

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

EBEVEYNLERİ BOŞANMIŞ ERGENLERİN YILMAZLIK, BENLİK SAYGISI, BAŞA
ÇIKMA VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ:
YILMAZLIĞIN ARACI ROLÜ

Hazırlayan
Tuğba KURT

Ankara
Haziran, 2013

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

EBEVEYNLERİ BOŞANMIŞ ERGENLERİN YILMAZLIK, BENLİK SAYGISI, BAŞA
ÇIKMA VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ:
YILMAZLIĞIN ARACI ROLÜ

Tuğba KURT

Danışman: Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY

Ankara
Haziran, 2013

.....'ın
.....
..... başlıklı tezi
..... tarihinde, jürimiz tarafından
..... Ana Bilim / Ana Sanat Dalında Yüksek Lisans
/ Doktora / Sanatta Yeterlik Tezi olarak kabul edilmiştir.

Adı Soyadı	İmza
Başkan:	
Üye (Tez Danışmanı):Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY.....	
Üye :	
Üye :	
Üye :	

ÖNSÖZ

Boşanmanın ailenin yapısını değiştirerek, aile bireylerinin dağılmasına ve psikolojik yönden etkilemekte olduğu görülmektedir. Bu çalışmada boşanmanın ergenler üzerindeki etkilerinin yılmazlık, stresle başa çıkma tarzları, benlik saygısı ve psikolojik belirtiler kavramlarıyla beraber ele alınıp incelenmiştir. Çalışma kapsamında ele alınan yılmazlık, stresle başa çıkma tarzları, benlik saygısı ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilere dair bulguların, araştırmacılar ve alan çalışanları tarafından ilgiyle karşılanacağını umuyorum.

Bu çalışmada hiçbir konuda desteğini esirgemeyen, yüreklendirici ve olumlu yaklaşımlarıyla motivasyonumu hep yüksek tutan, yaratıcı fikirleriyle düşünce gücümü zenginleştirerek ufkumu açan danışmanım Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY' a en içten teşekkürlerimi sunuyorum.

Lisans eğitimi süresince mesleki bilgi ve donanımı kazanmamda ilk andan itibaren olumlu katkıları, anlayışı ve destekleyici tutumlarıyla gelişimime önemli katkıları olan mesleki rol modelim Yrd. Doç. Dr. Tamer Ergin' e çok şey borçluyum. Psikolojik danışma alanına ilişkin ilgimin oluşmasında ve alana yönelmemde büyük payı olan, desteğini hep hissettiğim sevgili hocalarım Prof. Dr. Esra İŞMEN GAZİOĞLU ve Yrd. Doç. Dr. Hatice ERGİN' e şükranlarımı sunarım.

Yüksek lisans eğitimim boyunca zengin bilgi birikimi, farklı disiplinleri sentezleyebilme becerisi ve paylaşımlarıyla çağrışımlarımızı harekete geçiren hocam Prof. Dr. Hasan BACANLI' ya, kendisinden aldığım eğitimin ötesinde, olumlu enerjisi ve engin bilgisi ile bizlere esin kaynağı olan Prof. Dr. Feride BACANLI' ya sevgilerimi ve saygılarımı sunuyorum.

Bu çalışmanın şekillenmesinde geri bildirimlerini ve desteğini esirgemeyen arkadaşkarım Nazife ÜZBE, Selen DEMİRTAŞ – ZORBAZ, Özlem ULAŞ ve Sevil BUZCU' ya teşekkür ediyorum.

Verilerimin toplanma sürecinde okullarında uygulama yapmamda bana yardımcı olan arkadaşlarım Leyla DENİZ UYGUR ve Vildan EKİNCİ' ye çok teşekkür ederim.

Bu çalışmanın ortaya çıkmasında hayatındaki zorluklara rağmen yılmazlık becerisini kullanarak başarılı bir yaşam süren yaşam desteğim biricik annem Havva KURT' a doğumumdan bu yana verdiği tüm emekler için minnettarım. "Anne güneştir, ısıtır, sarar, sarmalar; baba ise rüzgardır. Güneşin boğucu yakıcılığından koruyan, denizde gemilerin yol almasını, keşifler yapmasını, bitkilerin döllenmesini ve canlılığın, yaşamın sürdürülmesini sağlayandır baba." Canım babam Ali KURT' a bana sunduğu özgür ortamda kendimi geliştirmem için verdiği tüm yol arkadaşlığı için ne kadar teşekkür etsem azdır. Ve abim Tolga KURT, iyiki varsın, tez yazma sürecim dahil tüm yaşamımda bana hep inandığın için hep özel hissettirdiğin için teşekkürler.

Sevgili eşim, sen olmazsan heralde yüksek lisans derslerimi tamamlayamazdım. Beni her türlü yoğunluğuna rağmen, büyük riskler (okuldan kaçarak) alarak Ankara'nın bir ucundan bir ucuna yüksek lisans derslerine yetiştiren, günler boyunca elinden bilgisayarı almama rağmen benim çalışmam için özveri gösteren, desteğiyle ve anlayışıyla yanımda olduğu için çok teşekkürler.

Tuğba KURT

Ankara

Haziran -2013

*Riskli yaşam koşullarına rağmen hayatta
başarılı olmuş en güçlü kadına “ANNEME”*

ÖZET

EBEVEYNLERİ BOŞANMIŞ ERGENLERİN YILMAZLIK, BENLİK SAYGISI, BAŞA ÇIKMA VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ: YILMAZLIĞIN ARACI ROLÜ

KURT, Tuğba

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY

Haziran - 2013

Bu çalışmanın amacı, anne babası boşanmış ergenlerin yılmazlık, benlik saygısı, stresle başa çıkma tarzları ve psikolojik belirtiler arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkiyi incelemektir.

Çalışmanın katılımcılarını 2012 -2013 eğitim – öğretim yılında, Ankara, İstanbul, Zonguldak, Çanakkale ve Konya illerinde lisede öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. sınıflara devam eden annesi – babası boşanmış 14- 18 yaş aralığında 138 erkek, 169 kadın toplam 307 öğrenci oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında, Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği, Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri, Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri, Kısa Semptom Envanteri ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Çalışma grubundan toplanan veriler SPSS ve AMOS istatistik programlarıyla analiz edilmiştir. Araştırmada öne sürülen hipotezleri test etmek için varyans analizi, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, Sobel ve Path Analizi kullanılmıştır.

Bulgulara göre ebeveynleri boşanmış erkek ergenlerin kız ergenlere göre yılmazlıkları daha düşük, benlik saygıları ise daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun yanında, ebeveynleri boşanmış ergenlerin, ebeveyn boşanma süresi arttıkça yılmazlık ve benlik saygılarında artma olduğu bulunmuştur. Stresle başa çıkma tarzları, benlik saygısı ve psikolojik belirtiler, yılmazlıkla anlamlı düzeyde ilişkilidir. Stresle başa çıkma ve benlik saygısına daha fazla sahip olmak, ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarına olumlu katkı sağlarken; yılmazlığa sahip olmak psikolojik belirtilerin azalmasına neden olmaktadır.

Bu sonuçlar, ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarının, psikolojik sağlıklarını korumada önemli bir faktör olduğunu ortaya koymuştur. Aynı zamanda ergenlerin başa çıkma ve benlik saygıları ile yılmazlık arasında ilişkinin ortaya konarak başa çıkmanın yılmazlıktan farklı bir kavram olduğunu göstermiştir. Sonuçlar literatür ve kuramlar açısından tartışılmış, ileride yapılacak araştırmacılara ve alan çalışanlarına önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Yılmazlık, ergenler, boşanma, benlik saygısı, psikolojik belirtiler, stresle başa çıkma

**SEARCHING THE RELATION BETWEEN THE RESILIENCE, SELF ESTEEM,
COPING AND PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS OF DIVORCED PARENT
ADOLESCENTS: THE INTERMEDIARY ROLE OF RESILIENCE**

KURT, Tuğba

Master

In Guidance and Counseling Science

Thesis Supervisor: Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY

June - 2013

The objective of this study is to investigate the direct and indirect relation between resilience, self-esteem, coping and psychological symptoms of adolescents with divorced parents.

The participants of this study are education the 9-12th grade school students aged between 14-18 with divorced parents in Ankara, İstanbul, Zonguldak, Çanakkale and Konya, 138 boys and 169 girls totally 307 students in 2012-2013 academic year. During data collection progress, Child and Youth Resilience Scale, Coopersmith Self-Esteem Inventory, Coping with Stress Inventory, Short Symptom Inventory and Self-Description Forms are used as data collection tools.

The data from the research group is analysed within the SPSS and AMOS statistics programmes. In order to examine the suggested hypotheses of the research, Variance Analysis, Pearson Product-Movement Correlation and Path Analysis are carried out.

According to the outcome of the research, it is found that the resilience of divorced parent adolescent boys are lower and their self-esteem is higher than the adolescent girls. Besides, it is found that as the divorcing period gets longer, their resilience and self-esteem also increase. Self-esteem, ways of coping and psychological symptoms are reasonably related with resilience. While having more self-esteem and coping have a positive effect on the resilience of divorced parent adolescents; having resilience itself also causes the decrease of psychological symptoms. These outcomes reveal that the resilience of divorced parent adolescents is an important factor for protecting their psychological strength. Together with this, the relation between coping and resilience is presented and this has shown that how the terms coping and resilience differentiate

from each other. As a consequence, results are literally and theoretically discussed and suggestions are made for upcoming researchers and field workers.

Keywords: Resilience, adolescents, divorce, self-esteem, psychological symptoms, coping

İÇİNDEKİLER

JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI	i
ÖNSÖZ	ii
ÖZET	v
ABSTRACT	vii
TABLolar LİSTESİ	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ	xii
KISALTMALAR LİSTESİ	xiii

BÖLÜM I

GİRİŞ

Problem	1
Araştırmanın Amacı	5
Araştırmanın Önemi	5
Araştırmanın Varsayımları	6
Araştırmanın Sınırlılıkları	7
Tanımlar	7

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Yılmazlık.....	9
Yılmazlık Kavramının Kavramsal Gelişimi	11
Yılmazlıkla İlgili Araştırmalar	24
Stresle Başa Çıkma	29
Stresle Başa Çıkma ve Yılmazlık	31
Benlik Saygısı	33
Benlik Saygısı ve Yılmazlık	35
Psikolojik Belirtiler	36
Psikolojik Belirtiler ve Yılmazlık	36

BÖLÜM III

YÖNTEM

Araştırma Modeli	38
Evren ve Örneklem	38
Veri Toplama Araçları	41

Yılmazlık Ölçeği	41
Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri	42
Stresle Basaıkma Tutumları Envanteri	43
Kısa Semptom Envanteri	44
Kişisel Bilgi Formu	46
Veri Toplama Teknikleri	46
Verilerin Analizi	46
BÖLÜM IV	
BULGULAR VE YORUM	
Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlıklarının, Stresle Başa Çıkma Tarzlarının, Benlik Saygılarının ve Psikolojik Belirtilerinin Demografik Değişkenlere Göre Farklılığına İlişkin Bulgular ve Yorumlar	49
Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlık, Stresle Başa Çıkma Tarzı, Benlik Saygısı ve Psikolojik Belirtiler Değişkenleriyle İlgili Yapılan Korelasyon Analizi Bulguları	55
Modelinin Testiyle İlgili Bulgular ve Yorumlar	59
Model Tahmini	61
Doğrudan Etkiler	64
Dolaylı Etkiler	65
Toplam Etkiler	67
BÖLÜM V	
SONUÇ VE ÖNERİLER	
Sonuçlar	69
Öneriler	70
KAYNAKÇA	74
EKLER	80

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Boşanmaya Uyum Sağlamadaki Koruyucu Faktörler	21
Tablo 2: Araştırma Grubunu Oluşturan Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Çeşitli Değişkenlere Göre Dağılımı	39
Tablo 3: Araştırma Grubunu Oluşturan Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Risk Faktörlerine Göre Dağılımı	40
Tablo 4: Uyum İndeksleri ve Referans Değerler	48
Tablo 5: Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlık, Stresle Başa Çıkma Tarzları, Benlik Saygısı ve Psikolojik Belirtilerinin Cinsiyetlerine Göre İncelenmesine Yönelik t-testi Sonuçları	50
Tablo 6: Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlık, Stresle Başa Çıkma Tarzları, Benlik Saygısı ve Psikolojik Belirtilerinin Yaşlarına Göre İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	53
Tablo 7: Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlık, Stresle Başa Çıkma Tarzları, Benlik Saygısı ve Psikolojik Belirtilerinin Boşanma Süresine Göre İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	55
Tablo 8: Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlık, Stresle Başa Çıkma Tarzları, Benlik Saygısı ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları	57
Tablo 9: Nihai Modelin Uyum Katsayıları	64
Tablo 10: Bağımsız Değişkenlerin Yılmazlık Aracılığıyla Psikolojik Belirtiler Üzerindeki Etkileri	67

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Richardson Yılmazlık Modeli	13
Şekil 2: Mandleco ve Peery Yılmazlığın Kavramsal Çerçevesi	20
Şekil 3: Kavramsal Model	61
Şekil 4: Kavramsal Modele İlişkin Standartlaştırılmamış Path Diyagramı	63
Şekil 5: Nihai Model Standart Path Katsayıları	69

KISALTMALAR LİSTESİ

CYDÖ: Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği

KSE: Kısa Semptom Envanteri

SBTE: Stresle Basa Çıkma Tutumları Envanteri

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

BÖLÜM I

GİRİŞ

Boşanma, aile bütünlüğünün bozulması açısından hem ergen hem anne-baba için, içinde olumlu ve olumsuz değişimleri barındıran bir geçiş sürecidir. Bu geçiş süreci içerisinde ergenin boşanma durumu karşısında uyum göstermesinde yılmazlığın etkili olduğu düşünülmektedir. Yılmazlık, bireyin riskli yaşam koşullarına karşı gösterdiği uyum yeteneğidir. Ebeveynlerinin boşanması ile karşı karşıya kalmış olan ergenlerin, yılmazlık özelliklerinin kazanılmasında etki eden faktörlerin ortaya konması, ergenlerin psikolojik sağlıkları açısından son derece önem teşkil etmektedir.

Literatürde boşanmanın psiko-sosyal etkileri hakkında çeşitli sonuçlar ortaya çıktığı görülmektedir. Bazı görüşler boşanma olgusunu bir kriz durumu olarak ele alırken bazıları artık neredeyse normatif olan bir geçiş dönemi olarak yaklaşmaktadır (Henderson ve Milstein, 1996). Boşanmanın geçiş krizi olarak tanımlandığı durumlarda dengenin bozulması hali ve kayıpları olduğu kadar kazanımları da tetikleyebilmekte olduğu ele alınmaktadır (Amato, 2000).

Boşanmanın kendi içerisinde izlediği bir döngü vardır. Bu döngünün ilk adımında duygusal gerilim yükselir, bireyler karar aşamasına yaklaşırlar. Daha sonra, “kendiliğin” evlilikten ayrılması ve duygusal boşanma başlar. Hukuksal aşamanın çok sonralarına dek sürebilen yas süreci açığa çıkar. İncinmeler, kızgınlıklar devreye girer. Her bir aile üyesi için umutlar, beklentiler, günlük yaşamın yeni detayları, ilişkilerin sınırları ve bunun gibi pek çok unsur yeniden tanımlanmak zorundadır (Korkut, 1990). Pozitif psikolojinin kavramlarından bir olan yılmazlık, aile sisteminin bu yeni döngüye ve sonrasındaki uyum sürecine ergen açısından olumlu sonuçlar da doğurabileceği değerlendirilmektedir.

Günümüzde psikolojik danışma, psikoloji alanında önemi giderek artan bir yaklaşım olan pozitif psikoloji ile insanı sahip olduğu güçlü yönleri ve olumlu özellikleriyle ele almaya başlamıştır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Bu yaklaşımda psikolojideki odağın psikopatolojiden pozitif odaklı görüşe doğru yer değiştirmeye başladığı söylenebilir.

Ailesel ve toplumsal şiddet, yoksulluk, boşanma, bedensel ve ruhsal işkence gibi çocuklar ve ergenler için yüksek risk taşıyan durumlar, insanları bu elverişli olmayan yaşam koşullarının nasıl üstesinden gelmeleri gerektiği konusunda bir arayışa itmektedir (Greene, 2002). Pozitif psikolojinin üzerinde çalıştığı kavramlardan biri olan yılmazlık kavramı da işte tam bu noktada önemini ortaya koymaktadır. Ergenlerin ve çocukların bu risk durumlarına karşı kendilerini nasıl koruduklarını açıklamada büyük önem taşıyan yılmazlık kavramına duyulan ilgi giderek artmaktadır.

Yirmibirinci yüzyılda yılmazlık araştırmalarındaki yönelim kuramsal çalışmalar ve yılmazlık üzerindeki risk ve koruyucu faktörlerin özelliklerini incelemekten; risk altındaki çocuk ve ergenlerin yılmazlıklarının gelişmesinde etkili olan özellikleri ortaya çıkarmaya doğru yönelmektedir.

Yılmazlık kavramı son yıllarda birçok araştırmacının ilgisini çekmektedir. Bu ilginin nedeni incelendiğinde birçok faktörün etkili olduğu görülmektedir (Greene, 2002). Bu faktörlerden biri olan boşanma, ergenin yaşantısında pek çok alanda değişime yol açan ve yeniden uyumunu gerektiren stresli bir sürecin başlangıcı olarak kabul edilmektedir. Boşanma sonrasında bu yeni yaşam durumunun etkilerini inceleyen araştırmalar (Wallerstein ve Kelly, 1980; Hetherington, 1989; Garnefski ve Diekstra, 1997) ebeveynlerin boşanma durumu öncesinde, sırasında ve sonrasında ailede yaşanan değişimlerin ve zorlukların ergenlerin psikolojik sağlıklarında etkili olduğunu ileri sürmektedir.

Latince büyümek, anlamına gelen ergenlik dönemi biyolojik, psikolojik ve sosyal değişimin hızlandığı ve birbirleri ile yoğun etkileşim içine girdiği bir yaşam evresidir (Hamburg ve Takanishi, 1989). Ergenlik dönemi, fiziksel ve duygusal süreçlerin yol açtığı cinsel ve psikososyal olgunlaşma ile başlayan ve bireyin bağımsızlığını, kimlik duygusunu ve sosyal üretkenliğini kazandığı zaman sona eren bir dönemdir. Bu dönem biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimsel değişiklikleri olan bir dönemdir. Ergenlikte biyolojik gelişim iskelet sisteminde hızlı büyüme ve cinsel gelişim ile psikolojik gelişim ise bilişsel gelişim ve kimlik gelişimi özellikleriyle belirlenir. Sosyal gelişim olarak ise ergenlik genç erişkin rolüne hazırlığın olduğu bir dönemdir (Derman, 2008).

Ergenlerin kimlik kazanım süreçlerini içeren kimliğini bulma, kendi kendine yetme, mesleki başarı ve yakın ilişkiler kurabilme gibi bazı gelişimsel ödevleri gerçekleştirmede boşanmış aile çocukları zorlanmaktadırlar (Hetherington, 1989).

Aile, çocuğun gerek kişiliğinin gelişimi, gerekse ruh ve beden sağlığı açısından büyük bir önem taşımaktadır (Yavuzer, 2004). Bu açıdan bakıldığında hiç kuşkusuz ebeveynlerin boşanması hem çocuklar hem de ebeveynler için oldukça zor ve stresli bir süreçtir ve potansiyel olarak onların gelişimlerini ciddi bir biçimde etkileyecek bir dizi değişikliği de beraberinde getirmektedir (Öngider, 2010; Özhan, 1993). Bazı çocukların boşanma durumuna erken yaşlarda uyum sağladıkları görülürken, aynı çocuklarda ergenlik dönemlerinde gerilikler görülebilmektedir. Bu geçişlerle ilgili uzun vadeli etkiler çocuğun gelişimsel dönemine, cinsiyetine, karakterine, ev ve aile çevresinin kalitesine, çocuk ve anne baba için var olan desteklere ve kaynaklara bağlı olarak değişmektedir (Hetherington, Stanley-Hagan ve Anderson, 1989).

Yavuzer'e (2005) göre boşanmış aile ortamında ergenin boşanma durumuna tepkisi farklı şekillerde gerçekleşir. Bunlar: (1) Ergen boşanmayı önceleri kabul etmeyebilir, (2) anne ve babaya karşı öfkeli ve düşmanca tavırlar sergileyebilir, (3) ayrılan ebeveyn tarafından terk edildiğini hissedebilir, (4) bunalım görüntüsü sergileyebilir, (5) okul başarısı düşebilir, (6) gelecekte ekonomik durumlarının kötüleşeceğinden endişelenebilir ve (7) okuldan kaçma ve hırsızlık gibi çeşitli uyum ve davranış sorunları gösterebilir.

Wallerstein ve Kelly (1980), ergenler üzerinde yaptıkları çalışmada ergenlerin, ebeveyn boşanmasına iki farklı yolla tepki gösterdiklerini bulmuşlardır. Birinci grup; regresif davranışlar göstermekte, kendinden daha küçük çocuklarla zaman geçirmektedir. Okula devam ve başarılarındaki düşüşler, zihinlerini bu konuyla aşırı meşgul etmeleriyle ilişkili bulunmuştur. İkinci grup ise bağımlılık gereksinimlerini transfer etmekte, hazır olmasalar bile bağımsız olmaya çalışmaktadır. Bunun sonucu erkeklerde antisosyal davranış ve suça yönelik davranışlar, kızlarda ise arkadaşlarına bağımlılık ve cinsel ilişkiye erken girme gibi davranışlar gözlenmiştir.

Yukarıda sayılan tüm tepkilerin yanı sıra araştırmalar, ebeveynleri boşanmış ya da ayrı olan ergenlerin anne-babası birlikte olanlara göre, depresyon düzeylerinin ve intihar eğilimlerinin (Garnefski ve Diekstra, 1997), kendini suçlamalarının (Goodman ve Pickens, 2001), kaygılarının (Serin ve Öztürk, 2007), sürekli öfkelerinin (Fiyakalı, 2008) ve durumluk ve sürekli kaygılarının (Öngider, 2011) daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Buna benzer olarak yaşam doyumlarının ve iyilik hallerinin (Amato ve Booth, 1991), sosyal destek algılarının (Özen, 1999), yılmazlık düzeylerinin (Özcan, 2005), akademik başarılarının (Brage ve Woodward, 1993) ve benlik saygılarının (Serin ve Öztürk, 2007; Çelikoğlu, 1997; Bynum ve Durm, 1996) da daha düşük olduğu bulunmuştur.

Ebeveynleri boşanmış ergenler üzerinde yapılan araştırmalara genel olarak bakıldığında, anne-babanın boşanmış olmasının ergenlerin psikolojik gelişimleri açısından bir risk faktörü olduğu söylenebilmektedir. Yapılan çalışmalarda genellikle boşanmanın ergenlerin üzerindeki olumsuz etkilerine dikkat çekilmiştir. Ancak bazı gençler çevresel olumsuzluklara rağmen “ayakta kalabilmekte” ve yaşamlarını başarılı bir şekilde sürdürebilmektedirler. Yılmaz kişiler olarak adlandırılan bu insanlar stres yaratan olaylar karşısında genellikle yılgınlığa düşmemektedirler, kendilerini çabucak toparlamakta ve hatta sıkıntılardan ve olumsuz çevresel koşullardan daha da güçlenerek çıkmaktadırlar (Henderson ve Milstein, 1996; Öğülmüş, 2001). Bu açıdan bakıldığında, boşanma ile beraber bozulan aile yapısının ergene yansıyan olumsuz sonuçları olduğu kadar, ergende olumlu kazanımları da beraberinde getirdiği görülmektedir (Amato, 2000).

İşte bu araştırma, ebeveynleri boşanmış ergenlerin boşanmanın yarattığı stres ve risk durumuna rağmen psikolojik sağlıklarını nasıl koruyabildiklerini ve yılmaz kalabildiklerinin incelenmesini hedeflemektedir. Başka bir deyişle ergenlerin yılmazlıklarının, boşanma sonrasındaki uyum sürecindeki etkilerini olumlu sonuçlarını ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır.

Araştırmanın Amacı

Araştırmanın temel amacı ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları ile benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda cevabı aranan sorular, alt problemler başlığı altında aşağıda belirtilmiştir:

Alt Amaçlar

1. Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları ile benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasında doğrudan ve dolaylı ilişki var mıdır?
2. Ebeveynleri boşanmış ergenlerin stresle başa çıkma tarzları ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkiye yılmazlıkları aracılık etmekte midir?
3. Ebeveynleri boşanmış ergenlerin benlik saygıları ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkiye yılmazlıkları aracılık etmekte midir?
4. Ebeveynleri boşanmış ergenlerin stresle başa çıkma tarzları bazı demografik değişkenlere göre (cinsiyet, yaş, boşanma süresi) anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
5. Ebeveynleri boşanmış ergenlerin benlik saygıları bazı demografik değişkenlere göre (cinsiyet, yaş, boşanma süresi) anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
6. Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları bazı demografik değişkenlere göre (cinsiyet, yaş, boşanma süresi ve) anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Araştırmanın Önemi

Ebeveynlerin boşanma durumu, hem çocuklar hem de anne babalar için bir risk faktörü (Chen ve George, 2005; Gizir 2007) olarak görülmektedir. Boşanma oranı ülkemizde son yıllarda gittikçe artmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre boşanan çiftlerin sayısı 2012 yılında, bir önceki yıla göre %2,7 artarak 123 325'e yükselmiştir (TÜİK, 2012). Çalışmalarda, çocukların daha çok depresyon, kaygı, özsaygı, öfke, benlik saygısı ve

akademik başarı gibi özellikler açısından karşılaştırıldıkları görülmektedir (Fiyakalı, 2008; Serin ve Öztürk, 2007; Garnefski ve Diekstra, 1997).

