindeki yıkıcı etkilerinin ortadan kalkmasında ve dönemin sağlıklı bir

şekilde atlatılmasında ön ergenlerin psikolojik olarak dayanıklılık düzeyleri önemli hale gelmektedir (Eskin, 2011).

Uri Bronfenbrenner tarafında geliştirilen ekolojik kuram perspektifinden bakıldığında aile, arkadaşlar, okul gibi faktörlerin ergen gelişimini üzerinde etkileri görülmektedir (Siyez, 2013). Bu bakış açısından yola çıkarak tüm insanlar için önemli olsa da ergenlerin algıladığı sosyal destek kavramı da ayrıca önem kazanmaktadır. Ergenlerin psikolojik sağlamlığı için sosyal desteğin kilit bir rol oynadığı görülmektedir (Bartol, 2006; Baruth ve Carroll, 2006; Day, 2006; Luthar, 1991; Richardson, 2002). Ergenler gelişim dönemleri boyunca yaşadıkları olumsuz deneyimlere karşı sosyal desteğe ihtiyaç duymaktadır. Bu ihtiyaçtan yola çıkarak, ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını etkileyen faktörlerden birinin, aile ve arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek olduğu söylenebilir (Turgut ve Eraslan-Çapan, 2017).

Sosyal destek, kişinin güvenebileceği ve ilişki kurabileceği kişilerin varlığı olarak tanımlanabilir (Sarason, 1981). Ayrıca, bilgi edinme, duygusal ve araçsal gibi sosyal, psikolojik ve ekonomik nitelikli destek olarak da ifade edilebilir (House, 1981). Ergenlik döneminde sosyal desteğin, riskleri önleme ve hedeflere ulaşmada yardımcı bir müdahale görevi vardır (Traş ve Arslan, 2013). En önemli sosyal destek kaynağı ailedir. Araştırmalar lise öğrencilerinde algılanan aile desteği arttıkça problem çözme (Arslan, 2009) ve stresle başa çıkma (Demirtaş, 2007) düzeylerinin arttığını göstermektedir. Ailenin yanı sıra arkadaştan alınan sosyal destek de önemlidir. Arkadaşlar stres ve stresin etkilerini azaltır. Bununla birlikte stresle nasıl başa çıkacağı konusunda yol gösterir (Seçkin ve Hasanoğlu, 2020). Yıldırım (2007) yaptığı araştırmaya göre lise öğrencilerinde depresif olmayan gruba kıyasla depresif grubun aileden, arkadaştan ve öğretmenden daha düşük destek algıladığı belirlenmiştir. Özetle, ergenlerin çevrelerinden algıladıkları sosyal destek düzeylerinin, psikolojik sağlamlık ile bağlantılı olduğu söylenebilmektedir.

Ergenlerin psikolojik sağlamlıkları ile ilişkili olabilecek bir diğer değişken de aidiyettir. Aidiyet duygusu, bilgi vermekten çok, bir sistemin veya ortamın parçası olma ve hissetme deneyimini ifade etmektedir (Dumont ve Provost, 1999; Hagerty, Lynch-Sauer, Patusky, Bouwsema ve Collier, 1992). Okula aidiyet ise, öğrencilerin okulda, kişisel olarak kabul edilen, saygı duyulan, diğerleri tarafından desteklenen biri olarak hissetme derecesi olarak tanımlanmaktadır (Goodenow, 1993). Öğrencilerin günlerinin büyük bir kısmını geçirdikleri okul ortamı önemli bir psikolojik dayanıklılık kaynağı olabilmektedir. Okula aidiyet duygusu ile yapılan çalışmalar incelendiğinde okula aidiyet duygusunun akademik başarı ve motivasyon ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüşken, bu kavramların okulu bırakma kavramı ile de negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir (Finn, 1989; Goodenow,

1993; Osterman, 2000). Bu bağlamda ergenlerin okula aidiyet duygusuna sahip olmasının psikolojik sağlamlık için önemli olduğunu söylenebilmektedir.

Psikolojik sağlamlığı etkileyebilecek bir diğer değişkenin öz yeterlik olduğu düşünülmektedir. Bandura, öz yeterliliği, bireylerin belirli bir olay üzerinde kontrol kullanmak için motivasyonu, bilişsel kaynakları ve aracıyı harekete geçirme yeteneklerine olan inançları olarak kavramsallaştırmıştır. Öz yeterlik, insan eylemini temel olarak gören, bireyin belirli bir sonuca veya hedefe ulaşma yeteneklerine olan inancıdır (Bandura, Pastorelli, Barbaranelli ve Caprara, 1999). Özyeterlik inançları, bilişsel, motivasyonel, duyuşsal ve seçici süreçler yoluyla insan işleyişini ve duygusal iyi oluşu düzenlemektedir. Olumsuz olaylarla karşı karşıya kaldıklarında, düşünceleri üzerinde kontrol uygulayabileceklerine olan inancını koruyanların çabalarında ısrar etme olasılıkları daha yüksektir (Ozer ve Bandura, 1990). Algılanan özyeterlik, muhtemelen bireylerin uyum sağlama ve zor durumlarla esnek bir şekilde başa çıkma yeteneğini etkiler ve aynı zamanda bireylerin isteklerini, analitik düşünmesini ve başarısızlık karşısında azimli olmalarını etkiler (Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Concetta, 2001). Bu, özellikle ergen gelişimi ile ilgilidir, çünkü bu geçiş dönemiyle ilişkili riskleri ve zorlukları müzakere etmek için, ergenlerin başarısı kısmen özyeterlik inançlarına bağlı olmaktadır. Bu bağlamda öz-yeterliğin psikolojik sağlamlık gelişiminde önemli bir rol oynadığı söylenebilir.

Ergenlik dönemi, bireyin hayatında değişikliklerin olduğu bir dönemdir. Ergenler yalnızca gelişimsel değişikliklerden etkilenmemekte, yaşadıkları dönemdeki olaylar da bir risk faktörü olabilmektedir. Ülkemizde ekonomik zorluklar, doğal afetler ve terör gibi olumsuz durumlar yaşanabilmekte ve beraberinde bu yaşantılar bireyin uyumunu bozabilmektedir (Kararımak, 2006). Risk faktörlerine karşı psikolojik sağlamlık yeterli seviyede olmadığında sosyal, psikolojik, akademik alanlarda sorunlar yaşanmaktadır (Simmons ve Blyth, 2009; Silbereisen ve Reitzle, 1991; Akt., Turgut ve Eraslan-Çapan, 2017). Bu bakış açısından hareketle ergenler için psikolojik sağlamlık kavramının önemi daha da artmaktadır. Ergenlerde psikolojik sağlamlığı arttırmak için belirleyici etkisi olan değişkenlerin neler olduğu ve bu değişkenlerin yordayıcı güçlerinin incelenmesi gerektiği düşünülmektedir.

1.2. Amaç

Ergenlik bireyin hayatında birçok alanda değişimin ve gelişimin yaşandığı bir dönemdir. Bireyin hayatında bir travma olmasa dahi kendini yalnız ve savunmasız hissettiği durumlarda bu dönemde takılıp kalabilmektedir. Ayrıca bu dönem içerisinde risk faktörlerinin var olması çeşitli risk davranışlarıyla ilişkilendirilmektedir (Gençtarım- Kuru, 2010; Akt., Özdemir, 2017). Böylesi önemli bir dönemde yaşanan olumsuz deneyimler de ergeni

yıpratabilmektedir. Fakat ergenlerin bazıları olumsuz yaşıntılara rağmen uyum sağlayabilmektedir. Çeşitli risk faktörleri olmasına rağmen ayakta kalabilen ergenlerin özelliklerinin belirlenmesi önemlidir. Bu bağlamda mevcut çalışmasının amacı sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterliğin ergenlerin psikolojik sağlamlığına bir etkisinin olup olmadığını incelenmiştir.

1.3.Önem

Sürekli gelişen ve değişen dünya ile beraber bireyler yaşamın her alanında sorunlarla karşılaşmaktadır. Bireyin yaşadığı sorunlara karşı dayanıklı olabilmesi ve uyum sağlaması psikolojik sağlamlığının varlığını göstermektedir. Psikolojik sağlamlık, içerisinde risk ve koruyucu faktörleri barındırmaktadır (Gizir, 2007). Ergenlik döneminde ise bireyler farklı gelişim alanlarında değişimler yaşamakta ve çeşitli zorluklarla karşılaşabilmektedir. Yaşanan zorluklarla baş edememek diğer dönemlerde çeşitli güçlüklerle neden olabilmektedir (Corey, 2015). Karmaşık değişimler ve olumsuzluklara rağmen birçok ergen bu dönemi bir sorun yaşamadan atlattırmaktadır. Diğer taraftan bu süreçte riskli grupta yer alan ergenler diğer gruplara göre daha fazla risk altındadır (Embury ve Saklofske, 2014). Fakat, riskli durumlara sahip ergenlerin hepsinin de bu zorlu süreci olumsuz bir şekilde geçirmediği bilinmektedir. Bu gelişim dönemini risk faktörlerine rağmen uyumlu bir şekilde geçiren ergenlerin özelliklerinin ortaya çıkarılması önemlidir. Bu bağlamda ergenlerin ruh sağlığı açısından önemli bir kavram olduğu düşünülen psikolojik sağlamlık kavramı ele alınmakta ve yukarıda cevapları aranan sorulara yanıt aranması beklenmektedir. Ergenlerin ileri yaşlarda sorunlarla başa çıkabilmeleri, olumsuz durumlara karşı uyum göstermeleri ve kendilerinden sonra gelecek bir sonraki kuşağı daha dayanıklı yetiştirebilmeleri açısından da psikolojik sağlamlığın geliştirilmesi gerekmektedir (Kararımak, 2006).

Psikolojik sağlamlık kavramına dair alanyazındaki ilk çalışmalar çoğunlukla bireysel özellikler olarak ele alınmıştır (Masten, 2014). Ancak sonraki pek çok çalışmada, psikolojik sağlamlığın bireysel ve çevresel faktörlerin etkileşimini içeren dinamik bir süreç olduğu belirtilmiştir (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000; Masten ve Wright, 2010). Psikolojik sağlamlık araştırmaları da koruyucu faktörleri tespit etmekten bireysel, aile, biyolojik, sosyal ya da kültürel faktörlerin karmaşık etkileşimini incelemeye yönelmiştir. Bu araştırmalarda, çok aşamalı ekolojik sistem bakış açısı son yıllarda ön plana çıkmaktadır. (Ungar, 2012; Wright, Masten ve Narayan, 2013; Akt., Gülen, 2019).

Bu çalışmanın kuramsal çerçevesini oluşturan ekolojik sistemler kuramına göre insan gelişimi bireysel, kişilerarası ve bağlamsal faktörlerin etkileşimiyle biçimlenir (Bronfenbrenner, 1977; 1979). Ekolojik sistemler kuramı mikrosistem, mezosistem,

ekzosistem ve makrosistem olmak üzere dört sistemin etkileşimini ele alsa da, bireye yakın olan sistemin (örn., mikrosistemdeki aile, arkadaşlar, okul ortamı vb.) etkisinin daha güçlü olduğu gösterilmektedir (Bronfenbrenner, 1979). Bu bağlamda mikrosistem içerisinde yer alan sosyal ilişkilerin ve okula aidiyetin önemli değişkenler olduğu söylenebilir. Aynı zamanda kuramsal çerçeve içerisinde yer alan bireysel faktörlerden özyeterliğin araştırmaya dahil edilmesine karar verilmiştir.

Bu çalışmanın sonucunda ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin, sosyal ilişkiler, okula aidiyet, özyeterlik ile ilişkisi belirlenecektir. Bu değişkenleri birlikte ele alan bir araştırmaya literatürde rastlanmadığından, mevcut çalışmanın bu boşluğu doldurarak alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin incelenmesinin ruh sağlığı alanının gelişimine katkı sağlayacağı ve bu grupta çalışan ruh sağlığı uzmanlarına yardımcı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarını etkileyen faktörlerin tanınması, geliştirici ve önleyici çalışmalar açısından psikolojik danışmanlara avantaj sağlayacaktır.

1.4. Problem Cümlesi ve Alt Problem Cümleleri

Araştırmanın problemini ‘‘Ortaokul öğrencilerinde sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik, psikolojik sağlamlığı yordamakta mıdır?’’ sorusu oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında sosyal ilişki unsurlarının alt boyutlarının ve okula aidiyet alt boyutlarının da psikolojik sağlamlığı yordama durumları incelenmiştir. Bu bağlamda beş bağımsız değişken tarafından psikolojik sağlamlığın anlamlı olarak yordanıp yordanmadığına ilişkin oluşturulan araştırma soruları aşağıda sunulmuştur:

Alt problemler:

1. Ortaokul öğrencilerinin sosyal ilişkileri, psikolojik sağlamlığı anlamlı olarak yordamakta mıdır?

- Sosyal ilişkilerin alt boyutlarından aile desteği psikolojik sağlamlığı anlamlı olarak yordamakta mıdır?
- Sosyal ilişkilerin alt boyutlarından arkadaş desteği psikolojik sağlamlığı anlamlı olarak yordamakta mıdır?

2. Ortaokul öğrencilerinin okula aidiyeti, psikolojik sağlamlığı anlamlı olarak yordamakta mıdır?

- Okula aidiyetin alt boyutlarından okulda kabul, psikolojik sağlamlığı anlamlı olarak yordamakta mıdır?
- Okula aidiyetin alt boyutlarından okulda dışlanmışlık, psikolojik sağlamlığı anlamlı olarak yordamakta mıdır?

3.Ortaokul öğrencilerinin özyeterliği, psikolojik sağlamlığı anlamlı olarak yordamakta mıdır?

4. Ortaokul öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

1.5. Sınırlılıklar

- Bu araştırmadan elde edilen veriler Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ), Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği, Okula Aidiyet Ölçeği ve kişisel bilgi formu ile ölçülen niteliklerle sınırlıdır.
- Araştırmanın katılımcıları Fethiye ilçesinde öğrenim gören 7. ve 8. Sınıf sınıf öğrencileriyle sınırlıdır.
- Araştırma bulguları, kullanılan istatistiksel analizlerle sınırlıdır.

1.6. Varsayımlar

- Araştırmaya katılan öğrencilerin samimi ve doğru olarak yanıtlayacakları varsayılmaktadır.
- Kullanılan veri toplama araçlarının araştırılmak istenen konu hakkında yeterli bilgi sağlayacağı ve bilgi ortaya çıkaracak nitelikte olduğu varsayılmaktadır.
- Araştırma için seçilen örneklemin araştırma evrenini temsil ettiği varsayılmaktadır.

1.7. Tanımlar

Psikolojik Sağlamlık: Olumsuz durumlara karşı hazır olma, stres ve travma yaşantısıyla başa çıkabilme, zor durumlara adapte olabilme, yıkıcı tecrübelerden bir şeyler öğrenme ve gelişme kapasitesidir. Hem ruhsal hem de fiziksel olarak esneklik ve dayanıklılıktır (Seçkin ve Hasanoğlu, 2016).

Sosyal Destek: Bireyin ihtiyacı olduğu zamanda çevresindeki kişilerin yardıma hazır olması ve bireyi desteklemesi anlamına gelmektedir (Sarason, Levine, Basham ve Sarosan, 1983).

Okula Aidiyet: Öğrencinin, bireysel olarak okuldaki diğer bireyler tarafından ne ölçüde onaylandığına, saygı duyulduğuna, dâhil edildiğine ve desteklendiğine yönelik öznel duygu durumudur (Goodenow, 1993).

Özyeterlik: Özyeterlik, bireyin hedefine ulaşması için gerekli olan becerilerine ilişkin inançları olarak tanımlanır (Bandura, 1997).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE / KAVRAMSAL ÇERÇEVE / İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Psikolojik Sağlamlık

“Beni öldürmeyen acı, güçlendirir.”

Nietzsche

2.1.1. Psikolojik Sağlamlık Kavramının Tarihçesi

İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra psikoloji alanında ruh sağlığını düzeltmeye yönelik çalışmalar artmıştır. Savaşın getirdiği travmaların etkilerini patoloji odaklı bir şekilde çözmeye çalışılmış fakat yeterli olmamıştır (Terjesen, Jacofsky, Froh ve Diguseppe, 2004). Bu patoloji odaklı yaklaşım 1940'larda yerini bireyin olumlu özelliklerine odaklanan pozitif psikoloji yaklaşımına bırakmıştır (Seligman ve Csikzentmihalyi, 2000; Glantz ve Johnson, 1999). Pozitif psikoloji alanının önemli kavramlarından biri olan psikolojik sağlamlık kavramı ise 1960'larda giderek daha fazla ilgi çekmeye başlamıştır (Kaplan, 1999).

Psikolojik sağlamlık süreci ve yaşantısının tarihi muhtemelen yüzyıllar öncesine dayansa da, psikolojik sağlamlık kavramını içeren araştırmaların pozitif psikolojinin beraberinde getirdiği bireylerin güçlü ve olumlu yönlerine odaklanan kavramlardan biri olduğu söylenebilir. “Resilience” Latince’ de bir maddenin elastik olması ve eski haline kolayca dönebilmesi şeklinde tanımlanmıştır (Greene, 2002; Akt., Gizir, 2007). Ülkemizde literatür incelendiğinde, “resilience” terimi farklı araştırmacılar tarafından farklı şekillerde Türkçeye çevrilerek kullanılmıştır. Araştırmacıların “resilience” kavramını, psikolojik sağlamlık (Kararımak; 2006; Gizir, 2007; Bulut, Doğan ve Altındağ, 2013), kendini toparlama gücü (Terzi, 2006), yılmazlık (Gürkan, 2006) ve psikolojik dayanıklılık (Basım ve Çetin, 2011) şeklinde çevirdiği ve kullandığı görülmektedir. Bu araştırmada psikolojik sağlamlık çevirisi kullanılmaktadır.

Psikolojik sağlamlık ile ilgili aşırı strese maruz kalmış, tarihsel travmatik olaylar yaşayan, şizofreni teşhisi konmuş vb. birçok farklı popülasyonlarla yapılan araştırmalar bulunmaktadır (Cicchetti ve Garmezy, 1993; Masten ve Tellegen, 2012). Cicchetti ve Garmezy (1993) kronik strese maruz kalan bireylerle yapılan araştırmalarında psikolojik sağlamlığın önemli örneklerinden birini göstermiştir. Araştırmada kronik stres yaşayanların riske maruz kaldığı ve bu durumun kaçınılmaz olarak olumsuz sonuçlara yol açacağına inanmışlardır. Fakat, kronik strese maruz kalmasına rağmen bazı bireylerin herhangi güçlük

veya zorluk yaşamadan normal bir şekilde gelişim göstermeye devam ettiği görülmüştür. Masten, Best ve Garmezzy (1990), psikolojik sağlamlık kavramının anlaşılması için psikopatoloji riski altında olan çocuklar üzerinde yapılan çalışmaların önemli olduğunu belirtmiştir. Örneğin, yoksulluk bir dizi sorunu beraberinde getirmesine rağmen, araştırmalar, bu zorluklar karşılaştıran birçok çocuğun olumlu davranışlar geliştirdiğini bulmuşlardır.

Emmy Werner, Norman Garmezzy ve Michael Rutter'ın dahil olduğu bir grup araştırmacı günümüzde psikolojik sağlamlık araştırmaları olarak kabul ettiğimiz araştırmaların gelişmesinde öncü olmaktadır. Yapılan araştırmalarda psikolojik sağlamlığın temelleri olan koruyucu ve risk faktörlerini incelenmiştir (Cicchetti ve Garmezzy, 1993; Peters, 2005; Werner, 1989, 2005). Garmezzy, 1970'lerde şizofreni tanısı almış ebeveynlerin çocuklarını inceleyen "Yeterlilik Projesi"nin başlatılmasına yardımcı olmuştur (Garmezzy, Masten ve Tellegen, 1984; Masten ve ark., 1990; Masten ve Tellegen, 2012). Araştırmada 200 katılımcıyı bir yaşam olayları anketi ile ölçülen zorlu geçmişlerine dayalı olarak yetkin, dirençli veya uyumsuz olarak sınıflandırmak amaçlanmıştır. Bununla birlikte araştırma, yedi, on ve yirmi yıl sonra takip eden boylamsal bir çalışma şeklinde planlanmıştır. Garmezzy, çoğu çocuğun, risk veya zorluklara rağmen öğretmenlerinin derecelendirmelerine, okul kayıtlarına ve arkadaş değerlendirmelerine dayalı olarak yeterli olduğunu tespit etmiştir. Risklere rağmen yeterli olan çocuklar arasında, yüksek zeka, yaşamları üzerinde kontrol sahibi olduklarına dair inanç ve kolay mizaç gibi benzerlikler olduğunu belirlenmiştir (Garmezzy ve ark., 1984; Masten ve ark., 1990).

Garmezzy gibi, Rutter de on yıl boyunca ruhsal problemi olan anne babaların 125 çocuğunu takip etmiştir (Rutter, 1979; Akt., Deb ve Arora, 2008). Yapılan araştırmada çoğu çocuğun hiçbir psikopatolojik problem göstermediği belirlenmiştir. Çocukları karşılaştıkları zorluklardan koruyan ve sağlıklı uyum sağlamalarında bireyin değişimle başa çıkma yeteneği, öz yeterlik, çeşitli problem çözme becerileri, aile desteği ve dış kaynakların önemli olduğu bulunmuştur (Rutter, 1985). Ayrıca Rutter (1979), aile ve kişisel faktörlerin yanı sıra okul desteğinin de önemli bir koruyucu faktör olduğunu belirtmiştir.

Werner ve Smith'in dönüm noktası niteliğindeki çalışmasında, araştırmacılar Hawaii'deki Kauai adasında 1955 yılında doğan 698 bebekten oluşan 30 yıl süren boylamsal bir araştırma yapmışlardır (Werner, 1989). Araştırma, erken doğum, dengesiz ev halkı veya akıl hastası bir ebeveyne sahip olma gibi olumsuz çevresel faktörlere maruz kalan çocukların, daha az riske maruz kalan çocuklara göre daha fazla sorun yaşadıkları fikrine dayanmıştır. Bu çok disiplinli çalışmanın amacı, gebeliğin seyrini ve tüm toplumdaki sonuçlarını belgelemek ve çocukluk dönemindeki perinatal komplikasyonların ve olumsuz koşulların uzun vadeli

sonuçlarını değerlendirmektir. Werner'in çalışmasındaki çocukların çoğu komplikasyonsuz doğmuş olsa da, Werner yaklaşık üçte birini risk faktörü olarak tanımlanabilecek, aile istikrarsızlığı, aşırı yoksulluk, zayıf ebeveynlik becerileri, hastalık ve ebeveyn eğitim eksikliği gibi durumları içeren olumsuzluklara maruz kalmaları nedeniyle bu çocukları “yüksek riskli” olarak tanımlamıştır (Werner, 1989). Araştırma çocuklar doğmadan önce başlamıştır. Anneler ile hamilelik boyunca her üç ayda bir görüşülmüş ve herhangi bir fiziksel veya duygusal travmaya maruz kalma durumu kaydedilmiştir. Doğumdan sonra hemşireler, sosyal hizmet uzmanları, anneler ve çocuklar ile 1 ve 10 yaşlarındayken görüşülmüştür. Çocuklar ayrıca iki ve on yaşlarında psikologlar ve çocuk doktorları tarafından da muayene edilmiştir. Araştırmaya ayrıca stresli yaşam olayları da dahil olmak üzere aile ortamının maddi, entelektüel ve duygusal yönleri hakkında bilgi kaydedilmiştir. Araştırmacılar çocuklar 18 ve 30-32 yaşlarına geldiklerinde çocukları tekrar değerlendirmişleridir.

Werner ve arkadaşları (1989, 1996) bu çocukların psikolojik sağlamlığına katkıda bulunan birçok özelliğini belirlemişlerdir. Werner, psikolojik sağlamlık gösteren çocukların başkalarından ilgi gören mizaçlarının olduğunu, ayrıca bu çocukları 20 aylıkken muayene eden pediatrist ve psikologlar tarafından uyanık, özerklik ve olumlu sosyal yönelimli olarak tanımlandıklarını görmüştür (Werner, 1989, 1996). İlkokul öğretmenleri, psikolojik sağlamlığa sahip çocukların arkadaşları ile iyi geçindiğini belirtmiştir. Bununla birlikte problem yaratan yüksek riskli diğer çocuklara göre daha iyi muhakeme ve okuma becerilerine sahip oldukları görülmüştür. Çocuklar yetişkinliğe ulaştığında ise psikolojik sağlamlığa sahip hem kızlar hem de erkekler diğer gruba göre başarı odaklı oldukları ve birkaç istisna dışında liseden sonra eğitime devam ettikleri görülmüştür (Werner, 1996). Otuş yaşındaki psikolojik sağlamlığa sahip grup zorlu durumlarla karşılaştıklarında en etkili kaynaklarının yeterlilik ve kararlılık olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte eşin ya da parnerin desteğine önem verdiklerini bildirmişlerdir. Werner aynı zamanda kadınların daha fazla destek kaynağından yararlandığını fakat erkeklerin daha çok kendi kaynaklarına güvendiğini bulmuştur. Werner ayrıca “her gelişim aşamasında, bireysel kırılganlığı artıran stresli yaşam olayları ile psikolojik sağlamlığı artıran koruyucu faktörler arasında değişen bir denge olduğunu” belirtmiştir (Werner, 1989). Bu dengenin yaşam boyunca değiştiğini de eklemiştir. Werner, biyolojik zorluklara maruz kalmanın ve yaşamın ilk on yılında bakımveren eksikliğinin erkekleri daha savunmasız hale getirdiğini belirtmektedir. Geç ergenlik döneminde ise bu eğilimin tam tersine döndüğü görülmektedir.

Werner (1996), çocukların yetişkin yaşamlarında başarılı uyum sağlamalarına yardımcı olan dört koruyucu faktör grubu tanımlamıştır. Gruplar çocuğun sahip olduğu

yetenekleri ve kendine olan inancını kullanmasına yardımcı olan mizaç, beceri ve değerler, yeterlilik için model olan ve benlik saygısını besleyen bakımverenlerin özellikleri ve tarzları ve güveni besleyen destekleyici yetişkinlere sahip olmak şeklindedir.

Werner, Garmezy ve Rutter'ın çalışmaları, risk altında olduğuna inanılan çocuklar için koruyucu faktörlerinin önemini vurgulamıştır. Aynı zamanda çocukların güç durumların üstesinden gelmeleri için neyin yardımcı olduğunu belirlemeye çalışan ilk araştırmaları yapmışlardır (Peters, 2005).

2.1.2. Psikolojik Sağlamlık Kavramının Tanımı ve Kapsamı

Psikolojik sağlamlık nasıl tanımlanacağı ve çalışılacağı konusunda bir fikir birliğinin olmaması nedeniyle geçmişte eleştirilen karmaşık ve çok yönlü bir yapıdır (Kaplan, 2013; Rutter, 2006). Garmezy ve Masten (1991) psikolojik sağlamlığı zorlayıcı ya da tehdit edici durumlar olmasına karşı başarılı bir adaptasyon süreci ve kapasite olarak tanımlamıştır. Psikolojik sağlamlık, olumsuz yaşantılara ya da potansiyel olarak travmatik olaylara maruz kalmış bireylerin (Luthar, Cicchetti, ve Becker, 2000) olumlu psikolojik adaptasyon sağladıkları dinamik, gelişimsel ve psikososyal bir süreç (Dyer ve McGuinness, 1996; Rutter, 1990, 2006) olarak kavramsallaştırılabilir. Psikolojik sağlamlık kavramı hem zorluklara ya da güçlüklerle maruz kalmayı hem de maruz kalınan zorluktan sonra olumlu bir uyumu içeren bir kavramdır (Friborg ve ark., 2009; Luthar ve Cicchetti, 2000; Masten ve Tellegen, 2012). Psikolojik sağlamlık olumsuz sonuçlar geliştirmeksizin bir bireyin zor koşulların üstesinden gelmesine yardımcı olan sahip olduğu güçlü yönlerle ya da varlıklara işaret etmektedir (Richardson, 2002).

Block ve Block (1980) ise bu durumu ego esnekliği olarak tanımlamaktadır. Başka bir ifadeyle zor durumlara karşı koymada becerikliliği ve esnekliği yansıtan bir dizi özellik olarak ifade etmektedirler. Bu tanım, psikolojik sağlamlığı benlik ile bireye yüklenen çevresel talepler arasındaki etkileşimin ürünü olan istikrarlı bir bilişsel yapı ya da şema olarak görmektedir (Block, 2002). Bununla beraber psikolojik sağlamlığın statik ve kişisel bir özellik olmadığını zaman içerisinde değişen dinamik bir süreç olduğunu belirtmek önemlidir (Cicchetti ve Garmezy, 1993; Luthar ve Cicchetti, 2000; Luthar ve ark., 2000; Everall ve ark., 2006; Luthar ve Zigler, 1991; Masten ve Tellegen, 2012; Werner, 2005). Psikolojik sağlamlık daha çok bireyin karşılaştığı zorlukla nasıl başa çıktığıdır. Psikolojik sağlamlık, yeni deneyimlerden, stres faktörünün ilave etkisinden, bireyin olgunlaşmasından ve yeni ilişkilerden etkilenebilmektedir (Werner ve Smith, 1982). Bununla birlikte psikolojik sağlamlık artabileceği gibi, olumsuz deneyimler sonucunda engellenebilmektedir (Bozak, 2013).

Psikolojik sağamlığın ne olmadığına değinmenin de ne olduğunu tanımlamakta yardımcı olabileceği düşünmektedir. Psikolojik sağamlık yukarıdaki tanımlarda bir sonuç olarak değil, sürekli bir süreç olarak tanımlanmıştır. Ancak bu durum bazı araştırmacılar tarafından eleştirilmektedir. Psikolojik sağamlık, öznel mutluluk veya olumlu duygulanım gibi geçici ruh hallerinden farklıdır; gerçekten de, yüksek stresli geçmişlerden gelen psikolojik sağamlığı yüksek çocukların, düşük stresli geçmişlerden gelen akranlarına göre daha depresif ve endişeli olma eğiliminde olduğu görülmektedir (Luthar, 1991). Bununla beraber psikolojik sağamlık başa çıkma davranışından farklıdır. Bunun yerine dışarıdan gelen stres faktörlerini engellemeyi, önlemeyi ve kontrol etmeyi içeren tepkilerdir (Pearlin ve Schooler, 1978). Etkili başa çıkma stratejileri ise genellikle psikolojik sağamlığın bir parçası olmaktadır (Campbell-Sills, Cohan ve Stein, 2006).

2.1.3. Psikolojik Sağamlığın Temelleri

Psikolojik sağamlık ile ilgili tanımlara bakıldığında, psikolojik sağamlık kişinin birtakım risk faktörlerine maruz kaldıktan sonra, koruyucu faktörler yoluyla riskli durumların olumsuz etkilerine iyi uyum sağlaması ya da normal gelişimsel sonuçlar elde ettiği durumların sonucunda oluştuğundan söz edilmiştir. Bu nedenle, psikolojik sağamlığı açıklamak için risk faktörlerinin, koruyucu faktörlerin ve olumlu sonuçların anlaşılmasına ihtiyaç vardır (Tümlü, 2012).

Risk faktörleri, bir problem ortaya çıkma olasılığını arttıran koruyucu faktörler ise bu olasılığı azaltma ya da ortadan kaldırma ihtimali olan faktörlerdir (Hawley ve DeHaan, 1996). Psikolojik sağamlığı etkileyen risk ya da koruyucu faktörlerin etkileşim içinde olabileceğini de unutmamak önemlidir (Mandleco ve Peery, 2000).

2.1.3.1. Risk Faktörleri

Risk faktörleri negatif gelişimsel sonuçlar ve psikolojik problemlere neden olan bireysel ve çevresel faktörlerdir (Engle, Castle ve Menon, 1996; Masten ve ark., 1990). Risk faktörleri, olası bir sorunun ortaya çıkması ya da devam etmesine neden olan faktörler olarak tanımlanmaktadır (Kirby ve Fraser, 1997; Akt., Gizir, 2007). Bu noktada bireyin risk faktörlerine sahip olmasının mutlaka olumsuz sonuçların meydana geleceği anlamına gelmediğinin belirtilmesi önemlidir (Garmezy, 1991; Werner, 1993). Bununla birlikte araştırmacılar zorlu olayların yalnızca çevresel olmadığını bireyin bu durumu nasıl değerlendirdiği ile ilgili olduğunu iddia etmektedirler (Luthar ve Zigler, 1991).

Tablo 1'e göre düşük bir risk durumunda başarı kazanan bir birey, psikolojik sağlam olarak kabul edilmemektedir. Bir bireyin "psikolojik sağlam" olarak nitelenebilmesi için

yüksek risk içeren bir durumda iken olumlu sonuç elde etmesi gerekmektedir. Bu nedenle, yüksek risk faktörleri psikolojik sağlamlığın tanımlanmasında ve anlaşılmasında bir yapıtaşdır (Brackenreed, 2010).

Tablo 1.

Risk faktörleri ve sonuç ilişkisi

Risk Düzeyi	Olumsuz Sonuç	Olumlu Sonuç
Düşük Risk	Tercih edilmeyen Sonuç	Becerikli/yeterli/başarılı
Yüksek Risk	Tercih edilmeyen Sonuç	Psikolojik Sağlamlık gösteren

Alan yazınında psikolojik sağlamlık için risk faktörleri farklı gruplarla açıklanmıştır. Bunlardan biri Gizir'nin (2007) oluşturduğu bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörleri gruplamasıdır. Bu gruplama farklı çalışmalardan eklemeler aşağıda listelenmiştir.

2.1.3.1.1. Bireysel(İçsel) Risk Faktörleri

Erken dönem olumsuz yaşantılar, erken doğum ve süregelen hastalıklar bireysel risk faktörleridir (Gizir, 2007). Bu faktörlere düşük doğum ağırlığı, gebelik döneminde annenin ilaç kullanması, fiziksel engeller (Engle ve ark., 1996), azınlık statüsü, cinsiyet, zayıf dürtü kontrolü, düşük zeka (Luthar ve Cicchetti, 2000; Öz ve Yılmaz, 2009), utangaç olma, geçimsiz mizaca sahip olma, akademik başarısızlık, madde kullanımı, düşük IQ seviyesi (Öz ve Yılmaz, 2009) genetik bozukluklar ve suç işleme (Kararımak, 2006) de eklenmektedir.

2.1.3.1.2. Ailesel Risk Faktörleri

Psikopatolojik veya süregelen (kronik) bir hastalığı olan ebeveyne sahip olma, ergenlik döneminde anne olma, ebeveynlerin boşanması veya ayrılması, tek ebeveyn ile birlikte yaşamak veya ebeveynlerden birinin ölümü ailesel risk faktörleridir (Gizir, 2007). Bu faktörlere düşük sosyo-ekonomik durum, aile içi çatışma, üvey ebeveyn ile büyüme, ebeveynler arasında gerilimin varlığı (Wille, Bettge ve Ravens- Siebere, 2008), yetersiz ebeveyn denetimi, bakım verenin ruh sağlığı problemlerinin varlığı (Nelson, Stage, Duppong-Hurley, Synhorst, ve Epstein, 2007; Wille, Bettge, Raven-Sieberer, 2008), dört ya da daha fazla çocuğa sahip bir ailede yaşama, evlat edinilmiş olma, çocukların aralarındaki yaş farkının iki yıldan daha az olması ve aileden istismar türlerinden birine maruz kalma da bu faktörlere eklenmektedir (Arslan ve Balkıs, 2016; Öz ve Yılmaz, 2009).

2.1.3.1.3. Toplumsal Risk Faktörleri

Gelir düzeyinin düşük olması, yoksulluk ve ekonomik sıkıntılar, çocuk ihmali ve istismarı, savaş, göç ve doğal afetler gibi travmalar, evsizlik ve toplumsal olarak şiddete maruz kalma çevresel risk faktörleridir (Gizir, 2007). Toplumsal risk faktörleri suç oranının yüksek olduğu bir mahallede yaşamak, yetersiz bir okula gitmek (Engle ve ark., 1996), savaş, politik şiddet, doğal afetler (Engle ve ark., 1996; Garmezy ve Rutter, 1985) diğer risk faktörleri arasındadır.

Risk faktörleri sabit ve değişebilen risk faktörleri olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (Nelson ve ark., 2007). Sabit risk faktörleri, azınlık bir grubun üyesi olmak gibi değişmezdir. Değişken faktörler riskin değişebileceğini gösterir fakat bu sonucun kesinlikle değiştiği anlamına gelmemektedir. Örneğin ebeveynlerin lise diplomasına sahip olması. Bir ebeveynin eğitimi zamanla değişebilse de, çocuğun eğitim yörüngesinin gidişatını mutlaka değiştirebilir.

Araştırmacılar risk faktörlerinin genellikle tek başına ortaya çıkmadığını bir arada grup ve etkileşimle ortaya çıktığını belirtmişlerdir. (Masten ve Coatsworth, 1998; Masten ve Reed, 2002). Bu bağlamda risk faktörlerinin de psikolojik sağlık gibi dinamik bir süreç olduğunu söyleyebiliriz. Ek olarak araştırmalar aynı zamanda birden fazla risk faktörüne ya da riske uzun süre maruz kalmanın yalnızca bir faktöre maruz kalmaktan daha fazla etkili olduğunu belirtmektedir (Bonamo ve Mancini, 2008; Engle ve ark., 1996).

2.1.3.2. Koruyucu Faktörler

Koruyucu faktörler psikolojik sağlamlığı arttırmaya ya da korumaya yardımcı olan faktörlerdir. Yaşanılan zorlu durumların etkilerini olumlu yöne çeviren, zararlı etkilere karşı tampon görevi üstlenen ya da koruyan iç ve dış faktörler tanımlanır (Everall ve ark., 2006; Luthar ve Cicchetti, 2000; Luthar ve Zigler, 1991). Bu faktörlerin bazılarının yaşam dönemine özgü olması bazılarının ise yaşam boyu devam edebileceği dikkat edilmesi gereken bir konudur (Herrman ve ark., 2011). Risk faktörlerinin sayıca çok fazla olması durumunda koruyucu faktörlerin var olması yeterli olmayacaktır (Masten ve Coatsworth, 1998).

Alan yazınında psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörler farklı gruplarla açıklanmıştır. Bunlardan biri Gizir'nin (2007) oluşturduğu bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörleri gruplamasıdır. Bu gruplama farklı çalışmalardan ekleme yaparak aşağıda listelenmiştir.

2.1.3.2.1. Bireysel (İçsel) Koruyucu Faktörler

İyi düzeyde zeka, kolay mizaç, bilişsel yetenek, benlik saygısı ve öz-yeterlilik, gelecek için planlama yapma ve olumlu beklentiler, içsel kontrol, mizah yeteneğine sahip olma, etkili problem çözme becerisinin olması, umut, iyimser bir bakış açısı, öz farkındalık, özerklik, öz güven, sağlık, cinsiyet ve yaş bireysel faktörlerdendir (Gizir, 2007). Entellektüel kapasiteye sahip olma (Everall ve ark., 2006), esnek olmak (Everall ve ark., 2006; Werner, 2005) sorumluk sahibi olma, empati kurabilme (Arslan, 2015) ve sosyal yeterlik (Kumpfer, 1999) bu faktörlere eklenmektedir.

2.1.3.2.2. Ailesel Koruyucu Faktörler

Destekleyici ebeveynler ya da aileden biriyle olumlu ilişkiler, etkili ebeveynlik/aile yapısı ve kuralları ve çocuğa yönelik gerçekçi beklentiler ailesel koruyucu faktörlerdir (Gizir, 2007). Ayrıca anne ile çocuk ilişkisinin sağlıklı olması, olumlu ev iklimi, ebeveynlerin eğitim düzeyinin iyi olması (Gizir ve Aydın, 2006; Kararımak 2006; Öz ve Yılmaz, 2009), sosyo-ekonomik açıdan avantajlı bir aileye sahip olmak (Erarslan, 2014; Gizir ve Aydın, 2006; Kararımak 2006) faktörleri eklenmektedir.

