

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI



**ERGENLİK DÖNEMİNDE ALGILANAN SOSYAL
DESTEK İLE YAŞAM DOYUMU VE ÖZGÜVEN
İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Banu SÜPÇELER

Lefkoşa
Haziran, 2016



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI



**ERGENLİK DÖNEMİNDE ALGILANAN SOSYAL
DESTEK İLE YAŞAM DOYUMU VE ÖZGÜVEN
İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan: Banu SÜPÇELER
Danışman: Doç. Dr. Aşkın KİRAZ

Lefkoşa
Haziran, 2016

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne,

Banu Süpçeler'e ait "Ergenlik Döneminde Algılanan Sosyal Desteğin Yaşam Doyumu ve Özgüven Üzerine Etkisi" isimli bu çalışma, jürimiz tarafından Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan:.....

Prof. Dr. Münevver Yalçinkaya

Üye (Danışman):.....

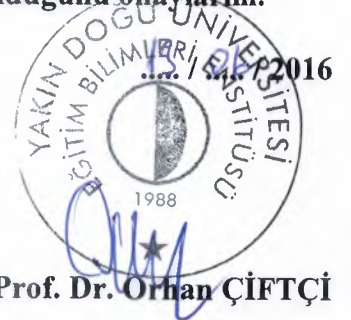
Doç. Dr. Aşkın KIRAZ

Üye:.....

Yrd. Doç. Dr. Ayhan Çakıcı Eş

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.



Prof. Dr. Orhan ÇİFTÇİ

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Bu tezin tasarımı, hazırlanması, yürütülmesi, araştırmanın yapılması ve bulgularının çözümünde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyulduğunu; bu çalışmanın doğrudan birincil etiğe uygun olarak kaynak gösterildiğini ve alıntı yapılan çalışmalara atfedildiğini beyan ederim.


BANU SÜPÇELER

10/06/2016

ÖZET

ERGENLİK DÖNEMİNDE ALGILANAN SOSYAL DESTEK İLE YAŞAM DOYUMU VE ÖZGÜVEN İLİŞKİSİ

Banu SÜPÇELER

Yüksek Lisans, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Aşkın Kiraz

Haziran 2016, 130 sayfa

Bu araştırmada, ergenlik döneminde algılanan sosyal destek ile ergenlerin yaşam doyumları ve özgüvenleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada ergenlerin demografik değişkenleri göz önüne alınarak, ergenlerin algıladıkları sosyal destek, yaşam doyumları ve özgüvenleri belirlenmiş; algılanan sosyal destek ile yaşam doyumu ve algılanan sosyal destek ile özgüven arasındaki ilişki irdelenmiştir.

Çalışma nicel araştırma yöntemine uygun olarak, ilişkisel tarama deseniyle yürütülmüştür. Araştırmanın genel evrenini Kuzey Kıbrıs'ın Girne Kazasında, 2014-2015 eğitim öğretim yılında 9, 10, 11 ve 12. sınıfa devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu, evren içerisinde yer alan dört lisenin 9, 10, 11, 12. sınıflarına devam eden 209'u erkek (%47,9), 227'si kız (%52,1) olmak üzere toplamda 436 öğrenciden oluşmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak demografik bilgilerin yer aldığı Kişisel Bilgi Formu, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Özgüven Ölçeği ve Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 20 paket programı kullanılarak yapılmıştır.

Araştırmanın sonucunda 15-19 yaş grubundaki 436 ergenin yaşam doyumu puanlarının okul, sınıf, anne eğitim ve baba eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılaşma gösterdiği bulunmuştur. Fakat cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, doğum sırası, anne iş, baba iş, konut durumu ve birlikte yaşadığı kişilere göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ergenler tarafından algılanan sosyal destek puanlarında okul ve konut durumu anlamlı bir farklılık gösterirken; cinsiyet, yaş, sınıf, kardeş sayısı, doğum sırası, anne eğitim, baba eğitim, anne iş, baba iş ve birlikte yaşanan kişiler değişkenlerinde herhangi bir anlamlılığa rastlanmamıştır. Ergenlerin özgüven puanlarının ise okul, anne eğitim, baba eğitim ve anne iş durumuna göre anlamlı fark gösterdiği görülmüştür. Ayrıca çalışmada algılanan sosyal destek ile yaşam doyumu arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı, özgüven ile yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; algılanan sosyal destek, yaşam doyumu ve özgüven arasındaki ilişki orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, özgüven, ergen, rehberlik.

ABSTRACT**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE SOCIAL SUPPORT PERCEIVED IN
PUBERTY AND, LIFE SATISFACTION AND SELF CONFIDENCE****Banu SÜPÇELER****Post Graduate, Department of Physical Counselling and Guidance**

Thesis Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Aşkın Kiraz

June 2016, 130 pages

The relationship between the social support perceived along the time of puberty has been examined with the the life satisfaction and self confidence of teenagers. In this research; demografic variables of teenagers has been taken into consideration and in addition to that, corelation between the social support perception, satisfaction and self confidence has been examined.

Study has been completed in a way of relational scanning pattern in accordance with quantitative method. The study group included the students attending 9, 10, 11, and 12th grade in the terms of 2014-2015 years in province of Kyrenia Northern Cyprus. The sampels of research group included 436 students composed of 209 boy (%47,8) and 223 girl (%52,2). The data collection tools used during the research were, personal information form, which consists of demographic data, Multidimentional Social Support Perception Scale, Self Confidence Scale and Multidimentional Life Satisfaction Scale. The analysis of the data has been completed by use of SPSS 20 package program.

As a conclusion of this research, the life satisfaction points of 436 adolescents has shown a meaningful differentiation according to the school type, grades attended and parents (mother, father) education level. However, there has been no meaningful differentiation regarding gender, age, number of siblings, the order of birth, the job of mother and father, housing situation and the people they live with. While social support perception points of adolescents considering school and housing situation showed a meaningful differentiation, there has been no meaningful differentiation according to the gender, age, grades, number of siblings, order of birth, educational levels of parents, jobs of parents and the people living together. Considering the self-confidence points of adolescents, school, parents educational level and jobs of parents has shown a meaningful differentiation. As a result of the study there has been a mid level positive meaningful differentiation between the perception of social support and the life satisfaction. Also there has been a high level positive meaningful relationship in between the perceived social support and self-confidence. Finally there has been a mid level positive meaningful relationship in between the perceived social support, life satisfaction and self confidence.

Keywords: Perceived social support, life satisfaction, self confidence, adolescents, guidance.

TEŞEKKÜR

Öncelikle, çalışmamın her aşamasında ilgisi, anlayışı, bilgi ve deneyimleri ile her zaman tüm benliğiyle yanımda hissettiren, motivasyonum düştüğünde beni tekrardan yepyeni bir enerji ile var eden, beni yönlendiren biricik tez danışmanım Doç. Dr. Aşkın Kiraz'a yürekten sevgi dolu teşekkürlerimi sunmak isterim.

Araştırmamın istatistiksel analizi sırasında bana destek sağlayan Yrd. Doç. Dr. Umut Akçıl'a ve tez sürecimde beni yüreklendiren, yanımda olan tüm dostlarıma teşekkürler ederim.

Beni ben yapan, beni bugünlere getiren, yüksek lisans yapmam için maddi manevi destek sağlayan, her zaman koşulsuz sevgileri ile arkamda hissettiğim canımdan çok sevdiğim annem, babam ve ablama; muhteşem kişiliğiyle bana yol gösteren, yollarımı benim için önceden açan biricik babam Suat Özcan'a, bana örnek olan, muhteşem enerjisiyle beni yüreklendiren, her zaman, her dakika desteğini hissettiğim biricik annem Bahar Özcan'a, bana her konuda destek veren, güç veren biricik ablam Seda Keskin'e sonsuz teşekkürler ederim. Bu çalışma sırasında varlıkları ile güç veren, sevgi ve sabırla bana destek olan biricik eşim Serdar Süpçeler'e ve muhteşem çocuklarım oğlum Suay Alp Süpçeler'e, kızım İpek Süpçeler'e sonsuz teşekkür ederim. İyi ki varsınız, iyi ki benimlesiniz varlığınıza minnettarım.

Banu SÜPÇELER

Lefkoşa, Haziran 2016

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	iii
TEŞEKKÜR	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar DİZİNİ	xii
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem	1
1.2. Araştırmanın Amacı	3
1.3. Araştırmanın Önemi	4
1.4. Sınırlılıklar	5
1.5. Tanımlar	6
2. KURAMSAL BİLGİLER.....	7
2.1. Ergenlik Dönemi	7
2.1.1. Ergenlik Döneminin Psikolojik Boyutu	8
2.2. Algılanan Sosyal Destek	9
2.2.1. Sosyal Destek Modelleri	10
2.2.2. Sosyal Destek Kaynakları	11
2.2.2.1. Aileden Sağlanan Sosyal Destek.....	11
2.2.2.2. Arkadaştan Sağlanan Sosyal Destek	12
2.2.2.3. Okul Ortamı ve Sosyal Destek.....	12
2.3. Özgüven	12

2.3.1. Özgüven Olgusu.....	14
2.3.2. Özgüven Olgusunun Psikolojik Boyutu	14
2.3.3. Özgüven Olgusunun Sosyal Boyutu.....	16
2.3.4. Özgüven Zayıflığı.....	17
2.3.6. Ergenlikte Özgüven Duygusunun Gelişimi	19
2.3.7. Ergenlikte Özgüveni Etkieleyen Psikolojikve Sosyolojik Faktörler.....	20
2.4.Yaşam Doyumu	21
2.4.1 Yaşam Doyumu	21
2.4.2. Yaşam Doyumunun Önemi	22
2.4.3. Ergenlik Dönemi ve Yaşam Doyumu.....	23
2.5. İlgili Araştırmalar	24
3. YÖNTEM.....	33
3.1. Araştırma Modeli	33
3.2. Evren ve Örneklem	34
3.3. Veri Toplama Araçları	38
3.3.1. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	39
3.3.2. Özgüven Ölçeği.....	39
3.3.3. Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği	39
3.4. Verilerin Toplanması	40
3.5. Verilerin Analizi	41
4. BULGULAR, YORUM VE TARTIŞMA	43
4.1. “Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanları Ölçeğin Arkadaş, Okul, Çevre, Aile ve Benlik Alt Boyutlarına Göre Nasıl Dağılım Göstermektedir?” Alt Amacı	

Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular	43
4.2. “Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanları Demografik Bilgilerine Göre Değişkenlik Göstermekte midir” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular	45
4.2.1. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Cinsiyetlerine Göre Analizi	45
4.2.2. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Yaşlarına Göre Analizi	46
4.2.3. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Okullarına Göre Analizi	47
4.2.4. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Sınıflarına Göre Analizi	48
4.2.5. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Kardeş Sayılarına Göre Analizi	49
4.2.6. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Doğum Sıralarına Göre Analizi	50
4.2.7. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Anne Eğitim Durumuna Göre Analizi	51
4.2.8. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Analizi	53
4.2.9. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Anne İş Durumuna Göre Analizi	54
4.2.10. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Baba İş Durumuna Göre Analizi	55
4.2.11. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Konut Durumuna Göre Analizi	56
4.2.12. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Birlikte Yaşadıkları Kişiler Durumuna Göre Analizi	56
4.3. “Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanları Ölçeğin Aile, Arkadaş, Özel İnsan Alt Boyutlarına Göre Nasıl Dağılım Göstermektedir?” Alt Amacı	

Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular	57
4.4. “Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanları Demografik Bilgilerine Göre Değişkenlik Göstermekte midir” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular	59
4.4.1. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Cinsiyet Durumuna Göre Analizi	59
4.4.2. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Yaş Durumuna Göre Analizi	60
4.4.3. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Okul Durumuna Göre Analizi	61
4.4.4. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Sınıflarına Göre Analizi	62
4.4.5. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Kardeş Sayısı Durumuna Göre Analizi	63
4.4.6. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Doğum Sıralarına Göre Analizi	64
4.4.7. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Anne Eğitim Durumuna Göre Analizi	65
4.4.8. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Analizi	65
4.4.9. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Anne İş Durumuna Göre Analizi	66
4.4.10. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Baba İş Durumuna Göre Analizi	67
4.4.11. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Konut Durumuna Göre Analizi	68

4.4.12. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Birlikte Yaşadıkları Kişiler Durumuna Göre Analizi	69
4.5. “Ergenlerin Özgüven Puanları Ne Düzeydedir” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular	70
4.6. “Ergenlerin Özgüven Puanları, Demografik Bilgilerine Göre Değişkenlik Göstermekte midir?” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular	71
4.6.1. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Katılımcıların Cinsiyet Durumuna Göre Analizi	71
4.6.2. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Yaşlarına Göre Analizi.....	72
4.6.3. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Okullarına Göre Analizi	73
4.6.4. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Sınıflarına Göre Analizi.....	74
4.6.5. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Kardeş Sayılarına Göre Analizi	75
4.6.6. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Doğum Sıralarına Göre Analizi	76
4.6.7. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Anne Eğitim Durumuna Göre Analizi	76
4.6.8. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Analizi	78
4.6.9. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Anne İş Durumuna Göre Analizi	79
4.6.10. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Baba İş Durumuna Göre Analizi	80

4.6.11. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Konut Durumuna Göre Analizi	81
4.6.12. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Birlikte Yaşadıkları Kişiler Durumuna Göre Analizi	82
4.7. “Ergenler Tarafından Algılanan Sosyal Destek ile Ergenlerin Yaşam Doyumları Arasında Bir İlişki Var mıdır?” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular	83
4.8. “Ergenler Tarafından Algılanan Sosyal Destek ile Ergenlerin Özgüvenleri Arasında Bir İlişki Var mıdır?” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular..	84
4.9. “Ergenler Tarafından Algılanan Sosyal Destek, Ergenlerin Yaşam Doyumları ve Ergenlerin Özgüvenleri Arasında Bir İlişki Var mıdır? ” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular	85
5. SONUÇ VE ÖNERİLER	86
5.1. Sonuç	86
5.2. Öneriler	91
KAYNAKÇA	94
EKLER	108
ÖZGEÇMİŞ	113

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Cinsiyete Göre Dağılım	34
Tablo 2. Yaşa Göre Dağılım	35
Tablo 3. Okula Göre Dağılım.....	35
Tablo 4. Sınıfa Göre Dağılım.....	35
Tablo 5. Kardeş Sayısına Göre Dağılım	36
Tablo 6. Doğum Sırasına Göre Dağılım	36
Tablo 7. Anne Eğitim Durumuna Göre Dağılım.....	36
Tablo 8. Baba Eğitim Durumuna Göre Dağılım	37
Tablo 9. Anne İş Durumuna Göre Dağılımı.....	37
Tablo 10. Baba İş Durumuna Göre Dağılımı	37
Tablo 11. Konut Durumuna Göre Dağılım	38
Tablo 12. Birlikte Yaşanılan Kişilere Göre Dağılım	38
Tablo 13. Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Alt Boyutlara Göre Dağılımı	43
Tablo 14. Cinsiyetlere Göre Yaşam Doyumu Dağılımı.....	45
Tablo 15. Yaşlara Göre Yaşam Doyumu Dağılımı	46
Tablo 16. Okullara Göre Yaşam Doyumu Dağılımı	47
Tablo 17. Sınıflara Göre Yaşam Doyumu Dağılımı	48
Tablo18. Kardeş Sayısına Göre Yaşam Doyumu Dağılımı	50
Tablo 19. Katılımcıların Doğum Sıralarına Göre Yaşam Doyumu Dağılımı	50
Tablo 20. Anne Eğitimine Göre Yaşam Doyumu Dağılımı.....	51
Tablo 21. Baba Eğitimine Göre Yaşam Doyumu Dağılımı	53
Tablo 22. Anne İş Durumuna Göre Yaşam Doyumu Dağılımı	54
Tablo 23. Baba İş Durumuna Göre Yaşam Doyumu Dağılımı.....	55

Tablo 24. Katılımcıların Konut Durumuna Göre Yaşam Doyumu Dağılımı	56
Tablo 25. Katılımcıların Birlikte Yaşamına Göre Yaşam Doyumu Dağılımı.....	57
Tablo 26. Sosyal Destek Puanlarının Alt Boyutlarına Yönelik Dağılımı.....	58
Tablo 27. Cinsiyetlere Göre Sosyal Destek Dağılımı	59
Tablo 28. Yaşlara Göre Sosyal Destek Dağılımı	60
Tablo 29. Okullara Göre Sosyal Destek Dağılımı.....	61
Tablo 30. Sınıflara Göre Sosyal Destek Dağılımı	63
Tablo 31. Kardeş Sayısına Göre Sosyal Destek Dağılımı.....	63
Tablo 32. Katılımcıların Doğum Sıralarına Göre Sosyal Destek Dağılımı.....	64
Tablo 33. Anne Eğitime Göre Sosyal Destek Dağılımı	65
Tablo 34. Baba Eğitime Göre Sosyal Destek Dağılımı.....	66
Tablo 35. Anne İş Durumuna Göre Sosyal Destek Dağılımı	66
Tablo 36. Baba İş Durumuna Göre Sosyal Destek Dağılımı	67
Tablo 37. Katılımcıların Konuta Göre Sosyal Destek Dağılımı	68
Tablo 38. Katılımcıların Birlikte Yaşamına Göre Sosyal Destek Dağılımı.....	69
Tablo 39. Katılımcıların Özgüven Ölçeği Toplam Puan Ortalaması	70
Tablo 40. Cinsiyetlere Göre Özgüven Dağılımı.....	71
Tablo 41. Yaşlara Göre Özgüven Dağılımı	72
Tablo 42. Okullara Göre Özgüven Dağılımı	73
Tablo 43. Sınıflara Göre Özgüven Dağılımı	74
Tablo 44. Kardeş Sayısına Göre Özgüven Dağılımı	75
Tablo 45. Katılımcıların Doğum Sıralarına Göre Özgüven Dağılımı	76
Tablo 46. Anne Eğitime Göre Özgüven Dağılımı.....	77
Tablo 47. Baba Eğitime Göre Özgüven Dağılımı	78
Tablo 48. Anne İş Durumuna Göre Özgüven Dağılımı.....	79

Tablo 49. Baba İş Durumuna Göre Özgüven Dağılımı.....	80
Tablo 50. Katılımcıların Konut Durumuna Göre Özgüven Dağılımı	81
Tablo 51. Katılımcıların Birlikte Yaşadıkları Kişilere Göre Özgüven Dağılımı.....	82
Tablo 52. Sosyal Desteğin Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki.....	83
Tablo 53. Sosyal Destek ile Özgüven Arasındaki İlişki.....	84
Tablo 54. Özgüven Yaşam ve Sosyal Ölçek Puanları Arasındaki İlişki.....	85

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Bireyler doğdukları andan itibaren sürekli büyümektedirler. Bu süreçte gelişim açısından “ergenlik” gibi özel dönemler de yaşamaktadırlar. Ergenlik dönemine girilmesiyle başlayan döneme kritik dönem denmektedir (Kulaksızoğlu, 2009). Kritik dönemde fiziksel büyüme ve psikolojik gelişme çok hızlı gerçekleşmektedir. Ergen bu dönemde erişkin değildir, fakat çocuk da değildir; çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemindedir (Bülbül, 2004). Süreçte, dönemin getirdiği bazı ruhsal ve sosyal değişimler gözlenmektedir. Fiziksel değişimi psikolojik değişimler izlemektedir (Tezel ve ark., 2012).

Ergenlik dönemi bir evre dizisi olarak değerlendirilmelidir (Steinberg, 2007). Dönem; erken dönem, orta dönem, ileri dönem olarak üç evreden oluşmaktadır. Sosyal bilimcilere göre; erken ergenlik dönemi 10-13 yaş arasını kapsamaktadır. Orta ergenlik dönemi 14-17 yaşlarını kapsamaktadır. İleri ergenlik dönemi 18-23 yaşları kapsamaktadır (Arnett, 2000).

Aile, çocuğun ilk sosyal ilişki kurduğu en önemli sosyal destek kaynağıdır. Aileleri tarafından desteklenen ergenler sağlıklı, dengeli bir kişiliğe sahip olmaktadır. Sosyal gelişimleri olumlu etkilenmekte ve akran ilişkilerinde daha başarılı olmaktadır (Akyol ve Salı, 2013). Ergenlik döneminde ergenin ruhsal sağlığını etkileyen birçok çevresel faktör bulunmaktadır. Bu nedenle ergenlik dönemi, bilimsel araştırmacıların çok fazla dikkatini çeken bir konudur.

Ergenlikte incelenen temel konulardan biri ebeveynlerin ergenler üzerindeki etkileridir (Sümer, Gündoğdu Aktürk ve Helvacı, 2010). Ergen anne baba davranışlarının, ergenlerin ruhsal gelişimleri üzerinde çok önemli etkileri vardır. Aynı zamanda bu dönemde ergenlerin arkadaş çevrelerinin de üzerlerinde olumlu, olumsuz etkileri vardır. Ergenlik dönemiyle birlikte hem ebeveynlerle kurulan ilişkiler, hem arkadaş çevreleri, hem de okul ortamındaki ilişkiler, niteliklerine göre ergenlerin ruhsal gelişimlerini etkilemektedir (Demir, 2010). Bireylerin problemlili ve stresli durumlarında aile üyelerinden, akranlarından, arkadaşlarından, öğretmenlerinden veya diğer insanlardan, duygusal veya bilgisel olarak aldıkları yardım “sosyal destek” olarak tanımlanmaktadır (Gürsoy, 2010). Sosyal destek, çevreden alınan sosyal destek ve algılanan sosyal destek olarak iki şekilde ele alınmaktadır. Algılanan sosyal destek yardıma ihtiyacın olacağı durumlarda ortaya çıkacağına olan inançtır (Özdemir, 2013). Ergenlikte hızlı değişimler ve duygusal iniş çıkışlar yaşandığı için algılanan sosyal destek bu dönemde çok daha fazla önem taşımaktadır (Akal, 2010). Çevreden alınan sosyal destek ise aile, arkadaş ve ergenin çevresinde bulunan kişiler tarafından kazandırılan somut yardımlardır. Çevreden sosyal destek alabilen ergenin stres, depresyon, saldırganlık, öfke ve diğer psikolojik belirtiler düzeyinde düşüşler gözlenmektedir (Doğan, 2008).

Özgüven, ergenlik döneminde ergen için algılanan sosyal destekten sonra gelen en önemli konulardan biridir. Bireyin kendisi ile ilgili yapmış olduğu yorumun sonucunda oluşan davranışlarını etkileyen öznel bir olgudur. Özgüven doğuştan gelen bir özellik değildir; doğduktan sonra önce aile ile başlayan sonrasında akranları, arkadaşları, öğretmenleri ve okul çevresinin etkisi ile yaşadıkça şekillenen bir olgudur (Gökner, 2010; Hambly, 2003). Özgüven ile yaşantıdaki başarılar doğru orantılı olarak birbirlerini tamamlamaktadır (Lindenfield, 2004). Özgüven olgusu

mutlulukla ilişkili olarak görülmektedir. Tatmin edici bir hayat yaşanabilmesi için özgüvene sahip olunması zorunluğudur (Bilgin, 2011). Yaşam doyumu, özgüven sahibi olan bireyin mutlu bir yaşantı sürebilmesi için en önemli koşullardan biridir. Yaşam doyumu, bireyin hayatında istedikleri ile başardıkları arasında algıladığı farklılık olarak tanımlanmaktadır (Selçukoğlu, 2001). Yaşam doyumunun aynı zamanda mutluluk düzeyi ile doğru orantılı olduğu gözlemlenmiştir (Collard, 2006). Ergenlerin yakın çevrelerindeki insanlardan algıladıkları sosyal desteğin yüksek olması, özgüven gelişimi üzerinde olumlu etki bırakır. Yaşamlarından doyum sağlayan bireylerin de özgüvenleri yüksektir ve etrafındaki kişilerle sağlıklı ilişkiler kurarlar (Diener, Diener ve Tamir, 2004).

