

T.C
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ERGENLERİN YAŞADIĞI DUYGUSAL İLİŞKİLERDE
ÖZ DUYARLILIK, KİŞİSEL TEPKİSELLİK VE
PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

Uğur BOLAT

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman
Prof. Dr. Nurten SARGIN

Konya - 2019



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Öğrencinin	Adı Soyadı	Uğur BOLAT
	Numarası	118301051011
	Ana Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri
	Bilim Dalı	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tezin Adı	Ergenlerin Yaşadığı Duygusal İlişkilerde Öz Duyarlılık Kişisel Tepkisellik ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi

Bu tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

09/09/2019

Uğur BOLAT



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı	Uğur BOLAT
	Numarası	118301051011
	Ana Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri
	Bilim Dalı	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Nurten SARGIN
	Tezin Adı	Ergenlerin Yaşadığı Duygusal İlişkilerde Öz Duyarlılık Kişisel Tepkisellik ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan Ergenlerin Yaşadığı Duygusal İlişkilerde Öz Duyarlılık Kişisel Tepkisellik ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi başlıklı bu çalışma 03/09/2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

	Ünvanı Adı Soyadı	İmza
Danışman	Prof. Dr. Nurten SARGIN	
Jüri Üyesi	Prof. Dr. Hüseyin IZGAR	
Jüri Üyesi	Dr. Öğr. Üyesi Ali Fuat YALÇIN	

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimimin başlangıcından itibaren her aşamada beni güdüleyen, tecrübe ve bilgilerini benimle paylaşan, eğitimimi tamamlamam konusunda motivasyon sağlayan danışmanım Prof. Dr. Nurten SARGIN' a ilgi ve desteğinden dolayı teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitiminde tanıştığım, bilgi ve tecrübelerinden faydalandığım bölüm hocalarıma göstermiş oldukları sıcak ilgiden dolayı ayrı ayrı teşekkür ederim. Sıkıntıya düştüğüm her zaman kapısını çaldığım, beni asla geri çevirmeyen ve sürekli destek olan Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ'a sonsuz teşekkür ederim.

Araştırma sürecinde ve anketlerin uygulanması aşamasında yardım ve desteklerini esirgemeyen arkadaşlarıma, özellikle araştırma iznini alabilmem konusunda destek veren dostum Şevket TANRISEVEN'e teşekkür ederim.

Kendisiyle tanıştığım günden beri iyi ki varsın dediğim, bana sevgiyle yaklaşan, sıkıntılı anlarımda beni destekleyen, tezimi bitirmem konusunda beni motive eden, her aşamada bana yardımcı olan eşim Elif Sultan BOLAT'a her şey için çok teşekkür ederim.

Kendimi onların yanındayken mutlu ve huzurlu hissettiğim, tüm yaşamım boyunca maddi, manevi desteğini hiçbir zaman esirgemeyen, emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim, çok sevdiğim değerli varlıklarım babam Mustafa, annem Nurhayat ve kardeşlerime teşekkürlerimi sunarım.



KONYA

T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Adı Soyadı	Uğur BOLAT		
Numarası	118301051011		
Öğrencinin	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri /Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Nurten SARGIN	
Programı	Tezli Yüksek Lisans	X	
	Doktora		
Tezin Adı	Ergenlerin Yaşadığı Duygusal İlişkilerde Öz Duyarlılık, Kişisel Tepkisellik ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi		

ÖZET

Duygusal ilişkiler, gelişim açısından önemli bir dönem olan ergenlikte paylaşımda bulunma, yakınlık kurma, kendini açma, sosyal destek sağlama ve problemlerle başa çıkma becerilerinin gelişimi açısından önemlidir. Bu çalışma, ergenlerin yaşadığı duygusal ilişkilerde öz duyarlılık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerileri arasında anlamlı düzeyde ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Duygusal ilişkinin olup olmama durumu ve cinsiyet açısından ergenlerin öz duyarlılık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerilerinin farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi bakımından, bu araştırma önem taşımaktadır. Çalışma grubu; Bolu İli'nde ortaöğretim düzeyinde eğitim gören 386 kız, 172 erkek, toplamda 558 ergenden oluşmaktadır. Çalışma grubunda yer alan ergenlerin yaşları 14 ile 18 arasında değişmektedir.

Araştırmada Öz Duyarlık Ölçeği (Neff, 2003), Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (Davis, 1980), Problem Çözme Envanteri (Heppner ve Peterson, 1982) ve araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS-17 paket programından yararlanılmıştır. Araştırma kapsamında ergenlerde duygusal ilişkinin olup

olmama durumuna göre öz duyarlık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna ve cinsiyete göre ergenlerde öz duyarlılık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerilerinin farklılaşıp farklılaşmadığı ise t-testi yöntemi ile incelenmiştir.

Ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre; öz duyarlık-kişisel tepkisellik, öz duyarlık-problem çözme becerisi ve kişisel tepkisellik-problem çözme becerisi arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kızlarda; öz duyarlılık alt boyutlarından paylaşımların bilincinde olma ve aşırı özdeşleşmede; problem çözme becerisi alt boyutlarından aceleci yaklaşımda duygusal ilişkisi olanlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Erkeklerde ise öz duyarlılık kişisel tepkisellik ve problem çözme becerilerinde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık olmadığı bulunmuştur. Cinsiyetlere göre; öz duyarlılık alt boyutlarından öz sevecenlikte ve bilinçlilikte erkekler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Kişisel tepkisellik alt boyutlarından empatik düşünce alt boyutunda kızlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Problem çözme becerisinde kızlar ya da erkeklerde anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür.

Araştırmanın sonuçlarından yola çıkılarak duygusal ilişkisi olan ergenlere yönelik psikoeğitim ve grupla psikolojik danışma çalışmaları yürütülmesi ve erkek ergenlerin rol oynama, konuşma halkası, sosyo drama vb. tekniklerle empati becerilerinin geliştirilmesi önerilmiştir.

Anahtar kelimeler: Duygusal İlişki, Öz Duyarlık, Kişisel Tepkisellik, Problem çözme



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Öğrencinin	Adı Soyadı	Uğur BOLAT		
	Numarası	118301051011		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri/Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık		
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Nurten SARGIN		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans	X	
	Doktora			
Tezin Adı	Self-Sensitivity, Personal Reactivity and Problem Solving Skills in Emotional Relationships of Adolescents			

ABSTRACT

Emotional relationships are important for the development of the skills of sharing, closeness, self-disclosure, providing social support and coping with problems in adolescence which is an important period for development. This study was conducted to determine whether there is a significant relationship between self-sensitivity, self-responsiveness and problem solving skills in emotional relationships of adolescents. This research is important to determine whether adolescents' self-sensitivity, personal responsiveness and problem solving skills differ in terms of presence or absence of emotional relationship. Working group; It consists of 386 girls, 172 boys, and a total of 558 adolescents studying at secondary level in Bolu. The ages of the adolescents in the study group ranged from 14 to 18 years.

In the research, the Self-Sensitivity Scale (Neff, 2003), Interpersonal Reactivity Index (Davis, 1980), Problem Solving Inventory (Heppner and Peterson, 1982) and the personal information form developed by the researcher were used. SPSS-17 package program was used for data analysis. Pearson correlation analysis was used to investigate the relationship between self-sensitivity, personal responsiveness, and problem solving skills according to the presence or absence of emotional relationships among adolescents. The t-test method was used to determine whether adolescents' self-sensitivity, personal responsiveness and problem-solving skills differ according to the presence of emotional relationship and gender.

According to the presence of emotional relationship in adolescents; Significant relationships were found between self-sensitivity-self-responsiveness, self-sensitivity-problem solving skills and personal responsiveness-problem solving skills. In girls; awareness and sharing of self-sensitivity sub-dimensions; significant difference was found in favor of those who have emotional relationship in a hasty approach. In males, it was found that there was no significant difference in self-sensitivity, personal reaction and problem solving skills according to the presence of emotional relationship. According to gender; In the sub-dimensions of self-sensitivity, a significant difference was found in favor of men in self-affection and awareness. A significant difference was found in the empathic thinking sub-dimension in favor of the girls from the personal reactivity sub-dimensions. There was no significant difference in problem solving skills among boys or girls.

Based on the results of the study, conducting psychoeducation and group counseling for adolescents with emotional relationships, and the role of male adolescents in the role playing, speech ring and so on. Developing empathy skills with techniques has been proposed.

Key words: Emotional relation, self-compassion, personal reactiveness, problem solving.

İÇİNDEKİLER

Bilimsel Etik Sayfası.....	i
Tez Kabul Formu	ii
Teşekkür	ii
Özet	iv
Abstract	vi
Tablolar Listesi	xiii

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu	1
1.2. Problem Cümlesi	5
1.3. Alt Problemler	5
1.4. Varsayımlar.....	6
1.5. Sınırlılıklar	6
1.6. Araştırmanın Önemi	6
1.7. Tanımlar	8

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE YAPILAN ARAŞTIRMALAR.....

2.1. Kavram Olarak Ergen.....	9
2.1.1. Ergenlik Dönemi Özellikleri.....	9
2.1.2.Ergenlik Döneminde Duygusal İlişkiler.....	11
2.1.3.Gelişim Kuramlarında Ergenlik Dönemi Duygusal İlişkiler	14
2.2.Öz Duyarlık.....	16
2.3.Kişiler Arası Tepkisellik.....	18
2.4.Problem Çözme Becerisi.....	19
2.5. İlgili Araştırmalar.....	22
2.5.1. Ergenlerde Duygusal İlişkiler ile İlgili Araştırmalar.....	22
2.5.2. Ergenlerde Öz Duyarlılıkla İlgili Araştırmalar.....	28
2.5.3. Ergenlerde Kişisel Tepkisellikle İlgili Araştırmalar.....	33
2.5.4. Ergenlerde Problem Çözme Becerisi ile İlgili Araştırmalar.....	35

BÖLÜM III	39
YÖNTEM	39
3.1. Araştırmanın Modeli	39
3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu.....	39
3.3. Veri Toplama Araçları	40
3.3.1. Öz Duyarlılık Ölçeği.....	40
3.3.2. Kişilerarası Tepkisellik Ölçeği.....	41
3.3.3. Problem Çözme Envanteri.....	43
3.3.4. Kişisel Bilgi Formu.....	44
3.4. Verilerin Toplanması.....	44
3.5. Verilerin Analizi	44
BÖLÜM IV	46
BULGULAR	46
4.1. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerde öz duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyona ilişkin bulgular.....	47
4.2. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerde öz-duyarlık ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin bulgular.....	49
4.3. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerde kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin bulgular.....	52
4.4. Ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz duyarlık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	54
4.5. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan kızların öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	57
4.6. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan kızların kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	58
4.7. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan kızların problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	59
4.8. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan erkeklerin öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	60

4.9. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan erkeklerin kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	61
4.10. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan erkeklerin problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	62
4.11. Ergenlerin öz-duyarlık düzeyinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	63
4.12. Ergenlerin kişisel tepkisellik düzeyinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	64
4.13. Ergenlerin problem çözme becerilerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin bulgular.....	65
BÖLÜM V	66
TARTIŞMA VE YORUM.	66
5.1. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerde öz-duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyona ilişkin tartışma ve yorum.....	66
5.2. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerde öz duyarlık ile problem çözme becerisi korelasyonuna ilişkin tartışma ve yorum.....	73
5.3. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerde kişiler arası tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin tartışma ve yorum.....	80
5.4. Ergenlerin cinsiyetlerine ve duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum.....	83
5.4.1. Duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre ergenlerde öz duyarlık düzeyinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	83
5.4.2. Ergenlerin cinsiyetlerine göre öz duyarlılık düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	83
5.4.3. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre öz duyarlılık düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	85
5.4.4. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	86
5.5. Ergenlerde cinsiyete ve duygusal ilişkinin olup olmamasına göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	86

5.5.1. Ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	86
5.5.2. Ergenlerin cinsiyetlerine göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	86
5.5.3. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	87
5.5.4. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	88
5.6. Ergenlerin cinsiyetlerine ve duygusal ilişkisi olup olmama durumuna göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	88
5.6.1. Ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	88
5.6.2. Ergenlerde problem çözme becerisinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	88
5.6.3. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre problem çözme becerisinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	89
5.6.4. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre problem çözme becerisinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin tartışma ve yorum.....	90

BÖLÜM VI.....91

SONUÇ VE ÖNERİLER.....91

6.1. Sonuçlar.....91

6.1.1. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde öz duyarlık-kişisel tepkisellik, öz duyarlık-problem çözme becerisi, kişisel tepkisellik-problem çözme becerisi korelasyonuna ilişkin sonuçlar.....91

6.1.2. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz duyarlık-kişisel tepkisellik, öz duyarlık-problem çözme becerisi, kişisel tepkisellik-problem çözme becerisi korelasyonuna ilişkin sonuçlar.....92

6.1.3. Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar.....	93
6.1.4. Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan kız ergenlerde öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin sonuçlar.....	94
6.1.5. Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan erkek ergenlerde öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin sonuçlar.....	94
6.1.6. Ergenlerde cinsiyete göre öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testine ilişkin sonuçlar.....	94
6.2. Öneriler	95
KAYNAKÇA	96
EKLER	113
EK 1. Kişisel Bilgi Formu.....	113
EK 2. Öz Duyarlılık Ölçeği.....	114
EK 3. Kişisel Tepkisellik Ölçeği.....	116
EK 4. Problem Çözme Envanteri.....	118
EK 5. Araştırma İzin Dilekçesi (Bolu Valiliği İzin Yazısı).....	121
Özgeçmiş	122

TABLULAR LİSTESİ

<u>Tablo Numarası</u>	<u>Sayfa No</u>
Tablo 1. Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımları.....	40
Tablo 2. Öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi değişkenlerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler.....	45
Tablo 3. Ergenlerin ilişki durumlarına ait dağılım	46
Tablo 4. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde öz-duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyona ilişkin bulgular	47
Tablo 5. Duygusal ilişkisi olmayan bireylerde öz-duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyona ilişkin bulgular.....	48
Tablo 6. Duygusal ilişkisi olan bireylerde öz-duyarlık ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin bulgular.....	49
Tablo 7. Duygusal ilişkisi olmayan bireylerde öz-duyarlık ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin bulgular	50
Tablo 8. Duygusal ilişkisi olan bireylerde kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin bulgular.....	52
Tablo 9. Duygusal ilişkisi olmayan bireylerde kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin bulgular.....	53
Tablo 10. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerin öz duyarlık düzeylerin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	54
Tablo 11. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerin kişisel tepkisellik düzeylerin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	55
Tablo 12. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerin problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	56
Tablo 13. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz duyarlılık düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	57
Tablo 14. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	58
Tablo 15. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre problem çözme becerisinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	59

Tablo 16. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz duyarlılık düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	60
Tablo 17. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	61
Tablo 18. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre problem çözme becerisinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	62
Tablo 19. Ergenlerin cinsiyetlerine göre öz duyarlılık düzeylerin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	63
Tablo 20. Ergenlerin cinsiyetlerine göre kişisel tepkisellik düzeylerin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	64
Tablo 21. Ergenlerin cinsiyetlerine göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.....	65

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, sınırlılıkları, sayıltılar ve araştırma ile ilgili tanımlara yer verilmiştir.

1.1.Problem Durumu

Yakın ilişkilerin insanların hayatında önemli bir yeri vardır. Büyükhahin'e (2006) göre nitelikli yaşam; evlilik, aşk, arkadaşlık gibi başkalarıyla kurulan yakınlıklar anlamına gelmektedir. Hayatımızda hep var olan yakınlık kurma ihtiyacı ergenlik dönemi ile birlikte karşı cinsten birisiyle duygusal yakınlık kurma, güven duyma ve paylaşma ihtiyacına doğru evrilmektedir (Atak ve Taştan, 2012).