Türkiye’de doğrudan ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarını, benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler çerçevesinde inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla, bu çalışmanın, bu bilgi boşluğunu doldurarak literatüre katkı sağlaması beklenmektedir. Ergenlerin gelişim özellikleri açısından potansiyel bir risk grubu oluşturduğu düşünüldüğünde araştırma bulgularının bu durumdaki ebeveynlere ve öğrencilere yardımcı olmada önemli bir kaynak olabileceği söylenebilir. Bu nedenle, bu çalışmada ebeveynleri boşanmış ergenlerin bu yaşam geçişinden sonraki dönemlerindeki yılmazlıkları ile benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin ortaya konulması önemli görülmektedir.

Bununla birlikte araştırma sonuçlarının okullarda çalışan psikolojik danışmanlara, ebeveynlerinin boşanması durumunu yaşamış ergenlere yönelik geliştirilecek grup rehberliği programları hazırlamada yol göstermesi ve geliştirilecek bu programların ergenlere ve ailelere uygulanarak bu duruma uyum sağlamada destek olacağı düşünülmektedir. Araştırma, boşanma durumu ile ergen arasındaki adaptasyonun sağlanması açısından önemlidir. Bu araştırmanın boşanma sürecinde ergenlerin yılmazlığını geliştirecek ve olumlu geçişi sağlayacak faktörlere dikkat çekerek literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmanın ayrıca başa çıkma ve yılmazlık ilişkisi ve ayrışımını ortaya koyması açısından başa çıkma ve yılmazlık araştırma ve uygulamalarına ışık tutacağı ve yön vereceği beklenmektedir.

Varsayımlar

1. Araştırmaya katılan ergenlerin belli düzeyde ebeveynlerinin ayrılmasına dayalı stres yaşadıkları varsayılmaktadır.
2. Araştırmaya katılan katılımcıların ölçeklere içten ve doğru yanıt verdiği varsayılmaktadır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırma ebeveynleri boşanmış 14 – 18 yaşlarında olan ergenlerle sınırlıdır.
2. Bu araştırma Ankara, İstanbul, Çanakkale, Zonguldak ve Konya illerindeki liselerinde öğrenim gören ergenlerle sınırlıdır.
3. Bu araştırma sonuçlarının genellenebilirliliği ebeveynleri boşanmış ergenlerle sınırlıdır.

Tanımlar

Yılmazlık

Yılmazlık, zor yaşam koşullarına rağmen başarılı bir şekilde normal işlevselliğe dönebilme yeteneğidir (Masten, 2001).

Psikolojik iyi oluş

Kişinin kendisine ve geçmişine, büyüme ve gelişme kapasitesine, yaşamının amaç yönelimliliği ve anlamlılığına, diğer insanlarla kurduğu ilişkilerin niteliğine, yaşamına ve dış dünyaya hakimiyetine ve son olarak bağımsızlığına ilişkin altı farklı boyutta yaptığı psikolojik işlevselliğe dair bütüncül bir değerlendirmedir (Ryff, 1995).

Benlik Saygısı

Bireyin kendisine yönelik tutumları içinde ifade edilen kişisel bir değerlilik yargısıdır (Coopersmith, 1967).

Stresle Başa Çıkma Tarzı

Stres veren durum karşısında, kişinin kaynaklarını aşan, spesifik, içsel ve dışsal taleplerin üstesinden gelmek için, sürekli değişen bilişsel ve davranışsal çabalarıdır (Lazarus ve Folkman, 1984).

Boşanma

Karı ve kocanın, yeni bir evlenme yapabilecek şekilde ayrılması ve hukuki bir kararla evliliklerini tamamen sona erdirmesidir (Yıldırım, 2004).

Ergenlik

İnsanda bedence büyümenin, hormonal, cinsel, sosyal, duygusal, kişisel ve zihinsel değişme ve gelişmelerin olduğu, buluğla başlayan ve bedence büyümenin sona ermesiyle sonlandığı düşünülen özel bir evredir (Kulaksızoğlu,1998).

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, öncelikle yılmazlık özellikleri ile ilgili kuramsal bilgilere yer verilmiştir. Ardından, araştırmanın diğer değişkenlerini oluşturan benlik saygısı, stresle başa çıkma tarzları, psikolojik belirtiler ile ilgili kuramsal bilgiler ele alınmıştır.

Yılmazlık

Yılmazlık, zor yaşam koşullarına rağmen başarılı bir şekilde normal işlevsellığe dönebilme yeteneğidir (Masten, 2001). Yılmazlık kavramı; Latince “resiliens” (yılmaz/sağlam) kökünden türemiştir ve bir maddenin esnek olması ve kolayca kendine geri dönebilmesini ifade etmektedir (Greene, 2002). Türkçe’ ye “Resilience” kelimesinin çevirilmesinde araştırmacılar arasında farklılıklar görülmektedir. Resilience kelimesini, bazı araştırmacılar “yılmazlık” (Öğülmüş, 2001; Güran, 2006; Yılmaz ve Sipahioğlu, 2012) ve bazıları “psikolojik sağlamlık” (Gizir, 2004; Kararımak, 2009; Sipahioğlu, 2008; Önder ve Gülay, 2008), bazıları ise “ kendini toparlama gücü” (Terzi, 2006) olarak kullanmıştır. Bu çalışmada ise resilience kelimesinin karşılığı “yılmazlık” olarak kullanılacaktır.

Literatürde yılmazlıkla ilgili pek çok tanımlama yapılmıştır. Masten’e (2001) göre yılmazlık, “zor yaşam koşullarına rağmen başarılı bir şekilde normal haline dönebilme yeteneği” olarak tanımlanmıştır. Öğülmüş’e (2001) göre yılmazlık, "olumsuzluklara rağmen başarmayı sağlayan kişisel nitelikleri içeren bir kavram” olarak tanımlanmıştır. Rutter'a (2006) göre ise yılmazlık, "stres ya da zorluk içeren bir durumun üstesinden gelmek ya da çevresel risklere karşı direnç göstermek amacıyla kullanılan, ciddi riskler içeren yaşantıların ve bu yaşantılara rağmen elde edilen olumlu psikolojik sonuçların birleşimiyle ilgilenen etkileşimli bir kavram" olarak tanımlanmıştır. Bu tanımlar ışığında yılmazlığın yaşam zorluklarla başa çıkarak sağlıklı uyum becerisi olduğu söylenebilir.

Yılmazlık tanımlarına bakıldığında, yılmazlığın iki ögesi dikkat çekmektedir: Bunlardan birincisi, önemli bir tehditle ya da zorlukla karşı karşıya kalmak, ikincisi ise bu tehdide ya da zorluğa rağmen ayakta kalabilmek ve uyum sağlayabilmektir (Rutter, 2006). Bu durumda yılmazlık iki koşulun birbiriyle ilişkisinden doğduğu ve tanımlar paralelinde bireyin yılmazlık özelliği gösterebilmesi için olumsuz bir yaşam olayına sahip olmanın ve bu olayla başa çıkabilmenin gerçekleşmesi gerektiği düşünülebilir.

Literatürde yılmazlık doğurgularının bireyler üzerinde üç farklı şekilde olduğundan söz edilmektedir. Bunlar aşağıda kısaca özetlenmiştir (Masten ve diğ., 1990; Masten, 1994).

- 1) Beklenenden daha iyi sonuçlar sergileyen risk altındaki bireyler; bu gruptaki bireyler sıkıntıların üstesinden gelerek, iyi gelişim göstermişler ve beklenenden daha başarılı olmuşlardır. Bunlar, çok dezavantajlı ortamlardan gelmelerine rağmen başarılı kişilerdir.
- 2) Stres verici yaşantıların varlığına karşın olumlu uyum gösterenler; stresli deneyimler, boşanma gibi yaygın olarak görülen stresörlerdir ve homojen bir şekilde dağılmış stresli yaşantıları içermektedir. Bu grupla yapılan araştırmalarda, stresörlerin çocukların davranışları üzerindeki genel etkileri ve sıkıntıların etkisini azaltan veya artıran faktörler incelenir.
- 3) Travmadan sonra iyi bir düzelme gösterenler; bu grupla yapılan araştırmalar travmaların üstesinden gelen çocuklar üzerinde yapılmıştır ve üstesinden gelmedeki bireysel farklılıkların araştırılmasını içerir. Bu üç grup tanımının her birinde de bir tehdidin varlığı söz konusudur. Yılmazlığın ortaya çıkmasında söz konusu olan ikinci temel kavram da uyum sağlamanın niteliğinin “iyi” olarak değerlendirildiği ölçüttür.

Yılmazlığın doğuştan gelen bir dizi kişilik özelliğinden çok öğrenme ile kazanılan bir süreç olduğu düşünüldüğünde; bazı kişilerin yılmazlığa katkıda bulunan sosyal eğilimlere ya da fiziksel çekicilik gibi genetik eğilimlere sahip oldukları öne sürülmüş olsa da yılmaz bireylerin özelliklerinin birçoğu normal bireyler tarafından da kazanılabilir ve geliştirilebilir (Öğülmüş, 2001).

Yılmazlığın Kavramsal Gelişimi

Pozitif Psikoloji kavramının savunucusu Seligman, klasik psikolojideki gibi insanların ruhsal bozukluklarına çare aramak yerine 1940'lı yıllarda ortaya çıkan 1980'li yıllarda güçlenen hümanist yaklaşımın devamı olarak gelişen pozitif psikolojiye, insanları mutlu eden şeylere, olumlu düşünme biçimlerine, hoşgörü ve neşeye yönelmiştir. Kısaca klasik psikoloji hastalanmış ruhlara çare bulmaya çalışırken, pozitif psikoloji sağlıklı kişilerin daha mutlu olmasını ve sağlıklarını koruyabilecek bakış açıları geliştirmelerini sağlamayı hedeflemektedir. Yılmazlık da pozitif psikolojiye paralel olarak gelişmiş ve bu bağlamda bireylerin güçlü yönlerinden hareket etmenin önemini ortaya koymaya çalışmıştır. Bu yeni yaklaşım, ana kuramlar gibi insanı pasif ve sadece uyarıcılara tepki veren olarak görmek yerine, insanı karar veren, seçeneklere sahip, tercihleri olan, becerili ve etkili hale gelmeye çalışan, çarelere, umutlara sahip bir canlı olarak görmektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Yılmazlığın ortaya çıkmasında şizofren annelerin çocuklarının incelenmesi önemli bir rol oynamıştır. Şizofren annelerin çocuklarının bir kısmının yüksek risk grubunda olmalarına rağmen olumlu uyum göstermesi bireysel farklılıkların araştırılma çabalarını arttırmıştır (Masten ve diğ., 1990). Yılmazlık kavramının gelişiminde önemli çalışmalardan biri de, Werner'in 1955' te Kauai' de yaptığı çalışmadır. Kırk yıl süren bu boylamsal çalışmada, kronik yoksulluk içinde yetişmiş, doğum komplikasyonu gelişmiş, ailesinde psikopatoloji öyküsü ve ebeveynleri arasında anlaşmazlık olan çocukların biyolojik, psikolojik ve sosyal risk faktörlerinden nasıl etkilendiği araştırılmıştır (Werner, 2004).

Bireylerde yılmazlığın çalışılmasının temeli gelişimsel psikopatolojiye dayanır. Yılmazlık ve psikopatoloji çalışmaları, insan gelişimindeki bireysel farklılıklara odaklanır ve bu açıdan ikisi birbirine bağlanır. Yılmazlık ortaya çıkan olumlu gelişimsel sonuçlarla ilgilenirken, psikopatoloji ise ortaya çıkan psikolojik problemlerle ilgilenir. İkisi de gelişimsel açıdan uyumdaki bireysel farklılıklara odaklanır (Masten, 1994).

Werner ve Smith'in (1992), çalışmaları yılmazlık kavramının temellerini oluşturur. Yılmazlık; aile, okul ve toplumda bulunan koruyucu faktörlerin açıklanmasını temel alır. Bu

koruyucu faktörler çocuklar ve ergenlerin yılmaz olmasını sağlar. (Benard, 1991; Krovetz, 1999).

Türkiye’de ise ilk çalışma Gizir (2004), tarafından yoksul çocuklar üzerinde, yılmazlık akademik boyutu olan akademik sağlamlık düzeyi ve bu düzeyi etkileyen koruyucu faktörler araştırılmıştır. Çalışmanın sonucunda akademik sağlamlığı olumlu etkilediği düşünülen bireysel, ailesel ve çevresel koruyucu faktörler ortaya konmuştur.

İlk çalışmalara bakıldığında, yılmazlığa ilişkin odak noktanın risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Yılmazlık çalışmalarının birbirinden farklı konular üzerine odaklanıldığı söylenebilir. Kimi araştırmacılar bu çalışmaları kişi odaklı ve değişen odaklı olarak ikiye ayırmıştır (Masten, 2001). Değişken odaklı araştırmalarda farklı yılmazlık modelleri önerilmiştir. Kumpfer (1999) bunları beş başlık altında ele alarak incelemiştir.

1) Geriye dönük, tek örneklemlili ya da kesitsel çalışmalar: Bu desen genellikle yaşam olayları araştırmacıları tarafından kullanılmış ve yaşam olayları ile kişinin yeterlilikleri arasındaki ilişkileri incelemiştir.

2) Geriye dönük, kesitsel, çok değişkenli çalışmalar: Bu araştırma deseniindeki kesitsel çalışmalar çevre özellikleri, kişilik özellikleri ve etkileşimsel süreçler gibi farklı değişkenleri incelemiştir. Genellikle yüksek risk altında bulunan kişiler ile düşük risk altında bulunan kişilerin kişilik özellikleri açısından karşılaştırılması yapılmıştır. Bu yönetime dayanan araştırmalar model geliştirme ve test etmeye olanak hazırlamıştır.

3) Kısa dönemli, etkileşimsel ve boylamsal çalışmalar: Boylamsal çalışmalarda çevresel faktörler ve bireyin yeterliliği arasındaki iki yönlü ilişkiler incelenmiştir. Aile, okul, toplum gibi çevresel faktörler ile bireyin yeterliliği arasındaki ilişki incelenmektedir.

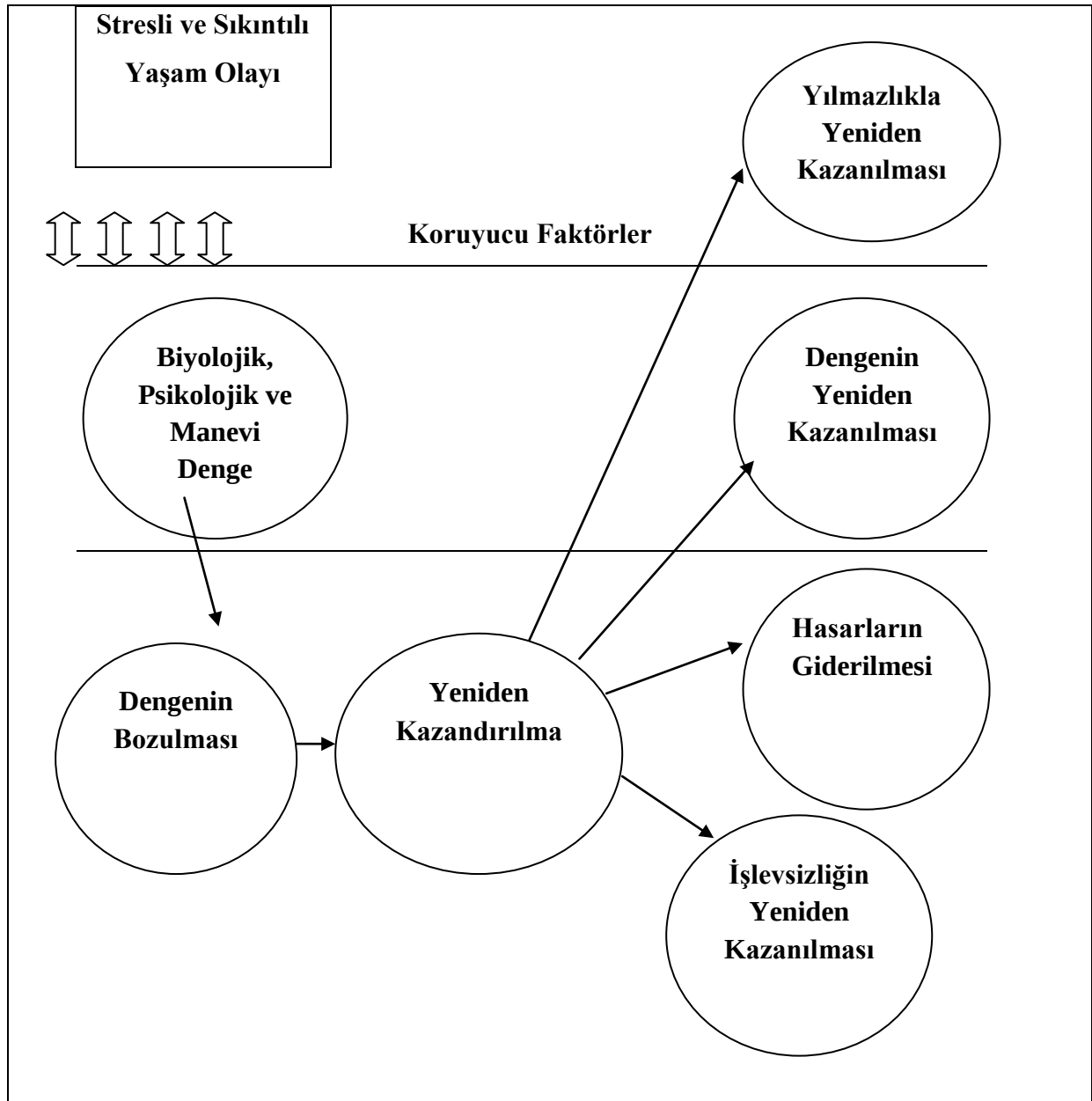
4) Uzun dönemli, ileriye dönük, kontrol grubu içermeyen gelişimsel çalışmalar: Bazı araştırmacılar genel popülasyondan örneklemelerle 30 yıl gibi uzun süren ama karşılaştırma grubu içermeyen boylamsal çalışmalar yapmışlardır.

5) İleriye dönük, çok örneklemlili çalışmalar: Bu araştırma deseni, yüksek güçlük koşullarındaki ve genel popülasyondaki grupları karşılaştırmayı hedefleyen gelişim araştırmacıları tarafından kullanılmaktadır. Yılmazlık sürecini anlamak için en yararlı desen olarak tanımlanmaktadır

Richardson Yılmazlık Modeli

Yılmazlıkla ilgili modellerden biri Richardson ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilmiştir. Bu kurama göre biyolojik, psikolojik ve manevi bir denge noktasından başlayarak kişi vücudunu, aklını ve ruhunu yaşamdaki anlık koşullara adapte eder. İç ve dışta stres yaratan durumlar her zaman mevcuttur ve kişinin bu olaylarla başa çıkabilme yeteneği daha önceki olumsuzluklarda yaşadığı başarılı ve başarısız adaptasyonlardan etkilenir. Bazı durumlarda böyle uyum ya da koruyucu faktörler etkili olmaz. Bu durum biyolojik – psikolojik – manevi dengenin bozulmasına neden olur. Zaman içinde bu bozulmaya verilen tepki su dört sonuçtan birine neden olan bir tamamlayıcı süreçtir:

- (1) Dengenin bozulması gelişim ve yılmazlığın artması için bir olanak olur ve adaptasyon yeni, daha yüksek bir iç dengeyle sonuçlanır,
- (2) Sadece bu olumsuzluğu asmak, bunun ötesine geçmek çabasıyla denge yeniden kazanılır,
- (3) Hasar atlatılır ama daha düşük bir denge düzeyine dönülür,
- (4) Uyumsuz stratejilerin (kendine zarar verici davranışlar) olumsuzluklarla başa çıkabilmek için kullanıldığı sağlam olmayan bir ruh haline geçilir.



Şekil -1 Richardson Yılmazlık Modeli (Richardson, 2002)

Şekil 1'e göre bir insanın fiziksel, akıl ve ruhsal dengesi belli bir seviyede başlıyor. Daha sonra bu dengede bir bozulma meydana geliyor, bu bozulmadan sonra 4 şeyde birini

yeniden kazanması gerekir bunlar; işlevsizliğin, dengenin ve yılmazlığın yeniden kazandırılmasıdır (Richardson, 2002).

Thomas'ın (2011) "Richardson Yılmazlık Modelini" temel alarak yaptığı çalışmada, ailede ebeveyn boşanma durumunu dengenin bozulmasını sağlayan stresli ve sıkıntılı yaşam olayı olarak ele almış olup, dengenin yeniden kazandırılmasından içsel ve dışsal koruyucu faktörleri incelemiştir. Çalışmaya yaşları 18 – 19 yaşları arasında değişen ve ebeveynleri en az 12 yıldır boşanmış olan ergenler alınmıştır. Çalışma sonucunda, ergenlerin boşanma durumuna karşı yılmazlıklarına bireysel koruyucu faktör olarak katkıda bulunan iki önemli bilişsel strateji olarak kaçınma ve yeniden çerçeveleme; aile koruyucu faktörler olarak ergenlerin kardeşleri, teyzeleri, amcaları ve dayılarının boşanma sürecinde tampon görevi yapmaları ve son olarak da toplum koruyucu faktörler olarak, çok samimi dostluklar, takım arkadaşları ile olan ilişkiler ve güvenilir bir yetişkin ile olan ilişkiler bulunmuştur.

Bu çalışmada da ebeveyn boşanma durumunu yaşamsal bir risk faktörü olarak ele alıp ergenlerin bu durum karşısında yılmazlığın kazandırılmasında etkili olan faktörler ve bu faktörlerle olan ilişki üzerine odaklanılacaktır.

Aile Yılmazlığı

Aile yılmazlığı, yılmazlık kavramının aile ortamındaki zorlu yaşam koşullarına karşı olarak ailenin pozitif uyumuna dikkat çekmiştir. Patterson (2002) ailede yılmazlığı, bir risk ya da kriz durumuyla karşılaştığında ailenin bu durumla başa çıkabilme ve yeniden bir denge sağlama becerisi olarak tanımlamaktadır. Ailelerin gereksinimlerinin, sahip olunan kaynakları aştığı ve ailedeki dengenin bozulduğu durumlarda yaşanan kriz durumu, ailenin işlevlerini kesintiye uğratabileceği gibi geliştirebilmektedir de. Aile, risk içeren bir durumla karşılaştığında gereksinimleri azaltıp yapabileceklerini arttırmak ve/veya gereksinimlerini karşılayacak araçları ya da yolları değiştirerek dengeyi yeniden sağlamak yoluyla yılmaz olabilmektedir (Patterson, 2002).

Walsh' e göre (2002) aile yılmazlığının anahtar unsurları aile sisteminin inançları, örgütsel paternler, sosyal ve ekonomik kaynaklar, iletişim süreci, açık duygusal paylaşım,

keyifli etkileşim sağlama, işbirlikçi problem çözmedir. Aşağıda bu unsurlar ve içerikleri kısaca verilmiştir.

- 1) *Aile sisteminin inançları*: Sorunu (güçlüğü) kavramsallaştırma, yılmazlığın katılımcı değeri, aile yaşam döngüsündeki tehlikelerle başa çıkma, duygusal kontrolü sağlama, olumlu bakış açısı, çatışmanın üstesinden gelmeye dair umut ve iyimserlik, mevcut dayanma gücüne odaklanmak, azim, dinselilik, değerler, gelecek hedefleri ve hayalleri, manevilik, iman, cemaat, dini ritüeller, yeni olanakları öngörme bulunma ve yaratıcılığa ilham verme, zorluklarla başa çıkmayı öğrenme ve zorlukları olumluya dönüştürme
- 2) *Örgütsel Paternler (Desenler)*: Yeterlilikte değişim (zaman içinde zorluklarla baş edebilmek için yeniden düzenleme yapabilme), düzeni dengeleme (dengenin bozulmasına rağmen güveni sağlama, dengede süreklilik), ilişkililik (karşılıklı destek, işbirliği ve bağlılık, ilişki içerisinde saygı, farklılık ve sınırları gözetmek), etkili liderlik (çocuklarına ve ihtiyacı olan diğer aile üyelerine rehberlik etmek), çift/eş ilişkisi (eşit ortaklık kurmak, ilişkideki sorunları araştırmak ve yeniden ilişki kurmak).
- 3) *Sosyal ve Ekonomik Kaynaklar*: Aile ve sosyal destek modellerini ve rehberlerini harekete geçirmek, sosyal ağları geliştirmek, finansal güvenceleri geliştirmek, aile –iş dengesi için çaba harcamak.
- 4) *İletişim Süreci*: Açıklık (aile içindeki konuşmalarda mesajların doğru ve açık şekilde aktarılması), mesajlardaki belirsiz bilgiler (konuşmanın içeriğindeki doğruluğu araştırma ve belirleme).
- 5) *Açık Duygusal Paylaşım*: Duyguların paylaşımı, karşılıklı empati, duyguların ve düşüncelerin sorumluluğunu üstlenme.
- 6) *Keyifli Etkileşim Sağlama*: Mizah kullanımı

- 7) *İşbirlikçi Problem Çözme*: Sorun karşısında yaratıcılık ve beyin fırtınası tekniklerini kullanma, ortak karar verme, çatışma çözme, verilen kararları somut eylemlere aktarma, sorunu ve krizi engelleme, gelecek zorluklara hazırlanma.