2.1.3.2.3. Toplumsal Koruyucu Faktörler

Okulların, sağlık kliniklerinin, din kuruluşlarının, kulüplerin etkinlikleri (Engle ve ark., 1996), spor, hobi veya dini aktivitelere katılmak (Everall ve ark., 2006), arkadaş, öğretmen ve diğer destekleyici yetişkinlerden oluşan bir ağa sahip olmak (Everall ve ark., 2006; Luthar ve ark., 2000; Luthar ve Zigler, 1991; Masten ve ark., 1990; Werner ve Smith, 1982; 1992), okul deneyimleri (Luthar ve ark., 2000; Luthar ve Zigler, 1991; Masten ve ark., 1990), akran kabulü (Werner ve Smith, 1992) ve bir veya daha fazla arkadaşına sahip olmak (McWhirter ve ark., 1998; Akt., Gürgen, 2006) toplumsal koruyucu faktörler olarak değerlendirilmektedir.

2.1.3.3. Psikolojik Sağlamlık ve Olumlu Sonuçlar

Her bireyin psikolojik sağlamlık düzeyi farklıdır. Aynı zamanda risk faktörüne karşı koruyucu faktörlerin etkileri ve bireylerin risk faktörlerine karşı vermiş oldukları tepkiler de farklıdır. Bu tepkilerin farklılaşmasında etkili olan noktalardan biri de yeterliliklerdir (Gürgen, 2006). Olumlu sonuçlar olağandışı önemli gelişimler değil, olası sonuçlardır (Rutter, 2001). Psikolojik sağlamlık araştırmalarında yeterlik ölçütleri olarak sosyal ve akademik başarının olması, gelişimsel görevlerin gerçekleştirilmiş olması, mutluluk ve yaşam doyumu gibi olumlu yaşantıların olması, uyumsuzluk, psikopatoloji gibi riskli davranışların olmaması

vurgulanmıştır (Luthar ve Cushing, 1999; Masten ve Reed, 2002; Akt., Gizir, 2007). Gelişim psikolojisi açısından ise bireyin gelişim görevlerini yapabiliyor olması olumlu sonuç olarak tanımlanabilir (Masten ve Reed, 2002). Masten ve Reed (2002) üzerinde en çok düşünülmüş olumlu sonuçları şöyle özetlemişlerdir:

- Akademik başarı: Okul başarı puanları, okula devam etme, mezuniyet.
- Olumlu davranışlar: Kurallara uygun davranışlar, anti-sosyal hareketlerin olmaması.
- Akran kabulü ve yakın arkadaşlık kurma.
- Psikolojik sağlık.
- Spor ve toplum hizmeti gibi ders dışı etkinliklere katılmak.

2.1.4. Psikolojik Sağlık Düzeyi Yüksek Olan Bireylerin Özellikleri

Olumsuz koşullarda büyüyen fakat kendilerinden beklendiği gibi olumsuz davranışlar sergilemeyip sağlıklı gelişim gösteren bireyler “psikolojik açıdan sağlam” şeklinde adlandırılmıştır (Rutter, 1987). Psikolojik sağlık kavramı üzerine yapılan çalışmalar daha çok, stres verici gelişimsel geçişler ile travmatik olaylarla ilgili gerçekleştirilmiştir. Sonuç olarak bu tip stres verici durumlara maruz kaldığında kişisel güçlerini kullanarak iyi işlevsellik gösteren bireyler psikolojik açıdan sağlam şeklinde değerlendirilmişlerdir (Tusaie ve Dyer, 2004).

Psikolojik açıdan sağlam insanlar;

- Çevreleri üstünde bir etki oluşturabileceklerine, zorlukları kendileri ve başkalarının iyiliği ve gelişimi için birer fırsata dönüştürebileceklerine inanırlar.
- Değiştiremeyecekleri durumları kabul eder, hatalarından ders çıkarır, duygularını kendilerine yararlı olacak şekilde düzenler ve zorluklarda ya da sorunlarda bile anlam bulmaya çalışırlar.
- Gelecek için plan yapar ve yaşamın belirli alanlarında başarılı olmak için motive olurlar; üretken ve aktiftirler.
- Kişisel hedeflere doğru ilerlerken kararlılık gösterirler.
- Esnek yapıları sayesinde zorluklara, sınırlılıklara ve değişen yaşam koşullarına uyum sağlamaları kolaydır (Southwick, Vythilingam ve Charney, 2005).
- Merak, mizah anlayışı ve içgörüye sahiplerdir (Masten, 2001).
- Gerçeği kabul ederler, yaşamın anlamlı olduğuna inanırlar ve güçlerini toplayıp ileri doğru adım atabilirler.
- Açıklamaları ve kontrolü dışında gelişen olaylara karşı inanç ve düşüncelerini gözden geçirip gerekirse onlar üzerinde değişiklik yapabilirler.

- Başarısızlıkları ve sınırları fark edebilirler. Bu durum, sorunlara çözüm bulamayabileceğimizi ve hata yapabileceğimizi gösterir (Koydemir ve Bulgan, 2019).

Ungar, Dumond ve McDonald (2005) psikolojik sağlamlığı olan çocuk ve ergenlerin özelliklerini bireysel, kişilerarası, aile, aile dışındaki çevrenin özellikleri (arkadaş, okul ve toplum) ve sosyal- kültürel etkileşim olmak üzere beş grupta incelemiştir.

Bireysel özellikleri, geçmişte ve şu an fiziksel ve bilişsel bir yeterlik, özyeterlik, olumlu benlik kavramı, farkındalık, mizah, iyimserlik, umut, amaca sahip olmak, problem çözme yeteneği, sağlıklı cinsel kimlik, girişimci, azimli, empati yeteneği, duygularını ifade edebilen, özerk, ahlaki ve zamanı iyi yönetebilen bireyler olarak tanımlamaktadır.

Psikolojik sağlamlığa sahip çocuk ve ergenler kişilerarası ilişkilerinde anlamlı ilişkiler kurabilen, güçlü bağları olan, duygu düzenleme yeteneği yüksek, sosyal yeterlik, diğerlerinin olumsuz kavranışlarına karşı koyabilme, başkaları tarafından zor durumda kaldığında benlik saygısı koruyabilme, kişilerarası ilişkileri planlama yeteneği, kişilerarası problemleri çözme yeteneği ve diğerleri ile etkileşim halinde olmak olma özelliklerine sahiptir.

Aile özelliklerine bakıldığında ise, ebeveynin çocuğun yaşına uygun takibi, nitelikli ebeveynlik, ailenin ihtiyacını ve sosyal beklentisini karşılayacak gelir, tehlikeli aile içi iletişimden kaçınma, aile içinde duyguların ifade edilebilmesi ve problemlerin birlikte çözülebilmesi, esneklik, düşük düzeyde aile çatışması yer almaktadır.

Psikolojik sağlamlığa sahip çocuk ve ergenlerin ailenin dışındaki çevresinin sahip olduğu özellikler (arkadaşlar, okul, toplum), ihtiyacı olduğunda rehberlik sağlayabilecek mentor, riskin olumsuz etkilerine karşı koyan topluluk kaynaklarına ve sosyal ağlarına erişim, güvenli ortam, tehlikeli ve damgalayıcı olmayan çevre, algılanan sosyal destek, manevi destek, madde kullanımından uzak durma, toplumun başarı beklentisi, okula ya da öğretime erişim, güvenlik ve mesleki fırsatlar bulunmaktadır.

Yüksek sosyal statü, ailenin ekonomik durumunun istikrarlı olması, birliği vurgulayan dünya görüşü, olayların toplum normlarına uygun olarak algılanması sosyal- kültürel etkileşim grubunda sayılan özellikler olmaktadır.

2.1.5. Psikolojik Sağlamlığın Önemi

Sürekli gelişen ve değişen dünya ile beraber bireyler yaşamın her alanında sorunlarla karşılaşmaktadır. Bireyin yaşadığı sorunlara karşı dayanıklı olabilmesi ve uyum sağlaması psikolojik sağlamlığının varlığını göstermektedir (Gizir, 2007). Ülkemizdeki zor ekonomik koşullar, sıkça yaşanan doğal afetler ve terör gibi felaketler düşünüldüğünde, psikolojik sağlamlık kavramının önemi giderek artmaktadır (Kararırmak, 2006). Araştırmalara göre psikolojik sağlamlığa sahip olan bireyler;

- Fiziksel olarak daha sağlıklı
- Akademik ve iş yaşamında daha başarılı,
- Yaşamından memnun olan (Souri ve Hasanirad, 2011) ve yakın ilişkilerinden daha fazla doyum alan,
- Pozitif ruh hali,
- Daha mutlu ve depresyon yaşama riski daha az olan insanlardır (Rudwan ve Alhashimia, 2018; Campbell- Sills ve ark., 2006; Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels ve Conway, 2009; Fredrickson, Tugade, Waugh ve Larkin, 2003; Yi, Vitaliano, Smith, Yi ve Weinger, 2008; Tait, 2008).

Bu bağlamda bireylerin sorunlarla başa çıkabilmeleri, olumsuzluklar karşısında uyum göstermeleri ve kendilerinden sonra gelecek bir sonraki kuşağı daha dayanıklı yetiştirebilmeleri açısından psikolojik sağlamlıklarının arttırıcı çalışmaların yapılması önem taşımaktadır (Kararımak, 2006).

Psikolojik sağlamlık stresli durumlara karşı bireyi koruyan bir faktördür. Koruyucu faktörler, risk faktörleri ve olumlu sonuçlar psikolojik sağlamlığın temellerini oluştururlar. Çocuk ve ergenlerin psikolojik sağlamlığa sahip olması birçok sosyal, bilişsel ve duygusal olumlu çıktıya neden olur. Bu bağlamda şimdi psikolojik sağlamlığın yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırmalarına geçilecektir.

2.1.6. Psikolojik Sağlamlık Kavramı ile İlgili Araştırmalar

Bu bölümde psikolojik sağlamlık ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırmalardan bazılarını kronolojik sırayla yer verilmiştir.

2.1.6.1. Yurt İçinde Psikolojik Sağlamlık İle ilgili Yapılan Araştırmalar

Gizir (2004) Ankara’ da gecekondü bölgesinde yer alan okullara devam eden 439’u kız 433’ü erkek toplam 872 sekizinci sınıf öğrencisinin akademik sağlamlıklarının gelişmesini sağlayan koruyucu faktörleri incelemiştir. Akademik başarı olarak 6.,7. ve 8. sınıf not ortalamaları alınmıştır. Araştırmanın sonucunda yüksek beklenti, okulun ve arkadaşların ilgi ve sevecenliği olarak sayılan dışsal koruyucu faktörlerin akademik sağlamlığı geliştiren en temel dışsal koruyucu faktör olduğu rapor edilmiştir. Diğer yandan, içsel koruyucu faktörlerden olan öğrencinin kendi akademik yeterliliğine karşı olumlu algısı, yüksek eğitimsel beklenti, empati, içten kontrol odağı ve umutlu olmanın akademik sağlamlıkla ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Özcan (2005) ergenlerin ailelerinin boşanmışlık - birliktelik ve cinsiyetine göre psikolojik sağlamlık özellikleri ve koruyucu faktörleri karşılaştırmıştır. Bununla beraber

ailelerin boşanmışlık – birliktelik durumunun ve cinsiyetin psikolojik sağlamlık özelliklerini ve koruyucu faktörleri yordayıp yordamadığına bakılmıştır. Araştırmanın örneklemini 70'i boşanmış 82'si birlikte toplam 152 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın sonucunda ailenin boşanmışlık–birliktelik durumuna göre psikolojik sağlamlıkları anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Lise öğrencilerinin ailelerinin boşanmışlık–birliktelik durumu psikolojik sağlamlık özelliklerini ve koruyucu faktörleri anlamlı biçimde yordamaktadır. Cinsiyete göre ise anlamlı bir farklılık yoktur. Anne-babası birlikte olan lise öğrencilerinin sahip olduğu toplumdaki koruyucu ilişkiler ve yüksek beklentiler, ailedeki koruyucu ilişkiler ve problem çözme düzeyleri anne-babası boşanmış olanlara göre daha yüksektir. Cinsiyete göre ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Lise öğrencilerinin ailelerinin boşanmışlık–birliktelik hali sahip oldukları yılmazlık özelliklerini anlamlı olarak yordarken cinsiyet yordayan bir değişken değildir.

Eminağaoğlu (2006) sokakta yaşayan çocukların karşılaştığı gelişimsel risklerin ve bu riskler karşısında gösterdikleri psikolojik sağlamlık özelliklerini incelemiştir. İzmir'de yaşayan 12-16 yaş arası erkek 27 sokak çocuğu ve 12-16 yaş arası sokak yaşantısı olmamış 27 çalışan erkek çocuktan oluşan kontrol grubu ile çalışmıştır. Gruplara WISC-R, MOA ölçeğini, psikolojik sağlamlığı ölçmek için Rorschach testi ve Exner bütünleyici sistemini veri toplama aracı olarak kullanmıştır. Araştırmanın sonucunda sokak çocuklarının işbirliğine ve duygusal yakınlık kurma ve sürdürmeye istekli oluş açısından çalışan çocuklara göre daha yatkın oldukları görülmüştür. Ayrıca sokak çocuklarının çalışan çocuklara göre daha yüksek düzeyde depresif duygulanıma sahip oldukları; etkili örgütsel davranışlarının daha yetersiz olduğu, daha yüksek düzeyde bilişsel katılığa sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda projektif testlerin psikolojik sağlamlık ile ilgili anlamlı verileri ortaya çıkarmada geçerli sonuç verdiği görülmüştür.

Kaya (2007) yatılı bölge okulu II. kademe 6. 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın içsel faktörlerinin yordamasında benlik saygısı, umut ve dışsal faktörlerin rolünü incelemiştir. Ankara ilindeki dört yatılı bölge okulunda okuyan 391 öğrenci ile örneklem oluşturulmuştur. Araştırma sonucunda umut ve dışsal faktörlerin bazıları (Ev içi ilgi, Yüksek Beklentiler ve Etkinliklere Katılım, Çevresel ilgi ve Yüksek Beklentiler, Okul içi ve Çevresel Etkinliklere Katılım, Arkadaş ilişkilerinde ilgi ve Yüksek Beklentiler) psikolojik sağlamlığı yordamada anlamlı bulunmuştur. Benlik saygısı ve dışsal faktörlerden bazıları (Okul içi ilgi ve Yüksek Beklentiler ile Okula Bağlılık) toplam psikolojik sağlamlık puanlarını anlamlı düzeyde yordamaktadır. Değişkenlerin kızların psikolojik sağlamlık puanlarındaki varyansın %69'unu, erkek öğrencilerin puanlarındaki varyansın ise % 70'ini açıkladığı rapor edilmiştir.

Önder ve Gülay (2008) sekizinci sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ile kendilik kavramı ve cinsiyet değişkenleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda, cinsiyet ve kendilik kavramı değişkenlerinin psikolojik sağlamlıkla ilişkili olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda, kız öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu ve psikolojik sağlamlık ve kendilik kavramı arasında orta düzeyli pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu belirtilmiştir.

Sipahioğlu (2008) farklı risk gruplarında (yoksulluk ve tek ebeveyn ile yaşama) yer alan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını incelemiştir. Araştırmanın sonucunda okul içi ilişkilerde ilgi, yüksek beklentiler ve okul içi etkinliklere katılım olumlu sonuçlara ulaşmada risk faktörlerini azaltan önemli dışsal faktörler arasındadır. Tek ebeveyn ile yaşayan ergenlerin aileleri ya da komşuları dışında okullarında öğretmenlerinin kendileri ile ilgilenmesinin risk grubundaki ergenler için önemli bir koruyucu faktör özelliğine sahip olduğu görülmüştür. Okul türlerine göre ise yatılı olmasından dolayı öğretmenleri ile daha fazla vakit geçirebilen Anadolu Öğretmen ve Fen Lisesi öğrencileri Anadolu lisesinden olumlu yönde farklılaşmıştır. Araştırma sonuçları tek ebeveyn ile yaşayan ergenlerin ev içi ilişkilerde ilgi, yüksek beklentiler ve ev içi etkinliklere katılım koruyucu özelliklerinde daha yüksek puan aldıklarını; problem çözme becerileri, amaçlar ve eğitimsel beklentiler koruyucu faktör özelliklerinde ise daha düşük puan aldıkları görülmüştür. Cinsiyet değişkenine göre ise arkadaş grubundaki ilgi, empati, amaçlar ve eğitimsel beklentiler koruyucu faktör özellikleri kızlarda; problem çözme becerilerine ilişkin algıları ise erkeklerde daha yüksektir.

Yılmaz-Irmak (2008) çocuk istismarı ve ihmalinin yaygınlığı ve psikolojik sağlamlık ile ilişkisini incelemiştir. Örneklem için okula devam eden 1607 ergene (12-17 yaş) ulaşılmış fiziksel istismara uğrayan 216 ve uğramayan 302 ergen ile çalışma grubu oluşturulmuştur. Araştırmanın sonucunda, fiziksel istismarın ruh sağlığı üzerindeki etkisi için bağlanmanın ve benlik saygısının; risk alma davranışları üzerindeki etkisi için ise sadece bağlanmanın tam aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir. İstismarla ilişkili özelliklerden, istismarın süresi, istismarın şiddeti ve istismar eden kişi sayısının psikolojik sağlamlık ve yetersiz olarak tanımlanan gruplar arasında farklılaştığı ve bu özelliklerin psikolojik sağlamlık ile olumsuz yönde ilişkili olduğu rapor edilmiştir.

Onat (2010) düşük sosyoekonomik düzeydeki lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada psikolojik sağlamlık, demokratik ve otoriter olarak algılanan anne-baba tutumları ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda anne ve babalarını demokratik olarak algılayan öğrencilerin, anne ve babalarını otoriter algılayan öğrencilere göre psikolojik sağlamlık düzeyinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur.

Yılmaz ve Sipahioğlu (2012) farklı risk gruplarında (ölüm, boşanma ya da tek ebeveyn ile yaşamak) yer alan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını incelemiştir. Araştırmanın sonucunda ailesi ile birlikte yaşayan ergenlerin ev içi ilişkilerde ilgi, yüksek beklenti alt boyutlarından aldıkları puanlar tek ebeveyn ile yaşayan ergenlerin puanlarından düşüktür. Bununla birlikte problem çözme becerileri, amaçlar ve eğitimsel beklentiler alt boyutundan alınan puanlar ise aile ile birlikte yaşayan ergenlerde tek ebeveynle yaşayan ergenlere göre daha yüksektir. Tek ebeveyn ile yaşayan kızların arkadaş grubundaki ilgi, empati ve ev içi ilişkilerde ilgi puanları erkeklere göre, erkeklerin problem çözme becerilerine ilişkin algı puanları kızlara göre daha yüksektir.

Arslan (2015b) ergenlerin psikolojik sağlamlıkları ile öz-yeterlilik, benlik saygısı ve olumlu duygular arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçları psikolojik sağlamlık ile incelenen değişkenler arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu göstermiştir. Aynı zamanda öz-yeterlilik, benlik saygısı ve olumlu duyguların psikolojik sağlamlığın yordayıcıları olduğu bulunmuştur.

Uz Baş ve Yurdabakan (2017) ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık, okul iklimi ve yaşam doyumlarını incelemiştir. Araştırmanın sonucunda, ortaokul öğrencilerinin okul iklimi ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin yaşam doyumlarının anlamlı yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Her iki değişkenin birlikte yaşam doyumu üzerindeki varyansının yaklaşık %33 olduğu belirtilmiştir.

Bostan (2018) ergenlerin algıladıkları psikolojik istismar ve öznel iyi oluş ilişkisinde psikolojik sağlamlık ve sosyal bağlılığın aracı rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda, psikolojik istismarının öznel iyi oluş, sosyal bağlılık ve psikolojik sağlamlıkla olumsuz yönde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca araştırmada sosyal bağlılığın, psikolojik istismar-psikolojik sağlamlık ilişkisinde kısmi aracılık rolü olduğu belirtilmiştir. Ek olarak psikolojik sağlamlık ve öznel iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Aynı şekilde psikolojik sağlamlık ile sosyal bağlılık arasındaki ilişkinin pozitif yönde anlamlı olduğu bulunmuştur.

Gez (2018) Suriyeli çocuk ve ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri ve çeşitli değişkenler açısından ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, aileden algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlamlığı yordadığı, yıl kaybı olan çocukların aileden algıladıkları desteğin düşük olduğu, yaşadığı zorluklar sebebiyle yardım alan çocuklar ve ergenlerin psikolojik sağlamlık ve algıladıkları sosyal desteğin düzeyinin yüksek olduğu belirtilmiştir. Aynı zamanda dil değişkeninin, fiziksel istismarın ve aile içi

şiddete tanık olmanın psikolojik sağlamlık ve algılanan sosyal destek düzeylerini etkilediği rapor edilmiştir.

Çetinkaya ve Sarıcı-Bulut (2019) ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile öznel iyi oluşu arttırma stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, ergenlerin öznel iyi oluşu arttırma stratejileri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Demografik değişkenlere bakıldığında ise psikolojik sağlamlık düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca psikolojik sağlamlık düzeyinin algılanan ekonomik düzeyi yüksek, akademik yüksek ve okula karşı tutumu olumlu olanların olumsuz olanlara göre anlamlı bir farklılık gösterdiği rapor edilmiştir. Ek olarak yaş arttıkça psikolojik sağlamlık düzeyinin düştüğü bulunmuştur.

Akgün ve Uz Baş (2020) ergenlerin güvengencilik ve mizah tarzlarının psikolojik sağlamlığı yordama gücünü araştırmıştır. Araştırma sonucunda psikolojik sağlamlık ve güvengencilik arasında pozitif yönde; psikolojik sağlamlık ile katılımcı ve kendini geliştirici mizah arasında pozitif yönde; psikolojik sağlamlık ile saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah arasında negatif yönde ilişki belirlenmiştir. Ek olarak ergenlerin cinsiyet, okul türü ve sınıf düzeyine psikolojik sağlamlık düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür.

Işık ve Çelik (2020) ergenlerde sosyal dışlanma, sosyal kaygı, cinsiyet ve sınıf düzeyine göre psikolojik sağlamlık düzeyini incelemiştir. Araştırma sonucunda sosyal dışlanma ve sosyal kaygı ile psikolojik sağlamlık arasında negatif anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ek olarak cinsiyete göre ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür. Sınıf düzeylerine göre ise 9.sınıfa devam eden ergenlerin 7. sınıfa devam eden ergenlere göre daha düşük psikolojik sağlamlığa sahip olduğu belirlenmiştir.

Keskin (2021) ergenlerin ebeveynlerinin duygusal erişilebilirliği ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda anne duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasında duygusal özerkliğin biçimlendirici rolü olduğu tespit edilmiştir. Diğer taraftan baba duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasında duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünün olmadığı belirlenmiştir.

2.1.6.2.Yurt Dışında Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Baldwin, Baldwin ve Cole (1990) yüksek risk altındaki 12- 14 yaşlarında 152 ergenin, geçmişleri dikkate alındığında nasıl beklenenden daha yüksek bilişsel yeterliliğe sahip olduklarını incelemiştir. Bu nedenle araştırma, bir yüksek risk grubu ve bir düşük risk grubu olmak üzere karşılaştırmalı yapılmıştır. Risk grubu için aile meslek düzeyi, aile eğitim düzeyi, azınlık olma durumu ve babağın yokluğu kriterleri dikkate alınmıştır. Araştırma sonucunda

yüksek riskli ailelerin düşük risk grubunda yer alan ailelere göre kısıtlayıcı ve otoriter oldu görülmüştür. Ayrıca bu ailelerin çocuklarının uyma davranışını daha yakından takip ettikleri rapor edilmiştir. Anne- babanın zeka düzeyinin ise bilişsel gelişim ile ilgili olduğu belirlenmiştir.

Cicchetti ve Rogosh (1997) kötü muamele görmüş ve sosya-ekonomik olarak dezavantajlı çocukların psikolojik sağlıklarını boylamsal bir çalışma ile incelemiştir. Araştırmada ihmal edilmiş 133 ve ihmal edilmemiş 80 çocuk 3 yıl boyunca takip edilmiştir. Araştırmanın sonucunda ihmal edilmiş çocukların ihmal edilmemiş çocuklara göre daha çok dışsallaştırma ve daha az prososyal davranış gösterdiği, işlevselliklerinin düşük ve okula uyumlarının zayıf olduğu rapor edilmiştir. İhmal edilmiş çocukların daha düşük ego sağlığının olduğu ve entelektüel becerilerinin daha az geliştiği görülmüştür. İhmal edilmiş çocuklar için olumlu benlik saygısı, ego esnekliği ve ego kontrolünün psikolojik sağlık ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Dumont ve Provost (1998) ergenlerde psikolojik sağlık, benlik saygısı ve baş etme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada ergenler psikolojik sağlam olan ve olmayan olarak ikiye ayrılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda psikolojik sağlam olan ergenlerin diğer gruba göre daha yüksek benlik saygısı ve sorun çözme stratejilerine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Masten, Hubbard, Gest, Tellegen, Garnezy ve Ramirez (1999) ilkökul yıllarından itibaren on yıl boyunca 250 çocuğun gelişimini incelemiştir. Çocukluktan ergenliğe kadar öğrenciler akademik başarı, davranış ve arkadaşlarla sosyal ilişkiler olmak üzere üç ana yetkinlik açısından değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonucunda akademik başarı, davranış ve arkadaşlarla sosyal ilişkiler ölçümlerinde ortalamının üzerinde olan ergenlerin psikolojik sağlığa sahip olduğu kabul edilmiştir. IQ ve ebeveynliğin antisosyal davranışlar açısından koruyucu bir role sahip olduğu görülmüştür. Psikolojik sağlığa sahip ergenlerin (yüksek zorluk, üç alanda yeterlik), ortalama veya daha iyi IQ, ebeveynlik ve psikolojik iyi- oluş ile ilgili diğer özelliklere daha az güçlkle karşılaşmış arkadaşlarına göre daha fazla sahip oldukları tespit edilmiştir. IQ ve ailesel kaynakların, ciddi sıkıntılar bağlamında çocuk gelişimi için temel bir koruyucu faktör olduğu belirlenmiştir.

Howard ve Johnson (2000) risk altında olan 38'i psikolojik sağlık özellikleri gösteren ve 33'ü psikolojik sağlık özellikleri göstermeyen olmak üzere 71 ergenin psikolojik sağlıklarını incelemiştir. Araştırma sonucunda kişisel başarı, özerklik, özyeterlik, sorun çözme becerileri başkaları için sorumluluk duyma, zorlu işleri kabul etme, çatışma çözümü, ait olma duygusu ve bağlanabilirlik, sosyal becerilere sahip olma, aile dışında

bir yetişkinle ilişki, arkadaşlık kurma ve sürdürme için gerekli olan sosyal beceri, özsaygı, geleceğe yönelik gerçekçi planlar, okuma becerileri, gelecek yönelimli olma, umut, başarı için sebat ve destekleyici ilişkilerin koruyucu faktörlerler olduğu tespit edilmiştir.

Shetgiri ve arkadaşları (2009), düşük gelirli ailelerde yaşayan Latin gençlerin, risk ve psikolojik sağlamlıklarını incelemiştir. Bu çalışma için gerekli bilgiler, gençler ve ebeveynleri ile görüşmeler yapılarak edinilmiştir. Araştırmanın sonucunda, bakım veren ve toplumsal kaynaklardan gelen destekler, düşük gelir grubundaki gençlerin başarılı olmalarını sağlayan ve psikolojik sağlamlık düzeylerini arttıran faktörler olarak belirlenmiştir. Ayrıca tüm paydaş grupları arkadaşlarının potansiyel destek kaynakları değil başarıya ulaşmanın potansiyel engelleri olduğunu düşündüklerini söylemiştir.

Carlson, Cacciatore ve Klimek (2012) Amerika'ya 16 yaşında göç eden Sudanlı mülteci çocuk üzerinden bir vaka incelemiştir. Mültecilerin birçok farklı risk faktörüne maruz kalmalarına rağmen yeni bir ülkeye ve bu ülkenin kültürüne uyum sağlamada psikolojik sağlamlıklarının ve başa çıkma stratejilerinin etkisini konu edinmektedir. Araştırmanın sonuçlarına göre hayata yönelik olumlu bakış açısına sahip olma, sağlıklı başa çıkma mekanizmaları, dindarlık ve prososyal kuruluşların mültecilere olan desteğinin mültecilerin psikolojik sağlamlıkları üzerinde etkili olduğu savunulmaktadır. Bu sonuçlara göre araştırmada mültecilerin psikolojik sağlamlık süreçlerine katkıda bulunacak yeni sosyal hizmet modelleri önerilmiştir.

Williams ve Nelson-Gardell (2012) cinsel istismara maruz kalan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini arttıran faktörleri incelemiştir. Araştırmanın sonucunda, ergenin bakımını üstlenen bireyin sosyal desteği, sosyoekonomik seviyenin yüksek olması, okula devamlılık ve umudun psikolojik sağlamlığı yordadığı saptanmıştır.

Perron, Cleverley ve Kidd (2014) evsiz gençlerde psikolojik sağlamlık, yalnızlık ve psikolojik sıkıntı arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma sonucunda, yüksek psikolojik sıkıntı yaşayan gençlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin düştüğü rapor edilmiştir. Bununla birlikte, psikolojik dayanıklılığın yalnızlık duygusuyla anlamlı bir ilişkisi olmadığı belirtilmiştir.

Scott, Wallander ve Cameron (2015) yaptığı metaanalizde 12 ila 21 yaş arası katılımcılar, depresyon sonucu olan, depresif ruh hali ya da depresif semptomlar, ırksal/etnik azınlık üyesi ve en az bir varsayılan koruyucu faktörün ve risk faktörü ile etkileşimini ele alan çalışmalar dahil edilme kriterleri içerisinde. Araştırmanın sonunda istihdam, ders dışı faaliyetler, baba-ergen yakınlığı, gençlerin aile birlikteliği, anne desteği, ağırlıklı olarak azınlık okullarına gitme, mahalle kültürünü, ebeveyn dışı destek, ebeveynin açıklayıcı akıl

yürütmesi, dindarlık, benlik saygısı, sosyal aktiviteler ve olumlu erken dönem öğretmen ilişkilerinin koruyucu mekanizmalar olduğu belirlenmiştir.

Aitcheson, Abu- Bader, Howell, Khalil ve Elbedour (2017) Filistin’de sisyasi çalışmalardan etkilenen ve Gazza’de liseye devam eden ergenlerin psikolojik sağlamlığı, aksiyete ve depresyon düzeyi incelenmiştir. Araştırmanın sonunda ileri yaş, iyimserlik, dünyayı anlaşılır, yönetilebilir ve anlamlı olarak gören aile algısı, daha güçlü Arap etnik kimliği, daha fazla öz düzenleme ve daha güçlü başa çıkma becerilerinin ergen uyumunu ve sağlığını desteklediği tespit edilmiştir.

Reyes-Sánchez, Castaño-Pérez, Ceballos-Alatorre, Martínez-Aguilera ve Yañez-Castillo (2020) ergenlerde sosyal çevre(aile işlevselliği, sosyal destek, okul çevresi ve mahalle çevresi) ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, ergenlerde yüksek düzeyde psikolojik sağlamlığın güvenli bir mahalle ortamı, aile işlevselli, olumlu sosyal desteğe ve okul ortamı ile ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Askeland, Boe, Breivik, La Greca, Sivertsen ve Hysing (2020) ergenlerde depresyon belirtilerini önlemeye yardımcı olacak faktörleri incelemiştir. Olumsuz olaylar ile depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi ve psiko-sosyal faktörler ile defresif semptomlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda olumsuz yaşam olayları ve depresif belirtiler arasında ilişki gözlemlenmiştir. Aynı zamanda hedef yönelimli olmak, kendine güven, sosyal yeterlik, sosyal destek ve aile uyumu daha az semptomla ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Kuhlman, Straka, Mousavi, Tran ve Rodgers (2021) Covid- 19 pandemisi ve ergenlerde yaygın psiyatrik sorunlar(depresyon, anksiyete, proaktif ve reaktif saldırganlık ve uyku sorunları) arasındaki ilişkide psikososyal kaynakların rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda Covid-19 daha fazla endişe, defresif semptomlar, uyku bozukluğu ve proaktif saldırganlıkla ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer taraftan yüksek mizah duygusu ve bilişsel yeniden değerlendirme yapabilen ergenlerde covid-19 etkisi ve psikiyatrik semptomlar arasında ilişki bulunamamıştır. Başka bir ifadeyle mizah ve bilişsel yeniden değerlendirme becerisi yüksek olan ergenler Covid-19 pandemisi ve diğer uzun süreli stress faktörlerine karşı ruh sağlığını koruyabilir.

Psikolojik sağlamlık bireyin olumsuz yaşantısına karşı uyum sağlayıcı bir bileşendir. Bu kapsamda yukarıda psikolojik sağlamlık kavramının tanımı, temel unsurları, psikolojik sağlam bireylerin özellikleri ve alanyazınında bulunan çalışmaları ele aldık. Şimde de tez çalışması kapsamında psikolojik sağlamlık ile ilişkisi incelenen diğer değişkenlere yer verilecektir.

2.2. Mevcut Çalışmada Psikolojik Sağlamlık ile İlişkisi İncelenen Değişkenler

2.2.1.Sosyal İlişkiler

"Hayat, kısmen bizim yarattığımız, kısmen de seçtiğimiz arkadaşlar tarafından yaratılan şeydir."

Tennessee Williams

İnsan deneyimlerinin tüm derinliğiyle anlaşılması için bireylerin zorlu koşullara rağmen nasıl hayatta kaldıkları ve geliştiklerinin incelenmesi gerekmektedir. Bireyin fiziksel ve zihinsel açıdan sağlıklı olmasını teşvik eden salutojenik yaklaşım, bireylerin sosyal ilişkilerinin ve çevrelerinin (Carr, 2004) ruh sağlığını geliştirici güçlü yanlarını, niteliklerini ve kapasitelerini vurgulamaktadır. Ayrıca karşılaşılan zorluklara karşı geniş olası olumlu tepkiler yelpazesini takdir etmektedir (Rutter, 1990). Bu bağlamda zor durumlarda gösterilen yardım olarak da tanımlanabilen sosyal destek kavramı önemli hale gelmektedir (Sarason ve Sarason, 1982). Sosyal destek tüm insanlar için önemli olsa da, ergenlik döneminde ayrıca önemli bir koruyucu faktör olarak tanımlanmaktadır (Cornwell, 2003; Helsen, Vollebergh ve Meeus, 2000). Sarason ve Sarason (1982), sosyal desteği yüksek bir kişinin güvenebileceği veya stres zamanlarında başvurabileceği birçok başka kişiye sahip olduğunu, ancak sosyal desteği düşük bir kişinin bu kişilerarası kaynaklardan yoksun olduğunu belirtir (Cohen, 1988; Schwarzer ve Leppin, 1991). Ergenlik döneminde sosyal destek sistemleri aile, öğretmen, arkadaş ve diğer önemli kişileri içermektedir. Bu sosyal ağların ergenler için olumlu sonuçları arttırdığı görülmektedir (Colarossi ve Eccles, 2003).

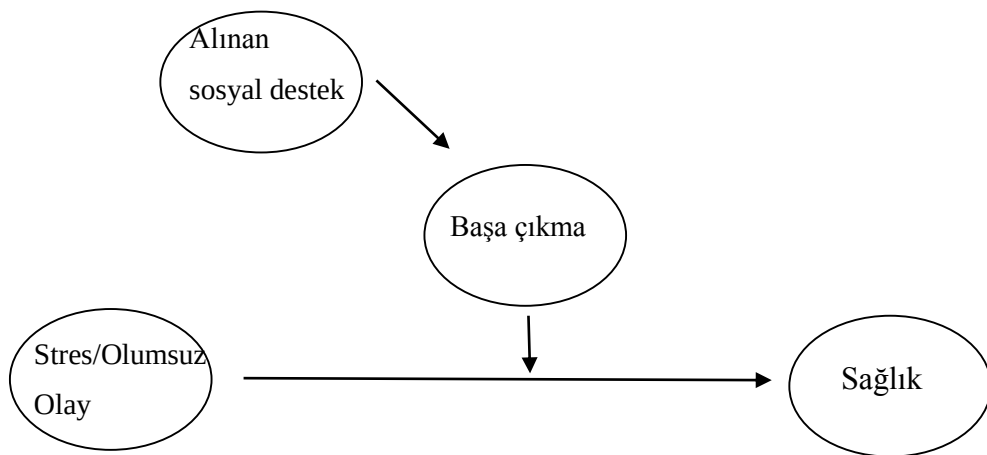
Araştırmalarda sosyal desteğin sıklıkla algılanan (perceived) ve sağlanan (received) olmak üzere iki yönlü olduğu belirtilmektedir. Sağlanan sosyal destek, bireye sosyal çevresi tarafından sağlanan destek miktarıdır (Bruhn ve Billy, 1984). Algılanan sosyal destek ise bireyin ihtiyaç duyduğunda çevresinden destek alabileceğine dair inancıdır (Kaniasty ve Norris, 2009). Araştırmacılar, sosyal desteğin nesnel ölçümlerine karşı algılanan sosyal desteğin ölçülmesi gerektiğini ileri sürmektedir (Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley, 1988). Fakat yapılan çalışmalarda her iki sosyal desteğin de bireylerin deneyimlediği zorlu yaşantılarının olumsuz etkilerini azalttığı görülmektedir (Lakey ve Cohen, 2000).

Sosyal destek, bireyin çevresinden algıladığı sosyal ve psikolojik kaynaklardır (Yıldırım, 1997). Sosyal destek kaynakları bireylere farklı şekillerde yardım sağlamaktadır. Bireye en fazla duygusal, araçsal, bilgisel ve değerlendirme alanlarında yardım sağladığı görülmektedir. Duygusal destek, insanlar tarafından bireyin kendisini daha iyi hissetmesi için söyledikleri veya yaptıkları şeyleri ifade eder. Genellikle insanların gösterdiği empati, ilgi, güven ve sevgi olarak kabul edilir (House, 1981). Araçsal destek, günlük hayattaki

sorumluluklarını yerine getirebilmesi için başkaları tarafından sağlanan para ve diğer maddi mallar gibi somut desteği içerir. Bilgisel destek, bir kişinin bir durumda gezinmesine yardımcı olan tavsiyeleri, yönergeleri ve önerileri içerirken, değerlendirme desteği geri bildirim veya onaylamayı içerir. (House, 1981).

Sosyal destek araştırmalarına ilişkin üç önemli teorik perspektif bulunmaktadır: (1) stres ve başa çıkma perspektifi, (2) sosyal yapılandırmacı perspektif ve (3) ilişki perspektifi. Stres ve başa çıkma perspektifi, sosyal desteğin insanları stresin olumsuz etkilerinden koruyarak sağlığa katkıda bulunduğunu öne sürmektedir. Sosyal yapılandırmacı perspektif, stresin varlığından bağımsız olarak, sosyal desteğin benlik saygısını ve kendini düzenlemeyi teşvik ederek sağlığı doğrudan etkilediğini öne sürmektedir. İlişki perspektifi ise, sosyal desteğin sağlık etkilerinin arkadaşlık, yakınlık ve düşük sosyal çatışma gibi genellikle sosyal destek ile birlikte ortaya çıkan ilişki süreçlerinden ayrıldığını savunmaktadır (Lakey ve Cohen, 2000). Bu araştırma kapsamında sosyal desteğin stres ve başa çıkma perspektifi açıklanacaktır.

Sosyal desteğe ilişkin en etkili kuramsal bakış açısı olan stres ve başa çıkma perspektifi, sosyal desteğin stresli yaşam olaylarının başkalarının destekleyici eylemleri ya da desteğin mevcut olduğuna dair inanç yoluyla sağlık üzerindeki etkilerini azalttığını savunmaktadır. Destekleyici eylemlerin başa çıkma performansını arttırdığı düşünülürken (Şekil 1), mevcut desteğin algılanması, potansiyel olarak tehdit edici durumların daha az stresli olarak değerlendirilmesine yol açmaktadır (Şekil 2). (Lakey ve Cohen, 2000).