Bireyin psikososyal gelişimi açısından bakıldığında ergenlik; anne babadan duygusal bağımsızlığın kazanıldığı, cinsiyete uygun rollerin geliştirildiği, kişisel değerler örüntüsünün oluşturulduğu, sosyal rollerin belirlenerek bunların kazanılması için kararların alındığı yılları kapsamaktadır (Nemlioğlu, 2011). Ergenlik çağında öncelikli görev; anatomik ve zihinsel yapıda görülen değişimlerle, bu değişimlerin tetiklediği davranım, ruhsal durum ve sosyal ilişkileri düzenli bir şekilde yürütmektir (Zarrett ve Eccles, 2003: 13 ; Güngör, 2004: 120-121, akt. Sezgin, 2015).

Bayhan ve Iştan (2010) ergenlik çağında bireyin kişisel olarak çocukluk yıllarından değişik bir şekilde yeni yakınlıklar oluşturma isteğinde olduğunu belirtmektedir. Steinberg (2005) ergenlik çağının en hassas olaylarından birinin bu yıllarda yaşanan duygusal ilişkiler olduğunu ifade etmektedir. Ergenlerin büyük bir kısmının duygusal ilişkisinin olduğu yapılan çalışmalarda (Savin, Williams & Berndt, 1990; Quatman vd., 2001) görülmektedir. Yaşla beraber bu duygusal yakınlığın daha da önemli görüldüğü, fakat duygusal ilişkilerin ergenlerde ders başarısında gerileme gibi istenmeyen etkilerinin olabileceği ifade edilmektedir (akt. Bayhan ve Iştan, 2010).

Ergenlerin duygusal ilişkilerinin gelişimsel iki esas amaca yönelik olduğu belirtilmektedir. Öncelikle duygusal yaklaşmanın, ebeveynlerden ayrılma ve özerk olma gayesi taşıdığı söylenmektedir. Daha sonra ise; ergenlerin kendilerini olgun bireyler olarak ifade edebilmelerinin bir aracı ya da olgunlaşma sürecinde atılmış bir adım olarak görülmektedir (Gray ve Stenberg, 1999; akt. Ercan ve Eryılmaz, 2011).

La Greca ve Harrison'un (2005) ifadesiyle ergenlik çağı süresince yakın dostlar en önemli sosyal destek kaynağı olarak aile bireylerinin yerine geçmeye, ergenin sağlıklı gelişimine ve benlik kavramına katkı sağlamaya başlamaktadır. Bunun yanında ergenlerin birçoğu, duygusal ilişki yaşadıkları kişilerle, aile bireylerinden daha fazla yakınlık oluşturduklarını belirtmektedirler (akt. Kalkan, 2008: 131). Konu ile ilgili literatür taramasında; duygusal ilişkilerin insanların iyi olma düzeylerine önemli oranda etki ettiği bildirilmekte (Assad ve Donnellan, 2007; Collins, 2003; Florsheim ve Moore, 2008; Neff ve Suizzo, 2006), romantik ilişkinin sağlıklı bir biçimde yaşandığı kişilerin özgüvenlerinin ve kendilik algılarının yüksek olduğu ve bu bireylerin olumlu bir kişilik gelişimine sahip oldukları belirtilmektedir (Furman, 2002; akt. Gizir ve Küçükarslan, 2014).

Fiziksel, psikolojik ve sosyal yönlerden hızlı değişimlerin olduğu ergenlik yıllarında yaşanan duygusal ilişkilerin ergenlerin öz duyarlık düzeylerini etkilediği düşünülmektedir. Öz duyarlık Neff'e (2003a) göre, bireyin yetersiz ve başarısız olduğu durumlar karşısında hoşgörülü olmasını, sıkıntı ve keder yaşamasına neden olan duygularının farkında olmasını, benliğine yönelik özenli ve sevgi dolu bir yaklaşım sergilemesini ve başından geçen olumsuz olayları insanın hayatında karşılaşılabileceği olası durumlar olarak görebilmesini içermektedir. Neff (2003a) öz-duyarlığın üç ana bileşenden oluştuğunu söylemektedir. Bu bileşenler; bilinçlilik, öz-sevecenlik ve paylaşımların bilincinde olma olarak belirtilmektedir. Öz-sevecenlik; insanın peşin hükümlerde bulunmadan kendisini anlamaya gayret göstermesi ve benliğini katı bir şekilde yargılamak ve eleştirmekten ziyade ona karşı kibar ve olumlu bir yaklaşımda bulunmasını ifade etmektedir (akt. İkiz ve Totan, 2012). Paylaşımların bilincinde olma; bireyin, yaşamın mutlu eden veya sıkıntı veren tecrübelerinin kendine özgü bir durum olmadığını bilmesi, başka kişilerin de kendisiyle benzer yaşantılar geçirdiğine ilişkin farkındalığa sahip olmasını ifade etmektedir. Diğer bir bileşen olan bilinçlilik ise; insanın hayatın en zor ve acıklı duygu durumlarını kabullenmesini sağlayan, bu duyguların da kendisini sürüklemesine müsaade etmeyen bir farkındalık olarak belirtilmektedir (Akın vd., 2007). Bireyin kendisinin de insanlığın bir parçası olduğuna ve ortak yaşantıları olduğuna dair farkındalığı duyarlıkla ilgilidir ancak insanın, kendine karşı duyarlık

göstermeden başka bireylere karşı gerçek anlamda duyarlık gösteremeyeceği ifade edilmektedir (Chodron, 1997; Wallace, 1999; Kirkpatrick, 2005; akt. Soyer, 2010).

Ergenlik döneminde yaşanan önemli durumlardan biri de soyut düşünmeyle birlikte kazanılan empati yapabilme becerisi olarak görülmektedir (Ersoy ve Köşger, 2016). Yaşadığı ortamlarda başka bireylerle ilişki kurmak durumunda olan insan sosyal bir varlık olarak nitelendirilmektedir (Karaca, 2012). Kaya ve Siyez'e (2010) göre diğer bireylerle sürdürülen ilişkiler, kurulan ilişkilerin kalite düzeyi, ilişki sürecinde kişinin kendisiyle ilgili aldığı dönütler, bireyin kendine dönük algılamaları için bir ölçüt, bir kaynak oluşturmaktadır. İnsanların ilişkilerinde esas motivasyonlardan birinin, ilişki kuran bireylerin etkileşimde bulunduğu kişi tarafından yaşantısının, duygusunun ve düşüncesinin algılanması olduğu düşünülmektedir. Kısaca her birey başkalarıyla kurduğu ilişkilerde karşısındaki tarafından anlaşılmayı istemektedir.

Sosyal ilişkilerde kişinin diğerlerini anlayabilme kapasitesi olarak ifade edilen empati, önemli bir nitelik olarak değerlendirilmektedir (Yüksel, 2004). Bu sebeple empati insani ilişkilerin ve iletişim becerilerinin ana temalarından biri olarak görülmekte ve kişiler arası ilişkilerin öneminin anlaşılmasıyla doğrusal orantılı biçimde popülerliği artmaktadır (Kaya ve Siyez, 2010).

Empati normal kişilikte olduğu kadar psikopatolojik kişilikte de önem taşıyan psikolojik yapılardan biri olarak değerlendirilmektedir. Empati tanımları kognitif (bilişsel) empati ve emosyonel (duygusal) empati olarak ikiye ayrılarak yapılmıştır. Bilişsel empati; sosyal kabiliyetleri ve sosyal algılama kapasitesini içermekte olan entelektüel bir süreç olarak ifade edilmektedir. Duygusal empati ise; başkalarının duygu durumlarına benzer biçimde tepki verebilmeyi içeren daha temel yapıdaki empatiyi tanımlamaktadır (Davis 1983, Mehrabian, Young ve Sato, 1988; akt. Engeler ve Yargıç, 2007). Bu duygusal ve zihinsel süreçlerin düzeyi ve içeriği farklılık gösterebilmektedir ancak empatinin “ben-sen” ayırımı yapabilme ve duygusal tepkiler gösterebilme kabiliyetine bağlı olduğu konusunda ortak görüş bulunmaktadır (Yüksel, 2004).

Empatinin çok boyutlu olduğuna dair fikirlerin ağırlık kazanması sonucu kişiler arası tepkisellik kavramı ortaya çıkmıştır. Gençlik yıllarında yaşanan yoğun

duygusal ilişkilerin bireylerin kendilerini ve başkalarını anlama becerileri üzerinde etkin rol oynadığı düşünülmektedir.

Biyolojik, psikolojik ve sosyal değişimlere uyum sağlamaya çalışan ergen, bir yandan da günlük hayatında karşılaştığı birçok problemi çözmek için çaba harcamaktadır (Azaklı, Demirci, Merdan, Üney ve Yöyen, 2017). Ergenlerin karşılaştığı toplumsal ve duygusal problemlerle baş etme çabası önemli gelişim görevlerinden biri olarak görülmektedir (Işık ve Bedel, 2015). Bu kritik gelişim döneminde önüne çıkan zorlukları etkili bir şekilde aşabilmek ve karşılaştığı sorunlara başarılı çözümler üretmek ise üst düzeyde problem çözme becerisine sahip olmakla mümkün olmaktadır (Andrews, Ainley ve Frydenberg, 2004; akt. Çelikkaleli ve Gündüz, 2010).

Farklı şekillerde tanımlanan problem çözme kavramı, D’Zurilla ve Goldfried’e (1971) göre, problemleri bir durumla başa çıkabilmek için etkili tepki seçenekleri oluşturma ve bu seçeneklerden en etkili olacağı düşünülen birini seçmeyi içeren bilişsel ve davranışsal bir süreci ifade etmektedir (akt. Arslan ve Kabasakal, 2013). Yazıcı (2001) insanların planlı bir şekilde problem çözme becerileri arttıkça, sorunlarla daha aktif başa çıkabildiklerini ifade etmektedir. Yaratıcı ve bağımsız düşünme becerisine sahip, sosyal yeterlikleri olan, kendine güvenen ve belirsiz durumları tolere eden kişilerin etkili problem çözebilen bireyler oldukları belirtilmektedir (Dow ve Mayer, 2004, akt. Serin ve Derin, 2008).

Bu çalışmanın amacı ergenlerin yaşadığı duygusal ilişkilerde öz duyarlılık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca duygusal ilişkinin olup olmama durumuna ve cinsiyete göre öz duyarlılık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerilerinde ergenler arası farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Böylelikle toplumda ergen duygusal ilişkilerine yönelik daha objektif bir bakış açısının oluşması hedeflenmektedir. Ayrıca araştırmanın, ergenlik çağındaki gençleri anlama ve etkili iletişim kurma noktasında, ergenlerle iletişim içerisinde olanlara olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ergenlerde ise duygusal ilişkilerine yönelik kişisel farkındalık oluşturma, etkili iletişim becerileri kullanarak karşılaştığı problemlere daha yapıcı çözümler üretme becerisinin gelişmesi amaçlanmaktadır.

Bu amaca bağılı olarak aşağıdaki problem cümlesi ve alt problemlere cevap aranmaya çalışılmıştır.

1.2. Problem Cümlesi

Ergenlerin yaşadığı duygusal ilişkilerde öz duyarlılık, kişiler arası tepkisellik ve problem çözme becerileri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?

1.3. Alt Problemler

1. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerde öz-duyarlılık alt boyutları (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) ve kişisel tepkisellik alt boyutları (perspektif alma, fantezi, empatik düşünce, kişisel rahatsızlık) arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
2. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerde öz-duyarlılık alt boyutları (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) ile problem çözme becerisi alt boyutları (aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirci yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım, planlı yaklaşım) arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
3. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerde kişisel tepkisellik düzeyi alt boyutları (perspektif alma, fantezi, empatik düşünce, kişisel rahatsızlık) ile problem çözme becerisi alt boyutları (aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirci yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım, planlı yaklaşım) arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
4. Ergenlerin cinsiyetlerine ve duygusal ilişkisi olup olmama durumuna göre öz-duyarlılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
5. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan kız ergenlerin öz-duyarlılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
6. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan erkek ergenlerin öz-duyarlılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
7. Ergenlerin cinsiyetlerine ve duygusal ilişkisi olup olmama durumuna göre kişisel tepkisellik düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

8. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan kız ergenlerin kişisel tepkisellik düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
9. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan erkek ergenlerin kişisel tepkisellik düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
10. Ergenlerin cinsiyetlerine ve duygusal ilişkisi olup olmama durumuna göre problem çözme becerileri farklılaşmakta mıdır?
11. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan kız ergenlerin problem çözme becerileri farklılaşmakta mıdır?
12. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan erkek ergenlerin problem çözme becerileri farklılaşmakta mıdır?

1.4. Varsayımlar

1. Araştırmaya katılan ergenlerin bilgi toplama araçlarına içtenlikle cevap verdikleri varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

1. Bu araştırmanın bulguları 2014-2015 eğitim-öğretim yılında Bolu İli'nde Atatürk Anadolu Lisesi, İzzet Baysal Anadolu Lisesi, Bolu Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Bolu Anadolu Öğretmen Lisesi öğrencileri ile sınırlıdır.

2. Araştırmanın kapsamında elde edilen veriler Öz Duyarlılık Ölçeği, Kişisel Tepkisellik Ölçeği ve Problem Çözme Envanteri'nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

3. Araştırmanın bulguları çalışma grubunun ölçeklere verdiği cevaplarla sınırlıdır.

1.6. Araştırmanın Önemi

Duygusal ilişkiler, gelişim açısından önemli bir dönem olan ergenlikte paylaşımda bulunma, yakınlık kurma, kendini açma, sosyal destek sağlama ve problemlerle başa çıkma becerilerinin gelişimi açısından önemlidir. Hendrick ve Hendrick (2002a) insanlara hayatta onları mutlu eden romantik ilişkilerden, daha

önemli bir şey olup olmadığı sorusunu iletmişler ve genel olarak hiçbir şeyin bundan daha önemli olmadığı cevabını almışlardır.

Sağlıklı duygusal ilişkide bulunma ergenlik çağından itibaren insanların özgüvenini yükseltmekte (Larson, 1988), kendilik algılarını sağlamlaştırmakta (Larson ve Richards, 1994), duygusal ve sosyal uyumlarının kolay olmasını sağlamakta (Carlson ve Rose, 2007) ve ilişki yaşayan kişilere sosyal açıdan iyi bir destek sağlamaktadır (Connolly ve Konarski, 1994). Bu açılardan bakıldığında sağlıklı duygusal ilişkilerin, kişilerin iyi olma seviyeleriyle yakın ilişkili olduğu belirtilmektedir (Assad ve Donnellan, 2007; Myers, 2000; Neff ve Suizzo, 2006; Reis, Collins ve Berscheid, 2000). Diğer taraftan sağlıklı romantik ilişki yaşamak ise taraflar arasında çatışma yaşanmasına (Neider ve Seiffge-Krenke, 2001), olumsuz benlik algısına (Roisman vd., 2005) ve duygu durum bozukluklarının ortaya çıkmasına (Montgomery ve Sorell, 1997) yol açtığı görülmektedir (akt. Gizir, 2013).