Patterson' ın (2002) belirttiği gibi aile yılmazlığı, ailenin bir risk ya da kriz durumuyla başa çıkabilme ve yeniden denge sağlama becerisidir. Bu çalışma, içinde ailenin içindeki risk ya da kriz durumunu boşanma olarak ele alıp ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları ile benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkiyi inceleyecektir.

Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler

Risk faktörleri, belirli bir insan grubunun özellikle de çocuk ve gençlerin suç işleme, okulu bırakma vb. gibi olumsuz ve istenmeyen sonuçları yaşama olasılığını arttıran özelliklerini tanımlamak için kullanılmaktadır (Masten, 1994). Koruyucu faktörler ise risk ya da zorluğun etkisini yumuşatan, azaltan ya da ortadan kaldıran, sağlıklı uyumu ve bireyin yeterliklerini geliştiren durumlar olarak tanımlanmaktadır (Masten, 2001).

Literatürde, yılmazlık kavramı çerçevesinde, birçok farklı risk faktörü üzerinde çalışılmıştır. Bu risk faktörlerinin kaynakları ve bu kaynakların içerdiği risk faktörleri (Coie ve diğ., 1993) şu şekildedir:

1. Aile ortamları; alt sosyal sınıf, aile çatışmaları, ailedeki zihinsel hastalıklar, kalabalık aile, anne baba ile kurulan zayıf bağlar, aile yapısındaki bozukluklar ve iletişim sorunları.
2. Duygusal zorluklar; çocuk istismarı, duyarsızlık, duygusal körelme, duygusal olgunlaşmama, stresli yaşantılar, düşük benlik saygısı, duygusal kontrolsüzlük.
3. Okul problemleri; akademik başarısızlık, okulla ilgili moralsizlik.
4. Ekolojik ortam; yakın çevredeki sosyal yapı sorunları, ırksal ayrımcılık, işsizlik, aşırı fakirlik.
5. Bedensel sorunlar; duyumsal yetersizlikler, organik sorunlar, nörokimyasal dengesizlikler.
6. Kişilerarası problemler; arkadaş reddi, yabancılaşma ve yalıtım.

7. Beceri gelişimindeki gerilikler; normal altı zekâ, sosyal yetersizlik, dikkat eksikliği, okuma güçlüğü, zayıf iş beceri ve alışkanlıkları.

Gizir'in (2007) risk faktörü kaynakları ve bu kaynakların içerdiği risk faktörleri sınıflaması ise şu şekildedir ;

1. Bireysel risk faktörleri; erken doğum, olumsuz yaşam olayları, kronik hastalıklar
2. Ailesel risk faktörleri; ebeveynlerin hastalığı ya da psikopatolojisi, ebeveynlerin boşanması, ölümü ya da tek ebeveyn ile yaşama, ergenlik dönemde anne olma
3. Çevresel risk faktörleri; ekonomik zorluklar ve yoksulluk, çocuk ihmali ve istismarı, savaş ve doğal afetler gibi toplumsal travmalar, toplumsal şiddet ve ailevi felaketler, evsizlik

Risk faktörlerinin yanı sıra yılmazlık için önemli diğer bir konu olan koruyucu faktörleri ise Rutter (1987) tarafından risk faktörlerinin negatif etkilerini düzenleyerek yılmazlığı ortaya çıkaran koşullar ve süreçler olarak tanımlanmıştır. Yapılan bilimsel çalışmalar risk koşullarıyla karşı karşıya bulunan bireylerde çok sayıda içsel ve dışsal koruyucu faktörlerin varlığına işaret etmektedir (Mandleco ve Peery, 2000).

Gürkan (2006) yaptığı meta- analiz çalışmasında, bireysel koruyucu faktörler olarak mizaç, iç kontrol odağı, yüksek öz-saygı, öz-yeterlilik, öz-farkındalık, bağımsızlık, etkili problem çözme becerilerine sahip olmak, iyimserlik ve umutluluk, sosyal yeterlik gibi etmenleri derlemiştir. Koruyucu dışsal faktörler, aile içindeki, aile ve ilişkiler içindeki ve toplum içindeki dışsal koruyucu faktörler olarak üç başlıkta toplanmaktadır (Masten ve Reed, 2002).

Masten'e (1994) göre aileler ve çocuğun hayatındaki önemli kişiler, çocuk için temel koruyucu faktör işlevi üstlenmektedirler. Etkin bir ailenin veya bakıcının sahip olması gereken özellikler şunlardır:

1. Çocuğun kendisini değerli hissetmesini sağlar. Sürekli bir şekilde gösterdikleri eğitici bakım davranışlarıyla çocuklarda bir başvuru kaynağı olarak güven oluşturur.

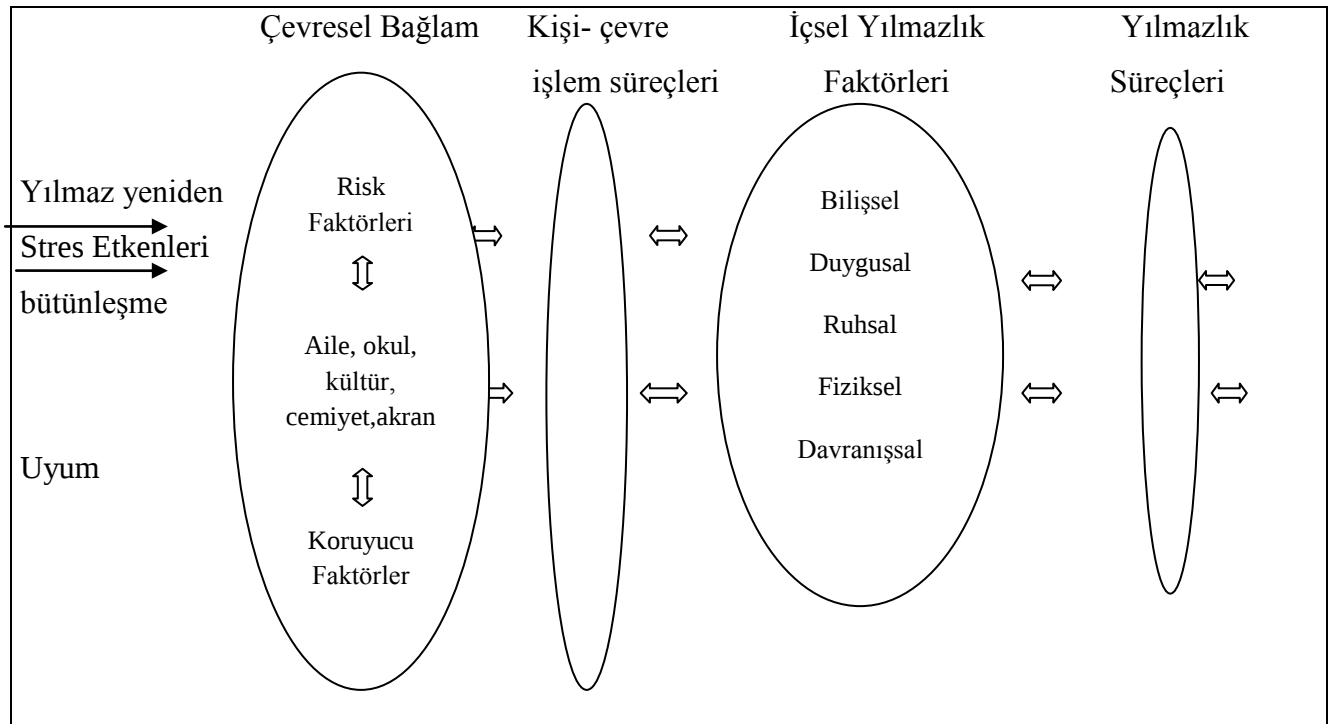
2. Bir model olarak uygun davranışlar gösterir.
3. Bilgi sağlar ve bilgiye ulaşmanın yollarını gösterir.
4. Uygun davranışları öğretir, rehberlik eder ve yapıcı geribildirimler verir.
5. Tavsiyelerle ve yapıcı desteklerle çocuğu tehlikeli ve işlevsiz aktivitelerden uzak tutar.
6. Çocuğun kendine olan güvenini artırmak için çocuğun başarabileceği ve üstesinden gelebileceği meydan okumaları ve girişimleri destekler.
7. Destekleyici bir görev üstlenirler ve yeni seçenekler sunar.
8. Yeterliliği geliştirecek ve çocuğun kendine güvenini oluşturacak deneyimler için olanaklar sağlar.

Bu koruyucu faktörlerin risk durumu karşısındaki koruyucu özelliği düşünüldüğünde boşanma sonrasında da ailenin bu işlevlerin devam etmesin bu durumla baş etmede etkili olacağı düşünülebilir. Boşanma sonrasında da çocuğun ebeveynle kuracağı olumlu ilişki boşanmanın yarattığı olumsuz etkiyi azaltacak ve boşanma sonrasında ebeveynleri ile olan bu ilişkisinden dolayı oluşacak uyum ve destek çocuğu olumlu etkileyecektir. Boşanma sonrasında ebeveynlerin bu olumlu tutumu koruyucu faktör olarak görülebilir (Connor, 2003; Scales, Benson ve Mannes 2006).

Rodgers ve Rose (2002) tarafından yapılan araştırmada, boşanma sonrasında çocukların sağlıklı yetişkin olmasında annenin birincil rolü oynamakta olduğu görülmüştür. Ayrıca çocuğun maddi ve manevi yaşamının aynı şekilde devam etmesi çocuk açısından güvenli bir ağ sağlamaktadır.

Çevresel şartlar, çocuğun ailesi ve kendi yakın çevresi dışındaki olayları kapsamaktadır. Benard' a (1991) göre toplumun yılmazlığı geliştirecek üç özelliği vardır. İlki, üyelerine çeşitli kaynaklar sunan sosyal kurumların varlığıdır. İkincisi, sosyal normların sürekli aktarımıdır. Bu şekilde toplum üyeleri istenen davranışların neler olduğunu öğreneceklerdir. Sonuncusu ise, çocukların toplumsal hayata katılarak kendilerini toplumun değerli bir üyesi olarak hissetmelerini sağlayacak olanakların sunulmasıdır. Dengeli ve destekleyici bir toplumun en açık işareti sağlıklı bireylerin gelişimine imkân veren sosyal kurumlara sahip olmasıdır.

Mandleco ve Peery (2000), yılmazlıkla ilgili literatür incelemesinde çocuklarda, yılmazlığın kavramsallaştırılmasında göz önüne alınabilecek örgütsel bir çerçeve sunmuştur. Bu çerçeveye göre; çocuklarda yılmazlığı etkileyen içsel ve dışsal olmak üzere iki tür faktör vardır. Her iki grup faktör de yılmazlığın ortaya çıkmasında, değişken derecelerde gereklidir ve aralarında etkileşimsel ya da transaksyonel bir ilişki bulunmaktadır. Bu çerçeve, normal ve risk grubundaki çocuklara yönelik müdahale çabalarını planlama ve organize etmede, özel kaynaklar ya da özellikler hedef alınarak bir başlama noktası olarak kullanılabilir. Mandleco ve Peery (2000) sunduğu çerçeve Şekil 2’ de sunulmuştur.



Şekil 2 : YılmazlığınKavramsallaştırılması. Kaynak: *Mandleco ve Peery (2000)*

Ergenlerin akranları arasında kabul görmesi ve akranlarından destek alması da yılmazlığa etki eden önemli bir toplumsal koruyucu faktördür. Çocuğun boşanmadan sonra yaşadığı duyguların ve korkuların normalleşme sürecinde akran gruplarından alacakları desteklerin akran desteğinin çocukların yılmazlığını geliştirdiği önemini belirtmiştir (Pedro-Carrol ve Jones 2005; Greeff ve Van Der Merwe, 2004). Buradan hareketle boşanma sonrasında aile dışındaki yetişkin ve akran desteği çocuğa sosyal destek sağlayarak bu süreçte

çocuklara gösterilen sıcaklık ve özen, olumlu okul deneyimleri, olumsuz yaşantılar yaşamamaları için tampon olacağı söylenebilir.

Boşanma risk faktörü ile karşı karşıya kalan çocukların bu sürece uyumunda etkili olan koruyucu faktörler tablo – 1’ de verilmiştir.

Tablo - 1

Boşanmaya Uyum Sağlamadaki Koruyucu Faktörler

Boşanmaya Uyum Sağlamadaki Koruyucu Faktörler		
İçsel Koruyucu Faktörler	Ailedeki Koruyucu Faktörler	Toplumdaki Koruyucu Faktörler
Atılganlık Doğru değerlendirme nitelikleri Gelecek ile ilgili yüksek umut Gerçekçi değerlendirmeler Etkili başa çıkma becerileri	Ebeveyn çatışmasından korunma Ebeveynlerin psikolojik iyi oluşları Disiplinli ve destekleyici ebeveyn – çocuk ilişkisi Ekonomik istikrar Yetkin ebeveynlik ve ev düzeni	Olumlu yetişkin modelleri ile destekleyici ilişkiler Sosyal destek ağı, okul, toplum ve aile Beceri geliştirici ve destek verici önleyici programlar

Kaynak: (Pedro-Carrol ve Jones 2005).

Tüm bu koruyucu faktörlerin, ergenlerin yılmazlık özelliklerini besleyerek herhangi bir risk faktörü – risk faktörleri ile karşı karşıya kaldıklarında bu risk ya da risklerle başa çıkmalarında, yılmazlıklarını göstermesine olumlu katkılarının olduğu söylenebilir. Boşanma durumunu ergenler açısından bir risk faktörü olarak kabul edildiğinde bu sürece yılmazlık özellikleri ile uyum sağlayacakları düşünülebilir.

Olumlu Sonuçlar

Uyum olarak ifade edilen, birey çevre etkileşimi sonunda ortaya çıkan olumlu sonucun, yılmazlıkla ilişkili olarak açıklanabilmesi için, öngörülemez bir niteliğinin olması gerekmektedir. Eğer bireyden, bir zorlukla başa çıkması bekleniyorsa, ortaya çıkacak olumlu

sonucun bireyin yılmazlığına değil, stres şiddetinin düşüklüğüne ya da ortamdaki olumlu şartlara atfedilmesi gerekir (Masten ve Reed, 2002).

Araştırmalara göre olumlu sonuçları ya da yeterliliği belirleyen bir takım ölçütler-değişkenler bulunur. Masten ve Reed (2002), olumlu sonuçları belirleyen bu ölçütler-değişkenleri aşağıdaki verildiği gibi belirtmişlerdir:

- 1) Gelişim görevlerinin yerine getirilmesi
- 2) Akademik başarının olması
- 3) Olumlu sosyal ilişkiler/ sosyal yeterliğin olması
- 4) Suça yönelik davranışlardan uzak durulması
- 5) Psikolojik sağlığın olması
- 6) Duygusal problemlerin ya da semptomların az olması
- 7) Mutlu olunması
- 8) Okula devam edilmesi
- 9) Yaşa uygun spor yapılması
- 10) Sosyal yardım çalışmalarına katılması
- 11) Ders dışı etkinliklerin içinde yer alınması
- 12) Kurallara uygun davranışlar gösterilmesi
- 13) Arkadaşları tarafından kabul görülmesi ve yakın arkadaşlık ilişkileri kurulması
- 14) Psikopatolojinin bulunmaması
- 15) Psikososyal uyum bileşiğinin olması
- 16) Kendini kabul etmesi ve uyumlu olması
- 17) Yaşam doyumu
- 18) İyilik hali

Yukarıdaki özelliklere sahip olup içsel ve dışsal koruyucu faktörlerini kullanarak risk faktörleriyle baş edebilen bireyin bu süreç sonucunda kazandığı yeterlilikler olumlu sonuçlar olarak ifade edildiği görülmektedir. Ebeveynleri boşanmış ergenlerinde yılmazlıklarını kullanarak boşanma durumunun oluşturduğu risk faktörünün üstesinden gelerek kendi yaşamlarına olumlu kazanımlarla devam edeceği bu bilgiler ışığında düşünülebilir.

Yılmaz Bireylerin Özellikleri

Literatür incelendiğinde yılmazlıkla ilişkili olarak bulunmuş birçok özellik bulunmaktadır. Bunlar sosyal yetkinlik, benlik saygısı, umut, öğrenilmiş iyimserlik, yaşam doyumu, olumlu duygusallık, öz yeterlilik, empati, iyimserlik özellikleri olarak literatürde yer almaktadır. Buradan hareketle farklı araştırmacıların yılmaz bireylerin özelliklerine ilişkin farklı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir:

Krovetz'e (1999) göre yılmaz çocuğun özellikleri;

- 1) Sosyal Yetkinlik: Başkalarında olumlu tepkiler oluşturma, böylece hem yetişkinlerle hem de akranlarıyla olumlu ilişkiler kurma yeteneği.
- 2) Sorun Çözme Becerileri: Başkalarından yardım isteme ve olayları kendi kontrolü altında planlama becerisi.
- 3) Özerklik: Kişinin kendi kimliğine sahip olması, bağımsız davranabilmesi ve kendi çevresi üzerinde kontrol kurmaya çalışma yeteneği.
- 4) Amaçlara Sahip Olma ve Gelecek Duygusu: Bir takım amaçlara, eğitimsel beklentilere, umuda ve parlak bir geleceğe sahip olma duygusudur.

Haynes'e (2005) göre yılmaz gençlerin sosyal, duygusal ve bilişsel karakteristik özellikleri vardır. Bunlar;

- 1) Yılmaz gençlerin sosyal karakteristik özellikleri; etkin arkadaşlık ilişkileri ve olumlu ilişkiler kurma yeteneği, etkili iletişim becerileri ve gerektiğinde yardım isteme yeteneklerini içerir.
- 2) Yılmaz gençlerin duygusal karakteristik özellikleri; yüksek öz-yeterlilik, yüksek özgüven, yüksek benlik saygısı, kendini kabul etme ve tanıma, duygularının farkında olma, hayal kırıklılığı ile başa çıkma ve farklı durumlara uyum gösterme becerisini içerir.
- 3) Yılmaz gençlerin bilişsel karakteristik özellikleri; yüksek başarı motivasyonu, geleceği planlama yeteneği, içten denetimliliği içerir.

Diğer bir özellik tanımlamasına bakıldığında Flach (1997)'e göre ise, yılmaz bireylerin özellikleri; yüksek özsaygı, düşünce ve davranışta bağımsızlık, diğer insanlarla etkileşime girme ve çok sayıda yakın arkadaşına sahip olma, yüksek düzeyde kişisel disiplin ve sorumluluk duygusu, özel yeteneklerini geliştirmesi ve tanınması, yeni bakış açılarına açık olma, hayal kurmaya istekli olma, geniş ilgi alanı, keskin bir mizah anlayışı, empatik ilişki kurabilme yeteneği, stres toleransının yüksek olması, yaşama bağlı olma ve yaşamındaki deneyimlerini, yaşamın anlamını yorumladığı bir felsefi çerçeveye sahip olma olarak sıralanmıştır.

Norman' a (2000) göre yılmaz bireyin kişisel özellikleri; öz yeterlilik, çevreyi gerçekçi değerlendirme, sosyal problem çözme becerileri, empati, mizah, kişilerarası ilişkilerde androjen cinsiyet rol davranışları, pozitif, sevecen ilişkiler, yüksek yeterlilik beklentileri, yüksek görev duygusudur.

Yukarıdaki araştırmacıların belirledikleri özellikler incelendiğinde yılmaz bireylerin sosyal, duygusal ve bilişsel alanlarına ilişkin; özyeterlilik, empati, gerçekçi değerlendirme, keskin mizah anlayışı, amaçlara sahip olma, sosyal problem çözme yeteneği, yüksek benlik saygısı, başa çıkma becerisi, yüksek başarı motivasyonu, geleceği yönelik plan yapma gibi özelliklerinin ortak olduğu görülmektedir.

Yılmaz bireylerin bu özelliklerinin gelişiminde rol oynayan önemli faktörler vardır. Masten' e (1994) göre bunlar; etkili ana-babalık, diğer yetişkinlerle kurulan yeterli iletişim, ihtiyaç duyduğunda diğer insanlara özellikle yetişkinlere başvurmak, kendileri ve diğer insanlar tarafından yetenekli ve başarılı oldukları alanlara göre değerlendirilmek, özyeterlilik ve umut duygusu, sosyoekonomik avantajlar, iyi okullar ve diğer toplumsal olumlu özelliklerdir. Buradan hareketle yılmaz çocuk ve ergenlerin gelişiminde rol oynayan bu faktörlere sahip ergenlerin, ebeveynlerinin boşanma durumundan daha az etkilenebileceği düşünülebilir.

Yılmazlıkla İlgili Araştırmalar

Bu kısımda, öncelikle yılmazlık ile ilgili ve araştırmanın diğer değişkenlerini oluşturan benlik saygısı, stresle başa çıkma, psikolojik belirtiler ile ilgili çeşitli araştırmalara değinilmiştir. Yurt içinde ve yurt dışında yapılan çeşitli araştırmalar ele alınmıştır.

Yılmaz ve Sipahioğlu' nun (2012) yaptıkları araştırmada, tek ebeveyn ile yaşayan ergenlerin yılmazlık düzeyleri incelenmiştir. Lise 9., 10. ve 11. sınıflarında öğrenim gören %57'si kız, %43'ü erkek toplam 499 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada, tek ebeveyn ile yaşayan ergenler için hangi koruyucu faktörler söz konusu olduğu; ergenlerin ebeveyn birlikteliğine ve cinsiyet değişkeninin göre oluşturulan gruplarda koruyucu faktör özelliklerinin farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, ev içi ilişkilerde ilgi, yüksek beklentiler ve ev içi etkinliklere katılım koruyucu faktör özellikleri tek ebeveyn ile yaşayan ergenlerin, ailesi ile birlikte yaşayan ergenlere göre daha yüksektir. Problem çözme becerileri, amaçlar ve eğitimsel beklentiler koruyucu faktör özellikleri ise ailesi ile birlikte yaşayan ergenlerin, tek ebeveyn ile yaşayan ergenlere oranla daha yüksektir. Tek ebeveyn ile yaşayan ergenlerin cinsiyet değişkenine göre oluşturulan gruplarda arkadaş grubundaki ilgi, empati ve ev içi ilişkilerde ilgi kızların oranları erkeklere göre daha yüksektir. Erkeklerin ise problem çözme becerilerine ilişkin algıları kızlara oranla daha yüksek olarak bulunmuştur.

Serbest'in (2010) yaptığı araştırmada, İstanbul'daki 21 yaş 6 ay ortalamasına sahip 379 üniversite lisans öğrencisinin algıladıkları anne kabulü, baba kabulü, baba ilgisi, depresif belirtiler ve yılmazlık düzeyleri arasındaki birleşik etkileri incelenmiştir. Algılanan yılmazlık düzeyi araştırmanın bağımlı değişkeniyken algılanan baba kabulü, anne kabulü, baba ilgisi, depresif belirtiler araştırmanın bağımsız değişkenleridir. Araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne kabulü ve depresif belirtilerin yılmazlık düzeylerine etkisi olduğu görülmüştür. Bunun sonucunda algılanan anne kabulü ve depresif belirtilerin yılmazlığın %41'ini açıkladığı bulunmuştur. Veriler cinsiyete göre ayrı ayrı analiz edildiğinde, erkek üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne kabulü, depresif belirtiler ve baba ilgisinin yılmazlık düzeylerine anlamlı bir etkisi olduğu ve yılmazlık düzeylerinin %45'ini açıkladığı görülmüştür. Kadın üniversite öğrencileri için depresif belirtilerin yılmazlık düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi vardır ve %39 unu açıklamaktadır. Hem tüm öğrenciler ($\beta=.71$) için hem de kadın ($\beta=.67$) ve erkek ($\beta=.72$) öğrenciler için ayrı analiz yapıldığında, algıladıkları baba kabulü ile baba ilgisi arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Er' in (2009) yaptığı araştırmada, dışsal koruyucu faktörler ve içsel koruyucu faktörlerin içerisinde yer alan değişkenlerin ailesi parçalanmış olan ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin akademik sağlamlılık düzeylerini yordama gücü incelenmiştir. İlköğretim

okullarının 6., 7. ve 8.sınıflarında öğrenim gören 221'i kız ve 193'ü erkek olmak üzere toplam 414 ergen üzerinde yapılan çalışmada, dışsal koruyucu faktörler içerisinde yer alan çocukların algıladığı psikolojik özerklik, ev-içi yüksek beklentiler, arkadaşlardan algılanan sosyal destek, çevresel ilişkilerde ilgi ve yüksek beklentiler, okul-içi etkinliklere katılım, çocukların algıladığı kontrol/denetleme değişkenlerinin ailesi parçalanmış olan ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin akademik sağlamlığının anlamlı yordayıcıları olduğu; içsel koruyucu faktörler içerisinde yer alan eğitimsel beklentiler ile işbirliği ve iletişim değişkenlerinin ailesi parçalanmış olan ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin akademik sağlamlığının anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur.

Sipahioğlu (2008)'nin yaptığı çalışmada yoksul bir aileden gelmeleri ya da tek ebeveyn ile yaşamaları nedeniyle risk altında olduğu düşünülen ergenlerin yılmazlık düzeyleri incelenmiştir. Liseye devam eden 499 öğrenci (264 kız, 235 erkek) üzerinde yapılan çalışmada; yoksulluk, tek ebeveyn ile yaşama, cinsiyet ve okul türü değişkenlerine göre yılmazlık düzeylerinin farklılaştığı, yoksulluk risk faktörü altındaki katılımcılar cinsiyete göre karşılaştırıldığında kızların arkadaş grubundaki ilgi, empati, amaçlar ve eğitimsel beklentiler düzeyleri daha yüksek iken erkeklerin problem çözme becerilerine ilişkin algılarının daha üst düzeyde olduğu ve tek ebeveynle yaşayan katılımcılar cinsiyete göre karşılaştırıldığında kızların arkadaş grubundaki ilgi, empati ve ev içi ilişkilerde ilgi düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Erkeklerde ise problem çözme becerilerine ilişkin algılar daha üst düzeydedir.