Bu araştırmada ergenlerin özgüvenleri ve yaşam doyumları ile çevreden algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki belirlenmeye çalışılmıştır. Bu bağlamda çalışmanın problem cümlesini “Ergenlerin algıladığı sosyal destek ile ergenlerin özgüvenleri ve yaşam doyumları arasında nasıl bir ilişki vardır?” sorusu oluşturmuştur.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmada ortaöğretim ikinci kademeye devam eden öğrencilerin algıladıkları sosyal desteğin, yaşam doyumu düzeylerinin ve özgüven düzeylerinin belirlenmesi ve algıladıkları sosyal destek ile yaşam doyumları ve özgüvenleri arasındaki ilişkinin ortaya çıkarılması amaçlanmıştır. Araştırma amacı araştırılırken bazı alt amaçlara cevap aranmıştır. Bu alt amaçlar şu şekildedir:

1. Ergenlerin yaşam doyumu puanları ölçeğin arkadaş, okul, çevre, aile ve benlik alt boyutlarına göre nasıl dağılım göstermektedir?

2. Ergenlerin yaşam doyumu puanları, demografik bilgilerine göre değişkenlik göstermekte midir?
3. Ergenlerin algıladıkları sosyal destek puanları ölçeğin aile, arkadaş, özel insan alt boyutlarına göre nasıl dağılım göstermektedir?
4. Ergenlerin algıladıkları sosyal destek puanları, demografik bilgilerine göre değişkenlik göstermekte midir?
5. Ergenlerin özgüven puanları ne düzeydedir?
6. Ergenlerin özgüven puanları, demografik bilgilerine göre değişkenlik göstermekte midir?
7. Ergenler tarafından algılanan sosyal destek ile ergenlerin yaşam doyumları arasında bir ilişki var mıdır?
8. Ergenler tarafından algılanan sosyal destek ile ergenlerin özgüvenleri arasında bir ilişki var mıdır?
9. Ergenler tarafından algılanan sosyal destek, ergenlerin yaşam doyumları ve ergenlerin özgüvenleri arasında bir ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Ergenlik dönemi insan gelişiminin en önemli dönemlerinden biridir. Ergenlik dönemi, bireylerin yaşadıkları sürecin niteliğine göre gelecekteki karakterlerini ve toplum içerisindeki davranışlarını etkilemektedir (Çiftçi, 2015). Bu nedenle ergenin kimlik oluşturmada ve geleceğinin yönlendirilmesinde bu dönem önem taşımaktadır. Bu dönemde ergenin özgüven oluşumunun sağlanması ve hayatla barışık ve tatminkar yaşamayı öğrenmesi, ergenin gelecek tüm hayatını etkileyebilecek büyüklüktedir.

Araştırma, ergenlerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile özgüvenleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki üzerinde durmuş, anne babalara, eğitimcilere, ergenlere ve bu alanda araştırma yapanlara önerilerde bulunmuştur. Kuzey Kıbrıs'ta ergenler tarafından algılanan sosyal desteğin, ergenin karakteristik özellikleri ile ilişkilendirilmesi konusunda yapılmış bir araştırmaya rastlanmamıştır. Yurt dışında yapılan kimi çalışmalarda algılanan sosyal destek ile ergenin psikolojik gelişimine ait ilişkiler görülmüş, fakat özgüven ya da yaşam doyumu düzeyleri ile bağdaştıran bir çalışmaya yine rastlanmamıştır. Söz konusu çalışmanın bu bağlamda yapılmış ilk araştırma olarak literatürde yer alması; ebeveynlere, öğretmenlere, öğrencilere, okulların rehberlik servislerine, psikolojik danışmanlara bilgi vermesi ve araştırmacıların benzer konularda çalışmaları için örnek oluşturması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

1.4. Sınırlılıklar

Bu araştırma sonucunda elde edilen bulgularla yapılan genellemelere ilişkin sınırlılıklar aşağıda belirtilmiştir.

1. Araştırma, 2014-2015 eğitim öğretim yılında, Girne Kazasında bulunan dört liseye devam eden gönüllü 9, 10, 11, 12. sınıf öğrencileriyle sınırlıdır.
2. Araştırma, çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeği, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği ve özgüven ölçeğinin ölçtüğü ergen davranışlarıyla sınırlıdır.
3. Araştırma, çalışmada kullanılan istatistiksel tekniklerle sınırlıdır.
4. Araştırma, ergenlerin samimi olarak yanıtladıklarına inanılan ölçeklerin sorularıyla sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Algılanan Sosyal Destek: Bir kişinin ailesinden, öğretmenlerinden, akranlarından ve arkadaşlarından gördüğünü düşündüğü destek (Yıldırım, 2004).

Ergenlik Dönemi: Biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme ve olgunlaşmanın yer aldığı çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi (Yavuzer, 2002).

Özgüven: Bireyin kendine, davranışlarına karşı olumlu yargılarının olması ve kendini, olayları kontrol edebileceğine inancının olma durumu (Eldeleklioğlu, 2004).

Yaşam Doyumu: Bir insanın beklentileri ile elde ettiklerini karşılaştırması sonucunda ortaya çıkan durum (Özer ve Karabulut, 2003).

BÖLÜM II

ALANYAZIN TARAMASI

2.1. Ergenlik Dönemi

“Ergenlik” kelimesi latin kökenli “adolescere” fiilinden türemiş bir kelimedir ve “yetişinliğe doğru büyümek” anlamına gelmektedir. Bu dönem bütün toplumlarda, olgunlaşmamış çocukluk döneminden büyüyerek yetişkin olgunluğuna geçişteki süreci anlatmaktadır (Steinberg, 2007). Ergenlik, insanda büyümenin birçok açıdan değişim ve gelişim gösterdiği, buluş çağıyla başlayan ve fiziksel olarak büyümeyle sonlanan özel bir evredir. Ergen bu özel evrede cinsel, sosyal, hormonsal, duygusal, kişisel ve zihinsel değişim ve gelişim göstermektedir (Kulaksızoğlu, 2002). Bununla beraber, yaşadığı değişim ve gelişimlerden dolayı anlam veremediği kadar savunmasız ve kırılgandır. Bu dönemde olumsuz etkilerle karşılaşırsa tüm hayatı etkilenecek ve yaşamı boyunca bu olumsuzluğu üzerinde taşıyacaktır (Parman, 2008). Bu dönemde ergen dünyasında psikolojik ve sosyal açıdan değişim yaşadığı için, süreci tek bir evre yerine bir evre dizisi olarak değerlendirmek daha manidardır (Steinberg, 2007).

Ergenlik sürecinde bedensel gelişimi ruhsal gelişim izlemelidir. Bedensel gelişim zamanla kendiliğinde gelişim gösterir, fakat ruhsal gelişim tamamı ile ergenin aktif çabasına bağlıdır. Bu süreçte ergen kendisini çocuk dünyasına da, yetişkin dünyasına da ait hissetmemektedir. İkisinin tam ortasında bir geçiş bölümünde yer almaktadır (Küey, 2006). Ergenlik dönemi ile ilgili yapılmış olan ilk bilimsel araştırma G.Stanley Hall’ın “Adolescence” kitabıdır. Hall’a göre ergenlik yeniden doğum dönemidir. İnsanların uygarlaşma döneminde yaşadıkları sıkıntılar

gibi bireylerin de bu dönemlerinde tekrardan bu sıkıntıları yaşamalarını içermektedir. Bu nedenle Hall ergenlik dönemini “fırtına ve stres dönemi” olarak belirtmiştir (Koç, 2005).

2.1.1. Ergenlik Döneminin Psikolojik Boyutu

Ergenlik dönemi, çocukluk dönemi ile yetişkinlik dönemi arasında bir gelişim sürecidir. Bu süreç psikolojik boyut açısından problemleri olan bir gelişim dönemidir. Bu dönemde ergenin ruh sağlığı gelişimi istikrarlı bir düzlemde gitmez, bunun tersine sürekli iniş çıkışlar yaşayan bir döngüye sahiptir. Bu durum ergenin sürekli olarak davranışlarında ve tutumlarında dengesizlik ve tutarsızlık yaşamasıyla açıklanır. Ergen bu dönemde hem kimlik oluşturma, hem verilen sorumlulukları, görevleri yerine getirme, hem de ruh gelişimini tamamlama çabasındadır (Koç, 2003). Ergen bu dönemde birçok duyguyu bir arada yaşar. Bu duyguların bazıları olumlu, bazıları olumsuzdur. Mutluluk, sevinç, neşe, üzüntü, fobiler, korkular ve kaygıları sıklıkla yaşar (İnanç ve ark., 2004).

Ergenlik döneminde bireyler çoğunlukla aileleriyle çatışmalar yaşar. Bu dönemde ergenlerin kimlik gelişimleri sürerken birçok konuda duygusal iniş çıkışları olur. Çocuksu bir davranışın içerisindeyken bir anda yetişkin davranışına geçer; bu da ergenin davranışlarında çelişkiler yaratır. Aileden sevgi ve destek ihtiyacı olmasına rağmen kendisinin böyle bir ihtiyacının olmadığını kendine kanıtlamaya çalışır. Kendini, kendi kararlarını veren bir yetişkin gibi görmek ister. Daha önceleri fikirlerini önemseydiği kişileri yadsımaya başlar. Bu durum otorite ile ilgili yaşanan sorunları kendi içerisinde geçici olarak çözmektedir. Ergen bu dönemde ailesinden uzaklaşma çabasındadır. Aileden uzaklaşıp dışarıda yeni sevgi ortamları aramaya başlar. Kendi arkadaş çevresi ve yaşlıları onun için çok önemli olmuştur. Ailesinin

egemenliğinden çıkan birey, toplum içerisinde bir yerlere ait olma özlemi duymaktadır (akt. Coşkun, 2007). Bu dönemde ailelerin ergenlere çok fazla baskı kurmadan davranış sergilemeleri ve bu dönemin geçici bir dönem olduğunu kabul etmeleri gerekmektedir.

Ergenlik dönemi bedensel gelişim ve değişimle hızlı bir şekilde ilerlerken bir süre sonra yavaşlar. Bu ani değişimle ergen mutlu ve huzurlu yapısını bir anda kayıp ederek, mutsuz ve huzursuz, kaygılı tedirgin bir yapıya dönüştürür. Bu bocalama ve kararsızlık, ergenin coşkularını ölçsüz biçimde dengesizleştirmektedir (Köknel, 1999). Ergen, öfke patlamaları, bir anda sevinip bir anda üzülme, kendi kabuğuna çekilme, egoistlik, kaygılı ruh hali, güvensizlik gibi birçok duyguyu aynı anda yaşayabilir. Bu duygusal değişimler bir yetişkinde toplandığında ruhsal problemi olduğu tanısı koyulabilir. Bu nedenle yetişkinle ergenin psikolojik değerlendirmesi farklı şekillerde yürütülür (Yörükoğlu, 1993).

2.2. Algılanan Sosyal Destek

Bireylerin hayatları boyunca yakınları ve toplum tarafından onaylanma ihtiyacı vardır. Onaylanma ihtiyacı bireylerin yaşamlarındaki en önemli unsurlardan biridir. İnsanlar mutlulukları, sevinçleri, üzüntüleri, korkuları ve kaygıları yaşadıkları dönemlerde annelerinin, babalarının, akranlarının, arkadaşlarının, öğretmenlerinin desteklerine ihtiyaç duyarlar. Özellikle ergenlik döneminde sosyal destek çok daha önemli yer tutar. Çünkü ergenlik, bireyin bir seri bedensel, duygusal, sosyal gelişim ve değişimle başa çıkması gereken bir dönemdir (Pinkerton ve Dolan, 2007). Algılanan sosyal destek, sosyal desteğin yeterince etkili olup olmadığı konusundaki genel izlenimdir. Ergenler, yaşadıkları değişimler karşısında sosyal destek alsalar

bile aldıklarını hissetmiyor olabilirler. Bu nedenle dışarıdan destek olup olmadığının yanı sıra onların algılamaları da önem arz etmektedir. Sosyal destek algısı, “diğer kişilerle yaşanan ilişkilerin bilişsel olarak değerlendirilmesi” olarak tanımlanmıştır (Kaner, 2003). Ergenlik döneminde, ergenlerin sosyal destek alabileceği kişiler; ergenin ailesi, arkadaşları, akranları, öğretmenleridir. Algılanan sosyal desteğin dört farklı şekli vardır: somut destek, duygusal destek, öneri desteği ve öz-saygı desteği (Cutrona, 2000).

Bir başka yönden, sosyal destek kaynaklarından sağlanan katkı ve yardımın duygusal destek, değerlendirme ya da maddi yardım gibi farklı boyutları da vardır (Bilgin, 2003). Yapılan çalışmalara göre, ergenlik döneminde aileden alınan sosyal destek sabit kalırken, akranlarına ve arkadaşlarının sosyal desteklerine olan güvenleri daha da artmaktadır (Koçak, 2008). Sosyal destek, bireyin yaşadığı stresli yaşamsal problemler ile başa çıkması için etrafındaki kişilerin destek olmasıdır. Bireyin ihtiyaçları doğrultusunda ait olma ihtiyacı, sevgi iletişimi, onaylanma ve kendini var edebilmek gibi temel ihtiyaçlarının, arkadaşları, akranları, öğretmenleri ile etkileşim sonucunda tatmin olması anlamına gelmektedir (Ekinci, 2003).

2.2.1. Sosyal Destek Modelleri

Sosyal desteğin bireyin kendisini iyi hissetmesi adına birebir etkisi bulunmaktadır. Bu etkiyi açıklayan iki model vardır. Bunlar temel etki modeli ve tampon modelidir.

Temel Etki Modeli: Bu modelde bireyin sosyal kaynaklardan almış olduğu sosyal desteğin fiziksel sağlık ve kendini çok daha iyi hissetme açısından olumlu etkisi vardır. Aynı zamanda bu model bireyin sosyal kaynaklardan sosyal destek alamaması halinde bireyin fiziksel sağlık durumu ve psikolojik durumu üzerinde

olumsuz etki gösterdiğini savunur. Kısacası sosyal destek alamayan birey kendi başına kalarak olumsuz durumlarla karşı karşıya kalacaktır (Martins ve diğ., 2011).

Tampon Modeli: Temel etki modelinin tam ters modeli olan tampon modeli, stresli ve rahatsız edici bir durum olmadığı süreçte, bireyin sosyal desteğinin olmamasının onun fiziksel sağlık durumunu ya da psikolojisini olumsuz olarak etkilemeyeceğini savunmaktadır. Bireyin stres altında olduğu durumlarda ise, bu durumlara uyum sağlaması ya da stresin kaynağı ile başa çıkarak kendisine vereceği zararı azaltması suretiyle tampon görevi yapmaktadır (Bünyamin, 2011).

2.2.2. Sosyal Destek Kaynakları

Sosyal desteğin bireyin fiziksel ve ruhsal sağlığına önemli katkısı vardır. Ergenlik döneminde duygusal olarak sürekli iniş çıkışlar yaşandığı için bu dönem çok önemlidir. Ergenlik döneminde ergenin sosyal destek alabileceği kaynaklar aşağıda açıklanmıştır.

2.2.2.1. Aileden Sağlanan Sosyal Destek

Ergenlik döneminde ergenler ailelerinden uzaklaşma çabasındadır. Ancak yapılan araştırmalarda ergenlerin ihtiyaçları doğrultusunda ailelerin desteklerini almaya devam ettikleri gözlemlenmiştir. Genç erişkinliğe kadarki dönem içerisinde ergenlerin sosyal destek almalarının psikolojilerine olumlu katkısı bulunmaktadır. Aileden alınan sosyal destek, ailenin içerisinde bulunduğu duygusal bağlar, birbirleriyle iletişimleri, aralarında sağladıkları yardımlaşma, aile içerisindeki yakınlıkları gibi faktörler ergenlerin psikolojik olarak kendilerini sağlam hissetmelerini sağlamaktadır (Meredith ve diğ., 2011).

2.2.2.2. Arkadaştan Sağlanan Sosyal Destek

Ergenlik döneminde arkadaş ve akranlara olan güven daha çok artmaktadır. Ergenler hayatlarının büyük bir bölümünü arkadaşlarıyla geçirmektedirler. Arkadaşlarından alacakları sosyal desteğe olan güvenleri artığı için doğru kişilerle arkadaşlık yapmaları önem kazanmaktadır. Bu nedenle algılanan sosyal destek kişinin kendisine uygun bir arkadaşına sahip olma algısı olarak tanımlanmıştır (Martins ve diğ., 2011).

2.2.2.3. Okul Ortamından Sağlanan Sosyal Destek

Ergenlik döneminde en fazla zaman okul döneminde geçmektedir. Ergen bu dönemde kendine sevgi kaynakları aramaya başlar. Ergenlik döneminde ergenin okul ortamında aldığı sosyal destek onun için önem kazanır. Kendi egemenliğini yaşamak istediği için yeni gruplara ait olma isteği ortaya çıkmaktadır. Okul ortamında sosyal desteği algılayan öğrencilerin, sosyal desteği algılayamayan öğrencilere nazaran hedeflerinin daha yüksek olduğunu bildirilmiştir (Anderman, 2003). Okuldaki arkadaş ortamları başarılarını ve hedeflerini birebir etkilemektedir. Ergenlerin okulda yaptıkları çalışmalardan geri dönüt almaları onların başarılarının olumlu olarak artmasına katkı sağlamaktadır (Nelson ve Debacker, 2008).

2.3. Özgüven

Özgüven bireyin davranışlarını belirleyici bir kavramdır. Muhtelif tanımları bulunmasına karşın genel olarak bireyin kendini sevmesi, değer vermesi, kendini her yönü ile tanıyarak ve olduğu hali ile yeterli görerek, kendi hakkında olumlu yargılarının oluşması şeklinde tanımlanmaktadır (Eldeleklioğlu, 2004). Özgüven,

psikolojik yaşamın temel öğelerinden biri olan duygusal bir gerekliliktir. Kendini değerli bulmayan bireyin temel gereksinimlerinin çoğu karşılanmadığından kaynaklı sıkıntılar yaşadığı gözlemlenmiştir (Mckay & Fanning, 2000). Özgüven bireyin yapacağı aktiviteyi başarılı biçimde yerine getireceğine yönelik inancıdır. Kişinin yeteneklerine, yargılarına, kendi gücüne, verdiği kararlarına güvenmesidir (Bilgin, 2011).

Özgüven bireyin inanç sistemi ile doğrudan ilişkilidir; kişinin kendine, yeteneklerine, tam ve bütün olarak inanması ve güvenmesi durumudur (Hambly, 2003). Bireyin hayatındaki sorunları ile kendi kendine baş edebilme gücünü hissetmesi, kendine karşı olumlu bir yaklaşımın içerisinde olabilmesi, kendini beğenmesi, sevmesi, olduğu haliyle kendini yeterli görmesidir. Kendi değerini bilmesi, kendinden memnun, barışık olması durumlarıyla ilgili olan bir kavramdır (Eldeleklioğlu, 2004). Özgüven, bireyin kendine ve hayatına karşı olumlu bir bakış açısıyla bakmasını ve çevresindeki herkes ile barış içerisinde olmasını sağlamaktadır (Akagündüz, 2006).

Özgüven içerisinde olan birey kendini onaylamaktadır. Birey, hayatın içerisinde karşılaştığı tüm zorlukların kendi yetenekleri ve zekası ile üstesinden gelebileceğine inanmaktadır (Sayar, 2003). Özgüven, bireyin kendisini algıladığı halinden hoşnut olup olmamasından ortaya çıkan bir durumdur. Davranışlarına karşı tutunduğu tavırlarına yapmış olduğu yargılar ile değişim göstermektedir. Kendini olduğu haliyle kabul etmek ile özgüven sahibi olmak benzerlik göstermektedir (Akkuş, 2005). Özgüven kişinin hayata bakış açısına bağlı olarak değişen öznel bir olgudur. Durumlara, kişilere, çevre koşullarına göre değişim göstermektedir. Özgüvenli bir kişi ile özgüvensiz bir kişi aynı olayları farklı olarak

yorumlayabilmektedir (Sivribaşkara, 2003). Olaylar karşısında yapılan yorumlar, özgüven ile paralellik göstermektedir.

2.3.1. Özgüven Olgusu

Özgüven, yaşam boyunca insanları etkileyen temel bir gereksinimdir. Bireylerin güvenlik, saygı görme, ait olma ihtiyaçları insanları hayvanlardan ayıran en önemli özelliklerdir. Bu ihtiyaçlar gerekli çevre koşullarıyla sağlanmaktadır. Özgüven; güvenlik ihtiyacı, açlık, susuzluk, cinsellik gibi fizyolojik ihtiyaçlardan sonra gelen temel bir ihtiyaçtır (Çelik, 2014).

Horney, bireyin hayatını yönlendiren iki temel olduğunu belirtmiştir. Bunlar temel güven duygusu ve doyumdur. Bireyin güven duygusu ve yaşam doyumunu sağlamak için yemek, içecek, giyecek, cinsellik ve para gibi temel ihtiyaçlarından vazgeçebileceği gözlemlenmiştir (akt. Altıntaş ve Gültekin, 2005). Bireyin güvenlik ihtiyacının sağlanmasından başka, kendisi ve çevresi ile kurduğu ilişkiler de önemlidir. Kendini tanıyan ve kendisini geliştiren birey kolaylıkla karakterini oluşturabilecektir. Kendini geliştirmeyen bireyin etrafındaki diğer bireylerle sağlıklı ilişkiler kurması beklenemez (Cüceloğlu, 2000). Bireyin özgüven sahibi olabilmesi için sosyal hayatında kurduğu ilişkiler önemli rol oynar. Bu etkileşim bazı zamanlarda olumlu olarak yansırken bazen de olumsuz yansımaktadır (Gökner, 2010).

2.3.2. Özgüven Olgusunun Psikolojik Boyutu

Her bireyin psikolojik gelişiminde özgüven önemli bir rol oynamaktadır. Özgüven sahibi olan kişi olumlu bir bakış açısına sahiptir. Olaylara durumlara olumlu bir bakış açısıyla baktığı için işlerinin çoğunluğu pozitif olarak sonuçlanmaktadır. İşleri pozitif sonuçlanan birey hayatındaki zorluklarla çok daha

kolayca baş edebilecek güce sahip olmaktadır. Bu duruma zıt olarak, özgüven sahibi olmayan birey negatif düşünceler içerisinde ve birey sürekli olumsuzluklarla karşılaşabilir. Dolayısıyla bireyin psikolojisi de olumsuz olarak etkilenmektedir (Bilgin, 2011).

Bireyin doğduğu andan itibaren özgüven olgusunun oluşmasında, sevgi dolu bir ailenin içerisinde büyümesi önemli rol oynamaktadır. Sevgiyle büyüyen kişinin ihtiyaçları doğru zamanda karşılanırsa, kişi kendini değerli hissetmeye ve kendini sevmeye başlayacaktır. Okul öncesi dönemde çocuğun davranışlarına yönelik anne ve babanın gösterdiği tepkiler, övgüler ve eleştiriler özgüven oluşumu üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Yavuzer, 2002). İnsanda güven duygusu, bebeklik döneminin ilk yılında, güven ve güvensizlik dönemi olarak başlamaktadır (Gökner, 2010). Ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkinin niteliğine bağlı olarak temel güven duygusu değişim göstermektedir. Çocukluk yıllarında güven duygusu sağlıklı olarak gelişen birey, hayatta karşılaştığı tüm güçlüklerle kendi kendine mücadele edebilmeyi öğrenmektedir. Bu durumun tam tersi olarak temel güven duygusu sağlıklı gelişen bireyde giderek içine kapanma, hayata küsme, şüpheli hareketler yapma durumları başlamaktadır (Başoğlu, 2007).