Ergenlerin duygusal ilişkilerine olan ilginin artmasına karşın bu konuda bilinenlerin henüz sınırlı olduğu görülmektedir (Connolly ve McIsaac, 2009; akt. Gülден, 2011). Bu çalışma ile ergen duygusal ilişkilerine yönelik nesnel bir değerlendirme yapılarak yeni bir bakış açısı oluşacağı düşünülmektedir. Ayrıca kişisel farkındalığın, kişisel tepkiselliğin ve kişisel problem çözme yöntemlerinin duygusal ilişkilerle olan bağının belirlenmesi sağlıklı duygusal ilişki yaşama, ilişkiyi başlatma ve sürdürme noktasında önemli görülmektedir. Bu çalışmayla elde edilen bulguların, ergen duygusal ilişkileriyle dolayısıyla ergen psikososyal gelişimiyle ilgili alan yazına özgün katkılar yapabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmada ele alınan değişkenlerin bireylerin duygusal yaşamlarında önemli rollere sahip olduğu düşünülmektedir. Yapılan literatür taramasında daha önce birlikte incelenmediği görülen öz-duyarlık, kişiler arası tepkisellik ve problem çözme becerisinin ilişkisel bir araştırmayla ele alınması önemli bir çalışma olarak değerlendirilebilir. Kız ve erkek ergenlerde duygusal ilişki yaşayıp yaşamama durumuna göre öz duyarlık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerisi düzeyleri arasındaki farklılaşmanın belirlenmesi, duygusal ilişkilerin ergenler üzerindeki etkisini anlayabilme noktasında önemli görülmektedir. Aynı zamanda araştırmanın bulgularının daha sonra ergen duygusal ilişkileriyle ilgili yapılacak çalışmalara veri sağlaması açısından da önemlidir.

1.7. Tanımlar

Duygusal (romantik) ilişki: Genellikle bireyin özgürce seçtiği, tutku, bağlanma ve yakınlıkla betimlenen bir arkadaşlıktır (Sternberg, 1986).

Öz-Duyarlılık: Kişinin kendine karşı özenli ve sevgi dolu bir tutum takınması, yetersizlik ve başarısızlıkları karşısında benliğine yönelik hoşgörülü davranması, yaşadığı olumsuz tecrübeleri insan hayatının olağan bir süreci olarak görmesi, ıstırap ve eziyet çekmesine sebep olan duygularına açık olmasıdır (Neff, 2003a).

Kişisel tepkisellik: Empatinin çok boyutlu (perspektif alma, empatik düşünce, fantezi ve kişisel rahatsızlık) ölçümüdür (Engeler ve Yargıç, 2007).

Problem Çözme Becerisi: Sorun teşkil eden bir durum ile başa çıkabilmek için işe yarayabilecek alternatif çözüm yollarının oluşturulması ve bu alternatiflerden en etkilisinin tercih edilmesidir (Hisli Şahin, 1994).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Kuramsal Çerçeve

Bu bölümde, ergen, ergenlik dönemi özellikleri, ergenlik döneminde duygusal ilişkiler, öz duyarlık, kişiler arası tepkisellik, problem çözme becerisi ve araştırma konusuyla ilgili yapılmış olan çalışmalara değinilmiştir.

2.1.1. Kavram Olarak Ergen

Ergen kavramı batı kaynaklarındaki “adolescent” sözcüğüne karşılık gelmektedir. Latin dilinde olgunlaşp büyümek manasında kullanılmakta olan “adolescere” fiilinden türeyen bu kavram, yapısı itibariyle bir durumdan ziyade bir süreci ifade etmektedir. Aynı zamanda bireyde süratli ve kesintisiz bir gelişimin gözlemlendiği evre olarak da ifade edilmektedir (Yavuzer, 2007).

Kulaksızoğlu (1990) eğitim yaşantısına devam eden, meslek sahibi olmayan, evlenmemiş, anne babasıyla yaşayan ve aile desteğine ihtiyacı olan kişiyi ergen olarak tanımlamaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü, 10-19 yaş aralığındaki kişileri “ergen”, 10-24 yaş aralığında olanları ise “genç insan” diye tanımlamaktadır (Erbil, 2006).

Türk Dil Kurumu (TDK) (2019) ergeni; erin, yeni yetme, döl verebilecek duruma gelmiş olan, akil baliğ, baliğ olarak tanımlamaktadır.

2.1.1.1 Ergenlik Dönemi Özellikleri

Derman (2008) ergenlik döneminin, duygusal ve fiziksel gelişimin sebep olduğu psikososyal ve cinsel olgunlaşmayla başlayıp; kişinin bağımsızlık, kimlik duygusu ve sosyal üretkenlik kazanımlarını elde ettiği zaman sona erdiğini belirtmektedir. Bu dönemin biyolojik, psikolojik, sosyal ve gelişimsel değişimlerle karakterize olduğu ifade edilmektedir.

Yavuzer (2007) çocukluktan yetişkinliğe geçiş süreci olarak tanımladığı ergenliğin, çocukların yaşamlarında en kritik aşamalardan bir tanesi olduğunu ifade etmektedir.

Ericson (1985) çocuğun kendini tanıdığı ve toplumda kendisinden beklenen rolleri öğrendiği dönemi ergenlik çağı olarak belirtmektedir (akt. Yazıcı ve Ertem, 2006).

Dinç (2010) ergenliğin, başından sonuna kadar sürekli aynı şekilde devam eden, tekdüze değişikliklerin olduğu bir dönem olarak görülmemesi gerektiğini belirtmektedir. Ergenlik, içerisinde belirsizliklerin ve farklı değişikliklerin barındığı bir süreci kapsamaktadır. Bu nedenle, ergenlik çağını kendi içinde bazı dönemlere bölerek incelemenin daha uygun olduğu düşünülmektedir. 11–12 yaşları ile 14 yaş arasında, süratli değişmelerin yaşandığı, erinlik olarak tabir edilen süreç “*ön ergenlik dönemi*” olarak kabul edilmektedir. 15–17 yaşlar arasında, hızlı değişimlerin hemen hemen sona erdiği dönem “*orta ergenlik*” olarak ifade edilmektedir. 18–21 yaş aralığında, bireyin yetişkin bir kişinin görünümünü aldığı ve yetişkin sorumluluklarını yüklenme gerçeğiyle yüzleşmek durumunda olduğu süreç “*son ergenlik*” olarak belirtilmektedir. Takriben 12 yaşlarında başlayan ergenlik çağının bitiş zamanını kesin olarak belirlemek çok kolay olmamaktadır.

İnsan hayatında her evrenin ayrı bir öneminin olduğu bilinmektedir. Fakat fiziksel, duygusal ve sosyal anlamda önemli ve süratli değişimlerin olduğu evre şüphesiz ergenlik dönemi olarak görülmektedir. Bedensel olarak boy uzaması ve ağırlığın artması ile yapı ve işleyişlerin olgunluk kazanması, farklılaşan duygulanımlar, kötüleşen ilişkiler, çevreden hemen etkileniverme, toplumda bir sorumluluk üstlenme gayreti vb. özelliklerin ön plana çıktığı bu evre kişilik oluşumunda oldukça etkili bir dönem olarak belirtilmektedir (Avcı, 2006).

Ergenlik çağının başlangıcında yaşanan önemli değişimler sonucunda çocuk, ebeveynleri ve diğer bireylerin gözünde ne tam olarak yetişkin ne de çocuk olarak görülmektedir. Yetişkinler ve ebeveynler ergenlerin neleri yapıp neleri yapamayacakları hususunda değişik fikir ve yaklaşımlar öne sürmektedir (Kulaksızoğlu, 2014).

Ergenlik, çocukların yanında ailelerde de birçok değişikliğin olduğu bir süreci kapsamaktadır. Çocuklar, hormonların salgılanmasıyla yetişkin olmaya adım

atmakta, bedensel olarak değişimler geçirmekte ve duygusal olarak da iniş çıkışlar yaşamaktadır. Zaman zaman mutlu, bazen de üzgün olmakta, genellikle de niye böyle hissettiklerini açıklayamamaktadırlar. Fakat ergenlik çağında bulunan bireyler karşı karşıya kaldıkları tüm bu sorunları çözmeye gayret gösterirken bir yandan da zihinsel, duygusal ve sosyal anlamda olgunlaşmaktadırlar (Türnüklü ve Şahin, 2004: 46; akt. Gül ve Güneş, 2009). Ergenlik döneminde yoğun duygusal ilişkilerin yaşandığı da gözlenmektedir.

Aşağıda araştırmanın ana konusunu oluşturan ergenlik dönemi duygusal ilişkileri ile ilgili literatür bilgisi verilmiştir.

2.1.1.2.Ergenlik Döneminde Duygusal İlişkiler

Ergenlik döneminde biyolojik, fiziksel, sosyal değişimlerin yanında duygusal değişimler de görülmektedir. Uzun ve istikrarlı bir şekilde süre giden davranış döneminin sonunda çocuk, kendisini aniden istikrarsız ve dengesiz bir süreç olan ergenlik çağının içinde bulmaktadır. Ergenlerin duygusal yaşantılarında birtakım çelişkili durumlar dikkat çekmektedir. Yalnız olmaktan haz almanın yanında bir grup üyesi olmaya özlem duyma, yetişkinleri beğenmeme yinede onlara yaslanma, kaygı ve umutsuzluk hissine rağmen geleceğe heyecanla yönelme bu dönemin göze çarpan çelişik duygu durumları arasında sayılmaktadır (Yavuzer, 2007).

Ergenlikte çevre ile kurulan ilişkilerin duygu zemini üzerine oturtulduğu belirtilmektedir. Ergenler kolayca inanmakta, kolayca bağlanmakta, hızlı sevmekte ve kolayca kopmaktadır (Avcı, 2006). Toplumsal çevrede kendini kabul ettirerek, öne çıkıp tanınmaya çalışırken bir yandan da aile ve yetişkinlerin dayatmalarından da kurtulabilmeyi istemektedir. Giyinme biçimine, konuşma tarzına, eve giriş çıkış zamanına, zevk ve isteklerine müdahale edilmesinden hoşlanmamaktadır. Sorumluluklardan kaçarken bir taraftan da yeni mesuliyetler üstlenmeyi istemektedir (Köknel, 1970).

Ergenin toplumsal hayatta öteki bireylerle kuracağı ilişkilerin biçimi hayatının ilk dönemlerinde edindiği kazanımlara bağlı olmaktadır. Bu sebeple saygının ve sevginin kişiler arası iletişim sürecinde ön planda tutulduğu aile çevresinde yetişen

çocuk, değişik ortamlara girdiğinde bu ilişki biçimini başkalarına da yansıtılabilmektedir (Avcı, 2006).

Ergenlik döneminde oluşan akran gruplarının ikili gruplara düşmesi ile birlikte romantik ilişkilerin temelleri atılmış olmaktadır. Bu süreç ergenlik boyunca pek çok defa etkileşim halinde meydana gelebilir, fakat romantik ilişki durumu her zaman gerçekleşmemektedir. Bu yüzden bir ilişkiye romantik ilişki denilebilmesi için bazı şartları sağlaması gerekmektedir. Bunlardan da en temel olanı bağlılık olarak görülmektedir. Bağlılığın yakın ilişkilerin diğerlerinden ayırt edilmesinde çok önemli bir durum olduğu ifade edilmektedir (Freedman, Sears ve Carlsmith, 2003; akt. Çetin, 2015).

Romantik ilişki, birbirleriyle bir bağıları olduğunun farkında olan iki kişi arasında gönüllü olarak sürmekte olan, çoğunlukla cinsel bir bileşeni de barındıran, genellikle yoğun ya da arzulu bir çekiciliğin görüldüğü bir ilişki ve etkileşim örüntüsü olarak tanımlanmaktadır (Furman, 1999: 75). Zimmer-Gembeck'e (2002) göre ergenler, başlangıçta akranlardan oluşan bir grubun içinde karşı cinsle iletişim kurmakta, sonra grup olarak görüşmelere başlamakta ve sonunda ikili romantik ilişkiler kurulmaktadır (akt. Küçükarslan, 2011).

Romantik ilişkilerin başlaması için dört temel şart arayan Bilgin (1995) bu şartları aşağıdaki şekilde açıklamaktadır;

- Fiziksel yakınlık: Bir ilişkinin başlamasında uygun ortamın oluşması, kişilerin diyalog kurmaları için gerekli yakınlığın oluşması gerekmektedir.
- Fiziksel görünüş: İnsanlar yeni girdikleri bir ortamda öncelikle gördükleri kişiler arasından fiziksel olarak uygun olduğunu düşündükleri kişilerle diyalog başlatmaktadır.
- Kişisel benzerlik/tamamlayıcılık: Bir ilişkiye başlamak konusunda kişisel benzerliğin rolünün büyük olduğu düşünülmektedir. Çünkü bireyler hem doğrulanmak ister ki; bu birbirine benzeyen insanlar için daha kolay sağlanır, hem de bir sıkıntı anında kendisini en iyi anlayacak kişinin ona düşünce olarak en çok benzeyen insan olduğunu bilmektedir.

- Karşılıklı olumlu yaklaşım: Bu özellik bireylerin kendilerini iyi hissetmelerini sağlamaktadır. Olumlu yaklaşım karşılıklı güven duygusunun oluşmasında önemli görülmektedir.

Ergenlerin romantik ilişkileri bağlamında kaynaklarda flört etme (flirting) ya da çıkma (dating) sözcükleri de kullanılmaktadır. Flört, genç yetişkinlikteki yakınlık davranışlarının hazırlayıcısı olarak ifade edilmektedir. Flörtte ilk olarak arkadaşlık sürecinde karşı cinsten birileriyle yakınlık kurma, daha sonra karma cinsiyetten oluşan gruplar, sonrasında da çıkma davranışı görülmektedir. Flört, iletişim kurmayı, karşıdaki kişiyi dinlemeyi, onunla duygusal yakınlığı sağlayan iki kişilik bir ilişki olarak görülmektedir. Flört ilişkisinde bireylerin birbirlerine karşı cinsel çekimleri söz konusu olmaktadır. Birtakım cinsel deneyimler flört ilişkisi içerisinde kazanılmaktadır. Santrock (1998) flörtü; karşı cinsle cinsel ilişki, sosyal ve fiziksel etkinliklerin gelişiminde kayda değer bir yeri olan ilişki biçimi olarak tanımlamaktadır. Flört bunların yanında karşıdaki kişi ile göz temasının kurulması, dokunma, öpme ya da onunla ilgilendiğini belli eden benzer fiziksel davranışları da içermektedir (akt. Büyükpapaşcu, 2011).

Yakın arkadaşlık ilişkileriyle benzerlik gösteren flört, dostluk, yakınlık ve sosyal desteği de içermektedir. Ergenlik çağı süresince yakın arkadaşlık ilişkileri en önemli sosyal destek kaynağı olan ailenin yerine geçmeye başlamakta ve ergenin sağlıklı benlik kavramı gelişimine olumlu katkılar sağlamaktadır. Ergenlerin birçoğu, flört ettikleri kişiyle, ebeveynleri ve diğer aile bireyelerine göre daha fazla yaklaşma sağladıklarını belirtmektedir (La Greca ve Harrison, 2005; akt. Kalkan, 2008).

Ergen bireyler bakımından kimlik arayışının bir yansıması olduğu düşünülen flört ilişkileri (Duvall, 1964) uygun etkileşim becerisi kazanma, birbirine uyum sağlama, arkadaş grubunda yer edinme ya da bir sosyalleşme aracı olabilmektedir (Skipper ve Nass, 1966; Feldman, 1995; akt. Başaranoğlu, 2011). Bununla beraber flört, ergen bireylerin arkadaş grubuna aidiyetlerini kolaylaştırmakta iken, sosyal ilişki oluşturulmasını etkileyen yakınlık, paylaşma isteği, anlaşabilme ve kendini açabilme gibi yetilerinin gelişmesine de katkı sağlamaktadır (Feiring, 1996). Yetişkinlikte yaşanan duygusal ilişkilerin gelişiminde de önemi fazla olan ergenlik çağı duygusal ilişkilerinin (Shulman ve Scharf 2000), aynı zamanda ruhsal sağlığın da

belirleyicilerinden olduğu ifade edilmektedir (Rizzo ve ark., 2006; akt. Kalkan, 2008).

Aşağıda ergenlik dđnemi duygusal ilişkilerinin gelişim kuramlarında nasıl ele alındığına yđnelik bilgilere yer verilmiştir.