Önder ve Gülay'ın (2008) yaptığı çalışmada, ilköğretim 8. Sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarını (yılmazlık) kendilik kavramı ve cinsiyet değişkenleri açısından incelenmiştir. Yaş ortalaması 14 olan 63' ü kız, 35'i erkek olan 98 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada öğrencilerin kendilik kavramı ile psikolojik sağlamlılıkları arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kız öğrencilerin psikolojik sağlamlılık düzeyleri erkek öğrencilerin psikolojik sağlamlılık düzeylerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Terzi'nin (2008) yaptığı çalışmada, üniversite öğrencilerinin kendini toplama gücünün cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığını ve iyimserliğin, özyeterliğin, problem çözme odaklı başa çıkma stratejisinin kendini toplama gücünün anlamlı bir yordayıcısı olup

olmadığı incelenmiştir. Yaşları 18 ile 27 arasında değişen 153'ü kız, 111'i erkek olmak üzere toplam 264 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada, kendini toparlama gücünü iyimserlik, özyeterlilik ve problem odaklı başa çıkma stratejilerini yordamakta olduğu ve kendini toparlama gücü cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Kaya'nın (2007) yaptığı çalışmada yatılı bölge okulu öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada yılmazlığı yordamada benlik saygısı, umut ve dışsal faktörlerin rolünü incelenmiştir. Yatılı ilköğretim bölge okulunun 6., 7. ve 8. sınıflarında okuyan 143'ü kız, 238'i erkek olmak üzere 391 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada, umut ve dışsal faktörlerin bazıları (ev içi ilgi, yüksek beklentiler, etkinliklere katılım, arkadaş ilişkilerinde ilgi ve yüksek beklentiler) yılmazlığı yordamada anlamlı bulunurken; benlik saygısı ve dışsal faktörlerden ikisi (okul içi ilgi ve yüksek beklentiler ile okula bağlılık) toplam yılmazlık puanını anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur.

Chen ve George'un (2005) yaptığı tarama modeli çalışmada, ebeveynlerin boşanma durumunda çocukların boşanma durumuna olumlu uyum göstermesinde yılmazlığın önemi incelenmişlerdir. Evliliğin bozulması sürecinde çocukların yılmazlıklarını etkileyerek uyum sağlamasını etkileyecek faktörler olarak ebeveyn çatışması, ebeveyn desteği, ebeveyn kontrolü, sosyal sistemler, çocuğun bireysel özellikleri ve iletişim olarak bulunmuştur.

Özcan'nın (2005) yaptığı çalışmada, lise öğrencilerinin sahip oldukları yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler ailelerinin birliktelik - boşanmışlık durumuna ve öğrencilerin cinsiyetinin öğrencilerin sahip oldukları yılmazlık özelliklerini ve koruyucu faktörleri yordayıp yordamadığı incelenmiştir. 76' sı kız, 76'sı erkek olmak üzere toplam 152 lise öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada, anne-babası birlikte olan lise öğrencilerinin sahip olduğu yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler anne babası boşanmış olanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Anne-babası birlikte olan öğrencilerin sahip olduğu toplumdaki koruyucu ilişkiler ve yüksek beklentiler, ailedeki koruyucu ilişkiler, yüksek beklentiler ve anlamlı katılım için olanaklar, amaçlar, özlemler, problem çözme düzeyleri anne babası boşanmış olanlara göre daha yüksek bulunmuştur.

Salami'nin (2002) yaptığı araştırmada, Amerika' da zorbalığa maruz kalan ergenlerin, post travmatik stres bozukluğuna; benlik saygısı, yılmazlık ve sosyal desteğin aracılık etkisi incelenmiştir. Yaşları 12 – 19 arasında değişen; 150' si erkek, 130' u kız 280 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada yüksek düzeyde zorbalığa maruz kalan ergenlerin post travmatik stres bozukluğu yüksek çıkmış ve bununla beraber yılmazlık, benlik saygısı ve sosyal desteğin post travmatik stres bozukluğu ile arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülürken aracılık etkilerinin zayıf çıktığı bulunmuştur.

Stoiber ve Good'un (1998) yaptıkları araştırmada, ergenlerin alkol ve madde kullanımı, cinsel ilişki ve çete içerisinde yer alma gibi yüksek risk taşıyan problem davranışlara ilişkin risk ve yılmazlık faktörlerinin ilişkisini incelenmiştir. Lisede öğrenim gören yaşları 12-16 arasında değişen, 135'i erkek 197'si kız olan ve kültürel açıdan farklı 332 ergen üzerinde yapılan çalışmada yılmazlıkla; yaş, cinsiyet ve etnik kökenin çeteye bağlı olma, alkol ve madde kullanımı ile ilişkili olmadığını; cinsiyet ve cinsel ilişkiye girme arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve ergen erkeklerin ergen kızlara göre cinsel ilişkide bulunma olasılığının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Luthar'ın (1991) yaptığı araştırmada, boşanmış ebeveyne sahip olma, okulda düşük not alma, işini kaybetme gibi olumsuz yaşam olaylarına sahip olan ergenlerin yılmazlık özellikleri incelenmiştir. Yaşları 14 - 17 arasında değişen 144 ergen üzerinde yapılan çalışmada ergenlerin zeka, içsel denetim odağı, sosyal beceri, ego gelişimi ve olumsuz yaşam olaylarının yılmazlıkla pozitif yönde anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu bulunmuştur.

Fine ve Schwebel'in (1991) yaptıkları araştırmada, Amerika' da ki ailelerin tek anne veya babayla yaşayan çocukların hangi özelliklerinin yılmazlıklarını geliştirmekte etkili olduğunu incelemişlerdir. Bu özelliklerin çocukların uyum düzeylerine olumlu etkileri olduğunu belirlemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre, siyah ve tek anne veya babayla yaşayan çocukların, anne babası beraber olanlara göre daha yüksek düzeyde baş etme becerilerine sahip oldukları; siyah ve boşanmış anne veya babayla yaşayan çocukların atılganlık düzeyleri daha yüksek olduğu ve bu özelliklerin çocukların yılmazlıklarını geliştirdiği bulunmuştur.

Amato ve Keith' in (1991) yaptığı araştırmada, ebeveynleri boşanmış ve ebeveynleri ile yaşayan çocuklar arasındaki farklılıkları incelemişlerdir. 13.000 öğrenciyi içeren 92 araştırmanın boylamsal incelenmesi sonucunda, ebeveynleri boşanmış çocukların ailesiyle yaşayan çocuklara göre daha fazla probleme sahip oldukları, okulda davranışsal ve gelişimsel problemler yaşadıkları, ebeveynleri ve akranları ile çatışma halinde oldukları ve kendilerine yönelik düşüncelerinin olumsuz olduğu bulunmuştur.

Stresle Başa Çıkma

Stres, özellikle bedensel ve ruhsal sağlığı korumaya yönelik alanlarda sıklıkla ele alınan kavramlardan biridir. Stres kavramının kökeni incelendiğinde, Fransızca “Estrece” ve Latince “Estrictio” kelimelerinden türediği görülmektedir. kavrama tarihsel süreçte farklı anlamlar yüklenmiştir (Baltaş ve Baltaş, 1993). Kavram, 17. yüzyılda “felaket, bela, dert, keder, elem” anlamlarında kullanılmıştır. 18. ve 19. yüzyıllarda kavramın anlamı değişmiştir. Bu dönemde kavram, “kişiye, ruhsal yapıya, organlara ya da objelere karşı yöneltilebilen güç, baskı ve zorlama” anlamlarında kullanılmıştır (Şahin, 1998).

Stresin yarattığı olumsuz etkileri karşılama kişinin başa çıkma becerisi ile gerçekleşir. Başa çıkma kelimesinin kökeni, eski Yunanca’da yer alan “kolahos” kelimesidir. Kelimenin anlamları, “karşılama, karşı karşıya gelmek veya çarpma” şeklindedir. Literatür taramasına dayalı yapılan bir çalışmada, başa çıkma kavramının, kaynakların başarılı bir şekilde kullanımı, aktif olarak davranışta bulunma ve çözümlerle taleplerin azaltılması gibi özellikleri içerdiği sonucuna varılmıştır (Marsella ve Jash-Scheuer,1998).

Ergenlikteki fiziksel, psikolojik ve toplumsal değişimlerin çoğu ergenler için önemli stres faktörleridir. Ergenliğin ilk yıllarında ergenler, duygusal, fizyolojik ve psikolojik açıdan pek çok stresörlerle karşı karşıyadırlar; fakat henüz yeterli başa çıkma becerilerine sahip değildirler. Ergenliğin ilerleyen yıllarında, artan deneyimleri aracılığı ile bu becerilerini geliştirirler. Tüm bu süreçte aile ve yetişkinlerin etkisi önem kazanır. Bireyler, okul öncesi dönemde ve ilkökul döneminde yetişkinleri model alarak problem çözme becerilerini geliştirirken; duygu odaklı başa çıkmayı, duygulara ilişkin farkındalığın gelişimi ve duyguları yönetme becerisinin artması ile birlikte çocukluğun son dönemlerinde ve ergenliğin ilk dönemlerinde geliştirirler (Compas, 1998).

Stresin temelinde insan algılamasının ve deneyimlerinin değerlendirmesinin yattığı ve insanın deneyimlerine anlam veriş, değerlendiriş ve yönlendirişinin stresi azaltma ya da çoğaltmada temel etken olduğu söylenebilir (Cüceloğlu, 1996). Bu bağlamda bireyin koruyucu sağlık davranışı kazanmasında stresle başa çıkma önemli bir faktördür.

Cohen ve Lazarus (1979) bireylerin çok çeşitli alanlarda karşılaştıkları streslerle genel olarak nasıl başa çıktıklarını belirlemek üzere yaptıkları gözlemsel çalışmalarda dört tip başa çıkma stratejisi belirlemişlerdir. Bunlar; gerekli bilgiyi arama, problemle ilgili olarak bir şeyler yapma, eylemin önlenmesi, inkar, kaçınma gibi savunucu süreçlerin seçilmesidir.

Geçtan' a (1999) göre ise stresle başa çıkmada kullanılan stratejilerden bazıları stres kaynağını ya da strese neden olan çevreyi değiştirmeye ya da ortadan kaldırmaya çalışan problem merkezli stratejilerdir. Bunlar daha çok savaş ya da kaç tepkisini harekete geçirmeye çalışırlar. Diğer bazı stratejiler de stresin neden olduğu olumsuz sonuçları düzenleme ya da kişi üzerindeki önemliliğini değiştirme girişiminin içinde bulunduğu duygu merkezli stratejilerdir. Bu stratejiler, kişinin savunma mekanizmalarını kullanmasını sağlar. Kişi kendini yetersiz bulduğu durumlarda ortaya çıkmaya başlayan kaygı duygusundan kurtulabilmek için savunmaya yönelik tepkiler geliştirir. Savunmaya yönelik tepkiler zorlanma karşısında uyum sağlamaktan çok içinde bulunan güç durumun yaratabileceği kaygıyı ve psikolojik dağılmayı engelleyici bir amaç taşır. Bu tepkiler iki grupta toplanabilir:

1. Ağlama ya da kaygı yaratan konuyu yineleyerek anlatma biçiminde ortaya çıkan onarım mekanizması.
2. İnsanın iç dünyasında var olan ama kendisine uygun gelmeyen duygularıyla yüzleşmemek ve bu nedenle kaygı yaşamamak için kullandığı ego savunma mekanizmasıdır.

Yaşam içerisinde stres durumlarına yetişkinler gibi ergenlerde, kişiden kişiye değişen şekilde tepkiler vermektedir. Stresin psikolojik sağlığımız üzerinde olumsuz etkisi olduğunu düşünsek bile yılmaz ergenlerin bu etkiyi indirgediği ve bu durumlarla etkili bir şekilde başa çıkabildiği söylenebilir.

Stresle Başa Çıkma ve Yılmazlık

Stresle başa çıkma stratejilerine sahip olmak ve bunları yaşam içerisinde kullanmak yılmazlığın gelişimi açısından son derece önemlidir; çünkü başa çıkma stratejileri, stresli durumlara karşı bireyin verdiği davranışsal ve bilişsel cevaplar olup beraberinde yılmaz olmayı da getirmektedir (Kenny, 2000; Richardson, 2002; Dolbier ve Steinhardt, 2008). Yılmazlık, olumsuz yaşam olayları karşısında stresle başa çıkmada kullanılan duygusal ve bilişsel dayanıklılık yetisini ölçmeye yarayan bir kavram olarak kabul edilmiştir (Connor, 2006).

Gençlerin stresli yaşam olaylarına karşı verdikleri tepkileri aynı şekilde olmamaktadır. Bazı ergenlerde aynı stres kaynaklarının psikososyal ya da fiziksel bir rahatsızlıkla bağlantılı olmadığı görülmektedir. Bazı ergenler, ağır olumsuz olaylar karşısında inanılmaz bir yılmazlık göstermektedir (Compas, 2004; Masten, 2001).

Gelişimsel bakış açısına göre de yılmazlık, özellikle başa çıkma ve uyum gibi yapılarla ilişkilidir. Başa çıkma bireyin yeni ya da farklı taleplerle uğraşırken sergilediği bilişsel ve davranışsal çabalar olarak görülmekte, uyum ise bireyin çevresel güçlüklerle karşı uyum sağlama sürecini temsil etmektedir (Maluccio, 2002).

Dumant ve Provast (1999)'ın yaptıkları araştırmada yılmaz ergenlerin diğerlerine göre problem odaklı başa çıkma stratejilerini daha sık kullandıkları bulunmuştur. Ergenlerde yapılan diğer çalışmalarda stresle başa çıkmada en sık kullanılan stratejilerin kaçınma ve yeniden çerçeveleme stratejileri olduğunu ortaya koymuştur. Başka bir araştırmada boşanma olaylarında kısa süre içerisinde kaçınma stratejisi başlangıçta yardımcı olurken yılmaz insanlarda uzun vade de yeniden çerçeveleme stratejisi daha etkili bir yardımcı olduğu bulunmuştur (Harnish, Aseltine ve Gore, 2000).

Terzi (2008), üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre kendini toparlama gücü düzeylerinin farklı olup olmadığını ortaya koymak, içsel koruyucu faktörlerin (iyimserlik, özyeterlik, problem çözme odaklı başa çıkma stratejisi) kendini toparlama gücünü ne ölçüde yordayabildiklerini belirlemek amacıyla yaptığı araştırmaya üniversitesinde öğrenim gören

264 öğrenci katılmıştır. Araştırma sonucunda, öğrencilerin kendini toparlama gücü puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği, toplam grup ile kız ve erkeklerde kendini toparlama gücü puanları ile iyimserlik, özyeterlik ve problem çözme başa çıkma stratejisi puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Ayrıca regresyon analizi sonuçları, toplam grup ile kız ve erkeklerde iyimserlik, özyeterlik ve problem çözme odaklı başa çıkma stratejisi değişkenlerinin kendini toparlama gücü üzerinde anlamlı birer yordayıcı olduklarını göstermektedir. Terzi (2005), öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik sağlamlılık modeli araştırması sonucunda psikolojik sağlamlığın bilişsel değerlendirme ve başa çıkma aracılığı ile iyi olma üzerinde etkisinin olduğu bulmuştur.

Yalım'ın (2007) yaptığı araştırmada başa çıkma yolları, yılmazlık, iyimserlik ve cinsiyet ile üniversitenin ilk yılında bulunan öğrencilerin uyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda yordayıcı değişkenlerin (baş etme yolları, yılmazlık ve iyimserlik, üniversiteye uyumu anlamlı bir şekilde yordadığını göstermiştir. Yılmazlık, iyimserlik, kaderci ve suçu kendinde bulan başa çıkma strateji puanları yüksek öğrencilerin uyum puanlarının yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmada ayrıca üniversiteye uyumda kızlarda psikolojik sağlamlık, iyimserlik ve sosyal yardım arama ve çaresizlik/kendini suçlayıcı başa çıkmanın; erkeklerde ise psikolojik sağlamlık, problem çözme becerileri, sosyal yardım arama, kaderci/kendini suçlayıcı başa çıkma yollarının yordayıcı değişkenler olduğunu göstermiştir.

Benlik Saygısı

Benlik saygısı, psikoloji literatüründe sık olarak kullanılan, araştırılan ve psikolojinin alt alanları ile pek çok psikolojik ekolde önemle üzerinde durulan kavramlardandır. Benlik saygısı terimi ilk kez William James tarafından *The Principles of Psychology* (1952/1891) adlı eserinde kullanılmıştır (Kaya ve Saçkes, 2004; Bacanlı, 2004). Benlik saygısı kavramını James, kişinin kendisiyle barışık olma derecesi ve elde ettiği başarılarının isteklerine oranı ile belirlendiğini ileri sürer. Buna göre, ancak istekleri ve amaçları gerçekçi bir kişi, kendini değerli göreceğinden dolayı mutlu olacaktır (Bruno, 1996).

Literatürde benlik saygısı kavramı birçok kuram içerisinde tanımlanmıştır. Klasik psikoanalitik kuramda benlik saygısı, libido teorisi ve özsevi (narsisizm) yönünden açıklanmaktadır. Yeni doğan bebeğin tüm libidonal yatırımları, kendisinin iyi olduğunu hissettiği denge durumunu korumaya yönelmiştir. Bu narsisizmin iyi bütünleştirilmesi (tamamlanması) , çocuktaki “iyi olma” duygusunun, benlik saygısı olarak gelişiminde gerekli faktördür. Elbette ki narsistik ego libidosunun bir kısmı, daha sonra nesne (obje) libidosuna dönüşmektedir. Ancak libidonun bir kısmı yine narsistik libido olarak korunmaktadır (Meissner, 1985).

Rosenberg (1965)’e göre ergenlik döneminde genç, kendinin nasıl biri olduğu, neye benzediği, kendisi hakkında neler hissettiği sorularıyla yoğun bir biçimde meşgul olmaktadır. Bunlara yanıt ararken de benlik algılarını kullanır. İçsel faktörlerin yanı sıra çevresel faktörlerin de etkisiyle gelişen benlik imgeleri ergenin kendi kendisine yaklaşım biçimlerinin belirlenmesinde rol oynar. Bu yaklaşım biçiminin yönü, yani kendini değerli ya da değersiz görmesi, benlik saygısını belirler. Benlik saygısı ergenin ilerideki yaşamında düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını belirleyen öznel yaşamının, bir başka deyişle kimliğinin çekirdeğini oluşturur. Rosenberg (1965) bu anlamda bütüncül bir benlik saygısı görüşüne sahiptir. Yani benlik saygısı tek boyutlu olmaktan çok bileşenlere sahiptir; bunlar sosyal yeterlilik, kişisel değer, görünüş hissidir. Kişinin kendisini değerlendirirken olumlu bir tutum takınmasının, yüksek benlik saygısına sahip olmasını da beraberinde getireceğini vurgulamaktadır (Akt: Erim, 2001).

Yörükoğlu’na (1990) göre benlik kavramının ve de benlik imgesinin beğenilip benimsenmesi benlik saygısını oluşturur. Yörükoğlu (1990), ergenlik çağının benlik kavramının öne geçtiği bir çağ olarak görür. Ergenlik çağını, çocukluktan erişkinliğe bir geçiş dönemi olarak tanımlar. Genç, çocukluğunda dışa dönük olan antenlerini kendi içine çevirmeye başlar. Duygularını ve bedenini inceler, nasıl bir kişi olduğu ve ne olmak istediği konusunda kafa yormaya başlar. Bu dönemde benlik kavramı sürekli iniş, çıkış ve dalgalanma gösterir. Çünkü, genç kendisine yakışacak bir kimlik aramaktadır.

Yavuzer (1993) benlik saygısı yüksek olan bireylerin kişilerarası ilişkilerde daha toleranslı olduklarını, daha bağımsız davranabildiklerini, fiziksel sağlıklarının daha iyi olduğunu, grup etkileşimlerinin daha fazla olduğunu, yaşamı daha anlamlı bulduklarını, daha

iyi öğrenci olduklarını, daha az kaygılı ve depresif olduklarını, iş yaşamında bağımsızlığa değer veren, yarışmaya açık ve başarılı olmayı istediklerini ifade etmektedir. Benlik saygısının yüksek olabilmesi için, çocuğun içinde bulunduğu ailenin, özgüvenli, aralarında ve çocukla iyi iletişim kuran, çocuklarına karşı güven verici, hoşgörülü ve esnek bir yaklaşım içinde olan bireylerden oluşmalıdır.

Benlik kavramı ergenlikte ve ilk yetişkinlikte yaşam boyu süren bir süreç içinde gelişimini sürdürür. Ergenlik dönemi, benlik kavramının ön planda olduğu bir dönem olarak görülür. Ayrıca ergenlik, kişinin yaşam sürecini etkileyecek anahtar kararların verildiği bir dönemdir. Bağımlılık - bağımsızlık çelişmesi, kabullenme - reddetme çatışmaları, kimlik krizi, güvenlik arayışı, ergenin topluma uyması için zorlanması ve beğenilmeye duyulan ihtiyaçların hepsi bu dönemin karakteristikleridir. Birçok ergen başarılı olmaya zorlanmış durumdadır ve sıklıkla bu dışsal beklentiler karşısında şiddetli stres yaşamaktadırlar (Yörükoğlu, 1990; Corey 1990).

Rosenberg' e (1965) göre ergenlik döneminde genç, kendinin nasıl biri olduğu, neye benzediği, kendisi hakkında neler hissettiği sorularıyla yoğun bir biçimde meşgul olmaktadır. Bunlara yanıt ararken de benlik algılarını kullanır. İçsel faktörlerin yanı sıra çevresel faktörlerin de etkisiyle gelişen benlik imgeleri ergenin kendi kendisine yaklaşım biçimlerinin belirlenmesinde rol oynar. Bu yaklaşım biçiminin yönü, bir başka ifade ile kendini değerli ya da değersiz görmesi, benlik saygısını belirler. Benlik saygısı ergenin ilerideki yaşamında düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını belirleyen öznel yaşamının, bir başka deyişle kimliğinin çekirdeğini oluşturur. Bu anlamda bütüncül bir benlik saygısı görüşüne sahiptir. Bu anlamda benlik saygısı tek boyutlu olmaktan çok bileşenlere sahiptir; bunlar sosyal yeterlilik, kişisel değer, görünüş hissidir.

Yavuzer'e (1993) göre ise bireyin doğumundan itibaren anne babası, kardeşi ve arkadaşlarından edindiği bilgilere dayanarak oluşturduğu benlik kavramının beğenilip benimsenmesi benlik saygısını beraberinde getirmektedir. Benlik saygısının yüksek olabilmesi için bireyin içinde bulunduğu ailenin özgüvenli, çocuklarına karşı güven verici, hoşgörülü ve esnek bir yaklaşım içinde bulunan bireylerden oluşması gerekir. Buradan hareketle ailenin olumlu tutumlarının benlik saygısı üzerindeki olumlu etkisi boşanma

sürecinde ya da sonrasında aile dinamiğindeki olumsuz değişimlerden dolayı ergenin benlik saygısına olumsuz yönde etki edebilir.

Benlik Saygı ve Yılmazlık

Literatür incelendiğinde, araştırmalarda benlik saygısının yılmazlıkla ilişkili bulunan içsel bir faktör olduğu görülmektedir. (Werner ve Smith, 1992; Masten, 1994; Fergusson ve Lynskey, 1996; Kumpfer, 1999; Luthar, 1999; Mandleco ve Peery, 2000). Kumpfer (1999), yaptığı araştırmada, yüksek oranda benlik saygısı, yılmaz ergenlerdeki yeteneklerle ve artan güçlerle ilişkili bulunmuştur. Gizir (2007), Yaptığı araştırmada koruyucu faktörleri; bireysel ailesel ve çevresel faktörler olarak sınıflandırmış ve yüksek benlik saygısı ile yılmazlığı bireysel koruyucu faktörlerden biri olarak göstermiştir.

Salami' nin (2002) yaptığı araştırmada, yaşları 12 – 19 arasında değişen; 150' si erkek, 130' u kız 280 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada yüksek düzeyde zorbalığa maruz kalan ergenlerin post travmatik stres bozukluğu yüksek çıkmış ve bununla beraber yılmazlık, benlik saygısı ve sosyal desteğin post travmatik stres bozukluğu ile arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Kararımak'ın (2007) yaptığı araştırmada, depremzedelerde yılmazlığı açıklayan olumlu duygusal ve bilişsel faktörler arasındaki ilişkiler incelenerek yılmazlığı açıklayan bir yapısal eşitlik modeli sınanmıştır. Araştırmada olumlu bilişsel ve duygusal kişisel faktörlerin (benlik-saygısı, mizaca bağlı umut, iyimserlik, yaşam doyumu, olumlu duygular) psikolojik sağlamlıkla ilişkisi ortaya konması hedefleyen depremzedeler arasında psikolojik sağlamlığı açıklayan mizaca bağlı bilişsel ve duygusal yolları açıklayan bir yapısal eşitlik modeli önerilmiştir. Modeldeki olumlu kişisel faktörlerin hepsi dolaylı ya da direk olarak yılmazlıkla ilişkili bulunmuş olup benlik saygısı, umut ve iyimserliğin yılmazlık üzerinde olumlu duyguların ve yaşam doyumunun üzerinden dolaylı etkisi olduğu bulunmuştur.