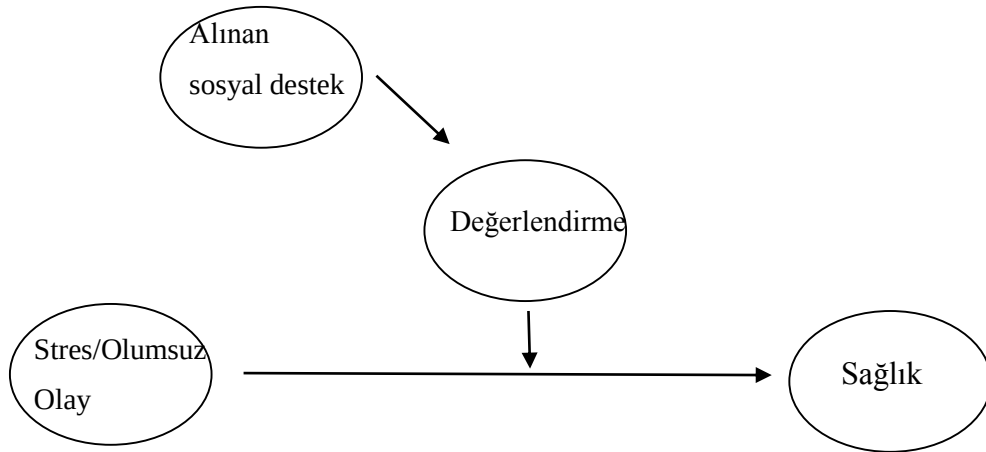


Şekil 1. Sosyal desteğin başa çıkma performansına etkisi¹

¹ Bu şekil, Lakey ve Cohen (2000) tarafından destekleyici eylemler yaklaşımının alınan desteğin stres ve sağlık sonuçları arasındaki ilişkiyi tamponlayan başa çıkmayı geliştirdiğini göstermek amacıyla geliştirilmiştir.

Stres-destek eşleştirme hipotezi (Cohen ve McKay, 1984; Cutrona ve Russell, 1990; Akt., Lakey ve Cohen, 2000), destekleyici eylemlerin başa çıkmayı nasıl teşvik etmesi gerektiğinin belki de en açık ifadesidir. Hipotez, yardımın biçimi stres etkenin talepleri ile örtüştüğü sürece, sosyal desteğin başa çıkmayı teşvik etmede ve stres etkeninin etkilerini azaltmada etkili olacağını savunmaktadır. Bu görüşe göre, her stresli durum, etkilenen bireye belirli talepler getirmektedir. Örneğin, birinin size borç para vermesi geçici bir iş kaybı karşısında faydalı olabilir, ancak bir arkadaşınızın ölümü karşısında faydasız olabilir. Benzer şekilde, yakın arkadaşına sahip olmak, bir arkadaşın kaybını ele alırken son derece yararlı olabilir, ancak ani bir ekonomik taleple karşılaşıldığında daha az yardımcı olabilir (Lakey ve Cohen, 2000).

Sosyal destek hem doğrudan hem de dolaylı olarak ruh sağlığını etkilemektedir (Colarossi ve Eccles, 2003). Bireylerin sosyal destek algısı, kabul, kendine değer ve başkalarına bağlılık inançlarını artırarak ruh sağlığı sonuçlarını olumlu yönde etkilemektedir (Colarossi ve Eccles, 2003). Olumlu bir sosyal destek ağı, ergenlerin stresli yaşam durumlarıyla daha iyi başa çıkmalarını sağlayan bir faktör olarak tanımlanmıştır (Ryan, 2001). Ayrıca iyi bir sosyal desteğe sahip olmak psikolojik sağlamlık ile ilişkilendirilmiştir (Werner, 1993).



Şekil 2. Sosyal desteğin stresli durumu değerlendirmeye olan etkisi²

Ergenlerin en temel sosyal destek kaynaklarının aile olduğu söylenebilir (Bayın, 2020). Aile üyelerinden algılanan sosyal desteğin ergenler için stress durumlarına karşı koruyucu bir faktör olduğu belirtilmektedir (Garmezy, 1991; Rutter, 1989). Araştırmalar,

² Bu şekil, Lakey ve Cohen (2000) tarafından değerlendirme perspektifinin, desteğin varlığına (algılanan destek) olan inançların, stresin sağlık sonuçları üzerindeki etkilerini tamponlayan stresli durumların değerlendirilmesini etkilediğini göstermek amacıyla geliştirilmiştir.

olumlu arkadaş grubu üyeliğinin bile ebeveynlere bağlılığın veya aileyle olan ilişkinin yerini almadığını doğrulamaktadır. Ergenin destekleyici ağı, öncelikle aile ile temellenmekte ve anlamlı arkadaş ilişkileri gibi diğer alanlara doğru genişlemektedir (Newman ve Newman, 2001). Araştırmalar ergenlerin algıladığı aile sosyal destek düzeyi arttıkça stresle başa çıkma düzeyinin (Demirtaş, 2007) ve akademik başarısının arttığını bulmuşlardır (Wang ve Sound, 2008).

Arkadaş ilişkileri aynı yaş, gelişim ve olgunluk düzeyinde bulunan, geçmişi, değerleri, yaşantısı, yaşam tarzı ve sosyal bağlamı benzer bireylerin paylaştığı, karşılıklı ve devamlılık içeren etkileşimlerin tümüdür (Gülay, 2009). Çocuğun ergenlik dönemine ilk adımlarını atması ile beraber arkadaşlıklar giderek daha önemli hale gelir. Ergenlikte arkadaş desteği yaşam doyumuna katkıda bulunan kritik bir faktör olmaya başlamaktadır. Arkadaş desteği alamamanın ise değersizlik duygusuna ve depresif belirtilere katkıda bulunan önemli bir faktör olduğu belirtilmektedir (Harter, Waters ve Whitesell, 1998). Sağlam ve güvenilir yakın arkadaşlıklar zor durumlar altında çocuğun ruh sağlığının korunmasında önemli bir rol oynamaktadır. Pozitif arkadaş ilişkilerine sahip olmanın dezavantajlı çocuk ve ergenler için koruyucu bir faktör olduğu belirtilmiştir (Bolger, Patterson ve Kupersmidt, 1998; Gauze, Bukowski, Aquan- Assee ve Sippola, 1996). Arkadaşlar stres ve stresin olası etkilerini azaltır. Stresle baş etmede bireye yol gösterir ve duygusal destek sağlarlar (Seçkin ve Hasanoğlu, 2016). Bu bağlamda iyi arkadaşla sahip olan ve olumlu ilişkiler geliştirebilen ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha yüksek olacağı söylenebilmektedir (Seçkin ve Hasanoğlu, 2016).

Ergenlerin psikolojik sağlamlığını koruyabilmesi için sosyal destek kaynaklarına ihtiyaçları var. Bu bağlamda sosyal destek kaynaklarına ve işlevlerine yer verilmiştir. Aşağıda sosyal ilişkiler ile ilgili yapılan yurt içi ve yurt dışındaki araştırmalara kronolojik sırayla yer verilecektir.

2.2.1.1.Sosyal İlişkiler İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Bayoğlu ve Purutçuoğlu (2000) yetiştirme yurtdunda kalan ergenlerin gelecek beklentileri ve sosyal destek algılarını incelemiştir. Araştırma sonunda, ergenlerin en çok arkadaşlarından ve öğretmenlerinden destek aldıkları belirtilmiştir. Ek olarak kızların erkeklere göre daha fazla sosyal destek aldıkları tespit edilmiştir.

Demirtaş (2007) ergenlerin algıladıkları sosyal destek, yalnızlık düzeyi ve stresle başa çıkma düzeyini incelemiştir. Araştırma sonucunda ergenlerin aileden algıladıkları ve genel sosyal destek düzeyi arttıkça stresle başa çıkma düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak yalnızlık düzeyi arttıkça stresle başa çıkma düzeyinin azaldığı belirlenmiştir.

Elmacı (2006) parçalanmış ve normal ailelerde yaşayan 203 ergenin algılanan sosyal destek düzeyinin, depresyon ve uyum üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmanın sonucunda algılanan sosyal destek ve aile yapısının, öğrencilerin depresyon ve uyum düzeylerini etkilediği görülmüştür. Normal ailelerden gelen ergenlerin uyum düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ek olarak algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça okula uyum düzeyinin arttığı ve depresyon düzeyinin düştüğü rapor edilmiştir.

Cırık (2010) ortaokul öğrencilerinin algıladığı sosyal destek düzeyini çeşitli değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmanın sonucunda akademik başarısı yüksek, sınıf düzeyi büyük, anne- babanın eğitim düzeyi yüksek, özel okulda öğrenim gören ve kız öğrencilerin sosyal destek düzeyinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca sosyal destek kaynaklarına göre algılanan sosyal desteğin farklılaştığı rapor edilmiştir.

Turgut (2015) ergenlerin psikolojik sağlamlık, cinsiyet, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılıklarını incelemiştir. Araştırmanın sonucunda ergenlerin algıladıkları sosyal destek düzeyi incelendiğinde ise, kızlarda ve erkeklerde aileden algılanan sosyal destek puan ortalamasının en düşük olduğu grubun 11. sınıf olduğu görülmüştür. Algılanan sosyal destek ve okul bağlılığının, ergenlerde psikolojik sağlamlığın anlamlı yordayıcıları olduğu tespit edilmiştir.

Büyükşahin Çevik, Yavuz ve Güzel Yüce (2016) Afganistan'dan Türkiye'ye göç eden ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu, okul yaşam kalitesi, problem çözme ve sosyal destek ile ilgili bir model incelemiştir. Araştırma sonucunda sosyal desteğin problem çözme ve problem çözmenin de okul yaşam kalitesi ile yaşam doyumunu yordadığı rapor edilmiştir. Başka bir ifadeyle sunulan modelin doğrulandığı tespit edilmiştir.

Topbay (2016) ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık, algılanan sosyal destek ve aile işlevlerini incelemiştir. Araştırma sonunda algılanan sosyal destek ve aile işlevlerinin, psikolojik sağlamlık düzeyini anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Cinsiyet, anne ve babanın eğitim durumu ve ailenin gelir düzeyinin psikolojik sağlamlık düzeyi üzerinde anlamlı farklılık oluşturmadığı rapor edilmiştir.

Aliyev ve Tunç (2017) ortaokul öğrencilerinde algılanan sosyal destek ve benlik saygısını incelemiştir. Araştırmanın sonucunda algılanan sosyal destek ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Karababa, Oral ve Dilmaç (2017) ortaokul öğrencilerinin okula bağlılık, sosyal destek ve insani değerlerini incelemiştir. Araştırma sonucunda öğretmen sosyal desteği, arkadaş sosyal desteği ve insani değerlerin okula bağlılığı yordadığı rapor edilmiştir.

Mete (2017) Roman ergenlerin psikolojik sağamlık, algılanan sosyal destek, sosyal bağlılık ve mizah düzeylerini incelemiştir. Araştırmanın sonucunda Roman ergenlerin öğretmenlerden algılanan sosyal destek, mizah ve sosyal bağlılığın, psikolojik sağamlığı anlamlı ve olumlu yönde yordadığı belirlenmiştir.

Güdücü (2019) ortaokul öğrencilerinin okula bağlanma, algılanan sosyal destek, okul yaşam kalitesi ve akademik öz yeterlikliğini incelemiştir. Araştırma sonucunda okul yaşam kalitesi, algılanan sosyal destek ve akademik öz yeterlik değişkenlerinin birlikte okula bağlanma düzeyinin %51.9'unu açıkladığı, yani okula bağlanmayı anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur. Ayrıca algılanan sosyal destek, okul yaşam kalitesi ve akademik öz yeterlik değişkenlerinin her birinin, ayrı ayrı okula bağlanma değişkeninin yordanmasına anlamlı olarak katkıda bulunduğu saptanmıştır. Bu araştırma, alanyazınında okula bağlanmanın söz konusu üç değişken tarafından yordandığını ortaya koyan ilk çalışmadır.

Fariz ve Düşünceli (2021) ergenlerinde kendine zarar verme davranışı sosyal destek ve psikolojik sağamlık açısından incelenmiştir. Araştırma sonucunda kendine zarar verme davranışı göstermeyen ergenlerin, kendine zarar verme davranışı gösteren ergenlere göre daha yüksek aile desteğı algıladığı ve psikolojik sağamlığa sahip olduğu belirlenmiştir.

2.2.1.2. Sosyal İlişkiler İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Richman, Rosenfeld ve Bowen (1998) riskli ortaokul ve lise çağındaki ergenlerin sahip oldukları sosyal destek ve sosyal destek türleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda, sosyal destek arttıkça fiziksel ve zihinsel sağlık düzeylerinin arttığı görülmüştür.

Helson, Vollebergh ve Meeus (2000) ergenlerin arkadaş ve aileden algılanan sosyal destek ile duygusal sorunların ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda arkadaş ve aileden algılanan sosyal destek sistemlerinin birbirinden bağımsız olduğu belirlenmiştir. Erken ergenlik dönemi ile arkadaş desteğinin artması ebeveyn desteğinin azalması beklendiğı gibi olsa da aile desteğinin duygusal sorunların en iyi belirtleyicisi olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca kızların erkeklerden daha fazla sosyal destek algıladığı görülmüştür.

Demaray ve Malecki (2002) risk altındaki ortaokul öğrencilerinin sosyal destek ve uyum düzeylerini incelemiştir. Araştırma sonucunda algılanan sosyal destek arttıkça uyum düzeylerinin arttığı rapor edilmiştir. Ayrıca, ebeveyn ve sınıf arkadaşı desteğinin uyum düzeyi ile güçlü bir ilişkisinin olduğu belirlenmiştir.

Bal, Crombez, Van Oost ve De Bourdeaudhuij (2003) sosyal desteğın bir grup ergenin stresli bir olaydan sonra iyi oluş ve başa çıkmada oynadığı rolü incelemiştir. Araştırma sonucunda, cinsel istismar mağduru ergenlerin algıladıkları aile desteğinin daha düşük olduğu,

buna karşın arkadaş desteği algısının daha yüksek olduğunu bulunmuştur. Ayrıca, cinsel istismar yaşantısı olmayan fakat stresli bir olay bildiren ergenlerde aileden algılanan sosyal desteğin daha az kaçınma davranışı ve daha fazla sosyal destek arama ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Holt ve Espelage (2005) ergenlerin algıladığı sosyal desteğin, şiddet, depresyon ve kaygıyı engellemedeki rolünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda algılanan sosyal desteğin şiddeti, depresyonu ve kaygıyı engellediği tespit edilmiştir. Ayrıca sosyal desteğin duygusal yıpranmaya karşı tampon görevi gördüğü belirlenmiştir. Sosyal desteğin bireyin kendisini iyi hissetmesine yardımcı olduğu görülmüştür.

Suldo ve Huebner (2006) ergenler ile yürüttüğü çalışmada sosyal destek ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, ergenlerin algıladığı sosyal destek düzeyleri yükseldikçe yaşam doyumunun da yükseldiği rapor edilmiştir.

Gaylord-Harden, Ragsdale, Mandara, Richards ve Petersen (2007) 7. ve 8. sınıf Afrika kökenli Amerikan öğrencilerin sosyal destek, depresyon ve kaygı ile olan ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda aile ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin öğrencilerin depresyon ve kaygı belirtileri ile negatif yönlü bir ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle, aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça depresyon ve kaygı belirtilerinin azaldığı görülmüştür.

Knowles (2009) risk grubunda olan ortaokul öğrencilerinin sosyal destek ve psikolojik sağlamlıklarını incelemiştir. Araştırma sonucunda aileden algılanan sosyal destek ile kendilik algısı, karşılaşılan güçlük ve öğrenim gördükleri sınıf düzeyi pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Diğer taraftan algılanan sosyal destek ile depresyon, kaygı ve kırılganlığın negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Arkadaştan algılanan sosyal destek ile kendilik algısının pozitif, kırılganlık ve depresyonun negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Bokhorst, Sumter ve Westenberg (2010) 9-18 yaş arası çocuk ve ergenlerin algılanan sosyal destek düzeylerini incelemiştir. Araştırma sonucunda, tüm yaş gruplarında arkadaş ve aileden algılanan sosyal desteğin yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca 16-18 yaş grubundaki ergenlerin arkadaşlarından algıladıkları sosyal desteğin diğer kaynaklardan algıladıkları sosyal destekten daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur.

Adler-Constantinescu, Beşu ve Negovan (2013) ergenlerinde algılanan sosyal destek ve öz-yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda ergenlikte özyeterlilik algısı ve algılanan sosyal destek arasında pozitif düzeyde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Höltge ve arkadaşları (2020) farklı ülkelerde yapılmış çalışmaları inceleyerek ergenlerin psikolojik sağlamlıklarında hangi kaynakların kritik olduğu araştırmıştır. Araştırma sonucunda kaynakların gücü ve öneminin ülkeye göre değiştiğini gözlemlemiştir. Ülkeler arasındaki en merkezi kaynağın, stresli zamanlarda destekleyici bakımverene olduğu görülmüştür. Çünkü destekleyici bakımveren kaynağının diğer kaynaklarla en güçlü ve pozitif ilişkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.

Wang, Del Toro, Scanlon, Schall, Zhang, Belmont, Voltin ve Plevniak (2021) Covid-19 ile ergenlerin hayatına yeni stresörlerini girdiğini savunmuştur. Bu kapsamda ergenlerin stresle mücadele ederken kullandığı başa çıkma mekanizmaları ve sosyal desteği araştırmıştır. Araştırma sonucunda ebeveyn desteği, ergenlerin aynı gün ve ertesi günkü olumlu duygulanımlarında artış ve aynı gün olumsuz duygulanımda azalmaları öngörmüştür. Ebeveyn desteği ayrıca finansal stres ve olumsuz etki arasındaki bağlantıyı da yönettiği tespit edilmiştir.

Nagi, Sender, Orcutt, Fouad, Burgess ve Devakumar (2021) başka bir ülkeye göç etmek zorunda olan Suriyeli ergenlerin psikolojik sağlamlık kaynaklarını incelemişlerdir. Araştırmada veri toplama süreci on sekiz Suriyeli ergenle yapılan bireysel görüşmelerle yapılmıştır. Çalışmanın sonucunda, psikolojik sağlamlığı destekleyici ilişkiler, toplumsal faaliyetler, istihdam ve ortak alanın güçlendirdiği vurgulanmıştır.

Cole, Su, Diaz ve Zhang (2022) mülteci ergenlerde aile desteği, arkadaş desteği, güçlü etnik kimlik ve aidiyetin psikolojik sağlamlıkla ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda mülteci ergenlerde aile ve arkadaş desteği ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Diğer taraftan aidiyet duygusu ve yüksek etnik kimlik ile psikolojik sağlamlık arasında bir ilişki bulunamamıştır.

İnsan sosyal bir varlıktır. Zor durumlarda aile ve arkadaşlardan alınan destek bireylerin uyum kapasitesini artırır. Bu bağlamda yukarıda sosyal ilişkiler ve alanyazınında yapılan araştırmalara yer verilmiştir. Aşağıda psikolojik sağlamlığı geliştirici bireysel faktör olan özyeterliğe değinilecektir.

2.2.2.Okula Aidiyet

“Okul benim sığınağım, tesellim, çoğu gün rahatlayarak adım attığım alternatif evrendi. Okul hayatımın geri kalanının travmasını giderdi.”

Henderson, 2013

Maslow (1968) ait olmayı temel bir insan ihtiyacı olarak tanımlamıştır. Ayrıca sosyal kabul ve aidiyet duygusunun yaşam boyu önemli olduğunu belirtmiştir. Baumeister ve Leary (1995) ise aidiyet duygusunun bir istekten ziyade bir ihtiyaç olduğunu ve bu nedenle aidiyet eksikliğinin patolojik sonuçları olabileceğini varsaymıştır. Ayrıca, ait olma ihtiyacının temel

özelliğinin, başkalarıyla temas ve etkileşim sıklığını sürdürmek olduğunu öne sürmüşlerdir. Ait olma ihtiyacının tek başına bir ilişki ile karşılanamayacağını da belirtmişlerdir (Baumeister ve Leary, 1995).

Goodenow (1993) aidiyet duygusunu, bireyin sosyal çevresinde kabul edildiğini, saygı duyulduğunu ve desteklendiğini hissetmesi olarak tanımlamaktadır. Ergenlerin dahil olduğu sosyal bağlamlar aileleri, mahalleleri ve okullarını içerir, ancak özellikle okul ortamı, ergenin aidiyet duygusu için çabaladığı en önemli bağlam olarak tanımlanmıştır (Berk, 2002). Gelişmekte olan ülkelerdeki çocuk ve ergenlerin yüzde 90'ından fazlasının eğitime erişimi olduğu için okullar öğrencilerin ekolojik sisteminin önemli bir parçasını oluşturmaktadır (OECD, 2014). Birleşik Krallık'ta Eğitim Bakanlığı (Department for Education, 2015), okula aidiyet duygusunu, öğrencilerin psikolojik sağlamlığını geliştirmek için koruyucu bir faktör olarak tanımlamaktadır. Bununla birlikte okulların öğrencilere güvenli ve onaylayıcı, aidiyet duygusu geliştirebilecekleri ve sorunları hakkında yetişkinlerle açıkça konuşabilecekleri bir yer sunması gerektiğini savunmaktadır (DE, 2015).

Okula aidiyet, öğrencilerin okul ortamında kabul görmesi, değer görmesi, dahil olması, teşvik edilmesi ve özerkliğe izin verilmesi olarak tanımlanmaktadır (Goodenow, 1993). Okula ait olma duygusuyalnızca okulla özdeşleşmek değil, aynı zamanda okul ve sınıf içerisinde yapılan etkinliklerin önemli olduğunu hissetmesini içermektedir (Osterman, 2000; Pittman ve Richmond, 2007).

Aidiyet duygusu, psikolojik iyi oluş ile ilgili önemli bir ruh sağlığı kavramıdır. Osterman (2000), aidiyet duygusunun insanın büyüme ve gelişmesinin önemli bir parçası olan temel bir psikolojik ihtiyaç olduğunu öne sürmüştür. Aidiyet duygusu, ergenlerin kimliğine katkıda bulunan ve okul ortamındaki etkileşimlerini etkileyen önemli bir faktör olarak kabul edilmektedir (Beck ve Malley, 1998). Ergenlik döneminde okula aidiyet ve uyum duygusu, o okuldaki akademik ve sosyal kabul boyutlarıyla ilişkilendirilmektedir (Ma, 2003). Okula aidiyet duygusu sadece genel iyilik hali ile pozitif ilişkili olmakla kalmaz, aynı zamanda ergenlerin psikososyal ihtiyaçlarını da karşılamaktadır (Ma, 2003).

Okula aidiyet duygusu, kaygı, depresyon ve intihar düşüncesi gibi çeşitli ruh sağlığı sorunlarına karşı koruyucu bir faktör olarak tanımlanmaktadır (Anderman, 2002; Resnick, Harris ve Blum, 1993; Sun ve Hui, 2007; Ueno, 2005). Çocuk ve ergenlerin mikro sistemlerine (aile, okul vb.) yönelik ait olma duygusuna sahip olmalarının ruh sağlığı sorunları yaşama olasılığını düşürdüğü belirtilmektedir (Resnick ve ark., 1997; Routt, 1996). Okula aidiyet aynı zamanda daha düşük riskli davranış (Sun ve Hui, 2007) ve okulu bırakma oranları (Kagan, 1990; Rumberger, 1995) ile ilişkilendirilmektedir. Aidiyet duygusu, ergenlere ilerleyen

dönemlerde etkili grup katılımına ve farklı bağlamlarda grup deneyimleri sağlamaya yol açabilecek gelişimsel sürecin anlamlı bir bileşeni oluşturmaktadır (Newman ve Newman, 2001). Aidiyet duygusu kabulü gösterir ve bu bireyin davranışının boyutlarını etkiler (Osterman, 2000). Bu bağlamda Goodenow (1993), yüksek bir aidiyet duygusuna sahip ergenlerin, zorlukların üstesinden gelmelerine yardımcı olacak kaynaklara sahip oldukları inancıyla dirençli olma olasılığının daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda yüksek düzeyde okula aidiyet yaşayan ergenlerin akademik başarılarında artış, öğretmenlerle daha olumlu etkileşimler ve daha tatmin edici arkadaşlık ilişkileri olduğu belirtilmektedir (Osterman, 2000; Furrer ve Skinner, 2003).

Okula aidiyet duygusu düşük olduğunda, yabancılaşma, güven ve anlayış eksikliği yaşanmaktadır (Goodenow, 1993). Baumeister ve Leary'nin (1995) aidiyet duygusunun insani bir ihtiyaç olduğu teorisinden yola çıkarak, okulda aidiyet duygusuna sahip olmayan ergenlerin antisosyal gruplara üye olmak gibi farklı yollardan aidiyet duygularını geliştirmeye çalışmalarının nedeni açıklanabilir. Ergenler güçlü bir aidiyet duygusuna sahip olmadıklarında, yabancılaşma (Goodenow, 1993) veya antisosyal gruplarla ilişki kurma (Beck ve Malley, 1998) gibi risklerin altına girebilmektedir. Bu bağlamda güçlü bir aidiyet duygusu, özellikle motivasyon ve katılımın teşvik edildiği okullarda olumlu sonuçlarla ilişkiendirilmektedir (Goodenow, 1993). Zayıf bir aidiyet duygusu ise bağlanmamayı göstermektedir. Bu durumda ergenlerde sıkıntıya ve yabancılaşmaya yol açabilmektedir (Beck ve Malley, 1998).

Okul ortamında kabul ve aidiyet ortamını kolaylaştırma noktasında öğretmenlerin rolü çok önemlidir (Goodenow, 1993). Osterman (2000), öğrencilerin okul bağlamında kabul ve değerli hissetmelerini sağlamada öğretmenlerin oynadığı rolü özetleyen bir inceleme sunmaktadır. Bu incelemede öğrencilere yönelik saygı eksikliği gibi öğretmen özelliklerinin olumlu bir aidiyet duygusunun gelişmesine yardımcı olmadığı görülmüştür (Beck ve Malley, 1998).

Öğrenciler zamanlarının büyük bir kısmını okullarda geçirmektedir. Bu bağlamda, okullarda kaynak ve materyal eksikliği, iyi eğitimi olmayan öğretmenler ve okul çevresinin güvenli olmaması gibi risk faktörlerini azaltarak psikolojik sağlık geliştirilmelidir (Condly, 2006). Olumlu bir okul ortamı risk faktörlerinin etkisini azaltmada ya da yok etmede güçlü bir faktör olarak yer almaktadır. Okulların psikolojik sağlamlığı artırmadaki rolünün, dezavantajlı topluluk ve ailelerden gelen ergenler için özellikle önemli olduğu öne sürülmektedir (Song, Doll ve Marth, 2013). Ergenler için okula aidiyet duygusunu geliştirdiği gösterilen sosyal faktörler arasında öğrenci/öğretmen ilişkilerinin ve arkadaş ilişkilerinin

kalitesi ve arkadaşlar ve okul topluluğunun diğer üyeleri ile olumlu etkileşimleri teşvik eden öğretimsel veya örgütsel stratejiler yer almaktadır (Osterman, 2000).

Okula aidiyet, okul ortamında öğrencilerin değer görülmesi, kabul edilmesi, saygı duyulması ve kendini gerçekleştirebilmesidir. Okula aidiyet ruh sağlığını koruyucu ve önleyici bir kavramdır. Bu kapsamda psikolojik sağlamlık için önemli olmaktadır. Şimdi okula aidiyet ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırmalara kronolojik sıra ile yer verilecektir.

2.2.2.1.Okula Aidiyet İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Alaca (2011) ortaokula devam eden iki dili olan ve olmayan öğrencilerin yaşam kalitesi algısı ve okula aidiyet duygusunu incelemiştir. Araştırmanın sonunda, ana dili Türkçe olan öğrenciler ve kız öğrenciler lehine okula aidiyetinin farklılaştığı belirlenmiştir. Ayrıca anne-babası okula hiç gitmemiş olan öğrencilerin en düşük okula aidiyet puanlarına sahip olduğu görülmüştür. Öğrencilerin ailesinin gelir düzeyine göre okula aidiyet puanlarında da farklılık olduğu rapor edilmiştir. Ayrıca yapılan analizler sonucunda okula aidiyet ve yaşam kalitesi algısı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Akman (2013) ergenlerin okula aidiyet duygusu ve şiddete yönelik tutumlarını incelemiştir. Araştırmanın sonucunda ergenlerin şiddete yönelik tutumları ile okula aidiyetlerini arasında anlamlı negatif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle, ergenlerin şiddete yönelik olumlu tutumları arttıkça okula aidiyet duygularının azaldığı görülmüştür.

Sarı (2013) lise öğrenilerinin okula aidiyet duygularını incelemiştir. Araştırmanın sonucunda öğrencilerin okula aidiyet puanlarının ortalamasının üzerinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyete göre okula aidiyet puanlarında anlamlı bir farklılık olmamasına karşın kız öğrencilerinin ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Okula aidiyet puanlarının sınıf seviyesi, akademik başarı ve öğrencilerin öğrenim gördükleri lisenin sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir farklılık olduğu rapor edilmiştir.

Özgök (2013) ortaokul öğrencilerinde arkadaşlara bağlılık, empatik sınıf atmosferi algısı ve okula aidiyet duygusu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda üst sosyo- ekonomik seviyeye sahip öğrencilerin alt ve orta sosyo- ekonomik seviyedeki öğrencilere göre okula aidiyet puanlarının daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Ayrıca okula aidiyet, arkadaşlara bağlılık ve empatik sınıf atmosferi algısı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu; arkadaş bağlılığı ve empatik okul atmosferi algısının öğrencilerin okula aidiyet puanlarının yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

Arıkan (2015) Güneydoğu Anadolu bölgesinde öğrenim gören Anadolu ve Spor Lisesi öğrencilerinin okul yaşam kalitesi ve okula aidiyetlerini incelemiştir. Araştırma sonucunda iki

okul türü içinde okul yaşam kalitesi ve okula aidiyet puanlarının ortalama ya da ortalamanın üzerinde olduğu görülmüştür. Spor Lisesi öğrencilerinin ve erkek öğrencilerin okula aidiyet puanlarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca öğrencilerin okul yaşam kalitesi ve okula aidiyet duyguları arasında güçlü ve anlamlı bir ilişki olduğu rapor edilmiştir.

Bakır, Aygar ve Kaya (2017) ortaokul öğrencilerinde okula aidiyet duygusu ve okul temelli yalnızlık arasında okul ikliminin aracılık rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda okula aidiyet duygusu ve okul temelli yalnızlık arasında okul ikliminin alt boyutlarından olan destekleyici öğretmen davranışları, güvenli öğrenme ortamı ve olumlu arkadaş etkileşiminin etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Altınsoy ve Karakaya- Özyer (2018) ergenlerde umutsuzluk, yalnızlık ve okula aidiyet duyguları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonucunda umutsuzluk ve yalnızlık düzeyinin okula aidiyet duygusunu yordadığı belirlenmiştir. Umutsuzluk ve yalnızlık okula aidiyet duygu puanlarındaki toplam varyansın %27'sini açıklamıştır. Ayrıca okula aidiyet duygusunun umutsuzluk ve yalnızlık ile negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Günalan (2018) ortaokul öğrencilerinin okul yaşam kalitesi, okula aidiyet duygusu ve okul iklimi algısını etkileyen değişkenleri incelemiştir. Araştırma sonucunda okul yaşam kalitesi ile okul iklimi algısının öğrencilerin okula aidiyet duygusunun anlamlı birer yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

Atabey (2020) ergenlerde okula aidiyet, gelecek beklentisi ve özyeterlik arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda okula aidiyet, gelecek beklentisi ve özyeterlik arasında anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Ek olarak gelecek beklentisi ve özyeterliğin okula aidiyeti anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir.

2.2.2.2.Okula Aidiyet İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Goodenow ve Grady (1993) ortaokul öğrencilerinde okula aidiyet duygusu, akademik motivasyon, okula bağlılık, okul etkinliklerine katılım ve okulu bırakma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Okula aidiyet, başarı beklentisi, okul çalışmasına değer verme, genel okul motivasyonu ve kendi kendine bildirilen çaba ile motivasyonla ilgili birkaç ölçümle önemli ölçüde ilişkili bulunmuştur. Okula aidiyet ve motivasyonla ilgili ölçümler arasındaki ilişkiler, arkadaşların akademik değerlerinin etkileri kısmen çıkarıldıktan sonra bile pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı kalmıştır. Okula aidiyet, İspanyol öğrenciler arasında Afrikalı-Amerikalı öğrencilerden ve kızlar arasında erkeklerden daha yüksek başarı beklentisi ile ilişkilendirilmiştir.

Goodenow (1993) erken ergenlerde sınıfa ait olma ve sınıf arkadaşları ve öğretmen tarafından sevilme, saygı görme ve değer görme algılarını incelemiştir. Destek ve motivasyon arasındaki ilişkinin gücü, altıncı sınıftan sekizinci sınıfa önemli ölçüde düşmüştür. Öğretmen desteği, erkeklere göre kızlar için motivasyonla daha yakından ilişkiliydi. Beklenti, sınıf çabası ve notların birincil yordayıcısıdır. Bu bulgular, akademik motivasyon ve başarıyı teşvik etmede aidiyetin ve kişilerarası desteğin önemini vurgulamaktadır.

Gonzalez ve Padilla (1997) lise öğrencilerinde akademik sağlık ve okula aidiyetleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonucunda aile, arkadaş, öğretmen desteği, öğretmen geribildirimi, okula aidiyet duygusu ve kültürel bağlılık gibi yordayıcılardan akademik sağlamlığın tek anlamlı yordayıcısının okula aidiyet duygusu olduğu tespit edilmiştir.

Kia- Keating ve Ellis (2007) Amerika Birleşik Devletleri'ne yerleşen 76 Somalili mülteci ergenin okula aidiyet ve psikososyal uyumunu incelemiştir. Araştırma sonucunda mülteci ergenlerde okula aidiyet duygusunun yüksek olması daha düşük depresyon ve daha yüksek özyeterlik ile ilişkilendirilmiştir. Özellikle, özyeterlikteki varyasyonun dörtte birinden fazlası, okula aidiyet duygusuyla açıklanmıştır. Ayrıca okula aidiyet duygusu, travma sonrası stres semptom şiddeti ile anlamlı bir şekilde ilişkili bulunmamış ve olumsuzluklara maruz kalmanın psikolojik uyum üzerindeki etkisini azaltmadığı görülmüştür.

Cueto, Guerrego, Sugimaru ve Zevallos (2010) liseye yeni başlayan öğrencilerin okula aidiyet duygularını incelemiştir. Araştırma sonucunda sosyo-ekonomik düzeyin, okula aidiyet duygusu üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olmadığı fakat başarı yoluyla dolaylı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Kırsal kesimde yaşayan öğrencilerin kentte yaşayan akranlarına göre daha yüksek bir aidiyet duygusuna sahip olduğu tespit edilmiştir.

Napoli, Marsiglia ve Kulis (2011) farklı etnik kökenlerden gelen ergenlerde okula aidiyet duygusu ve uyuşturucu kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Okullarına daha güçlü bir aidiyet duygusu hisseden ergenlerin diğer öğrencilere göre daha düşük yaşam boyu alkol ve sigara kullanımı, önceki ay daha düşük sigara ve esrar kullanımı, bu maddelerin mevcut kullanım sıklığının daha düşük olması, daha az madde kullanımı ve daha geç uyuşturucu madde kullanımına başlama yaşı bildirdikleri bulunmuştur. Okula aidiyet duygusunun artırılmasının risk altındaki ergenleri uyuşturucu madde kullanımından koruyabileceğinin önemi belirtilmiştir.

Liu ve Lu (2011) ergenlerin akademik başarı yönelimlerini ve akademik başarı yönelimleri ile okula aidiyet duyguları arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma sonucunda akademik başarı ve okula aidiyet arasında ilişki olduğu belirlenmiştir.

Shochet, Smith, Furlong and Homel (2011) ortaokul öğrencilerinin okula aidiyetinin olumsuz duygulanım sorunlarına etkisini incelemiştir. Araştırma kapsamında okula aidiyet ölçeğinin önem veren ilişkiler, kabul ve red olmak üzere üç boyuttan oluştuğu kabul etmektedir. Araştırma sonucunda kabul, red ve önem veren ilişkiler boyutlarının ergenlerin olumsuz davranışlarını yordadığı görülmektedir. Daha yüksek kabul ve önem veren ilişkiler düşük olumsuz duygulanımla ilişkilendirilmektedir. Aksine daha yüksek reddedilmenin, hem erkek hem de kız ortaokul öğrencileri için yüksek olumsuz duygulanımla ilişkili olduğu görülmüştür.

Nuttman- Shwartz (2018) savaş bölgesinin yakınlarında yaşayan çocuk ve ergenlerin travmatik deneyimlerin olumsuz etkilerini azaltmada okula aidiyet duygusu ve psikolojik sağlamlıklarının etkisini incelemiştir. Araştırmanın sonucunda travmatik olayların çocuk ve ergenlerin olumsuz psikolojik sonuçları üzerindeki doğrudan etkisinin, okula aidiyet ve psikolojik sağlamlığın aracılık rolü arttıkça azaldığı tespit edilmiştir. Ek olarak okulun, psikolojik problemler ve saldırgan davranış düzeylerinin azalmasında önemli bir destek kaynağı olduğu belirtilmiştir.

Parr, Shochet, Cockshaw ve Kelly (2020) ergenlerde okula aidiyet ve genel aidiyetin depresif semptomlara etkisi incelemiştir. Araştırma sonucunda okula aidiyet ve genel aidiyetin depresif semptomla anlamlı negatif ilişkisi olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ergenlerde depresif semptomları okula aidiyetin %33.6 ve genel aidiyetin %48.2 açıkladığı tespit edilmiştir.

Zhang, Liu ve Long (2021) çocuklarda kötü muamele ve intihar düşüncesi arasındaki ilişkide öz-şefkat ve okula aidiyetin aracılık görünüşünü incelemiştir. Araştırma sonucunda okula aidiyetin duygusal istismar ve intihar düşüncesi arasındaki ilişkiyi doğrudan yumuşattığı belirlenmiştir.

Montoro, Kilday, Rivas-Drake, Ryan ve Umaña-Taylor (2021) ergenlerde yetişkin ve akran tarafından uygulanan ırk ayrımcılığı, başa çıkma stratejileri ve okula aidiyet arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, akran ayrımcılığı bildiren ergenlerin daha proaktif ve agresif başa çıkma da bildirdiklerini göstermiştir. Okula aidiyet, akran ayrımcılığı ile proaktif başa çıkma arasında dolaylı olarak ilişkili bulunmuştur. Diğer taraftan yetişkin ayrımcılığı ile okula aidiyet doğrudan ve negatif bir şekilde ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Aidiyet temel bir insanlık ihtiyacıdır. Okula aidiyet ise okul öğrencilerin saygı duyulduğunu, kabul edildiğini ve değer verildiğini hissetmesidir. Günün büyük bir kısmını okulda geçiren öğrenciler için okul aidiyeti önem arz etmektedir. Bu bağlamda yukarıda okula aidiyet ve alanyazınında yapılan araştırmalara yer verilmiştir. Şimdi de diğer bir çevresel koruyucu faktör olan sosyal ilişkiler kavramına değinilecektir.

2.2.3. Özyeterlik

Özyeterlik, kişinin belirli eylemleri gerçekleştirebileceğine yönelik inancı ve bu eylemlerin başarılı bir şekilde gerçekleştirilebileceğine dair sahip olduğu bilişsel temsildir (Bandura, 1977; Bandura ve Adams, 1977). Özyeterlik ilk kez Bandura (1994) ile birlikte sosyal öğrenme kuramının bir parçası olarak ortaya çıkmış ve sosyal bilişsel kuramın da önemli bir ögesi haline gelmiştir (Bandura, 1977; Akt., Laganger, Kraft ve Roysamb, 2000). Bandura (1994) öz-yeterliği, bireylerin hayatlarını etkileyen olaylara karşı performanslarını ortaya koyma yetenekleri hakkındaki inançları olarak tanımlamıştır. Başka bir ifadeyle, bir bireyin problemlerle uğraşırken sahip olduğu yeterlik duygusudur (Armstrong, Bemie-Lefcovitch ve Ungar, 2005). Özyeterlik inançları, bireyin davranış başlatma ve sonuçlar üretme kapasitesini oluşturmada temel olarak tanımlanmıştır (Passmore, 2004). Birey özyeterlik inancı ile gelecekte yaşayabileceği zorlukların üstesinden gelmekte ne kadar başarılı olabileceğine yönelik bir inanç geliştirmektedir. Bu bağlamda, bireyin özyeterlik inancı hissettikleri, düşündükleri, motivasyonu ve davranışını belirlemektedir. Bu noktada öz yeterliğin bir beceri fonksiyonu değil becerilerini kullanarak yapabildiklerine ilişkin inançlarının çıktısı olduğu önemlidir (Çakır, 2017).