2.1.1.3.Gelişim Kuramlarında Ergenlik Dđnemi Duygusal İlişkiler

Araştırmanın bu bđlümünde, kişilerarası gelişim kuramı (Sullivan), psikososyal gelişim kuramı (Erikson), gelişim gđrevleri (Havıghurst) ve romantik ilişki gelişim kuramında (Furman ve Wehner, 1997 & Brown, 1999) ergen duygusal ilişkilerinin ele alınışına değinilmiştir.

Sullivan'a (1953) gđre, ergenler sosyal ilişki gereksinimlerini karşılamak amacıyla aynı cinsten yaşıtlarıyla içten ve yakın ilişkilere başlamakta ve bu dostluklar giderek destek kaynağı olma bakımından önemli olmaktadır. Ergenlerin arkadaşlık kurmaktaki maksatları yakınlık ihtiyaçlarını gidermektir. Aynı ya da farklı cinsten arkadaşlarla aile ortamının dışında yakın ilişki kurulması ergen gelişimsel özelliklerinin bir parçası olarak gđrlmektedir. Farklı cinsiyetten birisiyle duygusal ilişki yakınlığına başlama ve bu ilişkiyi devam ettirebilme kabiliyeti yetişkin olabilmek hazırlığının önemli bir kriteri olmaktadır. Sullivan, ergenlik ağı öncesinde ve bunun devamı olan dđnemlerde yaşanan gelişmelerin yetişkinlik yıllarında doyum sağlayıcı bir ilişki kurabilmek için öneminin oldukça büyük olduğunu ifade etmektedir.

Sullivan (1953) cinsellik ve yakınlık kavramlarının ayrı olduğunu ve bundan daha önemlisi de, ergenliğin ilk zamanlarında beliren yakınlık ihtiyacının ergenlik dđneminde kadar açığa çıkmamış olan duygusal ya da cinsel ilişki gelişimlerinden daha önce gđrldđn belirtmektedir. Diğer bir ifadeyle Sullivan, yakınlık kurabilmek becerisinin farklı cinsiyetle kurulan ilişkiler bağlamında ve ergenlik yıllarından önce oluştuğuna inanmaktadır (Steinberg, 2007; akt. Gülden, 2011).

Erikson (1963) bir kimlik duygusu geliştirmenin, ergenlikteki kritik gelişimsel gđrevlerden biri olduğunu ifade etmektedir. Ergen duygusal ilişkileri, ergenin kendi kimliğinin yakın bir ilişkiyle etkileşime girmesine olanak sağlayarak, onun psikososyal gelişimine hizmet etmektedir. Erikson'a gđre öncelikle kendisinin tam

olduğu noktasında belirli bir bakış açısına sahip olan bireyler, başkasıyla yakınlık kurabilmekte, bir başkasının özel (tek) oluşunu ve insanlığını değerlendirebilmekte ve onunla kaynaşabilmektedir. Daha önce yaşanan duygusal yaklaşımlar genelde kişinin kendisini romantik ilişkiler vasıtasıyla tanıyabilme gayretinden farklı bir şey olarak görülmemektedir (akt. Onur, 1995).

Furman ve Wehner (1997) duygusal yakınlık, bağlanma, bakım ve cinsel davranış sistemlerinin etkileşimiyle romantik ilişkilerin ortaya çıktığını belirtmektedirler. Bir bağlanma figürü olarak görülebilen romantik partnerine karşı, bireyin aynı destek, yardım ve bakımı gösterebilmesi gerekmektedir. Ergenlerin etraflarında bu fonksiyonları karşılayabilecek farklı kişilerde bulunmaktadır. Ergenin verdiği önem derecesine göre bu kişiler hiyerarşik bir şekilde sıralanmaktadır. Hiyerarşinin bir parçası olan romantik eşin ilişki geliştikçe, konum olarak daha iyi bir yere gelmesi beklenmektedir. Örneğin; sıkıntılı olduğu zamanlarda bireyin romantik eşini arama sıklığının ilişkinin ilerleyen dönemlerinde ilk dönemlere nazaran daha fazla olduğu görülmektedir. Bu farklılaşmanın sadece o ilişki ile ilgili değil başka ilişkiler dizisinde de görülmesi beklenmektedir. Böylelikle bireyler bazı gereksinimlerini karşılamak amacıyla, büyüyüp çeşitli romantik ilişkilerde tecrübe edinerek, küçük yaşta ve daha az deneyim sahibi olduğu dönemlere göre romantik eşine daha çok yönelmektedir (Furman ve Wehner, 1997).

Furman ve Wehner (1997) bakım, bağlanma ve hatta cinsel ve duygusal yakınlık gereksinimlerinin karşılanmasının, ergenlerin ilk ilişkilerinde ilgilendikleri konular arasında olmadığını belirtmektedirler. Ergenlerin daha çok kim oldukları, başkasıyla nasıl etkileşimde bulunmaları gerektiği, nasıl çekici oldukları ve tüm bunların akran çevreleri tarafından nasıl görüldüğü konularıyla ilgilendiklerini iddia etmektedirler.

Brown (1999) ergenlik süresince duygusal ilişki gelişiminin, akran bağlamının anahtar özellikleriyle ve romantik yakınlığın kendine has yapısıyla karakterize olmuş, dört aşamada meydana geldiğini söylemektedir (Seiffge-Krenke, 2003; Steinberg, 2007). Brown (1999) bu aşamalar arasında bir örtüşmenin görülebileceğini ifade etmekte ve evreler için yaş seviyesi belirtmemektedir. Fakat O'nun ifadesiyle ergenler yaklaşık 11-13 yaşlarındayken erken ergenlik döneminde "başlama evresi", 14-16 yaşları arasında orta ergenlikte "statü evresi" ve 17-20

yaşları arasında ileri ergenlikte “*duygusal yakınlık evresi*” ortaya çıkmaktadır. 21 yaş dolaylarında genç yetişkinliğe geçerken “*bağlanma evresi*” görülmektedir (Seiffge-Krenke, 2003).

Havighurst (1972) her iki cinsten yaşlılarıyla iyi ilişkiler kurmayı ergenlikteki gelişim görevlerinden biri olarak ele almaktadır. Erken ergenlikte daha çok hemcinsten arkadaşlarla oluşturulan akran grupları yerini daha yetişkin erkek-kadın ilişkilerine bırakmaktadır (Altıntaş ve Gültekin, 2003).

Gelişim kuramlarında ergenlikte yaşanan duygusal ilişkiler, gelişim aşamalarının önemli bir parçası olarak görülmektedir. Aşağıda ergen duygusal ilişkileriyle ilişkili olduğu düşünülen öz duyarlılıkla ilgili literatür bilgisi verilmiştir.

2.1.2.Öz Duyarlık:

Duyarlık; insanları mühimsemeyi, diğerlerinin ıstırap ve hüznelerine karşı gösterilen hassasiyeti içermektedir (Neff ve Germer, 2013). Her insanın hata yapma yanılabilirliğini, başarısız olabileceğini bilip; olumsuz yaşantıları sebebiyle peşin hükümde bulunmadan insanlara hoşgörülü, sabırlı ve sevecen olmayı, onları anlamaya çaba sarf etmeyi gerektirmektedir (Öveç, 2007; Soyer, 2010). Öz duyarlık kavramı ise insanın başına gelen olumsuz şeylerin hayatın akışının doğal bir parçası olduğunu kabul edebilmesi, kişinin yetersizlik ve başarısızlıkları karşısında hoşgörülü olabilmesi, ıstırap ve dert çekmesine sebebiyet veren duygularına açık olabilmesi ve kendine karşı özenli, sevecen tavırlarla yaklaşabilmesini ifade etmektedir (Neff, 2003a).

Arslan ve Nazik (2011) elem, sıkıntı, başarısızlık ve yetersizlikleri insanlık halinin bir parçası olarak algılamayı, bütün insanların duyarlı davranılmaya değer olduğunu kabul etmeyi ve kendi tecrübelerini ortak bir insanlık tecrübesi olarak görmeyi öz duyarlık olarak ifade etmektedir.

Kişinin kendi beklentilerini karşılayamadığı durumlarda öz eleştirel olmaması ve egosuna zarar vermemesi öz duyarlıktır. Bu yapı kişinin kendisinde değişim yaratması için egosunu nezaketle ve sabırla desteklemesini içermektedir (Çetin, Gündüz ve Akın, 2009; akt. Akyol, 2011).

Bireylerin yaşamın belirli dönemlerinde yaşadıkları olaylara ilişkin geliştirdikleri negatif duygulara karşı koyabilmeleri, kendilerini rahatlatmaları,

sakinleşmeleri ve en önemlisi de kendilerine bir zararı dokunmadan olumsuz duygulardan kurtulmaları gerekmektedir. İnsanları bu negatif duygulardan kurtarmak, yaşamlarının daha iyi ve kaliteli olmasını sağlamak için onların öz duyarlıklarının (self- compassion) geliştirilmesi gerekmektedir (Deniz vd., 2008; akt. Özyeşil, 2011).

Öveç'e (2007) göre öz duyarlık kişinin idealindeki standartlara ulaşamaması nedeniyle kendisini sert biçimde eleştirmesini önermiyor olmasına karşılık, bu durum hataların göz ardı edilmesi veya kabullenilmemesi manasına gelmemektedir. Bunun yerine en elverişli fonksiyonelliğe ve psikolojik sağlamlığa erişebilmek maksadıyla gereksinim duyulan davranışların sabır ve samimiyetle desteklenmesi gerekmektedir.

Öz-duyarlık süreci kişinin benliğiyle ve diğer bireylerle ilişkili deneyimleri kavramasına izin veren biliş ötesi aktiviteyle meşgul olmasını gerektirmektedir. Bu süreç bireyin kendisiyle aşırı ilgilenmesi ve özdeşleşmesini ve sosyal ilişkinin kopmasına neden olabilecek ben merkezci yabancılaşmayı engellemektedir. Aynı zamanda bireyin kişisel deneyimlerini daha geniş bir perspektiften ele almasına ve yaşanan sıkıntı ve acı dolu deneyimlerin boyutlarını daha net görmesine yardımcı olmaktadır (Neff, 2003a).

Öz duyarlık kavramı birbirleriyle ilişkili üç temel alt boyuttan oluşmaktadır. Bu üç temel alt boyut aşırı özdeşleşmeye karşı bilinçlilik, izolasyona karşı paylaşımların bilincinde olma ve öz yargılamaya karşı öz sevecenlik olarak tanımlanmaktadır. Alt boyutlar içerik olarak birbirlerinden ayrı şeylerin göstergesi olmalarına rağmen, kendi aralarında birbirlerini etkilemekte ve birbirlerinin ortaya çıkmalarına sebep olmaktadır (Neff, 2003a, 2004).

Öz sevecenlik; insanların nasıl yanıldığına değil, bireyin kendi iyiliğini ve huzurunu arzulamasına odaklanmaktadır (Kirkpatrick, 2005). Bu, ne yapılırsa yapılsın iyi hissedilmesi gerektiği anlamına gelmemektedir. Bireyin kendine karşı sevecen olması, çoğunlukla bağlı olduğu zararlı davranışlardan vazgeçmesini, zor ve sıkıntı verici olsa da gerekli eylemleri yerine getirmek için kendini cesaretlendirmesini içermektedir (Neff, 2003b). Yani öz sevecenlik yetersizlikler karşısında daha kabullenici olmayı, bireyin kendisini ön yargısız bir şekilde anlamaya çalışmasını, eksik, hata ve kusurlar karşısında değişim ve iyileşme için destekleyici olmasını ifade etmektedir (Tel ve Sarı, 2016).

Paylaşımların bilincinde olma, dünyada hiç kimsenin mükemmel olmadığını, her insanın hata yapabileceğinin, başarısızlıklar, üzüntüler, tükenmişlik ve yetersizlikler gibi olumsuz yaşam deneyimlerinin yaşanabileceğinin farkında olmaktır (Deniz, Kesici ve Sümer, 2008; Neff, 2003a). Mükemmel olmamanın tüm insanlık tarafından yaşanan bir deneyim olduğunun farkına varmaktır (Neff, 2003b).

Bilinçlilik, bir farkındalık durumudur. Bireye en ıstıraplı ve sıkıntı yaşatan duygularını kabullenmesini sağlayan fakat bu duygulara kapılarak sürüklenmesine müsaade etmeyen bir farkındalık durumu olarak tanımlanmaktadır (Neff, 2004). Bilinçlilik, bireylerin duygu ve düşüncelerine karşı koymadan, onlardan kaçmadan veya onları inkar etmeden olduğu gibi gözlemediği, yargılayıcı olmadığı, kabul edici bir zihinsel durumu ifade etmektedir (Akın, 2009). Birbirlerinden ayrı kavramlar olmalarına ve algısal düzeyde farklı yaşanıyor olmalarına karşılık, öz-duyarlılığın bu üç bileşeni kendi aralarında etkileşim halinde bulunmakta, birbirlerinin teşekkülüne ve gelişimine katkı sağlamaktadır.

Aşağıda ergenlerin duygusal ilişkileriyle ilişkili olduğu düşünülen kişiler arası tepkisellik kavramıyla ilgili literatür bilgisi verilmiştir.

2.1.3. Kişiler Arası Tepkisellik:

Yaşadığı çevre içerisinde diğer bireylerle ilişki kurmak durumunda olan insan sosyal bir varlık olarak görülmektedir. İnsanın başkalarıyla ilişki kurma ihtiyacı temel ihtiyaçlardan biri olarak belirtilmektedir. Diğer bireylerle kurulan ilişkiler, bu ilişkilerin kalitesi, ilişki sürecinde bireyin kendisiyle ilgili aldığı dönütler, bireyin kendine dönük farkındalığı için bir kıstas, bir kaynak teşkil etmektedir. (Kaya ve Siyez, 2010). Bireyin başkalarıyla kurduğu ilişkiler sarmalında hissettiği duygular, bu duyguların azlığı ya da fazlalığı, yüzeyselliği ya da derinliği ve neticede verilen tepkiler toplumsal yaşayış içerisinde önemli bir belirleyici olabilmektedir (Seçer, Halmatov ve Gençdoğan, 2013).

Empati en geniş tanımlamasıyla bireyin başka kimsenin davranışlarına olan tepkilerine işaret etmektedir (Davis, 1983; akt. Engeler ve Yargıç 2007).

Bireyin karşısındaki bir objeye kendini yansıtması, kendini onun içinde duyumsaması, bu yolla o nesneyi özümseyerek anlamlandırması süreci empati olarak tanımlanmaktadır (Dökmen, 2005: 135; Gülseren, 2001: 134; Budak, 2005: 258; Ağırman, 2006: 24; akt. Özcan, 2016).

Empati kavramını araştıran önemli kuramcılardan Carl Rogers, empatinin davranış ve algılama boyutunu da içeren kapsamlı bir ifade olduğunu, yalnız duygu ve düşünce boyutunda kalmadığını ileri sürmektedir. O'na göre empati; bireyin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak, olaylara onun nazarıyla bakması, onun düşüncelerini ve duygularını doğru biçimde anlaması ve bu durumu ona iletmesi olarak tanımlanmaktadır (Rogers, 1983: 106).

Empatinin farklı boyutları olan bir yapı olduğunu savunanlardan birisi de Davis'tir. Davis, başkasının gözlenen yaşantıları karşısında verilen tepkiler olarak ifade ettiği empatinin; empatik ilgi, hayal gücü, kişisel stres ve perspektif alma olmak üzere dört çeşit tepki biçiminden oluştuğundan bahsetmektedir. Sıkıntılı durumda olanlara yönelik ilgi, şefkat ve sıcaklık içeren duygusal reaksiyonlar "*empatik ilgi*" olarak tanımlanmaktadır. Kitaplar, filmler ve oyunlardaki hayali karakterlerin duygu düşünce ve davranışlarını idrak edebilme meyilli bilişsel tepkiler "*hayal gücü*" olarak ifade edilmektedir. Başkalarının olumsuz yaşantıları karşısında gösterilen huzursuzluk ve kaygı duygularını barındıran duygusal reaksiyonlar "*kişisel stres*", bir başka bireyin olaylara ilişkin bakış açısını anlama eğilimini gösteren bilişsel tepkiler ise "*perspektif alma*" olarak tanımlanmaktadır (Davis, 1983: 85-90). Empatinin çok boyutlu yapıda olduğuna dair fikirlerin ağırlık kazanması sonucu kişiler arası tepkisellik kavramı ortaya çıkmıştır. Gençlik yıllarında yaşanan yoğun duygusal ilişkilerin bireylerin kendilerini ve başkalarını anlama becerileri üzerinde etkin rol oynadığı düşünülmektedir.