Bireyin yaşamda karşılaştığı olumsuz olaylar özgüvenlerini etkilemektedir. Bunlar uzun süren hastalıklar, psikiyatrik rahatsızlıklar, stres, işsizlik, sürekli eleştiren birisi ile beraber yaşamak, hayattaki yaşanan başarısızlık durumları, çocuk sahibi olmak, boşanmak, sevilen birisinin vefatı gibi durumlardır (Mutluer, 2006). Özgüveni orta seviyelerde olan birey, hayatında hem olumlu hem de olumsuz olayları deneyimlemektedir. Genellikle özgüveni yüksek kişilerin sosyal ilişkileri olumludur (Humphreys, 2001). Özgüveni düşük olan bireyler kendilerini değersiz, çaresiz ve zayıf olarak algılamaktadırlar. Özgüven sahibi bireyler sosyal ortamlarda

kendilerini rahatlıkla ifade ederler, başkalarını kıskanmaz ve başkalarının yaşamlarını olumsuz yönde etkileyecek olaylardan uzak dururlar. Bunun yerine insanların mutlu olmaları için gayret göstermektedirler (Çiğdemoğlu, 2006).

Özgüveni gelişmemiş kişiler genellikle mutsuzluğu kabullenmiş, bir değişim olmayacağına inanmışlardır ve kendi mutlulukları için mücadele vermek istemezler (Özbey, 2004). Özgüvenli kişi yeteneklerini çok iyi kullanır, güçlü, zayıf yanlarını bilir ve yeni bir şey denemekten çekinmez. Özgüveni olmayan kişi neyi, nasıl yapacağını bilemez, sadece ne yaparsa yapsın başarısızlıkla sonuçlanacağını düşünür. Bu durum kişinin iyice içine kapanmasına ve depresyona girmesine sebep olur (Günalp, 2007).

2.3.3. Özgüven Olgusunun Sosyal Boyutu

Özgüven, bireyin doğuştan getirdiği fiziksel, psikolojik ve biyolojik özelliklerinin çevresel koşullara bağlı olarak erken yaşlarda şekillenmesi ile oluşmaktadır (Kocaarslan, 2009). Özgüven bebeklik döneminde annesi, babası veya onun yerini alan kişi ile ilişkisinin niteliğine göre oluşmaya başlamaktadır. Birey, bu dönemde bebeğe bakan kişinin davranışlarıyla güvenli veya güvensiz bağ oluşturmaktadır. Doğan bebek bulunduğu çevre koşullarında ona karşı yapılan davranışları değerlendirmeye başlamakta, yaptığı değerlendirme doğrultusunda kendine bir değer vermektedir. Bireyin bebeklik döneminde anne, baba, bakıcı ve çevresindeki kişilerin tutumlarının özgüvenin oluşmasında çok büyük etkisi vardır. Bebeğin ihtiyaçları uygun zamanda karşılandığında güven duygusu oluşmaya başlamaktadır. Anne ve babalar çocuklarını özgüvenli ortamda yetiştirirlerse, kendi sorunlarının üstesinden kendi kendine gelen, sorumluluk ve vicdan sahibi bireylerin yetişmesine katkıda bulunurlar. Yapılan araştırmalara göre özgüveni yüksek

kişilerin, özgüveni yüksek kişiler tarafından yetiştirildiği saptanmıştır (Yavuzer, 2002). Özgüvenli bireylerin sayılarının artışı toplumun pozitif yönde gelişim göstermesine büyük bir fayda sağlamaktadır.

Bireyin dış dünya ile yaşadığı ilişkinin niteliği özgüven oluşumuna, dolayısıyla, bireyin hayattaki başarısına da etki etmektedir. Yetenekli olan kişide, çevresinin sağlayacağı sosyal destekle başarı olasılığı yükseltmektedir. Bunun tam tersi olarak, yetenekli olan kişinin özgüveninin çevresi tarafından zedelenmesi halinde başarısı tam tersi bir durumla sonuçlanabilmektedir. Özgüven seviyesi aynı zamanda okuldaki başarı durumunu da etkilemektedir. Özgüven birçok özellikle bağlantılı olarak doğuştan var olmayan, yavaş yavaş gelişen bir özelliktir. Bireyin hayatı özgüveninin geliştiği yönde şekillenmektedir (Lauster, 2010; Merey, 2010).

2.3.4. Özgüven Zayıflığı

Bireyin özgüven zayıflığı yaşamasının birçok sebebi vardır. Özgüven zayıflığı tamamen dış dünya ile iletişim kuran kişilerin gerçek dışı beklentileri ve ölçütlerinin bir sonucudur. Bu noktadan hareketle özgüven zayıflığı için “sabit olmayan, değişkenlik gösteren bir özelliktir” denilebilir. Çocukluk döneminde anne babanın tutumlarının değişim göstermesiyle veya özgüvensizlik yaşadığı ortamın değişmesiyle yaşanan güvensizlik ortadan kalkmaktadır (Araptarlı, 2010).

Özgüven eksikliği belirli dönemlerde görülebildiği gibi, hayatın genelinde de kendini gösterebilir. Özellikle kişiye zor gelen olaylar karşısında özgüvende daha da artış görülebilir (Merey, 2010). Fromm’a göre, kişinin kendini sevmesi ile özgüven kavramları eş anlamlıdır. Özgüvenli bireyin etrafındaki kişilere güven duygusu artar; kişinin kendini rahatça ifade edebilir olması bu durumun yansımasıdır. Kendini sevmeyen birey özgüven sahibi olamaz, başkalarına da güven duymaz, hatta

düşmanca davranışlar geliştirir (Bal, 2010). Adler'e göre, insanların doğdukları andan itibaren yaptıkları davranışların temelinde üstünlük hissine sahip olma ve aşağılık hissinden kurtulma içgüdüleri vardır. Birey yaşamı boyunca fiziksel, sosyal ve zihinsel olarak üstün olmak istemektedir. Güçsüzlük veya acizlikten dolayı yetersizlik duygusu varsa bundan kurtulmak istemektedir. Özgüven, başarısızlık duygusundan olumsuz olarak etkilenmektedir. Anne babaların çocuklarına karşı tutumları olumsuzsa veya aşırı koruyucu bir tutum içerisindeyse özgüven zedelenmektedir (Başoğlu, 2007; Kurtuldu, 2007; Merey, 2010). Özgüveni zayıf kişiler kendi yaptıkları davranışları başarısız ve değersiz görmektedirler. Özgüvensiz kişiler, reddedilmekten korktukları için sevgi alışverişinin içerisine girmek istemezler. Hayatın getirdiği sıkıntılarla kendi başlarına mücadele edemeyeceklerine inanırlar. Bu konuda çaresizlik, stres, korku ve kaygı yaşarlar, kendilerinden şüphe ederler. Birçok durum karşısında aşırı uyum sağlarlar ve boyun eğlerler, aşağılık duygusu yaşarlar, sevilmediğini hissederek yalnızlık duygusu yaşayarak başkalarına bağımlı bir yaşantı sergilerler (Kurtuldu, 2007).

Özgüven sorunu yaşayan çocukların okulda olduğu gibi ailevi ilişkilerde de sorunlar yaşamaktadırlar. Bu sorunlar öğrenme sorunlarına kadar gidebilmektedir. Çocukların özgüven problemlerini çözmeleri için, anne ve babalara büyük bir sorumluluk düşmekte ve aile içi çatışmalarını çözerek çocuğun özgüven seviyesini artırmasına destek sağlamaları gerekmektedir (Humphreys, 2002). Bireyler istemedikleri şekilde davranmaya zorunlu tutulduğunda kendilerine karşı oluşturdukları güven duygusu zarar görmektedir (akt. Bilgin, 2010). Şiddet, sindirme, korkutma gibi yöntemler kullanan ailelerde çocuğun kaygı düzeyinde artış görülmekte, çocuk sürekli gerilim yaşamaktadır. Bu gerilim çocuğun özgüvenini zedelemektedir (Başoğlu, 2007). Çocuk ailesi tarafından engellenir ve başarısızlık

duyguları pekişir ise kendini yetersiz, güvensiz, beceriksiz hisseder (Temel & Aksoy, 2001). Özgüven zayıflığının açtığı boşluğu doldurmak ve onarmak zordur. Bu boşluk ancak kişinin kendisi ile olan ilişkisi iyi ise doldurulabilir. Eğer kişi kendini sevmez ise, dış dünyaya karşı kendini güçsüz, değersiz ve çaresiz hissedecektir (Gökner, 2010).

2.3.5. Ergenlikte Özgüven Duygusunun Gelişimi

Özgüven duygusu yaşam süreci ile birebir ilişkili bir durumdur. Ergen, özgüven veya özgüven zayıflığı duygularıyla dünyaya gelmemektedir (Gökner, 2010). Çocuğun en yakın çevresi ailesidir. Ailesinin ergen üzerindeki tutumları bireyin özgüven duygusunun gelişmesinde ve psikososyal gelişiminde önemli bir yer tutmaktadır. Bu koşullar ergenin, ilerideki yaşantısında nasıl bir birey olacağı konusunda önemli bir göstergedir (Eldeleklioğlu, 2004). Koşulsuz sevgi ortamında büyüyen ergen kişiliğini oluşturma döneminde özgüveni sayesinde güçlü ve olumlu bir bakış açısına sahip olacaktır (Cüceloğlu, 2003).

Bebeklik çağında oluşturulan özgüven bireyin tüm hayatını etkilemektedir. Ergen, bebeklik döneminde çevresi ile güven ilişkileri kurmayı başarabileceği bir ortamın içerisinde bulundursa, bu ortam ergenin ergenlik döneminde etrafıyla kuracağı ilişkilerinde de güvenilir olmasını destekleyecektir (Temel ve Aksoy, 2001). Ergen sosyal ortamlarda kendisinin güvenilir olduğunu ispat etmeye çalışmaktadır. Böylelikle ergenin, bebeklik döneminde edindiği temel güven duygusu, ergenlik döneminde de farklı bir boyutta devam etmektedir (Arı, 2005). Erikson'a göre, ergenlik döneminde ergen kimlik kazanma sorununu çözebilirse kendine, yeteneklerine güvenen birey olma yoluna girer. Ergenlik dönemindeki ergen, kimlik

kazanma sorununu çözemez ise hayatının geri kalan bölümlerinde büyük sorunlar yaşar (Senemoğlu, 2005).

2.3.6. Ergenlikte Özgüveni Etkileyen Psikolojik ve Sosyolojik Faktörler

Ergenlerin davranışlarının şekillenmesinde ve psikolojik gelişimlerinde sosyal çevrenin etkisi çok önemlidir (Özdoğan, 2005). Güven ve güvensizlik duygularının psikolojik gelişiminin ilk evresi çevrenin etkisiyle bebeklik döneminde oluşmaya başlamaktadır. Bebeklik dönemi duyguların gelişime açık olduğu bir dönemdir (Gökner, 2010). Bebeklik döneminde oluşturulan temel güven duygusu ergenlik döneminde geliştirilerek pekiştirilmektedir (Kızıldağ, 2003; Temel & Aksoy, 2001).

Rosenberg, ergenlik döneminde özgüveni yüksek kişilerle yaptığı araştırmalarda kişinin yaşadığı çevrenin ve ailenin önemini vurgulamıştır. Özgüveni zayıf olan kişilerin, özgüveni yüksek olan kişilere göre daha fazla nevroitik eğilimleri olduğunu, geleceklerine umutsuzlukla baktıklarını ve sosyal ilişkiler kurmakta zorlandıklarını gözlemlemiştir. Araştırmacı, sosyal çevre tarafından yapılan olumsuz değerlendirmelerin özgüven zayıflığı içinde olan kişilerin psikolojik gelişimlerini etkilediğini belirtmiştir (Kurtuldu, 2007; Merey, 2010).

Özgüvenin psikolojik gelişimi etkileyen koşullarından, aileden sonra gelen en önemli çevre koşulu okul ortamı ve öğretmendir. Öğretmen aileden sonra model alınan kişidir. Öğretmenin ergenle oluşturacağı ilişkinin niteliğine göre özgüven seviyesi belirlenmektedir (Mutluer, 2006). Özgüven seviyesi önce ailesine sonra okul ortamına bağlı olarak gelişim göstermektedir. Kendisine güven duyan ergenin akran grubunun içerisinde rahatlıkla kendi ifade eden, akran baskısına maruz kalmayan, kendini seven, kendine değer veren, özgür ve bağımsız bir kişilik oluşturması

mümkündür (Yiğit, 2010). Bu bağlamda ergenin özgüveninin psikolojik gelişiminin ailede başladığını, okul ortamında akranları ve öğretmenlerin katkısıyla geliştiğini söylemek mümkündür (Çelik, 2014).

Özgüven duygusunun psikolojik gelişimi sosyal ortama bağlı olarak sosyal, duygusal, entelektüel, cinsel ve mesleki gelişimi de etkilemektedir. Özgüveni desteklenen birey hayatı boyunca kendine güvenen, sosyal ve yaratıcı bir birey olmaktadır (Başoğlu, 2007). Ergenin özgüven gelişiminde toplumun da önemli bir etkisi vardır. Sağlıklı, özgüvenli insanların, sağlıklı bir kültür yapısı içinde yetişmeleri gerekmektedir. Bunun yanı sıra psikolojileri bozuk insanların, yaşadığı kültürlerin yapısını bozdukları, psikolojileri ve özgüvenleri tam olan bireylerin ise kültürlerini geliştirerek katkı sağladıkları gözlemlenmiştir (Özdoğan, 2005). Bu nedenle psikolojisi ve özgüveni yüksek bireyler geliştirmek toplum için yapılmış büyük bir yatırımdır.

2.4. Yaşam Doyumu

Bireyler yaşamları boyunca birçok şeye sahip olmak isterler. Toplumda, istediklerine sahip olan bireyler ve istediklerine sahip olamayan bireyler mevcuttur. Bu durum yaşam doyumuyla ilgili bir durumdur (Göker, 2013). Bireyin hayattan istedikleri ile sahip olduklarını karşılaştırdığı zaman ortaya çıkan durum veya sonuç yaşam doyumunu olarak açıklanmıştır. Birey ortaya çıkan duruma, sonuca göre doyum veya doyumsuzluk yaşamaktadır (Şener, 2008). Yaşam doyumunu, sadece tek bir konuya bağlı olarak yaşanan doyum değil, tüm yaşamda sağlanan genel doyumdur (Özer ve Karabulut, 2007). Yaşam doyumunu aynı zamanda bireyin kendi kendine sahip olduğu şeyleri düşünerek sahip oldukları ile hoşnut olma durumudur (Telman

ve Ünsal, 2004). Bireyin yaşam doyumu; yaşadığı andan mutluluk duyma hissiyatı, yaşadığı hayatın anlamlı olması, hedeflediği amaçlarına ulaşırken yaşadığı uyum, pozitif bakış açısıyla geliştirdiği kimliği, fiziksel özellikleriyle kendini iyi hissetmesi, maddi olarak kendini güvende hissetmesi, sosyal ilişkilerinde iyi olması durumlarını birebir etkilemektedir (Ünal, 2011).

2.4.1. Yaşam Doyumunun Önemi

Her birey günlük yaşantısında birçok zorlukla karşı karşıya mücadele etmek zorunda kalmaktadır. Zorluklarla karşılaşan bireyin psikolojisi olumsuz olarak etkilenebilir. Bireyin yaşantısını devam ettirmesini sağlayacak enerjinin kaybolması, hatta tüm enerjisinin yok olması bireyi çaresiz, ürkek ve kendini savunmasız hissedeceği bir zayıflığa sürüklemektedir (Avşaroğlu, Deniz ve Kahraman, 2005). Bireyin yaşadığı bu tarz sıkıntılar ve güçlükler, bireyin kendiyile ve toplumla çatışmasına yol açarak yaşam doyumunun azalmasını sağlayabilir (Demirel ve Canat, 2004). Yaşam doyumu azalan bireyin tüm hayatı olumsuz olarak etkilenmektedir. Birey, bu durumda belli bir süre direndikten sonra psikolojik olarak sorun yaşamaya başlamaktadır. Bunlardan en önemlisi depresyondur. Depresyon bireyin yaşam enerjisini kaybederek bedenen ve ruhen yorgun düşmesi ve tükenmesi durumudur. Kişi kendini huzursuz, umutsuz, mutsuz, çaresiz hissetmeye başlamakta; yaşamdan çekilmektedir. Umutsuzluğun ve mutsuzluğun içerisinde kendini hapsedilmiş hissetmektedir. Bu duygu durumunun içerisinde olan birey ardı arkasına birçok duygu yaşamaya devam etmektedir. Bu duygular karamsarlık ve yalnızlıktır. Birey kendine uzaklaşmaya başlamakta; uzaklaştıkça kendine ve etrafına karşı öfkelenip, saldırganlaşmaktadır (Gülcan, 2014). Negatif duygular içerisinde olan birey memnuniyetsizlik duygusu içerisinde olur (Özdevecioğlu, 2003). Bireylerin

hayatlarından memnun olmaları, mutlu olmaları ve olumlu bir bakış açısına sahip olmaları, psikolojik ve sosyal gelişim yönünden tüm hayatlarını kolaylaştırmaktadır (Çivitçi, 2009). Yaşam doyumu yüksek olan bireyler, hayatlarını kolay ve keyifli yaşayan, pozitif bireylerdir.

2.4.2. Ergenlik Dönemi ve Yaşam Doyumu

Ergenlik dönemi, ergenin fiziksel, sosyal, ruhsal, psikolojik, duygusal, kişisel, zihinsel, hormonal, duygusal değişim ve gelişim gösterdiği önemli ve özel bir dönemdir (Kulaksızoğlu, 2002). Birçok değişime maruz kalan ergenin çevresindeki tüm olaylara hassas olduğu bu özel dönemde yaşamından doyum alması önemli bir durumdur. Doyumsuz ergen, yanlış çevreye sahip olabilir ve olumsuz sonuçlarla karşılaşabilir. Ergenin yaşam doyumunun seviyesine ve içinde bulunduğu aile ve sosyal çevreye bağlı olarak, bu olumsuzluklar depresyona sebep olabilmektedir. Bireyin depresyona girmesi bedeninde değişimler yaşamasına sebep olmaktadır. Bu değişimler ergenlerin yalnızlaşması, etrafa karşı güvensizlik, saldırganlık, işsizlik ve uyku problemleri yaşamasına sebep olabilmektedir (Demirel ve Canat, 2004).

Ergenin yaşam doyumunu etkileyen birçok etmen vardır. Bu etmenler ergenin ailesinden aldığı eğitim, okulunda verilen eğitim, yaşadığı ve yetiştiği ortam, yaşadığı ve yetiştiği bölgenin kültürel özellikleri şeklinde sıralanabilir (Baştamur, 2006). Ergenlerin hayatlarından hoşnut olmaları duygusal ve sosyal gelişimleri açısından onların tüm hayatlarını etkilemekte, olumlu bakış açısına sahip olmaları hayatlarını olumluya çevirebilmektedir (Çivitçi, 2009). Ergenlerin yaşamlarından doyum sağlamalarını ve olumlu bir bakış açısına sahip olmalarını etkileyen durumlar vardır. Bu durumlar; algıladıkları sosyal ilgi, bireysel yaşamlarında olumlu hedefler belirlemek, aktivite veya spor yapmak gibi etkenlerdir (Doğan, 2006). Ergenlerin

ergenlik döneminde sağladıkları yaşam doyumu tüm hayatlarını etkilediğinden, ayrıca önemli bir yere sahip olmaktadır.

2.5. İlgili Araştırmalar

Gilman ve Huebner, 2006 yılında yapmış oldukları araştırmada yüksek yaşam doyumuna sahip ergenlerin özelliklerini incelemişlerdir. Araştırmanın bulgularına göre; umut, benlik saygısı ve iç denetimi fazla olanların yaşam doyumlarının yüksek olduğu, yaşam doyumları düşük olan ergenlerin sosyal stres, kaygı, depresyon ve öğretmenlere yönelik olumsuz tavırlar sergiledikleri gözlemlenmiştir.

Mutluer, 2006 yılında yapmış olduğu araştırmada özgüvenin oluşumunda ve özgüven düzeyin yükselmesinde manevi değerlerin nasıl katkı sağlayabileceğini incelemiştir. Araştırmanın bulgularına göre; inancın, sevginin, ibadetlerin sabrın ve şükürün özgüven düzeyini yükselttiği ve manevi değerlere sahip olanların özgüven düzeylerini anlamlı derecede diğerlerinden farklı kıldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Başoğlu, 2007 yılında yapmış olduğu araştırmada ergenlerin sınav kaygısı ile özgüven kavramları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada, yüksek kaygının sınav sonrası düştüğü, benlik saygısı (özgüven) ile sınav kaygısı arasında negatif bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir.

Coşkun, 2007 yılında yapmış olduğu araştırmada ortaöğretim öğrencilerinin umutsuzluk durumları ile algıladıkları aile işlevselliği arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, öğrencilerin umutsuzluk durumlarıyla algılanan aile işlevsellikleri arasında anlamlı bir ilişki görülmezken, devlet okulunda okuyan öğrencilerin, özel okulda okuyan öğrencilere göre umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Gazioğlu ve Köknel, 2007 yılında yapmış oldukları araştırmada anne ve baba tutumlarının öz benlik kavramlarına olan etkisini incelemiştir. Araştırma bulgularına göre demokratik tutumla çocuklarını yetiştiren anne babaların çocuklarında olumlu yönde öz benlik kavramı geliştiği saptanmıştır.

Çeçen, 2008 yılında üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada yaşam doyumunun yordanmasında bireysel bütünlük duygusu, aile bütünlük duygusu, benlik saygısı değişkenlerinin ne düzeyde katkıda bulunduğunu incelemiştir. Araştırma bulgularına göre yaşam doyumunu yordamaya benlik saygısının anlamlı katkı sağladığı saptanmıştır. Benlik saygısı yüksek olduğunda bireyin kendini daha olumlu algıladığı, karşılaştığı herhangi bir olayla ya da durumla ilgili olarak kendisinin yetkinliğine olan inancının yüksek olması durumunda bireylerin yaşam doyumlarının artacağı sonucuna varılmıştır.

Gün ve Bayraktar'ın 2008 yılında yapmış olduğu araştırmalarında göç etmiş ergenlerle göç etmemiş ergenlerin benlik saygısı ve yaşam doyumları karşılaştırmalı olarak incelemiştir. Göç eden ergenlerin yaşam doyumunu ve benlik saygısı düzeylerinin göç etmeyenlere oranla düşük olduğu saptanmıştır.

Koçak, 2008 yılında yapmış olduğu araştırmada ergenlerde yalnızlığın benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarına etkisini incelemiştir. Araştırmanın bulgularına göre yalnızlığın sürekli öfke ve öfkenin dış değişkenleri ile ilişkili olduğu ancak bu ilişkinin yalnızlığı yordayacak kadar anlamlı olmadığı sonucuna varılmıştır.