Özyeterlik inancının yüksek ya da düşük olması, bireylerin yapılacak görevlere yaklaşımlarını, çaba düzeylerini, başarı ya da başarısızlık durumlarına yükledikleri anlamlarını ve başarısız ya da eksikliklere gösterdikleri tutumlarını etkilemektedir (Duman, 2007).

Güçlü bir özyeterlik inancı olan bireyler zor işleri ‘‘üstesinden gelinebilir’’ olarak değerlendirirken, kendine inanmayan bireyler, bu tür işleri ‘‘tehlikeli’’ olarak değerlendirir ve kaçınma davranışı gösterirler (Bandura, 1994). Zor işleri ‘‘üstesinden gelinebilir’’ olarak değerlendiren bireyler, zorlayıcı amaçlar belirler ve çaba harcarlar. Başarısızlık ya da eksiklik durumlarında çaba ve beceri eksikliğine yükleme yaparak kazanılabilecek yeni becerilere odaklanırlar. Tehlikeli durumlara, kontrol edilebilir inancı ile yaklaşırlar. Bu inanç, stres ve depresyona yakalanmayı azaltır (Bandura, 1993). Zor işleri ‘‘tehlikeli’’ olarak değerlendiren bireyler ise, hedeflerini az düşünür ve sürekli bir çaba gösteremezler. Daha az çaba gösterir ve çabuk vazgeçerler (Bandura, 1993). Nasıl başarılı olabileceklerini değerlendirmek yerine bireysel eksikliklerine, engellere ve davranışlarını etkileyen olumsuz unsurlara odaklanırlar. Başarısızlık ya da eksiklik durumlarında kendi yetenek eksikliklerine odaklandıkları için yeniden özyeterlik inancı geliştirmeleri zaman alır. Bu inanç nedeniyle stres ve depresyona yatkınlık gösterirler (Bandura, 1994).

Bireyin özyeterlik inancı, düşünce, duygu ve davranışlarını etkilemektedir. Özyeterliğe sahip bireyler zorluklara karşı daha rahat, etkili ve mücadeleci olmaktadır.

Engeller karşısında daha çabuk uyum sağlar ve çözüm üretirler. Özyeterliği yüksek bireyler zorlayıcı durumları seçer, sabırlı çalışır, yeni çevreleri oluşturmaya fırsat olarak değerlendirirler ve başarılı olacaklarında kendilerine güvenirler (Bandura, 1997; Scholz, Dona, Sud ve Schwarzer, 2002). Okul ve mesleki alanlarda başarılı bireylerdir. Özyeterlik inancı düşük bireyler ise zorluklara karşı daha rahatsız, umutsuz, mutsuz ve pasif olmaktadır. Engeller karşısında çözüm yolları üretmezler ve ilk denemede başarısız olduktan sonra tekrar denemezler. Kendi çabalarına güvenmezler (Korkmaz, 2013).

Etkili başa çıkma ve psikolojik sağlamlığın gelişimi için öz yeterlik önemli bir kaynaktır. Öz-yeterliği yüksek bireyler zorluklarla karşılaştıklarında, düşük öz-yeterliğe sahip bireylere göre düşüncelerini daha iyi kontrol edebilirler ve zorluklara daha fazla dayanabilirler. Ayrıca yüksek öz yeterliliğin okulu başarıyla tamamlamanın önemli bir yordayıcısı olduğu bilinmektedir (Hamill, 2003).

Erken ergenlik, öz yeterlik, aile ve arkadaş deneyimleri arasındaki ilişkinin önemli olduğu zorlu bir dizi biyolojik, bilişsel ve sosyal değişimle karakterize edilen bir gelişim dönemidir (Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli, 2001). Bireylerin çok çeşitli zorlu fırsatlarla karşı karşıya kaldıkları erken ergenlik yıllarında gelişen özyeterlik kavramının özellikle önemli olduğu öne sürülmektedir (Passmore, 2004). Daha da önemlisi, özyeterlik, kişinin belirli bir kazanım edinme sürecinde yeteneklerine olan inancıdır (Bandura, Pastorelli, Barbaranelli ve Capara, 1999). Bir içsel varlık olarak bireyin kendine ve yeteneklerine ilişkin olumlu görüşleri, ergenlerin duygusal zorluklardan kaçınmalarına yardımcı olmada önemli olduğu görülmektedir (Bandura, 1997; DuBois, Burk-Braxton, Swenson, Tevendale ve Hardesty, 2002; Jenkins, Goodness ve Buhrmester, 2002).

2.2.3.1. Özyeterliğin Gelişimi

Bandura'ya (1994) göre özyeterlik çocuğun dünyaya gelmesi ile gelişmeye başlar. Bu süreçte ebeveynler önemlidir. Okul ise çocuğun özyeterliğin gelişmesinde ve yerleşmesinde önemli bir yere sahiptir. Hayatın dönüm noktaları olan ergenlik ve yaşlılık dönemleri de özyeterliğin şekillenmesinde kritik dönemlerdir (Bandura, 1994).

Yenidoğan herhangi bir benlik duygusu olmadan dünyaya gelir. Özyeterlik duygusunun ilk temelleri, bebeklerin eylemleriyle etkiler ürettiklerini gördükleri keşif deneyimleri sağlar. Bir çığırığı sallamak tahmin edilebilir sesler üretir, enerjik tekmeler beşiklerini sallar ve çığlıklar yetişkinleri getirir. Bebekler, çevresel olayların eylemle meydana geldiğini, ancak yokluğunda olmadığını tekrar tekrar gözlemleyerek, eylemlerin etkiler ürettiğini öğrenirler. Çevresel olayları kontrol etmede başarılı olan bebekler, nasıl davranırlarsa davranırlar aynı

çevresel olayların meydana geldiği bebeklere göre daha dikkatli ve yeni etkili tepkiler öğrenmede daha yetkin hale gelirler (Bandura, 1994).

Özyeterlik duygusunun geliştirilmesi, eylemlerle etkiler üretmekten fazlasını gerektirir. Bu eylemler kişinin kendisinin bir parçası olarak algılanmalıdır. Benlik, farklı deneyimler yoluyla başkalarından farklılaşır. Başka bir deyişle, birey büyüyen kişisel ve sosyal deneyimlere dayanarak, ayrı bir ben olarak sembolik bir temsilini oluştururlar (Bandura, 1994).

Her gelişim dönemi, başa çıkma etkinliği için yeni zorlukları beraberinde getirir. Erken ergenlik ile beraber, birey kendi kendini düzenleme ve evde, arkadaşlar arasında, okulda ve toplumda neler olup bittiğini kontrol etme yeteneği hakkında önemli endişeler yaşamaya başlar. (Eccless ve Midgley, 1989). Ergenlik çağındaki bireylerin, yaşamın hemen her boyutunda kendi sorumluluklarını üstlenmeyi öğrenmeleri gerekir. Bu, birçok yeni beceriye ve yetişkin toplumuna uyum sağlamayı gerektirir. Ergenlik değişiklikleri, duygusal ortaklıklar ve cinsellik ile nasıl başa çıkılacağını öğrenmek, önemli bir mesele haline gelir. Hangi yaşam planının izleneceğini seçme görevi de bu dönemde büyük önem taşır. Ergenlikte birçok alanda yeni yetkinlikler ve öz yeterlik inançlarının geliştirilmesi gerekir (Bandura, 1994). Başka bir ifadeyle ergenlik, özyeterlik inançlarını yeniden formüle etme ve kişinin yeni ortaya çıkan hedeflere yönelik proaktifliği hakkındaki inançlarını kullanma dönemidir (Eccless ve Midgley, 1989).

Ergenlik döneminde artan bağımsızlıkla birlikte, riskli davranışlar gösterme olasılığı artar. Ergenler, potansiyel olarak zor durumlarda başarılı bir şekilde nasıl başa çıkacaklarını öğrenerek özyeterlik duygularını güçlendirir. Zorlu durumlardan izolasyon bireyi olası zorluklarla baş etmeye hazırlıksız bırakır (Bandura, 1994).

Ergenlik genellikle bir psikososyal kargaşa dönemi olarak tanımlanır. "Fırtına ve stres" klişesinin aksine, yaşamın hiçbir dönemi sorunsuz olmasa da, ergenlerin çoğu bu dönemin önemli geçişlerini gereksiz rahatsızlık veya anlaşmazlık olmadan yürütürler. Araştırmalar, ergenlik döneminde uyumu kolaylaştırmada hem sosyal desteğin hem de öz yeterliliğin önemini ortaya koymuştur (Bandura, 1997; Bandura, Caprara, Barbaranelli, Gerbino ve Pastorelli, 2003; Bradley ve Corwyn, 2001; McFarlane ve ark., 1995). Bandura (1997), öz yeterlikle ilgili olarak şunları belirtmiştir: "Bireyler, (çevrede) olaylara maruz kalmaktansa adaptasyonlarında proaktif bir rol oynarlar. Ergenlik dönemindeki zorlukların üstesinden gelmedeki başarı hiç de küçük olmayan bir ölçüde öz-yeterliliğin gücüne bağlıdır" (Bandura, 1997, s. 178). Bununla birlikte, yetersizlik duygusuyla kuşatılmış bir ergenliğe giren

gençler sıkıntıya karşı kırılganlıklarını ve yeni çevresel taleplere karşı zayıflıklarını taşırlar (Bandura, 1994).

2.2.3.2. Özyeterlik Kaynakları

İnsanlar özyeterliklerini dört ana kaynak yardımı ile geliştirebilir. Bu kaynaklar başarılmış yaşantılar, dolaylı yaşantılar, sözel ikna ve içinde bulunulan fiziksel ve duygusal durumun değerlendirilmesi olmak üzere dörde ayrılır (Bandura, 1994).

Başarılmış yaşantılar, bireyin kendisinin yaptığı başarılı ya da başarısızlığı sonucu elde ettiği bilgilerdir. **Başarılmış yaşantılar**, güçlü bir yeterlik duygusu yaratmanın en etkili yoludur. Başarılar, kişinin kişisel yeterliliğine dair sağlam bir inanç oluşturur. Başarısızlık ise özellikle bir yeterlik duygusu sağlam bir şekilde kurulmadan önce yaşanıyor ise, yeterliliğin oluşmasını baltalar (Bandura, 1994).

İnsanlar yalnızca kolay başarılar elde ederse, hızlı sonuçlar beklemeye başlarlar ve başarısızlıktan kolayca cesaretleri kırılır. Esnek bir yeterlik duygusu, azimli bir çabayla engellerin üstesinden gelme konusunda deneyim gerektirir. İnsan arayışlarındaki bazı aksilikler ve zorluklar, başarının genellikle sürekli çaba gerektirdiğini öğretmede yararlı bir amaca hizmet eder. İnsanlar başarılı olmak için gereken her şeye sahip olduklarına ikna olduktan sonra, zorluklar karşısında sebat eder ve aksiliklerden çabucak toparlanırlar. Zor zamanlardan sıyrılarak, zorluklardan daha güçlü bir şekilde çıkarlar (Bandura, 1994).

Yeterlik inancını yaratmanın ve güçlendirmenin ikinci yolu, sosyal modellerin sağladığı **dolaylı yaşantılardır**. Bireyin kendisine benzer özelliklere sahip bireylerin başarılı ya da başarısız etkinlikleri, bireyin kendisinde benzer bir etkinlikte başarılı ya da başarısız olabileceğine yönelik inancını etkiler (Çakır, 2017). Kendine benzer insanların sürekli çaba sarf ederek başarılı olduğunu görmek, gözlemcilerin başarılı olmak için karşılaştırılabilir faaliyetlerde ustalaşma yeteneklerine sahip olduklarına dair inançlarını yükseltir. Aynı şekilde, yüksek çabaya rağmen başkalarının başarısızlığını gözlemlemek, gözlemcilerin kendi yeterliliklerine ilişkin yargılarını azaltır ve çabalarını baltalar. Modellemenin algılanan özyeterlik üzerindeki etkisi, modellere algılanan benzerlikten güçlü bir şekilde etkilenir. Varsayılan benzerlik ne kadar büyük olursa, modellerin başarıları ve başarısızlıkları o kadar ikna edici olur. İnsanlar, modelleri kendilerinden çok farklı görürlerse, algılanan öz yeterlikleri, modellerin davranışından ve ürettiği sonuçlardan çok fazla etkilenmez.

Sosyal ikna, insanların başarılı olmak için gerekenlere sahip olduklarına dair inançlarını güçlendirmenin üçüncü bir yoludur. Bireyin bir etkinlik ile ilgili başarabileceği ile ilgili teşvikler, öneriler değişik düzeylerde bireyin öz yeterliliğini etkiler (Çakır, 2017). Sözlü olarak, verilen faaliyetlerde ustalaşma yeteneklerine sahip olduklarına ikna edilen insanlar,

kendilerinden şüphe duymaktan ve problemler ortaya çıktığında kişisel eksiklikler üzerinde durmaktan daha büyük bir çabayı seferber eder ve bunu sürdürürler. Algılanan öz yeterlikteki ikna edici artışlar, insanları başarılı olmak için yeterince çabalamaya yönlendirdiği ölçüde, becerilerin gelişimini ve kişisel yeterlik duygusunu teşvik eder.

Yalnızca sosyal ikna yoluyla yüksek kişisel yeterlik inançlarını aşılacak onu baltalamaktan daha zordur. Yeterlikteki erkekçi olmayan artışlar, kişinin çabalarının hayal kırıklığı yaratan sonuçlarıyla çabucak reddedilir. Ancak yeteneklerden yoksun olduklarına ikna olmuş insanlar, potansiyelleri geliştiren zorlu faaliyetlerden kaçınma ve zorluklar karşısında çabuk pes etme eğilimindedir. Faaliyetleri kısıtlayarak ve motivasyonu baltalayarak, kişinin yeteneklerine inanmaması kendi davranışsal doğrulamasını yaratır.

Bireyin stres ve kaygı düzeyi onun öz-yeterliliğini etkilemektedir. Kaygı ve stresin üstesinden gelinmesi bireyi rahatlatır. Psikolojik olarak rahat olan bireyler, bir etkinliği başarılı ile sonuçlandırma konusunda kendilerini daha yetkin hissederler (Çakır, 2017) İnsanlar ayrıca yeteneklerini değerlendirirken kısmen *bedensel ve duygusal durumlarına* da güvenirler. Stres tepkilerini ve gerilimlerini düşük performans karşı savunmasızlık işaretleri olarak yorumlarlar. Güç ve dayanıklılık içeren aktivitelerde insanlar yorgunluklarını ve ağrıları fiziksel zayıflık belirtileri olarak değerlendirirler. Ruh hali aynı zamanda insanların kişisel yeterliliklerine ilişkin yargılarını da etkiler. Olumlu ruh hali, algılanan öz yeterliliği artırır, umutsuz ruh hali onu azaltır. Yeterliliğe ilişkin öz inançları değiştirmenin dördüncü yolu, insanların stres tepkilerini azaltmak ve olumsuz duygusal eğilimlerini ve fiziksel durumlarının yanlış yorumlamalarını değiştirmektir.

Önemli olan duygusal ve fiziksel tepkilerin yoğunluğu değil, daha çok nasıl algılandığı ve yorumlandığıdır. Yeterlilik duygusu yüksek olan kişiler, duygusal uyarılma durumlarını performansın enerji verici bir kolaylaştırıcısı olarak görürken, kendinden şüphe duyanlar uyarılmalarını zayıflatıcı olarak görürler. Yeterliğin fizyolojik göstergeleri, sağlık işleyişinde ve atletik ve diğer fiziksel aktivitelerde özellikle etkili bir rol oynamaktadır.

Özyeterlik bireylerin eylemi yapabilme ile ilgili kendine yönelik inancıdır. Bu bağlamda bireylerin stresli durumlar karşısında yeterliklerinin olması psikolojik sağlamlıklarını güçlendirecektik. Yukarıda özyeterliğin tanımı, gelişimi ve kaynakları açıklanmıştır. Aşağıda ise özyeterlik inceleyen yurt içi ve yurt dışındaki araştırmalara kronolojik sırayla yer verilecektir.

2.2.3.3. Özyeterlikle İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Vardarlı (2005) ortaokul öğrencilerinin genel özyeterlik düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemiştir. Araştırma sonucunda, özsaygı, sosyal beceri, başarı düzeyi,

gelir düzeyi, annenin eğitim düzeyi ve yaş değişkenlerinin genel özyeterliğin yordayıcıları olduğu tespit edilmiştir.

Yardımcı (2007) ortaokul öğrencilerinin özyeterliğin, sosyal destek ve çeşitli değişkenler ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, öğrencilerin cinsiyet, sınıf, ailenin ekonomik durumu, öğrencinin algıladığı sağlık durumu ve başarı durumu değişkenlerinin algılanan sosyal destek ile öz-yeterliği etkilediği tespit edilmiştir. Aynı zamanda algılanan sosyal destek ile özyeterlik arasında pozitif yönlü ve zayıf bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Başka bir ifade ile ortaokul öğrencilerinde algılanan sosyal desteğin özyeterlik becerilerini etkilediği görülmüştür.

Şencan (2009) ergenlerin sosyal destek ve sosyal özyeterlik düzeyleri ile çeşitli değişkenlerin ilişkisini incelemiştir. Araştırmanın sonucunda, aileden ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek düzeyi ile sosyal yeterlik düzeyi arasında düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Telef (2011) ortaokul ve lisede öğrenim gören 250 öğrencinin özyeterliğinin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ve özyeterlikleri ile psikolojik semptomları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonunda özyeterliğin cinsiyete, yaşa, anne-baba eğitim düzeyine, babanın bir işte çalışıp çalışmamasına, çalışma odasına sahip olup olmamaya, okul başarısına, lise türüne, lisede seçmiş olduğu alana, doğum sırasına, kardeş sayısına, yaşamını geçirmiş olduğu yere ve rehberlik servisinden yardım alıp almamaya göre farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte ergenlerin sosyal, akademik, duygusal ve genel özyeterlikleri ile depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve düşmanlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Certel, Bahadır, Saracaloğlu ve Varol (2015) ergenlerin özyeterlikleri ile öznel iyi oluş düzeylerini başarı, spor yapma ve cinsiyet değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını ve özyeterlik ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, erkek öğrencilerin duygusal özyeterliklerinin istatistiksel olarak yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Spor yapan öğrencilerin spor yapmayan öğrencilere göre öznel iyi oluş düzeyleri ve özyeterliklerinin istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, öğrencilerin özyeterlik ve öznel iyi oluş düzeyi arasında ise pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir.

Arslan ve Balkıs (2016) 331 ergen ile çalıştıkları araştırmada anne-babadan algılanan duygusal istismar ile problem davranışlar arasındaki ilişkide özyeterlik ve psikolojik sağlamlığın aracı rolünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, anne-babadan algılanan duygusal istismarın psikolojik sağlamlık, özyeterlik ve problem davranışları doğrudan

yordadığı tespit edilmiştir. Bununla beraber, anne-babadan algılanan duygusal istismar ile problem davranışlar arasındaki ilişkide özyeterlik ve psikolojik sağlamlığın kısmi aracılık rolü olduğu belirlenmiştir. Ek olarak, anne-babadan algılanan duygusal istismar ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide öz-yeterliğin kısmi aracılık rolü üstlendiği görülmüştür.

Şahan ve Duy (2017) ortaokul öğrencilerinin özyeterlik algısı, okula bağlanma, arkadaş desteği, akademik başarı, sınıf düzeyi, dershaneye gitme durumu ve ailelerin gelir düzeylerine göre bulundukları bölgedeki okulun okul tükenmişliğini ne derece yordadığını incelemiştir. Araştırma sonucunda, öğretmene bağlanma ve sınıf düzeyi değişkenlerinin toplam okul tükenmişliği puanlarını ve okul tükenmişlik ölçeğinin her bir alt boyutunu anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Bununla birlikte, özyeterlik, dershaneye gidip gitmeme durumu, okula bağlanma, ailelerin gelir düzeylerine göre okul tükenmişliği ölçeğinin farklı alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir.

Oğuz ve Damla Kutlu- Kalender (2018) ortaokul öğrencilerinin üst bilişsel farkındalıkları ile öz yeterlik algılarının çeşitli değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı ve üst bilişsel farkındalıkları ile özyeterlik algıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda öğrencilerin üst bilişsel farkındalıklarının ve özyeterlik algılarının iyi düzeyde olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin özyeterlik algıları, cinsiyet ve öğrenim gördüğü sınıf değişkenlerine göre tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık göstermektedir. Öğrencilerin ayda okuduğu kitap sayısına göre akademik öz yeterlik ve toplam öz yeterlik algılarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ek olarak, öğrencilerinin üst bilişsel farkındalıkları ile öz yeterlik algıları arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir.

Bektaş, Kudubeş, Ayar ve Bektaş (2021) ergenlerde özyeterlik ve sağlık okur yazarlığının sağlıklı yaşam biçimi üzerinde etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda özyeterlik ve sağlık okur yazarlık düzeylerinin sağlıklı yaşam biçimini yordadığı görülmüştür.

2.2.3.4. Özyeterlikle İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

İlk çalışmalarının bir parçası olarak Cowen ve arkadaşları (1991), büyük yaşam stresi yaşayan ve stresten etkilenen veya strese dayanıklı uyum sonuçları olan 74 çocukla görüşmüştür. Sonuçlar, strese dayanıklı grubun, stresten etkilenen çocuk grubuna göre önemli ölçüde daha yüksek öz yeterlik puanlarına sahip olduğunu göstermiştir.

Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli (1996) ortaokul öğrencileri arasında algılanan özyeterliğin çocukluk dönemine ait depresyon ve başarıyı nasıl etkilediği incelenmiştir. Araştırmacılar, en çok akademik özyeterlikle özdeşleştirilen bu maddelerin, öz-düzenleyici öğrenme yeterliliğini, akademik başarı özyeterliğini ve başkalarının beklentilerini karşılama özyeterliğini ölçmek için oluşturulmuş maddeler olduğunu bulmuşlardır. Sosyal

özyeterlik ile en fazla ilgili olan maddeler, sosyal kaynakların bulunması yeterliliği, öz-iddia yeterliliği ve boş zamanı değerlendirme ve okul dışı faaliyetler yeterliliği maddeleri içeriyordu. Son olarak, öz-düzenleme yeterliliği, akran baskısına dayanmak şeklindeki öz-düzenleyici yeterliliği ölçen maddeler tarafından tanımlanmıştır.

Ohannessian, Lerner, Lerner ve Eye (1999) ergenlerde anksiyete ve depresyonda cinsiyet farkının tahmin edilmesinde kişisel yeterliğin etkisini incelemişlerdir. Çalışmada kişisel yeterliğin ergenlik esnasında anksiyete ve depresyonun cinsiyete göre farklılaşmasında etkili olduğunu belirtmişlerdir. 6. ve 7. sınıf düzeyindeki erkeklerin kızlardan daha yüksek yeterlik gösterdiklerini, özellikle 7. sınıfta erkeklerin kızlara göre daha az depresyon ve anksiyete belirtisi gösterdiklerini saptamışlardır.

Cheever ve Hardin (1999) 1427 ergenin travmatik yaşantıya maruz kalması, özyeterlik ve sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, ergenlerin özyeterlik ve sosyal destek düzeyleri azaldıkça sağlık değerlendirmelerinin kötüleştiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte, sosyal destek ve özyeterliliğin ergenlerin travmatik olayları takiben sağlık değerlendirmelerinin düşmesini önlediği belirlenmiştir.

Muris (2002) ergenlerde depresyon, anksiyete bozuklukları ile özyeterlik arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda düşük özyeterlik algısının yüksek düzeyde anksiyete bozuklukları ve depresif belirtilerle ilişkili olduğu belirlenmiştir. Ek olarak, özyeterlik alanlarının alt boyularının bazılarının belirli türdeki kaygı sorunlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Yani, sosyal özyeterlik ile sosyal fobi, akademik özyeterlik ile okul fobisi ve duygusal özyeterlik ile yaygın kaygı ve panik/somatik ile anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Bacchini ve Magliulo (2003) tarafından yapılan çalışmada; ergenlerin benlik imajı ve özyeterlikleri incelenmiştir. Kızların akademik ve öz-düzenleme yeterliklerinin erkeklere göre daha yüksek ancak erkeklerin de duygusal özyeterliklerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Coleman (2003) tarafından yapılan çalışmada; ergenlerde sosyal özyeterlik algısı düzeyi, anne-babaya bağlılık ve arkadaşlık ilişkileri incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre; ergenlerin anne-babaya ve arkadaşlara bağlılık düzeyleri oldukça yüksek bulunmuştur. Sosyal özyeterlik puanları kız öğrencilerde erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin anne-babaya bağlılık ve sosyal özyeterlik düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yani sosyal özyeterlik düzeyi düştükçe, hem anne-babaya hem de arkadaşlara olan bağlılığın azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Luszczynska, Gibbons, Piko ve Tekozel (2004) öz yeterlik, gelecek yönelimi, sosyal karşılaştırma yönelimi (SCO), arkadaşların algılanan davranışları ile yaş ve cinsiyet değişkenlerinin sağlıklı davranışlar (beslenme ve fiziksel aktivite) üzerindeki etkilerinin

lkeler arasında farklılaşıp farklılaşmadığını incelemişlerdir. Araştırma Macaristan, Polonya, Türkiye ve ABD'den 2387 ergen ile gerçekleşmiştir. Araştırma sonucunda, zyeterlik, sosyal karşılaştırma eğilimi ve arkadaştan algılanan davranışlarının dört ülkede de sağlığı geliştirici davranışları öngördüğü tespit edilmiştir.

Kvarme, Haraldstad, Helseth, Srum ve Natvig (2009) 7. sınıf öğrencilerine zyeterlik geliştirecek bir programın etkililiğini incelemiştir. Araştırma sonucunda artan genel zyeterlik ile artan yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Genel zyeterlik ve yaşam kalitesi arasındaki güçlü ilişki, özyeterliğin okul çocuklarının yaşam kalitesini arttırmak için kullanılabilecek bir kaynak olduğunu göstermiştir.

Clark ve Bussey (2020) ergenlerin siber zorbalığa karşı kendini savunma davranışı ile özyeterliğin rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda öz-yeterliğin zorbalığa karşı kendini savunma davranışının sıklığı ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda öz-yeterliğin kendini savunma davranışına katkı sağladığı da araştırmanın bulgularından biridir.

Sagone, De Caroli, Falanga ve İndia (2020) ortaokul ve lisede okuyan 302 öğrencinin zyeterlik ve psikolojik sağlamlık düzeylerini incelemiştir. Araştırma sonucunda, zyeterlik ve psikolojik sağlamlık leğinin alt kategorilerinden uyumluluk ve katılım ile güçlü ve mizah duygusu ve yeterlik ile orta derecede ilişki olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, kendilerini empati ve problem çözmede yüksek düzeyde yeterli olarak algılayan ergenlerin, aynı alanlarda kendilerini düşük düzeyde yeterli olarak algılayanlara göre psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksektir.

Cohrdes ve Mauz (2020) olumsuz çocukluk deneyimlerinin çeşitli sağlık sorunları üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmanın ilk aşamasında yaş ortalaması 12 olan 3704 çalışılırken kohort çalışmasının ikinci izleminde ortama yaş 25 olmuştur. Araştırma sonucunda olumsuz çocukluk yaşantısı ile zihinsel ve fiziksel etkiler arasında zyeterlik ve duygusal istikrarın tampon rolü oynadığı tespit edilmiştir.

Aune, Lysfjord Juul, Beidel, Nordahl ve Dvorak (2021) ergenlerin olumsuz yaşam olayları ile sosyal aksiyete ilişkisinde sosyal zyeterlik ve sosyal desteğin aracı rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda olumsuz yaşam olayları ve sosyal anksiyetenin pozitif ilişkili olduğu; sosyal destek ve sosyal özyeterliğin ise sosyal aksiyete ile negatif ilişkili olduğunu göstermiştir. Aynı zamanda sosyal destek ve sosyal özyeterliğin artışının sosyal aksiyete semptomlarının azalmasına neden olduğu gösterilmiştir.

Wong, Dosanjh, Jackson, Rnger ve Dudovitz (2021) okul ve okul ikliminin ergenlerin ruh sağlığına olan etkisini incelemiştir. Araştırmada önce 2013 daha sonra 2018 yılında olmak üzere ergenlerden cesaret, zyeterlik, umutsuzluk ve stres değişkenleri ile ilgili

anket yoluyla veri toplanmıştır. Çalışmanın sonucunda destekleyici ve yapılandırılmış okul ortamında olduğunu bildiren ergenlerin, yüksek özyeterlik ve cesaret düzeyine sahip olduğu görülmüştür. Ek olarak bu öğrencilerin daha düşük depresif belirti, umutsuzluk ve okulda stres düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Psikolojik sağlamlık, riskli durumlar ile bireyin baş edebilmesi ve uyum sağlabilmesidir. Bu kavramın gelişebilmesi için koruyucu faktörlere ihtiyaç vardır. Tez çalışması kapsamında sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik kavramları ergenlik dönemi bağlamında açıklanmıştır. Bununla birlikte okula aidiyet, sosyal ilişkiler ve özyeterlik kavramları ile ilgili alanyaznında bulunan alan çalışmalara yer verilmiştir.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde; araştırma modeli, araştırmanın evreni ve örnekleme, veri toplama araçları, veri toplama işlemi ve verilerin analizi hakkında bilgi verilecektir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma modeli; araştırmacının amacına ve araştırmanın içinde bulunduğu koşullara göre araştırmasının kurgulanmasıdır. Araştırma genel tarama modeli olan ilişkisel tarama modeline göre yapılmıştır. Genel tarama modeli; çok sayıda elemanın oluşturduğu evrenin tamamı veya evrenin içindeki bir kısım eleman üzerinde yapılan araştırmalardır. İlişkisel tarama modeli iki veya daha fazla değişken arasındaki değişimi ve/veya değişimin derecesini tanımlamayı amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2014, s.81). Bu anlamda araştırmada; ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarını açıklamada okula aidiyet, sosyal ilişkiler ve özyeterliliğin rolüne bakılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2021- 2022 eğitim öğretim yılı bahar döneminde Muğla İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı ortaokullarda öğrenim gören ortaokul öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmanın Muğla' da en fazla ortaokul öğrencisi bulunan Fethiye ilçesinde yapılmasına karar verilmiştir (Muğla MEB, 2022). Bu bağlamda çalışmanın örnekleme belirlenirken öncelikle ortaokul bulunan mahalleler 20 tabakaya ayrılmıştır. Daha sonra 10 tane mahalle basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Seçilen bölgede bir okul varsa o okul çalışma grubuna dahil edilmiştir. Seçilen bölgede birden fazla okul var ise kura yöntemi ile okul seçilmiştir.

Araştırmaya 643 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Ortaokul öğrencilerinin %50.2'si kadın, %49.8'i erkektir. Ortaokul öğrencilerinin anne baba medeni durumuna göre %88.7'si evli %11.3'ü boşanmıştır. Ortaokul öğrencilerinin annelerinin eğitim durumlarının dağılımları ilkokul mezunu (%32.1), lise mezunu (%29.7), ortaokul mezunu (%24.1), lisans ve üzeri (%11.8) ve okuryazar olmayanlar ise (%2.4) olarak elde edilmiştir. Ortaokul öğrencilerinin babalarının eğitim durumlarının dağılımı lise mezunu (%31.2), ortaokul mezunu (%28.6), ilkokul mezunu (%23.4), lisans ve üzeri (%16.2) ve okuryazar olmayanlar ise (%0.6) olarak dağılım göstermiştir. Ortaokul öğrencilerinin %60.7'sinin annesi çalışırken, %39.3'ünün ise çalışmamaktadır. Ortaokul öğrencilerinin %94.5'inin babası çalışırken, %5.5'inin ise çalışmamaktadır. Ortaokul öğrencilerinin aile gelir düzeylerine göre dağılımları ise 5.000

TL'nin altı (%26.4), 5.000-10.000 arası (%48.1), 10.001-20.000 arası (%18.9) ve 20.000 TL'nin üstü (%6.6) olarak elde edilmiştir (Tablo 2).

Tablo 2.

Demografik Değişkenlere İlişkin Dağılım

Değişkenler	Grup	Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	323	50,2
	Erkek	320	49,8
Aile Medeni Durum	Evli	559	88,7
	Boşandılar	71	11,3
Anne Eğitim	Okur yazar değil	15	2,4
	İlkokul mezunu	204	32,1
	Ortaokul mezunu	153	24,1
	Lise mezunu	189	29,7
	Lisans ve üzeri	75	11,8
	Okur yazar değil	4	0,6
Baba Eğitim	İlkokul mezunu	149	23,4
	Ortaokul mezunu	182	28,6
	Lise mezunu	199	31,2
	Lisans ve üzeri	103	16,2
	Evet	251	39,3
Anne Çalışma	Hayır	388	60,7
	Evet	603	94,5
Baba Çalışma	Hayır	35	5,5
	Evet	603	94,5
Gelir	5.000 TL nin altı	168	26,4
	5.000-10000	306	48,1
	10.001-20.000	120	18,9
	20.000 TL nin üstü	42	6,6

3.3. Veri Toplama Süreci ve Araçları

Araştırma kapsamında uygulamaya başlamadan önce, ölçme araçlarının kullanımı için araçları geliştiren ve Türkçe'ye uyarlayan araştırmacılardan, elektronik posta aracılığıyla gerekli izinler temin edilmiştir. Araştırmacılardan izin alınması durumunda veri toplanması konusunda izin almak için Dokuz Eylül Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'na başvurulmuştur. Etik kurulun araştırmayı uygun görmesi üzerine Muğla İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden uygulamanın yapılması için gerekli izinler alınmıştır (EK-2). Gerekli izin alındıktan sonra, okul listesinde bulunan okulların yöneticileri ile görüşülmüştür. 2021-2022 öğretim yılının bahar döneminde Şubat ve Mart aylarında gerçekleştirilmiştir. Araştırmacı bizzat sınıflara girerek örneklemde yer alan öğrencilere uygulamanın gönüllü olduğu vurgulanmış ve katılımcılardan izin alınmıştır. Bir katılımcının veri setini doldurması, yaklaşık olarak 20 dakika sürmüştür. Uygulama esnasında araştırmacı öncelikle kendini tanıtmış ve ardından araştırmanın amacı, önemi ve ölçek setinin nasıl yanıtlanacağı hakkında katılımcılara bilgi vermiştir. Bireysel bir değerlendirme yapılmayacağı için öğrencilerin kimlik bilgilerine ihtiyaç duyulmadığı ifade edilmiştir. Buna ek olarak, araştırma sonuçlandıktan sonra isteyen katılımcılara araştırmanın sonuçları hakkında bilgi verilebileceği ifade edilmiştir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Tez çalışması kapsamında araştırmacı tarafından kişisel bilgi formu aracılığıyla katılımcılardan elde edilen demografik bilgiler arasında; cinsiyet, sınıf, anne-baba hayatta olma durumu, anne-baba eğitim durumu, anne-baba çalışma durumu, eve giren aylık gelir, daha önce gerçekleşen göç etme, ciddi hastalık geçirme, çekirdek aileden birinin ölümü, çekirdek aileden birinin rahatsızlık/kaza geçmişi, ailenin ciddi ekonomik sıkıntı yaşaması ve istenmeyen nedenlerden dolayı aileden ayrı kalma durumu yer almaktadır.

3.3.2. Çocuk ve Genç Sağlamlık Ölçeği

Lienberg, Ungar ve LeBlanc (2013) tarafından geliştirilen ‘‘Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği’’ çocuk ve ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ölçmektedir. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Arslan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmaları sonucunda madde faktör yüklerinin .54 ve .81. arasında sıralandığı ve iç tutarlılık katsayısının .91 olduğunu göstermektedir. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği' nin standardize edilmiş RMR

değerinin uyum indeksi .039 bulunmuştur. Bu sonuçtan yola çıkarak faktör analizi sonucu 12 maddelik formun yeterli düzeyde uyum gösterdiği söylenebilmektedir (Arslan, 2015).

3.3.3.Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği

Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği, bireylerin sosyal destek algılarını sosyal ilişki unsurlarına göre (aile ve arkadaş desteği) ölçmek amacıyla Turner, Frankel ve Levin (1983) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmasını ise Duyan, Gelbal ve Var (2013) tarafından yapılmıştır. Bu uyarlama çalışmasında, Sosyal ilişki unsurları ölçeğinin 1070 ilköğretim öğrencisi üzerinde uygulandığı, uygulama sonucunda ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.81 ve test-tekrar test güvenirliği ise 0.85 olarak bulunduğu, alt boyutlardan aile desteği için Cronbach Alpha değeri 0.74, arkadaş desteği alt boyutu için Cronbach Alpha değeri 0.75 bulunduğu belirtilmektedir.

3.3.4.Okula Aidiyet Ölçeği

Okula Aidiyet Ölçeği, ergenlerin okula aidiyetlerini ölçmek amacıyla Goodenow (1993) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmasını ise Arslan ve Duru (2017) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Bu çalışmada Okula aidiyet ölçeği bir ortaokul ve iki lise olmak üzere 562 öğrenciye uygulanmıştır. Uygulama sonucunda ölçeğin Cronbach Alpha değeri .86 bulunmuştur. Ölçüm modelindeki gizli yapı güvenirlik katsayıları (H) .78 ile .87 arasında değişmektedir. Okul aidiyeti ölçeğinin alt bileşenlere ilişkin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .83. ve .85 olarak bulunmuştur (Arslan ve Duru, 2017).

3.3.5.Genel Özyeterlik Ölçeği

Genel Öz- yeterlik Ölçeği Ralf Schwarzer ve Mattihias Jerusalem tarafından 1979 yılında Almanca olarak geliştirmişlerdir. 1993 yılında aynı araştırmacılar tarafından ölçeğin İngilizce versiyonu geliştirilmiştir. Ölçek algılanan öz- yeterlik hakkında genel bir değerlendirme yapmak amacıyla tasarlanmıştır. 12 yaş ve üzeri bireylere uygulanan ölçek, 10 maddeden oluşmaktadır. 23 ülkede yapılan çalışmalarda ölçeğin Cronbach alfa katsayısı değerlerinin .76 ile .90 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçek, Türkçeye Teközel tarafından çevrilmiş ve ilk kez Piko, Gibbons, Luszczynska ve Teközel (2004) tarafından Macar, Polonyalı, Türk ve Amerikalı lise öğrencileri ile yürütülen ve sigara içme davranışının özyeterlik, gelecek yönelimi, sosyal karşılaştırma, saldırganlık ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelendiği araştırma kapsamında İzmir'deki genel liselerde öğrenim gören 626 öğrenciye uygulanmıştır. Bu çalışmada Türk örneklem grubu için ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .82 olarak saptanmıştır.

Vardarlı (2005) Genel Özyeterlik Ölçeği'nin ilköğretim II. kademe öğrencilerine yönelik geçerlik çalışmasını tesadüfi yolla seçilmiş 92 öğrenci ile "Yapı geçerliği" yöntemi ile gerçekleştirmiştir. Temel bileşenler analizi kullanılarak yapılan faktör analizinde maddelerin öz değerleri 1.00'in üzerinde olan iki faktöre dağıldığı ve bu faktörlerin varyansın %59'unu açıkladığı görülmektedir. Maddelerin birinci faktördeki faktör yükleri ve açıklanan varyans, Genel Özyeterlik Ölçeği'nin orijinali ile tutarlı olarak tek boyutlu olduğunu göstermiştir. Bu sonuç ölçeğin yapı geçerliğinin bir göstergesi olarak kabul edilmiştir. Aynı çalışmada, ölçeğin Vardarlı (2005) Genel Özyeterlik Ölçeği ilköğretim II. kademe öğrencilerine yönelik güvenilirlik çalışması test-tekrar test ve iç tutarlılık yöntemleri olmak üzere iki yöntemle yapılmıştır. Genel Özyeterlik Ölçeği'nin iç tutarlılığını saptamak amacıyla hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin "test-tekrar test" yöntemiyle yapılan güvenilirlik çalışması için ölçek iki hafta ara ile 89 öğrenciye uygulanmıştır. İki uygulamadan elde edilen puanlar arası ilişki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon yöntemiyle hesaplanmış ve iki uygulama arasında .70 düzeyde ilişki bulunmuştur.