Aşağıda ergenlik dönemindeki duygusal ilişkilerle ilişkili olduğu düşünülen problem çözme kavramıyla ilgili literatür bilgisi verilmiştir.

2.1.4.Problem Çözme Becerisi:

Yalın veya kompleks her gün pek çok sorunla karşılaşan insanoğlu, bazı problemlerine farkında olmadan çözümler üretirken, bazı sorunlar üzerinde uzun süre

düşünmekte veya sıkıntıya kapılıp gitmektedir. Bazı durumların ise, problem olduğunun farkında bile olmamaktadır. Oysaki problem çözme, bireyin problemini ve çözüm sürecini değerlendirirken alternatif bakış açılarının işlerliği üzerinde düşünmesinin gerekli olduğu eğitsel bir süreci içermektedir (Aksan ve Sözer, 2007).

Problem; Bireyin bir hedefe ulaşmak gayesiyle topladığı mevcut olanakların kullanımının engellenmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Bingham, 1998; akt. Kardaş, Anagün, Yalçınoğlu, 2014).

Cüceloğlu (2003) problemi, bireyin ulaşmayı istediği hedeflerin önüne çıkan engeller olarak tanımlamaktadır.

Korkut (2002) mevcut bir sorunu çözebilmek için tecrübe edilmiş yaşantılar ile öğrenilen durumlardan farklı olarak yeni çözüm yollarının bulunmasını problem çözme olarak ifade etmektedir. Duygusal ve davranışsal becerileri barındıran kompleks bir süreç olarak görülen problem çözme becerisinin; kişilerin psikolojik uyumları, özgüven düzeyleri, iletişim becerileri, karar verme becerileri ve özsayıları ile ilişkili olduğu belirtilmektedir.

Ferah (2000) problem çözme becerisini, kişinin “ben olma” ve çevresindeki sorunlarla baş edebilme serüveninde en göze çarpan yetilerden biri olarak görmektedir. Birey yaşantısında karşılaştığı problemlere karşı koyabilmek için hangi stratejiyi kullanacağına kişisel özelliklerine göre karar vermekte ve karşılaştığı sorunlarla kendi problem çözme gücü ölçüsünde baş etmek durumunda kalmaktadır.

Önceden bilinen ya da tanımlanmış bir zorluğu bireyin görmesi, bu sorun hakkındaki gerçekleri irdeleyebilmesi, sorunla ilgili gerekli verileri toplaması, çözüm için alternatifler önermesi, bu seçeneklerin uygunluğunu deneyebilmesi, alakasız verileri yok etmesi ve alternatif çözüm yollarından en mantıklısını tercih etmesi gibi birçok temel düşünce sürecini gerektiren problem çözme becerisi öğrenilmesi ve geliştirilmesi gerekli olan kapsamlı bir süreci ifade etmektedir (Bakioğlu ve Hesapçioğlu, 1997). Hayatın tamamında etkisinin hissedildiği ve yalın olandan komplekse doğru tüm faaliyetlerde yeri olan problem çözme becerisi mühim bir yaşam becerisi olarak görülmektedir (Gülşen, 2008; akt. Karabulut ve Kuru, 2009).

Bingham (1998) problem çözümede sekiz aşama belirlemiştir. Bu aşamalar:

1. Problemi fark etme ve problemle meşgul olma gereksinimi hissetme: Kişinin problem çözme davranışlarını sergilemesi için, ilk olarak sorun teşkil eden bir durumla yüz yüze gelmesi ve karşılaştığı durumun problem olduğunun farkına varması gerekmektedir. Çoğu insan problemlerinin farkında olmamaktadır. Bir problemin çözümü de ancak onu problem olarak görenlerden gelecektir.

2. Problemi ifade etmeye, mahiyetini, kapsamını bilmeye ve problemle alakalı alt boyutları anlamaya gayret etme: Problemin farkına varılmasıyla, sorunu tüm yönleriyle ele almak ve problemle ilgili alt problemleri açığa çıkarmak gerekmektedir.

3. Problem durumuyla alakalı veriler bulma: Sorun tespit edildikten sonra, konuyla ilgili veriler toplanması gerekmektedir.

4. Problemin içeriğine en uygun olan verileri seçerek düzenleme: Sorunla bağlantılı veri toplama işi bitiminde, bu verilerden problemle bizzat ilgili olanlar seçilerek düzenlenmesi gerekmektedir.

5. Ulaşılan veriler ve problemle alakalı bilgiler ışığında olası çözüm yöntemleri belirleme: Bu safhada problemle alakalı veriler incelenmekte ve çözüm yolları geliştirilmektedir.

6. Çözüm biçimlerini değerlendirerek duruma uygun düşenlerden en iyilerini seçme: Probleme yönelik çözüm yolları önerildikten sonra, bu yolların geçerliğinin kontrolü ve en uygun yolun seçimi gerekmektedir.

7. Karar verilen çözüm yolunu uygulamaya koyma: Probleme çözüm bulunduğundan sonra seçilen çözüm yolunun tatbik edilmesi gerekmektedir.

8. Uygulanan çözüm yöntemini değerlendirme: Bu safhada tatbik edilen çözüm yönteminden elde edilen sonuçlar doğrultusunda, tercih edilen işlemsel süreçlerin doğru olup olmadığına karar verilmektedir (akt. Cengiz, 2010).

Dewey (1997) problem çözme becerilerinin aşağıdaki aşamalarda gerçekleştiğini belirtmektedir.

- Problemi fark etmek,
- Çözüme yönelik alternatifler oluşturmak,
- Delilleri toplamak,
- Çözüm alternatiflerini denemek,

- Problemi çözmek,
- Bulguları raporlaştırmak (akt. Aşıroğlu, 2014).

Neredeyse her birey bu aşamalardan geçerek kendisine en uygun gördüğü mücadele biçimine karar vermektedir. Bu nedenle ergenlerin problem çözmeye tercih ettikleri yöntemler de farklılık göstermektedir.

2.2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde ergenlerde duygusal ilişkiler, öz duyarlılık, kişiler arası tepkisellik ve problem çözme becerisi ile ilgili ülkemizde ve yurt dışında yapılmış olan araştırmalar üzerinde durulmuştur.

2.2.1. Ergenlerde Duygusal İlişkiler ile İlgili Araştırmalar

Akbaba (2018) üniversite hayatına devam eden öğrencilerde romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 2017-2018 eğitim öğretim yılının güz yarısında 283 kız, 183 erkek olmak üzere toplamda 466 öğrenciyle Akdeniz Üniversitesi'nde gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre; romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar cinsiyet açısından ele alındığında kızların aşırı beklentiler, fiziksel yakınlık ve zihin okuma alt boyutlarından erkeklere nispeten daha yüksek, sosyal zaman kullanımı alt boyutundan ise daha düşük puan aldığı görülmektedir. Sınıf düzeyi bağlamında 4. sınıftaki öğrencilerin farklı düşünmek alt boyutundan 1. sınıf öğrencilerine göre daha yüksek puan aldığı görülmektedir. Romantik ilişki yaşama durumuna göre daha önce romantik ilişki yaşamayan bireylerin fiziksel yakınlık ve farklı düşünmek alt boyutlarından daha yüksek puan aldığı görülmektedir. Fakülteye göre hemşirelik bölümü öğrencilerinin sosyal zaman kullanımı alt boyutundan daha yüksek ve eğitim fakültesi öğrencilerinin fiziksel yakınlık alt boyutundan daha yüksek puan aldığı görülmektedir. Mutluluk ile cinsiyet arasındaki ilişki sonucuna göre erkeklerin kızlara göre daha mutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmaya göre romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların bireylerin mutluluk düzeyinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir.

Çelik (2018) üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde sosyal ilgi düzeyleri ile çelişik duygulu cinsiyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkideki sosyal ilgi düzeyleri ve düşmanca cinsiyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkiye, romantik ilişkideki sosyal ilgi düzeyleri ve korumacı cinsiyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkiye, romantik ilişkilerdeki sosyal ilgi, düşmanca cinsiyetçilik ve korumacı cinsiyetçilik düzeylerinin cinsiyete göre değişip değişmediğine bakılmıştır. 2018 yılında Mersin Üniversitesi'nde 243'ü kız, 115' i erkek olmak üzere toplam 358 öğrenciyle yapılan bu araştırmada romantik ilişkilerdeki sosyal ilgi düzeyi ile düşmanca cinsiyetçilik arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Romantik ilişkilerde sosyal ilgi düzeyi ile korumacı cinsiyetçilik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Düşmanca cinsiyetçilik ve sosyal ilgi puanları cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterirken, korumacı cinsiyetçilik puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Şimşek (2018) romantik ilişki yaşantıları ve romantik ilişkilerdeki inançların romantizm ve eş seçimi tutumunu yordama gücünü çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma 593 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda romantizm ve eş seçimi tutumları ile romantik ilişkilerde inanç ve romantik ilişki yaşantıları alt boyutları arasında genel anlamda pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Romantizm ve eş seçimi tutumlarının kaygı, kaçınma, çaresizlik ve sevilmezlik alt boyutlarınca pozitif yönde anlamlı şekilde yordandığı sonucuna ulaşılmıştır. Üniversite öğrencilerinin romantizm ve eş seçimi tutumu toplam puanlarının cinsiyet, ilişki durumu ve ilişki çeşidi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği; yaş, sınıf düzeyleri, öğrenim görülen fakülteler ve yaşadıkları yer değişkeni bakımından anlamlı farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bayar (2015) romantik ilişki deneyimi olan bireylerde aldatma ve affetme davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyerek, empatik eğilimin bu davranışlar üzerindeki etkisini ele almıştır. Çalışmanın örneklemini, Üsküdar Üniversitesi'nde eğitim görmekte olan öğrencilerin oluşturduğu, herhangi bir psikiyatrik hastalığı olmayan ve romantik ilişki deneyimi yaşamış 18-65 yaş aralığında bulunan 156

kadın/erkek katılımcı oluşturmaktadır. Çalışma sonuçlarına göre empatik bireylerin daha affedici olduğu; toplam affetme, başkasını affetme ve durumu affetme puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca durumu affedebilen kişilerin, kendilerine ve başkalarına yönelik daha affedici olduğu da görülmektedir. Buna karşın aldatma ile affetme ve empati arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Sezgin (2015) sağlıklı ilişkiler geliştirme programının, ergenlerin romantik ilişkisinde kız ergenlerin duygusal ilişki sırasında yaşadıkları çatışma eğilimlerine etkisini incelemiştir. Bu çalışma, kontrol gruplu öntest-sontest modeline dayalı olarak deneysel bir araştırma biçiminde yapılmıştır. Çalışmaya Bursa İli'nde Uludağ Üniversitesi İnegöl Meslek Yüksek Okulu'nda öğrenim gören, 18-19 yaşlarında, romantik ilişkisi olan kız ergen bireyler katılmıştır. Deney grubunda 25, kontrol grubunda 25 olmak üzere toplamda 50 kız ergen birey araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırma neticesinde; Sağlıklı İlişki Geliştirme Programının kız ergenlerin duygusal ilişkilerinde karşılaştıkları çatışmaların çözümü noktasında ilişkisel saldırganlığa maruz kalma, fiziksel, cinsel ve sözel-duygusal istismarı yapma ve istismara maruz kalma seviyelerini düşürmede etkisinin olduğu saptanmıştır. Aynı zamanda, kız ergenlerin sağlıklı-sağlıksız ilişki ile alakalı işlevsel bilgi seviyelerinde artma olduğu tespit edilmiştir.

Çetin (2015) anne-baba ve arkadaşlara bağlanma biçimleri ile romantik ilişkilerde sorun çözme arasındaki ilişkiyi, üniversite birinci sınıf öğrencileriyle yaptığı çalışmada incelemiştir. Araştırmada öğrencilerin; yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, doğum sırası, anne ve babanın eğitim düzeyi, ailenin ekonomik gelir seviyesi bağımlı değişkenler olarak ele alınmıştır. Uygulama 2012-2013 eğitim-öğretim yılında, Ankara Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi (MEF), İktisadi İdari Bilimler Fakültesi (İİBF), Hukuk Fakültesi ve Eğitim Fakültelerinde eğitim alan 282 kız, 162 erkek toplamda 444 öğrenci ile yapılmıştır. Bu araştırma sonucunda; öğrencilerin ebeveyne bağlanma biçimleri ile arkadaşlarına bağlanma biçimleri ve romantik ilişkilerinde sorun çözmeleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin yaş, cinsiyet, annenin eğitim seviyesi, babanın eğitim seviyesi, sosyo ekonomik düzey değişkenleri ile ebeveyn bağlanma biçimleri,

arkadaşlarına bağlanma biçimleri ve romantik ilişkilerinde sorun çözmeleri arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Doğum sırası değişkeni ile yalnızca ebeveyn bağlanma biçimleri arasında bir ilişki olduğu bulunmuştur. Kardeş sayısı değişkeni ile ebeveyn bağlanma biçimleri ve arkadaşlarına bağlanma biçimleri arasında, romantik ilişkilerle sorun çözme arasında herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir.

Çürükvelioğlu (2012) beliren yetişkinlerin romantik ilişki doyumunu yordamada cinsiyet, yaş, ilişki süresi, benlik belirginliği ve kişisel eylemliliğin rolünü incelemiştir. İç Anadolu Bölgesi'ndeki bir devlet üniversitesinin 344 (%70.3 kadın, %29.7 erkek) gönüllü lisans öğrencisi ile yapılan bu çalışma sonucunda beliren yetişkinlerin romantik ilişki doyumlarını yordamada cinsiyet, yaş ve ilişki süresinin anlamlı yordayıcı değişkenler olmadıkları, benlik belirginliği ve kişisel eylemliliğin yaşam amaçları alt boyutunun ise anlamlı birer yordayıcı değişken oldukları görülmektedir.

Gülden (2011) ergenlerin duygusal ilişkilerini başlatma, sürdürme ve bitirme sebeplerini incelemiştir. Ankara İli'nde 359 ergenle yapılan bu çalışmada; duygusal yakınlığı, romantik partnerlerinin kişilik özelliklerini, karşısındaki kişinin güzel-yakışıklı olmasını, iyi anlaşmayı ve gelecekte bu kişiyle evlenmeyi düşünmelerini ergenlerin romantik ilişkileri başlatma ve sürdürme sebepleri olarak yüksek oranda belirttikleri görülmektedir. Yalan söylemeyi, anlaşmazlığı, sadakatsizliği, duygusal yakınlık eksikliğini, romantik eşlerinin anlayışlı olmamasını, gelecekte evlenmeyi hayal ettikleri kişi olmadığını anlamalarını ve kıskançlık davranışını ise duygusal ilişkiyi sonlandırma sebepleri olarak yüksek oranda ifade ettikleri görülmektedir.