Kaşık, 2009 yılında yapmış olduğu araştırmada ergenlerin karar vermede öz saygı ve karar verme stilleri ile algılanan sosyal destek düzeylerini, sosyal yetkinlik beklentisi düzeyi ve bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelemiştir. Araştırma bulgularına göre kız öğrencilerin aileden, arkadaşlardan ve

öğretmenlerden algıladıkları sosyal destek düzeylerinin, erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Dülger'in 2009 yılında yapmış olduğu araştırmada ergenlerin aile, arkadaş ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek ile karar verme davranışları arasındaki ilişkisi incelenmiştir. Araştırmanın bulguları; ergenlerin ailelerinden, arkadaşlarından, öğretmenlerinden aldıkları sosyal destek ile karar verme davranışlarının alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermiştir. Demografik değişkenlerden cinsiyet, anne ve babanın tutumu, arkadaşlardan algılanan sosyal destek ve karar vermede öz saygı, ihtiyatlı seçicilik, umursamazlık ve sorumluluktan kaçma alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olmuştur. Algılanan sosyal desteğin, karar vermenin ve ailenin gelir durumunun, anne ve babanın eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği gözlemlenmiştir.

Akal 2010 yılında yapmış olduğu araştırmasında üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulgularına göre ifade biçimlerinden sürekli öfke, öfke kontrol ve öfke dış alt boyutları ile sosyal destek arasında negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür.

Bilgin, 2010 yılında yapmış olduğu araştırmada ergenlerde özgüven düzeyinin çeşitli değişkenlerle ilişkisini ve farklı lise türlerinde nasıl farklılaştığını incelemiştir. Araştırmanın bulgularına göre yaş, sosyoekonomik düzey, algılanan ebeveyn tutumu, akademik başarı ve fiziksel görünüm algısına göre özgüven düzeylerinde anlamlı bir değişiklik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

East, 2010 yılında yapmış olduğu araştırmada Afrika kökenli Amerikan ergenlerin beden imgeleri algılamaları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu ilişkisini incelemiştir. Araştırmasında beden imgesinin olumsuz algılanması ile ergenlerin düşük benlik saygısı geliştirdikleri, buna bağlı olarak yeme bozuklukları, kilo

endişesi, kaygı ve hayattan zevk almama durumu yaşayarak yaşam doyumlarının etkilendiği sonucuna varmıştır.

Yiğit'in 2010 yılındaki araştırmasında ergenlik döneminin ilk yıllarında ergenlerin benlik saygıları ile ilişkisi olabilecek değişkenlerin, ergenlerin benlik saygısı düzeylerini yordamadaki güçleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda, yaşam doyumu puanlarının benlik saygısını anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur.

Göktürk, 2011 yılında yapmış olduğu çalışmada ergenlerde sosyal kaygı düzeyini ve sosyal kaygı ile özgüven arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada ergenlerin sosyal kaygı düzeyi ile özgüvenleri arasında negatif yönde düşük anlamlı ilişki bulunmuştur. Babalarının eğitim düzeyi okuryazar seviyesinde olanların, ilköğretim mezunu olanlara göre sosyal kaygı düzeylerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tokinan ve Bilen, 2011 yılında yapmış oldukları çalışmada oyun, dans ve müzik dersinde yapılan yaratıcı dans etkinliklerinin motivasyon, özgüven, beden dili ve dansa ilişkin öz yeterlilik ve dans performansı üzerindeki etkilerini incelemiştir. Araştırmanın sonucunda müzik öğretmeni adaylarının oyun, dans ve müzik dersine ilişkin motivasyonlarının özgüvenleri, beden dilleri, dansa ilişkin öz yeterlilikleri ve dans performansları üzerinde anlamlı düzeyde etkili olduğu saptanmıştır.

Ateş, 2011 yılında yapmış olduğu çalışmada ortaöğretim öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile atılganlıkları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın bulgularına göre öğrencilerin ailelerinden, arkadaşlarından ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek ile atılganlıkları arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Cinsiyetlerine göre farklılaşmanın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Algılanan sosyal desteğin kardeş sayısına, yakın arkadaşlarının olup

olmadığına, sınıftaki öğrenci sayılarının az veya çok olmasına göre anlamlı bir şekilde farklılaşma gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Bilgin, 2011 yılında yapmış olduğu araştırmada ergenlerde özgüven düzeyinin çeşitli değişkenlerle ilişkisini incelemiştir. Araştırma bulgularına göre yaş, sosyoekonomik düzey, algılanan ebeveyn tutumu, akademik başarı ve fiziksel görünüm algısına göre özgüven düzeylerinde anlamlı bir değişiklik olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çınar, 2011 yılında yapmış olduğu araştırmada ilköğretim düzeyi eğitim kurumlarına devam eden 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin psikososyal faktörler açısından uyum süreçlerinin değerlendirilmesini incelemiştir. Araştırmanın bulgularına göre özel eğitim kurumunda eğitim gören öğrencilerin uyum düzeylerinin devlet kurumlarında eğitim gören öğrencilere göre daha yüksek olduğu, ayrıca sınıf düzeyi ve ebeveyn eğitim düzeyi yükseldikçe uyum düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Deveci, 2011 yılında yapmış olduğu araştırmada lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyi ve karar verme stilleri arasındaki farkları incelemiştir. Araştırmanın bulgularına göre aileden algılanan sosyal destekleri yüksek olan grubun karar vermede öz saygı ve panik stilleri puanlarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Umursamazlık ve sorumluluktan kaçma stillerinin puanlarının ise daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyi yüksek ve orta olan grupların ihtiyatlı-seçicilik stili puanları düşük olan gruptan yüksek bulunmuştur. Öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyi yüksek olan grubun karar vermede öz saygı ve ihtiyatlı-seçicilik stili puanları, sosyal destek düzeyi destek dengesi orta ve düşük olan gruptan yüksek bulunmuştur.

Şahin, 2011 yılında yapmış olduğu araştırmada üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılmasını incelemiştir. Algılanan sosyal destek puanlarına göre öznel iyi oluş puanları ve kendini açma puanları arasında pozitif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir.

Ünal, 2011 yılında yapmış olduğu araştırma ile lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını yordama gücünü ve bu öğrencilerin yaşam doyum düzeylerinin sınıf düzeyine, kardeş sayısına ve anne ve babalarının eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymayı amaçlamıştır. Araştırma sonucunda aile ve öğretmen sosyal desteğinin lise öğrencilerinin yaşam doyumunu anlamlı şekilde yordadığı sonucuna varılmıştır.

Göker, 2013 yılında yapmış olduğu araştırmada Türkiye’de öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ve psikolojik yardım alma tutumlarının belirlenmesini incelemiştir. Araştırmanın bulgularına göre yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ve psikolojik yardım alma tutumları arasında pozitif yönde ve düşük bir ilişki bulunmuştur.

Baltacı ve Hamarta, 2013 yılında yapmış oldukları araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyleri ile algıladıkları anne baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulgularına göre sosyal desteğin sosyal kaygıyı ve problem çözme yaklaşımının, sosyal destekle birlikte sosyal kaygıyı anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır.

Özdemir ve Koruklu, 2013 yılında yapmış olduğu araştırmalarında ortaokula devam eden ergenlerin yaşam doyumları düzeylerini okul türleri ve demografik bilgilerine göre incelemiştir. Araştırma sonucunda kızların yaşam doyumları puan ortalamalarının erkeklere göre genel olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Benlik

boyutunda yatılı bölge ortaokuluna devam eden öğrencilerin yaşam doyumlarının daha düşük, çevreden algılanan doyum boyutunda ise daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür.

Ünal ve Şahin 2013 yılında yapmış olduğu araştırmalarında lise öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeylerinin, bazı değişkenliklere ve bazı demografik bilgilere göre yaşam doyumlarını yordama gücüne olan etkisini incelemiştir. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin yaşları, cinsiyetleri, anne ve babalarının birlikteliği durumlarının öğrencilerin yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde etkilediği bulunmuştur. Öğrencilerin sınıf düzeyleri ve kardeş sayılarının, anne ve babalarının eğitim düzeyleri farklı olan lise öğrencilerinin yaşam doyum puanları arasında anlamlı bir farka yol açmadığı görülmüştür. Ancak, lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının, anne ve babalarının eğitim düzeyi arttıkça yükseldiği sonucuna varılmıştır. Lise öğrencilerinin yaşam doyumları üzerinde aile ve öğretmenlerin sosyal desteğinin anlamlı şekilde etkisi olduğu görülmüştür.

Çelik, 2014 yılında yaptığı araştırmada ortaokul öğrencilerinin özgüven düzeylerini bazı değişkenler açısından değerlendirmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, kız ve erkek öğrencilerin özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Aynı şekilde özgüven ile aile tipi, anne baba durumu, kardeş sayısı ve doğum sırası arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Diğer değişkenlerden yerleşim yeri, gelir düzeyi, ebeveyn tutumu, ebeveyn eğitim durumu, akademik başarı, ebeveynin çocuğa güven durumu, öğretmenin çocuğa güven durumu ve sorumluluk algısı ile özgüven arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Gülcan, 2014 yılında yapmış olduğu araştırmada iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyum üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular

iyimserliğin, mutluluk ve yaşam doyumu ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Yaş, cinsiyet, medeni durum ve öğrenim gördüğü sınıf değişkenleri mutluluk düzeyini ve yaşam doyumunu etkilerken; bu değişkenlerin iyimserlik üzerinde etki sahibi olmadığı görülmüştür. Kardeş sayısı ve babanın öğrenim durumunun ise iyimserlik düzeyine etki ettiği görülmüştür.

Özgüngör, 2015 yılında yapmış olduğu araştırmasında üniversite öğrencilerinin kimlik statülerinin yakınlık doyumu, akademik başarı puanları ve yaşam doyumlarını yordama gücünü incelemiştir. Araştırmanın bulgularına göre; yakınlık doyumunun yaşam doyumu ile ideolojik alanda bağımlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen verilerde ilişkiler kız ve erkek öğrenciler için bazı farklılıklar göstermiştir.

Turgut, 2015 yılında yapmış olduğu çalışmada ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyet, önemli yaşam olayları yaşama, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesini amaçlamıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, kızların psikolojik sağlamlık düzeylerinin erkeklerinkine göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Önemli yaşam olayları yaşayan ergenlerin, önemli yaşam olayları yaşamayan ergenlere göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin anlamlı olarak düşük olduğu; ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, anne ve baba eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı anlaşılmıştır. Ergenlerin algıladıkları sosyal desteğin psikolojik sağlamlıkları üzerinde anlamlı farklılık gözlemlenmiştir.

Yalçın, 2015 yılında yapmış olduğu çalışmada genel iyi oluş ile sosyal destek arasındaki ilişkileri incelemiştir. İyi oluş değişkenleri ile sosyal destek arasında pozitif yönde orta düzeyde, depresyon ve yalnızlığın sosyal destek ile negatif yönde orta düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Sosyal destek kaynakları

açısından, iyi oluş değişkenleri için aileden algılanan desteğin, arkadaşlardan algılanan desteğe göre depresyon ve yalnızlık değişkenleri açısından ortalama etkisinin olduğu gözlemlenmiştir. Diğer destek kaynaklarına göre daha güçlü olduğu saptanmıştır.

Özdemir, 2016 yılında yapmış olduğu araştırmada başarı yönelimleri ile cinsiyetin ortak etkisinin, öğrenci yaşam doyumunun farklı boyutlarını yordama gücünün belirlenmesini amaçlamıştır. Araştırmanın bulgularına göre ergenlerin akademik değişkenleri ve yaşamlarının her alanına ilişkin doyum düzeyleri ile ilişkili olduğunu ve bu ilişkilerin cinsiyete göre farklılaştığı bulunmuştur.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, evreni, örnekleme, veri toplama araçları ve toplanan verilerin analizinde kullanılan teknik bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırmada, Kuzey Kıbrıs'ın Girne Kazasında ortaöğretime devam eden ergenlerin algıladıkları sosyal destek düzeylerinin özgüven ve yaşam doyumu üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden faydalanılmış, sonuçlar sayısal verilerle yordanmıştır. Çalışmada öncelikle ergenlerin algıladıkları sosyal destek, özgüven ve yaşam doyumunun düzeyleri belirlenmiş, sonrasında ergenler tarafından algılanan sosyal desteğin, ergenlerin özgüvenleri ve yaşam doyumları ile ilişkisi olup olmadığına bakılmıştır. Bu bağlamda araştırmada ilişkisel tarama deseni kullanılmıştır. İlişkisel tarama deseninde öncelikle var olan durumun ortaya çıkarılması, akabinde değişkenlerin birbiriyle olan ilişkisinin belirlenmesi durumu söz konusudur. Karasar (2000), ilişkisel tarama modelini, “iki veya daha çok değişken arasında değişimi ve derecesini belirlemek amacıyla yapılan araştırma deseni” olarak tanımlamaktadır. Bu çalışmada da desenin tanımına uygun olarak algılanan sosyal destek ile özgüven ve algılanan sosyal destek ile yaşam doyumu arasındaki ilişki belirlenmeye çalışılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Girne Kazasında bulunan devlet liseleri ve özel liselere devam eden ve Türkçe bilen ortaöğretim öğrencileri oluşturmaktadır. Evrende 19 Mayıs Türk Maarif Koleji, Anafartalar Lisesi, English School of Kyrenia, British School, Lapta Yavuzlar Lisesi ve Girne Amerikan Koleji olmak üzere toplam altı okul bulunmaktadır. Altı okulun okul müdürlerine ulaşılmış, bir okul haricindeki beş okul müdürü araştırmaya gönüllü olarak destek olacaklarını bildirmişlerdir. Girne Amerikan Koleji çalışmaya katılmak istememiştir. Bu bağlamda evrende yer alan 19 Mayıs Türk Maarif Koleji, Anafartalar Lisesi, English School of Kyrenia, British School ve Lapta Yavuzlar Lisesi okulları gönüllü olmuşlardır. Bu okullardaki 9, 10, 11, ve 12. sınıflardaki toplam 436 öğrenci çalışmanın örneklem grubunu oluşturmuştur. Örneklem grubuna, tüm öğrenciler dahil edilmemiş, gönüllü öğrenciler seçilmiştir. Rehber öğretmenler araştırmacıyla beraber uygun gördüğü öğrencilere anketleri uygulamışlardır. Ayrıca İngiliz dili ile eğitim veren English School of Kyrenia ve British School öğrencilerinin çoğunluğu Türkçe bilmediğinden, bu okullarda sadece Türkçe konuşan öğrencilere anket uygulanmıştır. Araştırmaya katılan örneklem grubunun demografik bilgileri aşağıda tablolarla belirtilmiştir.

Tablo 1.

Cinsiyete Göre Dağılım

Cinsiyet	<i>f</i>	%
Erkek	209	47,9
Kız	227	52,1
Toplam	436	100,0

Tablo 2.

Yaşa Göre Dağılım

Yaş	<i>f</i>	%
15	150	34,4
16	128	29,4
17	106	24,3
18	49	11,2
19	3	0,7
Toplam	436	100,0

Tablo 3.

Okula Göre Dağılım

Okul	<i>f</i>	%
Lapta Yavuzlar Lisesi	135	31,0
19 Mayıs TMK	122	28,0
English School of Kyrenia	29	6,6
British School	5	1,2
Anafartalar Lisesi	145	33,3
Toplam	436	100,0

Tablo 4.

Sınıfa Göre Dağılım

Sınıf	<i>f</i>	%
Hazırlık	110	25,2
Lise 1	144	33,0
Lise2	126	28,9
Lise3	56	12,8
Toplam	436	100,0

Tablo 5.

Kardeş Sayısına Göre Dağılım

Kardeş sayısı	<i>f</i>	%
Yok	56	12,8
1 kardeş	218	50,0
2 kardeş	102	23,4
3 kardeş	42	9,6
4 kardeş	18	4,1
Toplam	436	100,0

Tablo 6.

Doğum Sırasına Göre Dağılım

Sıra	<i>f</i>	%
İlk	232	53,2
Orta	66	15,1
Son	132	30,3
Diğer	6	1,4
Toplam	436	100,0

Tablo 7.

Anne Eğitim Durumuna Göre Dağılım

Anne Eğitim	<i>f</i>	%
Okuma Yazma Bilmiyor	18	4,2
İlkokul Mezunu	138	31,7
Ortaokul ve Lise Mezunu	180	41,3
Üniversite Mezunu	100	22,9
Toplam	436	100,0

Tablo 8.

Baba Eğitim Durumuna Göre Dağılım

Baba eğitimi	<i>f</i>	%
Okuma Yazma Bilmiyor	8	1,9
İlkokul Mezunu	110	25,2
Ortaokul ve Lise Mezunu	212	48,6
Üniversite Mezunu	106	24,3
Toplam	436	100,0

Tablo 9.

Anne İş Durumuna Göre Dağılımı

Anne iş	<i>f</i>	%
Çalışıyor	244	56,0
Çalışmıyor	192	44,00
Toplam	436	100,0

Tablo 10.

Baba İş Durumuna Göre Dağılımı

Baba iş	<i>f</i>	%
Çalışıyor	414	95,0
Çalışmıyor	22	5,0
Toplam	436	100,0

Tablo 11.

Konut Durumuna Göre Dağılım

Konut	<i>f</i>	%
Kendimize Ait	252	57,8
Kira	180	41,3
Lojman	4	,9
Toplam	436	100,0

Tablo 12.

Birlikte Yaşanılan Kişilere Göre Dağılım

Birlikte yaşam	<i>f</i>	%
Anne, Baba, Ben	62	14,2
Anne, Baba, Kardeş, Ben	316	72,5
Anne, Baba, Kardeş, Büyükanne, Dede, Ben	4	,9
Anne, Baba, Büyükanne, Dede, Ben	6	1,4
Anne, Ben	42	9,6
Baba, Ben	6	1,4
Toplam	436	100,0

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Özgüven Ölçeği ve Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formunda ergenin cinsiyeti, yaşı, okulunun adı, sınıfı, kardeş sayısı, doğum sırası, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, anne iş durumu, baba iş durumu, konut durumu ve kimlerle beraber yaşadığı gibi sorular bulunmaktadır.

3.3.1. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği 1988 yılında Amerika Birleşik Devletlerinde Zimet ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Türk dili ve kültürüne uyarlama, geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları 1995 yılında Eker ve Arkar, 1997 yılında Çakır ve Palabıyık, 2001 yılında Eker, Arkar ve Yıldız tarafından üç kere aralıklı yıllarda yapılmıştır. Kullanılması kolay 12 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek; aile, arkadaş, özel insan gibi üç farklı kaynaktan alınan sosyal desteğin yeterliliğinin öznel değerlendirilmesidir (Kazarian ve McCabe, 1991; Zimet vd., 1988; Eker ve Arkar, 1995). Güvenirlik katsayısı $\alpha=.89$ olarak hesaplanan ölçek, yedi aralıklı olarak tasarlanmış, “kesinlikle hayır=1, kesinlikle evet=7” arasında derecelendirilmiştir. Ölçekte aile, arkadaş ve özel insan olmak üzere her biri dört maddeden oluşan üç alt boyut bulunmaktadır. Her alt boyuttaki dört maddenin puanlarının toplanması ile alt boyut puanı elde edilmiş ve bütün alt boyut puanlarının toplanması ile ölçeğin toplam puanı elde edilmiştir. Toplam puanların yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin güvenirliği bu çalışma için tekrar değerlendirilmiş ve güvenirlik katsayısı $\alpha=.86$ olarak hesaplanmıştır.

3.3.2. Özgüven Ölçeği

Özgüven ölçeği, 2007 yılında Akın tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, 33 maddeden oluşan 5’li likert tipi bir ölçektir. Derecelenme ölçeği “1=Hiçbir zaman, 2=Ara sıra, 3=Sık sık, 4=Genellikle, 5=Her zaman” şeklinde yazılmıştır. Bu maddeler üzerinde geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Özgüven ölçeğinin bu çalışma için hesaplanan Cronbach Alpha değeri .89’dur. Olumsuz madde bulunmayan ölçekten alınabilecek en yüksek puan 165, en düşük puan ise 33’tür.

Ölçekten yüksek puan alınması yüksek özgüveni göstermektedir. Ölçekten alınan toplam puan madde sayısına (33) bölünerek, bireyin özgüven düzeyi hakkında bilgi sahibi olunabilir (Akın, 2007). 1.00 – 1.79 arası puan çok düşük düzeyde özgüveni, 1.80 – 2.59 arası puan düşük düzeyde özgüveni, 2.60 – 3.39 arası puan orta düzeyde özgüveni, 3.40 – 4.19 arası puan yüksek düzeyde özgüveni, 4.20 – 5.00 arası puan ise çok yüksek düzeyde özgüveni ifade etmektedir (Balcı, 2002).

3.3.3. Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği

Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği, 1994 yılında Huebner tarafından geliştirilmiş, 2007 yılında Çivitçi tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 36 maddeden oluşan 4'lü likert tipinde bir ölçektir. Aile, arkadaş, okul, yaşanılan çevre ve benlik olmak üzere beş boyuttan oluşan ölçekten elde edilen puanlar genel olarak bir yaşam doyumu puanı vermektedir. Ölçekten alınan puanların yüksek olması yaşam doyumunun arttığını göstermektedir. Ölçek dört seçenek üzerinden yanıtlanmaktadır: (1) hiçbir zaman , (2) bazen, (3) sık sık, (4) her zaman. Ölçeğin güvenirlik katsayısı .83'tür (Çivitçi, 2007). Geçerlik ve güvenirlik çalışmalarından elde edilen sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda ölçeğin geçerliğinin ve güvenirliğinin sağlandığı söylenebilir. Bu çalışma için tekrar geçerlik güvenirlik katsayısı hesaplanmış ve Cronbach Alpha değeri .87 olarak bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma 2014-2015 yılında Kuzey Kıbrıs'ta Girne Kazasında öğrenim gören ve hazırlık, lise 1, lise 2 ve lise 3. sınıfa devam eden ortaöğretim öğrencileri ile

gerçekleştirilmiştir. Araştırmacı, verilerin toplanması amacı ile belirlenen okullarda uygulama yapabilmek için öncelikle KKTC Milli Eğitim Bakanlığına gitmiştir. Milli Eğitim Bakanlığından gerekli izinler alındıktan sonra Girne Kazasındaki liselere gidilmiş ve anketleri öğrencilere uygulamak için detaylı olarak lise müdürleriyle görüşülmüştür. Görüşmede, bir okul haricinde tüm okul müdürleri çok büyük memnuniyetle destek sağlayacaklarını bildirmişler, araştırmacıyı anketlerin uygulanması amacıyla okullarının rehber hocalarına yönlendirilmişlerdir. Rehber öğretmenlerin belirlediği öğrencilere araştırmacıyla beraber Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Özgüven Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Anketler uygulanırken öğrencilerin gönüllü olmaları esas alınmıştır. Anketleri uygulama süresi yaklaşık olarak 15 dakika sürmüş, uygulama sonunda anketler bizzat araştırmacı tarafından toplanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada Girne Kazasındaki beş adet lisenin toplam 436 öğrencisinden veriler toplanmıştır. Kişisel bilgi formuna ve ölçeklere verilen yanıtlar temel veri kaynağı olarak kullanılmıştır. Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Özgüven Ölçeğinden elde edilen nicel veriler, bilgisayar ortamında değerlendirilirken istatistiksel çözümleme için SPSS 20 paket programı kullanılmıştır. Araştırmada iki örneklem grubu arasındaki ortalamalar arasında anlamlı fark olup olmadığı ortaya çıkarmak için parametrik testlerden t-testi ve ANOVA testi kullanılmıştır. T-testi, iki ilişkisiz örneklem ortalamaları arasındaki anlamlı bir fark olup olmadığını, ANOVA ise, ilişkisiz iki ya da daha çok örneklem ortalaması arasındaki farkın sıfırdan anlamlı bir şekilde farklı olup olmadığını test

etmek amacıyla kullanılan bir tekniktir. ANOVA testi sonuçlarına göre anlamlı farkların bulunduğu durumlarda, bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla TUKEY testi kullanılmıştır. Gruplar arasında homojen dağılım olduğu durumlarda TUKEY metodu kullanılmaktadır. Çözümlemelerde fark anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır (Büyüköztürk, 2007). Araştırmada değişkenler arası ilişkinin derecesini ve yönünü tespit etmek içinse Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Korelasyon katsayısı r olarak temsil edilmektedir ve iki sürekli değişken arasındaki doğrusal ilişkinin kuvveti ve yönü hakkında bilgi vermektedir (Büyüköztürk, 2010). Aynı zamanda bu araştırmada katılımcıların demografik yapısı ile bazı bağımsız değişkenlerin detaylarının görülmesi için betimsel istatistik yönetimlerinden, frekans analizi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR, YORUM, TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde, alt amaçlar doğrultusunda elde edilen verilerin istatistiksel analizleri sonucunda ortaya çıkan bulgulara yer verilmiştir. Tablolarla desteklenen bulguları, alt amaçlar paralelinde oluşturulan yorumlar ve literatür eşliğinde yapılan tartışmalar izlemiştir.