3.5. Verilerin Analizi

Veri analizi için SPSS 22 programı kullanılmıştır. Ölçek puanlarının normalliği için çarpıklık ile basıklık değerlerine bakılmış olup bu değerler ± 1 arasında ise puan dağılımı normaldir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Demografik değişkenlere göre frekans ve yüzde analizi ile ölçek puanlarına ilişkin betimsel istatistikler verilmiştir. İstatistiksel analizlerde gruplara göre karşılaştırmada parametrik yöntemlerden bağımsız gruplar t testi ile tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yöntemi kullanılmıştır. İki grupta sürekli ve normal puanların karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t testi yöntemi ikiden fazla grupta sürekli ve normal puanların karşılaştırılmasında ANOVA yöntemi kullanılır. Bu iki yöntem için de her bir grupta veri sayısının yeterli büyüklükte ($n > 30$) olması gerekir. Ayrıca anlamlı çıkan sonuçlarda bağımsız değişken tarafından bağımlı değişkendeki değişkenliğin açıklanma yüzdesini gösteren etki büyüklüğü eta kare değeri ile elde edilmiştir (Pallant, 2007). Cohen (1988) 0 ile 1 arasında değişen eta kare etki büyüklüğü değeri için 0.01'e eşit ise küçük etki, 0.06'ya eşit ise orta etki ve 0.14'e eşit ise büyük etkiye sahip olarak tanımlamıştır. ANOVA sonucunda anlamlı çıkan bulgular için farkın hangi gruplar arasında olduğu ise çoklu karşılaştırma yöntemlerinden LSD yöntemi ile incelenmiştir. Ölçek puanları arasındaki ilişki de parametrik yöntem olan Pearson korelasyon yöntemi ile incelenmiş olup değişkenlerin psikolojik sağlamlığa olan etkisinde ise çoklu doğrusal regresyon analiz yöntemi kullanılmıştır. Regresyon analizi için gerekli olan varsayımlar ise bulgular kısmında test edilmiştir. İstatistiksel analizler için anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak alınmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği, Okula Aidiyet Ölçeği ve Genel Özyeterlik Ölçeği'ne verdikleri yanıtlar doğrultusunda yapılan betimsel, korelasyonel, regresyon ve çoklu regresyon analizi bulgularına yer verilmiştir. Çoklu regresyon analizi ile ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik tarafından ne kadar yordandığı ortaya konmuştur.

4.1. Betimsel İstatistikler

Araştırmada psikolojik sağlamlık bağımlı değişken; sosyal ilişki, okula aidiyet ve özyeterlik bağımsız değişken olarak ele alınmıştır. Bağımlı ve bağımsız değişkenlere ilişkin betimsel istatistiklerin olduğu bulgular Tablo 3' de verilmiştir.

Tablo 3.

Ölçek Puanlarına Göre Betimsel İstatistik Tablosu

Ölçek Puanları	En Küçük	En Büyük	Ort	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik Sağlamlık	15	60	47,42	8,25	-0,932	0,814
Sosyal İlişkiler	24	75	60,25	9,91	-0,819	0,349
Arkadaş Destek	9	30	25,12	4,73	-1,059	0,557
Aile Destek	10	45	35,13	7,10	-0,91	0,601
Okula Aidiyet	10	40	30,43	6,02	-0,593	0,067
Okulda Dışlanmışlık	5	20	8,94	3,03	0,916	0,588
Okulda Kabul	5	20	16,04	3,05	-0,925	0,600
Özyeterlik	11	40	31,83	5,58	-0,75	0,397

Psikolojik Sağlamlık ölçeği, Sosyal İlişkiler ölçeği, Okula Aidiyet ölçeği ve Özyeterlik ölçeği betimsel istatistik bulguları Tablo 3'te verilmiştir. Psikolojik sağlamlık puanları 15 ile 60 arasında değişirken ortalaması 47.42 standart sapması ise 8.25'dir. Sosyal ilişkiler ölçeği puanları 24 ile 75 arasında değişirken ortalaması 60.25 standart sapması ise 9.91'dir. Sosyal ilişkiler ölçeği arkadaş destek alt boyutu 9-30, aile destek ise 10-45 arasında

değişmekte olup arkadaş destek için ortalama 25.12, aile destek için ise 35.13 olarak elde edilmiştir. Okula Aidiyet ölçeği 10-40 arasında değişirken ortalaması 30.13 ve standart sapması ise 6.02'dir. Okula Aidiyet ölçeği okulda dışlanmışlık ve okulda kabul alt boyutları 5-20 arasında değişmekte olup okulda dışlanmışlık için ortalama 8.94, okulda kabul için ise 16.04 olarak elde edilmiştir. Son olarak özyeterlik puanları 11-40 arasında değişirken ortalaması 31.83 standart sapması ise 5.58'dir. Tüm puanlara ilişkin normallik hakkında bilgi veren istatistikler olan basıklık ile çarpıklık değerleri ± 1 arasında olduğundan puanların dağılımı normaldir.

4.2. Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler İle İlişisine İlişkin Bulgular

Psikolojik sağlamlık ölçeği, sosyal ilişkiler ölçeği, okula aidiyet ölçeği ve özyeterlik ölçeği arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson korelasyon yöntemi kullanılmıştır. Parametrik olan bu yöntem için tüm puanların sürekli ve normal dağılım özelliği göstermesi gerekir (Pallant, 2007). Baykul'a göre (2010) korelasyon katsayısı 0.40'dan az ise düşük düzey, 0.40-0.70 ise orta düzeyde ve 0.70 üzeri ise yüksek düzeyde ilişki vardır. Pozitif korelasyon değeri iki değişkenin birlikte arttığı ya da azaldığını gösterirken negatif korelasyon değeri ise değişkenden birinin artarken diğerinin azaldığını gösterir. Ölçeklerin toplam ve alt ölçek puanları arasındaki ilişkileri gösteren korelasyon değerleri Tablo 4'de sunulmuştur.

Tablo 4.

Ölçekler Arasında Pearson Korelasyon Tablosu

	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Psikolojik Sağlamlık	1							
2.Sosyal İlişkiler	,756**	1						
3.Arkadaş Destek	,638**	,749**	1					
4.Aile Destek	,631**	,897**	,379**	1				
5.Okula Aidiyet	,659**	,683**	,452**	,652**	1			
6.Okulda Dışlanmışlık	-,486**	-,513**	-,341**	-,489**	-,839**	1		
7.Okulda Kabul	,653**	,667**	,444**	,636**	,902**	-,528**	1	
8.Özyeterlik	,567**	,568**	,411**	,519**	,485**	-,358**	,480**	1

** $p < .01$; * $p < .05$

Okulda dışlanmışlık haricindeki tüm ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler elde edilmiştir ($p < .01$). Psikolojik sağlamlık ile sosyal ilişki arasında yüksek düzeyde ($r = 0.756$) ilişki var iken okula aidiyet ($r = 0.659$) ve özyeterlik ($r = 0.567$) arasında ise orta düzeyde ilişki elde edilmiştir. Sosyal ilişkiler ile okula aidiyet ($r = 0.683$) ve özyeterlik ($r = 0.568$) arasında ise orta düzeyde ilişki elde edilmiştir. Okula aidiyet ile özyeterlik arasında orta düzeyde ($r = 0.485$) ilişki vardır. Okulda dışlanmışlık ile psikolojik sağlamlık ($r = -0.486$), sosyal ilişkiler ($r = -0.513$) ve özyeterlik ($r = -0.358$) arasında negatif yönde ilişki vardır.

4.3. Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Bulgular

Sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterliğin psikolojik sağlamlığı ne düzeyde yordadığını incelemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analiz yöntemi kullanılmıştır. Parametrik bir yöntem olan çoklu doğrusal regresyon analizinin çeşitli varsayımları vardır. Öncelikle yordanan (bağımlı) değişkenin hem sürekli bir değişken olması hem de normal dağılması gerekir. Ayrıca eğer yordayıcı (bağımsız) değişkenler sürekli ise onların da normal dağılması gerekir. Regresyon modelinde yer alan bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı problemi olmamalıdır (Pallant, 2007). Bu varsayım için tolerans ve VIF değerlerine bakılır. VIF değerleri 10'dan küçük ve tolerans değerleri 0.10'dan büyükse çoklu bağlantı problemi yoktur (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Tablo 5.

Çoklu Bağlantı Problemi Tablosu

	Tolerans	VIF
Sosyal İlişkiler	0,461	2,17
Okula Aidiyet	0,52	1,923
Özyeterlik	0,66	1,516

Sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik ölçeklerinden elde edilen puanların her biri için VIF değeri 10'dan küçük ve tolerans değeri ise 0.10'dan büyüktür ve çoklu bağlantı problemi yoktur. Bir başka ifade ile sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik puanları arasında çok yüksek düzeyde ($r > .90$) ilişki yoktur.

Tablo 6.

Regresyon Tablosu

Bağımsız Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	4,61	1,349		3,417	0,001
Sosyal İlişkiler	0,416	0,03	0,499	14,067	,000
Okula Aidiyet	0,324	0,046	0,237	7,085	,000
Özyeterlik	0,248	0,044	0,168	5,661	,000
$F_{(3,639)}=360,947; p<.001$					
$R=0.793; R^2=0.629$					

Tablo 6’da görüldüğü üzere sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik puanlarının psikolojik sağlamlık puanlarına olan etkisine göre ilişkin test edilen çoklu doğrusal regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F_{(3,639)}=360.947, p<.001$). R^2 değeri bağımlı değişkende olan değişkenliğin bağımsız değişkenler tarafından açıklanma yüzdesini gösterir (Pallant, 2007). Psikolojik sağlamlık puanlarındaki değişkenliğin %62.9’u sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik puanları ile açıklanır.

Sosyal ilişkiler ($B=0.416, t=14.067, p<.001$), okula aidiyet ($B=0.324, t=7.085, p<.001$) ve özyeterlik ($B=0.248, t=5.661, p<.001$) puanları ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini anlamlı bir şekilde etkilemektedir. Sosyal ilişki, okula aidiyet ve özyeterlik puanlarının her birinde olan 1 birimlik artış ortaokul öğrencilerin psikolojik sağlamlık puanlarında sırasıyla 0.416, 0.324 ve 0.248 birimlik artışlar sağlar. β ise standart regresyon katsayısı olup değişkenin modeldeki etkisine ilişkin önem derecesini gösterir. Psikolojik sağlamlık puanlarını en çok etkileyen sosyal ilişkiler olup sırasıyla okula aidiyet ve özyeterlik etkilemektedir. Psikolojik sağlamlık puanları için kurulan regresyon denklemi ise aşağıdaki gibidir:

$$\text{Psikolojik Sağlamlık} = 4.61 + 0.416 * \text{Sosyal İlişki} + 0.324 * \text{Okula aidiyet} + 0.248 * \text{Özyeterlik}$$

Sosyal ilişkiler alt boyutları, okula aidiyet alt boyutları ve özyeterliğin psikolojik sağlamlığa olan etkisinde çoklu doğrusal regresyon analiz yöntemi kullanılmıştır.

Tablo 7.

Çoklu Bağlantı Problemi Tablosu

	Tolerans	VIF
Aile Destek	0,74	1,352
Arkadaş Destek	0,511	1,956
Okulda Kabul	0,491	2,037
Okulda Dışlanmışlık	0,672	1,489
Özyeterlik	0,657	1,523

Tablo 7’de görüldüğü üzere sosyal ilişkiler alt boyutları, okula aidiyet alt boyutları ve özyeterlik ölçeklerinden elde edilen puanların her biri için VIF değeri 10’dan küçük ve tolerans değeri ise 0.10’dan büyüktür ve çoklu bağlantı problemi yoktur. Bir başka ifade ile sosyal ilişkiler alt boyutları, okula aidiyet alt boyutları puanları arasında çok yüksek düzeyde ($r>.90$) ilişki yoktur.

Tablo 8.

Regresyon Tablosu

Bağımsız Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	9,296	1,948		4,773	,000
Aile Destek	0,620	0,047	0,356	13,071	,000
Arkadaş Destek	0,263	0,038	0,227	6,915	,000
Okulda Kabul	0,503	0,072	0,234	7,001	,000
Okulda Dışlanmışlık	-0,193	0,078	-0,071	-2,48	0,013
Özyeterlik	0,244	0,043	0,165	5,708	,000
$F_{(5,637)}=237,412; p<.001$					
$R=0.808; R^2=0.652$					

Tablo 8’de görüldüğü üzere sosyal ilişkiler alt boyutları, okula aidiyet alt boyutları ve özyeterlik puanlarının psikolojik sağlamlık puanlarını yordamasına ilişkin test edilen çoklu

doğrusal regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F_{(5,637)}=237.412$, $p<.001$). Psikolojik sağlamlık puanlarındaki değişkenliğin %65.2'si sosyal ilişkiler alt boyutları, okula aidiyet alt boyutları ve özyeterlik puanları ile açıklanır. Aile destek ($B=0.620$, $t=13.071$, $p<.01$), arkadaş destek ($B=0.263$, $t=6.915$, $p<.01$), okulda kabul ($B=0.503$, $t=7.001$, $p<.01$), okulda dışlanmışlık ($B=-0.193$, $t=-2.48$, $p<.05$) ve özyeterlik ($B=0.244$, $t=5.708$, $p<.01$) puanları ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Arkadaş destek, aile destek, okulda kabul ve özyeterlik puanlarının her birinde olan 1 birimlik artış ortaokul öğrencilerin psikolojik sağlamlık puanlarında sırasıyla 0.620, 0.263, 0.503 ve 0.244 birimlik artışlar sağlar. Yani arkadaş destek, aile destek, okulda kabul ve özyeterlik puanlarının öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyine etkisi pozitiftir. Okulda dışlanmışlık puanlarındaki 1 birimlik artış öğrencilerin psikolojik sağlamlık puanlarında -0.193 birimlik düşüşe neden olur. β ise standart regresyon katsayısı olup değişkenin modeldeki etkisine ilişkin önem derecesini gösterir. Psikolojik sağlamlık puanlarını en çok etkileyen aile desteği olup sırasıyla okulda kabul, arkadaş desteği, özyeterlik ve okulda dışlanmışlık etkilemektedir. Psikolojik sağlamlık puanları için kurulan regresyon denklemi ise aşağıdaki gibidir:

$$\text{Psikolojik Sağlamlık} = 9.296 + 0.620 \cdot \text{Aile Destek} + 0.263 \cdot \text{Arkadaş Destek} + 0.503 \cdot \text{Okulda Kabul} - 0.193 \cdot \text{Okulda Dışlanmışlık} + 0.244 \cdot \text{Özyeterlik}$$

4.4. Demografik Değişkenlere Yönelik Bulgular

Cinsiyete göre ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puanlarının karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t testi yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 9.

Cinsiyete Göre Psikolojik Sağlamlık Puanlarına İlişkin Bağımsız Gruplar T Testi Tablosu

Cinsiyet	n	Ortalama	Ss	T	Sd	P	Eta kare
Kadın	323	46,70	8,12	-2,217	641	0,027	0,008
Erkek	320	48,14	8,33				

* $p<.05$

Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puanlarının cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür ($t_{(641)}=-2.217$, $p<.05$). Erkeklerin psikolojik sağlamlık ortalaması

kadınlara göre daha yüksektir. Etki büyüklüğü 0.008 olarak elde edilmiş olup küçük etkiye sahiptir.

Medeni duruma göre ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puanlarının karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t testi yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10.

Anne- Babanın Medeni Durumuna Göre Psikolojik Sağlamlık Puanlarına İlişkin Bağımsız Gruplar T Testi Tablosu

Medeni Durum	n	Ortalama	Ss	T	Sd	P	Eta kare
Evli	559	47,75	8,13	2,256	628	0,024	0,008
Boşandı	71	45,41	8,90				

* $p < .05$

Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puanlarının anne babalarının medeni durumlarına göre anlamlı farklılaştığı görülmüştür ($t_{(628)} = -2.256$, $p < .05$). Anne babası evli olan ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ölçeği ortalaması anne babası boşanmış olan ortaokul öğrencilere göre daha yüksektir. Etki büyüklüğü 0.008 olarak elde edilmiş olup küçük etkiye sahiptir.

Anne-baba çalışma durumuna göre ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puanlarının karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t testi yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 11'de sunulmuştur.

Tablo 11.

Anne-Baba Çalışma Durumlarına Göre Psikolojik Sağlamlık Puanlarına İlişkin Bağımsız Gruplar T Testi Tablosu

Anne-Baba Çalışma		n	Ortalama	Ss	t	Sd	P
Anne çalışma	Evet	251	46,70	8,13	-1,779	637	0,076
	Hyır	388	47,89	8,32			
Baba çalışma	Evet	603	47,52	8,10	1,46	636	0,145

Hayır 35 45,43 10,28

**p>.05*

Ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumlarına göre psikolojik sağlamlık ölçeği toplam puanları arasında anlamlı fark yoktur($t_{(637)}=-1.779$, $p>.05$). Annesi çalışan ve çalışmayan ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ortalaması benzerdir. Ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumlarına göre psikolojik sağlamlık ölçeği toplam puanları arasında anlamlı fark yoktur($t_{(637)}=1.46$, $p>.05$). Annesi çalışan ve çalışmayan ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ortalaması benzerdir.

Anne eğitim durumlarına göre psikolojik sağlamlık puanlarının karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yöntemi kullanılmıştır. Anne eğitim durumunda annesi okur yazar olmayan öğrenciler yeterli sayıda ($N>30$) olmadığı için bu analize dahil edilmemiştir. Baba eğitim durumlarına göre psikolojik sağlamlık puanlarının karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yöntemi kullanılmıştır. Baba eğitim durumunda annesi okur yazar olmayan öğrenciler yeterli sayıda ($N>30$) olmadığı için bu analize dahil edilmemiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12.

Ortaokul Öğrencilerinin Anne-Baba Eğitim Düzeylerine Göre Psikolojik Sağlamlık Puanları Arasında ANOVA Tablosu

Anne-Baba Eğitim		n	Ortalama	Ss	F	p
Anne Eğitim	İlkokul mezunu	204	47,91	8,28	0,305	0,822
	Ortaokul mezunu	153	47,63	8,58		
	Lise mezunu	189	47,15	8,17		
	Lisans ve üzeri	75	47,31	7,41		
Baba eğitim	İlkokul mezunu	149	47,30	8,08	0,709	0,547
	Ortaokul mezunu	182	47,27	8,60		
	Lise mezunu	199	47,98	7,66		
	Lisans ve üzeri	46,55	9,01			

**p>.05*

Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık puanlarının anne eğitim düzeylerine göre anlamlı fark yoktur ($F_{(3,617)}=0,305$, $p>.05$). Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık puanlarının baba eğitim düzeylerine göre anlamlı fark yoktur ($F_{(3,629)}=0.709$, $p>.05$).

Örneklem grubunun %93.4'ünün aile gelirinin 20.000 TL ve altında kaldığı görülmektedir. Aile gelir düzeyine göre psikolojik sağlık puanlarının karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yöntemi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda ortaokul öğrencilerinin aile gelir düzeylerine göre toplam puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. ($F_{(3,632)}=0.844$, $p>.05$). Elde edilen sonuçlar Tablo 13'de sunulmuştur.

Tablo 13.

Ortaokul Öğrencilerinin Aile Gelir Düzeylerine Göre Psikolojik Sağlık Puanlarına İlişkin ANOVA Tablosu

Aile Gelir Düzeyi	n	Ortalama	Ss	F	P
5.000 TL' nin altı	168	48,11	7,93	0,844	0,47
5.000-10000	306	46,92	8,45		
10.001-20.000	120	47,55	8,29		
20.000 TL'nin üstü	42	47,98	7,89		

**p>.05*

Ortaokul öğrencilerinin yaşadıkları bazı önemli yaşam olaylarına göre psikolojik sağlık puanlarının karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t testi yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14.

Önemli Yaşam Olaylarına Göre Psikolojik Sağlık Puanları Arasında Bağımsız Gruplar T Testi Tablosu

Önemli Yaşam Olayları	Grup	n	Ortalama	ss	t	Sd	P	Eta kare
Daha önce bir şehirden başka bir şehre göç ettiniz mi?	Evet	179	45,68	8,64	-3,353	641	0,001*	0,017
	Hayır	464	48,09	8,00				
Ciddi bir hastalık geçirme veya yaralanma geçirdiniz mi?	Evet	122	44,89	8,60	-3,803	634	,000*	0,022
	Hayır	514	48,02	8,07				

Çekirdek ailenizden(anne-baba-çocuklar) birini kaybettiniz mi?	Evet	40	43,60	10,56	-3,043	641	0,002*	0,014
	Hayır	603	47,67	8,02				
Çekirdek ailenizden birinin ciddi bir rahatsızlığı oldu mu ya da kaza geçirdi mi?	Evet	186	46,41	8,49	-1,989	639	0,047*	0,006
	Hayır	455	47,84	8,14				
Aile olarak ciddi ekonomik sıkıntılar yaşadınız mı?	Evet	156	44,33	9,15	-5,49	640	,000*	0,045
	Hayır	486	48,41	7,70				
İstenmeyen nedenlerden dolayı ailenizden ayrı kaldınız mı?	Evet	54	41,91	10,62	-5,234	641	,000*	0,041
	Hayır	589	47,92	7,82				

Daha önce bir şehirden başka bir şehre göç etme durumuna göre psikolojik sağlık puanları arasında anlamlı fark elde edilmiştir ($t_{(641)}=-3.353$, $p<.05$). Daha önce bir şehirden başka bir şehre göç etmeyen ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık puan ortalaması göç eden öğrencilere göre daha yüksektir. Etki büyüklüğü 0.017 olarak elde edilmiş olup küçük etkiye sahiptir.

Ciddi bir hastalık geçirme veya yaralanma geçirme durumuna göre psikolojik sağlık puanları arasında anlamlı fark elde edilmiştir ($t_{(634)}=-3.803$, $p<.05$). Ciddi bir hastalık ya da yaralanma geçirmeyen ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık puan ortalaması ciddi bir hastalık ya da yaralanma geçiren öğrencilere göre daha yüksektir. Etki büyüklüğü 0.022 olarak elde edilmiş olup küçük etkiye sahiptir.

Çekirdek ailenizden birini kaybetme durumuna göre psikolojik sağlık puanları arasında anlamlı fark elde edilmiştir ($t_{(641)}=-3.043$, $p<.05$). Çekirdek aileden birini kaybetmeyen ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık puan ortalaması çekirdek ailesinden birini kaybeden öğrencilere göre daha yüksektir. Etki büyüklüğü 0.014 olarak elde edilmiş olup küçük etkiye sahiptir.

Çekirdek ailesinde birinin ciddi bir rahatsızlığı olma ya da kaza geçirme durumuna göre psikolojik sağlık puanları arasında anlamlı fark elde edilmiştir ($t_{(639)}=-1.989$, $p<.05$). Çekirdek ailesinde birinin ciddi bir rahatsızlığı olmayan ya da kaza geçirmeyen ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık puan ortalaması çekirdek ailesinde birinin ciddi bir rahatsızlığı olan ya da kaza geçiren öğrencilere göre daha yüksektir. Etki büyüklüğü 0.006 olarak elde edilmiş olup küçük etkiye sahiptir.

Aile olarak ciddi ekonomik sıkıntı yaşama durumuna göre psikolojik sağlamlık puanları arasında anlamlı fark elde edilmiştir ($t_{(640)}=-5.49$, $p<.05$). Aile olarak ciddi ekonomik sıkıntı yaşamayan öğrencilerin psikolojik sağlamlık puan ortalaması aile olarak ciddi ekonomik sıkıntı yaşayan öğrencilere göre daha yüksektir. Etki büyüklüğü 0.045 olarak elde edilmiş olup orta düzeyde etkiye sahiptir.

İstenmeyen nedenlerden dolayı aileden ayrı kalma durumuna göre psikolojik sağlamlık puanları arasında anlamlı fark elde edilmiştir ($t_{(641)}=-5.234$, $p<.05$). İstenmeyen nedenlerden dolayı aileden ayrı kalmayan öğrencilerin psikolojik sağlamlık puan ortalaması istenmeyen nedenlerden dolayı aileden ayrı kalan öğrencilere göre daha yüksektir. Etki büyüklüğü 0.041 olarak elde edilmiş olup orta düzeyde etkiye sahiptir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, verilerin analizi ile elde edilen bulgular alan yazını göz önünde bulundurularak tartışılmıştır. Tartışma kapsamında, ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının sosyal ilişkiler, okulda aidiyet ve özyeterlik ile ilişkileri ve cinsiyet, anne-babanın medeni durumu, önemli olaylara göre farklılaşmasına ilişkin bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1. Tartışma

5.1.1. Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlıklarının Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırma bulguları incelendiğinde, ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının yordanmasına ilişkin aşamalı çoklu regresyon analizinin beş aşamada tamamlandığı görülmektedir. Bir başka ifadeyle, araştırma kapsamında yer alan bağımsız değişkenlerin beşi de analize girmiştir. Aile desteği, arkadaş desteği, okulda kabul, okulda dışlanmışlık, özyeterlik değişkenlerinin öğrencilerin psikolojik sağlamlık değişkeninin anlamlı yordayıcısı olduğu ve bu değişkenlerin öğrencilerin psikolojik sağlamlık puanlarındaki toplam varyansın %65'ini açıkladığı saptanmıştır (Bkz. Tablo 8). Değişkenler tek tek ele alındığında ise aile desteği değişkeninin, psikolojik sağlamlık puanlarındaki varyansın %62'sini yordadığı, bunu %50 ile okulda kabul değişkeninin, %26 ile arkadaş desteği değişkeninin, %24 ile özyeterlik değişkeninin, %19 ile okulda dışlanmışlık değişkeninin izlediği görülmüştür (Bkz. Tablo 8). Sosyal ilişki, okula aidiyet ve özyeterlik değişkenlerinin her birinin psikolojik sağlamlığın anlamlı birer yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç; sosyal ilişki, okula aidiyet ve özyeterlik düzeylerinde görülen artışın veya azalışın psikolojik sağlamlık düzeyinde değişime katkı sağladığı şeklinde açıklanabilir.

Bulgular incelendiğinde, aile desteğinin psikolojik sağlamlığın en önemli yordayıcısı olduğu görülmektedir. Psikolojik sağlamlık, aile desteği ile pozitif ve anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Psikolojik sağlamlığın yordanmasına en az katkı sağlayan değişkenin ise okulda dışlanmışlık değişkeni olduğu belirlenmiştir. Ancak okulda dışlanmışlık ve psikolojik sağlamlık arasında negatif ve anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Alanyazını incelendiğinde; ulaşılabilen yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırmalarda psikolojik sağlamlığın, sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik değişkenleri tarafından yordandığını ortaya koyan herhangi bir bulguya raslanmamıştır. Alan yazını

taramasında, bu tez çalışmasına en yakın araştırmanın Nowicki (2008) tarafından yapıldığı görülmektedir. Nowicki (2008) ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerini sosyal destek, aidiyet ve özyeterlik bağlamında incelemiştir. Araştırma sonucunda sosyal destek, aidiyet ve özyeterliğin, psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan araştırmanın, tez çalışması ile paralellik gösterdiği söylenebilir.

Tez çalışmasında elde edilen bulgular, psikolojik sağlamlığın açıklamasında öncelikli olarak aile desteğinin, sonrasında sırasıyla okulda kabul, arkadaş desteği, özyeterliğin etkili olduğunu göstermektedir. Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının yükseltilmesi için sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik düzeylerinin artırılması gerektiği tez çalışmasında ortaya konmuştur. Tez çalışmasında aile desteğinin psikolojik sağlamlığı güçlü bir şekilde yordadığı bulgusu dikkate alındığında, psikolojik sağlamlığın artırılmasının aile desteğinin artırılmasına bağlı olduğu anlaşılmaktadır. Öte yandan; okulda kabulün psikolojik sağlamlığı yordama gücü dikkate alındığında ortaokul öğrencilerinin okul tarafından kabul edildiği ve ait hissettiği ortamda psikolojik sağlık düzeylerinin arttığı görülmektedir. Diğer taraftan arkadaş desteğinin psikolojik sağlamlığı yordama gücü dikkate alındığında; arkadaşları tarafından destek düzeyleri artan ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir. Özyeterliğin psikolojik sağlamlığı yordama gücü dikkate alındığında; kendinin genel olarak yetkin ve yeterli gören ortaokul öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin arttığı belirlenmiştir. Çalışma sonucunda psikolojik sağlamlığın en zayıf yordayıcısı okulda dışlanmışlık değişkeni olsa da psikolojik sağlamlığın değerlendirilmesinde okulda dışlanmışlık durumunun dikkate alınması gerektiği düşünülmektedir.

Tez çalışması kapsamında ortaokul öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın artırılması için sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik değişkenlerinin bir arada ya da tek başlarına kullanılabileceği gösterilmiştir. Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığı üzerindeki etkisini incelediğimiz bu değişkenleri şimdi de ayrı ayrı tartışacağız.

5.1.1.1.Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Sosyal İlişki Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmada yapılan çoklu regresyon analizinde, psikolojik sağlık puanlarının en önemli yordayıcısının sosyal ilişki alt boyutlarından aile sosyal desteğinin olduğu görülmektedir. Psikolojik sağlık ve aile desteği arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 8). Başka bir deyişle, ortaokul öğrencilerinin aile desteği yükseldikçe psikolojik sağlık puanları da yükselme, aile desteği azaldıkça psikolojik sağlık puanları da düşme eğilimindedir. Sosyal ilişki unsurları alt boyutlarından arkadaş sosyal desteğinin ise psikolojik sağlık puanlarını üçüncü sırada yordayan değişken olduğu görülmektedir.

Psikolojik sağamlık ve arkadaş desteği arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki olduğu belirtilmiştir (Bkz. Tablo 8). Yani, ortaokul öğrencilerinin arkadaş desteği yükseldikçe psikolojik sağamlık puanları da yükselmekte, arkadaş desteği azaldıkça psikolojik sağamlık puanları da düşmektedir.

İlgili alanyazını incelendiğinde sosyal desteğin psikolojik sağamlığı olumlu olarak etkilediğini gösteren birçok araştırma bulgusuna rastlanmıştır (Cohen ve Wills, 1985; Dumont ve Provost, 1999; Rowlinson ve Felner, 1988). Licitra- Kleckler ve Wass' ın (1993) yaptığı araştırmada aile desteğinin öğrencilerin daha fazla içselleştirme ve dışsallaştırma semptomalojisi gösterdiği saptanmıştır. Markstrom, Marshall ve Tryon (2000) yaptıkları araştırmada aileden alınan sosyal desteğin psikolojik sağamlığı önemli ölçüde yordadığı gösterilmiştir. Wu, Tsang ve Ming (2014) yaptıkları araştırmada, aile desteğinin psikolojik sağamlığın yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Ayrıca araştırma sonucunda, toplumsal sermayenin ve aile desteğinin artan psikolojik sağamlıkla birlikte ileride yüksek eğitim arzusuna ve okulu bırakma olasılığının azalmasına yol açmıştır. Turan (2014) sosyal destek ve psikolojik sağamlığın alt boyutlarının birbiriyle ilişkili olduğunu rapor etmiştir. Arastamam ve Balcı (2013), aile desteğinin psikolojik sağamlığın önemli bir yordayıcısı olduğunu ve Turgut (2015) aile desteği attıkça psikolojik sağamlığın arttığını sonuçlarına ulaşmışlardır. Aile desteğinin artmasının, daha yüksek olumlu davranış, benlik saygısı, sosyal kabul ve genel ruh sağlığı düzeyleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Fellows, 2003). Alanyazını ile elde edilen bulgunun birbiriyle örtüştüğü söylenebilir. Öte yandan aile desteğinin psikolojik sağamlık ile anlamlı ilişkisinin olmadığını belirten araştırmalar da vardır (Bradley ve Corwyn, 2002; Conger, Conger ve Martin, 2010; Kim- Cohen, Moffitt, Caspi ve Taylor, 2004). Bir risk faktörü olarak ekonomik zorluklar sert, cezalandırıcı, tutarsız ve/ya ihmalkar ebeveynlik stillerine yol açabilmekte, bunun sonucunda çocukların gelişimleri olumsuz etkilenebilmektedir (Conger ve ark., 2010). Dolayısıyla ailenin sosyoekonomik düzeyi, etkisiz ebeveynlik doğrultusunda, sağlanan sosyal desteğin koruyucu olabilecek etkilerini devre dışı bırakabilecek bir aracı değişken olarak belirebilmektedir.

Aile desteği içinde yakınlık, karşılıklılık ve dayanıklılık içerir (Pikerton ve Dolan, 2007). Bununla birlikte somut destek (Cochran 1996; Jack 2001; Dolan ve Holt 2002), duygusal destek (Cutrona 2000), öneri desteği (Cotterell, 1996) ve özsaygı desteği (Curtrona, 2000) olmak üzere bazı destek türlerini de barındırır. Bu bağlamda ergenlik dönemine adım atan gençlerin yaşadığı zor deneyimlere karşı daha dayanıklı olmalarına katkı sağladığı söylenebilir. Ek olarak, ergenlerin sahip olduğu olumlu ruhsal sağlık ve psikolojik sağamlık, olumlu iletişim becerilerine ve ebeveynleri veya yakın aile üyeleriyle güvene dayalı ilişkilere

ve ayrıca arkadaşlar arasında güven ve güvenlik duygularına sahip olarak tanımlanmaktadır (Levitt, Guacci-Franco ve Levitt, 1993).

Ergenlik dönemine gelindiğinde okul, aile dışındaki yetişkinler ve arkadaşlar gibi diğer sosyal destek kaynakları ortaya çıkmaktadır. Özellikle ergenlik döneminde, bireyler çeşitli sosyal destek türleri için büyük ölçüde arkadaşlarına güvenmektedir (Berndt, 1989). Alan yazınında akran sosyal desteğinin psikolojik sağlamlık ile ilişkisine dair bulgular çeşitlilik göstermektedir. Banks ve Weems (2014) 7 ile 18 yaş aralığında 1098 çocuk ve ergenin travmatik stresinde aile ve arkadaşlardan alınan sosyal desteğin tampon rolünü araştırmıştır. Sonuçlar, hem aile hem de arkadaş sosyal desteğinin travma sonrası stres belirtileri, anksiyete ve depresyon ile anlamlı ve olumsuz bir şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Licitra- Klecker and Waas (1993) arkadaş desteğinin stresin depresyon üzerindeki etkisinde tampon görevi üstendiğini belirtmiştir. Arkadaşlarından sosyal desteği yüksek alan ergenlerin daha az sosyal destek alanlara göre strese karşı daha düşük depresyon gösterdiği bulunmuştur. Huurre (2000), görme bozukluğu olan ergenlerde arkadaşlarından algılanan sosyal desteğin, düşük benlik saygısı ve depresyon riskini engellediğini göstermiştir. Galaif ve arkadaşları (2003), ebeveynlerinden ve arkadaşlarından sosyal destek algılayan ergenlerin daha düşük düzeyde stres ve gerilim yaşadıklarını ve sorunlarıyla başa çıkmak için daha az uyumsuz öfkeyle başa çıkma stratejilerine başvurdıklarını bulmuşlardır. Rabotec-Saric, Brajsa-Zganec, and Sakic (2008) arkadaş desteğinin ekonomik zorluklara karşı ergenler için koruyucu bir faktör olduğunu göstermiştir. Ayrıca, çeşitli araştırmalar arkadaşlardan algılanan sosyal destek ile duygusal problemler (Garnefski ve Diekstra, 1996), klinik problemler ve kişilerarası ilişkilerde zedelenmiş güven (Demaray ve Malecki, 2002), depresif belirtiler (Colarossi ve Eccless, 2003; Dumont ve Provost, 1999; Newcomb, 1990; Väänänen, Marttunen, Helminen ve Kaltiala-Heino, 2014), psikolojik sıkıntı (Wentzel, 1998) ve ergenlerde kaygı (Rueger ve ark., 2010) arasında negatif bir ilişkinin olduğunu göstermiştir. Alan yazını ışığında gelişimsel olarak ergenlik dönemine adım atan ortaokul öğrencilerin psikolojik sağlamlıkları için arkadaş desteğinin önemli olduğu söylenebilir. Öte yandan çok az bir çalışma arkadaş desteği ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını göstermektedir (Markstrom ve ark., 2000; Murray Nettles, Mucherah ve Jones, 2000).

Ergenlik, arkadaşlarla ilişkilerin öneminin arttığı bir dönemi işaret eder. Aslında, ergen gençler, arkadaşlarının ana sosyal destek kaynaklarından biri olduğunu, hatta ebeveynlerinden gelen destek algısını bile aştığı bilinmektedir (Bokhorst ve ark. 2010). Daha da önemlisi, destekleyici akranlara sahip olmak, depresyon (Burke ve ark. 2017; Rueger ve ark. 2016), kaygı (Davidson ve Demaray 2007), sosyal kaygı (Coyle ve Malecki 2018; La

Greca ve Harrison 2005) ve genel iyilik hali ile (Demaray ve Malecki 2002a, b; Rigby 2000) ilişkili olduğu belirtilmektedir. Başka bir ifadeyle arkadaş desteği, ergenlerin uyum ve ruhsal sağlığının önemli bir yordayıcısı olarak görülmektedir (Hartup, 1979; Kohlberg, LaCrosse ve Ricks, 1972). Ayrıca arkadaş desteğinin ailenin boşanması (Sandler, Wolchik ve Braver, 1985), aile gelirinin düşük olması (Sandler, 1980), yeni okula başlama (Felner, Ginter ve Primavera, 1982; Simmons, Carlton- Ford ve Blyth, 1987) ve okul değişikliği (Simmons, Blyth, Van Cleave ve Bush, 1979) gibi bazı durumlarda koruyucu faktör olduğu görülmüştür. Bu bağlamda arkadaş desteğinin ergenlerde ruhsal koruyucu ve geliştirici bir faktör olduğunu söylebiliriz.

Sonuç olarak; tez çalışmasında sosyal ilişkilerin, psikolojik sağlamlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğuna ilişkin bulgunun alanyazındaki araştırma bulguları ile benzer olduğu görülmektedir. Ergenlik dönemine giren veya ergenlik döneminde olan ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının, kendilerini çevrelerinden sosyal destek kaynaklarıyla güçlendirmeleri olasıdır. Öğrencinin ailesinin destekleyici varlığı psikolojik sağlamlığı güçlendiren bir etmen olabilir. Aynı zamanda günün büyük bir kısmını geçirdiği okuldaki arkadaşlarının destekleyici olarak algılanması, okula bağlılığını güçlendiren etmenlerden biri olarak görülebilir. Bu açıdan, ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarını değerlendirilirken sosyal ilişkilerinin de incelenmesi önem arz etmektedir.

5.1.1.2.Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Okula Aidiyet Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmada yapılan çoklu regresyon analizinde, psikolojik sağlamlık puanlarının ikinci sıradaki yordayıcısının okula aidiyet alt boyutlarından okulda kabul olduğu görülmektedir. Psikolojik sağlamlık ve okulda kabul arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki olduğu belirtilmiştir (Bkz. Tablo 8). Yani, ortaokul öğrencilerinin okulda kabulü arttıkça psikolojik sağlamlık puanları da yükselmekte, okulda kabulü azaldıkça psikolojik sağlamlık puanları da düşmektedir. Okula aidiyet alt boyutlarından okulda dışlanmışlığın ise psikolojik sağlamlık puanlarını beşinci sırada yordayan değişken olduğu görülmektedir. Psikolojik sağlamlık ve okulda dışlanmışlık arasında negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki olduğu belirtilmiştir (Bkz. Tablo 8). Yani, ortaokul öğrencilerinin okulda dışlanmışlık azaldıkça psikolojik sağlamlık puanları da yükselmekte, okulda dışlanmışlık yükseldikçe psikolojik sağlamlık puanları da düşmektedir.