Nemlioğlu (2011) ergenlikte romantik ilişkileri incelemiştir. Ergen romantik ilişkilerini ana-baba ve arkadaş ilişkileri bağlamında ele alan bu araştırma, 18-22 yaşlarındaki 1067 bireyle yapılmıştır. Araştırma sonucunda ana-babayla ilişki geçmişinin ergenlerin romantik ilişkilerinde sıklık, çeşitlilik ve ilişki sağlamlığını yordamadığı; ergenlerin arkadaşlarıyla ilişki göstergelerinden biri olan karşı cinsiyetten arkadaşlarla olumlu ilişki geçmişinin ise sıklık ve etkinlik çeşitliliğini yordadığı görülmektedir. Bu çalışmayla en sık yapılan ortak etkinlikler de

saptanmıştır. Kızlar kendilerinden daha büyük yaştaki kişileri romantik eş olarak seçerken, erkeklerin kendilerinden küçük yaştakileri seçtiği görülmektedir.

Küçükarslan (2011) üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilere dair inançlarını cinsiyet, sınıf seviyesi ve romantik ilişki yaşayıp yaşamama değişkenlerine göre incelemiştir. Mersin Üniversitesi'nde eğitim gören 957 (559 kız, 398 erkek) lisans öğrencisi ile yapılan bu araştırma sonucuna göre; üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilere dair inançları, cinsiyet, sınıf seviyesi ve romantik ilişki yaşayıp yaşamama durumuna göre farklılaşmaktadır. Cinsiyet bakımından erkeklerin kızlara nispeten romantik ilişkilere dair inançlar arasında bulunan *aşk bir yol bulur* ve *ilk görüşte aşk* inançlarına daha yüksek oranda sahip oldukları bulunmuştur. Sınıf seviyesine göre ise, birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinin *ilk ve tek* ile *idealleştirme* inançlarının dördüncü sınıf öğrencilerine nispeten daha yüksek seviyede olduğu gözlenmektedir. Romantik ilişki yaşayıp yaşamama bakımından inceleme yapıldığında, *daha önce ilişkisi olmayıp, şimdi duygusal bir ilişkisi olan* öğrencilerin *aşk bir yol bulur*, *ilk ve tek* ile *idealleştirme* inançlarının diğer gruplardaki öğrencilere göre daha yüksek oranda olduğu görülmektedir.

Turan (2010) üniversite öğrencilerinin ilişkilere dair bilişsel çarpıtmalarını kestirmede romantik ilişki yaşayıp yaşamama, yalnızlık, benlik saygısı, yaş ve cinsiyet faktörlerinin etkisini araştırmıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre; benlik saygısı ve yalnızlık değişkenlerinin ilişkiler ile ilgili bilişsel çarpıtmada etkin rollere sahip olduğu, buna karşılık cinsiyet, yaş ve romantik ilişki yaşayıp yaşamamış olmanın bilişsel çarpıtmada etkin bir rolünün olmadığı görülmektedir. İlişkilerin yönüne bakıldığında; benlik saygısı seviyesi azaldıkça ilişkiler ile ilgili bilişsel çarpıtma seviyesinin kayda değer bir şekilde arttığı, yalnızlık seviyesi azaldıkça ilişkiler ile ilgili bilişsel çarpıtma seviyesinin de önemli bir miktarda düştüğü görülmektedir.

Yakın ilişkiye katkıda bulunan gelişimsel özellikleri Seiffge-Krenke (2003), 103 katılımcının yer aldığı 8 yıllık boylamsal çalışmada ele almıştır. Araştırmada 13, 15 ve 17 yaşlarındaki bireylerin anne-baba ve aynı cinsiyetten arkadaşlarıyla olan

ilişkileri ve benlik kavramları irdelenmiş, bulunan özellikleri 13, 15, 17 ve 21 yaşlarında sahip oldukları flört ilişkileri ve bu ilişkilerinin nitelikleri açısından değerlendirilmiştir. Sonuçlar, gelişim süreci içerisinde bireylerin flört ilişkilerinin niteliğinde ve süresinde değişiklikler olduğunu; aileden, arkadaşlardan alınan desteğin ve benlik kavramının 21 yaşında romantik ilişkiye farklı şekilde katkıda bulunduğunu göstermiştir. Daha açık bir ifadeyle, 21 yaşındaki romantik ilişkinin yordanmasına 13 yaşındaki benlik kavramının katkıda bulunduğu sonucunu vermiştir. Aynı şekilde genç yetişkinlikteki flört ilişkilerini 17 yaşındaki flört ilişkileri yordayıcı bir özellik taşımaktadır. Ayrıca flört eşinin önemi de ilişki geliştikçe bir destek sağlayıcı olarak artmaktadır.

Wayment ve Campbell (2000), romantik ilişkiyle ilgili algıların değerlendirildiği çok boyutlu bir kendini değerlendirme modelini üniversiteye devam eden 71 öğrenciye uygulamıştır. Araştırma sonucunda romantik bir ilişkiyi değerlendirmede üç tür bilginin kullanıldığına ulaşılmıştır. Bunlar, yaşanan ilişkiden elde edilen somut bilgiler, bir ilişkide neyin kabul edilebilir ve neyin ilişki doyumuna neden olduğuna ilişkin kişisel standartları gösteren bilgiler ve bir ilişkinin nasıl olması gerektiğine dair ideal bilgilerdir.

Levesque'nun (1993) 14–18 yaş arası 300 lise öğrencisi ergenle yapmış olduğu bir araştırmayla doyum veren bir ilişkinin ne tür değişkenlerle bağlantılı olabileceği ve hangi değişkenler tarafından yordandığı incelenmiştir. 300 gencin aşk deneyimleri doyum sağlayıcı aşk ilişkilerinin bağlantılarını ve yordamalarını ortaya çıkarmak amacıyla analiz edilmiştir. Sonuçlar; tutku, bağlılığın katkıları, eşlik etme ve iletişim açısından yetişkin ilişkileri ve ergen ilişkileri arasında önemli benzerlikler ortaya koymuştur. Yetişkin ilişkilerinden ergen ilişkilerinin farkı; çatışma ya da sıkıntı ile ilişki doyumunu arasında bağlantı yokluğu ve negatif duygulanım yokluğu olarak belirtilmiştir.

2.2.2. Ergenlerde Öz Duyarlık ile İlgili Araştırmalar

Toksoy (2018) ergenlerde kendine zarar verme davranışının yordayıcıları olarak öz duyarlık ve stresle başa çıkma tarzlarını incelemiştir. Araştırmanın çalışma grubunu 2017-2018 eğitim öğretim döneminde Bayburt İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı liselerde öğrenim gören toplam 608 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre kendine zarar verme davranışının cinsiyete ve disiplin cezası alıp almama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenirken; sınıf düzeyine, okul türüne, not ortalamasına ve yatılı gündüzlü okuma durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Ayrıca araştırmada kendine zarar verme davranışının öz duyarlığın alt boyutlarından sadece öz yargılamanın ve başa çıkma tarzlarından olumsuz başa çıkma stratejisinin pozitif yönde anlamlı birer yordayıcıları olduğu ortaya konulmuştur.

Sarı (2017) üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtmaları ile öz duyarlıkları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Üniversite öğrencilerinden (n= 342, 18-37 yaş aralığındaki) edinilen bulgulara göre, öz duyarlık ile bilişsel çarpıtmaların ilişkili olduğu gözlenmiştir. Araştırma bulgularından yola çıkılarak kadınların erkeklere göre daha çok bilişsel çarpıtma kullandığı ve daha düşük düzeyde öz duyarlığa sahip olduğu görülmüştür. Son olarak demokratik ebeveyn tutumuna sahip katılımcıların demokratik olmayan ebeveyn tutumuna sahip katılımcılara kıyasla öz duyarlıklarının daha yüksek olduğu ve daha düşük düzeyde bilişsel çarpıtma kullandıkları bulgulanmıştır.

Sağır (2017) mühendislik bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn tutumları ve öz-duyarlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışma 2016-2017 yılı sonbahar döneminde İstanbul Teknik Üniversitesi'nde öğrenim gören 121 kadın, 188 erkek toplam 309 mühendislik öğrencisi ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda; öz-duyarlık ve alt boyutları ile algılanan ebeveyn tutumları arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Algılanan demokratik ebeveyn tutumuyla öz-duyarlık arasında pozitif yönde, algılanan otoriter ebeveyn tutumu ile öz-duyarlık arasında negatif yönde, algılanan koruyucu istekçi

ebeveyn tutumu ile öz-duyarlık arasında negatif yönde ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Bağımsız örneklem t testi analizinde algılanan anne tutumuna göre öz-duyarlık ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Annelerini demokratik olarak algılayan katılımcıların öz-duyarlık ortalamalarının annelerini koruyucu olarak algılayan katılımcıların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Algılanan anne tutumuna göre diğer alt ölçeklerden alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Algılanan baba tutumuna göre öz-duyarlık ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Babalarını demokratik olarak algılayan katılımcıların öz-duyarlık ortalamalarının babalarını koruyucu olarak algılayan katılımcıların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sünbül (2016) bilinçli farkındalık ve kendini toplama gücü arasındaki ilişkide öz-duyarlığın ve duygu düzenleme güçlüğü'nün olası aracı rolünü inceleyen bir çalışma yapmıştır. Araştırma sonucunda; bilinçli farkındalığın aracı değişken olan öz-duyarlık için pozitif, anlamlı bir yordayıcı olduğu, duygu düzenleme güçlüğü içinse negatif, anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Kendini toplama gücü ile duygu düzenleme güçlüğü ve öz duyarlığın ilişkilerinin de anlamlı olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra öz duyarlığın duygu düzenleme güçlüğü'nü negatif yönlü olarak anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Buna ilaveten, bilinçli farkındalık ve kendini toplama gücü arasındaki ilişkide öz-duyarlığın ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı etkisiyle meydana getirilen her iki dolaylı yol ile bu iki yolun etkileşiminden ortaya çıkan dolaylı yolun anlamlı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Sarı (2016) üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin öz duyarlık düzeyleri, sosyal kaygı belirtileri ve okul yaşamına uyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma uygun örneklem yöntemiyle seçilen hazırlık sınıfına ve birinci sınıfa devam eden 233 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Araştırmanın sonucunda; öz duyarlıkla sosyal kaygı belirtileri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Öz duyarlık ile üniversite yaşamına uyum arasında pozitif anlamlı ilişkinin varlığı

bulgusuna ulaşılmıştır. Sosyal kaygı ile üniversite yaşamına uyum arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir.

Akyol (2011) öz duyarlık ve mizah tarzlarını ergen bireylerde iletişim becerilerinin yordayıcıları olarak incelemiştir. Muğla İl Merkezi'nde öğrenim gören 762 (420 kız, 342 erkek) ergen ile yapılan bu araştırma sonucunda; cinsiyet açısından bilişsel iletişim becerileri, duygusal iletişim becerileri, davranışsal iletişim becerileri, izolasyon, aşırı özdeşleşme, öz-sevecenlik, katılımcı mizah tarzı ve saldırgan mizah tarzı; sınıf düzeyi açısından davranışsal iletişim becerileri; algılanan sosyo ekonomik düzey açısından duygusal iletişim becerileri; algılanan ana baba tutumu açısından zihinsel iletişim becerileri, davranışsal iletişim becerileri, izolasyon kendini geliştirici mizah tarzı ve katılımcı mizah tarzı değerleri farklılık göstermiştir. İletişim becerileri ile öz duyarlık ve mizah tarzları arasında anlamlı ilişki olduğu ve öz duyarlık ile mizah tarzlarının iletişim becerilerini yordadığı görülmüştür.

Akkaya (2011) ortaöğretimde okuyan öğrencilerin algılanan sosyal destek düzeyleri ve öz duyarlık düzeylerini değişik faktörlere göre incelemiştir. Edirne Kız Teknik ve Meslek Lisesi'ndeki 400 son sınıf öğrencisi ile yapılan bu araştırmada; öz-duyarlık düzeyi açısından cinsiyete ve ebeveynlerin beraberlik durumuna göre, sosyal destek açısından ebeveynlerin beraberlik durumlarına göre, aile desteği açısından doğum sırasına göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Sosyal destek ve öz duyarlık arasında, aile desteği açısından cinsiyet değişkeninde, öz-duyarlık düzeyleri açısından akademik başarı değişkeninde anlamlı fark bulunmuştur.

Tel (2011) üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ve öz duyarlık düzeyini bazı demografik değişkenler açısından incelemiştir. Betimsel bir çalışma olan bu araştırmanın katılımcılarını 1.sınıf, 2.sınıf, 3.sınıf ve 4. sınıfta öğrenim gören toplam 1082 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda araştırma katılımcılarında yaşam doyum düzeyi puan ortalamaları ve öz duyarlık puan ortalamaları belirlenmiştir. Yaşam doyumunun öz duyarlığın pozitif alt boyutları olarak görülen öz sevecenlik, bilinçlilik ve paylaşımların bilincinde olma ile pozitif

ilişkili; öz duyarlılığın negatif alt boyutları olarak görülen öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme ile de negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir. Öz duyarlılığın bilinçlilik alt boyutunda kızlar erkeklere nispeten anlamlı düzeyde düşük puan almışlardır. Aşırı özdeşleşme boyutunda erkekler kızlara göre daha yüksek puan almışlardır. Kardeş sayısı değişkenine göre öz duyarlılığın öz sevecenlik alt boyutunda 2-4 kardeşe sahip olanlar 4'ten fazla kardeşe sahip olanlara göre daha düşük puan almışlardır. Bilinçlilik boyutunda 4' ten fazla kardeşe sahip olanlar 2-4 kardeşe sahip olanlara göre daha yüksek puan almışlardır. Sınıf düzeyi değişkenine göre 1. sınıflar aşırı özdeşleşme boyutunda 4. sınıflara nispeten daha yüksek puan almışlardır. Aşırı özdeşleşme boyutunda ise 3. sınıflar 4. sınıflara oranla daha yüksek puan almışlardır.

Eker (2011) üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne-baba tutumları, öz-duyarlılık ve duyarlı sevgi düzeyleri arasındaki ilişkiyi cinsiyet, kardeş sayısı, doğum sırası ve algılanan gelir düzeyi değişkenlerine göre incelemiştir. Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 230'u kız ve 96'sı erkek olmak üzere toplam 326 üniversite öğrencisi ile yapılan bu çalışmada; anne-baba tutumları, öz-duyarlılık ve duyarlı sevgi düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Ebeveyn tutumlarını demokratik olarak algılayan öğrencilerin öz-duyarlılık düzeylerinin yüksek olduğu, ana-baba tutumlarını otoriter ve koruyucu istekçi olarak algılayan öğrencilerin öz-duyarlılık düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür. Ebeveyn tutumlarını otoriter ve koruyucu-istekçi olarak algılayan öğrencilerin ise duyarlı sevgi düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin algıladıkları otoriter ve koruyucu-istekçi ebeveyn tutumlarının cinsiyete göre farklılaştığı, demokratik ebeveyn tutumunun kardeş sayısı açısından farklılaştığı, duyarlı sevgi düzeyinin cinsiyet açısından farklılaştığı tespit edilmiştir. Öz-duyarlılık ve duyarlı sevgi arasında negatif ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir.

Neff ve McGehee (2010)'nin üniversite öğrencileriyle yaptıkları araştırmada öz-duyarlılık yapısı ile psikolojik iyi oluş, güvenli bağlanma ve sosyal bağlılık arasında pozitif yönde; öz-duyarlılık ile bunalım ve kaygı arasında negatif yönde bir

ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca bu çalışmada anne ilgisinin ve işlevsel aile ortamının öz-duyarlılığı anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Ying (2009) yüksek lisans aşamasındaki sosyal hizmet bölümü öğrencileriyle yaptığı çalışmada öğrencilerin öz-duyarlılık düzeyleri ile algılanan yeterlik düzeyi arasındaki ilişki ve öz-duyarlılığın ruhsal duruma etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda öz-duyarlılığın alt boyutu olan aşırı özdeşleşme ile depresyon düzeyi doğrudan ilişkili bulunmuştur.