4.1. “Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanları Ölçeğın Arkadaş, Okul, Çevre, Aile ve Benlik Alt Boyutlarına Göre Nasıl Dağılım Göstermektedir?” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın birinci alt amacı “Ergenlerde yaşam doyumu puanları ölçeğın alt boyutları paralelinde dağılımı nasıldır?” şeklindedir. Bu alt amaca yönelik olarak analiz edilen yaşam doyumu puanlarının arkadaş, okul, çevre, aile, benlik alt boyutlarına göre dağılımları tablo 13’te sunulmuştur.

Tablo 13.

Yaşam Doyumu Ölçeğı Puanlarının Alt Boyutlara Göre Dağılımı

Yaşam Doyumu	N	$\bar{X}$	SS	Minimum	Maximum
Arkadaş	436	27,4771	3,74189	1,00	32,00
Okul	436	21,5986	5,11539	16,00	32,00
Çevre	436	20,6009	4,72035	8,00	32,00
Benlik	436	19,2385	3,15398	8,00	28,00
Toplam	436			11,00	24,00

Tablo 13'te gösterildiği üzere yaşam doyumu arkadaş alt boyutu puan ortalaması 27,4771, okul alt boyutu puan ortalaması 21,5986, çevre alt boyutu puan ortalaması 20,6009, benlik alt boyutu puan ortalaması ise 19,2385 olarak hesaplanmıştır. Bu hesaplamalara göre en düşük ortalama benlik alt boyutu sahipken, en yüksek arkadaş alt boyutunun sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşam doyum ölçeğine göre arkadaş alt boyutu açısından doyumunun diğer boyutlara göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

Yaşam doyum ölçeğinin arkadaş alt boyutunu oluşturan toplam madde sayısı sekizdir. Bu boyutun ortalama puanı madde sayısına bölündüğünde arkadaş açısından doyumun ne derecede olduğu hakkında bilgi edinilebilir. Bu bilgi ışığında arkadaş doyumunun yüksek düzeyde olduğu ($\bar{X}=3,43$) ortaya çıkmaktadır. Benlik alt boyutunda altı madde bulunmaktadır. Katılımcıların benlik doyumunun orta düzeyde olduğu ($\bar{X}=3,20$) ortaya çıkmıştır. Bu sonuca göre ergenlerin arkadaş açısından yaşam doyumlarının okul, çevre ve benlik doyumlarına göre daha fazla olduğu söylenebilir. Literatür incelendiğinde benzer sonuçlara ulaşılmaktadır. “Ergenlerin arkadaştan sağladıkları yaşam doyumlarının okul, çevre ve benlik doyumlarından daha fazla olduğu düşünülmektedir” türünde sonuçlar araştırmacılar tarafından söylenmiştir (Cenkseven, 2004; Flashman, 2012; Hilooğlu ve Cenkseven, 2010). Yapılan araştırmanın bulguları da bu sonucu desteklemektedir. Bu durumun yanı sıra Gong ve Fan, 2006 yılında yaptıkları çalışmada ergenlerin çevre koşulunun yaşam doyumunu olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir. Bu farklılığın araştırma yapılan bölgeden kaynaklandığı düşünülmektedir.

4.2. “Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanları Demografik Bilgilerine Göre Değişkenlik Göstermekte midir” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın ikinci alt amacı “Ergenlerin yaşam doyumu puanları, demografik bilgilerine göre değişkenlik göstermekte midir?” şeklindedir. Veriler, bu alt amaç doğrultusunda ergenlerin cinsiyetlerine, yaşlarına, okullarına, sınıflarına, kardeş sayılarına, doğum sıralarına, anne - baba eğitim durumlarına, anne - baba iş durumlarına, konut durumlarına ve birlikte yaşadıkları kişilere göre analiz edilmiştir.

4.2.1. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Cinsiyetlerine Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının cinsiyetlerine göre dağılımları tablo 14’te sunulmuştur.

Tablo 14.

Cinsiyetlere Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	t	df	p	Açıklama
Erkek	209	88,30	11,16	1,924	434	,293	p > .05 Fark anlamsız
Kız	227	89,47	12,04				

Tablo 14’te görüldüğü üzere erkek öğrencilerin yaşam doyumu puan ortalamaları 88,30 iken kız öğrencilerinin yaşam doyumu puan ortalamaları 89,47 olarak hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyetleri ile yaşam

doyumunu ölçeği puanları aralarında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,293$, $p>,05$). Bu sonuç, ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyetlerine göre değişmediğini göstermektedir. Literatürde bu çalışmayla paralellik gösteren ya da bu çalışmanın tersi sonuç veren çalışmalara rastlamak mümkündür. Söz gelimi, Mahon ve Yacheski, 2005 yılında üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmasında cinsiyetin öznel iyi oluşu etkilemediğini bulmuştur. Fakat benzer bir çalışmada Cenkseven ve Akbaş (2007) üniversitede okuyan kız öğrencilerinin yaşam doyumlarının, erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu bulmuştur.

4.2.2. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Yaşlarına Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının yaşlarına göre dağılımları tablo 15'te sunulmuştur.

Tablo 15.

Yaşlara Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	650,091	4	162,523	1,203	,309	p > .05
Gruplar içi	58243,769	431	135,136			
Toplam	58893,860	435				Fark anlamsız

Tablo 15'te görüldüğü üzere ergenlerin yaşam doyumu ölçeğinin puanlarının, yaşa göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 1,203; p değeri 0,309 olarak hesaplanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanları ile katılımcılarının yaşları

arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,309$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin yaşlarına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.2.3. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Okullarına Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının öğrenim gördükleri okul türüne göre dağılımları tablo 16'da sunulmuştur.

Tablo 16.

Okul Türlerine Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	1224,228	3	408,076	3,057	,028	$p<,05$
Gruplar içi	57669,632	432	133,495			Fark anlamlı
Toplam	8893,860	435				1-2

1: Devlet ($\bar{X}=86,58$) , 2: Özel ($\bar{X}=90,76$)

Tablo 16'da görüldüğü üzere ergenlerin yaşam doyumu ölçeğinin puanlarının, okullarına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 3,057, p değeri 0,028 olarak hesaplanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanları ile katılımcıların okulları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p=,028$, $p<,05$). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda devlet okulunun ($\bar{X}=86,58$) özel okula ($\bar{X}=90,76$) oranla daha düşük yaşam doyumuna sahip olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre, özel lisede okuyan ergenlerin, devlet lisesinde okuyan ergenlere göre yaşam doyumlarının daha yüksek

olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Devlet okulunda okuyan ergenlerin yaşam doyumlarının düşük olmasının sebebinin sosyoekonomik durumdan ve ilgiden kaynaklandığı düşünülmektedir. Özel okulda okuyan öğrenciler devlet okulunda okuyan öğrencilere göre daha fazla olanaklara sahiptirler. Ayrıca özel okulda okuyan öğrencilere ve ailelerine daha çok ilgi ve özen gösterildiği de ortadadır. Bu gibi durumlar yaşam doyumunu yükselten etkilere sahiptir. Şener, 2008 yılında yaptığı araştırmasında yaşam doyumunu “bireyin istediği şeylerle sahip olduklarını karşılaştırdığı zaman ortaya çıkan durumdur” şeklinde açıklamıştır. Sosyoekonomik olarak durumu iyi olan ergenin yaşam doyumunun yükselmesini bu durumla bağdaştırılabilir. Bu konu ile ilgili benzer bir araştırmayı Aydoğan 2010 yılında yapmıştır. Aydoğan, araştırmasında ailenin aylık geliri arttıkça öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin arttığını ortaya koymuştur. Bu türde yapılan araştırmalar, çalışmanın bulgusunu destekler niteliktedir.

4.2.4. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Sınıflarına Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyum puanlarının devam ettikleri sınıf düzeylerine göre dağılımları tablo 17’de sunulmuştur.

Tablo 17.

Sınıf Düzeylerine Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	1176,749	3	392,250	2,936	,033	$p < .05$
Gruplar içi	57717,111	432	133,604			Fark anlamlı
Toplam	58893,860	435				1-4

1: 1. sınıf ($\bar{X} = 88,00$) , 4: 4. sınıf ($\bar{X} = 85,32$)

Tablo 17’de görüldüğü üzere ergenlerin yaşam doyumu ölçeğinin puanlarının sınıflara göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 2,936, p değeri 0,033 olarak hesaplanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanları ile katılımcıların sınıfları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p=,033$, $p<,05$). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda, 1. sınıfta olanların ($\bar{X}=88,00$) 4.sınıf olanlara ($\bar{X}=85,32$) oranla daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu görülmektedir. Lise 1. sınıf öğrencisinin, lise son sınıf öğrencisine göre yaşam doyumunun yüksek olması çok olası bir durumdur. Lise son öğrencisi üniversite sınavlarına hazırlanmaktadır; sınava hazırlık sürecindeki stres, yaşam doyumunun düşmesine sebeptir. Sınav stresinin en önemli sebeplerinden biri ailelerinin, okullarının ergenlerin üzerinde baskı yapmalarıdır. Baskı altında kalan ergenin, korkuları ve kaygıları eş orantılı olarak artış göstermektedir. Bu durum ergenin tüm sosyal hayatını esir altına almaktadır. Ergen, sosyal aktivitelere (sinema, tiyatro, spor vs) katılamamaktadır. Dolayısıyla ergenin yaşamdan aldığı doyum da düşmektedir. Literatür incelendiğinde benzer sonuçlara ulaşılmaktadır. “Sınıf düzeyi yükseldikçe genel yaşam doyumu düzeyi düşmektedir”, “ergenlerin sınıfları yükseldikçe yaşam doyumları aynı ölçüde azalmaktadır” türünde sonuçlar araştırmacılar tarafından söylenmiştir (Başer Şeker, 2009; Çivitci, 2009; Kaya, 2006; Lubin ve Whitlock, 2004).

4.2.5. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Kardeş Sayılarına Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının kardeş sayılarına göre dağılımları tablo 18’de sunulmuştur.

Tablo 18.

Kardeş Sayısına Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	658,410	4	164,63	1,218	,302	p>.05
Gruplar içi	58235,450	431	135,117			Fark anlamsız
Toplam	58893,860	435				

Tablo 18’de görüldüğü üzere ergenlerin yaşam doyumu ölçeğinin puanlarının, kardeş sayısına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 1,218, p değeri 0,302 olarak hesaplanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanları ile katılımcılarının kardeş sayısı arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,302$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin çok kardeşli olmalarına ya da az kardeşli olmalarına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.2.6. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Doğum Sıralarına Göre**Analizi**

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının doğum sıralarına göre dağılımları tablo 19’da sunulmuştur.

Tablo 19.

Doğum Sırasına Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	308,962	3	102,987	,758	,518	p>.05
Gruplar içi	58580,541	431	135,918			Fark anlamsız
Toplam	58889,503	434				

Tablo 19'da görüldüğü üzere ergenlerin yaşam doyumu ölçeğinin puanlarının, doğum sırasına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 0,758, p değeri 0,518 olarak hesaplanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanları ile katılımcılarının doğum sırası arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,518$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, yaşam doyumu düzeylerinin doğum sırasına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.2.7. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Anne Eğitim Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının anne eğitim durumuna göre dağılımları tablo 20'de sunulmuştur.

Tablo 20.

Anne Eğitimine Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	1314,685	3	438,228	3,288	,021	$p < .05$
Gruplar içi	57579,175	432	133,285			Fark anlamlı
Toplam	58893,860	435				1-4

1: Okuma Yazma Bilmiyor ($\bar{X} = 94,44$) , 4: Yüksekokul Mezunu ($\bar{X} = 87,13$)

Tablo 20'de görüldüğü üzere ergenlerin yaşam doyumu ölçeği puanlarının, anne eğitim durumuna göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 3,288, p değeri 0,021 olarak hesaplanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanları ile katılımcıların annelerinin eğitim durumları arasında anlamlı bir farka rastlanmıştır

($p=0,21$, $p<.05$). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda, annelerinin eğitim durumuna göre 1. okuma yazma bilmeyenlerin ($\bar{X}=94,44$) 4. yüksekokul mezunu olanlara ($\bar{X}=87,13$) oranla daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu görülmektedir. Anneleri okuma yazma bilmeyen ergenlerin, anneleri üniversite okumuş olan ergenlere göre yaşam doyumlarının düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin, anne eğitim durumuna göre değiştiğini ortaya çıkarmıştır. Bunun en önemli sebeplerinden biri olarak, okuma yazma bilmeyen annenin kendini geliştirme olanağı olmadığı için, hayatının büyük bir bölümünü çocukları ile geçirmiş olduğu düşünülebilir. Bu nedenle çocuklarıyla birebir alakadar olan anne çocuklarının yaşam doyumlarının da yükselmesine katkı sağlayacaktır. Aynı zamanda okuma yazma bilmeyen annenin, çocuklarından beklentisinin az olacağı düşünülürse, çocuğunun elde ettiği küçük başarıları bile büyük bir mutlulukla karşıladığı, başarısızlığı durumunda onu sıkıntıya ve üzüntüye sokmadığı tahmin edilebilir. Bu durumla karşı karşıya kalan çocuğun, olumlu geri bildirimler almasının yaşam doyum düzeyinin yükselmesine sebep olacağı düşünülebilir. Literatürde bu sonuca ters çalışmaların olduğu görülmektedir. Söz gelimi, Gülcan, 2014 yılında yaptığı araştırmada, anne eğitim durumunun yaşam doyumunu üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığı sonucuna ulaşmıştır. Kırtıl 2009 yılında ortaokul öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmasında yaşam doyumunun anne eğitim durumuna göre değişkenlik göstermediğini bulmuştur. Literatürdeki bu farklılığın araştırma yapılan toplulukla ya da coğrafi kültürle alakalı olarak değişebileceğinden kaynaklandığı düşünülmüştür.

4.2.8. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının baba eğitim durumuna göre dağılımları tablo 21’de sunulmuştur.

Tablo 21.

Baba Eğitimine Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	3035,275	3	1011,758	7,825	,000	p<.05
Gruplar içi	55858,585	432	129,302			Fark anlamlı
Toplam	58893,860	435				1-4

1: Okuma yazma bilmiyor ($\bar{X}=87,00$) , 4: Yüksekokul mezunu ($\bar{X}=86,47$)

Tablo 21’de görüldüğü üzere ergenlerin yaşam doyumu ölçeği puanlarının, baba eğitim durumuna göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 7,825, p değeri 0,000 olarak hesaplanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanları ile katılımcıların babalarının eğitim durumu arasında anlamlı bir farka rastlanmıştır ($p=0,000$, $p<,05$). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda, babalarının eğitim durumuna göre 1.okuma yazma bilmeyenlerin ($\bar{X}=87,00$) 4.yüksekokul mezunu olanlara ($\bar{X}=86,47$) oranla daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu görülmektedir. Babaları okuma yazma bilmeyen ergenlerin, babaları üniversitede okumuş olan ergenlere göre yaşam doyumlarının düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin baba eğitim durumuna göre değiştiğini ortaya çıkarmıştır. Bu durumun sebebi üniversite

mezunu olan babanın hedeflerinin, okuma yazma bilmeyen babanın hedeflerinden daha yüksek olmasından kaynaklı olabilir. Bu nedenle ergenin babasının belirlediği hedeflere ulaşması zor olacağı için, yaşamdan alacağı doyumun düşmesine sebep olacağı düşünülebilir. Literatür incelendiğinde “Ergenlerin yaşam doyumunun babanın eğitim düzeyinin artmasına bağlı olarak pozitif yönde etkilendiği” yönünde sonuçları olan araştırmalar görülmektedir (Aydoğan, 2010; Gökçekan ve arkadaşları, 2001; Zincirkıran, 2008). Bu bulguya zıt olarak, Ünal ve Şahin 2013 yılında yaptıkları araştırmada, baba eğitim durumunun ergenlerin yaşam doyumunda anlamlı fark yaratmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

4.2.9. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Anne İş Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyum puanlarının anne iş durumuna göre dağılımları tablo 22’de sunulmuştur.

Tablo 22.

Anne İş Durumuna Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	N	$\bar{X}$	S	t	f	p	Açıklama
Çalışıyor	244	88,55	11,56				
				,363	,434	,463	p>.05
Çalışmıyor	190	89,38	12,79				Fark anlamsız

Tablo 22’de görüldüğü üzere anneleri çalışan katılımcıların yaşam doyum puan ortalaması 88,55, anneleri çalışmayan katılımcıların yaşam doyum puan ortalaması 89,38 olarak hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların anne iş

durumu ile yaşam doyumu ölçeği puanları aralarında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,463$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin anne iş durumuna göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.2.10. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Baba İş Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının baba iş durumuna göre dağılımları tablo 23'te sunulmuştur.

Tablo 23.

Baba İş Durumuna Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	t	f	p	Açıklama
Çalışıyor	414	89,01	11,61				
				024	34	,457	$p>,05$
Çalışmıyor	22	87,00	12,21				Fark anlamsız

Tablo 23'te görüldüğü üzere babaları çalışan ergenlerin yaşam doyumu puan ortalaması 89,01, babaları çalışmayan ergenlerin yaşam doyumu puan ortalaması 87,00 olarak hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre ergenlerin baba iş durumu ile yaşam doyumu ölçeği puanları aralarında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,457$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin, yaşam doyumu düzeylerinin baba iş durumuna göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.2.11. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Konut Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının konut durumuna göre dağılımları tablo 24'te sunulmuştur.

Tablo 24.

Konut Durumuna Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	219,540	2	109,770	,810	445	$p>.05$
Gruplar içi	58674,320	433	135,507			Fark anlamsız
Toplam	58893,860	435				

Tablo 24'te görüldüğü üzere katılımcıların yaşam doyumu ölçeği puanlarının, konut durumuna göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 0,810, p değeri 0,445 olarak hesaplanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanları ile katılımcıların konut durumları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,445$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin yaşam doyumları düzeylerinin konut durumlarına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.2.12. Ergenlerin Yaşam Doyumu Puanlarının Birlikte Yaşadıkları Kişiler Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının birlikte yaşadıkları kişiler ~~durumuna~~ göre dağılımları tablo 25'te sunulmuştur.

Tablo 25.

Birlikte Yaşadıkları Kişilere Göre Yaşam Doyumu Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	585,265	5	117,053	,863	,506	p > .05
Gruplar içi	58308,595	430	135,601			Fark anlamsız
Toplam	58893,860	435				

Tablo 25'te görüldüğü üzere katılımcıların yaşam doyumu ölçeği puanlarının, birlikte yaşadığı kişilere göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 0,863, p değeri 0,506 olarak hesaplanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanları ile ergenlerin birlikte yaşadığı kişiler arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır (p=,506, p>,05). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin birlikte yaşadığı kişilere göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.3. "Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanları Ölçeğın Aile, Arkadaş, Özel İnsan Alt Boyutlarına Göre Nasıl Dağılım Göstermektedir?" Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın üçüncü alt amacı "Ergenlerin algıladıkları sosyal destek puanları, ölçeğın aile, arkadaş, özel insan alt boyutlarına göre nasıl dağılım göstermektedir?" şeklindedir. Bu alt amaca yönelik olarak analiz edilen algılanan sosyal destek puanlarının ölçeğın aile, arkadaş, özel insan alt boyutlarına göre dağılımları tablo 26'da sunulmuştur.

Tablo 26.

Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Puanlarının Alt Boyutlara Göre Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	Minimum	Maximum
Aile	436	22,7156	5,25242	5,00	28,00
Arkadaş	436	22,7431	5,17181	6,00	28,00
Özel insan	436	21,8670	6,55766	4,00	28,00
Toplam	436				

Tablo 26’da görüldüğü gibi ergenlerde algılanan sosyal destek puanlarının ölçeğin aile, arkadaş, özel insan alt boyutları paralelinde dağılımı incelendiğinde, ölçekten alınabilecek maksimum puan 28,00’dir. Yapılan analiz sonucunda sosyal destek aile alt boyutu puan ortalaması 22,7156, arkadaş alt boyutu puan ortalaması 22,7431, özel insan boyutu puan ortalaması 21,8670 olarak hesaplanmıştır. Araştırmanın sosyal destek ölçeğinin alt boyutlarına yönelik ortalama puan dağılımlarında, özel insan alt boyutunun düşük, arkadaş ve aile alt boyutlarının daha yüksek ortalamaya sahip olduğu gözlemlenmiştir. Katılımcıların sosyal destek ölçeğine göre arkadaş ve aile açısından sosyal desteğe daha fazla ihtiyaç duyduğu söylenebilir. Literatür incelendiğinde aileden ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin diğer destek kaynaklarından daha güçlü olduğu bilgisine ulaşılmıştır (Yalçın, 2015). Bu türde yapılan araştırmalar, çalışmanın bulgusunu destekler niteliktedir. Literatürde bu sonuca zıt olarak üniversite öğrencilerinin ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin arkadaş ve özel insan desteği ortalamasından yüksek olduğu sonucuna ulaşan araştırmalar da vardır (Arkar, Sarı ve Fidaner, 2004; Yılmaz, Yılmaz

ve Karaca, 2008). Literatürde ulaşılan bilgilerdeki farklılığın, katılımcının yaşına göre değişim göstermiş olabileceği düşünülmektedir.

4.4. “Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanları Demografik Bilgilerine Göre Değişkenlik Göstermekte midir” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın bu aşamasında “Ergenlerin algıladıkları sosyal destek puanları, demografik bilgilerine göre değişkenlik göstermekte midir?” sorusu analiz edilmiştir. Ergenlerle yapılan araştırmanın analizleri sonucunda algılanan sosyal destek puanlarının demografik bilgilere göre dağılımları tablolarla gösterilmiştir. Demografik bilgiler, ergenlerin cinsiyetlerine, yaşlarına, okullarına, sınıflarına, kardeş sayılarına, doğum sıralarına, anne eğitim durumlarına, baba eğitim durumlarına, anne iş durumuna, baba iş durumuna, konut durumlarına ve birlikte yaşadıkları kişilere göre analiz edilmiştir.