Psikolojik Belirtiler

Ergenler, içinde bulundukları psiko- sosyal gelişim döneminde birçok değişim ve duygusal çalkantı yaşamakta, depresyon ve kaygı belirtileri başta olmak üzere bazı olumsuz duygu durumlarından yakınmaktadırlar (Larson ve Asmussen, 1991). Bazı ergenler bu çalkantılı dönemi kolay atlattırken, bazıları ileriki yaşamlarını da etkileyebilecek ağır psikolojik sorunlar geliştirebilmektedir (Abela, Vanderbilt ve Rochon, 2004).

Çocuklukla erişkinlik arasında yer alan ergenlik dönemi, psikolojik değişikliklerin belirdiği, hızlı bir büyüme ve olgunlaşma çağıdır. Yaşam döngüsünde bir geçiş süreci olan bu dönemde, ergen risk ve negatif etkilenmelere büyük ölçüde açıktır. Bu değişimlere uyum gösteremeyen ergenlerde depresyon, anksiyete bozuklukları, intihar girişimleri, somatik bozukluklar gibi psikolojik belirtiler görülebilmektedir. Bu psikolojik belirtilerden biri olan ergenlik dönemi depresyonlarında, daha çok anksiyeteli, mutsuz duygudurum, karamsar düşünceler, kendini suçlama, konsantrasyon ve ilgi azlığı, özbakımda azalma, ajitasyon, iştah ve kilo kaybı, uykusuzluk, bedensel yakınmalar, intihar düşüncesi ve intihar girişimi gibi semptomlar görülmektedir (Güney, 1998).

Psikolojik Belirtiler ve Yılmazlık

Ebeveynleri boşanmış ergenlerin, ebeveynleri boşanmamış olanlara göre depresyon düzeylerinin ve intihar eğilimlerinin (Garnefski ve Diekstra, 1997), durumluk ve sürekli kaygılarının (Öngider, 2011) daha yüksek olduğu araştırma sonuçları dikkate alındığında, ergenlerin hem içinde bulundukları gelişim dönemi hem de boşanmanın yarattığı olumsuz etki sonucunda birçok psikolojik belirtinin ortaya çıkabileceği söylenebilir. Tam bu noktada yılmazlık düzeyi yüksek olan ergenlerin yılmazlıkları, bu olumsuzlukların yarattığı psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasını önleyebilir; çünkü araştırmaların sonuçlarında da görülebileceği üzere yılmaz bireylerin yılmazlıkları travma ve zorulukların yarattığı psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasında onları korumaktadır.

Phillippe, Lecours ve Beaulieu-Pelletier' in (2011) ego-yılmazlığın çocukluk travması ve psikolojik belirtiler arasındaki aracı değişken rolünü inceledikleri çalışma da; ego-

yılmazlığın çocukluk travması ve psikolojik belirtilerin üç tipinde (anksiyete, depresyon ve kendine zarar verme) aracılık etkisini gösterdiği ortaya çıkmıştır. Dumant ve Provast' ın (1999) ergenlerin bazı içsel koruyucu (benlik saygısı, başa çıkma) ve dışsal koruyucu özelliklerinin (sosyal destek, sosyal etkinlikler) stres ve depresyon yaşantılarının üzerindeki koruyucu etkilerini inceledikleri çalışmada, yılmaz ergenlerin günlük stres düzeyleri yüksek; depresyon belirtileri ise düşük bulunmuştur.

Araştırmalar dikkate alındığında yılmazlığın; çocuklarda ve ergenlerde psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasında önleyici ve koruyucu bir öneme sahip olduğu söylenilebilir. Çocuk ve ergenler için yaşam risk faktörlerinden olan ebeveyn boşanma durumu karşısında ergenlerin yılmazlık becerileri psikolojik sağlıklarını korumada önemli bir rol üstlenmekte olacağı düşünülebilir. Yılmazlıkla ve diğer değişkenlerin yılmazlıkla ilişkisine bakıldığında yılmazlığın risk faktörleriyle baş ederek boşanmaya uyum yeteneğinin önemli bir faktörü olduğu söylenebilir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Aşağıda sırasıyla, araştırmanın modeline, araştırma grubuna, araştırmada kullanılacak veri toplama araçlarına, verilerin toplanmasında izlenecek işlem yoluna ve elde edilecek verilerin istatistiksel analizine yönelik bilgiler sunulmuştur.

Araştırma Modeli

Bu araştırma, ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları ile benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla düzenlenmiş betimsel ve nedensel karşılaştırmalı bir çalışmadır. Nedensel karşılaştırmalı modele göre (Fraenkel ve Norman, 2006) var olan bir durum içinde araştırmanın müdahalesi olmadan değişkenler arasındaki ilişkiler neden-sonuç etki bağlamında incelenmektedir. Araştırmada öncelikle ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları belirlenmiş, ardından benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler değişkenleriyle aralarındaki ilişkiler test edilmiştir. Sonraki aşamada ise ebeveynleri boşanmış ergenlerin benlik saygısı ve stresle başa çıkmanın yılmazlık aracılığıyla psikolojik belirtileri ne düzeyde açıkladığı yapısal eşitlik modeli çerçevesinde test edilmiştir. Modelde benlik saygısı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve dış yardım arama yönelik başa çıkma tarzı exogen (bağımsız) değişkenler, yılmazlık ve psikolojik belirtiler ise endogen (bağımlı) değişken olarak tanımlanmıştır.

Örneklem

Araştırmaya ebeveynleri boşanmış olan yaşları 14–18 arasında değişen 307 (kadın=169 , erkek= 138) lise öğrencisi katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrenciler, Ankara, İstanbul, Konya, Zonguldak, Çanakkale illerindeki liselerden uygun örneklem yöntemi ile seçilmiştir. Araştırma grubuyla ilgili tanımlayıcı istatistik analizi sonuçları Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2

Araştırmaya Katılan Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Çeşitli Değişkenlere Göre Dağılımı

<i>Değişkenler</i>	<i>Kategoriler</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Cinsiyet	1.Kadın	169	55
	2.Erkek	138	45
Yaş	1. 14 yaş	27	8.8
	2. 15 yaş	78	25.4
	3. 16 yaş	66	21.5
	4. 17 yaş	88	27.8
	5. 18 yaş	38	12.3
SED	1.Çok düşük	13	4.2
	2.Düşük	35	11.4
	3.Orta	184	59.9
	4.Ortaüst	66	21.5
	5.Yüksek	8	2.6
	6.Çok yüksek	1	.3

Tablo 2’de görüldüğü gibi araştırma grubu, demografik olarak ülkemizde farklı bölgelerinde bulunan liselerde öğrenim gören 169 kadın, 138 erkek olmak üzere toplam 307 öğrenciden oluşmaktadır.

Tablo 3

Araştırmaya Katılan Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Risk Faktörlerine Göre Dağılımı

<i>Değişkenler</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
1. Erken doğmuş olma	26	8.5
2. Kronik bir hastalığa sahip olma	25	8.1
3. Özel eğitime muhtaç olma	8	2.6

4. Akademik başarısızlık yaşama	46	15
5. Şiddete maruz kalma	22	7.2
6. Cinsel istismara maruz kalma	7	2.3
7. Alkol,uyuşturucu vb. madde kullanma	31	10.1
8. Erken yaşta çocuk sahibi olma	9	2.9
9. Evlatlık olarak bir ailenin yanında yetişme	4	1.3
10. Göç yaşama	42	13.7
11. Anne ve/veya babanın fiziksel ya da ruhsal bir hastalığa sahip olması	36	11.7
12. Erken yaşta anne ve babanın boşanması	265	86.3
13. Üvey anne/baba ile yaşama	74	24.1
14. Oturulan yerleşim yerinin sorunları (şiddetin, terörün, farklı tehlikelerin olması gibi)	19	6.2
15. Erken yaşta anne ve babayı kaybetmiş olma	14	4.6
16. Anne ve/veya babanın aşırı otoriter tutumu	60	19.5
17. Anne ve/veya babanın suç işlemesi	19	6.2
18. Anne ve/veya babanın alkol,uyuşturucu vb. madde kullanması	58	18.9
19. Toplum tarafından dışlanan bir aileye sahip olma	21	6.8
20. Düşük maddi gelire sahip olma	85	27.7
21. Özel eğitime muhtaç anne / baba / kardeşe sahip olma	15	4.9
22. Alkol,uyuşturucu vb. madde kullanan arkadaş çevresine sahip olma	69	22.5
23. Okul dönemi içinde para kazanma amaçlı çalışmak zorunda kalma	33	10.7
24. Doğal afetlere maruz kalma	19	6.2
25. Arkadaşlar tarafından reddedilme	33	10.7
26. Tek ebeveynle yaşama (erken yaşta anne ya da babayı kaybetmiş olma)	54	17.6

Tablo 3' de araştırmaya katılan ergenlerin risk faktörlerine göre dağılımı incelendiğinde sırasıyla erken yaşta anne ve babanın boşanması %86.53, düşük maddi gelire sahip olma %27.7, üvey anne/baba ile yaşama %24.1, alkol, uyuşturucu vb. madde kullanan arkadaş çevresine sahip olma %22.5, anne ve/veya babanın aşırı otoriter tutumu %19.5, anne ve/veya babanın alkol, uyuşturucu vb. madde kullanması %18.9 ile en yüksek oranlara sahip faktörler olarak bulunmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, ebeveynleri boşanmış ergen öğrencilerinin yılmazlık özelliklerini ölçmek amacıyla, Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği, benlik saygısını ölçmek amacıyla Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri, stresle başa çıkma tarzlarını ölçmek amacıyla Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri, ruhsal belirtilerini ölçmek amacıyla Kısa Semptom Envanteri ve katılımcıların demografik özellikleri hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Söz konusu ölçme araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda ele alınmıştır.

Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği (CYDÖ)

Öğrencilerin yılmazlık düzeyini belirlemek amacıyla Ungar ve Liebenberg (2009) tarafından geliştirilen Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği kullanılmıştır. Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeğinin uyarlama süreci dört aşamada gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada, ilk olarak ölçeğin orijinal formunun psikolojik danışma ve rehberlik alanından beş uzman tarafından Türkçe'ye çevirisi yapılmıştır. İkinci aşamada, psikoloji ve İngilizce alanında uzman kişiler tarafından tekrar İngilizceye çeviri işlemi yapılmıştır. Üçüncü aşamada orjinalden çeviri ve geri çevirisi yapılan formlar karşılaştırılıp, maddelerin özgün ve çeviri halleri birlikte ele alınmış ve maddelerde geçen sözcüklerin-kavramların her iki kültürde de aynı anlamda kullanılıp kullanılmadığı ve cevaplama için gerekli olan deneyim bakımından incelenmiştir. Son aşamada ise, çeviri işlemlerinden sonra maddelere son hali verilerek ölçek uygulamaya hazır hale getirilmiştir (Aydoğan, Terzi, Eşici ve Tomar, 2012).

Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeğinin Güvenirliği

Ölçeğin güvenirliliği için iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) hesaplanmıştır. Ölçeğin çocuk-ergen grubu üzerindeki güvenilirlik katsayısı tüm ölçek için .92, bireysel alt boyutu için .86, bakım alt boyutu için .82, bağlam alt boyutu için .75 olarak bulunmuştur (Aydoğan, Terzi, Eşici ve Tomar, 2012). Bu araştırma kapsamında elde edilen veriler kullanılarak çocuk ve gençlik yılmazlık ölçeği'nin güvenirliliği kontrol edilmiş ve Cronbach

Alpha güvenilirlik katsayısı .91 bulunmuştur. Bu ölçeğin çocuk ve gençlerin yılmazlık düzeylerini ölçmek amacıyla güvenle kullanılabileceği kanısına varılmıştır.

Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeğinin Puanlanması

Yılmazlık ölçeğinin üç alt boyut ve 28 maddeden oluşan 5’li likert tipi bir ölçektir. Her bir alt boyuta ilişkin bir puan elde edilmekte aynı zamanda ölçeğin toplamından da bir puan elde edilmektedir. Ölçekte, tersten puanlanan bir madde yoktur. Alt boyutlar ve alt boyutlara ait maddeler: *Bireysel* (1, 2, 4, 8, 11, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 21, 25), *Bakım* (5, 6, 7, 12, 17, 20, 24, 26), *Bağlam* (3, 9, 10, 22, 23, 27, 28).

Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri

Coopermith Benlik Saygısı Envanteri 1967 yılında Coopersmith tarafından geliştirilmiştir. Benlik saygısı ile dört faktörü kapsayan 25 maddeden oluşan bir kâğıt kalem testidir. Bunlar kendini küçümseme, liderlik-popülerlik, anne baba- aile, atılganlık kaygı faktörleridir

Coopersmith Benlik Saygısı Envanterinin Geçerliliği

Ölçeğin geçerlilik çalışmasında Cronbach alfa katsayısı .86, benzer ölçek geçerliliği ise .60 olarak bulunmuştur. Coopersmith aracın test-tekrar test güvenilirlik kat sayısını beş hafta arayla uygulanması sonucunda .88, üç yıl arayla uygulanması sonucunda ise .70 bulmuştur (Pişkin, 1996).

Coopersmith Benlik Saygısı Envanterinin Güvenirliği

Pişkin (1997) lise öğrencileri ile hem Kuder-Richardson-20 formülünü hem de testi yarılama tekniğini kullanarak envanterin uzun ve kısa formu üzerinde güvenilirlik çalışması yapmıştır. Sonuçta, envanterin güvenilirlik katsayılarını kabul edilebilir düzeyde yüksek bulmuştur. Araştırmacı, envanterin kısa formunun KR-20 sonucunda elde edilen güvenilirlik katsayısını .76, iç tutarlık güvenilirlik katsayısını da . 81 olarak bulmuştur. Coopersmith testin

tekrar Kuder-Richardson güvenilirlik katsayısını kızlar için .91, erkekler için .80 olarak bulmuştur. Bu araştırma kapsamında elde edilen veriler kullanılarak coopersmith benlik saygısı envanterinin güvenilirliği kontrol edilmiş ve Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .81 bulunmuştur. Bu ölçeğin ergenlerin benlik saygısı düzeylerini ölçmek amacıyla güvenle kullanılabileceği kanısına varılmıştır.

Coopersmith Benlik Saygısı Envanterinin Puanlanması

Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri, “benim gibi” ya da “benim gibi değil” biçiminde işaretlenebilen 25 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerde kişinin hayata bakış açısı, aile ilişkileri, sosyal ilişkileri ve dayanma gücü ile ilgili ifadeler bulunmaktadır. Cevap anahtarındaki olumlu şıklar 4 ile çarpılır puanlama buna göre değerlendirilir. Alınan puanlar 0 ile 100 arasında değişmektedir. Ölçekte benlik saygısı düzeyinin düşük veya yüksekliğini gösteren kesin bir sınır yoktur. Bu yüzden benlik saygısının ortalamadan düşük ve yüksek olmasına göre değerlendirme yapılır. Alınan puanın ortalamanın altında olması benlik saygısının düşüklüğüne, ortalamanın üzerinde olması benlik saygısının yüksekliğine işaret eder Alınan puanlar 0 ile 100 arasında değişmektedir (Turan ve Tufan, 1987).

Stresle Basa Çıkma Tutumları Envanteri (SBTE)

Orijinali Özbay (1993) tarafından Amerika Birleşik Devletleri'nde üniversitede öğrenim gören yabancı uyruklu öğrencilere yönelik geliştirilmiş olan stresle başa çıkma yolları ölçeğinin Türk kültürüne uyarlaması Özbay ve Şahin (1997) tarafından yapılmıştır. SBTE farklı stres durumlarındaki bireylerin basa çıkma çabalarını ölçmeye yönelik olarak geliştirilen envanter 43 maddeden oluşan 5’li likert tipi bir ölçektir. Ölçek aktif planlama 10 madde, dış yardım arama 9 madde, dine sığınma 6 madde, kaçma-soyutlama (duygusal-eylemsel) 7 madde, kaçma soyutlama (biyo-kimyasal) 4 madde ve kabul-bilişsel yeniden yapılanma 7 maddeden oluşan alt ölçekleri içermektedir.

Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanterinin Geçerliliği

Envanterin yapı geçerliliği için faktör analizi yapılmıştır. Toplam varyansın %50.2'sini açıklayan altı faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Şahin ve Durak (1995) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ölçüt olarak alınmıştır.

Stresle Basa Çıkma Tutumları Envanteri Güvenirliği

Envanterin güvenirlik çalışmaları Cronbach Alfa iç tutarlılık yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Genel güvenirlik katsayısı .81 olarak hesaplanırken, alt boyutlardan aktif planlama (AKPLAN) için .75, Dış Yardım (DISYAR) için .81, Dine Sığınma (DIN SIG) için .89, Kaçma Soyutlanma-Duygusal (KAÇMA/A) için .62, Kaçma Soyutlanma-Kimyasal (KAÇMA/B) için .56 ve Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma (KAB/BYY) için ise .56 olarak bulunmuştur (Özbay ve Şahin, 1997). Ölçeğin bu araştırmada yapılan güvenirlik çalışmalarında ise Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri'nin genel güvenirlik katsayısı .90 bulunmuştur. Ölçeğin alt ölçeklerine ait madde toplam korelasyonları ise aktif planlama alt ölçeği için .79; dış yardım arama alt ölçeği için .80; dine sığınma alt ölçeği için .86; kaçma-soyutlama alt ölçeği için .68; kaçma-soyutlanma alt ölçeği için .70 kabul bilişsel yeniden yapılanma alt ölçeği için ise .67 bulunmuştur. Bu ölçeğin ergenlerin stresle başa çıkma tarzları düzeylerini ölçmek amacıyla güvenle kullanılabileceği kanısına varılmıştır.

Stresle Basa Çıkma Tutumları Envanteri Puanlanması

Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri 43 maddeden oluşmaktadır. Maddeler 6 ayrı ölçeği oluşturacak şekilde birleştirilip alt ölçekler olarak düzenlenmiştir. Bu alt ölçeklerden ilki aktif planlama 10 maddeyi; ikincisi dış yardım arama 9 maddeyi; üçüncüsü dine sığınma 6 maddeyi; dördüncüsü kaçma-soyutlama (duygusal- eylemsel) 7 maddeyi; beşincisi kaçma-soyutlama (biyokimyasal) 4 maddeyi; altıncısı kabul-bilişsel yeniden yapılanma ise 7 maddeyi içermektedir. Envanterin 6 alt boyutu sırasıyla, dine sığınma (12, 13, 17, 20, 21, 31), dış yardım arama (1, 8, 9, 10, 11,14, 29, 33, 38), aktif planlama (2, 3, 5, 7, 16, 19, 25, 32, 35, 37), kaçma-soyutlama (6, 22, 34, 36, 40, 41, 42), Kaçma-soyutlama (18, 23, 24, 28), kabul-bilişsel yeniden yapılanmadır (4, 15, 26, 27, 30, 39, 43).

Kısa Semptom Envanteri

Kısa Semptom Envanteri (KSE) Leonard R. Derogatis tarafından 1992 yılında SCL-90-R ile yapılan çalışmalar sonucunda geliştirilmiştir. Bu envanter çeşitli psikolojik belirtileri taramalarda kullanılmaktadır (Derogatis, 1992). Bu ölçeğin Türk kültürüne uyarlanması Şahin ve Durak tarafından 1994 yılında yapılmıştır.

Kısa Semptom Envanterinin Geçerliliği

Kısa Semptom Envanterinin Geçerlik çalışması; UCLA yalnızlık ölçeği ile $r = .13$ -.36 arasında, Offer Yalnızlık ölçeği ile $r = .34$ - .57 arasında, Beck depresyon envanteri ile $r = .34$ - .70 arasında korelasyon gösterdiği belirlenmiştir (Şahin ve Durak, 1994).

Kısa Semptom Envanterinin Güvenirliği

Kısa Semptom Envanterinin güvenilirlik çalışması üç ayrı çalışmada yapılmıştır. Birinci çalışmada KSE'nin tümünden güvenilirlik katsayısı $\alpha = .93$, ikinci çalışmada $\alpha = .96$ ve üçüncü çalışmada $\alpha = .95$ olarak belirlenmiştir. Alt ölçeklerin Cronbach Alpha katsayılarının ise üç çalışmanın sonunda $\alpha = .63$ ile $\alpha = .86$ arasında değiştiği saptanmıştır (Şahin ve Durak, 1994). Bu araştırma kapsamında elde edilen veriler kullanılarak kısa semptom envanterinin güvenilirliği kontrol edilmiş ve Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .96 bulunmuştur. Bu ölçeğin ergenlerin psikolojik belirti düzeylerini ölçmek amacıyla güvenle kullanılabileceği kanısına varılmıştır.

Kısa Semptom Envanterinin Puanlanması

Kısa Semptom Envanterinin değerlendirilmesinde maddelere verilen puanlar 0 ile 4 arasında değişmektedir. Puan aralığı 0-212'dir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği bireyin psikolojik semptomlarının sıklığını göstermektedir (Derogatis, 1992; akt. Şahin ve Durak, 1994). Ayrıca Kısa Semptom Envanteri ile psikolojik semptomların varlığı değerlendirilirken, her alt ölçek için belirlenen toplam puan, o alt ölçekteki madde sayısına bölündüğünde o boyut için bir puan elde edilmektedir. Verilen yanıtların 0 ile 4 puan arasında

bir değer almaları beklenmektedir. 0-1.50 normal, 1.51-2.50 yüksek, 2.51-4.00 çok yüksek psikolojik belirti olduğunu göstermektedir (Şahin ve Durak, 1994). Ölçek, 9 alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin 9 alt ölçeği sırasıyla, somatizasyon (S) (2, 7, 23, 29, 30, 33, 37. maddeler), obsesif kompulsif bozukluk (OKB) (5, 15, 26, 27, 32, 36. maddeler), kişilerarası duyarlılık (KD) (20, 21, 22, 42. maddeler), depresyon (D) (9, 16, 17, 18, 35, 50. maddeler), anksiyete bozukluğu (AB) (1, 12, 19, 38, 45, 49. maddeler), hostilite (H) (6, 13, 40, 41, 46. maddeler), fobik anksiyete (FA) (8, 28, 31, 43, 47. maddeler), paranoid düşünce (PD) (4, 10, 24, 48, 51. maddeler) ve psikotizm (P) (3, 14, 34, 44, 53. maddeler) ve ek maddelerdir (EM) (11, 25, 39, 52. maddeler)

Kişisel Bilgi Formu

Bu form, araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Formda, katılımcıların cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, sosyo-ekonomik durum gibi kişisel bilgilerin yanı sıra boşanma ile ilgili soruların toplanması amaçlanmıştır.

Veri Toplama Teknikleri

Araştırmada bilgi toplama sürecinde aşağıdaki sıra izlenmiştir:

- 1) Uygulama yapabilmek için veri toplama araçları bir araya getirilerek, uygun görülen gün ve saatlerde ulaşılabilen liselerde uygulama yapılmıştır.
- 2) Uygulama sırasında ebeveynleri boşanmış ergenlere; araştırmanın amacı, önemi, ölçeklerin ve formun nasıl yanıtlanacağına ilişkin gerekli açıklamalar yapılmış; veri toplama araçlarına verilecek cevapların içten ve samimi bir şekilde verilmesinin araştırma sonuçları için çok önemli olduğu belirtilmiştir

Verilerin Analizi

Araştırmanın temel amacı ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları ile benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkinin incelenmesi ikinci olarak da ebeveynleri boşanmış ergenlerin stresle başa çıkma tarzları ve benlik saygılarının yılmazlık aracılığı ile psikolojik belirtilerine etkilerinin incelenmesidir.

Bu amaç doğrultusunda ölçekler yoluyla elde edilen veriler, elektronik ortama araştırmacı tarafından SPSS paket programı kullanılarak aktarılmıştır. Değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler, korelasyon ve varyans analizleri SPSS 15.0 programında, modelin test edilmesi AMOS programında gerçekleştirilmiştir. Araştırma hipotezleri .05 anlamlılık düzeyinde test edilmiştir. Verilerin analizi iki ardışık aşamada gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada veriler eksik değer, aykırı değer, normallik, çoklu değişme açısından incelenmiş, diğer bir ifadeyle analizlerin sayıltıları test edilmiştir.

Veriler AMOS 16.0 paket programı kullanılarak önce doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, daha sonra yapısal eşitlik modellemesi tekniğiyle araştırma sorularında edilmiştir. Araştırmada yer alan değişkenler arasındaki karşılıklı ilişkilerin ortaya konulması amaçlandığı ve birçok değişkenin bir arada bulunduğu bir modelin test edilmesi için yapısal eşitlik modellemesi tekniği kullanılmıştır.