Goodenow okula aidiyeti, öğrencinin okulda ya da sınıfta kendini kabul edilmiş, saygı duyulmuş, dahil olmuş ve diğerleri tarafından desteklenmiş hissetmesi olarak tanımlamıştır (Goodenow, 1993). Bu bağlamda okulda kabul değişkeni ile ilgili araştırmaları incelerken

okula aidiyet kavramı ile ilgili alan yazını taranmıştır. İlgili alanyazını incelendiğinde okula aidiyetin psikolojik sağlamlığı olumlu olarak etkilediğini gösteren birçok araştırmaya rastlanmıştır. Napoli (2007) okula aidiyetin hayat boyu uyuşturuya geç başlama ve daha az uyuşturucu kullanma ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Nowicki (2008) özyeterlik, sosyal destek ve okula aidiyetin psikolojik sağlamlığı yordadığını göstermiştir. Nuttman-Shwartz (2018) savaş bölgesindeki çocuk ve ergenlerde okula aidiyetin ve psikolojik sağlamlığın etkisinin artmasının olumsuz travmanın etkilerini önlediğini göstermektedir. Çataloğlu (2011) madde kullanmayan ergenlerin kullananlara göre okul içi ilişkilerde ilgi ve yüksek beklentiler algıladığı ve bu faktörün korucu olduğunu belirlemiştir. Esen- Aktay (2010) okul içi etkinliklere katılım ve psikolojik sağlamlık arasında ilişkinin olduğunu göstermiştir. Milkman ve Wanberg (2012) çeşitli risk faktörlerinin olduğu ergenler üzerinde, okul etkileşimi ve psikolojik sağlamlık arasında ilişki olduğunu tespit etmiştir. Turgut (2015) ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin okula bağlanma ile ilişkisi olduğunu belirlenmiştir.

Özellikle ergenlik yıllarında, ergenler bir grup tarafından kabul edilmeye, tanınmaya veya onaylanmaya duyarlı olduklarından, aidiyet duygusunun gelişimi önemli olmaktadır (Brooker, 2006). Teorik olarak, bir sosyal sistemde temel aidiyet ihtiyacını karşılama fırsatına sahip olan bireyler, psikolojik bir iyilik duygusu ve psikolojik sağlamlığa yol açan iç kaynakları geliştirebilirler (Baumeister ve Leary, 1995; Osterman, 2000). Ergenlerin okula aidiyet duygusuna sahip olmalarının uzun ve kısa vadeli olumlu etkileri bulunmaktadır. Örneğin; gelişmiş psikososyal sağlık ve yetişkin işlevselliği (O'Connor, 2010; Steiner ve ark., 2019; Wyman ve ark., 2019), daha yüksek iyi oluş hali (Allen, Kern, Vella-Brodrick, Hattie ve Waters, 2018; Arslan ve ark., 2020) ve daha az okul şiddeti, okuldan kaçma, madde kullanımı, akıl hastalığı ve zorbalık (Demanet ve Van Houtte, 2012; Lonczak ve ark., 2002; Shochet ve ark., 2007; Van Ryzin ve ark., 2009; Wike ve Fraser, 2009) bu etkiler arasındadır. Okul ortamı ise bu aidiyet ihtiyacını karşılamak için zengin bir bağlamdır (Berk ve Meyer, 2015; Sanders ve Munford, 2016). Yani, bu kritik gelişim aşamasında ergenlerin okula aidiyet duygusunu güçlendiren okul sisteminin, ergenlerin koruyucu kaynaklarını ve psikolojik sağlamlığını geliştirme potansiyeline sahiptir. Bu katkı, özellikle sosyoekonomik açıdan daha az avantajlı ergenler için kritik olabilir, çünkü daha düşük okula aidiyet duygusu algılama riski altındadırlar (Chiu ve ark., 2016; Goodenow, 1993; Günelan, 2018; Sarı, 2013; Smerdon, 1999). Aynı zamanda riskli koşullar altında okula aidiyetin ergenlerin psikolojik uyumlarını arttırdığı (Kia-Keating ve Ellis) ve riskli davranışa katılımı azalttığı (Napoli ve ark., 2011) gözlenmiştir. Mevcut tez çalışmasının bu bulgusu, ergenlerin kabul edildiğini, değer verildiğini veya desteklendiğini algıladıkları okul sosyal ortamında, aidiyet duygusunun

sağlanmasında önemli olabileceğini göstermektedir. Ayrıca, bu bulgunun ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının geliştirilmesinde okula aidiyet duygusunun etkisine ilişkin sınırlı literatürü genişlettiği varsayılabilir.

Okula aidiyetin alt boyutlarından sosyal dışlanma, sosyal grup tarafından görmezden gelinme, reddedilme (Williams, 2007), kabul edilmeme, saygı görmeme, desteklenmeme algısına dayanmaktadır (Arslan, 2016b; Duru ve Arslan, 2017). Aidiyetin aksine, okulda sosyal dışlanma, yalnız olma ve okulu tamamen sevmeme duygularıyla karakterize edilir (Ramm ve ark., 2006) ve sıklıkla tekrarlanan reddedilme ve dışlanma algılarıyla ilişkilendirilir (Baumeister ve DeWall, 2005). Sosyal ortamlarından dışlandığını hisseden ergenler, kendilerini bir sosyal grubun veya çevrenin bir parçası olarak görmemektedir. Bu ergenler kendilerini köksüz ve yabancı olarak görmektedirler (Duru ve Balkis, 2014). Arslan (2018) ergenleri ruh sağlığı ve psikolojik iyi oluşu arasında sosyal dışlanma değişkenini incelemiştir. Araştırma sonucunda, sosyal dışlanmanın ruh sağlığını olumsuz etkilediği görülmektedir. Duru, Arslan ve Balkis (2015) sosyal dışlanmanın düşük benlik saygısı ve saldırgan davranışlarla ilişkili olduğu bulmuştur. Arslan (2015) ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin sosyal dışlanma ile ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Waldeck ve arkadaşları (2015) sosyal dışlanma ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi vurgulamış ve sosyal olarak dışlanmış bireylerin düşük düzeyde psikolojik sağlamlık gösterdiğini rapor etmiştir. Ayrıca, sosyal olarak dışlanmış bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin düşük olduğunu ve özellikle dışlanan(lar)a yakın olmanın bile kırılganlığı artabileceğini bildirmiştir (Duru vd., 2015a; Duru ve Balkis, 2014; Leary, 1990).

Sosyal dışlanma, aidiyet duygusu, benlik saygısı, kontrol ve anlamlı varoluş gibi temel ihtiyaçları tehdit etmek ederek olumlu etkileri azaltıp olumsuz etkilerini artırmaktadır. Araştırmalar, sosyal dışlanmanın şiddet, yalnızlık, kaygı, depresyon, düşük özgüven ve riskli davranışlar dahil olmak üzere çeşitli sosyal, duygusal ve davranışsal sonuçlarla ilişkili olduğunu göstermiştir (Williams, 2009). Bununla birlikte sosyal dışlanmanın genellikle bireyin ruh sağlığı ve iyi oluşu üzerinde olumsuz etkileri olabileceği (Arslan, 2018; Buckley ve ark., 2004; Eisenberger, Lieberman ve Williams, 2003; Walton ve Cohen, 2011) ve düşük okul performansı (Arslan, 2016; Ladd ve Kochenderfer-Ladd, 2016; Raabe, 2019) ile ilişkili olduğu iyi bilinmektedir. Okulda dışlanmayla ilişkili akran stresörlerinin (örn. zorbalık ve mağduriyet) yüksek bir yaygınlığı vardır ve özellikle ergenliğin ortalarında zirveye ulaşır (Quinlan ve ark., 2020; Wang, Iannotti ve Nansel, 2009). Başkaları tarafından kabul edilmek ve onlara bağlanmak, ait olma ihtiyacı olarak bilinen, derinlere kök salmış bir içsel insan arzudur (Baumeister ve Leary, 1995). Gelişimsel bir bakış açısıyla, ergen gelişimi için güçlü

bir aidiyet duygusu daha önemli bir noktadır. Çünkü ergenin sahip olduğu aidiyet sosyal kimliği, kişilerarası ilişkileri, duygusal düzenlemeyi ve nihayetinde yetişkinliğe başarılı geçişleri etkiler (Allen, 2020; Allen ve ark., 2021; O'Connor, 2010). Bu bağlamda ergenlerin okulda çok fazla zaman harcadıklarından, bu içsel ihtiyacı tatmin etmek için sınıf arkadaşları ve öğretmenleri ile olan ilişkileri çok önemlidir. Bu bağlamda alan yazını ile yer alan bulgular birlikte değerlendirildiğinde araştırma sonuçlarının alan yazını ile tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Ortaokul öğrencilerinin okul ortamında kabul, saygı ve destek göremediği durumlarda dışlandığı, bu durumda psikolojik sağlamlığının da daha yüksek düzeyde olumsuz etkilendiği savunulabilir.

Sonuç olarak eldeki araştırma bulguları, psikolojik sağlamlık ve okula aidiyet arasında olumlu ve anlamlı düzeyde ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Alanyazınındaki araştırmalar da bu bulguyu destekler niteliktedir. Tez çalışmasında da psikolojik sağlamlık ve okula aidiyet arasında güçlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

5.1.1.3.Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Özyeterlik Düzeyleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Özyeterlik değişkeninin, öğrencilerin psikolojik sağlamlık puanlarının dördüncü sıradaki yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Özyeterlik puanları ve psikolojik sağlamlık puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı düzeyde bulunmuştur (Bkz. Tablo 8). Bu sonuç, ortaokul öğrencilerinin özyeterlik puanları yükseldikçe psikolojik sağlamlık puanlarının yükseldiğini, özyeterlik puanları düştükçe psikolojik sağlamlık puanlarının düştüğünü ortaya koymuştur.

Özyeterlik, sağlıklı geliştirici davranışların yordayıcısı (Bandura, 1997) ve bireyin problemlerle uğraşırken sahip olduğu yeterlik duygusu olarak tanımlanmıştır (Armstrong, ve ark., 2005). Yüksek düzeyde algılanan öz-yeterliğe sahip bireylerin strese dayanıklı olduğu belirtilmiştir (Cowen ve ark., 1991). Psikolojik sağlamlık ve özyeterlik arasındaki ilişki, her iki faktörün de olumlu sonuçlar üretmek için aynı gerçekleştirme süreçlerinden geçtiği şeklinde açıklanmıştır (Lightsey, 2006). Hamill (2003) yaptığı bir çalışmada psikolojik sağlam ve yetkin olarak gruplandırılan ergenlerin uyumsuz ve güçsüz olarak gruplandırılan ergenlere göre özyeterlik ve başa çıkma mekanizmalarının yüksek olduğunu bulmuştur. Narayanan ve Weng Onn (2016) algılanan sosyal desteğin ve özyeterliğin psikolojik sağlamlık üzerindeki yordama gücünü incelemiştir. Araştırma sonucunda hem özyeterliğin hem de sosyal desteğin psikolojik sağlamlığın güçlü yordayıcısı olduğu sonucuna varmışlardır. Sagone ve De Caroli (2016) erken ergenlerin skolastik, empatik ve problem çözme yeterliği olmak üzere üç yeterliğin psikolojik sağlamlık ile ilişkisini incelemiştir. Araştırmanın sonunda yüksek

özyeterliğin yüksek psikolojik sağlamlıkla ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmada, erken ergenlik döneminde problem çözme, akademik performans, empati ve özyeterliğe yüksek olan grubun düşük düzeyde özyeterliğe sahip olan gruba göre daha yüksek psikolojik sağlamlığının olduğunu bulunmuştur (Sagone ve De Caroli, 2016). Toplu (2017) şiddete maruz kalan ergenler ile yaptığı çalışmada psikolojik sağlamlık, empati ve özyeterlik arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Psikolojik sağlamlık ve özyeterlik arasında pozitif yönde ve orta güçte bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Pooley ve Cohen (2010), genel öz-yeterliğin sosyal destek ve aidiyet duygusu ile birlikte yüksek düzeyde psikolojik sağlamlığı yordadığı sonucunu elde etmiştir.

Özyeterliği yüksek olan bireyler, düşüncelerini kontrol edebildikleri ve dolayısıyla da zorluklarla başa çıkabilecek kararlılıklara da sahip oldukları için istenmeyen yaşam olaylarıyla daha etkili bir şekilde başa çıkabilmektedirler. Ayrıca, yüksek öz-yeterliğe sahip olan bireyler kendileri ve yetenekleri ile ilgili olan olumsuz düşüncelere öz-yeterliği düşük olanlara göre daha kolay bir şekilde son verebilmektedirler (Hamill, 2003). Özyeterliği yüksek olan bireyler hayatlarının üzerinde kontrolleri olduğuna inandıkları ve içsel güçlerine güvendikleri için stres etkenleri ile daha kolay başa çıkabilmekte ve değişime daha kolay uyum sağlayabilmektedirler. Bu nedenle de içsel mekanizmalar yoluyla sorunlarla başa çıkmak, psikolojik sağlamlığın önemli bir belirleyicisi olmaktadır. Ergenlik döneminde bireyin harekete geçme eylemi artar ve böylelikle özyeterlik inançları, koşulların seçimleri ve yönetimi için merkezi hale gelir. Özyeterlik ergenin hayatındaki günlük yaşamın talepleriyle başa çıkmaları için önemli bir temel olur (Lerner ve Steinberg 2009; D'Amico ve ark., 2013; Cattellino ve ark., 2019). Bu nedenle özyeterlik, ergen işlevselliğini ve iyi oluşunu arttırabilecek önemli bir bireysel kaynak olabilir (Yap ve Baharudin, 2016). Ergenlik döneminde psikolojik sağlamlık ve özyeterlik ilişkisinin, ergenlik döneminde uyum için en önemli konularından biri olduğu birçok araştırma tarafından desteklenmektedir (Bandura, 1986; Wagnild, 2009; Dumont ve Provost, 1999; Pooley ve Cohen, 2010; Sagone ve De Caroli, 2013; Schwarzer ve Warner, 2013; Sagone ve De Caroli, 2016; Sagone ve Indiana, 2017).

Sonuç olarak eldeki araştırma bulguları, psikolojik sağlamlık ve özyeterlik arasında ilişki olduğuna dair önceki araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Bu bulgular, öğrencinin yapabileceğine duyduğu inanç ve içsel motivasyonun zorlu durumlara karşı psikolojik sağlamlığını güçlendiren bir etmen olduğu şeklinde yorumlanabilir. Özyeterlik duygusu geliştirmiş, bu yolla kendisini zorlukların üsttesinden gelebileceği inancı gelişmiş özyeterlik duygu düzeyi yüksek öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin de yüksek olacağı öngörülebilir. Bu bağlamda özyeterliğin psikolojik sağlamlığın anlamlı bir yordayıcısı olması,

ortaokul öğrencilerinin özyeterliklerinin değerlendirilmesinin, desteklenmesinin ve başarı fırsatlarının yaratılmasının önemini ortaya koymaktadır. Psikolojik sağlamlığın, özellikle öğrencilerin problemleri davranışlarını önlemede ve ruh sağlığı için kritik öneme sahip olduğu son yıllarda yapılan araştırmalarda görülmektedir.

5.1.1.4.Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Çeşitli Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırma kapsamında çeşitli demografik değişkenlerin psikolojik sağlamlığı yönelik farklılaşma durumu incelenmiştir. Tez çalışmasının bulgularına göre ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının cinsiyetlerine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Bu bağlamda erkek ortaokul öğrencilerinin kız öğrencilere göre daha yüksek psikolojik sağlamlık düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo 9). Bu bulgu alanyazınında bulunan bazı araştırmalar tarafından desteklenmektedir. Scoloveno (2013) erkek ergenlerin kız ergenlerden yüksek psikolojik sağlamlığa sahip olduğunu tespit etmiştir. Yu, Lau, Zhang ve Lui (2011) ergenlerde psikolojik sağlamlığı etkileyen çeşitli değişkenleri incelediği araştırmasında erkeklerin kızlardan daha yüksek psikolojik sağlamlığa sahip olduğunu belirlemiştir. Ergün (2016) ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını incelediği araştırmanın sonucunda erkeklerin psikolojik sağlamlıklarının kızlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Alan yazın incelendiğinde araştırmanın bulgusunun aksine, kızların psikolojik sağlamlığının erkeklerden daha yüksek olduğu yönünde çalışmalar yer almaktadır (Dias ve Cadime, 2017; Kumpfer, 1999; Werner, 1989; Mandleco ve Peery, 2000; Önder ve Gülay, 2008; Kurt-Ulucan, 2013; Onat, 2010; Karataş, Tagay, Savi Çakar 2016; Erdem, 2017) Bununla beraber alan yazında cinsiyet açısından psikolojik sağlamlığın değişmediğine dair farklı sonuçlara da rastlanmaktadır (Özcan, 2005; Şahin Baltacı ve Karataş, 2015; Rew, Taylor-Seehafer, Thomas, Yockey, 2001; Sagone ve De Caroli, 2014).

Araştırma sonuçlarında erkek öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek oluşu dikkat çeken bir sonuçtur. Ak (2016) ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarını incelediği araştırmada, kızların “empati” içsel koruyucu faktörünün, erkeklerin ise “çevresel etkinliklere katılımın” daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu bağlamda kızların içsel, erkeklerinse daha çok dışsal koruyucu faktörler ile zor durumların üstesinden geldiğini göstermiştir. Ergenlik dönemi ile dışsal faktörlerin daha önemli hale gelmesinin erkeklerin psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olmasına olumlu etkisi olduğu düşünülebilir. Ek olarak kızlar erkeklerden iki yıl önce ergenliğe girebilmektedir. Ergenliğe erkeklerden önce kızların adım atmaları fiziksel, bilişsel, sosyal, duygusal alanlarda farklılık göstermesine yol açmaktadır. Bu bağlamda erken ergenliğe giren kızlar arkadaşları tarafından şakalara maruz

kalabilmekte ve Türkiye gibi toplulukçu kültürlerde karmaşık duygular yaşayabilmektedirler (Siyez, 2007). Ayrıca negatif düşünceleri yüksek olan kız öğrencilerin de anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu bilinmektedir (Chapell, Blanding, Silverstein, Takahashi, Newman, Gubi, 2005; Nolen- Hoeksema ve Jackson, 2001; Wuppermen ve Neumann, 2006). Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda kız öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının düşük olabileceği düşünülebilmektedir.

Araştırma sonucunda ortaokul öğrencilerinden ailesi evli olanların, ailesi boşanmış olanlara göre daha yüksek psikolojik sağlamlık düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo 10). Bu bulgu alan yazınındaki birçok araştırma tarafından desteklenmektedir. Özcan (2005) ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ailelerin birliktelik-boşanmışlık durumuna göre karşılaştırmıştır. Araştırmanın sonucunda ailesi birlikte olan ergenlerin ailesi boşanmış ergenlere göre psikolojik sağlamlık özelliklerinin ve koruyucu faktörlerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Esen- Aktay (2010) risk altındaki öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerini anne-babanın evli ya da boşanmış olma durumuna göre incelemiştir. Araştırmanın sonucunda risk altındaki öğrencilerden anne- babası evli olanların psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Alan yazınında bu çalışma sonuçlarını destekleyen çalışmalar da mevcuttur (Rhodes ve Brown, 1991; Kumpfer, 1999). Blockher (2000) çocuklar için risk faktörlerini sıralarken ailede çatışma, şiddet, ayrılma ve boşanma faktörlerine öncelikli yer vermiştir (Akt; Korkut, 2004). Anne babası boşanmış ergenlerin anne- babaları tarafından reddedildikleri algısına sahip oldukları görülmüştür (Kabaoğlu, 2011). Chung ve Emery (2010) erken ergenlerin ailesinin boşanmış olma durumunun psikolojik problem, duygusal acı ve aile-çocuk ilişkisine etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda boşanmış aileden gelen ergenlerin daha fazla içselleştirme problem, düşük benlik saygısı, terkedilme korkusu, kayıp duygusu yaşadıkları ve ebeveynlerine olan bağlılıklarının daha az olduğu belirlenmiştir. Ayrıca anne ve babaların boşanma sürecinden sonra geçen sürenin artmasının psikolojik sağlamlık düzeylerine olumlu etkisinin olduğu ve bununla birlikte psikolojik sağlamlığa sahip olmanın psikolojik belirtilerin azalmasına yardımcı olduğu tespit edilmiştir (Kurt- Ulucan, 2013). Bu bağlamda araştırmadan elde edilen bulguların alan yazında yer alan bulgularla paralellik gösterdiği söylenebilir.

Tez çalışması kapsamında anne-baba çalışma durumunun ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda anne-babanın çalışması ya da çalışmamasının, öğrencinin psikolojik sağlamlığına yönelik herhangi bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo 11). Ak (2016) anne çalışma durumu ile psikolojik sağlamlık arasında ilişki tespit etmiştir. Benzer bir şekilde Atik (2013) anne

çalışma durumu ve psikolojik sağlamlık arasında ilişki olduğunu belirlemiştir. Araştırmada annesi çalışmayan ergenlerin psikolojik sağlamlığının ‘ev içi etkinliklere katılım’ dışsal faktöründe, annesi çalışmayanlara göre daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Annesi çalışan ailelerde iş bölümünün daha eşit olduğu düşünülebilir. Bu bağlamda çocukların daha çok sorumluluk alması kendini zor durumlara karşı daha yetkin hissetmesine yardımcı olabilir. Atik (2013) baba çalışma durumu ve ergenin psikolojik sağlamlık düzeyini incelemiştir. Araştırma sonucunda baba çalışma durumu ve psikolojik sağlamlık arasında ilişki olmadığını tespit etmiştir. Benzer bir çalışmada da psikolojik sağlamlık ve baba çalışma durumu arasında ilişki olmadığı belirlenmiştir (Ak, 2016). Babanın işsizliğini inceleyen bir çalışmada ise bu durumun ergenlerin psikolojik sağlamlığına olumsuz etkisi tespit edilmiştir. Babanın işsiz olmasının ergen ile daha az destek içeren bir ilişki geliştirmesine neden olduğu belirtilmiştir (Bacikova-Sleskova, Benkaveve Orosova, 2015). Bu noktada çocuklar için risk faktörü teşkil eden durumun uzun ve kısa süreli olması önemli olmaktadır (Coleman ve Hagel, 2007). Kısa dönem işsizlik yaşayan ebeveynin, uzun dönem işsiz kalan ebeveyne göre daha az risk faktörü olabileceği söylenebilir.

Tez çalışması kapsamında anne-baba eğitim düzeyinin ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda anne-baba eğitim düzeyinin düşük ya da yüksek olmasının, öğrencinin psikolojik sağlamlığına yönelik herhangi bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo 12). Anne eğitim durumu ve psikolojik sağlamlık ilişkisine bakıldığı zaman Güngörmüş, Okanlı, Kocabeyoğlu (2015) anne eğitim durumu ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, bir ilişki bulunmamıştır. Koç Yıldırım (2014) psikolojik dayanıklılık alt boyutları ile anne eğitim durumu arasında ilişki olmadığını rapor etmiş ve bu tez çalışması ile paralel sonuçlara ulaşılmıştır. Tez çalışmasına paralel sonuçlar alan yazınında bulunmaktadır (Ak, 2016; Topbay, 2016; Turgut, 2015). Bu çalışmaların aksine, alanyazınında annenin eğitim durumu ile psikolojik sağlamlığı arasında anlamlı ilişkiler bulan çalışmalar da mevcuttur (Bahadır, 2009; Onat, 2010; Toprak, 2014). Alan yazınında baba eğitim durumu ve psikolojik sağlamlık düzeyi arasındaki ilişkiyi incelenen araştırmalara bakıldığı zaman, tez çalışması ile paralel çalışmalar olduğu görülmektedir (Topbay, 2016; Toprak, 2014; Turgut, 2015). Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu (2015) ise baba eğitim durumu yüksek olan bireylerin psikolojik sağlamlıklarının yüksek olduğu bulunmuştur. Farklı çalışmaların anne-baba eğitim durumu ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki ile ilgili olarak farklı sonuçlar ortaya çıkarmasının nedeni olarak eğitim durumu ile iyi ebeveynlik kavramının eğitimden farklı olarak bireysel özelliklerle açıklanabileceği şeklinde düşünülmektedir.

Tez çalışması kapsamında aile gelir düzeyinin ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerine etkisi incelenmiştir. Örneklem grubun %93.4'ünün aile gelirin 20.000 TL ve altında olduğu görülmektedir. Türkiye İstatistik Kurumu (2021) verilerine göre yoksulluk sınırı 19.648 TL'dir. Bu bağlamda örneklem grubunun sosyo-ekonomik düzeyinin düşük olduğu ve ekonomik açıdan dezavantajlı olduğu söylenebilmektedir. Araştırma sonucunda ise aile gelir düzeyinin düşük ya da yüksek olmasının, öğrencinin psikolojik sağlamlığına yönelik herhangi bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo 13). Alan yazını incelendiğinde tez çalışması ile paralel sonuçlar görülmektedir (Atik, 2013; Topbay, 2016). Diğer taraftan ekonomik durumu yüksek olan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyinin yüksek olduğunu bulan çalışmalar da mevcuttur (Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu, 2015). Psikolojik sağlamlığı inceleyen birçok çalışma düşük sosyoekonomik düzeyi bir risk faktörü olarak belirlenmiştir (Garnezy, 1991; Masten, 2001; Rutter, 1999; Werner, 1989). Diğer taraftan, yüksek sosyoekonomik düzeyin ise bireyin gelişiminde olumlu etkisi olmayabileceği de belirtilmiştir (Fraser ve Terzian, 2005). Bu bağlamda psikolojik sağlık ve aile geliri arasındaki ilişkiye bireysel faktörlerin dahil olabileceği ve kapsamlı araştırılması gerektiği düşünülmektedir.

Tez çalışması kapsamında daha önce bir şehirden diğerine göç eden ortaokul öğrencilerinin geçmeyen gruba göre psikolojik sağlık düzeyinin daha düşük olduğu belirlenmiştir (Bkz. Tablo 14). Alan yazınında göç etme durumunun etkilerini farklı değerlendiren çalışmalar mevcuttur. Gün (2002) göç eden ve etmeyen ergenlerin yaşam doyumu, benlik saygısı ve sosyal destek ağlarına göre farklılaşma durumunu incelemiştir. Araştırma sonucunda göç eden ergenlerin daha düşük yaşam doyumu ve benlik saygısına sahip olduğu görülmüştür (Gün, 2002). Uçan (2013) ergenlerin öznel iyi oluşlarını toplumsal konumla ilgili risk alma ve göç değişkenlerine göre incelemiştir. Çalışma sonucunda öznel iyi oluş düzeyleri ve göç arasında bir ilişki bulunamamıştır (Uçan, 2013). Göç yaşantısı çocuklarda evlerinden, aile üyelerinden ve akranlardan ayrılmak, eğitimlerinin kesintiye uğraması, kötü beslenme, gelecekle ilgili belirsizlik ve sert yaşam koşulları gibi birçok risk faktörü barındırmaktadır (Kirmayer ve ark., 2011). Bu bağlamda göç yaşantısının kendisi ve beraberinde getirdiği risk faktörlerinin ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını etkileyebileceği düşünülmektedir.

Yapılan tez çalışmasında elde edilen diğer bir bulgu ciddi bir hastalık/ yaralanma geçiren öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin geçirmeyen gruba göre daha düşük olduğu belirlenmiştir (Bkz. Tablo 14). Alan yazını incelemeleri sonucunda bu bulguyu destekleyen sonuçlara ulaşılmıştır. Aşut (2014) lösemi tedavisi görmüş çocukların depresyon,

anksiyete ve yaşam kalitesini incelemiştir. Araştırma sonucunda ciddi sağlık sorunu olan ergenlerin kardeşlerine göre yaşam kalitesinin düştük ve depresyon düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır (Aşut, 2014). Bir başka çalışmada ise ciddi sağlık sorunu olan ve olmayan ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda ciddi sağlık sorunu ile psikolojik sağlık arasında ilişki bulunamamıştır. Ayrıca ciddi rahatsızlık sırasında alınan psikolojik desteğin psikolojik sağlıkla ilişkisi belirlenmiştir. Başka bir ifadeyle ciddi rahatsızlık sırasında psikolojik destek alan ergenlerin almayan gruba göre psikolojik sağlamlığının daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Sağlam, 2012).

Çekirdek ailesinden birini kaybeden ergenlerin kaybetmeyen ergenlere göre psikolojik sağlamlık düzeyinin düşük olduğu tespit edilmiştir (Bkz. Tablo 14). Alan yazını incelemesi sonucunda bu bulguyu destekleyen sonuçlara ulaşılmıştır. Birçok araştırma ebeveyn kaybı yaşayan çocukların depresif belirtiler, sosyal içe çekilme ve davranış problemleri yaşadığını gösteren bulguları ortaya koymuştur (Dowdney, 2000; Lutzke, Ayers, Sandler ve Barr, 1997). Dalahmetoğlu (2018) ebeveyn kaybı yaşamış ya da yaşamamış ergenlerde öz saygı ve ruh sağlığı değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ebeveyn kaybı yaşamış ergenlerin öz saygılarının düşük olduğu ve psikiyatrik belirti gösterme açısından daha kırılgan olduğu tespit edilmiştir. Kennedy ve arkadaşları (2018) aile üyelerinden birini kaybeden ergenlerin psikolojik sağlamlıkları ve ruh sağlığını incelemiştir. Araştırma sonucunda çocuklukta bir ebeveyn ya da kardeş kaybının, ergenlik yıllarında düşük stres dayanıklılığını %49 ve orta düzeyde stres dayanıklılığını %8 arttırdığı tespit edilmiştir. Ebeveyn ya da kardeş kaybı yaşayan ergenlerin 12 yaş ve altında olan küçük çocuklara göre psikolojik sağlık açısından riskli olduğu belirlenmiştir. Başka bir ifadeyle ebeveyn ya da kardeş kaybının yaşandığı yaşın artmasının riskte artışa yol açtığı gösterilmiştir. Uluğ'un (2008) yürüttüğü çalışmada da ebeveyn kaybı yaşamış çocuğun psikolojik, duygusal ve davranışsal açıdan daha hassas hale geleceği ileri sürülmektedir. Bu deneyimin bir travmaya ya da krize dönüşmesi üzerinde pek çok etken bulunmaktadır. Ebeveyn ya da kardeş kaybı sonrasında ailenin güçlü yönleri ve aile bağlılığın kayıptan sonra uyum sağlanmasına yardımcı olduğu bilinmektedir. Ailenin toplumdan destek görmesi ve çevre ile arkadaşların kaybı yaşayan ailenin yanında olması uyumu kolaylaştırıp psikolojik sağlamlığı güçlendirirken bunların yoksunluğu ebeveyn kaybını psikolojik sağlık için büyük bir risk faktörü haline getirir (Greeff, Vansteenwegen ve Herbiest, 2011). Bu bağlamda Gizir'in (2007) psikolojik sağlık ve risk faktörleri üzerine yaptığı derleme çalışmasında da ebeveyn kaybının ailesel risk faktörleri arasında önemli bir risk faktörü olduğu belirtilmiştir. Ebeveyn kaybı sonrasında, aile dinamiğinde değişim/değişimler olur. Ölüm nedeni ile ailenin dağılması durumunda çocuk sağlıklı aile

ilişkilerinden yoksun kalır ve çeşitli uyum sorunları gösterir (Yörükoğlu, 1986). Çocuğun, duygusal, bedensel ve zihinsel gelişimi olumsuz etkilenir. Ergenlik döneminde yaşanan ebeveyn kaybı ise çocukluk dönemindeki kayba göre daha önemli sonuçlar doğurur (Marwit ve Carusa, 1998). Bu bağlamda ergenin hayatında gerçekleşen bu değişiklikler, psikolojik sağlamlığına olumsuz etki edebilir.

Tez çalışması kapsamında ailesi ciddi ekonomik sıkıntı çeken ergenlerde, bu durumun psikolojik sağlamlık düzeylerine olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir (Bkz. Tablo 14). Ekonomik sıkıntı, aileleri ve sıkıntı çeken ailedeki ergenleri, çeşitli olumsuz olaylar karşısında savunmasız hale getirebilmektedir. Thompson ve arkadaşları (2013) de, çevresel stres faktörlerinin, yoksulluk yaşayan ailelerin içsel psikolojik sağlamlık unsurlarına büyük oranda zarar verdiğini bildirmektedir. Alanyazında, ailede yaşanan ekonomik sıkıntıların, ergenlerin kendilerini daha az sağlıklı olarak değerlendirmeleriyle ilişkili olduğu bildirilmektedir (Pettersen, 2009). Bu durum şöyle açıklanabilir: Ailedeki ekonomik baskı, ebeveynlerin bir çift olarak yaşadıkları çatışmayı arttırabilmekte (Conger, Reuter ve Elder, 1999), bu durum da ergen üzerinde olumsuz etkisini dolaylı olarak gösterebilmektedir (Akt. Bacikova-Sleskova, Benka ve Orosova, 2015). Aile içerisinde birçok dinamiğe zarar veren ekonomik sıkıntılar, ergenlerin aradığı gelişim desteğini bulamamalarına neden olabilir.

Tez çalışması kapsamında istenmeyen nedenlerden dolayı aileden ayrı kalma durumunun ergenlerin psikolojik sağlamlığını olumsuz olarak etkilediği görülmüştür (Bkz. Tablo 14). Ergenin hayatında ailesinin var olmaması ile temel psikolojik ihtiyaçların karşılanamaması, düşük psikolojik iyi oluş ve düşük yaşam tatmini, bağımlılık, saldırganlık, öğrenilmiş güçlülük, kimlik arayışı ve kimlik kargaşası yaşama, özerk benlik gelişiminin sağlanamaması, tehlikeli davranışlar, antisosyal davranışlar, riskli bağlanma davranışları arasında anlamlı ilişkiler bulunmaktadır (Laarhoven ve ark. 2010; Kocayörük, 2012; Koohsar, Bonab, 2011; Buchgens ve ark., 2010; Gündoğdu ve Zeren, 2004; Gürsoy, Aral ve Bıçakçı, 2005). Alan yazınında tez çalışmasının tam tersi bulgular da mevcuttur. Katyal (2015), yurttan kalan ve yurttan kalmayan çocuklar ile yapmış olduğu çalışmada, yurttan kalan çocukların büyük çoğunluğunun orta düzeyde psikolojik sağlamlık düzeyine sahip olduğu, yurttan kalmayan çocukların ise büyük çoğunluğunun düşük düzeyde psikolojik sağlamlık düzeyine sahip olduğunu belirtmiştir. Ebeveynlerden ayrı kalmak, çocuk ve ergenlerin ruh sağlığını önemli ölçüde etkilemektedir. Türk Psikiyatri Dergisi'nde 1990 yılında yayınlanan bir çalışmada, çocuklara en çok korktukları şeyler sorulmuştur ve bu soruya “annemden ve babamdan ayrılmak, uzak düşmek” şeklinde yanıtlar alınmıştır (Yazgan, 2016). Bu bilgiler ışığında aileden zorunlu olarak ayrı kalmanın, başedilmesi zor bir güçlük olması ve bu zorluk

karşısında ailenin yanında olamamasının ergenleri daha kırılgan hale getirdiği düşünülmektedir.

Sonuç olarak; tez çalışmasında erkek ergenlerin, göç etmeyen, ciddi bir hastalık geçirmeyen, çekirdek ailesinden birini kaybetmeyen, ciddi ekonomik sıkıntı yaşamayan ve ailesinden ayrı kalmayan ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Ergenlik dönemine giren veya ergenlik döneminde olan ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlıklarını etkileyebilecek çevresinden kaynaklı risk faktörlerinin olması olasıdır. Öğrencinin psikolojik sağlığının güçlendirilmesi için ergenler ile çalışan uzmanların çevresel risk faktörlerinin farkında olması ve iyi analiz etmesi önem arz etmektedir.

5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmanın bulguları dikkate alınarak başlıca sonuçlar özetlenmiştir. Ek olarak bu sonuçlar çerçevesinde araştırmacılar ve uygulayıcılar için bazı önerilere yer verilmiştir.

Bu araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesidir. Araştırmada sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik değişkenlerinin birlikte psikolojik sağlık değişkenini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı ve psikolojik sağlığın %65'ini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterliğin tek başlarına da psikolojik sağlığı anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür.

Tez çalışması kapsamında çeşitli demografik değişkenlerin psikolojik sağlıkla olan ilişkisi incelenmiştir. Araştırmada psikolojik sağlık ile cinsiyet ve anne-babanın medeni duruma göre anlamlı olarak farklılaşma varken; anne-baba çalışma durumu, anne-baba eğitim düzeyi ve eve giren aylık gelir arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Ayrıca araştırma kapsamında psikolojik sağlık ile bazı önemli olaylar listesinde yer alan başka bir şehirden diğerine göç etme, ciddi hastalık geçirme, çekirden aileden birinin kaybı, çekirden aileden birinin ciddi hastalık/kaza geçirmesi, ailenin ekonomik sıkıntı yaşamış olması ve istenmeyen nedenlerden dolayı aileden ayrı kalma durumları incelenmiştir. Bazı önemli yaşam olaylarına göre psikolojik sağlık puanları arasında anlamlı fark elde edilmiştir.

Psikolojik sağlık konusunda günümüzde giderek artan sayıda araştırma yapılmaktadır. Öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerini etkileyen birçok faktör olabilir. Bu araştırmanın sonucunda, ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlığını etkileyen değişkenlerin belirlenmesi açısından alanyazınına önemli bir katkı sunulduğu düşünülmektedir. Araştırmada bulunan sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik

değişkenlerinin bir arada bulunduğu çalışmanın alanyazınında bulunmadığı göz önüne alındığında, ileride yapılacak çalışmalarından elde edilecek bulgular ile desteklenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Böylelikle ortaokul öğrencilerinin, ergenlik dönemine ilk adımını attıkları yıllarını mutlu ve işlevsel bir şekilde geçirmeleri için katkı sağlanacaktır. Araştırma sonucunda araştırmacılar ve uygulayıcılar için aşağıda bazı öneriler sunulmuştur.

5.2.1.Araştırmacılar İçin Öneriler

- Bu araştırma sonucunda ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin; sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik değişkenleri tarafından yordandığı (%65) sonucuna ulaşılmıştır. Yordama sonucunda açıklanamayan %35'lik bölümün başka değişkenler tarafından etkilendiği düşünülmektedir. Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığını yordayan diğer koruyucu faktörlerin neler olduğunun incelenmesi alanyazına katkı sağlayacaktır.
- Bu araştırma, ulusal alanyazınında ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik değişkenleri açısından inceleyen ilk çalışmalardan biridir. Araştırma bulgularının farklı kademelerdeki öğrenci grupları ile yapılması, Türk kültürüne ilişkin sonuçlara ulaşılması açısından önem arz etmektedir.
- Bu çalışmada ortaokul öğrencilerin psikolojik sağlamlığını etkileyebilecek çeşitli çevresel risk faktörleri de ele alınmıştır. Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığını etkileyen diğer çevresel risk faktörlerinin belirlenmesi, yapılacak önleyici çalışmalara katkı sağlayacaktır.
- Uluslararası alanyazınında öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerini yükseltmek için psiko-eğitim programları tasarlandığı ve uygulandığı görülmektedir. Ülkemizde öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yükseltilmesine yönelik olarak araştırmada ele alınan değişkenlere odaklanan psiko-eğitim programlarının tasarlanması ve sınanması önem arz etmektedir.
- Ulusal alan yazınında, psikolojik sağlamlığın ortaokul, lise ve üniversite öğrencileri örnekleminde farklı değişkenler bağlamında incelendiği görülmektedir. Fakat uluslararası alanyazınında, ilkokul öğrencileri ve okulöncesi öğrencilerinin de psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelendiği çalışmalar mevcuttur. Bu bağlamda, ileride yapılacak çalışmalarda farklı yaş gruplarına ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.
- Araştırma kapsamında ortaokul öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerini en çok yordayan değişkenin aile desteği olduğu görülmektedir. Bu kapsamda aile

dayanıklılığı kavramı gibi konu ile ilişkili değişkenleri inceleyen çalışmalar alanyazınına önemli katkı sağlayacaktır.