4.4.1. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Cinsiyetlerine Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının cinsiyet durumuna göre dağılımları tablo 27’de sunulmuştur.

Tablo 27.
Cinsiyetlere Göre Sosyal Destek Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	t	df	p	Açıklama
Erkek	209	67,43	13,42	,424	434	,869	p > .05 Fark anlamsız
Kız	227	67,22	13,30				

Tablo 27’de görüldüğü üzere erkek öğrencilerin sosyal destek puan ortalaması 67,43, kız öğrencilerin sosyal destek puan ortalaması 67,22 olarak hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyetleri ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,869$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin sosyal destek düzeylerinin cinsiyetlerine göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.4.2. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Yaşlarına Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının yaş durumuna göre dağılımları tablo 28’de sunulmuştur.

Tablo 28.

Yaşlara Göre Sosyal Destek Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	404,052	4	101,013	,564	689	$p > .05$
Gruplar içi	77131,700	431	178,960			Fark anlamsız
Toplam	77535,752	435				

Tablo 28’de görüldüğü üzere katılımcıların sosyal destek ölçeği puanlarının yaşa göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 0,564, p değeri 0,689 olarak hesaplanmıştır. Sosyal destek ölçeğinin puanları ile katılımcılarının yaşları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,689$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde

edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu ergenlerin sosyal destek düzeylerinin yaşa göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.4.3. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Okullarına Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının okul türlerine göre dağılımları tablo 29'da sunulmuştur.

Tablo 29.

Okul Türüne Göre Sosyal Destek Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	2475,363	3	825,121	4,749	,003	$p < .05$
Gruplar içi	75060,389	432	173,751			Fark anlamlı
Toplam	77535,752	435				1-2

1: devlet ($\bar{X}=85,01$) , 2: özel ($\bar{X}=70,14$)

Tablo 29'da görüldüğü üzere ergenlerin sosyal destek ölçeği puanlarının, okullarına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 4,749, p değeri 0,003 olarak hesaplanmıştır. Sosyal destek ölçeğinin puanları ile katılımcıların okulları arasında anlamlı bir farka rastlanmıştır ($p=0,003$, $p < .05$). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda, okullarına göre 1 numaralı okulun ($\bar{X}=85,01$) 2 numaralı okula ($\bar{X}=70,14$) oranla daha düşük sosyal desteğe sahip olduğu görülmüştür. Bu bulguya göre devlet okuluna giden ergenlerin, özel okula giden ergenlere göre sosyal destek düzeyleri daha düşük çıkmıştır. Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu,

ergenlerin sosyal destek düzeylerinin okul türüne göre değiştiğini ortaya çıkarmıştır. Bilgin, 2003 yılında yapmış olduğu araştırmada sosyal destek kaynaklarından sağlanan katkının iki farklı boyutunun olduğunu, bunlardan birinin manevi birinin de maddi olduğunu belirtmiştir. Bu araştırmadan yola çıkarak özel okulda okuyan ergenin, devlet okulunda okuyan ergene göre okulda manevi destek, ailede maddi desteği hissettiği sonucuna ulaşılabilir. Özel okula giden öğrencilerin ailelerinin maddi durumlarının, devlet okuluna giden öğrencilerin ailelerin maddi durumlarından daha iyi olduğu bilinmektedir. Literatürde devlet okulunda okuyan ergenlerin algıladıkları sosyal desteğin maddi, manevi çok daha düşük olarak algılandığı sonucuna ilişkin çalışma mevcuttur (Coşkun, 2007). Yapılan araştırmalar da bu bulguyu desteklemektedir Bulgunun bir diğer sebebi olarak, okullar arasındaki sınıf mevcut sayılarının farklı olması olduğu düşünülmektedir. Ateş, 2011 yılında yapmış olduğu araştırmada, öğrencilerin algıladıkları sosyal desteğin sınıftaki öğrenci sayılarının az veya çok olmasına göre anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Özel okullarda okuyan öğrenciler, az sınıf mevcutlarıyla birebir özel ilgi almaktadırlar. Böylelikle bu tür okullarda okuyan öğrenciler, öğretmenleri ile daha nitelikli iletişim kurabilmektedir. Öğretmenleri ile nitelikli iletişim kurabilen öğrenciler yüksek düzeyde sosyal destek hissetmektedirler. Yapılan bu araştırmanın bulguları da bu sonucu desteklemektedir.

4.4.4. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Sınıflarına Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre dağılımları tablo 30'da sunulmuştur.

Tablo 30.

Sınıf Düzeyine Göre Sosyal Destek Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	389,619	3	129,873	,727	,536	p > .05
Gruplar içi	77146,133	432	178,579			Fark anlamsız
Toplam	77535,752	435				

Tablo 30'da görüldüğü üzere katılımcıların sosyal destek ölçeği puanlarının, sınıflarına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 0,727, p değeri 0,536 olarak hesaplanmıştır. Sosyal destek ölçeğinin puanları ile katılımcıların sınıfları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,536$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin sosyal destek düzeylerinin sınıflarına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.4.5. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Kardeş Sayılarına Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının kardeş sayısı durumuna göre dağılımları tablo 31'de sunulmuştur.

Tablo 31.

Kardeş Sayısına Göre Sosyal Destek Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	1418,283	4	354,571	2,008	,092	p > .05
Gruplar içi	76117,469	431	176,607			Fark anlamsız
Toplam	77535,752	435				

Tablo 31’de görüldüğü üzere katılımcıların sosyal destek ölçeği puanlarının, kardeş sayısına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 2,008, p değeri 0,092 olarak hesaplanmıştır. Sosyal destek ölçeği puanları ile katılımcıların kardeş sayıları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,092$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin sosyal destek düzeylerinin kardeş sayılarına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.4.6. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Doğum Sıralarına Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının doğum sırası durumuna göre dağılımları tablo 32’de sunulmuştur.

Tablo 32.

Doğum Sıralarına Göre Sosyal Destek Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	340,310	3	113,437	,635	,593	$p>,05$
Gruplar içi	77195,442	432	178,693			Fark anlamsız
Toplam	77535,752	435				

Tablo 32’de görüldüğü üzere katılımcıların sosyal destek ölçeği puanlarının, doğum sıralarına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 0,635, p değeri 0,593 olarak hesaplanmıştır. Sosyal destek ölçeği puanları ile katılımcıların doğum sıraları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,593$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin sosyal destek düzeylerinin doğum sıralarına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.4.7. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Anne Eğitim Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının anne eğitim durumuna göre dağılımları tablo 33'te sunulmuştur.

Tablo 33.

Anne Eğitimine Göre Sosyal Destek Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	1076,255	3	358,752	2,027	,109	p > .05
Gruplar içi	76459,498	432	176,990			Fark anlamsız
Toplam	77535,752	435				

Tablo 33'te görüldüğü üzere katılımcıların sosyal destek ölçeği puanlarının annelerinin eğitim durumuna göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 2,027, p değeri 0,109 olarak hesaplanmıştır. Sosyal destek ölçeğinin puanları ile katılımcıların annelerinin eğitim durumu arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır (p=,109, p>,05). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin sosyal destek düzeylerinin annelerinin eğitim durumuna göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.4.8. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının baba eğitim durumuna göre dağılımları tablo 34'te sunulmuştur.

Tablo 34.

Baba Eğitimine Göre Sosyal Destek Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	680,401	3	226,800	1,275	,282	p > .05
Gruplar içi	76855,351	432	177,906			Fark anlamsız
Toplam	77535,752	435				

Tablo 34'te görüldüğü üzere katılımcıların sosyal destek ölçeği puanlarının babalarının eğitim durumuna göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 1,275, p değeri 0,282 olarak hesaplanmıştır. Sosyal destek ölçeğinin puanları ile katılımcıların babalarının eğitim durumu arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır (p=,282, p>,05). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin sosyal destek düzeylerinin babalarının eğitim durumuna göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.4.9. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Anne İş Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının anne iş durumuna göre dağılımları tablo 35'te sunulmuştur.

Tablo 35.

Anne İş Durumuna Göre Sosyal Destek Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	t	f	p	Açıklama
Çalışıyor	244	68,09	13,36	816	,434	,145	p>,05 Fark anlamsız
Çalışmıyor	190	66,21	13,31				

Tablo 35'te görüldüğü üzere anneleri çalışan katılımcıların sosyal destek puan ortalaması 68,09, anneleri çalışmayan katılımcıların sosyal destek puan ortalaması 66,21 olarak hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların anne iş durumu ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,145$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin sosyal destek düzeylerinin anne iş durumuna göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.4.10. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Baba İş Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının baba iş durumuna göre dağılımları tablo 36'da sunulmuştur.

Tablo 36

Baba İş Durumuna Göre Sosyal Destek Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	t	df	p	Açıklama
Çalışıyor	414	67,59	12,79	16,370	434	,244	$p>,05$ Fark anlamsız
Çalışmıyor	22	62,18	21,02				

Tablo 36'da görüldüğü üzere babaları çalışan katılımcıların sosyal destek puan ortalaması 67,59, babaları çalışmayan katılımcıların sosyal destek puan ortalaması 62,18 olarak hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların baba iş durumu ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,244$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu,

ergenlerin sosyal destek düzeylerinin baba iş durumuna göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.4.11. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Konut Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının konut durumuna göre dağılımları tablo 37’de sunulmuştur

Tablo 37.

Konut Durumuna Göre Sosyal Destek Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	4314,905	2	2157,452	12,758	,000	p<.05
Gruplar içi	73220,848	433	169,101			Fark anlamlı
Toplam	77535,752	435				

1.1.konut ($\bar{X}$ =69,98) , 2: 2.konut($\bar{X}$ =63,57)

Tablo 37’de görüldüğü üzere ergenlerin sosyal destek ölçeği puanlarının konut durumuna göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 12,758, p değeri 0,000 olarak hesaplanmıştır. Sosyal destek ölçeğinin puanları ile katılımcıların konut durumu arasında anlamlı bir farka rastlanmıştır (p=0,000, p<.05). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda, okullarına göre 1 numaralı konutun ($\bar{X}$ =69,98) 2 numaralı konuta ($\bar{X}$ =63,57) oranla daha yüksek sosyal desteğe sahip olduğu görülmektedir. Oturduğu ev ailesine ait olan ergenlerin, kirada oturan ergenlere göre algıladıkları sosyal destek düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Analizler sonucunda elde edilen verilere göre

ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin sosyal destek düzeylerinin konut durumuna göre değişim gösterdiğini ortaya çıkarmıştır. Bu bulgunun sebebi olarak ev sahibi olan ailenin çocuğunun maddi olanakları çok daha geniş olduğu için daha fazla sosyal destek hissettiği düşünülmektedir. Ailesi kirada oturan ergenin ev alacak maddi olanakları olmadığı için daha düşük sosyal destek hissettikleri sonucuna ulaşılabilir. Literatür incelendiğinde ailenin gelir durumunun ergenleri etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Aydoğan, 2010). Bu sebeple maddi olanaklara sahip ergenin sosyal desteği çok daha kuvvetli hissettiği sonucuna ulaşılabilir. Yapılan araştırmanın bulguları da bu sonucu desteklenmektedir.

4.4.12. Ergenlerin Algıladıkları Sosyal Destek Puanlarının Birlikte Yaşadıkları Kişiler Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin sosyal destek puanlarının katılımcıların birlikte yaşadıkları kişiler durumuna göre dağılımları tablo 38’de sunulmuştur.

Tablo 38.

Birlikte Yaşadıkları Kişiler Durumuna Göre Sosyal Destek Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	1450,897	5	290,179	1,640	,148	p>.05
Gruplar içi	76084,855	430	176,942			Fark anlamsız
Toplam	77535,752	435				

Tablo 38’de görüldüğü üzere katılımcıların sosyal destek ölçeği puanlarının birlikte yaşadığı kişilere göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri

1,640, p değeri 0,148 olarak hesaplanmıştır. Sosyal destek ölçeği puanları ile katılımcıların birlikte yaşadığı kişilere göre durumları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,148$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu ergenlerin sosyal destek düzeylerinin birlikte yaşadığı kişilere göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.5. “Ergenlerin Özgüven Puanları Ne Düzeydedir” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın beşinci alt amacı “Ergenlerin özgüven puanları ne düzeydedir?” şeklindedir. Bu alt amaca yönelik olarak analiz edilen özgüven puanlarının dağılımları tablo 39’da sunulmuştur.

Tablo 39.

Katılımcıların Özgüven Ölçeği Toplam Puan Ortalaması

	N	$\bar{X}$	SS	Range	Minimum	Maximum
Özgüven	436	129,93	18,70	99,00	65,00	164,0
Toplam	436					

Tablo 39 incelendiğinde özgüven ölçeğinin tamamından maksimum 164 puan, minimum 65 puan alınabildiği görülmektedir. Araştırmaya katılan ergenlerin özgüven ölçeğinin puan ortalaması 129,93 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin madde sayısının 33 olduğu düşünüldüğünde ortalama puan üzerinden ortaya çıkan özgüvenin yüksek düzeyde ($\bar{X}=3,93$) bulunduğu görülmektedir. Bu bulgunun sonucuna göre ergenlerin özgüven düzeyinin yüksek çıkmasının sebebinin Kıbrıs’ın

genel yaşam ortamının huzurlu olması, rekabetin az olması, kolay yaşanılan bir yer olması ve çocuk yetiştirmede çocuğa verilen hak ve önemin önemli bir yer tutması olduğu düşünülmektedir.

4.6. “Ergenlerin Özgüven Puanları, Demografik Bilgilerine Göre Değişkenlik Göstermekte midir? ” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın altıncı alt amacı “Ergenlerde özgüven puanları, demografik bilgilerine göre değişkenlik göstermekte midir?” sorusu analiz edilmiştir. Ergenlerle yapılan araştırmanın analizleri sonucunda özgüven puanlarının demografik bilgilere göre dağılımları tablolarla gösterilmiştir. Demografik bilgiler, ergenlerin cinsiyetlerine, yaşlarına, okullarına, sınıflarına, kardeş sayılarına, doğum sıralarına, anne eğitim durumlarına, baba eğitim durumlarına, anne iş durumuna, baba iş durumuna, konut durumlarına ve birlikte yaşadıkları kişilere göre analiz edilmiştir.

4.6.1. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Cinsiyetlerine Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının cinsiyet durumuna göre dağılımları tablo 40’ta sunulmuştur.

Tablo 40

Cinsiyetlere Göre Özgüven Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	t	df	p	Açıklama
Erkek	209	130,66	18,95	1,661	434	,443	p>.05 Fark anlamsız
Kız	227	129,25	18,45				

Tablo 40'ta görüldüğü üzere erkek öğrencilerin özgüven puan ortalaması 130,66, kız öğrencilerin özgüven puan ortalaması 129,25 olarak hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyetleri ile özgüven ölçeği puanları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,443$, $p>,05$). Bu bulguya göre, cinsiyetin özgüven üzerinde bir etkisi olmadığı görülmektedir. Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin cinsiyete göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.6.2. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Yaşlarına Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının yaş durumuna göre dağılımları tablo 41'de sunulmuştur.

Tablo 41

Yaşlara Göre Özgüven Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	2402,695	4	600,674	1,727	,143	$p>,05$
Gruplar içi	149869,507	431	347,725			Fark anlamsız
Toplam	152272,202	435				

Tablo 41'de görüldüğü üzere ergenlerin özgüven ölçeği puanlarını yaşa göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 1,727, p değeri 0,143 olarak hesaplanmıştır. Özgüven ölçeği puanları ile katılımcıların yaşları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,143$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin yaşlarına göre değiştirmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.6.3. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Okullarına Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının okul türlerine göre dağılımları tablo 42’de sunulmuştur.

Tablo 42

Okul Türlerine Göre Özgüven Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	3720,244	3	1240,081	3,606	,013	p<.05
Gruplar içi	148551,958	432	343,870			Fark anlamlı
Toplam	152272,202	435				1-2

1: devlet ($\bar{X}=127,02$) , 2:özel ($\bar{X}=133,26$)

Tablo 42’de görüldüğü üzere ergenlerin özgüven ölçeği puanlarının okullara göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 3,606, p değeri 0,13 olarak hesaplanmıştır. Özgüven ölçeğinin puanları ile katılımcılarının okul türleri arasında anlamlı bir farka rastlanmıştır ($p=,013$, $p<.05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin okul türlerine göre değiştiğini ortaya çıkarmıştır. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda, okullarına göre 1 numaralı (devlet) okulun ($\bar{X}=127,02$) 2 numaralı (özel) okula ($\bar{X}=133,26$) oranla daha düşük özgüvene sahip olduğu görülmektedir. Devlet lisesine giden ergenlerin, özel liseye giden ergenlere göre özgüven düzeyleri daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin okul durumuna göre değişim gösterdiği ortaya çıkmıştır. Devlet lisesinde okuyan ergenlerin özel lisede okuyan ergenlere göre özgüven

düzeylerinin daha düşük çıkmasının sebebinin devlet lisesinde okuyan ergenlerin ailelerinin sosyo-ekonomik düzeyinin daha düşük olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ergenin maddi olanaklara sahip olmasının kendisine güven duymasına katkı sağladığı düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırmalarda sosyo-ekonomik düzeyin özgüven düzeyini anlamlı şekilde etkilediği, özel okula giden ergenlerin ailelerin sosyoekonomik durumlarının devlet lisesine giden ergenlerin ailelerinden daha iyi olduğu için özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu saptamalarını veren çalışmalar mevcuttur (Bilgin, 2010; Dervişoğlu, 2007). Yapılan araştırmanın bulguları bu çalışma sonuçlarını desteklemektedir.

4.6.4. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Sınıflarına Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının sınıf düzeylerine göre dağılımları tablo 43'te sunulmuştur.

Tablo 43

Sınıflara Göre Özgüven Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	2417,698	3	805,899	2,323	,074	p>.05
Gruplar içi	149854,504	432	346,885			Fark anlamsız
Toplam	152272,202	435				

Tablo 43'te görüldüğü üzere ergenlerin özgüven ölçeği puanlarının sınıf düzeylerine göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 2,323, p değeri 0,74 olarak hesaplanmıştır. Özgüven ölçeği puanları ile katılımcıların sınıf düzeyleri

arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,74$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin sınıf düzeylerine göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.6.5. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Kardeş Sayılarına Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının kardeş sayısı durumuna göre dağılımları tablo 44'te sunulmuştur.

Tablo 44

Kardeş Sayısına Göre Özgüven Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	3134,081	4	783,520	2,264	,061	$p>.05$
Gruplar içi	149138,121	431	346,028			Fark anlamsız
Toplam	152272,202	435				

Tablo 44'te görüldüğü üzere ergenlerin özgüven ölçeği puanlarının kardeş sayısına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 2,264, p değeri 0,61 olarak hesaplanmıştır. Özgüven ölçeği puanları ile katılımcılarının kardeş sayıları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,61$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin kardeş sayılarına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.6.6. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Doğum Sıralarına Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının doğum sırası durumuna göre dağılımları tablo 45'te sunulmuştur.

Tablo 45

Doğum Sıralarına Göre Özgüven Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	1059,641	3	353,214	1,009	,389	$p > .05$
Gruplar içi	151212,561	432	350,029			Fark anlamsız
Toplam	152272,202	435				

Tablo 45'te görüldüğü üzere ergenlerin özgüven ölçeği puanlarının doğum sırasına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 1,009, p değeri 0,389 olarak hesaplanmıştır. Özgüven ölçeği puanları ile ergenlerin doğum sırası arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p = ,389$, $p > ,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin doğum sırasına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.6.7. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Anne Eğitim Durumuna Göre

Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının anne eğitim durumuna göre dağılımları tablo 46'da sunulmuştur.

Tablo 46

Anne Eğitimine Göre Özgüven Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	3451,712	3	1150,571	3,340	,019	p<.05
Gruplar içi	148820,490	432	344,492			Fark anlamlı
Toplam	152272,202	435				1-4

1: okuma yazma bilmiyor ($\bar{X}=127,28$) , 4: üniversite mezunu ($\bar{X}=134,56$)

Tablo 46’da görüldüğü üzere ergenlerin özgüven ölçeği puanlarının, anne eğitimine göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 3,340, p değeri 0,19 olarak hesaplanmıştır. Özgüven ölçeği puanları ile katılımcılarının anne eğitimi arasında anlamlı bir farka rastlanmıştır ($p=,019$, $p<.05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu ergenlerin özgüven düzeylerinin anne eğitimine göre değiştiğini ortaya çıkmıştır. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda, annesi okuma yazma bilmeyenlerin ($\bar{X}=127,28$), annesi üniversite mezunu olanlara ($\bar{X}=134,56$) oranla daha yüksek özgüvene sahip olduğu görülmektedir. Üniversite mezunu olan annelerin akademik olarak başarılı bir kariyerleri olması dolayısıyla, bu annelerin çocuklarının önlerinde eğitimli bir rol model olduğu için, sürekli “Daha iyi olmalıyım” düşüncesi oluşmaktadır. Ergenlerin devamlı bir üst aşamada olma çabasıyla kendilerini devamlı kendilerini yetersiz görmeleri özgüven düzeylerinin düşmesine sebep olmaktadır. Literatür incelendiğinde yüksek lisans mezunu annelerin yoğun çalışmalarından dolayı, çocuklarıyla yeteri kadar ilgilenemedikleri

şeklinde yorumlara rastlanmaktadır (Çakır, Şenler ve Taşkın, 2007). Ayrıca literatürde yapılan bu araştırmanın tersine anne eğitim durumunun artmasıyla özgüvenin arttığını belirten çalışmalar da vardır (Soner, 2000). Bu farklılığın araştırma yapılan bölgeden ya da anne baba tutumlarından ileri geldiği düşünülmektedir.

4.6.8. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının baba eğitim durumuna göre dağılımları tablo 47'de sunulmuştur.

Tablo 47

Baba Eğitimine Göre Özgüven Dağılımı

	Kareler	df	Kareler	f	p	Açıklama
	Toplamı		Ortalaması			
Gruplar arası	4411,774	3	1470,591	4,297	,005	p<.05
Gruplar içi	147860,427	432	342,270			Fark anlamlı
Toplam	152272,202	435				1-4

1: okuma yazma bilmiyor ($\bar{X}=120,00$) , 4: üniversite mezunu ($\bar{X}=135,16$)

Tablo 47'de görüldüğü üzere ergenlerin özgüven ölçeği puanlarının baba eğitimine göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 4,297, p değeri 0,005 olarak hesaplanmıştır. Özgüven ölçeği puanları ile katılımcıların baba eğitimi arasında anlamlı bir farka rastlanmıştır (p=,005, p<.05). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin baba

eğitimine göre değiştiğini ortaya çıkarmıştır. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda, babaları okuma yazma bilmeyenlerin ($\bar{X}=120,00$) üniversite mezunu olanlara ($\bar{X}=135,16$) oranla daha yüksek özgüvene sahip olduğu görülmektedir. Okuma yazma bilmeyen babaların hayatlarında yapmak istedikleri fakat yapamadıkları birçok şeyi çocuklarından beklemekte oldukları ve onları bu konuda sürekli yüreklendirmeleri sonucunda ergenlerin özgüven düzeylerinin yükselmesine sebep olabileceği düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde baba eğitim düzeyi ilkökul ve altı olan öğrencilerin özgüvenlerinin daha düşük olduğu bulunmuştur (Çağan, Ünsal, Yılmaz ve Çelik, 2014). Literatürle farklı yorumların olması bu konuda daha çok araştırma yapılması gerekliliğini göstermektedir.

4.6.9. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Anne İş Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının anne iş durumuna göre dağılımları tablo 48'de sunulmuştur.