Tablo 4

Uyum indeksleri ve referans değerler

<i>İndeks</i>	<i>Aralık</i>	<i>Referans Değerler</i>	<i>Kaynak</i>
χ^2	p>.05		
χ^2 /sd	0-∞ (Yüksek- Düşük)	<3 <2 (iyi uyum) <2.5 (küçük örneklem) <5 (orta düzey uyum)	Sümer (2000) Tabachnick ve Fidel (2007) Sümer (2000)
GFI	0-1 (Düşük-Yüksek)	>.90 >.90 (iyi uyum)	Kline (1998) Sümer (2000)
AGFI	0-1 (Düşük-Yüksek)	>.90 >.95(mükemmel uyum)	Sümer (2000) Sümer (2000)
CFI	0-1 (Düşük-Yüksek)	>.95 (N<250) >.95 >.90	Hair ve Ark. (2006) Tabachnick ve Fidel (2007) Sümer (2000)

RMSEA	0-0.1 (Yüksek- Düşük)	<.05 <.06 (iyi uyum) <.08 (N<250) <.1 (zayıf uyum)	Sümer (2000) Tabachnick ve Fidel (2007)
-------	-----------------------	---	---

Sayıtların İncelenmesi

İlk aşamada veriler hatalı kodlama açısından incelenmiş, daha sonra ölçeklerin biri ya da birden fazlasını boş bırakan 5 katılımcı veri setinden çıkartılmıştır. Sonraki aşamada eksik değer analizi yapılmış ve boş bırakılan maddelerin yerine EM algoritması yoluyla atama yapılmıştır. Aykırı değer analizinde ise Mahalanobis uzaklık değeri 2 37.70 14;.001 χ^2 = 'den büyük 1 gözlem (multivariate outlier) analiz dışı tutulmuştur. Son aşamada ise değişkenler arasında çoklu değişme (multicollinearity), varyans şişmesi (VIF) ve tolerans değerleri incelenmiş, sifıra yaklaşan tolerans, 5'ten büyük VIF, 0.50'den büyük iki varyansın eşlik ettiği ve 30'dan büyük koşul endeksine rastlanmamıştır. Sonuç olarak, yapılan eksik değer ve aykırı değer analizleri sonucunda veri setinde 307 gözlem bırakılmış, verilerin analizi için gerekli varsayımlar sağlanmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde önce demografik değişkenlerle (cinsiyet, yaş, gelir durumu, boşanma süresi ve anne- baba görüşme sıklığı) ilgili yapılan varyans analizleri sonuçları verilmiş, daha sonra yılmazlığın stresle başa çıkma, benlik saygısı ve psikolojik belirtiler değişkenleri ile olan ilişkilerini test etmek için yapılan korelasyon analizleri sonuçları verilmiştir. Son sırada ise önerilen modeli test etmek için yapılan path analizi bulguları verilmiştir.

4.1. Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlıklarının, Stresle Başa Çıkma Tarzlarının, Benlik Saygılarının ve Psikolojik Belirtilerinin Demografik Değişkenlere Göre Farklılığına İlişkin Bulgular

Araştırmada, ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarının, stresle başa çıkma tarzlarının, benlik saygılarının ve psikolojik belirtilerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için bağımsız gruplar t-testi; yaş, kardeş sayısı, gelir durumu gibi değişkenlere göre farklılığı test etmek için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır.

Tablo 5

Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlıklarının, Stresle Başa Çıkma Tarzlarının, Benlik Saygılarının ve Psikolojik Belirtilerinin Cinsiyete Göre Farklılığı

<i>Değişkenler</i>	<i>Cinsiyet</i>	<i>n</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>S</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Dış yardım	Kadın	169	20,16	7.58	305	0.96	.337
	Erkek	138	19,4	7.36		0.96	.335
Aktif Planlama	Kadın	169	20,59	7.18	302	-1.13	.259
	Erkek	138	21,46	6.05		-1.15	.25
Benlik Saygısı	Kadın	169	14,96	4.95	305	-2.25	.025
	Erkek	138	16,23	4.87		-2.26	.024
Yılmazlık	Kadın	169	112,47	18.89	301	0.85	.003
	Erkek	138	110,71	16.66		0.86	.003

Psikolojik B.	Kadın	169	74,63	44.02	305	2.97	.394
	Erkek	138	60,14	40.38		3.00	.389

Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarının, stresle başa çıkma tarzlarının, benlik saygılarının ve psikolojik belirtilerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Tablo 5'e bakıldığında istatistiksel olarak cinsiyete göre ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlık ($t_{(301)} = 0.85$, $p < 0.05$) ve benlik saygısı ($t_{(305)} = -2.25$, $p < 0.05$) düzeylerinde anlamlı bir fark olduğu; ancak dış yardım, aktif planlama ve psikolojik belirtilerinde anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 5'te görüldüğü gibi erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin ($\bar{X} = 16.23$, $s = 4.87$, $n = 138$), kadınlara ($\bar{X} = 14.96$, $s = 4.95$, $n = 169$) göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları ise tablo 4'te görüldüğü gibi kadınların yılmazlık düzeylerinin ($\bar{X} = 112.4727$, $s = 18.89$, $n = 169$) erkeklere ($\bar{X} = 110.7101$, $s = 16.66$, $n = 138$) göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Yılmazlığın hangi cinsiyette daha fazla görüldüğüne ilişkin araştırma bulguları farklılık göstermektedir. Literatürde genel olarak kızların erkeklerden daha yüksek yılmazlık puanları aldıkları belirtilmektedir. Mandleco ve Peery (2000) literatür incelemesinde çocuklarda yılmazlığın kavramsallaştırılmasında göz önüne alınabilecek örgütsel bir çerçeve sunmuştur. Bu çerçeveye göre yılmazlıkla ilişkili olan biyolojik faktörler arasındaki cinsiyet faktörü erkeklerin kadınlara göre risk koşullarına dayanıklılıklarının yani yılmazlıklarının daha düşük olduğu yönündedir. Özcan'ın (2005) çalışmasında ise yılmazlık düzeyleri ve koruyucu faktörlere göre cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yine Terzi (2008) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmanın sonuçları da kız ve erkek öğrencilerin yılmazlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Oktan (2008)'in üniversiteye hazırlanan öğrencilerle yaptığı çalışmada ise kız öğrencilerin yılmazlık düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer bir çalışmada Önder ve Gülay (2008) ilköğretim 8. Sınıf öğrencilerinin yılmazlıklarının kendilik kavramı ve cinsiyet değişkenleri açısından incelenmiştir. Yaş ortalaması 14 olan 63'ü kız, 35'i erkek olan 98 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada öğrencilerin kendilik kavramı ile yılmazlıkları arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kız öğrencilerin yılmazlık

düzeyleri erkek öğrencilerin yılmazlık düzeylerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgular araştırma bulgularını desteklemekle beraber yapılan çalışmalarda cinsiyet ve yılmazlık arasında kadınlar ya da erkekler için kesin olarak yılmazlık yüksektir şeklinde bir sonuç bulunmadığı görülmektedir.

Benlik saygısının hangi cinsiyette daha fazla görüldüğüne ilişkin araştırma bulguları farklılık göstermektedir. Literatürde genel olarak kızların erkeklerden daha yüksek benlik saygısı puanları aldıkları belirtilmektedir (Çuhadaroglu, 1985; Özkan, 1994). Öztürk'ün (2006) yaptığı çalışmada anne babası boşanmış çocukların benlik saygıları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu bulgular bu araştırmanın sonucuyla çelişkilidir.

Erim (2001) tarafından anne babası boşanmış çocuklarla yapılan çalışmada kızların erkeklere göre daha düşük benlik saygısına sahip oldukları saptamıştır bu bulgular araştırmanın sonucuyla paralellik göstermektedir. Ayrıca bazı araştırma sonuçları da (Frost ve Pakiz, 1990; Slater, Stewart ve Linn, 1983; Wallerstein ve Kelly, 1975), kızların boşanmadan daha fazla etkilendiğini göstermektedir. Bu bilgi ışığında kızların boşanma durumundan daha fazla etkilendikleri düşünüldüğünde benlik saygılarındaki düşmenin erkeklere oranla daha düşük olacağı söylenebilir

Tablo 6

Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlıklarının, Stresle Başa Çıkma Tarzlarının, Benlik Saygılarının ve Psikolojik Belirtilerinin Yaşa Göre Farklılığı

<i>Değişken</i>	<i>Faktör</i>	<i>N</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>Ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Yılmazlık	14-15	103	116.5	17.9	3.8	.01
	16	65	109.3	19.8		
	17-18	125	109.1	16.8		
	Toplam	303	111.67	17.9		
Dış Yard.	14-15	105	20.6	7.05	.68	.567
	16	66	19.6	8.2		
	17-18	126	19.3	7.2		
	Toplam	307	19.8	7.5		

Aktif Plan.	14-15	105	20.9	6.6	1.2	.304
	16	66	19.8	7		
	17-18	126	21.7	6.3		
Toplam		307	20.9	6.7		
Benlik Saygısı	14-15	105	15.3	5.4	.5	.70
	16	66	15.3	4.6		
	17-18	126	15.8	4.9		
Toplam		307	15.5	4.95		
Psikolojik B.	14-15	105	64.2	46.1	1.05	.373
	16	66	64.7	38.8		
	17-18	126	73.3	42.6		
Toplam		307	68.1	42.9		

Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarının, stresle başa çıkma tarzlarının, benlik saygılarının ve psikolojik belirtilerinin yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için varyans analizi (ANOVA) testi yapılmıştır. Tablo 6'ya bakıldığında istatistiksel olarak yaşa göre ergenlerin yılmazlık düzeylerinde anlamlı bir fark olduğu ($F_{(3/299)} = 3.80, p < 0.05$); ancak dış yardım, aktif planlama, benlik saygısı ve psikolojik belirtilerinde anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 6' da görüldüğü gibi yaşları 14-15 olan ebeveynleri boşanmış ergenlerin ($\bar{X} = 116.43, Ss = 17.9, n = 103$), yaşları 16 ve 17-18 arasında olanlara göre $\bar{X} = 109.29, Ss = 19.72, n = 65$ ve $\bar{X} = 109.10, Ss = 16.71, n = 125$), yılmazlıklarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bulgu, ebeveynleri boşanmış ergenlerin yaşları ilerledikçe yılmazlıklarında düşme olduğunu ortaya koymaktadır.

Yılmazlık - yaş ilişkisiyle ilgili alanyazın incelendiğinde karşımıza çelişkili bulgular çıkmakla beraber araştırmalar genel olarak artan yaşla birlikte yılmazlığın da arttığını göstermektedir (Campbell-Sills ve ark., 2009; Lloyd ve Hastings, 2009; Onat, 2010) . Bu bulgular araştırma sonucuyla çelişmektedir.

Benlik saygısı ile yaş arasındaki ilişkiye bakıldığında Erkan (1989) tarafından yapılan çalışmada, anne-babası boşandığında küçük yaşta olan çocuklarla daha ileri yaşta olanlar arasında benlik tasarımı düzeyi yönünden önemli bir fark olmadığını gösteren bulgularla araştırma sonuçları paralellik göstermiştir.

Tablo 7

Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlıklarının, Stresle Başa Çıkma Tarzlarının, Benlik Saygılarının ve Psikolojik Belirtilerinin Boşanma Süresine Göre Farklılığı

<i>Değişken</i>	<i>Faktör</i>	<i>N</i>	<i>$\bar{X}$</i>	<i>Ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Yılmazlık	5 yıldan az	125	105.4	19.8	14.3	.000
	5-10yıl	57	115.1	16.8		
	10yıldan fazla	121	116.5	14.		
Toplam		303	111.7	17.9		
Dış Yard.	5 yıldan az	126	19.3	7.05	.84	.433
	5-10yıl	58	20.9	7.9		
	10yıldan fazla	123	19.7	7.7		
Toplam		307	19.8	7.5		
Aktif Plan.	5 yıldan az	123	19.9	6.6	2.2	.105
	5-10yıl	58	21. 6	7.1		
	10yıldan fazla	123	21.7	6.5		
Toplam		304	20.9	6.7		
Benlik Saygısı	5 yıldan az	126	14.4	4.9	9.1	.000
	5-10yıl	58	15.1	4.1		
	10yıldan fazla	123	15.7	4.2		
Toplam		307	15.1	4.1		

	5-10yıl	58	14.9	4.7		
	10yıldan fazla	123	16.9	4.7		
Toplam		307	15.6	4.9		
Psikolojik B.	5 yıldan az	126	71.4	41.3	1.05	.351
	5-10yıl	58	70.2	45.9		
	10yıldan fazla	123	63.8	43.2		
Toplam		307	68.1	42.9		

Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarının, stresle başa çıkma tarzlarının, benlik saygılarının ve psikolojik belirtilerinin ebeveynlerinin boşanma süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için varyans analizi (ANOVA) testi yapılmıştır. Tablo 7' ye bakıldığında istatistiksel olarak yılmazlık($F_{(2,300)} = 14.278$, $p < 0.05$) ve benlik saygısı ($F_{(2,304)} = 9.099$, $p < 0.05$) boşanma süresine göre anlamlı bir fark olduğu; ancak dış yardım başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve psikolojik belirtiler ile anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 7' de görüldüğü gibi boşanma süresi 5 yıldan az olan ebeveynleri boşanmış ergenlerin ($\bar{X} = 105.40$, $Ss = 19.78$, $n = 125$), boşanma süresi 5-10 yıl ve 10 yıldan fazla olanlara göre ($\bar{X} = 115.12$, $Ss = 16.77$, $n = 57$ ve $\bar{X} = 116.51$, $Ss = 14.18$, $n = 121$), olanlara göre yılmazlıklarının daha düşük olduğu görülmektedir. Bu bulgu, ebeveynleri boşanmış ergenlerin ebeveynlerinin boşanma süresi arttıkça yılmazlıklarında artma olduğunu ortaya koymaktadır

Ebeveynlerinin boşanma süresi 5 yıldan az olan ergenlerin benlik saygıları ($\bar{X} = 14.43$, $Ss = 4.95$, $n = 126$), boşanma süresi 5-10 yıl ve 10 yıldan fazla olanlara göre ($\bar{X} = 14.91$, $Ss = 4.72$, $n = 58$ ve $\bar{X} = 16.95$, $Ss = 4.73$, $n = 123$) benlik saygılarının daha düşük olduğu görülmektedir. Bu bulgu, ebeveynleri boşanmış ergenlerin boşanma süresi arttıkça benlik saygılarında artma olduğunu ortaya koymaktadır

Literatür incelendiğinde boşanma süresi arttıkça çocukların psikolojik iyi oluşlarının arttığı yönündedir çalışmalarda zaman geçtikçe boşanmaya dair inanışlarının olumlu şekilde

değişmesi ve ebeveynlerine olan kızgınlıklarının azalmasının iyi oluşa katkı sağladığı bulunmuştur (Amato, 1987; Walsh ve Stolberg 1989). Bu bulgulara dayanarak ebeveynleri boşanmış ergenlerin boşanma süresi arttıkça boşanmanın yarattığı olumsuz etkilerin azalmasıyla benlik saygılarının arttığı aynı zamanda başa çıkma becerilerini geliştirerek de yılmazlıklarının artmasına katkı sağladığı düşünülebilir.

4.2 Ebeveynleri Boşanmış Ergenlerin Yılmazlık, Stresle Başa Çıkma Tarzı, Benlik Saygısı ve Psikolojik Belirtiler Değişkenleriyle İlgili Yapılan Korelasyon Analizi Bulguları

Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlık, stresle başa çıkma tarzı, benlik saygısı ve psikolojik belirtiler değişkenleri arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik yapılan korelasyon analizi sonuçları tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8

Modelde Yer Alan Değişkenlerin Birbirleriyle Olan İlişkileri

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<i>RES (1)</i>	1.00														
<i>KSE (2)</i>	-.38***	1.00													
<i>RES_Birey (3)</i>	.93***	-.35***	1.00												
<i>RES_Bak (4)</i>	.88***	-.40***	.71**	1.00											
<i>RES_Bağ (5)</i>	.80***	-.21***	.64***	.56***	1.00										
<i>SOM (6)</i>	-.26***	.83***	-.22***	-.31***	-.14**	1.00									
<i>OKB (7)</i>	-.30***	.87***	-.28***	-.33***	-.14**	.69***	1.00								
<i>DEP (8)</i>	-.39***	.88***	-.38***	-.40***	-.20***	.68***	.73***	1.00							
<i>ANK (9)</i>	-.30***	.90***	-.27***	-.33***	-.17**	.76***	.73***	.77***	1.00						
<i>PAR (10)</i>	-.35***	.83***	-.33***	-.38***	-.21***	.63***	.70***	.69***	.67***	1.00					
<i>PSİK (11)</i>	-.35***	.85***	-.31***	-.38***	-.17**	.65***	.72***	.76***	.71***	.68***	1.00				
<i>EKM (12)</i>	-.33***	.83***	-.28***	-.37***	-.17**	.63***	.72***	.69***	.72***	.68***	.67***	1.00			
<i>DYAR (13)</i>	.32***	.10	.29***	.26***	.32***	.10	.13*	.03	.10	.09	.08	.12*	1.00		
<i>APLAN (14)</i>	.32***	.08	.33***	.22***	.29***	.11	.07	-.01	.01	.10	.12*	.05	.58***	1.00	
<i>BSAY (15)</i>	.46***	-.58***	.42***	.53***	.20***	-.47***	-.49***	-.60***	-.52***	-.47***	-.49***	-.46***	0.04	.18**	1.00

$p < .05^*$. $p < .01^{**}$

Tablo - 8 incelendiğinde yılmazlık, dış yardım başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı, benlik saygısı ve psikolojik belirtilerin toplam puanları arasındaki korelasyon değerleri görülmektedir. Buna psikolojik belirtiler ile diğer değişkenler arasında negatif yönde ($p<.01$) ilişkiler bulunmuştur. Diğer değişkenler arasında ise pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkiler elde edilmiştir.

Tablo – 8’ de görüldüğü gibi yılmazlık, benlik saygısı ($r=.458$; $p<.01$), dış yardım başa çıkma tarzı ($r=.320$; $p<.01$) ve aktif planlama başa çıkma tarzı ($r=.317$; $p<.01$) ile pozitif yönde; psikolojik belirtiler ($r= -.375$; $p<.01$) ile negatif yönde ilişkilidir. Benlik saygısı, aktif planlama başa çıkmaz tarzı ($r= .181$ $p<.01$) ile pozitif yönde; psikolojik belirtiler ($r= -.579$; $p<.01$) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir.

Literatür incelendiğinde yılmazlık özellikle başa çıkma, benlik saygısı ve psikolojik sağlık gibi yapılarla ilişkili olduğu görülmektedir. Gelişimsel bakış açısına göre, stresle başa çıkma stratejilerine sahip olmak ve bunları yaşam içerisinde kullanmak yılmazlığın gelişimi açısından son derece önemlidir; çünkü başa çıkma stratejileri, stresli durumlara karşı bireyin verdiği davranışsal ve bilişsel cevaplar olup beraberinde yılmaz olmayı da getirmektedir (Kenny, 2000; Richardson, 2002; Maluccio, 2002; Dolbier ve Steinhardt, 2008). Benlik saygısı yılmazlığın gelişimi içerisinde yılmaz bireylerin kişilik özelliği olarak görülmektedir. (Haynes, 2005; Norman, 2000; Flach, 1997). Bireylerde yılmazlığın çalışılmasının temeli gelişimsel psikopatolojiye dayanır. Yılmazlık ve psikopatoloji çalışmaları, insan gelişimindeki bireysel farklılıklara odaklanır ve bu açıdan ikisi birbirine bağlanır (Masten, 1994).

Araştırmalarda benlik saygısının yılmazlıkla ilişkili bulunan içsel bir faktör olduğu görülmektedir. (Werner ve Smith, 1992; Masten, 1994; Fergusson ve Lynskey, 1996; Kumpfer, 1999; Luthar, 1999; Mandleco ve Peery, 2000). Kumpfer (1999), yaptığı araştırmada, yüksek oranda benlik saygısı, yılmaz ergenlerdeki yeteneklerle ve artan güçlerle ilişkili bulunmuştur. Gizir (2007), yaptığı araştırmada koruyucu faktörleri; bireysel ailesel ve çevresel faktörler olarak sınıflandırmış ve yüksek benlik saygısı ile yılmazlığı bireysel

koruyucu faktörlerden biri olarak göstermiştir. Bu açıdan bakıldığında modelde desteklenen benlik saygısı ve psikolojik sağlık arasındaki ilişki dikkate alındığında, benlik saygısı yüksek olan bireylerin ergenlik döneminin krizlerin (boşanma gibi) üstesinden daha kolay gelebileceği söylenebilir.

Araştırmalarda stresle başa çıkmanın yılmazlıkla ilişkili olduğu görülmektedir. Dumant ve Provast (1999)'ın yaptıkları araştırmada ergenlerin bazı içsel koruyucu (benlik saygısı, başa çıkma) ve dışsal koruyucu özelliklerinin (sosyal destek, sosyal etkinlikler) stres ve depresyon yaşantılarının üzerindeki koruyucu etkilerini inceledikleri çalışmada, yılmaz ergenlerin günlük stres düzeyleri yüksek; depresyon belirtileri ise düşük bulunmuştur. Yine aynı araştırmada yılmaz ergenlerin diğerlerine göre problem odaklı başa çıkma stratejilerini daha sık kullandıkları bulunmuştur.

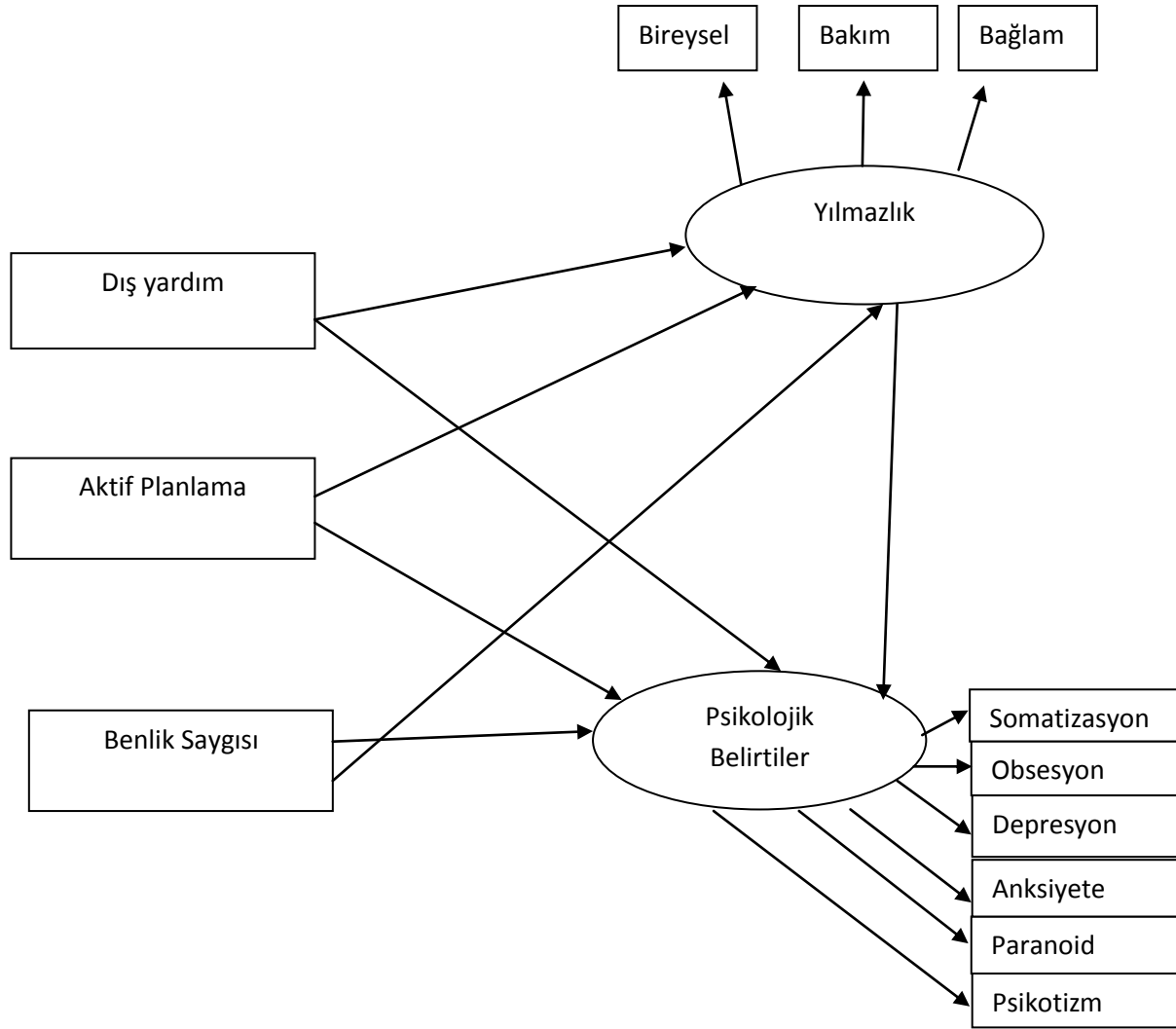
Serbest' in (2010) araştırmada İstanbul'daki 21 yaş 6 ay ortalamasına sahip 379 üniversite lisans öğrencisinin algıladıkları anne kabulü, baba kabulü, baba ilgisi, depresif belirtiler ve yılmazlık düzeyleri arasındaki birleşik etkileri incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne kabulü ve depresif belirtilerin yılmazlık düzeylerine etkisi olduğu görülmüştür. Bunun sonucunda algılanan anne kabulü ve depresif belirtilerin yılmazlığın %41'ini açıkladığı bulunmuştur. Kadın üniversite öğrencileri için depresif belirtilerin yılmazlık düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur.

Başka bir araştırmada boşanma olaylarında kısa süre içerisinde kaçınma stratejisi başlangıçta yardımcı olurken yılmaz insanlarda uzun vade de yeniden çerçeveleme stratejisi daha etkili bir yardımcı olduğu bulunmuştur (Harnish, Aseltine ve Gore, 2000). Terzi (2008)'in yaptığı araştırmada, toplam grup ile kız ve erkeklerde kendini toparlama gücü puanları ile iyimserlik, özyeterlik ve problem çözme başa çıkma stratejisi puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Ayrıca regresyon analizi sonuçları, toplam grup ile kız ve erkeklerde iyimserlik, özyeterlik ve problem çözme odaklı başa çıkma stratejisi değişkenlerinin yılmazlık üzerinde anlamlı birer yordayıcı olduklarını göstermektedir. Yalım'ın (2007), araştırmada yordayıcı değişkenlerin (baş etme yolları, yılmazlık ve iyimserlik, üniversiteye uyumu anlamlı bir şekilde yordadığını göstermiştir. Yılmazlık, iyimserlik, kaderci ve suçu kendinde bulan başa çıkma strateji puanları yüksek öğrencilerin

uyum puanlarının yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda araştırmalar dikkate alındığında yılmazlığın; çocuklarda ve ergenlerde psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasında önleyici ve koruyucu bir öneme sahip olduğu söylenilebilir. Çocuk ve ergenler için yaşam risk faktörlerinden olan ebeveyn boşanma durumu karşısında ergenlerin yılmazlık becerileri psikolojik sağlıklarını korumada önemli bir rol üstlenmekte olacağı düşünülebilir. Yılmazlıkla diğer değişkenlerin ilişkisine bakıldığında yılmazlığın risk faktörleriyle baş ederek boşanmaya uyum yeteneğinin önemli bir faktörü olduğu söylenebilir.