Leary, Tate, Adams, Allen, Hancock (2007) tarafından yapılan başka bir araştırmada üniversite öğrencilerinde öz-duyarlılık ve olumsuz deneyimlerle baş etme gücü incelenmiştir. Öz-duyarlılık düzeyi yüksek aralıkta olan bireylerin günlük yaşam problemleri karşısında daha uyumlu tepkiler gösterebildikleri, duygusal dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek ve benlik algılarının daha olumlu olduğu bulunmuştur (akt. Korkmaz, 2018).

Katılımcıların %68'i kadından, %32'si erkeklerden oluşan araştırma grubuyla Neff, Rude ve Kirkpatrick (2006) üniversite öğrencileri üzerinde öz duyarlılık, pozitif psikolojik sağlık ve beş faktörlü kişilik modelini incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre öz duyarlılık negatif etki ve nörotizm ile negatif ilişkili bulunurken; mutluluk, iyimserlik, merak-keşif, pozitif etki, bilgelik, bireysel girişimcilik, dışadönüklük ve dürüstlük ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Psikolojik sağlığı yordamada öz duyarlılığın önemli bir değişken olduğu sonucu istatistiksel olarak ortaya çıkmıştır.

Neff (2003b) yaptığı çalışmada öz-duyarlılık yapısının istatistiksel olarak sosyal beğenilirlikle ilişkili olmadığı ve öz-duyarlılık düzeyi yüksek olan bireylerin kendilerine, diğerlerine olduğu kadar nazik davrandığı, öz-duyarlılık düzeyi düşük olanların ise diğer bireylere kendilerine oranla daha nazik davrandığını bulmuştur.

Neff (2003b) Öz-duyarlılık Ölçeği'nin uyum geçerliği çalışmasında öz-duyarlılık yapısının öz-eleştiri (-.65) ile negatif ve sosyal bağlantı (.41) ile pozitif ilişkili

olduğunu bulmuştur. Ek olarak öz-duyarlılıkla, anksiyete (-.65), öz-eleştiri (-.65), nörotik mükemmeliyetçilik (.57) ve depresyon (-.51) arasında negatif, yaşam doyumu arasında (.45) ise pozitif ilişkiye rastlanmış ve bu sonuca göre öz-duyarlığın psikolojik esenlik hakkında güçlü bir yordayıcı olduğu kanıtlanmıştır. Aynı çalışmada öz-duyarlılık ile narsisizm arasında ise ilişki olmadığı görülmüştür.

2.2.3.Ergenlerde Kişisel Tepkisellik ile İlgili Araştırmalar

Özcan (2016) empati ile dindarlık arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik bir çalışma yapmıştır. 2007-2008 öğretim yılında Kocaeli Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde ve Karamürsel İlçe Merkezi'ndeki Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı çeşitli liselerde eğitim gören öğrencilerden tesadüfi örneklem yoluyla seçilen 300 kişiyle yapılan bu araştırma sonuçlarına göre; empati düzeyleri ile cinsiyet arasında kadınların lehine anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Dindarlık düzeyi ile eğitim durumu ve meslek grupları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Dindarlık ile empatinin toplam puanlarında bir ilişki olmamasına karşılık empatinin alt boyutu olan empatik ilgi ile dindarlık arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

Nazik ve Arslan (2011) hemşirelik öğrencilerinin empatik beceri ve öz duyarlılık düzeylerini ve bu iki yapı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubunu Çukurova Üniversitesi Adana Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü'nde eğitimine devam eden 185 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma sonucunda; empatik beceri ile öz duyarlılık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Arıdağ ve Yüksel (2010) empatik beceri ile ahlaki yargı yeteneği arasında bir ilişki olup olmadığını üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada incelemiştir. Davis'in Kişiler Arası Tepkisellik Ölçeği ve Lind'in Ahlaki Yargı Testi (MJT) kullanılan bu çalışmada; öğrencilerin ahlaki yargı testi puanları ile empatik beceri testlerinden aldıkları genel empati puanları arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir. Kişiler arası tepkisellik ölçeği puanları alt ve üst % 27'lik dilimde yer alan öğrencilerin ahlaki yargı testi puanları arasındaki korelasyona bakıldığında öğrencilerin "kişisel sıkıntı" alt boyutundan aldıkları puanlar ile ahlaki yargı testinin

işçiler ikilemine ait puanları arasında negatif yönde .46 düzeyinde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Yaoar (2008) üniversite öğrencilerinin empati seviyeleri ile mükemmeliyetçi kişilik özelliklerini çeşitli değişkenler bakımından incelemiştir. Bu araştırma Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi, sosyal ve fen-matematik programlarında eğitim görmekte olan, tesadüfi olarak seçilen 430 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Bu çalışmada Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Özbay, Mısırlı, Taşdemir, 2003) ve Kişiler Arası Tepkisellik Ölçeği (Davis, 1980) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda; cinsiyet açısından empatinin alt boyutlarından biri olan bakış açısı alma puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır. Kız öğrencilerin bakış açısı alma düzeylerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür.

Mete (2005) ortaöğretim son sınıf öğrencilerinin empati becerileri ile aile işlevleri arasındaki ilişkiyi bazı değişkenler açısından araştırmıştır. Araştırma lise 3. sınıf öğrencilerinden 153 kız ve 97 erkek olmak üzere toplam 250 öğrenci ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda anne-babası birlikte olanların anne-babası boşanmış olanlara göre; babası okur yazar olanların babası okur yazar olmayanlara göre; kardeşi olmayanların kardeşi olanlara göre; sözel, eşit ağırlık, ve yabancı dil alanlarında okuyanların sayısal alanda okuyanlara göre; diğer insanlar tarafından sıkıntıları paylaşmada sıkça tercih edilenlerin tercih edilmeyenlere göre empati beceri puan ortalamaları anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur.

Yıldırım (2003) empati ile beş faktör kişilik kuramı arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Mühendislik Mimarlık Fakültesi'nden rastgele seçilen 253 kız, 211 erkek, toplamda 464 üniversite öğrencisi ile yapılan bu çalışmada Kişiler Arası Tepkisellik Ölçeği (Davis, 1980) ve Beş Faktör Kişilik Ölçeği (Some, 2001) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda empati ile beş faktör kişilik özellikleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Cinsiyet faktörü açısından kişilik özelliklerinde ve empati kurma eğiliminde farklılaşma olduğu, kızların empati kurma eğiliminin erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

2.2.4. Ergenlerde Problem Çözme Becerisi ile İlgili Araştırmalar

Kırman (2018) sağlık meslek yüksekokulu öğrencilerinin saldırganlık eğilimleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 2017–2018 öğretim yılı İstanbul İli Avrupa Yakası, Küçükçekmece İlçesi'ndeki bir vakıf üniversitesine devam eden 147 kadın, 119 erkek olmak üzere toplam 266 sağlık meslek yüksekokulu öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuçlar öğrencilerin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı ilişki olduğunu göstermektedir. Araştırmada öğrencilerin saldırganlık eğilimleri ile problem çözme becerilerinin alt boyutlarından olan “kişisel kontrol” arasında anlamlı ilişki bulunurken, problem çözme becerisinde “güven” ve “yaklaşma-kaçınma” alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Ayrıca demografik değişkenlerden yaş, problem çözme becerisinde bir farklılığa neden olmazken; cinsiyet her ikisi içinde bir farklılığa neden olmamıştır. Annenin ve babanın eğitim seviyesi saldırganlık düzeyi ve problem çözme becerisinde farklılığa sebep olmazken; kardeş sayısı problem çözme becerisi alt boyutlarında değişikliğe neden olmamıştır. Öğrencilerin sigara kullanma durumu değişikliğe neden olmazken, alkol kullanımı, günde 4 saatten fazla internet kullanımı ve madde kullanımı saldırganlık düzeylerinde anlamlı bir farklılığa neden olmuş; problem çözme becerilerinde günde 4 saatten fazla internet kullanımı ile madde kullanımı anlamlı farklılığa neden olmuştur.

Kalyoncuoğlu (2018) ebeveynin duygularını yönetebilme düzeyinin ve çocuğun algıladığı anne baba tutumunun çocuğun problem çözme becerisi üzerindeki etkisini incelemiştir. İstanbul İli Beylikdüzü ve Avcılar İlçelerinde bulunan özel okullardaki 261 çocuk ve 261 ebeveyn toplam 522 kişi ile yapılan bu çalışmada; çocuğun problem çözme becerisi üzerinde anne baba tutumunun ve ebeveynin duygusal zekâ düzeyinin etkisi olduğu bulunmuştur. Anne baba tutumu ile duygusal zeka arasında bir ilişki tespit edilmemiştir.

Sarı (2016) Anadolu lisesinde okuyan 15-19 yaş arası lise öğrencilerinin problem çözme becerileri ile umutsuzluk düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını incelemiştir. Araştırmanın örneklemini lisede öğrenim gören 96 kişi oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda problem çözme ve umutsuzluk düzeylerinin sosyo demografik değişkenler açısından anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca problem çözme becerileri ile umutsuzluk düzeyi arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamsız bir ilişki tespit edilmiştir.

Özdemir (2016) lise öğrencilerinde benlik saygısı fazla olan öğrenciler ile benlik saygısı az olan öğrencilerin problem çözme davranışı ve psikolojik yardım alma tutumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışma 2014-2015 eğitim-öğretim yılında İstanbul Vilayeti Küçükçekmece İlçesi'ndeki bir devlet okulunda eğitim gören ve rastgele seçilen 108 gönüllü öğrenci ile yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara bakıldığında; benlik saygısı ile problem çözme tutumları arasında anlamlı bir korelasyon görülmektedir. Problem çözme becerisi ile psikolojik yardım alma tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Psikolojik yardım alma tutumu ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Arslan ve Kabasakal (2013) ergenlerin problem çözme becerileri ile ana baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışma Isparta'da farklı liselerde öğrenim gören 332 (176 kız ve 156 erkek) öğrenci ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda; ergenlerin problem çözme becerileri ile ana-baba tutumları arasında anlamlı ilişki olduğu, ergenlerin problem çözme becerilerinin kişisel kontrol boyutunda anlamlı şekilde farklılaştığı; erkek ergenlerin kişisel kontrol boyutundan almış oldukları puan ortalamasının kızlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Karataş (2011) okul yurdunda kalan ergenlerin cinsiyet ve sınıf düzeyleri bakımından problem çözme becerileri ve kaygı puanlarının farklılaşp farklılaşmadığını ve kaygı ile problem çözme becerisi puanları arasında anlamlı ilişki olup olmadığını incelemiştir. Niğde merkezde okul pansiyonunda kalan 109 kız, 91 erkek toplam 200 öğrenci ile yapılan bu çalışmada; cinsiyete göre kaygı ve problem çözme puanlarının kızların lehine farklılaştığı, sınıf düzeyi bakımından farklılaşma

olmadığı, aynı zamanda kaygı ile problem çözme becerileri arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Çelikkaleli ve Gündüz (2010) ergenlerin problem çözme becerileri ile akademik, sosyal ve duygusal yetkinlik inançları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Farklı liselerde öğrenci olan 145'i kız, 118'i erkek toplam 263 ergenden Problem Çözme Envanteri ve Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği kullanılarak veri toplanan bu çalışmada; ergenlerin akademik, sosyal ve duygusal yetkinlik inançları ile problem çözme becerileri arasında pozitif, anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında, akademik ve duygusal yetkinlik inançlarının problem çözme becerilerinin anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Öte yandan cinsiyet açısından ergenlerin problem çözme becerileri ve duygusal yetkinlik inançlarının anlamlı bir biçimde farklılaştığı, erkek ergenlerin kızlara kıyasla daha yüksek seviyede problem çözme becerisi sergiledikleri görülmüştür.

Cengiz (2010) ergenlerde saldırganlık ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ankara'nın Çankaya İlçesi'nde liseye giden 542 (217 kız ve 325 erkek) öğrenciyle yapılan bu çalışmada ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle ortaöğretim öğrencilerinde problem çözme becerisi arttıkça saldırganlık düzeyinin azalmakta olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Schotte ve Clum (1987) kolej öğrencilerinin stres, umutsuzluk ve intihar düşüncesi ile algıladıkları problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma neticesinde; problem çözme becerisi zayıf olan ve negatif yaşam stresinin baskısına maruz kalan bireylerin etkili problem çözme becerisine sahip olanlara göre intihar etmeye çok daha fazla meyilli oldukları ve umutsuzluk yaşadıkları belirlenmiştir. Problem çözme becerisi ile stres arasında anlamlı ilişkinin olduğu görülmüştür. Problem çözme becerisinde yetersizliğe sahip bireylerde umutsuzluk düşüncesinin artmasıyla intihar düşüncesinin de arttığı gözlemlenmiştir (akt. Cengiz, 2010).

Heppner ve Petersen (1982) kendilerini problem çözmeye hususunda başarılı ve başarısız olarak niteleyen üniversite öğrencilerinin bireysel farklılıklarını ortaya çıkarmak için bir araştırma yapmışlardır. Araştırmada kişi içi ve kişiler arası iki farklı problem türüyle bilişsel, duyuşsal ve davranışsal değişkenler mukayese edilmiştir. Öğrencilerin problem çözmeye becerileri “Problem Çözme Envanteri” ile ölçülmüş, alt ve üst puan gruplarından 10’u kız, 10’u erkek olmak üzere toplam 20 denek “başarılı” ve “başarısız” problem çözücü olarak gruplanmıştır. Sonuçta gruplar arasında yaşanan problem sayısında, kişisel problem çözmeye süreçleri hakkında kendini tanımlayıcı değerlendirenlerin (davranışlar, tutumlar, düzeltme stratejileri, yetkinlikleri, tahminleri gibi) sayısında gözlemciler tarafından yapılan bilişsel ve davranışsal değişkenlerin değerlendirilmesinde farklılıklar olduğu bulunmuştur. Kendilerini “başarılı” problem çözücü olarak algılayanların “başarısız” algılayanlara göre bazı özelliklerde farklılaştıkları görülmüştür. Bunlar: a) Problemin çözümü için daha fazla çaba harcamaktadırlar, b) Problem çözmeye sürecinin farkındadırlar, c) Sosyal becerilerde daha iyidirler, d) Problem karşısında daha az kaygılıdırlar, e) Görüşmede sorulan sorulara daha dikkatli cevap vermektedirler, f) Problemleri kavrayış güçleri daha iyi, g) Etkili problem çözmeye becerilerine sahiptirler. Aynı çalışmada bulgular cinsiyete göre incelendiğinde; erkeklerin kızlara göre problem çözmeye süreçlerinin daha çok farkında oldukları ve kişilerarası problem çözmeye kızlardan daha stratejik davrandıkları görülmüştür (akt. Cengiz, 2010).

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, katılımcıların demografik dağılımları, veri toplama araçları ve özellikleri, araştırma verilerinin toplanması ve çözümü ile ilgili açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada betimsel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri geçmişte var olmuş ya da halen var olan bir durumu olduğu şekliyle tasvir etmeyi hedefleyen araştırma modelleridir. Tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli ise iki veya daha fazla değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaç edinen araştırma modelidir (Karasar, 2002).