Tablo 48

Anne İş Durumuna Göre Özgüven Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	t	df	p	Açıklama
Çalışıyor	244	131,69	18,55				
				,542	434	,019	p<.05
Çalışmıyor	190	127,45	18,64				Fark anlamlı

Tablo 48'de görüldüğü üzere annesi çalışan ergenlerin özgüven puan ortalaması 131,69, annesi çalışmayan ergenlerin özgüven puan ortalaması 127,45

olarak hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların annelerinin iş durumları ile özgüven ölçeği puanları arasında anlamlı bir farka rastlanmıştır ($p=,019$, $p<,05$). Anneleri çalışan ergenlerin ($\bar{X}=131,69$), anneleri çalışmayan ergenlere ($\bar{X}=127,45$) oranla daha yüksek özgüvene sahip oldukları görülmektedir. Çoğunlukla annesi çalışan ergenler evde, dışarıda kendi ihtiyaçlarını kendi kendilerine yapmak durumunda kalmaktadırlar. Böylece ergenler, hayatlarının stresli anlarında da kendi kendilerine başa çıkabilecekleri konusunda kendilerine güven duymaktadır. Bu durum da özgüven düzeylerinde yükselmeye sebep olmaktadır. Sayar, 2003 yılında yapmış olduğu araştırmada bireyin hayatı içerisinde karşılaştığı tüm zorluklarda kendi yetenek ve zekası ile başa çıkabileceğine yönelik bir sonuç vermiştir. Bunun yanında literatür incelendiğinde anne iş durumunun özgüven üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını belirten bir çalışmaya rastlanmıştır (Ulaş, Epçaçan, Epçaçan ve Koçak, 2015).

4.6.10. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Baba İş Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının baba iş durumuna göre dağılımları tablo 49'da sunulmuştur.

Tablo 49

Baba İş Durumuna Göre Özgüven Dağılımı

	N	$\bar{X}$	SS	t	df	p	Açıklama
Çalışıyor	414	129,99	18,71	,166	434	,797	p>.05 Fark anlamsız
Çalışmıyor	22	128,90	18,96				

Tablo 49’da görüldüğü üzere babası çalışan ergenlerin özgüven puan ortalaması 129,99, babası çalışmayan ergenlerin özgüven puan ortalaması 128,90 olarak hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların babalarının iş durumları ile özgüven ölçeği puanları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,797$, $p>.05$). Bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin babalarının iş durumlarına göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.6.11. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Konut Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının konut durumuna göre dağılımları tablo 50’de sunulmuştur.

Tablo 50

Konut Durumuna Göre Özgüven Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	1748,145	2	874,072	2,514	,082	$p>.05$
Gruplar içi	150524,057	433	347,631			Fark anlamsız
Toplam	152272,202	435				

Tablo 50’de görüldüğü üzere ergenlerin özgüven ölçeği puanlarının konut durumlarına göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 2,514, p değeri 0,082 olarak hesaplanmıştır. Özgüven ölçeğinin puanları ile katılımcıların konut durumu arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,082$, $p>.05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin konut durumuna göre değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.6.12. Ergenlerin Özgüven Puanlarının Birlikte Yaşadıkları Kişiler

Durumuna Göre Analizi

Ergenlerin özgüven puanlarının katılımcıların birlikte yaşadıkları kişiler durumuna göre dağılımları tablo 51'de sunulmuştur.

Tablo 51

Birlikte Yaşadıkları Kişilere Göre Özgüven Dağılımı

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	f	p	Açıklama
Gruplar arası	1598,518	5	319,704	,912	,473	p>.05
Gruplar içi	150673,684	430	350,404			Fark anlamsız
Toplam	152272,202	435				

Tablo 51'de görüldüğü üzere ergenlerin özgüven ölçeği puanlarının birlikte yaşadığı kişilere göre değişkenlik gösterip göstermediğine ilişkin f değeri 0,912, p değeri 0,473 olarak hesaplanmıştır. Özgüven ölçeği puanları ile katılımcıların birlikte yaşadıkları kişiler arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p=,473$, $p>,05$). Analizler sonucunda elde edilen verilere göre ortaya çıkan bu bulgu, ergenlerin özgüven düzeylerinin birlikte yaşadıkları kişilere bağlı olarak değişmediğini ortaya çıkarmıştır.

4.7. “Ergenler Tarafından Algılanan Sosyal Destek İle Ergenlerin Yaşam Doyumları Arasında Bir İlişki Var mıdır?” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın yedinci alt amacı “Ergenler tarafından algılanan sosyal destek ile ergenlerin yaşam doyumları arasında bir ilişki var mıdır?” şeklindedir. Bu alt amaca yönelik olarak analiz edilen bulgular tablo 52’de sunulmuştur.

Tablo 52.

Sosyal Destek ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

	Yaşam Doyumu	Sosyal Destek
Pearson Correlation	1	,453**
Sig. (2-tailed)		,000
N	436	436

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Tablo 52’de görüldüğü gibi algılanan sosyal destek puanlarının yaşam doyumuna etkisini ölçmek için korelasyon testi yapılmıştır. Yapılan korelasyon testi sonucunda sosyal desteğin yaşam doyumu ile ilişkisi pozitif (1) yönde ve orta düzeyde ($r=,453$) anlamlı ($p=,000$) olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre ergenlerin algıladıkları sosyal destek arttıkça yaşam doyumları da artış göstermektedir. Algılanan sosyal desteğin yaşam doyumu ile ilişkisi orta düzeyde olduğu söylenebilir. Literatür incelendiğinde ergenlerde iyi oluş değişkenleri ile sosyal destek arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki görülmüştür (Yalçın, 2015). Bu çalışma yapılan bu analizi destekler niteliktedir.

4.8. “Ergenler Tarafından Algılanan Sosyal Destek İle Ergenlerin Özgüvenleri Arasında Bir İlişki Var mıdır?” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın sekizinci alt amacı “Ergenler tarafından algılanan sosyal destek ile ergenlerin özgüvenleri arasında bir ilişki var mıdır?” şeklindedir. Bu alt amaca yönelik olarak analiz edilen bulgular tablo 53’te sunulmuştur.

Tablo 53.

Sosyal Destek İle Özgüven Arasındaki İlişki

	Sosyal destek	Özgüven
Pearson Correlation	1	,534**
Sig. (2-tailed)		,000
N	436	436

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Tablo 53’te görüldüğü gibi yapılan korelasyon testi sonucunda sosyal desteğin özgüven ile ilişkisi pozitif (1) yönde yüksek düzeyde ($r=,534$) anlamlı ($p=,000$) bulunmuştur. Bu bulguya göre ergenlerin algıladıkları sosyal destek arttıkça özgüvenleri de artış göstermektedir. Algılanan sosyal desteğin özgüven ile ilişkisi yüksek olduğu söylenebilir. Ergenlerin algıladıkları sosyal destekle, özgüven düzeyleri yükselmektedir.

4.9. “Ergenler Tarafından Algılanan Sosyal Destek, Ergenlerin Yaşam Doyumları Ve Ergenlerin Özgüvenleri Arasında Bir İlişki Var mıdır?” Alt Amacı Doğrultusunda Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın dokuzuncu alt amacı “Ergenler tarafından algılanan sosyal destek, ergenlerin yaşam doyumları ve ergenlerin özgüvenleri arasında bir ilişki var mıdır?” şeklindedir. Bu alt amaca yönelik olarak analiz edilen bulgular tablo 54’te sunulmuştur.

Tablo 54

Özgüven, Yaşam Doyumu ve Sosyal Destek Ölçek Puanları Arasındaki İlişki

	Yaşam Doyumu	Sosyal Destek	Özgüven
Pearson Correlation	1	,453**	,450**
Sig. (2-tailed)		,000	,000
N	436	436	436

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tablo 54’te görüldüğü gibi algılanan sosyal destek, yaşam doyumu ve özgüven arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak için korelasyon testi yapılmıştır. Yapılan korelasyon testi sonucunda yaşam doyumu, sosyal destek ve özgüven arasında pozitif (1) yönde orta düzeyde ($r=,453$ ve $r=,450$) anlamlı ($p=,000$) bir ilişki bulunmuştur. Bu bulguya göre, ergenin algıladığı sosyal destek arttıkça yaşamdan aldığı doyumun ve özgüveninin arttığı anlaşılmaktadır.

BÖLÜM V

SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç

Bu araştırmada, ergenlerin algıladıkları sosyal destek ile ergenlerin yaşam doyumları ve özgüvenleri arasındaki ilişki belirlenmeye çalışılmıştır. Çalışma nicel yöntem dahilinde ilişkisel tarama deseni ile yürütülmüş, örneklem olarak Girne Kazasında orta öğrenimlerine devam eden 9, 10, 11 ve 12. sınıf öğrenciler alınmıştır. Yapılan analizler sonucunda aşağıdaki verilere ulaşılmıştır:

1. Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının ölçeğin alt boyutları paralelinde dağılımı incelenmiştir. Katılımcıların yaşam doyum ölçeğinin alt boyutlarına göre arkadaş doyumu, okul, çevre ve benlik doyumlarına göre daha fazla bulunmuştur.

2. Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının demografik değişkenlere göre farklılaşma durumu incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar aşağıda belirtilmiştir.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.
- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde yaşa göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.
- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde okullara göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda devlet okullarında okuyan ergenlerin, özel okullarda okuyan ergenlere göre daha düşük yaşam doyumuna sahip olduğu saptanmıştır.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde sınıflara göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda 9. sınıfta okuyanların, 12. sınıfta okuyanlara göre daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde kardeş sayısına göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde doğum sırasına göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde anne eğitim durumuna göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda, anneleri okuma yazma bilmeyen ergenlerin, anneleri üniversite mezunu olan ergenlere daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde baba eğitim durumuna göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda babaları okuma yazma bilmeyen ergenlerin, babaları üniversite mezunu olan ergenlere göre daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde anne iş durumuna göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde baba iş durumuna göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde konut durumuna göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinde kimlerle beraber yaşadığına göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

3. Ergenlerde algılanan sosyal destek puanlarının ölçeğin aile, arkadaş, özel insan alt boyutları paralelinde dağılımı incelenmiştir. Katılımcıların algılanan sosyal destek ölçeğine göre arkadaş ve aile açısından sosyal desteğe daha fazla ihtiyaç duyduğu ortaya çıkmıştır.

4. Ergenlerin algılanan sosyal destek puanlarının demografik değişkenlere göre farklılaşma durumu incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar aşağıda belirtilmiştir.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin cinsiyetleri ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin yaşları ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin okulları ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda devlet okulunda okuyan ergenlerin özel okulda okuyan ergenlere göre algıladığı sosyal desteğin daha düşük olduğu bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin sınıfları ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin kardeş sayısı ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin doğum sırası ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre anne eğitim düzeyi ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin baba eğitim düzeyi ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.
- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin anne iş durumu ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.
- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin baba iş durumu ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.
- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin konut durumu ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda oturduğu konut kendilerine ait olan ergenlerin, kirada oturan ergenlere göre algıladıkları sosyal desteğin daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin kimlerle beraber yaşadığı ile sosyal destek ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

5. Ergenlerin özgüven puanları incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre katılımcılarının özgüven ölçeği puan ortalamaları yüksek özgüven düzeyini işaret etmektedir. Katılımcıların özgüvenlerinin yüksek olduğu bulunmuştur.

6. Ergenlerin özgüven puanlarının demografik değişkenlere göre farklılaşma durumu incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar aşağıda belirtilmiştir.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.
- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde yaşa göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.
- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde okul türüne göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda devlet lisesinde okuyan ergenlerin, özel

okulda okuyan ergenlere göre özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde sınıflara göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde kardeş sayısına göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde doğum sırasına göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde anne eğitim durumuna göre bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda okuma yazma bilmeyen anneleri olan ergenlerin, üniversite mezunu olan anneleri olan ergenlere göre daha yüksek özgüvene sahip oldukları bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde baba eğitim durumuna göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda okuma yazma bilmeyen babaları olan ergenlerin, üniversite mezunu olan babaları olan ergenlere göre daha yüksek özgüven düzeyine sahip olduğu bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde anne iş durumuna göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan TUKEY testi sonucunda çalışan annesi olan ergenlerin, çalışmayan annesi olan ergenlere göre daha yüksek özgüven düzeyine sahip oldukları bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde baba iş durumuna göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde konut durumuna göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

- Analiz sonuçlarına göre ergenlerin özgüven düzeylerinde kimlerle beraber yaşadıklarına göre anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

7. Algılanan sosyal desteğin yaşam doyumu ile ilişkisi incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sosyal destek ile yaşam doyumu arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyal destek ergenlerin yaşam doyumlarını arttırmaktadır.

8. Algılanan sosyal desteğin özgüven ile ilişkisi incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sosyal destek ile özgüven arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyal desteğin ergenlerin özgüvenlerini yüksek düzeyde arttırdığı bulunmuştur.

9. Algılanan sosyal destek, yaşam doyumu ve özgüven arasındaki ilişki incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, yaşam doyumu, sosyal destek ve özgüven arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyal destek arttığında ergenlerin yaşam doyumlarının da özgüvenlerinin de arttığı saptanmıştır. Aynı sonuç yaşam doyumu ve özgüven değişkenleri için de geçerlidir. Yaşam doyumu yüksek olan ergenin özgüveni de yüksektir ya da özgüveni yüksek olan ergenin yaşam doyumu da yüksektir.

5.2. Öneriler

Çalışmada alt amaçlara göre elde edilen sonuçlardan yola çıkılarak saptanan eksikliklerin giderilmesine yönelik ve yeni araştırmalara yönelik önerilerde bulunulmuştur. Öneriler aşağıda belirtilmiştir.

5.2.1. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler (Milli Eğitim Bakanlığı, Rehber Öğretmenler, Okul Yöneticileri)

Özel okullarda okuyan öğrencilere sağlanan gelişimsel desteğin, devlet okullarında psikolojik danışmanlar tarafından yapılması sağlanmalıdır. Devlet okullarında, sınıf mevcutlarının fazla olması sebebiyle okullardaki öğrenci başına düşen psikolojik danışmanların sayıları arttırılmalıdır.

Üniversite sınavlarına hazırlanan ergenler için, okullarda düzenli olarak öğrencilere psikolojik testler uygulanmalıdır. Sosyal desteği, özgüveni ve yaşam doyumu düzeyleri düşük olan öğrenciler tespit edilmelidir. Düzeyleri düşük olan ergenlerin ailesini, çevresini, öğretmenlerini, arkadaşlarını kapsayacak şekilde gerekli psikolojik destek sağlanmalıdır.

Ailelerin çocukları üzerindeki etkilerini fark edebilmelerini ve sağlıklı bir ruh yapısına sahip birey yetiştirebilmelerini sağlamak amacıyla eğitimler düzenlenmelidir. Seminerlere katılamayacak ebeveynler için özel kitapçıklar, el broşürleri hazırlanarak evlerine gönderilmeli, gerektiğinde rehber öğretmenlerin evlere kısa ziyaretlerde bulunmaları sağlanmalıdır.

Öğrencilerin bulundukları şehirde öğrenim hayatları boyunca küçük yaştan itibaren psikolojik gelişimlerini birebir takip eden psikolojik destek merkezleri kurulmalıdır. Okullarda sosyal desteği, özgüveni ve yaşam doyumunu artırmak için kişisel gelişim seminerleri düzenlenmeli, mümkünse müfredata ders olarak konulmalıdır.

Özel okullardaki sosyal aktivite olanakları, devlet okullarında da sağlanmalıdır. Böylelikle her iki okula giden ergenlerin özgüvenlerinin, okul ortamlarında eşit düzeyde olması sağlanacaktır.

5.2.2. Yeni Araştırmalara Yönelik Öneriler

Araştırma Kuzey Kıbrıs'ın Girne Kazasındaki liselerde yapılmıştır. Bu araştırmanın sonuçlarını genelleylebilmek için aynı örneklem grubuyla Kuzey Kıbrıs'ın bütün kazalarında yapılması önerilir.

Kuzey Kıbrıs yakın bir zaman diliminde savaş geçirmiş bir toplumdur. Ergenlerin anne ve babaları tarih olarak bu savaştan etkilenmişlerdir. Bu durumun çocuk yetiştirmeye, dolayısıyla, ergenlerin sosyal destek, özgüven ve yaşam doyumlarına bir etkisinin olup olmadığını anlamak amacıyla Türkiye'de yaşayan ergenlerle, Kuzey Kıbrıs'ta yaşayan ergenler arasında nedensel karşılaştırma deseni ile bir çalışma yapılabilir.

Bu araştırmada ergenlerin algıladıkları sosyal destek ile yaşam doyumu ve özgüven arasındaki ilişki etkisi incelemiştir. Yapılan araştırmanın sonuçlarını genelleylebilmek için başka bölgelerde, farklı etnik gruplarda, daha geniş bir yaş aralığındaki ergenlerle araştırılma yapılması önerilir.

Eğitim durumlarına göre ebeveynlerin, çocuklarının özgüven ve yaşam doyumu üzerindeki etkisi, küçük bir örneklem grubuyla nitel bir araştırma yapılarak detaylı olarak incelenebilir. Ayrıca devlet lisesinde okuyan, yaşam doyumu ve özgüveni düşük olan bir ergen ile özel okulda okuyan, yaşam doyumu ve özgüveni yüksek olan ergenin çalışma grubu oluşturacağı bir nitel araştırma yapılabilir.

Yaşam doyumu, sosyal destek ve özgüveni etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu alanda araştırma yapmak isteyen kişiler benlik saygısı, kaygı durumu, öznel iyi oluş gibi birçok değişken kullanarak ilişkisel desende çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Akal, A. (2010). *Üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Akkuş, Z. (2005). *İlköğretim 5. sınıf öğrencilerinin sosyal becerilerinin öz saygı ve denetim odağı ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Akyol, A. K., & Güneş, S. A. L. I. (2013). *Yatılı ve gündüzlü okuyan çocukların benlik kavramlarının ve sosyal destek algılarının incelenmesi*. Kastamonu Eğitim Dergisi, 21(4 (Ös)), 1377-1398.
- Altıntaş, E. & Gültekin, M. (2003). *Psikolojik danışma kuramları*. (1. Baskı), Alfa Kitabevi, İstanbul.
- Anderman, L. H. (2003). *Academic and social perceptions as predictors of change in middle school students sense of school belonging. journal of experimental education*. 72, 5-22
- Araptarlı, N., *Çocuklarda özgüven gelişimi*. <http://www.durupsikolojimerkezi.com/Cocuklarda-Ozguven-Gelisimi>, Erişim Tarihi (28.07.2012).
- Arı, R. (2005). *Gelişim ve öğrenme*. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Arkar, H., Sarı, Ö., Fidaner, H. (2004). *Relationships between quality of life, perceived social support, social network and loneliness in a turkish sample*. Yeni Symposium. 42 (1):20-27.
- Arnett, J.J. (2000). *Emerging adulthood: a theory of development from the late teens through the twenties*. American Psychologist, 55, 469-480.

- Arnett, J.J. (2003). *Conceptions of the transition to adulthood among emerging adults in american ethnic groups. new directions in child and adolescent development.* 100, 63-75.
- Ateş, B. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile atılabilirlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Erzurum.
- Avşaroğlu, S., Deniz, M.E. ve Kahraman, A. (2005). *Teknik öğretmenlerin yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi.* Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 14, 115-129.
- Aydoğan, S. (2010). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin umut ve benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Bal, P. N. & Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi.* Asya Öğretim Dergisi, 2(1 (Özel)) Sayısı.
- Bal, S. (2010). *Çocukluk örselenme yaşantıları, ana-baba-ergen ilişki biçimleri ve sosyal destek algısının, kural dışı davranışlarla ilişkisi.* Yüksek Lisans Tezi. Adana.
- Balcı, A. (2002). *Örgütsel Gelişme.* Pegem A Yayıncılık.
- Baltacı, Ö. & Hamarta, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, sosyal destek ve problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Eğitim ve Bilim, 38(167).
- Başer, Ş. G. (2009). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Başoğlu, S. T. (2007). *Sınav kaygısı ile özgüven arasındaki ilişkinin erinlik döneminde incelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. İstanbul

- Baştemur, Y. (2006). *İş tatmini ile yaşam tatmini arasındaki ilişkiler: kayseri emniyet müdürlüğünde bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi.
- Bilgin, O. (2011). *Ergenlerde özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.
- Bülbül, H. S. (2004). *Ergen etiği*. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 13, 206-10.
- Buyukozturk, A. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Yayıncılık, 67-77. Ankara.
- Cenkseven, F. (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Cenkseven, F. & Akbaş, T. (2007). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(27), 43-65.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. (2nd Ed.) Hillsdale, Nj: Lawrence Erlbaum Associates.
- Collard, D. (2006). *Research on well-being: some advice from jeremy bentham. philosophy of the social sciences*. 36(3), 330–354.
- Coşkun, Y. (2007). *Ortaöğretim öğrencilerinin umutsuzluk durumları ve aile işlevselliği ilişkisinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*.
- Coşkun, Y. & Akkaş, G. (2009). *Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal destek algıları arasındaki ilişki*. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi Cilt 10, Sayı 1.

- Cutrona, C. E. (1982). *Transition to change: loneliness and the process of social adjustment. in I. a. peplau and d. perlman (eds.), loneliness. A Sourcebook Of Current Theory, Research And Therapy (Pp. 291–309). New York.*
- Cüceloğlu, D. (2000). *İçimizdeki çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2003), *İnsan ve davranışı: psikolojinin temel kavramları*, 12. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Çağan, Ö., Ünsal, A., Yılmaz, A. T. & Çelik, N. (2014). *Yaz okulu öğrencilerinin özgüven düzeyleri ve boyun eğici davranışların değerlendirilmesi*. Halk Sağlığı Kongresi.
- Çakır, N. K., Şenler, B. & Taşkın, B. G. (2007). *İlköğretim kademe öğrencilerinin fen bilgisi dersine yönelik tutumlarının belirlenmesi*. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 5(4), 637-655.
- Çakır, Y. & Palabıyık, R. (1997). *Gençlerde sosyal destek, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması*. Kriz Dergisi, 5(1), 15-24.
- Çeçen, A. R. (2008). *Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve ana-baba tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi*. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 6(3), 415-431.
- Çelik, İ. (2014). *Ortaokul öğrencilerinin özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi afyonkarahisar örneği*. Yüksek Lisans, İşletme Anabilim Dalı İşletme Programı.
- Çetin, C. (2008). *İlköğretim 4. sınıf öğrencilerinin empati beceri düzeylerinin ana-baba tutumları ve özsaygı ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

- Çınar, G. (2010). *İlköğretim okulu 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin psikososyal faktörler açısından uyum süreçlerden değerlendirmesi*. Yüksek Lisans. İstanbul.
- Çiftci, S. (2015). *Ergenlik dönemindeki öğrencilerin asilik davranışları ile siber zorba ve siber mağdur olma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi.
- Çiğdemoglu, S. (2006). *Lise 1. sınıf öğrencilerinin akran baskısı, özsaygı ve dışadönüklük kişilik özelliklerinin okul türlerine göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Çivitçi, A. (2007). *Çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinin türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları*. Eğitim Araştırmaları Dergisi, 26, 51-60.
- Çivitci, A. (2009). *İlköğretim öğrencilerinde yaşam doyumu: bazı kişisel ve ailesel özelliklerin rolü*. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22(1).
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: spss ve lisrel uygulamaları*. Pegem Akademi.
- Demir, İ. (2011). *Gençlerde yaşam doyumu le kimlik işlevleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Electronic Journal Of Social Sciences, (10)38, 99-113.
- Demirel, S. & Canat, S. (2004). *Ankara'daki beş eğitim kurumunda kendini yaralama davranışı üzerine bir çalışma*. Kriz Dergisi, 12(3), 1-9.
- Deveci, H. (2011). *Öğretmenlerin psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin görüşleri*. Çağdaş Eğitim Dergisi, (388).
- Dervişoğlu, C. M. (2007). *Okulöncesi kurumlarına devam eden 6 yaş çocuklarının, sosyal becerilerini ve problem davranışlarını etkileyen faktörlerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Diener, R., Diener, E., Tamir, M. (2004), *The psychology of subjective wellbeing*, *doedalus*. 133(2), 18-25.
- Doğan, T. (2006), *Üniversite öğrencilerinin sosyal zeka düzeylerinin depresyon ve bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya.
- Doğan T. (2008). *Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve iyilik hali*. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 3(30):30-44.
- Duban, N. Y., & Gökçakan, N. (2012). *Sınıf öğretmeni adaylarının fen öğretimi öz yeterlik inançları ve fen öğretimine yönelik tutumları*. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(1).
- Dülger Ö (2009). *Ergenlerde algılanan sosyal destek ile karar verme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Eker, D. & Arkar, H. (1995). *Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği*. *Türk Psikoloji Dergisi*, 34, 17-25.
- Eker, D., Arkar, H., Yaldız, H. (2001). *Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği*. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1),17-25.
- Ekinci, A. H. (2003). *İlköğretim okullarının üstün yetenekli çocukların eğitime elverişlilik düzeyi ile ilgili öğretmen görüşlerinin değerlendirilmesi*.
- Eldeleklioğlu, J. (2004). *Çocuklarda özgüven gelişimi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 24, Sayı 2, s.111-121. Ankara.
- Flashman, J., (2012). *Academic achievement and its impact on friend dynamics*. *sociology of educatio*. 85(1), 61–80.