- Araştırma kapsamında incelenen okula aidiyet değişkeni okulda kabul ve okulda dışlanmışlık alt boyutlarından oluşmaktadır. Bu noktada öğrencilerin okula aidiyet duygularını incelemekte bu alt boyutlar sınırlı kalmaktadır. Okula aidiyet değişkeninin öğretmenler, yöneticiler, diğer okul çalışanları, okulun fiziki koşulları, hijyen olanakları, sosyal faaliyetleri gibi unsurları içerisinde barındırmaktadır. Bahsedilen bu unsurların ele alındığı araştırmaların yapılması alana katkı sağlayacaktır.
- Mevcut araştırma Muğla ilindeki öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında ilgili değişkenleri içeren benzer çalışmaların farklı il ve ilçelerde yer alan ortaokul öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmesi, bu araştırma sonuçlarının genellenebilirliğine katkı sağlayacaktır.

5.2.2. Uygulayıcılar için öneriler

- Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin, sosyal ilişkiler, okula aidiyet ve özyeterlik düzeylerinden etkilendiği bu tez çalışması ile ortaya konmuştur. Araştırma bulguları ışığında, öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerini arttırmak amacıyla araştırma ele alınan değişkenleri dikkate alacak şekilde okullarda önleyici rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetlerinin sunulması önerilmektedir.
- Bu araştırma kapsamında aile desteğinin psikolojik sağlamlığın en önemli yordayıcısı olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, ailelerin farkındalığının artırılmasına yönelik çalışmaların öğrencilerin psikolojik sağlamlığını arttıracak düşünülmektedir.
- Araştırma sonucunda okulda kabulün ve arkadaş desteğinin de psikolojik sağlamlığın önemli yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla okul ortamlarının öğrenciyi kabul eden, tanıyan veya onaylayan tatmin edici ortamlar olması gerekmektedir. Okul içerisinde aidiyet duygusunu arttırmaya yönelik çalışmaların yürütülmesinde okul psikolojik danışmanları, yöneticileri, sınıf öğretmenleri ve diğer öğretmenlerin birlikte çalışması önem arz etmektedir. Bunun yanı sıra okul içerisinde görmezden gelinme, reddedilme, kabul edilmeme, saygı görmeme, desteklenmeme durumlarının gözlenmesi, belirlenmesi ve müdahale edilmesi gerekmektedir. Böylece okula aidiyet düzeyleri yükselen öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri de yükselebilir

- Bu çalışmada özyeterliğin psikolojik sağlamlığın bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Okul ve aile üyelerinin işbirliği ile ortaokul öğrencilerinin başarılı olduğu alanların belirlenmesi ve desteklenmesinin önemli olduğu vurgulanmalıdır.
- Ortaokul öğrencilerin psikolojik sağlamlığını etkileyen ve geliştiren etmenler okul yönetimi, öğretmenleri ve ailelere düzenlenecek seminer yoluyla paylaşılabilir.
- Psikolojik sağlamlık açısından bazı risk unsurlarının geliştirici etkileri olabildiği dikkate alınarak faydalı ve geliştirici stres unsurlarına odaklanan detaylı çalışmalar yapılabilir. Bu noktada öğrencilerle risk unsurları tanımlama, değerlendirme ve baş etme çalışmaları yapılabilir.
- Özellikle ergenliğe yeni adım atan ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık açısından kırılgan bir dönemde oldukları dikkate alınarak adaptasyonlarına katkı sağlayacak uyum ve başa çıkma becerilerini geliştirmeye yönelik psiko-eğitim programları hazırlanabilir.

KAYNAKÇA

- Adler-Constantinescu, C., Beşu, E. C. ve Negovan, V. (2013). Perceived social support and perceived self- efficacy during adolescence. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 78, 275-279. doi:10.1016/j.sbspro.2013.04.294
- Aitcheson, R. J., Abu-Bader, S. H., Howell, M. K., Khalil, D. ve Elbedour, S. (2017). Resilience in Palestinian adolescents living in Gaza Psychological Trauma: *Theory, Research, Practice, and Policy*, 9(1), 36.
- Ak, Ç. (2016). *Ortaokul öğrencilerinin duygusal zekaları ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Akgün, Ü. ve Uz Baş, A. (2020). Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcıları olarak güvengenlik ve mizah tarzları. *Pesa Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(3), 217- 231.
- Akman, S. (2013). *Lise öğrencilerinin şiddete yönelik tutumları ile okula bağlılık duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Üniveristesi, İstanbul.
- Alaca, F. (2011). *İki dilli olan ve olmayan öğrencilerde okul yaşam kalitesi algısı ve okula aidiyet duygusu ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Aliyev, R. ve Tunç, E. (2017). Ortaokul öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyi ve benlik algılarının incelenmesi, *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 401-418.
- Allen, K. A., Kern, M. L., Vella-Brodrick, D., Hattie, J. ve Waters, L. (2018). What schools need to know about fostering school belonging: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 30(1), 1–34. doi: <https://doi.org/10.1017/edp.2017.5>.
- Allen, K. A., Kern, M., Rozec, C., McInerney, D. ve Slavich, G. (2021). Belonging: A review of conceptual issues, an integrative framework, and directions for future research. *Australian Journal of Psychology*, 73(1), 87–102. doi: <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1883409>.

- Altınsoy, F. ve Karakaya-Özyer, K. (2018). Liseli ergenlerde okula aidiyet duygusu: umutsuzluk ve yalnızlık ile ilişkileri. *İlköğretim Online*, 17(3), 1751-1764. doi: 10.17051/ilkonline.2018.466429.
- Anderman, E. M. (2002). School effects on psychological outcomes during adolescence. *Journal of Educational Psychology*, 94(4), 795–809. doi: <https://doi.org/10.1037/0022-0663.94.4.795>
- Anderman, L. H. (2003). Academic and social perceptions as predictors of change in middle school students' sense of school belonging. *The Journal of Experimental Education*, 72, 5-22.
- Arastaman, G. ve Balcı, A. (2013). Investigation of high school students' resiliency perception in terms of some variables. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 13(2), 922-928.
- Arıkan, G. (2015). *Spor lisesi ve Anadolu lisesi öğrencilerinde okula aidiyet duygusu ve okul yaşam kalitesinin incelenmesi: Güneydoğu Anadolu bölgesi örneği* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Armstrong, M., Bemie-Lefcovitch, S. ve Ungar, M. T. (2005). Pathways between social support, family well being, quality of parenting, and child resilience: What we know. *Journal of Child and Family Studies*, 14, 269-281.
- Arnett, J. J. (2000). *Adolescence and Emerging Adulthood*. Londra: Pearson
- Arslan, G. (2015). Çocuk ve genç psikolojik sağlamlık ölçeğinin psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenirlik. *Ege Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16(1), 1-12. doi: <https://doi.org/10.12984/eed.23397>
- Arslan, G. (2015b). *Ergenlerde psikolojik sağlamlık: bireysel koruyucu faktörlerin rolü*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 5(44), 73-82.
- Arslan, G. (2016). Relationship between sense of rejection, academic achievement, academic efficacy, and educational purpose in high school students. *Education & Science*, 41, 293–304. doi: <https://doi.org/10.15390/eb.2016.5562>
- Arslan, G. (2016b). Sense of rejection and academic achievement in high school students: The mediating role of academic efficacy and educational purpose. *Education & Science*, 41(183), 293–304. doi: <https://doi.org/10.15390/EB.2016.5562>.

- Arslan, G. (2018). School-based social exclusion, affective wellbeing, and mental health problems in adolescents: A study of mediator and moderator role of academic self-regulation. *Child Indicators Research*, 11, 963–980. doi: <https://doi.org/10.1007/s12187-017-9486-3>.
- Arslan, G. ve Balkıs, M. (2016). Ergenlerde duygusal istismar, problem davranışlar, özyeterlik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki. *Sakarya University Journal Of Education*, 6(1), 8- 22. doi: <https://doi.org/10.19126/suje.35977>
- Arslan, G. ve Duru, E. (2017). Initial development and validation of the school belongingness scale. *Child Ind Res*, 10, 1043–1058. doi: 10.1007/s12187-016-9414-y
- Arslan, G., Allen, K. A. ve Ryan, T. (2020). Exploring the impacts of school belonging on youth wellbeing and mental health. *Child Indicators Research*, 13(5), 1619–1635. <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09721-z>
- Arslan, Y. (2009). *Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek ile Sosyal Problem Çözme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Askeland, K.G., Bøe, T., Breivik, K., La Greca, A.M., Sivertsen, B., Hysing, M. (2020) Life events and adolescent depressive symptoms: Protective factors associated with resilience. *PLoS ONE* 15(6), 1-16. doi: e0234109. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0234109>
- Atabey, N. (2020). Lise öğrencilerinin okula aidiyet duygularının yordayıcısı olarak gelecek beklentileri ve özyeterlikleri. *Eğitim ve Bilim*, 45 (201), 125-141.
- Atik, E. L. (2013). *Liseli ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide öz-yansıtma ve içgörünün rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Aune, T., Lysfjord Juul, E.M., Beidel, D.C., Nordahl, H.M. (2021). Mitigating adolescent social anxiety symptoms: the effects of social support and social self-efficacy in findings from the Young-HUNT 3 study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 30, 441–449.

- Bacchini, D. ve Magliulo, F. (2003). Self-image and perceived self-efficacy during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(5), 337-349. doi: 10.1023/A:1024969914672.
- Bacikova-Sleskova, M., Benka, J. ve Orosova, O. (2015). Parental employment status and adolescents' health: The role of financial situation, parent-adolescent relationship and adolescents' resilience, *Psychology & Health*, 30(4), 400-422, doi: 10.1080/08870446.2014.976645
- Bacikova-Sleskova, M., Benka, J. ve Orosova, O. (2015). Parental employment status and adolescents' health: The role of financial situation, parent-adolescent relationship and adolescents' resilience. *Psychology & health*, 30(4), 400-422.
- Bakır Ayğar, B. ve Kaya, A. (2017). Ortaokul öğrencilerinin okul aidiyet duygusu ile okul temelli yalnızlık arasındaki ilişkide okul ikliminin aracılık rolü. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 14-27. doi: 10.19160/5000201389.
- Baki, A. ve Gökçek, T. (2012). Karmayöntem araştırmalarına genel bir bakış. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 11(42), 1-21.
- Bal, S., Crombez, G., Van Oost, P. ve De Bourdeaudhuij, I. (2003). The role of social support in well-being and coping with self-reported stressful events in adolescents. *Child Abuse and Neglect*, 27, 1377- 1395. doi:10.1016/j.chiabu.2003.06.002.
- Baldwin, A. L., Baldwin, C. ve Cole, R. E. (1990). Stress- resistant families and stress-resistant children. J. E. Rolf, A. M. Masten, D. Cicchetti, K. H. Nuechterlein ve S. Weintraub. (Eds.), *Risk and Protective Factors in The Development of Psychopathology* içinde (ss: 257- 280). New York, NY, US. Cambridge University Press.
- Baltacı, H.Ş. ve Karataş, Z. (2015). Perceived social support, depression and life satisfaction as the predictor of the resilience of secondary school students: The case of Burdur. *Eurasian Journal of Educational Research*, 60, 111-130. doi: 10.14689/ejer.2015.60.7
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191- 215.
- Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall

- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (4. baskı). New York: Academic Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman
- Bandura, A., Adams, N. E., ve Beyer, J. (1977). Cognitive processes mediating behavioral change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(3), 125–139. doi: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.35.3.125>
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Cappara, G. ve Pastorelli, C. (1996). Multifaceted impact of self-efficacy beliefs on academic functioning. *Child Development*, 67(3), 1206- 1222. doi: 10.1111/j.1467-8624.1996.tb01791.x
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V. ve Pastorelli, C.(1999). Self-efficacy pathways to childhood depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (2), 258-269.
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G.V. ve Pastorelli, C. (2001). Self-efficacy beliefs as shapers of children's aspirations can career trajectories. *Child Development*, 72 (1), 187-206.
- Bandura, An (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28(2). doi: https://doi.org/10.1207/s15326985ep2802_3
- Banks, D. M. ve Weems, C. F. (2014). Family and peer social support and their links to psychological distress among hurricane-exposed minority youth. *American Journal of Orthopsychiatry*, 84(4), 341-352. doi:10.1037/ort0000006
- Bartol, C.R. (2006). Resilience and antisocial behavior. Bartol, C.R. ve Bartol, A.M. (Eds.), *Current Perspectives in forensic psychology and criminal justice* içinde (ss: 79- 92). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Baruth, K.E. ve Carrol, J.J. (2002). A formal assessment of resilience: The Baruth Protective Factors Inventory. *The Journal of Individual Psychology*, 58(3), 235- 244.
- Basım, H. N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22 (2), 104- 116.
- Baumeister, R. F. ve Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529. doi:10.1037/0033-2909.117.3.497

- Bayın, Ü. (2020). *Ergenlerde affetme ve algılanan sosyal destek* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Bayoğlu, A. S. ve Purutçuoğlu, E. (2000). Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin gelecek beklentileri ve sosyal destek algıları, *Kriz Dergisi*, 18 (1), 27-39
- Beck, M. ve Malley, J. (1998). Creating quality schools by promoting a sense of belongingness. *International Journal of Reality Therapy*, 18, 18-22.
- Bektaş, İ., Kudubeş, A.A., Ayar, D. ve Bektaş, M. (2021). Predicting the healthy lifestyle behaviors of turkish adolescents based on their health literacy and self-efficacy levels. *Journal of Pediatric Nursing*, 59, 20-25.
- Berk, L. E. (2002). *Infants, children and adolescents* (dördüncü baskı). Boston: Allyn and Bacon.
- Berk, L. E. ve Meyer, A. B. (2015). *Infants, children and adolescents* (sekizinci baskı). Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Berndt, T. J. (1989). Obtaining support from friends during childhood and adolescence. D. Belle (Ed.), *Children's social networks and social supports* içinde (ss: 308-331). Oxford, England: John Wiley.
- Block, J. (2002). *Personality as an affect-processing system*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Block, J. H. ve Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. W. A. Collins (Ed.), *The Minnesota Symposia on Child Psychology* içinde (ss: 39-101). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bokhorst, C. L., Sumter, S. R. and Westenberg, P. M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: who is perceived as most supportive? *Social Development*, 19(2), 417- 426. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2009.00540>.
- Bolger, K. E., Patterson, C. J. ve Kupersmidt, J. B. (1998). Peer relationships and self-esteem among children who have been maltreated, *Child Development*, 69 (4), 1171-1197.
- Bonanno, G.A. (2005). Resilience in the face of potential trauma. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 135-138. doi: 10.1111/j.0963-7214.2005.00347.x.

- Bonanno, G.A., Galea, S., Bucciarelli, A. ve Vlahov, D. (2007). Psychological resilience after disaster: New York City in the aftermath of the September 11th terrorist attack. *Psychological Science*, 17(3), 181-186.
- Bostan, B.C. (2018). *Ergenlerde algılanan psikolojik istismar ve öznel iyi oluş ilişkisinde, psikolojik sağlamlık ve sosyal bağlılığın rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Bozak, S. (2013). *College students' sense of belonging and social support: potential factors in resilience* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). University of Hartford, America.
- Bradley, R. H. ve Corwyn, R. F. (2002). Socioeconomic status and child development. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 371-399.
- Brand, A. H. ve Johnson, J. H. (1982). Note on reliability of the life events checklist. *Psychological Report*, 50,(3), 1274. doi: <https://doi.org/10.2466/pr0.1982.50.3c.1274>
- Brankenreid, D. (2010). Resilience and risk. *International Education Studies*, 3 (3), 111- 121.
- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist*, 32(7), 513–531. doi: <https://doi.org/10.14195/0870-4147-48-1>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Brooker, K. C. (2006). School belonging and the African American adolescent: What do we know and where should we go? *The High School Journal*, 89(4), 1-7. doi:10.1353/hsj.2006.0005
- Bruhn, J.G. ve Philips, B. U. (1984). Measuring social support: A synthesis of current approaches. *Journal of Behavioral Medicine* , 7, 151–169.
- Buckley, K. E., Winkel, R. E. ve Leary, M. R. (2004). Emotional and behavioral responses to interpersonal rejection: Anger, sadness, hurt, and aggression. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40, 14–28. doi: [https://doi.org/10.1016/S0022-1031\(03\)000647](https://doi.org/10.1016/S0022-1031(03)000647).

- Bulut, S., Doğan, U. ve Altundağ, Y. (2013). Adolescent psychological resilience scale: Validity and reliability study. *Contemporary Psychology, Suvremena Psihologija*, 16(1), 21- 32.
- Burke, T., Sticca, F. ve Perren, S. (2017). Everything's gonna be alright! The longitudinal interplay among social support, peer victimization, and depressive symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(9), 1999–2014.
- Buschgens, C. J., van Aken, M. A., Swinkels, S. H., Ormel, J., Verhulst, F. C. ve Buitelaar, J. K. (2010). Externalizing behaviors in preadolescents: Familial risk to externalizing behaviors and perceived parenting styles. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 19(7), 567–575.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç- Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2020). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri* (yirmi sekizinci baskı). Ankara: Pegem Akademi
- Büyükaşahin Çevik, G., Yavuz, G. ve Güzel Yüce, S. (2016). Ergenlerin okul yaşam kalitesi ile yaşam doyumunun problem çözme ve sosyal destekle ilişkisi: Afgan özbekleri ile yapılan bir yapısal eşitlik modeli çalışması. *Journal of International Social Research*, 9(43), 1405- 1417.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L. ve Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585–599. doi:10.1016/j.brat.2005.05.001.
- Carlson, B. E., Cacciato, J. ve Klimek, B. (2012). A risk and resilience perspective on unaccompanied refugee minors. *Social Work*, 57(3), 259–269. doi: <http://dx.doi.org/10.1093/sw/sws003>.
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths* (birinci baskı). New York: Routledge.
- Cattellino, E., Morelli, M., Baiocco, R. ve Chirumbolo, A. (2019). From external regulation to school achievement: The mediation of self-efficacy at school. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 60, 127-133. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2018.09.007>

- Certel, Z., Bahadır, Z., Saracaloğlu, A. S. ve Varol, R. (2015). Lise öğrencilerinin özyeterlikleri ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 307-318.
- Chapell, M. S., Blanding, Z. B., Silverstein, M. E., Takahashi, M., Newman, B., Gubi, A. vd. (2005). Test anxiety and academic performance in undergraduate and graduate students. *Journal of Educational Psychology*, 97(2), 268-274.
- Cheever, K. H. ve Hardin, S. B. (1999). Effects of traumatic events, social support, and self-efficacy on adolescents' self-health assessments. *Western Journal of Nursing Research*, 21(5), 673-684.
- Chiu, M. M., Chow, B. W. Y., McBride, C. ve Mol, S. T. (2016). Students' sense of belonging at school in 41 countries: Cross-cultural variability. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 47(2), 175-196. doi:10.1177/0022022115617031
- Chung, Y. ve Emery, R. (2010). Early Adolescents and Divorce in South Korea: Risk, Resilience and Pain. *Journal of comparative family studies*, 41(5), 855- 870. doi: <https://doi.org/10.3138/jcfs.41.5.855>
- Cırık, İ. (2010). *İlköğretim 5., 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Cicchetti, D. ve Garmezy, N. (1993). Prospects and promises in the study of resilience. *Developmental Psychopathology*, 5, 497-502. doi:10.1017/S0954579400006118
- Cicchetti, D. ve Rogosch, F. A. (1997). The role of self-organization in the promotion of resilience in maltreated children. *Development and Psychopathology*, 9, 797- 815.
- Clark, M. ve Bussey, K. (2020). The role of self-efficacy in defending cyberbullying victims. *Computers in Human Behavior*. doi. 10.1016/j.chb.2020.106340.
- Cochran, J. (1996) Parenting and personal social networks. T. Luster ve L. Okagaki (Eds.) *Parenting: An Ecological Perspective* içinde. Lawrence Erlbaum Associates, New Jersey.
- Cohen, S. (1988). Psychosocial models of the role of social support in the etiology of physical disease. *Health Psychology*, 7(3), 269-297. doi:10.1037//0278- 6133.7.3.269

- Cohen, S. ve McKay, G. (1984). Social support, stress, and the buffering hypothesis: A theoretical analysis. A. Baum, S. E. Taylor ve J. E. Singer (Eds.), *Handbook of psychology and health* içinde (ss: 253-267). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cohen, S. ve Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357. doi:10.1037/0033-2909.98.2.310
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L. Mikels, J. A. ve Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361- 368.
- Cohrdes, C. ve Mauz, E. (2020). Self-efficacy and emotional stability buffer negative effects of adverse childhood experiences on young adult health-related quality of life. *Journal of Adolescent Health*, 67, 93-100.
- Colarossi, L. G. ve Eccles, J. S. (2003). Differential effects of support providers on adolescents' mental health. *Social Work Research*, 27(1), 19-30. doi:10.1093/swr/27.1.19
- Cole, E., Su, S., Diaz, A. ve Zhang, M. (2022). Social support and resilience among Burmese adolescent refugees: Examining ethnic identity searching and belonging as moderators. *Children and Youth Services Review*, 142, 1-10.
- Coleman, J. ve Hagell, A. (2007). *Adolescence, risk and resilience*, U.K.: John Willey & Sons Ltd.
- Coleman, P. K. (2003). Perceptions of parent-child attachment, social self- efficacy and peer relationships in middle childhood. *Infant And Child Development*, 12, Ss. 351-368.
- Condly, S. J. (2006). Resilience in children: a review of literature with implications for education, *Urban Education*, 41, 211- 236. doi:10.1177/0042085906287902.
- Conger, R. D., Conger, K. J. ve Martin, M. J. (2010). Socioeconomic status, family processes, and individual development. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 685-704.
- Conger, R. D., Reuter, M. A. ve Elder, G. H. (1999). Couple resilience to economic pressure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 54-71.
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (Çev. Ergene, T.). Ankara: Mentis Yayıncılık.

- Cornwell, B. (2003). The dynamic properties of social support: Decay, growth, and staticity, and their effects on adolescent depression. *Social Forces*, 81, 953-978.
- Cowen, E. L., Work, W. C., Hightower, A. D., Wyman, P. A., Parker, G. R. ve Lotyczewski, B.S. (1991). Toward the development of a measure of perceived self-efficacy in children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 20, 169-178.
- Coyle, S. ve Malecki, C. K. (2018). The association between social anxiety and perceived frequency and value of classmate and close friend social support. *School Psychology Review*, 47(3), 209–225. <https://doi.org/10.17105/SPR-2017-0067.V47-3>
- Cueto, S., Guerrero, G., Sumimaru, C. ve Zevallos, A. M. (2010). Sense of belonging and transition to high schools in Peru. *International Journal of Educational Development*, 30, 277–287.
- Cutrona, C.E. (1996). *Social Support in Couples, – Marriage as a Resource in Times of Stress*. Sage Series on Close Relationships. Sage Publications: London.
- Çataloğlu, B. (2011). *Madde kullanan ve kullanmayan ergenlerin psikolojik sağlık ve aile işlevleri açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Çetinkaya, A. ve Sarıcı Bulut, S. (2019). Lise öğrencilerinde kendini toplama gücü düzeyleri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9 (55), 1053-1084.
- Dalahmetoğlu, A. (2018). *Ebeveyn kaybı yaşamış ergenlerin yaşamamış ergenlere göre öz saygı ve ruh sağlığı değişkenlerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- D'Amico, S., Marano, A., Geraci, M. A. ve Legge, E. (2013). Perceived self-efficacy and coping styles related to stressful critical life events. *PLoS One*, 8(7), 1–7. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0067571>.
- Davidson, L. M. ve Demaray, M. K. (2007). Social support as a moderator between victimization and internalizing-externalizing distress from bullying. *School Psychology Review*, 36(3), 383–405.

- Day, A. (2006). The power of social support: Mentoring and resilience. *Reclaiming Children and Youth*, 14(4), 196-198.
- Dearden, J. (2004). Resilience: A study of risk and protective factors from the perspective of young people with experience of local authority care. *Support for Learning*, 19 (4), 187-193. doi: <https://doi.org/10.1111/j.0268-2141.2004.00346.x>
- Deb, A. ve Arora, M. (2008). Resilience in children and adolescents: An overview. *Psychological Studies*, 53(2), 114-121.
- Demanet, J. ve Van Houtte, M. (2012). School belonging and school misconduct: The differing role of teacher and peer attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(4), 499–514. doi: <https://doi.org/10.1007/s10964-011-9674-2>.
- Demaray, M. K. ve Malecki, C. K. (2002). The relationship between perceived social support and maladjustment for students at risk. *Psychology in the Schools*, 39, 305– 316. doi: <http://doi.org/10.1002/pits.10018>.
- Demirtaş, A. S. (2007). *İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri ile stresle başa çıkma düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi), Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Department for Education. (2015). *Mental Health and Behaviour and Attendance: Guidance on Exclusion from School and Pupil Referral Units*. London: HMSO.
- Dias, P. A. ve Cadime, I. (2017). Protective factors and resilience in adolescents: The mediating role of self-regulation. *Psicología Educativa*, 23(1), 37-43. doi:10.1016/j.pse.2016.09.003
- Dolan, P. ve Holt, S. (2002) What families want in family support: an Irish case study. *Child Care in Practice*, 8, 239– 250.
- Dowdney, L. (2000). Annotation: Childhood bereavement following parental death. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 41(7), 819- 830.
- DuBois, D. L., Burk-Braxton, C., Swenson, L. P., Tevendale, H. D. ve Hardesty, J. L. (2002). Race and Gender Influences on Adjustment in Early Adolescence: Investigation of an Integrative Model. *Child Development*, 73, 1573-1592.

- Duman, B. (2017). *Lise öğrencilerinin İngilizceye yönelik öz yeterlik algı puanlarının cinsiyete, alanlara, ve farklı düzeylere göre İngilizce başarısını yordama gücü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Dumont, M. ve Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescence: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth & Adolescence*, 28(3), 343-363. doi:10.1023/A:1021637011732
- Duru, E. ve Balkis, M. (2014). The roles of academic procrastination tendency on the relationships among self doubt, self-esteem and academic achievement. *Education and Science*, 39 (173), 274- 287.
- Duyan, Gelbal ve Var. (2013). Sosyal İlişki Unusları Ölçeği' nin Türkçe' ye uyarlama çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)*, 44, 159-169.
- Dyer, J.G. ve McGuinness, T.M. (1996). Resilience: Analysis of the concept. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10(5), 276–282.
- Eisenberger, N. I., Lieberman, M. D. ve Williams, K. D. (2003). Does rejection hurt? An fMRI study of social exclusion. *Science*, 302, 290–292. doi: <https://doi.org/10.1126/science.1089134>
- Elmacı, F. (2006). The role of social support on depression and adjustment levels of adolescents having broken and unbroken families. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 6(2), 421-431.
- Embury, P. S. ve Saklofske, H. D. (2014). *Resilience interventions for youth in diverse populations*. New York: Springer.
- Eminağaoğlu, N. (2006). *Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık(sağlamlık)*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ege Üniversitesi, İzmir.
- Engle, P.L., Castle, S. ve Menon, P. (1996). Child development: Vulnerability and resilience. *Social Science and Medicine*, 43(5), 621-635.
- Erarslan, Ö. (2014). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile depresif belirtiler ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide benlik saygısı, pozitif dünya görüşü ve*

- umudun aracı rolünün incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ergün, O. (2016). *Ergenlerde duygusal zeka özellikleri ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Esen-Aktay, T. (2010). *Risk altındaki ortaöğretim 9. ve 10. Sınıf öğrencilerinin kendini toplama güçlerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Everall, R.D., Altrows, K.J. ve Paulson, B.L. (2006). Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents. *Journal of Counseling and Development*, 84, 461-470.
- Erdem, Ş. (2017). Attachment to parents and resilience among high school students. *Journal of Psychology and Wellbeing*, 1(1), 22-33.
- Fariz, S. ve Düşünceli, B. (2021). Lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek ve psikolojik sağlamlığın kendine zarar verme davranışı açısından incelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 9(25) • 31-46.
- Fellows, M. (2003). *An assessment of perceived social support and personal goal strivings in the context of adolescent resilience* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Fordham University, New York.
- Fergus, S. ve Zimmerman, M.A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health*, 26, 399-419. doi:10.1146/annurev.publhealth.26.021304.144357
- Finn, J. (1989). Withdrawing from school. *Review of Educational Research*, 59, 117-142.
- Fraser, M. W. ve Terzian, M. A. (2005). Risk and resilience in child development: Principles and strategies of practice. G.P. Mallon ve P. M. Hess (Eds.). *Child Welfare for the Twenty-First Century: A Handbook of Practices, Policies and Programs* içinde (s: 55-71). N.Y.: Columbia University Press.
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E. ve Larkin, G. R. (2003). What good are positive emotions in crises?: A prospective study of resilience and emotions following

the terrorist attacks on the United States on September 11, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 365- 376.

Friborg, O., Hjemdal, O., Martinussen, M. ve Rosenvinge, J.H. (2009). Empirical support for resilience as more than the counterpart and absence of vulnerability and symptoms of mental disorder. *Journal of Individual Differences*, 30(3), 138-151.

Furrer, C. ve Skinner, E. (2003). Sense of relatedness as a factor in children's academic engagement and performance. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 148–162. doi: <https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.148>.

Galaif, E. R., Sussman, S., Chou, C. P. ve Wills, T. A. (2003). Longitudinal relations among depression, stress, and coping in high risk youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(4), 243-255. doi: 10.1023/A:1023028809718

Garnefski, N. ve Diekstra, R. (1996). Perceived social support from family, school, and peers: Relationship with emotional and behavioral problems among adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35(12), 1657-1664. doi:10.1097/00004583-199612000-00018i

Garnezy, N. (1991). Resilience and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *The American Behavioral Scientist*, 34(4), 416-430.

Garnezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatr Ann*, 20(9), 459–466.

Garnezy, N. (1993). Children in poverty: resilience despite risk. *Psychiatry*, 56, 127- 136.

Garnezy, N. ve Rutter, M. (1985). Acute reactions to stress. İçinde M. Rutter ve L. Hersov (Eds.), *Child and adolescent psychiatry: Modern approaches*. London: Blackwell Scientific Publications.

Garnezy, N., Masten, A. S. ve Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in children: a building block for developmental psychopathology, *Child Development*, 55 (1), 97-111.

Gauze, C., Bukowski, W. M., Aquan- Assee, J. ve Sippola, L. S. (1996). Interactions between family environment and friendship and associations with self-perceived well-being during early adolescence, *Child Development*, 67 (5), 2201-2216.

- Gaylord-Harden, N.K., Ragsdale, B.L., Mandara, J., Maryse, H., Richards, M.H. ve Petersen, A.C. (2007). Perceived support and internalizing symptoms in African American adolescents: Self-esteem and ethnic identity as mediators. *J Youth Adolescence*, 36(1), 77-88.
- Gez, A. (2018). *Suriyeli çocuk ve ergenlerin algılanan sosyal destek ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Gizir, C. A. (2004). *Academic resilience: an investigation of protective factors contributing to the academic achievement of eight grade students in poverty* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Gonzalez, R. ve Padilla, A. M. (1997). The academic resilience of Mexican American high school students. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 19(3), 301-317. doi:10.1177/07399863970193004.
- Goodenow, C. (1993). The psychological sense of school membership among adolescents: Scale development and educational correlates. *Psychology in the Schools*, 30(1), 79-90.
- Goodenow, C. (1993b). Classroom belonging among early adolescent students: Relationships to motivation and achievement. *Journal of Early Adolescence*, 13, 21- 43.
- Goodenow, C. ve Grady, K. E. (1993). The relationship of school belonging and friends' values to academic motivation among urban adolescent students. *The Journal of Experimental Education*, 62(1), 60-71.
- Greeff, A. P., Vansteenwegen, A., ve Herbiest, T. (2011). Indicators of family resilience after the death of a child, *OMEGA*, 63(4) 343-358.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A. ve Kocabeyoğlu, T. (2015) Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıklarını etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği dergisi*. 6 (1), 9-14.
- Güdücü, E. B. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin okula bağlanma düzeylerinin okul yaşam kalitesi, algılanan sosyal destek ve akademik öz yeterlik açısından yordanması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ege Üniversitesi, İzmir.

- Gün, Z. (2002). *Çocuk ve göç*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ege Üniversitesi, İzmir.
- Günalan, N. (2018). *Ortaokul öğrencilerinin okul yaşam kalitesini, okula aidiyet duygusunu ve okul iklimini neler etkilemektedir?* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Gündoğdu, M. ve Zeren, Ş. G. (2004). Yetiştirme yurdunda ve ailesinin yanında kalan ergenlerin kimlik gelişimlerinin karşılaştırılması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (22), 57-65.
- Gürsoy, F., Aral, N. ve Yıldız Bıçakçı, M. (2005). Yetiştirme yurdunda kalan ve kalmayan ergenlerin benlik tasarım düzeylerinin incelenmesi. *Eurasian Journal of Educational Research*, 21, 24-34.
- Gizir, C. ve Aydın, G. (2006). Psikolojik sağlamlık ve ergen gelişim ölçeğinin uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 87-99.
- Gülay, H. (2009). Okul öncesi dönemde akran ilişkileri, *Balıkesir University The Journal of Social Sciences Institute*, 12 (22), 82- 93.
- Glantz, M. D. ve Johnson, J. L. (1999). *Resilience and development: positive life adaptations*. New York: Kluwer Academic.
- Gülen, Ö. S. (2019). *Düşük sosyo-ekonomik semtlerdeki ergenlerin yılmazlıklarında aile katılımı, okul aidiyeti, akran sosyal desteği ve öz-saygının etkileşimi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Gürkan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi* (Yayımlanmamış Doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Hagerty, B.M., Lynch-Sauer, J., Patusky, K.L., Bouwsema, M. ve Collier, P. (1992). Sense of belonging: A vital mental health concept. *Archives of Psychiatric Nursing*, 6(3), 172-177. doi: 10.1016/0883-9417(92)90028-H.
- Hagerty, B.M., Williams, R.A., Coyne, J.C. ve Early, M.R. (1996). Sense of belonging and indicators of social and psychological functioning. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10(4), 235-244. doi:10.1016/S0883-9417(96)80029-X.

- Hamill, S. K. (2003). Resilience and self-efficacy: the importance of efficacy beliefs and coping mechanisms in resilient adolescents, *Colgate University Journal of the Sciences*.
- Harter, S., Waters, P. ve Whitesell, N. R. (1998). Relational self-worth: Differences in perceived worth as a person across interpersonal contexts among adolescents. *Child Development*, 69, 756-766.
- Hawley, D.R. ve DeHaan, L. (1996). Toward a definition of family resilience: Integrating lifespan and family perspectives. *Family Process*, 35, 283-298.
- Helsen, M., Vollebergh, W. ve Meeus, W. (2000). Social support from parents and friends and emotional problems in adolescence, *Journal of Youth and Adolescence*, 29, 319-335.
- Henderson, N. (2013). Havens of resilience. *Resilience and Learning*, 71, 22-27. Erişim: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1032659>.
- Herrman, H., Stewart, D.E., Diaz-Granados, N., Berger, E.L., Jackson, B. ve Yuen T. (2011). What is resilience? *Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258-65.
- Holt, M.K. ve Espelage, D.L. (2005). Social support as a moderator between dating violence victimization and depression/anxiety among African American and Caucasian adolescents. *School Psychology Review*, 34 (3), 309-328.
- Höltge, J., Theron, L., Cowden, R.G., Govender, K., Maximo, S.I., Carranza, J.S. vd. (2021). A cross-country network analysis of adolescent resilience. *Journal of Adolescent Health*, 68, 580- 588.
- House, J.S. (1981). *Work, stress, and social support*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Howard, S. ve Johnson, B. (2000). *An investigation of the role of resiliency promoting factors in preventing adverse life outcomes during adolescence*. A report To The Criminology Research Council Od Australia. Adelaide. University Of South Australia.
- Huurre, T. (2000). *Psychosocial development and social support among adolescents with visual impairment* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). University of Tampere, Finland.

- Işık, Y. ve Çelik, E. (2020). Ergenlerde psikolojik sağlamlığın sosyal dışlanma, sosyal kaygı, cinsiyet ve sınıf düzeyi açısından incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16(27), 174-209. doi: 10.26466/opus.642037
- Jack, G. (2001) Ecological perspectives in assessing children and families. In: *The Child's World: Assessing Children in Need*, Chapter 3 (ed. J. Horworth), pp. 53–74. Jessica Kingsley, London.
- Jenkins, S, R., Goodness, K. ve Buhrmester, D. (2002). "Gender differences in early adolescents' relationship qualities, self-efficacy and depression symptoms". *Journal of Early Adolescence*, 22 (3), 277–309.
- John, B. ve Billy U. P. (1984). Measuring social support: A synthesis of current approaches, *Journal of Behavioral Medicine*, 7(2), 151-169.
- Kabaoğlu, F. (2011). *Anne-babası evli ve boşanmakta olan çocuk ve ergenlerin anne-babalarından algıladıkları kabul veya red düzeyleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe üniversitesi, İstanbul.
- Kagan, D. (1990). How schools alienate students at risk: A model for examining proximal classroom variables. *Educational Psychologist*, 25, 105-125.
- Kaniasty, K. ve Norris, G. H. (2009). Distinctions that matter: received social support, perceived social support, and social embeddedness after disasters. Y. Neria, S. Galea ve F.N. Norris (Eds.), *Mental Health and Disasters* içinde (ss: 175–200). New York: Cambridge Univ. Press.
- Kaplan, H. B. (1999). Toward an understanding of resilience: A Critical review of definitions and models. İçinde M. D. Glantz, J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations*. New York: Kluwer Academic.
- Kaplan, H. B. (2013). Reconceptualising resilience. İçinde A. Goldstein ve R. B. Brooks. (Eds.), *Handbook of resilience in children* (ss. 39-56). New York: Springer.
- Karababa, A., Oral, T. ve Dilmaç, B. (2018). Ortaokul öğrencilerinde okula bağlılığın yordanmasında algılanan sosyal destek ve değerlerin rolü. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(2), 269-279.

- Kararımk, Ö. (2006) Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129- 142.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri: Kavramlar, teknikler ve ilkeler* (yirmi yedinci baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Karatas, Z., Tagay, O. ve Cakar, F. S. (2016). School attachment and peer bullying as the predictors of early adolescents' resilience. *Global Journal of Guidance and Counseling in Schools: Current Perspectives*, 6(1), 02–10. doi: <https://doi.org/10.18844/gjgc.v6i1.579>
- Kaya, N. G. (2007). *The role of self-esteem, hope and external factors in predicting resilience among regional boarding elementary school students*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Kennedy, B., Chen, R., Valdimarsdottir, U., Montgomery, S., Fang, F. ve Fall, K. (2018). Childhood Bereavement and Lower Stress Resilience in Late Adolescence. *Journal of Adolescent Health* 63, 108–114.
- Keskin, E. (2021). *Son ergenlik dönemindeki bireylerde ebeveynin duygusal erişilebilirliği ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin biçimlendirici rolünün incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Kia-Keating, M. ve Ellis, B. H. (2007). Belonging and connection to school in resettlement: Young refugees, school belonging, and psychosocial adjustment. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 12(1), 29-43. doi:10.1177/1359104507071052
- Kirmayer, L., Narasiah, L., Munoz, M. ve ark, v. (2011). Common mental health problems in immigrants ang refugees. *General Approach in Primary Care*, 183 (12), 959- 966.
- Knowles, L.L. (2009). *Resilience of urban middle school students: The role of social support*. (Yayımlanmamış doktora tezi) Wayne State University, Detroit, USA.
- Koç Yıldırım, (2014). *Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ile benlik kurgusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.