4.3. Modelinin Testiyle İlgili Bulgular ve Yorumlar

Bu kısımda önce modelde tanımlanan değişkenlerin aralarındaki ilişkilerle analiz bulguları verilmiş, daha sonra önerilen kavramsal model (Şekil 3) test edilmiştir. Sonraki aşamada ise en iyi uyum katsayıları veren model elde edilinceye kadar path analizi tekrarlanmıştır. Tablo 10'da modelde yer alan değişkenlerin aralarındaki ilişkilerle ilgili korelasyon analizi bulguları verilmiştir. Tablo 10 incelendiğinde, modelin yordanan değişkenlerinden yılmazlığın ve psikolojik belirtilerin diğer yordayıcı değişkenlerle anlamlı düzeyde ve olumlu yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Yılmazlık, en yüksek ilişkiyi benlik saygısıyla ($r=.458$; $p<.01$), en düşük ilişkiyi ise aktif planlama başa çıkma tarzı ile ($r=.317$; $p<.01$) göstermektedir.

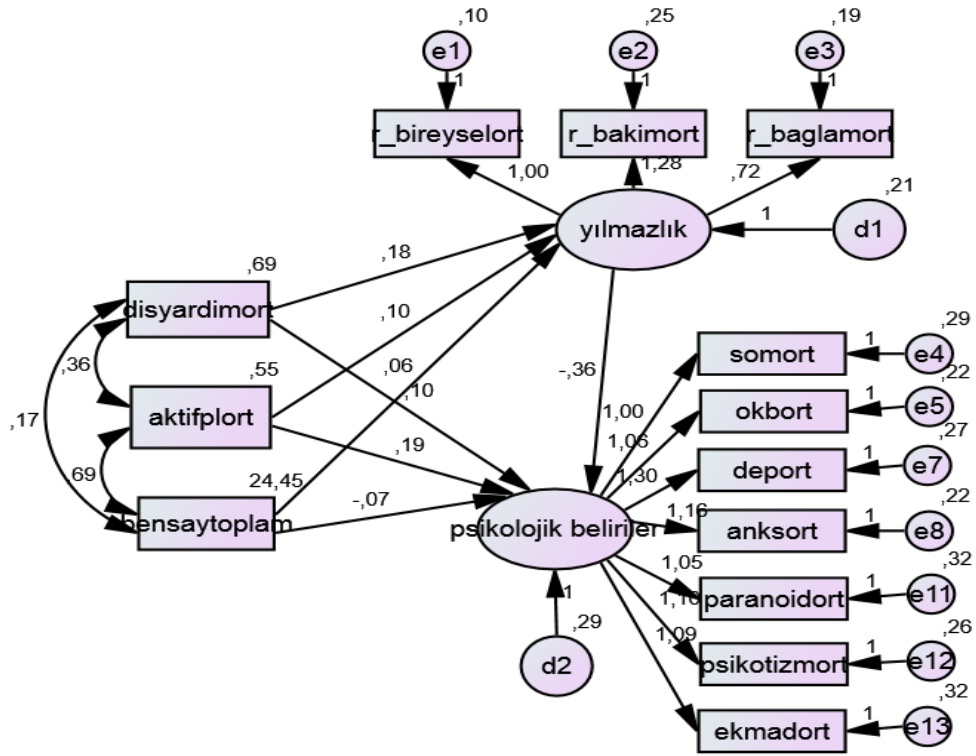


Şekil 3: Kavramsal Model

Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlık modelinde (Şekil 3) dış yardım, aktif planlama, benlik saygısı değişkenleri psikolojik belirtileri hem doğrudan hem de yılmazlık üzerinden dolaylı olarak etkilediği öngörülmektedir. Diğer bir ifadeyle, dış yardım, aktif planlama, benlik saygısı yılmazlığı olumlu yönde etkilemekte; psikolojik belirtileri olumsuz yönde etkilediği modelde önerilmektedir. Modelde yılmazlık, aracı (mediative) değişken olarak tanımlanmaktadır. Dış yardım, aktif planlama, benlik saygısında artma yılmazlığı olumlu yönde etkilemektedir.

Model Tahmini

Önerilen kavramsal model test edilmiş ve uyum katsayıları kabul edilen sınırların içerisinde olduğunu ($X^2(157.892)/sd(58) = 2.72$, RMSEA= .075, NFI= .941, CFI= .962, GFI= .928 ve AGFI= .887) göstermiştir. Şekil 3’de görüldüğü gibi kavramsal modelde dış yardım başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve benlik saygısının yılmazlığı doğrudan, psikolojik belirtileri de yılmazlık üzerinden dolaylı bir şekilde etkilediği öngörülmüştü.



Şekil 4: Kavramsal Modele İlişkin Standartlaştırılmamış Path Diyagramı

Nihai modele ilişkin elde edilen uyum katsayıları kabul edilen sınırların içerisinde çıkmıştır. Ki-Kare için 0-5 arasında, RMSEA'nın .05 'in altında çok iyi 0.8 altında ise iyi uyum, NFI, CFI, GFI ve AGFI'nın .90'ın üzerinde çıkması o modelin iyi uyum gösterdiğini işaret etmektedir (Sümer, 2000). Modelde yer alan bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki doğrudan, dolaylı ve toplam etkilerine ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 9

Nihai Modelin Uyum Katsayıları

<i>Uyum İndeksi</i>	<i>Sembol</i>	<i>Değer</i>
Ki-Kare/Serbestlik Derecesi	X_2/sd	157.893/58 2.73
Kestirim Hatası Kareler Ortalamasının Karekökü	RMSEA	.075
Normlaştırılmış Uyum İndeksi	NFI	0.941
Karşılaştırmalı Uyum İndeksi	CFI	0.962
Uyum İyiği İndeksi	GFI	0.928
Düzeltilmiş Uyum İyiği İndeksi	AGFI	.887

Uyum indekslerinden GFI, AGFI, RFI, NFI ve CFI'nin .90'dan yüksek, RMSEA' nın ise .08'den küçük olması gerektiği dikkate alındığında, bu uyum indeksi değerleri modelin uyumlu olduğunu göstermektedir.

Doğrudan Etkiler

Şekil 5'te görüldüğü gibi, yılmazlığı bağımsız değişkenler içinde en fazla benlik saygısı etkilemiştir ($\beta = .48$). Daha sonra psikolojik belirtiler ($\beta = -.29$), dış yardım başa çıkma tarzı ($\beta = .13$) ve aktif planlama başa çıkma tarzı ($\beta = .08$) etkilediği görülmektedir. Diğer bir anlatımla, benlik saygısı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve dış yardım almaya yönelik başa çıkma tarzına sahip olmak yılmazlığı artırırken, yılmazlık psikolojik belirtileri azaltmaktadır.

Bu bulgular araştırmanın birinci hipotezi olan “dış yardım aramaya yönelik başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve benlik saygısı yılmazlığı olumlu; yılmazlık psikolojik belirtilerle olumsuz etkilemektedir.” öngörüsünü desteklemiştir.

Yine bulgular araştırmanın ikinci hipotezi olan “dış yardım başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve benlik saygısı yılmazlığı doğrudan etkilemektedir” öngörüsünü desteklemiştir.

Yılmazlık, benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye yönelik bulgular literatürdeki çalışmalarca da desteklenmektedir (Kenny, 2000; Richardson, 2002; Maluccio, 2002; Dolbier ve Steinhardt, 2008; Haynes, 2005; Norman, 2000; Flach, 1997; Masten, 1994; Fergusson ve Lynskey, 1996; Kumpfer, 1999; Luthar, 1999; Mandlco ve Peery, 2000; Gizir, 2007; Provast, 1999; Serbest, 2010; Terzi, 2008; Yalım, 2007; Lecours ve Beaulieu-Pelletier, 2011).

Path analizlerinde bağımsız değişkenler ile bağımlı değişkenler arasındaki ilişkiye aracılık (mediative) eden değişken hem bağımlı hem de bağımsız değişken olarak değerlendirilmektedir. Araştırmanın aracı değişkeni olan yılmazlık bağımlı değişken olarak ele aldığımızda, bu değişkeni en fazla etkileyen benlik saygısı olduğu ($\beta = .48$), ardından dış yardım başa çıkma tarzı ($\beta = .26$) ve sonrada aktif planlama başa çıkma tarzı ($\beta = .13$) geldiği görülmektedir.

Dolaylı Etkiler

Şekil 5'te bağımsız değişkenlerden dış yardım başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve benlik saygısı psikolojik belirtileri yılmazlık üzerinden dolaylı olarak etkilediği görülmektedir.

Dış yardımla başa çıkma tarzı psikolojik belirtileri yılmazlık aracılığı ile olumsuz yönde etkilemektedir ($\beta = -0.07$). Aktif planlama başa çıkma tarzı psikolojik belirtileri yılmazlık aracılığı ile olumsuz yönde etkilemektedir ($\beta = -0.03$). Benlik saygısı psikolojik belirtileri yılmazlık aracılığı ile olumsuz yönde etkilemektedir ($\beta = -0.13$).

Dolaylı etkilere ilişkin elde edilen bu bulgular, araştırmada öne sürülen “ dış yardım aramaya yönelik başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve benlik saygısı psikolojik belirtileri yılmazlık üzerinden dolaylı olarak etkilemektedir.”

Dolaylı etkileri ölçmek için Sobel testi yapılmıştır. Yılmazlıkla dış yardım aramaya yönelik başa çıkma tarzı ($Z: -3.17, p < .001$) ile yılmazlıkla aktif planlama başa çıkma tarzı ($Z: -2.42, p < .05$) yılmazlıkla benlik saygısı ($Z: -3.61, p < .001$)

Phillippe, Lecours ve Beaulieu-Pelletier' in (2011) ego-yılmazlığın çocukluk travması ve psikolojik belirtiler arasındaki aracı değişken rolünü inceledikleri çalışmada; ego-yılmazlığın çocukluk travması ve psikolojik belirtilerin üç tipinde (anksiyete, depresyon ve kendine zarar verme) aracılık etkisini gösterdiği ortaya çıkmıştır. Bu araştırma sonucu ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarının aracılık etkisi ile paralellik göstermektedir.

Bu bulgular ışığında yılmazlık, başa çıkman sonra gelen iyi oluşa aracılık eden bir değişken olduğu ve yılmazlığın dolaylı etkileri göz önüne alındığında başa çıkmanın psikolojik etkisinin yılmazlıktan farklı olduğu söylenebilir.

Tablo10

Bağımsız değişkenlerin yılmazlık aracılığıyla psikolojik belirtiler üzerindeki etkileri

<i>Değişkenler</i>	<i>Doğrudan*</i>	<i>Dolaylı*</i>	<i>Toplam</i>
Dış Yardım	.26	-.07	.19
Aktif Planlama	.13	-.03	.10
Benlik Saygısı	.48	-.13	.35

*Standartlaştırılmış path katsayıları

Toplam Etkiler

Tablo - 10 incelendiğinde, yılmazlık aracılığı ile psikolojik belirtiler üzerinde en fazla toplam etkiye sahip olan değişkenin benlik saygısı olduğu görülmektedir ($\beta = .35$). Dış yardım başa çıkma tarzının toplam etkisi ise ikinci sırada yer almaktadır ($\beta = .19$). Üçüncü sırada ise aktif planlama başa çıkma tarzı yer almaktadır ($\beta = .13$).

Birey, yaşamı boyunca pek çok stres içeren duruma maruz kalmaktadır. Kişinin psikolojik iyi oluşunu sürdürmesinde, stresli durumlarla ne derece baş edebildiği giderek önem kazanmaktadır. Zorlu yaşam olayları karşısında güçlü olabilmek ve bu durumu fırsata çevirerek yeni öğrenmeler yaratmak bireyin psikolojik olarak dayanıklı olmasını kolaylaştırır. Yılmazlık stres içeren durumlarla karşı karşıya kalındığında bireyin gösterdiği uyum yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Bu çalışmada elde edilen bulgular, daha önce yapılan araştırma sonuçlarını (Sacker ve Schoon, 2007) destekleyerek, yılmazlığı yüksek bireylerin daha yüksek düzeyde psikolojik sağlığa sahip olduklarını göstermektedir. Ayrıca araştırmada elde edilen sonuçlar stresle başa çıkma ve benlik saygısı düzeyi arttıkça yılmazlığın artacağına, yılmazlığın artması ile de psikolojik belirtilerin düşerek ebeveynleri boşanmış ergenlerin psikolojik iyi oluşlarını koruyacaklarını göstermektedir. Modelden elde edilen sonuçların ebeveynleri boşanmış ergenler sınırlı olduğu, kapsam geçerliliği açısından göz önünde tutulmalıdır.

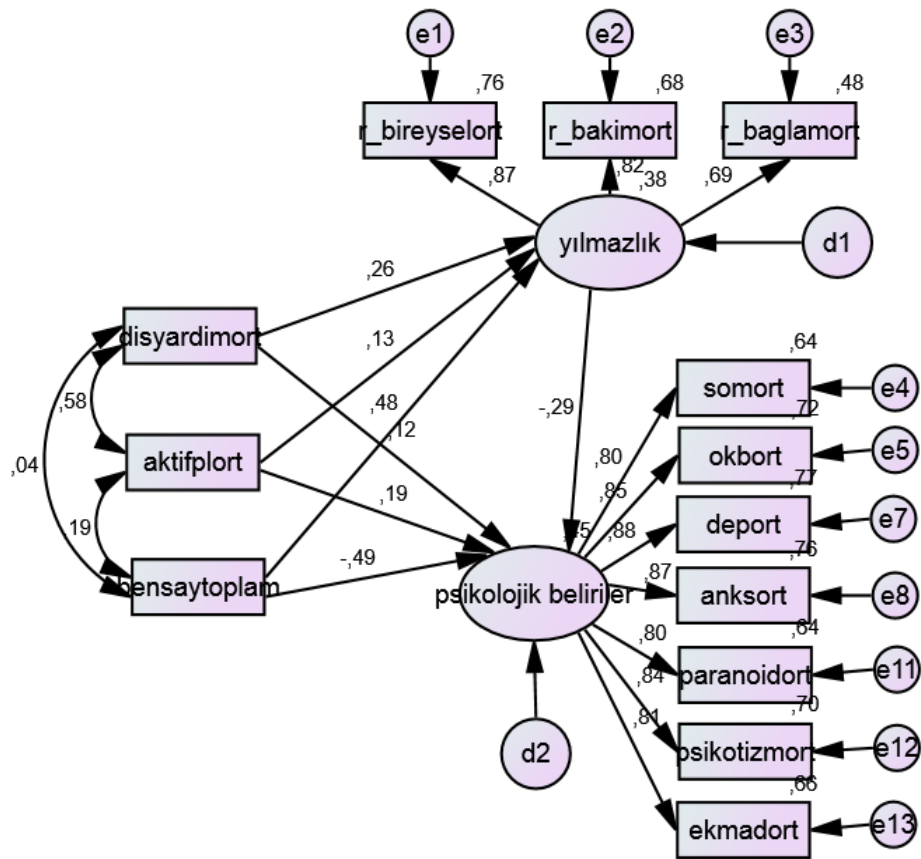
Araştırılan model kapsamında dış yardım arama tarzı başa çıkmanın aktif planlama tarzı başa çıkmadan daha fazla özgün katkı sağlaması, yılmazlık-kültür ilişkisi bağlamında değerlendirilebilir. Toplulukçu toplumlarda dış yardım arama aktif planlamaya oranla daha fazla stres-dengeleyici etkiye sahip olduğu bilinmektedir (Özbay, 1993). Toplulukçu

toplumlarda bireysel çaba ve mücadelenin yanında sosyal destek ve dış yardım arama davranışları sosyal ağ olarak daha fazla tercih edilmektedir. Bu çerçevede dışa yardım aramanın yılmazlığa olan doğrudan ve dolaylı etkisinin aktif planlama tarzı başa çıkmadan daha etkin olması olası bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Richardson ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilen yılmazlık modeline göre, biyolojik, psikolojik ve manevi bir denge noktasından başlayarak kişi, vücudunu, aklını ve ruhunu yaşamdaki anlık koşullara adapte eder daha sonra bu dengede bir bozulma meydana gelir. Bu araştırma da da ergenin dengesini bozan yaşam olayı ebeveynlerinin boşanma durumudur. Bu bozulmadan sonra ergenin 3 şeyden birini yeniden kazanması gerekir bunlar; işlevsizliğin, dengenin ve yılmazlığın yeniden kazanılmasıdır (Richardson, 2002). Araştırmanın kavramsal modeline bakıldığında boşanmanın ergenin hayatında yarattığı psikolojik etkinin, ergenin dengesinin bozulmasına yol açmakta ancak benlik saygısı ve başa çıkmanın yılmazlık aracılığıyla psikolojik belirtileri azalttığı görülmektedir. Bu açıdan bakıldığında Richardson yılmazlık modelinde olduğu gibi ergenlerin eski dengelerini yeniden yılmazlık aracılığı ile kazanıldığı söylenebilir.

Thomas'ın (2011) "Richardson Yılmazlık Modelini" temel alarak yaptığı çalışmada, ailede ebeveyn boşanma durumunu dengenin bozulmasını sağlayan stresli ve sıkıntılı yaşam olayı olarak ele alınmış olup, dengenin yeniden kazandırılmasından içsel ve dışsal koruyucu faktörleri incelemiştir. Çalışmaya yaşları 18–19 yaşları arasında değişen ve ebeveynleri en az 12 yıldır boşanmış olan ergenler alınmıştır. Çalışma sonucunda, ergenlerin boşanma durumuna karşı yılmazlıklarına bireysel koruyucu faktör olarak katkıda bulunan iki önemli bilişsel strateji olarak kaçınma ve yeniden çerçeveleme bulunmuştur. Aile koruyucu faktörler olarak ise ergenlerin kardeşleri, teyzeleri, amcaları ve dayılarının boşanma sürecinde tampon görevi yapmaları ve son olarak da toplum koruyucu faktörler olarak da çok samimi dostluklar, takım arkadaşları ile olan ilişkiler ve güvenilir bir yetişkin ile olan ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular dikkate alındığında bireysel koruyucu faktörlerin ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarına olan olumlu katkıları ile araştırma sonuçları ile paralellik gösterdiği söylenebilir.

Yılmazlığın zorlu yaşam olayları karşısında etkin hale geldiği düşünülürse, diğer risk faktörlerine sahip yaşantılar geçirmiş bireylerle model tekrarlanabilir.



Şekil 5: Nihai Model (Standart Path Katsayıları)

BÖLÜM V

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara dayalı olarak ulaşılan genel sonuçlar ile bu sonuçlar kapsamında geliştirilen bazı öneriler sunulmuştur.

Sonuçlar

Araştırmanın temel amacı ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları ile benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki doğrudan, dolaylı ilişkinin ve yılmazlığın aracılık rolünün araştırıldığı bu çalışmada elde edilen bulgulardan şu sonuçlara ulaşılmıştır:

1. Araştırma bulgularına göre, ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıklarının cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Başka bir deyişle, kadınların yılmazlıkları erkeklere göre daha fazla puan ortalamalarına sahip olduğu görülmüştür.
2. Araştırma bulgularına göre, ebeveynleri boşanmış ergenlerin benlik saygılarının cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Başka bir deyişle, erkeklerin yılmazlıkları kadınlara göre daha fazla puan ortalamalarına sahip olduğu görülmüştür.
3. Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlıkları, benlik saygısı, stresle başa çıkma ve psikolojik belirtileri ile anlamlı düzeyde ilişkilidir. Benlik saygısı ve stresle başa çıkma ergenlerin yılmazlığına katkı sağlarken; yılmazlığa sahip olmak psikolojik belirtilerin azalmasına neden olmaktadır. Başka bir deyişle dış yardım aramaya yönelik başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve benlik saygısı yılmazlığı olumlu; yılmazlık psikolojik belirtilerle olumsuz etkilemekte olduğu görülmüştür.
4. Araştırmada önerilen kavramsal modeli, path analiziyle test edilmiş ve mükemmel düzeyde uyum katsayıları vermiştir.
5. Araştırmanın aracı değişkeni olan yılmazlık bağımlı değişken olarak ele aldığımızda, bu değişkeni en fazla etkileyen benlik saygısı ardından dış yardım aramaya yönelik başa çıkma tarzı ve sonrada aktif planlama başa çıkma tarzı etkilemiştir. Diğer bir ifadeyle, benlik saygısı ve strese başa çıkma tarzlarına sahip olmak yılmazlık

açısından olumlu bir değişmeye neden olmakta; tam tersi bir şekilde ise psikolojik belirtileri azaltmaktadır.

6. Bağımsız değişkenlerden dış yardım başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve benlik saygısı psikolojik belirtileri yılmazlık üzerinden dolaylı olarak etkilediği görülmektedir. Dış yardımla başa çıkma tarzı psikolojik belirtileri yılmazlık aracılığı ile olumsuz yönde etkilemektedir. Aktif planlama başa çıkma tarzı psikolojik belirtileri yılmazlık aracılığı ile olumsuz yönde etkilemektedir. Benlik saygısı psikolojik belirtileri yılmazlık aracılığı ile olumsuz yönde etkilemektedir. Dolaylı etkilere ilişkin elde edilen bu bulgular, araştırmada öne sürülen “ dış yardım aramaya yönelik başa çıkma tarzı, aktif planlama başa çıkma tarzı ve benlik saygısı psikolojik belirtileri yılmazlık üzerinden dolaylı olarak etkilemektedir.”
7. Araştırma sonuçları bir bütünlük içinde değerlendirildiğinde ebeveynleri boşanmış ergenlerin benlik saygıları ve başa çıkma tarzlarının yılmazlıklarını arttırdığını yılmazlıklarının da psikolojik belirtilerini düşürdüğü aynı zaman da da benlik saygısı ve stresle başa çıkmanın yılmazlık aracılığı ile psikolojik belirtilerini düşürdüğü böylece psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkiledikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Öneriler

Bu kısımda araştırmadan elde edilen bulgu ve sonuçlara dayalı olarak bazı önerilerde bulunulmuştur. Bu öneriler alan araştırmacılarına ve psikolojik danışma ve rehberlik hizmeti veren psikolojik danışmanlara yönelik olarak ayrı ayrı belirtilmiştir.

Alan Araştırmacılarına Yönelik Öneriler

1. Bu araştırma lise öğrenimini sürdüren ergenler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Buna karşın bu araştırmaya dayalı olarak diğer gelişim dönemlerindeki bireylerde yılmazlıkla ilgili bir değişmenin ve farklılaşmanın olup olmadığını söylemek mümkün değildir. Bu yüzden ileride yapılacak araştırmalarda yaş aralığının geniş tutulması ve farklı gelişim dönemlerindeki bireylerin karşılaştırılması daha sağlıklı ve bütüncül sonuçlar alınmasına yardımcı olabilir.

2. Bu araştırmada yılmazlık yaş, cinsiyet, gelir durumu, boşanma süresi gibi demografik değişkenler açısından incelenmiştir. İleride yapılacak çalışmalarda aileyle ilgili diğer demografik değişkenlerin ele alınması boşanma sonrasında ergenlerin yılmazlıklarının psikolojik sağlıkları ile arasındaki ilişkilerini anlamada daha fazla yardımcı olacaktır. Ayrıca, anne/baba tutumları, aile içi iletişim becerileri, problem çözme becerileri gibi boşanma sonrasında olumlu uyumu etkileyecek kaynakların ne düzeyde etkilere sahip olduğunun bilinmesi açısından önemlidir. Ayrıca bireylerin kişilik özellikleri, bağlanma stilleri, akademik başarılarının yılmazlıkları üzerinde etkileri araştırılabilir.
3. Yılmazlık kavramının son yıllarda ölkemizde araştırılmaya başlanması, bu yapıyı deneysel ve ilişkisel anlamda inceleyecek özğün araştırmalara gereksinim duyulduğunu göstermektedir. Dolayısıyla gelecek çalışmalar, bu kavramın ölkemizde nasıl işlediğini, farklı risk gruplarında yılmazlığın betimlenmesi ve yaklaşımlarının yılmazlık üzerindeki etkisini ortaya koyabilir.
4. Ergenlerin gelişim özellikleri açısından potansiyel bir risk grubu oluşturduğu düşünöldüğünde boşanma sürecini yaşamış ebeveynlere ve öğrencilere yardımcı olmada önemli bir kaynak oluşturması açısından ilgili araştırmalar yapılarak literatüre katkı sağlanabilir.
5. Bu araştırmada yılmazlığın yordayıcıları olarak benlik saygısı ve stresle başa çıkma olduğu görölmüştür. Yılmazlığın anlaşılmasındaki diğer yordayıcıların belirlenerek birbirleri arasındaki ilişkinin açıklanması değerlendirilmesinin yapılması daha sağlıklı sonuçlar elde etmek için faydalı olacaktır. Ayrıca boşanma durumunu ergenler üzerindeki etkisini yılmazlık üzerinden inceleyen araştırmalarda aile yılmazlığının dikkate alınması boşanma sonrası uyum sürecinin anlaşılmasına katkı sağlayabilir.
6. Ergenler için ebeveyn boşanması hem risk faktörü hem de bir travma olarak ele alındığında bu durumun üstesinden gelmede yılmazlığı etkileyen bireysel farklılıklar daha sonraki araştırmalarda incelenebilir. Böylece yılmazlığın bu durum içerisinde kazanılmasına etki eden diğer faktörlerin ortaya çıkarılması sağlanabilir.
7. Boşanma durumunda ergenlerin boşanma durumuna olumlu uyum göstermesinde yılmazlığın önemi inceleyen tarama modelinde çalışmaların yapılması özellikle ebeveyn atışması, ebeveyn desteği, ebeveyn kontrolü, çocuğun bireysel özellikleri gibi ergenlerin yılmazlıklarını etkileyecek faktörlerin ortaya çıkarılması sağlanabilir.