- Gazioğlu, G. Köknel, Ö.(2007). *Çocuk yetiştirmede duygusal zekanın önemi: ana baba tutumlarının ve duygusal zekalarının çocukların başarısına ve öz benlik kavramlarına olan etkisi*. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi Özet Kitabı, İzmir.
- Gong, Y. & Fan, J., (2006). *Longitudinal examination of the role of goal orientation in cross-cultural adjustment*. Journal of Applied Psychology, 91(1), 176– 184
- Göker, Y. (2013). *Türkiye’de öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara
- Gökner, Ö. (2010). *Özgüven kazanmak* (2.Baskı). Arkadaş Yayınevi. Ankara.
- Göktürk, G. Y. (2011). *Ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin öz güven ve bazı kişisel demografik özelliklere göre incelenmesi*. Bolu.
- Gun, Z. & Bayraktar, F. (2008). *Türkiye’de iç göçün ergenlerin uyumundaki rolü*. Turk Psikiyatri Dergisi, 19(2), 167-176.
- Gunindi, Y., T. Sahin, F. & Demircioglu, H. (2012). *Functions of the family: family structure and place of residence. energy educ sci technol part b*. 4, 549-556.
- Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Günalp, A. (2007). *Farklı anne baba tutumlarının okul öncesi eğitim çağındaki çocukların özgüven duygusunun gelişimine etkisi (aksaray ili örneği)*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gürsoy, E. C. (2010). *Ergenlerde sosyodemografik özelliklere ve algılanan sosyal destek ile akran zorbalığına maruz kalmanın incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Hambly, K. (2003). *Özgüven*. Çev., Barış Bıçakçı, 5. Basım, Alfa Yayınları, İstanbul.

- Hilooğlu, S. & Cenkseven-Önder, F. (2010). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinde zorbalığı yordamada sosyal beceri ve yaşam doyumunun rolü*. İlköğretim Online, 9(3), 1159-1173
- Huebner, E. S. & Gilman, R. (2006). *Students who like and dislike school. applied research in quality of life*, 1, 139-150.
- Humphreys, T. (2001). *Çocuk eğitiminin anahtarı: özgüven*. (Çev: T. Anapa). Epsilon Yayıncılık. İstanbul
- Humphreys, T. (2002), *Çocuk eğitiminin anahtarı: özgüven*, Çev. , Tanju Anapa, 4. Baskı, Epsilon Yayınları, İstanbul.
- İnanç, N. , Savaş, H., Tutkun, H., Herken, H., Savaş, E. (2004). *Gaziantep üniversitesi mediko-sosyal merkezi'nde psikiyatrik açıdan incelenen öğrencilerin klinik ve sosyodemografik özellikleri*. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 5: 222-230
- Kaner, S. (2003). *Aile destek ölçeği: faktör yapısı, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, 4(01).
- Karasar, N. & Yöntemi, B. A. (2000). Nobel Yayın Dağıtım.
- Kaşık, D. Z. (2009). *Ergenlerde karar verme stilleri ve algılanan sosyal destek düzeylerinin sosyal yetkinlik beklentisi ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kaya, A. ve Mesut S. (2005), *Benlik saygısı geliştirme programının ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerine etkisi*. Grupla Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Programları, Pegema Yayıncılık, S.1-41
- Kazarian S., McCabe S. (1991). *Dimensions of social suport in the mspss: factorial structure, reliability, and theoretical implications*. J Community Psychol, 19:150-160.

- Kırtıl, S. (2009). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleri ile yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Kızıldağ, Ö. (2003). *Çocuk ve ergenlerde davranış problemleri*, İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi.
- Kocaarslan, B. (2009). *Genel müzik eğitimi alan ilköğretim öğrencilerinin müzik dersine ilişkin tutum, müzikal özgüven ve motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Koç, M. (2005). *Ergenlik psikolojisi bilimsel çalışmaları*. Journal Of Academic Studies,7(26).
- Koçak, B., Ulaş, Y. K. A. H. & Epçaçan, C. (2015). *Sınıf öğretmeni adaylarının eleştirel düşünme düzeyleri ve okumaya yönelik tutumları arasındaki ilişki*. Ekev Akademi Dergisi, 61(61), 211-228.
- Koçak, E. (2008). *Ergenlerde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Adana.
- Köknel, Ö. (1999). *Gençlik çağı*. Ana-Baba Okulu El Kitabı İçinde. (29-30). Mavi Çizgi. İstanbul.
- Kulaksızoğlu, A. (2002). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Kulaksızoğlu, A. (2009). *Ergenlik psikolojisi*. (11. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi
- Kurtuldu, P. S. (2007), *İlköğretim okulu yöneticilerinin özgüven düzeyleri ile liderlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

- Lauster, P. (2010). *Özgüven öğrenilebilir*, Çev., Lütü Yarbaşı, 2. Baskı, İlyayayinevi, İzmir.
- Lindenfield, G. (2004), *Kendine güvenen çocuk yetiştirme*. Çev., Gülder Tümer, HybYayıncılık, İstanbul.
- Mahon, N. E., Yarcheski, A. ve Yarcheski T. J. (2005). *Happiness as related to gender and health in early adolescents. clinical nursing research*. 14, 2, 175–190.
- Martins, M.V., Peterson, B.D., Almeida, V.M. ve Costa, M.E. (2011). *Direct and indirect effects of perceived social support on women's infertility-related stress. human reproduction*. 26(8), 1121–1134.
- Mckay, M. & P. F. (2009), *Özgüven*. Çev. , Fatoş Gaye Atay, 4. Baskı, ArkadaşYayinevi, Ankara.
- Meredith, L.S., Sherbourne, C.D., Gaillot, S., Hansell, L., Ritschard, H.V., Parker, A.M. ve Wrenn, G. (2011). *Promoting psychological resilience in the US Military and Corporation. Rand Corporation. Santa Monica*.
- Merey, B. (2010). *Yetişkinlerde özgüven duygusu ile anksiyete düzeyi arasındaki ilişkinin karşılaştırılması ve kültürlerarası bir yaklaşım*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Mutluer, S. (2006). *Özgüven oluşmasında manevi değerlerin rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Nelson R. M., Debacker T. K. (2008). *Achievement motivation in adolescents: the role of peer climate and best friends. the journal of experimental education*. 76(2), 170–189
- Özbey, Ç. (2004). *Çocuk sorunlarına yapıcı çözümler*. İnkılap Kitabevi, İstanbul.

- Özdemir İ. (2013). *Aile yanında yaşayan ve ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek, stresle başa çıkma tarzları, kaygı düzeyleri ve psikolojik belirtiler açısından karşılaştırılması*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Özdemir, Y. & Koruklu, N. (2013). *İlk ergenlikte ana-babaya bağlanma, okula bağlanma ve yaşam doyumu*. İlköğretim Online, 12(3).
- Özdemir, Y. (2016). *Ergenlerin öznel iyi oluşlarının özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları açısından incelenmesi*. Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi, 4(38).
- Özdevecioğlu M. (2003). *İş tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişki*. 11.Ulusal Yönetim Ve Organizasyon Kongresi, Afyon.
- Özdoğan, Ö. (2005), *İsimsiz hayatlar*, Lotus Yayınları, Ankara.
- Özer, M. ve Karabulut, Ö. (2003). *Yaşlılarda yaşam doyumu*. Turkish Journal Of Geriatrics, 6 (2), 72-74.
- Özgüngör, S. (2015). *Kimlik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide yakınlık ve akademik başarının aracı rolü*. Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi,5(42).
- Parman, T. (2008). *Ergenliğin yüzleri*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Pinkerton, J. ve Dolan, P. (2007). *Family support, social capital, resilience and adolescent coping, child and family social work*. 12, 219-228.
- Sayar, K. (2003). *Söz ola gençlik kültür*. Sanat ve Edebiyat Dergisi, Erkam Matbaası, Sayı 4, s.8-13
- Selçukoğlu, Z. (2001). *Araştırma görevlilerinde tükenmişlik düzeyi ile yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi*. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim

- Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı,
Konya.
- Senemoğlu, N. (2005). *Gelişim öğrenme ve öğretim* (11. Baskı). Gazi Kitabevi,
Ankara.
- Sivribaşkara, S. (2003). *Özsaygının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek
Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Soner, O. (2000). *Aile uyumu, öğrenci özgüveni ve akademik başarı arasındaki
ilişkiler*. İstanbul.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik* (Çevirenler F. Çok, H. Ercan, M. Artar, E. Uzar, S.
A.). Ankara.
- Sümer, N., Gündoğdu, N. E. ve Helvacı, E. (2010). *Anne-baba tutum ve
davranışlarının psikolojik etkileri: türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış*.
Türk Psikoloji Yazıları, 13 (25), 42-59.
- Şahin, G. N. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve
algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. DEÜ Eğitim
Bilimleri Enstitüsü.
- Şener, Ş. (2008). *Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumu
düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri
Enstitüsü, Mersin.
- Temel, F. & Aksoy, A. (2001). *Ergen ve gelişim*. Nobel Yayınları. Ankara.
- Tokinan, B. Ö. & Bilen, S. (2011). *Yaratıcı dans etkinliklerinin motivasyon, özgüven,
özyeterlik ve dans performansı üzerindeki etkileri*. Hacettepe Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Dergisi, 40(40). Ankara.

- Turgut, Ö. (2015). *Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir.
- Ünal, A. Ö. (2011). *Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması*. Yüksek Lisans Tezi. Trabzon.
- Ünal, A. Ö. & Şahin, M. (2013). *Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması*. Cumhuriyet International Journal Of Education,2(3).
- Yalçın, İ. (2015). *İyi oluş ve sosyal destek arasındaki ilişkiler: Türkiye'de yapılmış çalışmaların meta-analizi*. Türk Psikiyatri Dergisi,26(1), 21-32
- Yavuzer, H. (2002), *Çocuk psikolojisi*, 22. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Yıldırım, İ. (2004). *Algılanan sosyal destek ölçeğinin revizyonu*. eğitim araştırmaları. 17, 221-236.
- Yılmaz, E., Yılmaz, E. & Karaca, F. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi*. Genel Tıp Dergisi, 18(2), 71-79.
- Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumu ve bazı özlük nitelikleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yörükoğlu, A. (1993). *Çocukta ruh sağlığı*. Türkiye İş Bankası Yayınları.
- Yörükoğlu, A. (1998), *Çocuk ruh sağlığı*. 22. Basım, Özgür Yayınları, İstanbul.
- Zimet G., Dahlen N., Zimet S., Farley G., (1988) *The multidimensional scale of perceived social support*. J Pers Assess, 52:30-41.
- Zimet G., Powel S., Farley G. ve Ark. (1990) *Psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support*. J Pers Assess, 55: 610-617.

Zincirkıran, Z. (2008). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden altı yaş grubu çocuklarının benlik kavramının bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.

EKLER

Ek 1. KKTC Milli Eğitim Bakanlığı Genel Ortaöğretim Dairesi Müdürlüğü İzni



KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ
MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI
GENEL ORTAÖĞRETİM DAİRESİ MÜDÜRLÜĞÜ

Sayı: GOÖ.0.00.35-A/14/15-5538

12.12.2014

Sayın Banu Süpçeler,

İlgi: 10.12.2014 tarihli başvurunuz.

Talim ve Terbiye Dairesi Müdürlüğü'nün TTD.0.00.03-12-14/1899 sayı ve 12.12.2014 tarihli yazısı uyarınca "Ergenlerde Algılanan Sosyal Desteğin Özgüven ve Yaşam Doyumuyla İlişkisi" konulu anketinizi Girne bölgesi okullarında okuyan 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencilerine yönelik uygulanması müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

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

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

Bilgilerinize saygı ile rica ederim.


Mustafa Borataş
Müdür

OB/PC

Tel (90) (392) 228 3136 - 228 8187
Fax (90) (392) 227 8639
E-mail mebt@mebtel.net

Lefkoşa-KIBRIS

Ek 2. Kişisel Bilgi Formu

DEMOGRAFİK BİLGİLER

Bilimsel bir araştırmada kullanılmak üzere hazırlanan bu formda çeşitli sorular bulunmaktadır. Ad, soyad ve numara gibi kimliğinizi tanıtıcı bilgiler vermeden formda yer alan tüm soruları doğru ve samimi bir şekilde cevaplamanız rica olunur. Lütfen her ifadeye TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkürler.

Banu SÜPÇELER

Yakın Doğu Üniversitesi

PDR Yüksek Lisans Öğrencisi

- 1) Cinsiyetiniz: Bay () Bayan ()
- 2) Yaşınız:
- 3) Okulunuzun adı:.....
- 4) Sınıfınız: Lise 1 () Lise2 () Lise 3 ()
- 5) Kaç kardeşiniz var: Yok () 1 () 2 () 3 () 4 ()
- 6) Kardeşleriniz arasında doğum sırasına göre konumuz: İlk () Ortalarda () Son ()
- 7) Annenizin öğrenim durumu: Okuma yazma bilmiyor() İlkokul mezunu () Ortaokul veya lise() Yüksekokul mezunu(üniversite) ()
- 8) Babanızın öğrenim durumu: Okuma yazma bilmiyor() İlkokul mezunu () Ortaokul veya lise() Yüksekokul mezunu(üniversite) ()
- 9) Annenizin iş durumu: Çalışıyor () Çalışmıyor ()
- 10) Babanızın iş durumu: Çalışıyor () Çalışmıyor ()
- 11) Konut durumunuz: Kendimize ait () Kira () Lojman()
- 12) Kimlerle beraber yaşıyorsunuz?

Annem, babam, ben ()

Annem, babam, ben, kardeş (veya kardeşlerim) ()

Annem, babam, ben, kardeş (veya kardeşlerim) anneannem, dedem / babaannem, dedem ()

Annem, babam, ben, anneannem, dedem / babaannem, dedem ()

Annem, ben ()

Babam, ben ()

Ek 3. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ

Aşağıda 12 cümle ve her birinde de cevaplarınızı işaretlemeniz için 1'den 7'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümle altındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak işaretleyiniz.

Kesinlikle Hayır Kesinlikle Evet

1	İhtiyacım olduğunda yanımda olan özel bir insan var.	1	2	3	4	5	6	7
2	Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim özel bir insan var.	1	2	3	4	5	6	7
3	Ailem bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.	1	2	3	4	5	6	7
4	İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden alırım.	1	2	3	4	5	6	7
5	Beni gerçekten rahatlatan özel bir insan var.	1	2	3	4	5	6	7
6	Arkadaşlarım bana yardımcı olmaya çalışır.	1	2	3	4	5	6	7
7	İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenilebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
8	Sorunlarımı ailemle konuşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
9	Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.	1	2	3	4	5	6	7
10	Yaşamımda duygularıma önem veren özel bir insan var.	1	2	3	4	5	6	7
11	Kararımı vermede ailem bana yardımcı olmaya isteklidir.	1	2	3	4	5	6	7
12	Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7

Ek 4. Özgüven Ölçeği

ÖZGÜVEN ÖLÇEĞİ

Bu anketlerden elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirmeniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koymanızdır. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.

(1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle (5) Her zaman

1	Kendimi başarılı bir insan olarak görürüm.	1	2	3	4	5
2	Başkalarının yanında heyecanımı kontrol edebilirim.	1	2	3	4	5
3	Seçimlerimde başkalarına bağımlı değilimdir.	1	2	3	4	5
4	Yaşamdaki zorluklarla baş edebilirim.	1	2	3	4	5
5	Benim için aşılamayacak sorun yoktur.	1	2	3	4	5
6	Başkalarının görüşlerine saygı gösteririm.	1	2	3	4	5
7	Problemlerimin üstesinden gelebileceğime inanırım.	1	2	3	4	5
8	Sosyal etkinliklere katılmaktan çekinmem.	1	2	3	4	5
9	Verdiğim kararların arkasında dururum.	1	2	3	4	5
10	Kendi kendime yetebileceğime inanırım.	1	2	3	4	5
11	Aktif birisi olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5
12	Öz-eleştiri yapabilirim.	1	2	3	4	5
13	Anlamadığım konularda başkalarına soru sorabilirim.	1	2	3	4	5
14	Yeni girdiğim ortamlara uyum sağlarım.	1	2	3	4	5
15	Kendimle barışık bir insanım.	1	2	3	4	5
16	Gerektiğinde sonuna kadar hakkımı savunurum.	1	2	3	4	5
17	İstediğim şeyleri elde etmek için mücadele edebilirim.	1	2	3	4	5
18	Kendimi rahat bir şekilde ifade edebilirim.	1	2	3	4	5
19	Kendimi ve başkalarını olduğu gibi kabul ederim.	1	2	3	4	5
20	Çevremde yeteri kadar güvenebileceğim insan vardır.	1	2	3	4	5
21	Sorumluluk almaktan çekinmem.	1	2	3	4	5
22	Diğer insanların eleştirilerini anlayışla karşılayabilirim.	1	2	3	4	5
23	Sıkıntılı anlarımda bile olumlu düşünmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
24	Ön plana çıkmaktan korkmam.	1	2	3	4	5
25	Başarısız olduğumda hemen pes etmem.	1	2	3	4	5
26	Başka insanlarla kolaylıkla iletişim kurabilirim.	1	2	3	4	5
27	Değerli birisi olduğuma inanırım.	1	2	3	4	5
28	Kolay arkadaş edinebilirim.	1	2	3	4	5
29	Düşüncelerimi ifade ederken başkalarından çekinmem.	1	2	3	4	5
30	Kolay karar verebilirim.	1	2	3	4	5
31	Sosyal bir insan olduğuma inanırım.	1	2	3	4	5
32	Kendimi severim.	1	2	3	4	5
33	Başka insanların övgülerini hak ettiğime inanırım.	1	2	3	4	5

Ek 5. Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği

ÇOK BOYUTLU ÖĞRENCİ YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

Aşağıda, geçen birkaç hafta süresince yaşamınızla ilgili neler düşündüğünüzü yansıtan bazı ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen, günlerinizi nasıl geçirdiğinizi düşünerek her bir ifadeyle ilgili sizi en iyi yansıtan seçeneğe (X) işareti koymanızdır. Bu bir sınav değildir. Katkılarınız için teşekkür ederiz.

	Hiçbir zaman	Bazen	Sık sık	Her zaman
1. Arkadaşlarım bana karşı sevecen ve cana yakındırlar.				
2. İnsanlar benimle bir arada olmaktan hoşlanırlar.				
3. Okulda kendimi kötü hissediyorum.				
4. Arkadaşlarımla kötü zaman geçiririm.				
5. İyi yapabildiğim birçok şey var.				
6. Okulda birçok şey öğreniyorum.				
7. Anne-babamla zaman geçirmeyi severim.				
8. Ailem birçok aileden daha iyidir.				
9. Okulla ilgili sevmediğim birçok şey var.				
10. Güzel / yakışıklı olduğumu düşünüyorum.				
11. Arkadaşlarım harikadır.				
12. Eğer ihtiyaç duyarsam arkadaşlarım bana yardım ederler.				
13. Keşke okula gitmek zorunda olmasaydım.				
14. Kendimi seviyorum.				
15. Arkadaşlarım bana iyi davranırlar.				
16. Çoğu insan beni sever.				
17. Ailemle birlikte evde olmaktan hoşlanırım.				
18. Ailemdeki kişiler birbirleriyle iyi geçinirler.				
19. Okula gitmeyi dört gözle beklerim.				
20. Anne-babam bana adil davranır.				
21. Okulda olmaktan hoşlanırım.				
22. Arkadaşlarım bana karşı kaba ve kırıcı davranırlar.				
23. Okul ilgi çekici bir yer.				
24. Okul etkinliklerinden hoşlanırım.				
25. Keşke başka bir evde yaşasaydım.				
26. Aile fertlerimiz birbirleriyle güzel bir dille konuşurlar.				
27. Arkadaşlarımla beraber çok eğleniriz.				
28. Anne-babam ve ben birlikte eğlenceli şeyler yaparız.				
29. Mahallemizi / semtimizi severim.				
30. Keşke başka bir yerde yaşasaydım.				
31. Ben iyi biriyim.				
32. Bu kent / kasaba kötü insanlarla dolu.				
33. Komşularımızı severim.				
34. Yeterince arkadaşım var.				
35. Keşke mahallemizde / semtimizde başka insanlar olsaydı.				
36. Yaşadığım yeri seviyorum.				

ÖZGEÇMİŞ

1983 yılında İstanbul'da doğdu. İlköğrenimini İtalya'da Montessori okulunda ve Medeni Berk Ortaokulunda, ortaöğrenimini ise Ataköy Cumhuriyet Lisesi ve Uğur Kolejinde tamamladı. 2001 yılında Doğu Akdeniz Üniversitesi Endüstri Mühendisliği Bölümünde lisans eğitimine başladı. 2003 yılında dikey geçiş yaparak Turizm ve Otelcilik Bölümüne devam etti. 2004 yılında İstanbul Kadir Has Üniversitesi Turizm İşletme Bölümüne yatay geçiş yaptı ve 2007 yılında bu bölümden mezun oldu. 2005 yılında Hindistan Vivekananda Üniversitesinde Yoga Eğitmenlik Sertifikasını aldı. 2008 yılında Metatron Kişisel Gelişim ve Danışmanlık Merkezinde "Kişisel Gelişim Eğitimleri Organizatörü" ve "Çocuk Yogası Eğitmeni" olarak çalışmaya başladı. 2012 yılında Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik üzerine yüksek lisans yapmaya başladı. Evli ve iki çocuk annesi olan Banu Süpçeler, Metatron Kişisel Gelişim Merkezindeki görevine halen devam etmektedir.