- Kocayörük, E. (2012). Öz-belirleme kuramı açısından ergenlerin anne baba algısı ile duyuşsal iyi oluşları arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 24-37.
- Koohsar, A. A. H. ve Bonab, B. G. (2011). Relation among quality of image of God with somatization andphobic anxiety in college students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 218–222
- Korkut, F. (2004). *Okul temelli önleyici rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Koydemir, S. ve Bulgan, G. (2019). *Mutluluk 2.0*. Ankara: Elma Yayınevi.
- Kuhlman, K. R., Strake, K., Mousavi, Z., Tran, M.L. ve Rodgers, E. (2021). Predictors of adolescent resilience during the covid-19 pandemic: cognitive reappraisal and humor. *Journal of Adolescent Health*, 69, 729-736.
- Kumpfer, K. L. (1999). Factors and Processes Contributing to Resilience: The Resilience Framework. M. D. Glantz ve J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and Development: Positive Life Adaptations* içinde (ss: 179-224). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Kurt- Ulucan, T. (2013). *Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlık, benlik saygısı, başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi: Yılmazlığın aracı rolü*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniveritesi, Ankara.
- Kvarme, L. G., Haraldstad, K., Helseth, S., Sørsum, R. ve Natvig, G. K. (2009). Associations between general self-efficacy and health-related quality of life among 12-13-year-old school children: A cross-sectional survey. *Health And Quality Of Life Outcomes*, 7, 85-85.
- La Greca, A. M. ve Harrison, H. M. (2005). Adolescent peer relations, friendships and romantic relationships: do they predict social anxiety and depression. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34(1), 49–61.
- Laarhoven, H. W., Schilderman, J., Vissers, K. C., Verhagen, C. A. ve Prins, J. (2010). Images of Godin relation to coping strategies of palliative cancer patients. *Journal of Pain and Symptom Management*, 40(4), 495–501.

- Ladd, G. W. ve Kochenderfer-Ladd, B. (2016). Research in educational psychology: Social exclusion in school. P. Riva ve J. Eck (Eds.), *Social exclusion: Psychological approaches to understanding and reducing its impact* içinde (ss: 109–132). New York, NY: Springer.
- Lakey, B. ve Cohen, S. (2000). Social Support and Theory. S. Cohen, L. G. Underwood ve B. H. Gottlieb (Eds.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* içinde (s: 29-52). UK: Oxford University Press.
- Leganger, A., Kraft, P. ve Røysamb, E. (2000) Perceived self-efficacy in health behaviour research: Conceptualisation, measurement and correlates, *Psychology & Health*, 15(1), 51-69, doi: 10.1080/08870440008400288.
- Lerner, R. M. ve Steinberg, L. (Eds.). (2009). *Handbook of adolescent psychology, volume 1: Individual bases of adolescent development* (Vol. 1). John Wiley & Sons.
- Levitt, M. J., Guacci-Franco, N. ve Levitt, J. L. (1993). Convoys of social support in childhood and early adolescence: Structure and function. *Developmental Psychology*, 29, 811-818.
- Licitra-Kleckler, D. M. ve Waas, G. A. (1993). Perceived social support among highstress adolescents: The role of peers and family. *Journal of Adolescent Research*, 8(4), 381-402. doi:10.1177/074355489384003.
- Lienberg, L., Ungar, M. ve LeBlanc, J. C. (2013). The CYRM-12: A brief measure of resilience. *Canadian Journal of Public Health*, 104(2), 131-135.
- Lightsey, O. R. (2006). Resilience, meaning and well-being. *The Counseling Psychologist*, 34, 96-107.
- Liu, Y. ve Lu, Z. (2011). Trajectories of Chinese students' sense of school belonging and academic achievement over the high school transition period. *Learning and Individual Differences*, 21, 187–190.
- Lonczak, H. S., Abbott, R. D., Hawkins, J. D., Kosterman, R. ve Catalano, R. F. (2002). Effects of the Seattle Social Development Project on sexual behavior, pregnancy, birth, and sexually transmitted disease outcomes by age 21 years. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 156(5), 438–447. doi: <https://doi.org/10.1001/archpedi.156.5.438>.

- Luszczynska, A., Gibbons, F.X., Piko, B.F., Teközel, M., (2004). Self-regulatory cognitions, social comparison, and perceived peers' behaviors as predictors of nutrition and physical activity: A comparison among adolescents in Hungary, Poland, Turkey, and USA. *Psychology and Health*, 19 (5), 577 - 593.
- Luthar, S.S. (1991). Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. *Child Development*, 62, 600-616. doi:10.2307/1131134.
- Luthar, S.S. ve Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12, 857- 885.
- Luthar, S.S. ve Zigler, E. (1991). Vulnerability and competence: A review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61(1), 6-22. doi:10.1037/h0079218
- Luthar, S.S., Cicchetti, D. ve Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562. doi:10.1111/1467-8624.00164.
- Lutzke, J. R., Ayers, T. S., Sandler, I. N. ve Barr, A. (1997). Risks and interventions for the parentally bereaved child. İçinde *Handbook of children's coping* (ss.: 215-243). Springer, Boston, MA.
- Ma, X. (2003). Sense of belonging to school: Can schools make a difference? *The Journal of Educational Research*, 96, 340-349.
- Malecki, C. K. ve Demaray, M. K. (2006). Social support as a buffer in the relationship between socioeconomic status and academic performance. *School Psychology Quarterly*, 21(4), 375-395. doi:10.1037/h0084129
- Mancini, A.D. ve Bonanno, G.A. (2006). Resilience in the face of potential trauma: Clinical practices and illustrations. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 62(8), 971-985.
- Mandleco, B. L. ve Peery, J. C. (2000). An organizational framework for conceptualizing resilience in children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13(3), 99-111.

- Markstrom, C. A., Marshall, S. K. ve Tryon, R. J. (2000). Resiliency, social support, and coping in rural low-income Appalachian adolescents from two racial groups. *Journal of adolescence*, 23(6), 693-703.
- Markstrom, C. A., Marshall, S. K. ve Tyron, R. J. (2000). Resiliency, social support, and coping in rural low-income Appalachian adolescents from two racial groups. *Journal of Adolescence*, 23(6), 693-703. doi:10.1006/jado.2000.0353.
- Marwit, S. J. ve Carusa, S. S. (1998). Communicated support following loss: Examining the experience of parental death and parental divorce in adolescence. *Death Studies*, 22 (3), 237-255.
- Maslow, A. (1968). *Toward a psychology of being* (ikinci baskı). Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85(1), 6-20. doi:10.1111/cdev.12205
- Masten, A. S. ve Reed, M. J. (2002). Resilience in development. C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology* içinde(ss: 117- 132). New York: Oxford University Press.
- Masten, A. ve Wright, M. O. (2010). Resilience over the lifespan: Developmental perspectives on resistance, recovery, and transformation. J. Reich, A. J. Zautra ve J. Hall (Eds.), *Handbook of adult resilience* içinde (ss: 213-237). New York: The Guilford Press.
- Masten, A., Hubbard, J. J., Gest, S. D., Tellegen, A., Garmezy, N. ve Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity pathway to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11 (1). 143- 169.
- Masten, A.S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A.S. ve Coastworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.

- Masten, A.S. ve Tellegen, A. (2012). Resilience in developmental psychopathology: Contributions of the project competence longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 24, 345-361.
- Masten, A.S., Best, K.M. ve Garmezy, N. (1990). Resiliencce and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- Mete, C. (2017). *İzmir’de yaşayan roman ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının algılanan sosyal destek, mizah kullanımı ve sosyal bağlılık düzeylerine göre incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Milkman, B. H. ve Wanberg, W. K. (2012). *Criminal conduct and substance abuse treatment for adolescents: Pathways to self-discovery and change* (ikinci baskı). USA: Sage Publications, Inc.
- Montoro, J.P., Kilday, J.E., Rivas-Drake, Ryan, A.M. ve [Umaña-Taylor](#), A.J. (2021). Coping with discrimination from peers and adults: implications for adolescents’ school belonging. *Journal of Youth and Adolescence* , 50, 126–143
- Muris, P. (2002). Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality and Individual Differences*, 32, 337–348.
- Murray Nettles, S., Mucherah, W. ve Jones, D. S. (2000). Understanding resilience: The role of social resources. *Journal of Education for Students Placed at Risk (JESPAR)*, 5(1-2), 47- 60.
- Nagi, Y., Sender, H., Orcutt, M., Fouad, F., Burgess, R. A. ve Devakumar, D. (2021). Resilience as a communal concept: understanding adolescent resilience in the context of the syrian refugee crisis in Bar Elias, Lebanon. *Journal of Migration and Health*, 3. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jmh.2021.100046>
- Napoli, M., Marsiglia, F. F. ve Kulis, S. (2011). Sense of belonging in school as a protective factor against drug abuse among Native American urban adolescents. *Journal of Social Work Practice in the Addictions*, 3(2), 25-41. doi:10.1300/J160v03n02_03

- Napoli, M., Marsiglia, F. F. ve Kulis, S. (2011). Sense of belonging in school as a protective factor against drug abuse among Native American urban adolescents. *Journal of Social Work Practice in the Addictions*, 3(2), 25-41. doi:10.1300/J160v03n02_03
- Nayana, S. S. ve Onn, A.C.W. (2016). The influence of perceived social support and selfefficacy on resilience among first year Malaysian students. *Kajian Malaysia* 34(2), 1–23. doi: <http://dx.doi.org/10.21315/km2016.34.2.1>
- Nelson, J.R., Stage, S., Duppong-Hurley, K., Synhorst, L. ve Epstein, M.H. (2007). Risk factors predictive of the problem behavior of children at risk for emotional and behavioral disorders. *Exceptional Children*, 73(3), 367-379.
- Newcomb, M. D. (1990). Social support and personal characteristics: A Developmental and interactional perspective. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(1), 54-68. doi:10.1521/jscp.1990.9.1.54
- Newman, B. M. ve Newman, P.R. (2001). Group identity and alienation: Giving the we its due. *Journal of Youth and Adolescence*, 30, 515-538.
- Nowicki, A. (2008). *Self-efficacy, sense of belonging and social support as predictors of resilience in adolescents* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). ECU Edith Cowen University, Avusturalya.
- Nuttman-Shwartz, O. (2018). The moderating role of resilience resources and sense of belonging to the school among children and adolescents in continuous traumatic stress situations. *The Journal of Early Adolescence*, 39(1), 1-25. doi:10.1177/0272431618812719
- O'Connor, M. (2010). *Positive development over the transition to adulthood: its nature and antecedents* (Doctoral dissertation). Melbourne Graduate School of Education, The University of Melbourne. https://minerva-access.unimelb.edu.au/bitstream/handle/11343/36108/269720_FINAL%20FULL%20THESIS%20with%20minor%20changes.pdf.
- Oğuz, A. ve Kutlu-Kalender, M. D. (2018). Ortaokul öğrencilerinin üst bilişsel farkındalıkları ile öz yeterlik algıları arasındaki ilişki. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 14(2), 170-186.

- Ohannessian, C. M., Lerner, R. M., Lerner, J. V., Eye, A. V. (1999). Does self-competence predict gender differences in adolescent depression and anxiety? *Journal of Adolescence*, 22, 397–411.
- Onat, G. (2010). *Demokratik ve otoriter olarak algılanan ana-baba tutumlarının lise birinci sınıf öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkilerinin araştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Önder, A. ve Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 192-197.
- Organisation for Economic Cooperation and Development. (2014). *How long do students spend in the classroom?* Paris: OECD Publishing.
- Osterman, K. F. (2000). Students' need for belonging in the school community. *Review of Educational Research*, 70(3), 323-367. doi:10.3102/00346543070003323
- Öz, F. ve Yılmaz, B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özcan, B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özdemir, S. (2017). Ergenlik dönemi risk davranışları önleme ve müdahale. Çakar Savi (Ed.), *Yaşam dönemleri ve uyum problemleri içinde* (ss: 274- 294). Ankara: Pegem Akademi.
- Ozer, E. M. ve Bandura, A. (1990). Mechanisms governing empowerment effects: a self-efficacy analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (3), 472-486.
- Özgök, F. (2013). *Ortaokul öğrencilerinde okula aidiyet duygusunun arkadaşlara bağlılık düzeyinin ve empatik sınıf atmosferi algısının incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Parr, E.J., Shochet, I.M., Cockshaw, W.D. ve Kelly, R. L. (2020). General belonging is a key predictor of adolescent depressive symptoms and partially mediates school belonging, [School Mental Health](#), 12, 626–637.

- Passmore A. (2004). A measure of perceptions of generalized self-efficacy adapted for adolescents, *Occupational Therapy Journal of Research*, 24 (2), 64-71.
- Pearlin, L. I. ve Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19(1), 2–21.
- Perron, J. L., Cleverley, K. ve Kidd, S. A. (2014). Resilience, loneliness, and psychological distress among homeless youth. *Archives of Psychiatric Nursing*, 28(4), 226-229.
- Peters, R. D. (2005). A community-based approach to promoting resilience in young children, their families, and their neighborhoods. R.D. Peters, B. Leadbeater ve R.J. McMahon (Eds.), *Resilience in children, families, and communities: Linking context to practice and policy* içinde (ss.151-176). New York, NY: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Peterson, I. (2009). Parental income and risk behaviour as determinants of adolescent health. Norwegian University of Science and Technology (Working paper series No. 10/2009). Erişim: http://www.svt.ntnu.no/iso/wp/2009/10_WP_paper_UH_IP.pdf [Google Scholar].
- Pikerton, J. ve Dolan, P. (2007). Family support, social capital, resilience and adolescent coping. *Child and Family Social Work*, 12, 219–228.
- Pittman, L. D. ve Richmond, A. (2007). Academic and psychological functioning in late adolescence: The importance of school belonging. *The Journal of Experimental Education*, 75, 270-286.
- Pooley, J. ve L. Cohen. (2010). Resilience: A definition in context. *Australian Community Psychologist*, 22, 30–37.
- Quinlan, E. B., Barker, E. D., Luo, Q., Banaschewski, T., Bokde, A. ve Bromberg, U., . . . IMAGEN Consortium. (2020). Peer victimization and its impact on adolescent brain development and psychopathology. *Molecular Psychiatry*, 25, 3066–3076. <https://doi.org/10.1038/s41380-018-0297-9>
- Raabe, I. J. (2019). Social exclusion and school achievement: Children of immigrants and children of natives in three European countries. *Child Indicators Research*, 12, 1003–1022. doi: <https://doi.org/10.1007/s12187-018-9565-0>

- Rabotec-Saric, Z., Brajsa-Zganec, A. ve Sakic, M. (2008). Life satisfaction in adolescents: The effects of perceived family economic status, self-esteem and quality of family and peer relationships. *Journal for General Social Issues*, 18(3), 547-564.
- Resnick, M.D., Bearman, P. S., Blum, R. W., Bauman, K. E., Harris, K. M., Jones, J. vd. (1997). Protecting adolescents from harm: Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health. *Journal of the American Medical Association*, 278, 823-832.
- Resnick, M.D., Harris, L. J. ve Blum, R. W. (1993). The impact of caring and connectedness on adolescent health and well-being. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 29, S3-S9.
- Rew, L., Taylor- Seehafer, M., Thomas, N. Y. ve Yockey, R. D. (2001). Correlates of resilience in homeless adolescents. *Journal of Nursing Scholarship*, 33 (1), 33-40. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2001.00033.x>
- Reyes-Sánchez, C., Castaño-Pérez, G.A., Ceballos-Alatorre, B., Martínez-Aguilera, P., Yañez-Castill, B.G. (2020). Environmental influence on adolescent resilience development in medellin colombia. *Aquichan*, 20(2), 1-11. doi: <https://doi.org/10.5294/aqui.2020.20.2.4>
- Rhodes, W. A., Brown, W. K. (1991). Introduction and Review of the Literature. W. A. Rhodes ve W. K. Brown (Eds.), *Why Some Children Succeed Despite the Odds* içinde (ss: 1-5). New York: Praeger Publishers.
- Richardson, G.E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 301-321. doi:10.1002/jclp.10020
- Richman, J. M., Rosenfeld, L. B. ve Bowen, G. L. (1998). Social support for adolescents at risk of school failure. *Social Work*, 43(4), 309-323. doi: <https://doi.org/10.1093/sw/43.4.309>.
- Rigby, K. E. N. (2000). Effects of peer victimization in schools and perceived social support on adolescent well-being. *Journal of Adolescence*, 23(1), 57-68.
- Routt, M. L. (1996). Early experiences that foster connectedness. *Dimensions of Early Childhood*, 24, 17-21.

- Rowlinson, R. T. ve Feiner, R. D. (1988). Major life events, hassles and adaptation in adolescence: Confounding in the conceptualisation and measurement of life stress and adjustment revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 432-444. doi:<https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.3.432>
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K. ve Demaray, M. K. (2010). Relationship between multiple sources of perceived social support and psychological and academic adjustment in early adolescence: Comparisons across gender. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(1), 47-61. doi:10.1007/s10964-008-9368-6
- Rumberger, R. W. (1995). Dropping out of middle school: A multilevel analysis of students and schools. *American Educational Research Journal*, 32, 583-625.
- Rutter, M. (1979). Maternal deprivation, 1972-1978: New findings, new concepts, new approaches. *Child Development*, 50(2), 283-305. <https://doi.org/10.2307/1129404>.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- Rutter, M. (1989). Pathways from childhood to adult life. *J Child Psychol*, 30(1), 23-51.
- Rutter, M. (1990). Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. İçinde J. Rolf, A.S. Masten, D. Cicchetti, K.H. Neuchterlein ve S. Weintraub (Eds.), *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology* (ss: 181-212). Cambridge: Cambridge University Press.
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: implications for family therapy. *Journal of family therapy*, 21(2), 119-144.
- Rutter, M. (2001). Psychosocial Adversity: Risk, Resilience and Recovery. J. M. Richardman ve M. W. Fraser (Eds.), *The context of Youth Violence: Resilience, Risk and Protect* içinde (ss: 13- 43). London: Praeger.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12. doi:10.1196/annals.1376.002.
- Ryan, A.M. (2001). The peer group as a context for the development of young adolescent motivation and achievement. *Child Development*, 72, 1135-1152.

- Sagone, E. ve Caroline, M. D. (2014). Relationships between psychological well-being and resilience in middle and late adolescents. *Journal of Nursing Scholarship*, 33 (1), 33-40.
- Sagone, E. ve De Caroli, M. E. (2013). Relationships between resilience, self-efficacy, and thinking styles in Italian middle adolescents. *Procedia – Social and Behavior Sciences*, 92, 838–845.
- Sagone, E. ve De Caroli, M. E. (2016). Yes.. ı can’’ pschological resilience and self-efficacy in adolecents. *International Journal of Developmental and Educational Psyhology*, 1(1), 141-148. doi: <http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v1.240>
- Sagone, E. ve E. D. C. Caroli. (2013). Relationships between resilience, self-efficacy, and thinking styles in Italian middle adolescents. *Procedia – Social and Behavioral Science*, 92, 838– 845. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.763>.
- Sagone, E. ve Indiana, M. L. (2017). The relationship of positive affect with resilience and self- efficacy in life skills in Italian adolescents. *Psychology*, 8 (13). doi: 10.4236/psych.2017.813142
- Sagone, E., De Caroli, M. E., Falanga, R. ve Indiana, M. L. (2020). Resilience and perceived self- efficacy in life skills from early to late adolescence. *International Journal of Adolescence and Youth* , 25 (1), doi: <https://doi.org/10.1080/02673843.2020.1771599>
- Sağlam, H. (2012). *Lösemi tanısıyla izlenen 15-18 yaş grubu adölesanların psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Sanders, J. ve Munford, R. (2016). Fostering a sense of belonging at school-five orientations to practice that assist vulnerable youth to create a positive student identity. *School Psychology International*, 37(2), 155-171. doi:10.1177/0143034315614688
- Santrock, J. W. (2017). *Yaşam boyu gelişim*. (Çev. Ed. G. Yüksel). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- Scholz, U., Doña, B. G., Sud, S. ve Schwarzer, R. (2002). Is general self-efficacy a universal construct? Psychometric findings from 25 countries. *European Journal of Psychological Assessment*, 18(3), 242–251. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.18.3.242>

- Şahan, B. ve Duy, B. (2017). Okul Tükenmişliği: Özyeterlik, okula bağlanma ve sosyal desteğin yordayıcı rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(3), 1249-1270. doi: <http://dx.doi.org/10.17860/mersinefd.297590>.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B. ve Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 127-139.
- Sarason, I.G. (1981). Test anxiety, stress, and social support. *Journal of Personality*, 49(1), 101-114. doi:10.1111/j.1467-6494.1981.tb00849.x
- Sarason, I.G. ve Sarason, B.R. (1982). Concomitants of social support: Attitudes, personality characteristics, and life experiences. *Journal of Personality*, 50(3), 331-344.
- Sarı, M. (2013). Lise öğrencilerinde okula aidiyet duygusu. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 147-160.
- Schwarzer, R. ve Leppin, A. (1991). Social support and health: A theoretical and empirical overview. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 99-127. doi:10.1177/0265407591081005
- Schwarzer, R. ve Warner, L. M. (2013). Perceived self-efficacy and its relationship to resilience. S. Embury ve D. H. Saklofske (Eds.) *Resilience in children, adolescents and adult* İçinde (ss:139-150). İsviçre: Springer.
- Scoloveno, R. L. (2013). *An investigation of a theoretical model of resilience in middle adolescents* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). The State University of New Jersey, Newmark, New Jersey.
- Scott, S. M., Wallander, J. L. ve Cameron, L. (2015). Protective mechanisms for depression among racial/ethnic minority youth: Empirical findings, issues, and recommendations. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 18(4), 346-369.
- Seçkin, Ş. ve Hasanoğlu, A. (2020). *Çocukta rezilyans: esneklik ve toparlanabilme becerisi* (Beşinci baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Seligman, M.E. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.

- Şencan, B. (2009). *Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Shetgiri, R., Kataoka, S. H., Ryan, G. W., Askew, L. M., Chung, P. J. ve Schuster, M. A. (2009). Risk and resilience in Latinos: A community-based participatory research study. *American Journal of Preventive Medicine*, 37(6), 217-224.
- Shochet, I. M., Smith, C. L., Furlong, M. J. ve Homel, R. (2011). A prospective study investigating the impact of school belonging factors on negative affect in adolescents, *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 40(4), 586- 595. doi:10.1080/15374416.2011.581616.
- Shochet, I. M., Smyth, T. ve Homel, R. (2007). The impact of parental attachment on adolescent perception of the school environment and school connectedness. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 28(2), 109–118. <https://doi.org/10.1375/anft.28.2.109>.
- Sipahioğlu, Ö. (2008). *Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Siyez, D. M. (2013). *Ergenlerde problem davranışlar: okul temelli önleme çalışmaları ile ilgili uygulama örnekleri* (Dördüncü baskı). Ankara: Pegem Akademi
- Siyez, D.M. (2007). Fiziksel gelişim. A. Kaya (Ed.), *Eğitim psikolojisi* içinde (ss: 47-80). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Smerdon, B. A. (1999). Engagement and achievement: Differences between African American and White students. *Research in Sociology of Education and Socialization*, 12, 103-134.
- Song, S. Y., Doll, B. ve Marth, K. (2013). Classroom resilience: Practical assessment for intervention. S. Prince-Embury ve D. H. Saklofske (Eds.), *Resilience in children, adolescents, and adults: Translating research into practice* içinde (ss: 61-72). New York: Springer.
- Souri, H. ve Hasanirad, T. (2001). Relationship between resilience, optimism and psychological well-being in students of medicine. *Procedia- Social and Behavioral Science*, 30, 1541- 1544.

- Southwick, S. M., Vythilingam, M. ve Charney, D. S. (2005). The psychobiology of depression and resilience to stress: Implications for prevention and treatment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 255- 291.
- Stanton, B., Li, X., Pack, R., Cottrell, L., Harris, C. ve Burns, J. M. (2002). Longitudinal influence of perceptions of peer and parental factors on African American adolescent risk involvement. *Journal of Urban Health*, 79(4), 536-548.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Steiner, R. J., Sheremenko, G., Lesesne, C., Dittus, P. J., Sieving, R. E. ve Ethier, K. A. (2019). Adolescent connectedness and adult health outcomes. *Pediatrics*, 144(1), e20183766. doi: <https://doi.org/10.1542/peds.2018-3766>.
- Suldo, S. M. ve Huebner, E.S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, 78, 179–203.
- Sun, R. C. F. ve Hui, E. K. P. (2007). Psychosocial factors contributing to adolescent suicidal ideation. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(6), 775-786. doi:10.1007/s10964-006-9139-1
- Tait, M. (2008). Resilience as a contributor to novice teacher success, commitment, and retention. *Teacher Education Quarterly*, 35 (4), 57- 75.
- Teddlie, C. ve Tashakkori, A. (2020). *Karma yöntem araştırmalarının temelleri*. (Çev. Ed. Y. Dede ve S. B. Demir). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Telef, B. B. (2011). *Özyeterlikleri farklı ergenlerin psikolojik semptomlarının incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Terjesen, M.D., Jacofsky, M., Froh, J. ve Digiuseppe, R. (2004). Integrating positive psychology in to schools: Implications for practice. *Psychology in The Schools*, 41(1), 163-172.
- Terzi, Ş. (2006) Kendini toplama gücü ölçeğinin uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 77-86.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinde kendini toplama gücünün içsel koruyucu faktörlerle ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35, 297-306.

- Thompson, R.B., Corsello, M., McReynolds, S. ve Conklin-Powers, B. (2013). A longitudinal study of family socioeconomic status (SES) variables as predictors of socio-emotional resilience among mentored youth, *Mentoring & Tutoring: Partnership in Learning*, 21(4), 378- 391. doi: 10.1080/13611267.2013.855864.
- Topbay, Y. (2016). *Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin algılanan sosyal destek ve aile işlevleri açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Toplu, A. (2017). *Şiddete maruz kalan ergen öğrencilerin psikolojik sağlıkları ile empati ve öz yeterlikleri arasındaki ilişkinin demografik değişkenlerle birlikte incelenmesi (Kahramanmaraş ili örneği)* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Traş, Z. ve Arslan, E. (2013). Ergenlerde sosyal yetkinliğin, algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. *Elementary Education Online*, 12 (4), 1133-1140.
- Turan, A. (2014). *Ergenlerde çocukluk örselenme yaşantıları ve yılmazlık düzeyinin algılanan sosyal destek açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Turgut, Ö. (2015). *Ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Turgut, Ö. ve Eraslan-Çapan, B. (2017). Ergen psikolojik sağlık düzeyinin yordayıcıları: algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 162-183
- Turner, R. J., Frankel, B. G. ve Levin, D. M. (1983). Social support: conceptualization, measurement, and implications for mental health. *Research in community and mental health*, 3, 67-111.
- Tusaie, K. ve Dyer, J. (2004). Resilience: A historical review of the construct, *Holistic Nursing Practice*, [18 \(1\), 3-10](#).

- Tümlü, G. Ü. (2012). *Psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklı üniversite öğrencilerinin temas engellerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2021). <https://biruni.tuik.gov.tr/medas/?kn=66&locale=tr> adresinden erişilmiştir.
- Uçan, A. (2013). *Cinsiyetleri farklı lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının toplumsal konum ile ilgili risk alma ve göç değişkenlerine göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Ueno, K. (2005). The effects of friendship networks on adolescent depressive symptoms. *Social Science Research*, 34,484-510.
- Uluğ, Ö. Ş. (2008). *Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyine ebeveyn kaybının ve anne baba ayrılığının etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Ungar, M., Dumond, C. ve Mcdonald, W. (2005). Risk, resilience and outdoor programmes for at- risk children. *Journal of Social Work* 5(3), 319–338.
- Uz Baş, A. ve Yurdabakan, İ. (2017). Psikolojik sağlamlık ve okul ikliminin ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumunu yordama gücü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41, 202-214.
- Väänänen, J. M., Marttunen, Helminen, M. ve Kaltiala-Heino, R. (2014). Low perceived social support predicts later depression but not social phobia in middle adolescence. *Health Psychology & Behavioral Medicine*, 2(1), 1023- 1037. doi:10.1080/21642850.2014.966716
- Van Ryzin, M. J., Gravely, A. A. ve Roseth, C. J. (2009). Autonomy, belongingness, and engagement in school as contributors to adolescent psychological well-being. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(1), 1–12. doi: <https://doi.org/10.1007/s10964-007-9257-4>.
- Vardarlı, G. (2005). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin özyeterlik düzeylerinin yordanması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ege Üniversitesi, İzmir.

- Wagnild, G. (2009). The resilience scale user's guide for the US English version of the resilience scale and the 14-item resilience scale (RS-14). Worden, MT: The Resilience Centre.
- Waldeck, D., Tyndall, I. ve Chmiel, N. (2015). Resilience to ostracism: A qualitative inquiry. *The Qualitative Report*, 20(10), 1646–1670.
- Walton, G. M. ve Cohen, G. L. (2011). A brief social belonging intervention improves academic and health outcomes of minority students. *Science*, 331, 1447–1451. doi: <https://doi.org/10.1126/science.1198364>
- Wang, C.D.C. ve Sound, C.C. (2008). The role of generational status, self esteem, academic self-efficacy and perceived social support in college students' psychological well-being. *Journal of College Counseling*, 11, 101-118.
- Wang, J., Iannotti, R. J. ve Nansel, T. R. (2009). School bullying among adolescents in the United States: Physical, verbal, relational and cyber. *Journal of Adolescent Health*, 45, 368–375. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jadoheal.2009.03.021>
- Wang, M., Del Toro, J., Scanlon, C. L., Schall, J. D., Zhang A. M. Belmont Sarah E. Voltin Keri (2021). A.Plevniak The roles of stress, coping, and parental support in adolescent psychological well-being in the context of COVID-19: A daily-diary study. *Journal of Affective Disorders* 294 (1) 245-253. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.06.082>
- Wentzel, K. R. (1998). Social relationships and motivation in middle school: The role of parents, teachers, and peers. *Journal of Educational Psychology*, 90(2), 202- 209. doi:10.1037/0022-0663.90.2.202
- Werner, E. E. (1993). Risk and resilience in individuals with learning disabilities: Lessons learned from the Kauai Longitudinal Study. *Learning Disabilities Research and Practice*, 8, 28-34.
- Werner, E. ve Smith, R. (1982). *Vulnerable but Invincible: A Longitudinal Study of Resilient Children and Youth*. New York: McGraw-Hill.
- Werner, E.E. (1989). High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59(1), 72-81. doi:10.1111/j.1939-0025.1989.tb01636.x

- Werner, E.E. (1993). Risk, resilience and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 5, 503-515.
- Werner, E.E. (1996). Vulnerable but invincible: High risk children from birth to adulthood. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 5, 47-51.
- Werner, E.E. (2005). Resilience research: Past, present, and future. R.D. Peters, B. Leadbeater ve R.J. McMahon (Eds.), *Resilience in children, families, and communities: Linking context to practice and policy* içinde (ss: 3-11). New York, NY: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Wike, T. L. ve Fraser, M. W. (2009). School shootings: Making sense of the senseless. *Aggression and Violent Behavior*, 14(3), 162–169. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2009.01.005>.
- Wille, N., Bettge, S. ve Ravens-Sieberer, U. (2008). Risk and protective factors for children's and adolescents' mental health: Results of the BELLA study. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 17, 133-147.
- Williams, J. ve Nelson-Gardell, D. (2012). Predicting Resilience in Sexually Abused Adolescents. *Child Abuse & Neglect*, 36(1), 53-63.
- Williams, K. (2009). Ostracism: a temporal need-threat model. *Advances in Experimental Social Psychology*, 275- 314.
- Williams, K. D. (2007). (2007). Ostracism. *Annual Review of Psychology*, 58 (1). 425- 452.
- Wong, M.D., Dosanjh, K.K., Jackson, N.J., Rünger, D. Ve Dudovitz, R.N. (2021). The longitudinal relationship of school climate with adolescent social and emotional health. *Bmc Public Health*, 21, 207. doi: <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10245-6>.
- Wu, Q., Tsang, B. ve Ming, H. (2014). Social capital, family support, resilience and educational outcomes of Chinese migrant children. *British Journal of Social Work*, 44(3), 636-656.
- Wupperman, P. ve Neumann, C. (2006). Depressive symptoms as a function of sex role, rumination, and neuroticism. *Personality and Individual Differences*, 40(2), 189-201.

- Wyman, P. A., Pickering, T. A., Pisani, A. R., Rulison, K., Schmeelk-Cone, K., Hartley, C. vd. W. (2019). Peer-adult network structure and suicide attempts in 38 high schools: implications for network- informed suicide prevention. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 60(10), 1065–1075. doi: <https://doi.org/10.1111/jcpp.13102>.
- Yap, S. T. ve Baharudin, R. (2016). The relationship between adolescents' perceived parental involvement, self-efficacy beliefs, and subjective well-being: A multiple mediator model. *Social Indicators Research*, 126(1), 257–278. doi: <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0882-0>.
- Yardımcı, F. K. (2007). *İlköğretim Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek İle ÖzYeterlik İlişkisi ve Etkileyen Değişkenlerin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İzmir: Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yazgan, Y. (2016). *Yaşantıların psikolojisi ve biyolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi güvenilirliği ve geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81-87.
- Yıldırım, İ. (2007). Depression, test anxiety and social support among Turkish students preparing for the university entrance examination. *Eurasian Journal of Educational Research*, 29, 171-184.
- Yılmaz, H. ve Sipahioğlu, Ö. (2012). *Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlılıklarının incelenmesi*. İlköğretim Online, 11(4), 927-944.
- Yılmaz-Irmak, T. (2008). *Çocuk istismarı ve ihmalinin yaygınlığı ve dayanıklılıkla ilişkili faktörler*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Yi, J. P., Vitaliano, P. P., Smith, R. E., Yi, J. C. ve Weinger, K. (2008). The role of resilience on psychological adjustment and physical health in patients with diabetes. *British Journal Of Health Psychology*, 13 (2), 311- 325.
- Yörükoğlu, A. (1986). *Gençlik çağı: ruh sağlığı ve ruhsal sorunları*. Ankara: Türkiye İş Bankası Yayınları.
- Yu, X., Lau, J. T., Mak, W. W., Zhang, J. ve Lui W. W. (2011). Factor structure and psychometric properties of the Connor-Davidson Resilience Scale among Chinese

adolescents. *Comprehensive Psychiatry*, 52(2), 218-24.
doi:10.1016/j.comppsy.2010.05.010

Zhang, H., Liu, M. ve Long, H. (2021). Child maltreatment and suicide ideation in rural china: the roles of self-compassion and school belonging. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 38, 325–335

Zimet, G.D., Dalhem, N.W., Zimet, S.G. ve Farley, G.K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 5(21), 30- 41.
doi:10.1207/s15327752jpa5201_2.



EKLER

EK 1.

ÖĞRENCİNİN AKADEMİK ÖZGEÇMİŞİ

Kişisel Bilgiler			
Adı ve Soyadı	Başak Kılınç		
E-postası/Web Sayfası			
Bildiği Yabancı Diller	İngilizce		
Uzmanlık Alanı	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık		
Öğrenim Bilgileri			
	Üniversite	Bölüm	Yıl
Lisans	Dokuz Eylül Üniversitesi	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	2020
Tez Başlığı	Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Sosyal İlişkiler, Okula Aidiyet ve Özyeterlik Açısından İncelenmesi		
Tez Danışmanı	Prof. Dr. Aslı UZ BAŞ		
Akademik Eserler			
(Makale, kitap, kitap bölümü, bildiri, poster, sergi, konser vb. eserlerden kaynakça yazım kurallarına göre en fazla 10 eser yazılmalıdır.) Tezden üretilen yayınlar * ile işaretlenmelidir.			
Alanıyla İlgili Bilimsel Kuruluşlara Üyelikler			
Alanıyla İlgili Aldığı Ödüller			

EK 2.

Uygulama İzinleri



T.C.
MUĞLA VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-70004082-604.02-44267363
Konu : Araştırma Uygulama İzin Talebi

23.02.2022

VALİLİK MAKAMINA

İlgi: a) Dokuz Eylül Üniversitesi Rektörlüğü Hukuk Müşavirliğinin 17.02.2022 tarihli ve 43848551 sayılı yazısı.
b) 11/10/2021 tarihli ve 34277264 sayılı Makam Oluru.

Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı öğrencisi Başak KILINÇ'ın tez çalışmasını, Muğla İlindeki tüm resmi ortaokullarda öğrenim gören öğrencilere uygulama talebi ile ilgili ilgi (a) yazı ve ekleri yazımız ekinde sunulmuştur.

Bu kapsamda, Bakanlığımızın 21/01/2020 tarihli ve 1563890 sayılı yazısı (2020/2 No'lu genelge) doğrultusunda ve ilgi (b) Makam Onayı ile oluşturulan komisyonun uygun görüşüyle, Başak KILINÇ'ın "Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Sosyal İlişkiler, Okula Aidiyet ve Öz Yeterlilik Açısından İncelenmesi" konulu çalışmasını;

2021-2022 eğitim öğretim yılında ve eğitim öğretimi ve kurum faaliyetlerini aksatmayacak şekilde, denetimi ilçe milli eğitim müdürlükleri ve okul/ kurum idaresinde olmak üzere, kurum müdürünün uygun gördüğü bir zamanda, gönüllülük esasına göre; ilgili okullarda öğrenim gören öğrencilere uygulaması Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde, Olurlarınıza arz ederim.

Serap AKSEL
Müdür a.
İl Milli Eğitim Müdür Yardımcısı

OLUR

Emre ÇAY
Vali a.
İl Milli Eğitim Müdürü

Ek : Belgeler

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Emirbeyazıt Mah. Dr. Baki Ünlü Cad. No:12 Menteşe/MUĞLA

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Bilgi için: BEHİYE BOZKURT

Telefon No : 0 (025) 280 48 24

E-Posta: strategijelistirme48@meb.gov.tr

İnternet Adresi: <http://mugla.meb.gov.tr>

Unvan : Memur

Faks: 2522804869

Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden fa63-ff63-3d51-943f-e6b9d kodu ile teyit edilebilir.

ETİK İZİN



T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
HUKUK MÜŞAVİRLİĞİ

Sayı : E-87347630-659-199163
Konu : Etik Kurul İzni- Başak KILINÇ

ACELE
17.02.2022

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 11.02.2022 tarihli ve E-67493393-302.08.01-195496 sayılı yazınız.

İlgide kayıtlı yazınıza istinaden Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulunun 16.02.2022 tarihli toplantısında alınan 8 sayılı karar ile Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı öğrencisi Başak KILINÇ'ın, "Ortaokul Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Sosyal İlişkiler, Okula Aidiyet ve Öz Yeterlik Açısından İncelenmesi" başlıklı tez çalışması kapsamında yapacağı uygulamanın etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiş olup, alınan karar Makamınızca onaylanmıştır.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof.Dr. Nükhet HOTAR
Rektör

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Doğrulama Kodu: SD5DCFA4-6A1A-4255-971A-3C07F10335B8 Doğrulama Adresi: <https://turkiye.gov.tr/dokuz-eylul-universitesi-ebys>
Adres: Kültür Mahallesi, Cumhuriyet Biv No:144, 35220 Konak/İzmir Bilgi için: Pelin ALTIN
KEP Adresi : dokuzeyluluniversitesi@hs01.kep.tr Memur



ÖLÇME ARAÇLARININ UYGULANMA İZİNLERİ

Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği



garslan 10 Nis

alıcı: ben ✓




Merhaba

Ölçeklere kişisel web adresimden erisebilirsiniz

Selamlr

021-04-09 12:50, Başak Kılınç yazmış:

...

 Yanıtla

 Yönlendir

Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği



Okula Aidiyet Ölçeği



Genel Özyeterlik Ölçeği



Mert Tekozel 24 Ara 2021

alıcı: ben



merhaba,

Ölçek ektedir. Tüm maddeler aynı yönlü olmak üzere Likert tipi 4 dereceli olarak puanlanmaktadır. Kullanmanız halinde Türkçe uyarlaması için aşağıdaki çalışmaya referans veriniz.

sevgiler...

Luszczynska, A., Gibbons, F.X., Piko, B.F., Teközel, M., (2004). Self-regulatory cognitions, social comparison, and perceived peers' behaviors as predictors of nutrition and physical activity: A comparison among adolescents in Hungary, Poland, Turkey, and USA. *Psychology and Health*, **19** (5), 577 - 593.

Doc. Dr. Mert Tekozel
Ege Üniversitesi Edebiyat Fak.
Psikoloji Bl. Sosyal Psikoloji Ana Bilim Dalı

Kimden: "Başak Kılınc" <

Kime: "İbrahim Mert Tekozel" <

Gönderilenler: 24 Aralık Cuma 2021 10:30:30

Konu: Ölçek İzni