8. Bu araştırma kesitsel ve betimsel olarak yapılmıştır. Dolayısıyla, bu yöntemlerden kaynaklanan bazı sınırlılıklar sonuçların daha geniş ölçekte genellenebilmesini engellemektedir. İleride yapılacak çalışmalarda daha fazla katılımcı sayısına ulaşılması daha sağlıklı sonuçlar alınmasına yardımcı olabilir.

Psikolojik Danışmanlara Yönelik Öneriler

1. Bu araştırmadan elde edilen en önemli sonuçlardan birisi ebeveynleri boşanmış ergenlerin benlik saygıları ve başa çıkma tarzlarının yılmazlıklarını arttırdığını yılmazlıklarının da psikolojik belirtilerini düşürdüğü aynı zaman da da benlik saygısı ve stresle başa çıkmanın yılmazlık aracılığı ile psikolojik belirtilerini düşürdüğü böylece psikolojik sağlıklarını korumaya yardımcı olduğu yönündedir. Bu bağlamda, kapsamlı gelişimsel rehberlik programları hazırlanırken yılmazlığın kazanılmasına yardımcı olabilecek daha fazla sınıf rehberlik etkinliğine ve grup rehberlik programlarına yer verilebilir.
2. Araştırma sonuçlarının okullarda çalışan psikolojik danışmanlara, ebeveynlerinin boşanması durumunu yaşamış ergenlere yönelik geliştirilecek grup rehberliği programları hazırlamada yol göstermesi ve geliştirilecek bu programların ergenlere ve ailelere uygulanarak bu duruma uyum sağlamada destek olacağı düşünülmektedir.
3. Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlığını olumlu yönde etkileyen önemli faktörler benlik saygısı ve stresle başa çıkmadır. Benlik saygısının ve stresle başa çıkmanın kazanılmasında grup rehberliği programlarının hazırlanması faydalı olacaktır.
4. Koruyucu faktörlerin risk durumu karşısındaki koruyucu özelliği düşünüldüğünde boşanma sonrasında da ailenin bu işlevlerin devam etmesini bu durumla baş etmede etkili olacağı düşünülebilir. Boşanma sonrasında da çocuğun ebeveynle kuracağı olumlu ilişki boşanmanın yarattığı olumsuz etkiyi azaltacak ve boşanma sonrasında ebeveynleri ile olan bu ilişkisinden dolayı oluşacak uyum ve destek çocuğu olumlu etkileyecektir. Koruyucu faktör olarak ebeveynlerin aile ortamlarını düzenlerken boşanma öncesinde, sırasında ve sonrasında çocukların yılmazlıklarının kazanılmasını sağlama amaçlı ebeveyn eğitimleri ve seminerleri hazırlanıp ailelerle çalışılabilir.
5. Yılmaz bireyler yetiştirmenin altında yatan temel nokta kendilerini yeterli algılayan bireyler yetiştirmektir. Bunun için ergenlerin sahip oldukları yeterlilikleri artırmak

önem teşkil etmektedir. Ergenlerin risk faktörleri karşısında daha güçlü bir şekilde durması sağlanabilir. Bu da yılmazlık özelliklerinin ve koruyucu faktörlerin geliştirilmesine bağlıdır. Yılmazlık özelliklerinin ve koruyucu faktörlerin geliştirilmesine yönelik önleyici ve müdahale çalışmaları yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Amato, P.R. (1987). "Children's Reactions to Parental Separation and Divorce: The Views of Children and Custodial Mothers". *Australian Journal of Social Issues*, 22 (4), 610-623.
- Amato P.R.ve Booth A. (1991). Consequences Of Parental Divorce and Marital Unhappiness for Adult Well-Being, *Social Forces*, 69 (3), 895-916.
- Amato P.R. (2000). The Consequences Of Divorce For Adults and Children. *Journal of the Marriage & the Family*, 62, 1269- 1288.
- Aydoğan, D., Terzi, Ş., Eşici, H. & Tomar, I. H. , 2012. Validation of resilience scale for Turkish youth and adults, 33st International Conference Of the Stress And Anxiety Research Society Spain.
- Baltaş, A., Baltaş, Z. (1993). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Benard, B. (1991). *Fostering Resiliency in Kids: Protective Factors in The Family, School and Community*. Porland: Northwest Regional Educational Laboratory.
- Bruno, F.J. (1996). *Psikoloji Tarihine Giriş*. Çev.: G. Sevdiren, İstanbul: Kıbele Yayınevi.
- Brage, D., Meredith, W. ve Woodward, J. (1993). Correlates of Loneliness Among Midwestern Adolescents. *Aloescence*, 28, 685-693.
- Bynum, M. K. ve Durm, M. W. (1996). Children of divorce and its effect on their selfesteem. *Psychological Reports*, 79, 447-450.
- Chen, J-D. ve George, R. A. (2005). Cultivating Resilience in Children From Divorced Families, *The Family Journal*, 13, 452 – 455.
- Coie, J. D, Watt, N. F, West, S. G., Hawkins, J. D., Asarnow, J. R. ve Markman, H. J. (1993). The science of prevention: a conceptual framework and some directions for a nationals research program. *American Psychologist*, 48 (10), 1013-1022.
- Compas B.E. (1998). An Agenda For Coping Research And Theory: Basic And Applied Developmental Issues. *International Journal of Behavioral Development*, 22, 231-237.
- Connor (2006). Assessment of resilience in the aftermath of trauma. *Journal of Clinical Psychiatry*, 67 (2), 46-9.
- Corey, G. (1990). *Theory and Practise of Group Counseling*. 3. Edition, California: Brooks/Cole Publication.
- Cüceloğlu, D. (1996). *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*. 6. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çelikoğlu, C. (1997). Boşanmanın Çocukların Benlik Saygısına Etkisinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Garnefski, Nadia and Rene F. W. Diekstra. 1997. Adolescents from One Parent, Stepparent, and Intact Families: Emotional Problems and Suicide Attempts. *Journal of Adolescence* , 20: 201-8.
- Çuhadaroğlu, F. (1985). Gençlerde benlik saygısı ile ilgili bir araştırma. XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi . Çukurova Univ Tıp Fak., 107-108.
- Güney, M. (1998). Ergenlik Dönemi Dünyası. *Psikiyatrist Dünyası*, 2, 41- 44.
- Steinhardt, M. ve Dolbier, C. (2008). Evaluation of a Resilience Intervention to Enhance Coping Strategies and Protective Factors and Decrease Symptomatology. *Journal of American College Health*, 56 (4), 445 - 453

- Dumont, M. ve Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 343- 363.
- Er, Gökül. (2009). *Ailesi Parçalanmış Olan Lise Öğrencilerinin Akademik Sağlamlılık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ege Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Erim, B. (2001). *Yetiştirme Yurtlarında ve Aileleri Yanında Yaşayan Ergenlerin, Benlik Saygısı, Depresyon ve Yalnızlık Düzeyleri ile Sosyal Destek Sistemleri Açısından Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Yalım, F. Esra. (2001). *Yüksekokul Öğrencilerinde Benlik Saygısının Akademik Başarı Ve Ana-Baba İle İletişime Etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Gizir, C. A. (2004). *Academic Resilience: An Investigation of Protective Factors Contributing To The Academic Achievement of Eight Grade Students in Poverty*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Goodman, C., & Pickens, J. (2001). Self-blame and Self-esteem in College-aged Children From Divorced Families. *Journal of Divorce & Remarriage*, 34, 119-135.
- Greene, R. (2002). Human behavior theory: A resilience orientation. In R. Greene (Ed.), *Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research*. . (1-28). Washington, DC: NASW Press.
- Fergusson, D. M. ve Lynskey, M. T. (1996). Adolescent resiliency to family adversity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 37, 281-292.
- Fine, M.A. ve Schwebel, A.I. (1991). Resiliency in black children from single-parent families. In W.A. Rhodes & W.K. Brown (Eds.), *Why some children succeed despite the odds*. (23-40). New York: Praeger.
- Fiyakalı, N.C. (2008). *Anne-Babası Boşanmış ve Boşanmamış Lise Öğrencilerinin Sürekli Öfke Düzeyleri ve Öfke İfade Tarzlarının Bazı Değişkenler Açısından Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Flach, F. (1997). *Resilience the Power to Bounce Back When the Going Gets Tough*. New York:Hatherleigh Press.
- Fraenkel, J.R. ve Wallen, N.E. (2006). *How to Design and Evaluate Research in Education* (Sixth Edition). McGraw-Hill Companies, Inc.
- Folkman, S., Lazarus, R. (1985). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Frost, A.K. and B. Pakiz. (1990). "The Effects of Marital Disruption on Adolescents: Time as a Dynamic". *American Journal of Orthopsychiatry*, 60 (4), 544-555.
- Harnish, J. D., Aseltine, R. H., & Gore, S. (2000). Resolution of stressful experiences as an indicator of coping effectiveness in young adults: An event history analysis. *Journal of Health and Social Behavior*, 41(2), 121-136
- Haynes, N. M. (2005). Personalized Leadership for Effective Schooling. [Online]: [URL: www.atdp.berkeley.edu/haynes_keynote_04.ppt](http://www.atdp.berkeley.edu/haynes_keynote_04.ppt)
- Henderson, N., Milstein, M. M. (1996). *Resiliency in schools: Making it happen for students and educators*. Thousand Oaks, California: Corwin Pres.
- Hetherington, E. M. (1989). Coping with family transitions: Winners, losers, and survivors. *Child Development*, 60, 1-14.

- Kararırmak, Ö. (2007). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study. (Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel faktörlerin incelenmesi: Bir model test etme çalışması)* Basılmamış Doktora Tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi
- Kaya A., Saçkes, M. (2004) Benlik Saygısı Geliştirme Programının İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerine Etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3 (21), 49-56.
- Kılıç, M. (1987). *Değişik psikolojik arazlara sahip olan ve olmayan öğrencilerin sorunları*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Kirby, L.D., Fraser, M. W. (1997). *Risk and resilience in childhood*. Risk and resilience in childhood (10-33). Washington, DC: NASW .
- Korkut, Y. (1990). *Adolescents from divorced homes: A comparison of family status and an investigation of some factors related to self concept and depression*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Krovetz, M. L. (1999). *Fostering Resiliency: Expecting All Students to Use Their Minds and Hearts Well*. California: Corwin Press Inc.
- Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Kumpfer, K. L. (1999). *Factors and processes contributing to resilience: the resilience framework*. In M. D. Glantz J. L. Johnson, (Eds), *Resilience and development: Positive life adaptations* (179-224). New York: Kluwer Academic.
- Luthar, S. (1991). Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. *Child Development*, 62, 600-616.
- Mandleco, B., Peery, J. C. (2000). *An organizational framework for conceptualizing resilience in children*. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13(3), 99 - 111.
- Marsella, A.J., Jash-Scheuer, A. (1988). *Coping, Culture, And Healthy Human Development: A Research And Conceptual Overview*. In P.R. Dasen, S.W. Berry, N.Sartorius (Ed). *Health and Cross Cultural Psychology Toward Applications*. London: Sage Publication.
- Masten, A. S., Best, K. M., Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A. S. (1994). *Resilience in Individual Development: Successful Adaptation Despite Risk and Adversity*. In M. C. Wang, E. W. Gordon (Eds.), *Educational Resilience in Inner-City America: Challenges and Prospects* (3-25). New Jersey: Lawrence Earlbaum Associates.
- Masten, A. S. ve Reed, M.J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Eds.). *The Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Meissner, W. W. (1985) Theories of Personality and Psychopathology. *Comprehensive Textbook of psychiatry*, 337-418.
- Norman, E. (2000). *Resiliency Enhancement: : putting the strengths perspective into social work practice* Columbia University Press Publishers Since 1893 New York Chichester, West Sussex

- Öğülmüş, S. (2001). *Bir Kişilik Özelliği Olarak Yılmazlık*. I. Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmaları'na sunulan bildiri, 29-30 Mart, Ankara.
- Öngider, N. (2011). Anksiyete Düzeyleri Açısından Boşanmış ve Evli Anneler ile Çocuklarının İncelenmesi. *Nöropsikiyatri Arşiv Dergisi* , 48(1), 66-70 .
- Özbay, H., Öztürk, E. (1992). *Gençlik*. İstanbul: İletişim Yayıncılık .
- Özbay, Y. (1993). An investigation of adaptational coping and negative feelings of international students studying abroad. *Doktoral Dissertation*, Texas Tech University, Lubock, TX, USA.
- Özbay, Y. ve Şahin, B. (1997). *Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması*. IV. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi. Ankara: 1-3 Eylül.
- 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, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Özen, D. (1999). Eşler Arası Çatışma ve Boşanmanın Çocuklar Üzerindeki Etkileri: Sosyal Destek . *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 6(2), 83-88.
- Özhan, G. (1993). *Yetiştirme Yurtlarında ve Aileleri Yanında Yasayan Ergenlerin, Bazı Gereksinimleri Yönünden Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Öztürk S. (2006). *Anne-Babası Boşanmış 9-13 Yaşlarındaki Çocuklar İle Aynı Yaş Grubundaki Anne-Babası Boşanmamış Çocukların Benlik Saygısı ve Kaygı Düzeyleri İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Patterson, J.M. (2002). Integrating Family Resilience and Family Stress Theory. *Journal of Marriage and Family*, 64, 349-60.
- Pedro-Carrol, J ve Jones, S. (2005). A preventative play intervention to foster children's resilience in the aftermath of divorce. In L. A. Reddy, T. M. Files-Hall, ve C. E. Schaefer (Ed.), *Empirically based play interventions for children* (51- 75). Washington, DC: American Psychological Association.
- Philippe, F. L., Lecours, S., Beaulieu-Pelletier, G. (2011). Ego-Resiliency as a Mediator Between Childhood Trauma and Psychological Symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(6), 583-598.
- Pişkin, M. (1996). *Türk ve İngiliz Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Yönünden Karşılaştırılması*. III. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi. Adana: Çukurova Üniversitesi, 1-11.
- Pişkin, M. (2003). Özsaygı Geliştirme Eğitimi. İçinde: Y. Kuzgun (Ed.), *İlköğretimde Rehberlik*. (95-123). Ankara: Nobel Yayınları.
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307-321.
- Robson, B. E. (1991). *Children of Divorce: Some Do Cope*. In W. A. Rhodes, W. K. Brown (Eds.), *Why Some Children Succeed Despite the Odds* (7-22). New York: Praeger Publishers.
- Rogers, Carl. (1951). *Client-centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*. London: Constable.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Selfimage*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12. USA: Blackwell Publishing.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Ryff, C. D., Keyes C. L. M., (1995) The Structure of Psychological Well- Being Revisited . *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Scales, P. C., Benson, P. L., & Mannes, M. (2006). The contribution to adolescent well-being made by nonfamily adults: An examination of developmental assets as contexts and processes. *Journal of Community Psychology*, 34(4), 401-413.
- Slater, E.J., Stewart, K.J. ve M.W. Linn. (1983). "The Effects of Family Disruption on Adolescent Males and Females". *Adolescence*, 18 (72), 931-942.
- Serin, N. ve Öztürk, S. (2007). Anne – Babası Boşanmış 9-13 Yaşlarındaki Çocuklar ile Aynı Yaş Grubundaki Anne- Babası Boşanmamış Çocukların Benlik Saygısı ve Kaygı Düzeyleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 117-128.
- Şahin, N.H. (1998). *Stresle Başa Çıkma: Olumlu Bir Yaklaşım*. 3. Basım, Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Sipahioğlu, Önder. (2012). *Farklı Lise Gruplarındaki Ergenlerin Psikolojik Sağlamlılıklarının İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Stoiber, K. C., Good, B. (1998). Risk and resilience factors linked to problem behavior among urban, culturally diverse adolescents. *School Psychology Review*, 27(3).
- Şahin, N. H., Durak, A. (1994). Kısa semptom envanteri (brief symptom inventory-BSI). Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31),44-56.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini toparlama gücü ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 77-86.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinde kendini toparlama gücünün içsel koruyucu faktörlerle ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)*, 35: 297-306.
- Thomas, D. A. (2011). Reaching resilience: Protective factors and adult children of divorce. *Ideas and Research You Can Use: VISTAS*
- Turan, N. ve Tufan, B. (1987). *Cooper-Smith Benlik saygısı Envanterinin Geçerlik Güvenirlik Çalışması*. 23.Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi, 816-817
- TÜİK (2013). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri. Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=13469>
- Ungar, M. ve Liebenberg, L. (2009). Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçümü-28: Kullanıcı Kılavuzu Halifax,NS Kanada: Yılmazlık Araştırma Merkezi; Dalhousie Üniversitesi.
- Yalın, D. (2007). *First year college adjustment: The role of coping, ego resiliency, optimism and gender. (Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin uyumu: Psikolojik sağlamlık, başa çıkma, iyimserlik ve cinsiyetin rolü)*. Basılmamış yüksek lisans tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi
- Yavuzer, H. (2004). *Ana- Baba ve Çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi .
- Yavuzer, H. (2005). *Gençleri Anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi .
- Yavuzer, H. (1993). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi .

- Yılmaz, H. ve Sipahioğlu, Ö. (2012). Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlılıklarının incelenmesi. *İlköğretim Online*, 11(4), 927-944, [Online]: <http://ilkogretim-online.org.tr>
- Yörükoğlu, Atalay. (1990). *Gençlik Çağı: Ruh Sağlığı Ve Ruhsal Sorunlar*. İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.
- Vandervalk, I., Spruist, E., Goede, M., Meeus, W., Maas, C., (2004). Marital Status, Marital Process and Parental Resources in Predicting Adolescent Emotional Adjustment. *Journal of Family Issues*, 25(3), 291- 317
- Wallerstein, J.S. ve Kelly, J.B. (1980). *Surviving the breakup: How children and parents cope with divorce*. New York: Basic.
- Wallerstein, J.S. ve J.B.Kelly (1975). "The Effects of Parental Divorce: Experiences of the Preschool Child". *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 14, 600-616.
- Walsh, P.E. ve A.L. Stolberg. (1989). "Parental and Environmental Determinants of Children's Behavioral, Affective and Cognitive Adjustment to Divorce". *Journal of Divorce*, 12 (2/3), 265-282.
- Walsh, F. (2002). A family resilience framework: Innovative practice applications. *Family relations*, 51(2): 130- 1379.
- Werner, E.E. (2004). Journeys from childhood to midlife: risk, resilience, and recovery. *Pediatrics*, 492.
- Windle, G., Markland, D. A., Woods, R. T. (2008). Examination of a theoretical model of psychological resilience in older age. *Aging & Mental Health*, 12 (3), 285- 29

EKLER

EK – 1 YILMAZLIK ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

Yönerge: Aşağıda yaşamınızın farklı alanlarıyla ilgili olabilecek değişik ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadeleri dikkatlice okuyarak sizin için uygunluk ve sizi ne kadar tanımladığını göz önünde bulundurarak işaretleyiniz.

	Beni HiÇ tanımlamıyor				Beni TAMAMEN tanımlıyor
1. Etrafımda güvendiğim insanlar vardır.	1	2	3	4	5
2. Eğitim almak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
5. Ebeveynlerim/Bakıcılarım benimle yakından ilgilenirler.	1	2	3	4	5
7. Acıktığımda karnımı doyuracak kadar yiyeceğe ulaşabilirim.	1	2	3	4	5
13. Kendime ya da diğerlerine zarar vermeden problemlerimi çözebilirim (örneğin şiddet uygulama ya da ilaç kullanma gibi)	1	2	3	4	5
21. Güçlü yönlerimin farkındayım.	1	2	3	4	5

EK-2**COOPERSMİTH BENLİK SAYGISI ENVANTERİ ÖRNEK MADDELER**

Yönerge : Aşağıda insanların kendileri ile ilgili bazı duygularını açıklayan ifadeler yer almaktadır. Bu cümlelerden size uygun olanları “benim gibi” uygun olmayanlara ise “benim gibi değil” sütununa (X) işaretinin koyunuz. Teşekkürler.

Benim Gibi**Değil**

1. Çevremde olup bitenlerden genellikle rahatsız olmam.
4. Karar vermede fazla zorluk çekmem.
7. Yeni şeylere kolay alışamam.
10. Başkalarının söylediğini kolaylıkla kabul ederim.
13. Hayatımın karmakarışık olduğuna inanıyorum.
16. Sık sık evden kaçmayı düşünüyorum.
19. Söylenecek sözüm varsa onu söylemekten kaçınmam.
24. Sık sık keşke başka biri olsam diye düşünürüm.

EK-3**STRESLE BAŞAÇIKMA TARZLARI ÖLÇEĞİ 'NDEN ÖRNEK MADDELER****Stresle BaşaÇıkma Tarzları Ölçeği**

Yönerge: Aşağıda günlük yaşantılarınız içerisinde karşılaştığınız problem durumlarıyla nasıl başa çıktığınız ile ilgili ifadeler bulacaksınız. Kafanızda ebeveynlerinizin boşanması ile ilgili bir sorunu düşünün, bunun üzerinde bir süre odaklanın ve cevaplarınızı bu sorunu çözmeye çalışırken her bir ifade de belirtilen başa çıkma yolunu ne sıklıkla kullandığınızı düşünerek, sizin durumunuzu en iyi yansıtan sayıyı yuvarlak içine alarak işaretleyiniz.

Hiçbir zaman 0 (%0) Bazen 2 (%25-50) Genellikle 5 (%75-100)

Ara sıra 1 (% 1-25) Sık sık 3 (% 50-75)

<i>Maddeler</i>	<i>0</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
1 . Arkadaşlarım ve yakınlarımdan duygusal destek almaya çalışırım.					
4 . Başıma gelenden bir şeyler öğrenmeye çalışırım.					
5 . Başıma gelenlere inanmak istemem.					
9 . Benden yaşlı birine danışırım.					
15 . Ne yapacağım konusunda bir plan hazırlarım.					
22. Problemimi en iyi nasıl çözebileceğimi düşünürüm.					

EK- 4**KISA SEMPTOM ENVANTERİ ÖRNEK MADDELER**

Yönerge: Aşağıda zaman zaman herkeste görülebilecek yakınma ve sorunlardan oluşan 53 maddelik bir liste vardır. Lütfen listedeki maddelerin her birini dikkatlice okuyunuz. Sonra, bu durumun, bugün de dahil olmak üzere, son bir hafta içinde sizi ne ölçüde huzursuz ve tedirgin ettiğini göz önüne alarak; belirtilen tanımlamaların derecesini en iyi gösteren seçeneği X ile işaretleyiniz. Her ifade için bir tek işaret kullanınız.

0 Hiç yok

1 Biraz var

2 Orta derecede var

3 Epey var

4 Çok fazla

<i>Maddeler</i>	<i>0</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
1. İçinizdeki sinirlilik ya da titreme hali					
5. Olayları anımsamada (hatırlamada) güçlük					
9. Yaşamınıza son verme duygusu					
13. Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları					

EK- 5**Kişisel Bilgi Formu**

Yönerge: Sevgili öğrenciler, bu form, yaptığım araştırmayla ilgili olarak, kendiniz ve aileniz hakkında, bazı konularda görüşlerinizi almak amacıyla hazırlanmıştır. Size yöneltilen sorulara samimi ve doğru yanıt vermeniz, yapılan araştırmanın geçerli ve güvenilir olmasına büyük katkı sağlayacaktır. Bu nedenle, soruları dikkatle okuyunuz ve sizin durumunuza en uygun olanı (X) şeklinde işaretleyiniz.

1. Cinsiyetiniz : ()Kız ()Erkek

2. Yaşınız:

3. Kardeş sayınız:

4. Ailenizinn aylık geliri: () Çok az () Az () Orta () Ortanın üstü () Çok () Çok yüksek

5. Annenizin eğitim durumu:

- () Okur-yazar ama ilkokul mezunu değil
- () Okur-yazar değil
- () İlkokul mezunu
- () Ortaokul mezunu
- () Lise mezunu
- () Üniversite veya yüksekokul mezunu

6. Babanızın eğitim durumu:

- () Okur-yazar ama ilkokul mezunu değil
- () Okur-yazar değil
- () İlkokul mezunu
- () Ortaokul mezunu
- () Lise mezunu
- () Üniversite veya yüksekokul mezunu

7. Babanızın çalışma durumu : () çalışmıyor () çalışıyor

8. Annenizin çalışma durumu: () çalışmıyor () çalışıyor

9. Anne ve babanız ne zaman boşanmıştır?

- () 1 yıldan az () 1 – 2 yıldır () diğer belirtiniz.....

10. Anne ve babanızın boşanmadan sonra görüşme sıklığını belirtiniz.

- () haftada 1’ den fazla () 15 günde 1 () Hiç () diğer belirtiniz.....