3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu Bolu İli'nde Bolu Atatürk Anadolu Lisesi, İzzet Baysal Anadolu Lisesi, Bolu Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Bolu Anadolu Öğretmen Lisesi'nde 2014-2015 eğitim öğretim yılında 9., 10., 11. ve 12. sınıfta öğrenim gören ergenlerden oluşmaktadır. Çalışma grubu belirlenirken, bu araştırmaya katılmak ve işbirliği yapmak isteyen okullarla görüşme yapıldı. Gönüllü olarak bu çalışmayı kabul eden ve uygulama kolaylığının olduğu düşünülen dört okul belirlendi. Bu okullardan çalışmaya gönüllü katılmak isteyen öğrenciler alınarak çalışma grubu oluşturuldu. Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan ergenlerin cinsiyet değişkenine göre dağılımları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1: Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımları

		n	%
Cinsiyet	Kız	386	69.2
	Erkek	172	30.8
	Toplam	558	100.0

Tablo 1’de araştırmanın çalışma grubunu oluşturan katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımları incelendiğinde %69.2’si (n=386) kız, %30.8’i (n=172) erkek öğrenciden oluşmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler Öz Duyarlık Ölçeği (Neff, 2003), Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (Davis, 1980), Problem Çözme Envanteri (Heppner ve Peterson, 1982) ve kişisel bilgi formu kullanılarak toplanmıştır. Aşağıda bu veri toplama araçları ile ilgili bilgi verilmiştir.

3.3.1.Öz Duyarlılık Ölçeği (ÖDÖ)

Neff (2003b) tarafından geliştirilen Öz-duyarlık Ölçeğinin Öveç, Abacı ve Akın (2007) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmıştır. Altı alt boyuttan oluşan öz duyarlık ölçeğinin orijinal formunda 26 madde bulunmaktadır. Öz-yargılama, paylaşımların farkında olma, izolasyon, bilinçlilik, öz-sevecenlik ve aşırı özdeşleşme ölçeğinin alt boyutlarını oluşturmaktadır. Beşli likert tipi bir yapıya sahip olan bu ölçek “1 hiçbir zaman”, “2 nadiren”, “3 sık sık”, “4 genellikle” ve “5 her zaman” şeklinde puanlanarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin orijinal formundaki toplam puana ait iç tutarlılık katsayısı .93 olarak bulunmuştur.

Ölçeğinin Türkçe versiyonuna ilişkin güvenirlik ve geçerlik çalışmalarını Akın, Akın ve Abacı (2007) yapmıştır. Türkçe formda orijinalindeki gibi 26 maddeden oluşmaktadır. Negatif alt ölçekler olan öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme maddeleri ters kodlanıp, alt ölçeklerin ortalamalarının toplanmasıyla toplam öz

duyarlık puanı bulunur. Her bir alt ölçekten elde edilen puanların yüksek olması bireyin ilgili alt ölçeğin değerlendirdiği özelliklere sahip olduğunu göstermektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 130 en düşük puan ise 26'dır. Türkçe formundaki her bir alt boyut için hesaplanan iç tutarlılık katsayıları; öz sevecenlik için .77, öz yargılama için .72, paylaşımları bilincinde olma için .72, izolasyon için .80, bilinçlilik için .74 ve aşırı özdeşleşme için .74 şeklindedir.

Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının da .56 ile .69 arasında değiştiği belirlenmiştir. Ölçekten alınan toplam puanın yorumlanması ise şöyledir: 1-2.5 arası puanlar düşük, 2.5-3.5 arası puanlar orta ve 3.5-5 arası puanlar yüksek düzeyde öz duyarlılığı göstermektedir.

Lise öğrencileri için öz duyarlık ölçeği geçerliğinin test edilmesi amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. 26 madde ve altı alt faktörden oluşan Öz Duyarlık Ölçeğinin doğrulayıcı faktör analizi uyum indekslerinin anlamlı olduğu görülmektedir ($X^2= 529,76$, $sd=282$, $p=.00$, $X^2/sd=1.88$). Model uyum değerleri, (RMSEA = .05, NFI=.91, NNFI= .95, CFI=.95, IFI=.95, GFI=.90, SRMR = .05) olarak görülmüştür. Bu sonuçlara göre modelin iyi uyum verdiği söylenmektedir. Sonuç olarak öz duyarlık ölçeğinin lise öğrencilerinde geçerliğinin sağlandığı görülmektedir (akt. Toksoy, 2018). Bu çalışmada ölçeğin tamamına ait Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı .79 olarak hesaplanmıştır.

3.3.2.Kişiler Arası Tepkisellik Ölçeği (IRI)

Davis (1980) tarafından geliştirilen bu ölçek, empati kurma eğilimini kişiliğin bir boyutu olarak ele almaktadır. Empatik hassasiyete sahip bireylerin kişilik özellikleri dikkate alınarak hazırlanan bu ölçek empatideki kişisel farklılıkları ölçmektedir. Kişiler arası tepkisellik ölçeği, yedi soruluk dört alt ölçekten ve toplam 28 maddeden oluşan bir kendini ifade ölçeğidir. Ölçek likert tipinde 0-4 arasında derecelendirmeyi gerektirmektedir. 0=beni hiç tanımlamaz/bana uygun değil, 1=beni kısmen tanımlar, 2=kararsızım, 3=beni oldukça tanımlar, 4=beni çok iyi tanımlar/bana tamamen uygun. Ölçeğin bütününden genel bir empati puanı ile birlikte her bir alt ölçekten de ayrı ayrı puanlar elde edilmektedir.

Perspektif alma alt boyutu, başkalarının olaylara bakış açısını bireyin kabullenebilme düzeyini ifade etmektedir. *Empatik düşünce*, bireyin diğerlerine yönelik sıcaklık, yakınlık, ilgi vb. duygularını aynı zamanda güç durumda olanlara karşı gösterilen alakayı belirtmektedir. *Fantezi* alt boyutu, kitaplardaki, filmlerdeki ve oyunlardaki hayali karakterlerin yerine bireyin kendisini koyabilme derecesini göstermektedir. *Kişisel stres* alt boyutu, başkalarının negatif yaşantıları karşısında duyulan hoşnutsuzluk ve gösterilen endişe tepkilerini ifade etmektedir.

Kişiler Arası Tepkisellik Ölçeği'nin (IRI) Türkçe sürümünün güvenilirliği ve psikometrik nitelikleri ile ilgili çalışmalar Engeler (2005) tarafından yapılmıştır. Ölçeklerin geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmadan önce dört farklı pilot uygulama yapılmıştır. Bu uygulamalar, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi'nin değişik bölümlerindeki üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir (n=156). Her uygulamanın sonunda Cronbach's Alfa katsayısı hesap edilerek madde analizi yapılmış, bulunan sonuca göre işlevsel olmayan maddeler değiştirilip bir sonraki uygulamada yeniden test edilmiştir. Ölçeğin standart alfa değerleri ve psikometrik nitelikleri hesaplanmıştır. Alt boyutların iç tutarlılıklarının .60'ın üstünde olduğu görülmüştür. Maddeler arası korelasyon ortalaması değerleri fantezi, empatik düşünce ve perspektif alma için .20'nin üstünde olduğundan alt boyutların üniter (birimsel) yapıda olduğu anlaşılmıştır. Düzeltilmiş madde-toplam korelasyon ortalaması .30'un üstünde çıkmıştır. Fantezi, empatik düşünce ve perspektif alma için hesaplanan iç tutarlık katsayılarının Davis (1980) tarafından rapor edilen iç tutarlılıklara yakın olduğu görülmüştür. Geçerliliği belirlemek için ölçek puanlarının cinsiyetle olan ilişkisi ve alt ölçeklerin birbiriyle olan korelasyonu baz alınmıştır. Sonuç olarak, IRI alt boyutlarının çok iyi iç tutarlılığa, test-tekrar test korelasyonuna ve psikometrik niteliklere sahip olduğu bulunmuştur (Yıldıran ve Balçıklı, 2011).

Bu araştırmada ölçeğin tamamına ait Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı .73 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3.Problem Çözme Envanteri (PÇE)

Bireylerin problem çözme yeteneklerini ya da biçimini değerlendirmesini ve fark etmesini yansıtan bu envanter, Heppner ve Peterson (1982) tarafından geliştirilmiş ve Türk kültürüne uyarlama çalışmaları Taylan (1990) ile Şahin, Şahin, ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır.

İnsanların günlük yaşayış ve kişisel hayattaki problemlerine ilişkin nasıl tepkide bulduklarını betimleyen, 35 maddeden oluşan, likert tipi geliştirilen bu envantere altılı cevap şıkkı bulunmaktadır. Bireylerin ölçekte yer alan maddelere verebilecekleri tepkiler; (1) Her zaman böyle davranırım, (2) Çoğunlukla böyle davranırım, (3) Sık sık böyle davranırım, (4) Ara sıra böyle davranırım, (5) Ender olarak böyle davranırım ve (6) Hiçbir zaman böyle davranmam şeklinde sıralanmaktadır. Verilen cevaplara 1 ile 6 arasında değişen puanlar verilmektedir. Puanlama esnasında 9., 22. ve 29. maddeler puanlama dışı bırakılır. 1., 2., 3., 4., 11., 13., 14., 15., 17., 21., 25., 26., 30. ve 34. maddeler ters olarak puanlanan maddelerdir. Bu maddelerin yeterli problem çözme becerilerini temsil ettiği varsayılır. Ölçek puan ranjı “32- 192”dir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği problem çözme becerileri konusunda yetersizliğin göstergesi sayılmaktadır.

Savaşır ve Şahin (1997) ölçeğin güvenirlik çalışmasında ölçeğin tümü için elde edilen iç tutarlık katsayısını .90 olduğunu, alt ölçekler için elde edilen katsayılarının ise .70 ile .85 arasında değiştiğini hesaplamışlardır. Ölçeğin madde-toplam puan korelasyonlarının dizi genişliği ise .25 ile .71 arasında değişmektedir. Ölçeğin alt ölçeklerinin test-tekrar test güvenirlikleri .83 ile .89 arasında değişmektedir. Yapı geçerliği belirleme çalışmasında problem çözme becerisinin; problem çözme yeteneğine güven ($\alpha = .85$), yaklaşma kaçınma ($\alpha = .84$) ve kişisel kontrol ($\alpha = .72$) olarak üç faktörden oluştuğu tespit edilmiştir. Bu üç faktör arasındaki korelasyon katsayıları ise .38 ile .49 arasında hesaplanmıştır.

Ölçeğin Türkiye uyarlaması Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında, toplam 244 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen araştırmada iç tutarlık katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Testi yarılama tekniği ile güvenirlik belirleme çalışmasında iki yarı arasındaki korelasyon

katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışmasında, ölçüt dayanaklı geçerlik yöntemi kullanılmış ve ölçeğin toplam puanı ile Beck Depresyon Envanteri toplam puanları arasındaki ilişki .33 ve STAI-T toplam puanları arasındaki ilişki .45 olarak hesaplanmıştır. Faktör analizi çalışması sonucunda ölçeğin; “Aceleci Yaklaşım” (13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30 ve 32. maddeler, $\alpha=.78$), “Düşünen Yaklaşım” (18, 20, 31, 33 ve 35. maddeler, $\alpha=.76$), “Kaçınan Yaklaşım” (1, 2, 3 ve 4. maddeler, $\alpha=.74$), “Değerlendirici Yaklaşım” (6, 7 ve 8. maddeler, $\alpha=.69$), “Kendine Güvenli Yaklaşım” (5, 23, 24, 27, 28 ve 34. maddeler, $\alpha=.64$) ve “Planlı Yaklaşım” (10, 12, 16, ve 19. maddeler, $\alpha=.59$) olmak üzere altı faktörden oluştuğu görülmüştür (Savaşır ve Şahin, 1997). Olumlu-istendik olarak nitelendirilebilecek alt ölçekler; düşünen yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım, planlı yaklaşım ve olumsuz-etkisiz olarak nitelendirilebilecek yaklaşımlar ise; aceleci yaklaşım, kaçınan yaklaşım alt ölçekleridir.

Bu araştırmada ölçeğin tamamına ait Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı .76 olarak hesaplanmıştır.

3.3.4. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Anket çalışmaları sonucunda Bolu il merkezinde Bolu Atatürk Anadolu Lisesi, İzzet Baysal Anadolu Lisesi, Bolu Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Bolu Anadolu Öğretmen Lisesi'nde öğrenim gören, gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul eden 558 ergene ulaşılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler araştırmanın yapıldığı okulların rehberlik öğretmenleri tarafından uygulanmış, veri toplama işi başlamadan önce ergenlere ölçeklerle ilgili yönerge okunulması sağlanmıştır. Uygulama yaklaşık olarak 40 dakika (bir ders saati) sürmüştür.

3.5. Verilerin Analizi

Ölçekler aracılığıyla toplanan veriler öncelikle araştırmacı tarafından bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Ardından SPSS 17.0 paket programına kaydedilip veriler

analiz edilmiştir. Araştırma kapsamında değişkenler arasındaki ilişkiyi incelerken pearson korelasyon analizinden, ilişkinin olup olmama durumuna ve cinsiyete göre ergenlerin öz duyarlık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerilerini karşılaştırmak için bağımsız örneklem t testinden yararlanılmıştır.

Pearson korelasyon analizi ve t testi gibi parametrik testleri kullanabilmek için değişkenlerin normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığı test edilmiştir. Öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme değişkenlerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2. Öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi değişkenlerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler

	n	\bar{x}	Ss	Çarpıklık	Basıklık	
Öz Duyarlılık	Öz sevecenlik	557	14.26	4.49	0.46	-0.19
	Öz yargılama	556	13.11	4.83	0.31	-0.61
	Paylaşımların bilicinde olma	558	11.32	3.69	0.18	-0.49
	İzolasyon	558	12.03	3.90	0.02	-0.75
	Bilinçlilik	557	11.79	3.81	0.14	-0.59
	Aşırı özdeşleşme	558	11.79	3.90	-0.04	-0.63
Kişisel Tepkisellik	Perspektif alma	558	16.33	5.40	-0.16	-0.09
	Fantazi	558	16.09	5.83	0.02	-0.37
	Empatik düşünce	558	17.40	5.68	-0.13	-0.44
	Kişisel rahatsızlık	557	15.40	4.65	-0.14	-0.24
Problem Çözme	Aceleci yaklaşım	557	32.54	8.14	-0.19	0.09
	Düşünen yaklaşım	557	15.56	5.26	0.09	-0.44
	Kaçıngan yaklaşım	558	12.42	4.59	0.12	-0.57
	Değerlendirici yaklaşım	558	9.08	3.63	0.26	-0.60
	Kendine güvenli yaklaşım	558	19.07	5.97	-0.02	-0.34
Planlı yaklaşım	558	12.11	4.49	0.19	-0.53	

Değişkenlerin normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığını belirlemek için basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılmıştır. Değişkenlere ait çarpıklık değerleri 0.46 ile -0.19 aralığında; basıklık değerleri 0.09 ile -0.75 aralığında olduğu görülmektedir. Bu değerler değişkenlerin normallik varsayımını karşıladığını göstermektedir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde ergenlerde öz duyarlık-kişisel tepkisellik, öz duyarlık-problem çözme becerisi, kişisel tepkisellik-problem çözme becerisi arasındaki ilişkiye dair bulgular ve duygusal ilişkinin varlığına/yokluğuna ve cinsiyete göre ergenlerin öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerilerinin farklılaşp farklılaşmadığına dair bulgulara yer verilmiştir.

Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenler ve ilişkisi olan ergenlerde bu ilişkiye başlama biçimine ilişkin veriler Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3. Ergenlerin duygusal ilişki durumu ve ilişkiye başlama biçimlerine ilişkin dağılım

		n	%
Duygusal ilişki durumu	Var	193	34.6
	Yok	365	65.4
	Toplam	558	100.0
İlişkisi olan bireylerin ilişkiye başlama durumu	Okul / dersane ortamında tanıştım	54	28.0
	Arkadaşlarım aracılığıyla tanıştım	69	35.8
	İnternet ortamında tanıştım	43	22.3
	Cep telefonu vasıtasıyla tanıştım	6	3.1
	Diğer	21	10.9
	Toplam	193	100.0

Katılımcıların %34.6'sı (n=193) duygusal ilişkisi olduğunu belirtirken, %65.4'ü (n=365) duygusal ilişkisi olmadığını belirtmiştir. İlişkisi olan katılımcıların %35.8'i (n=69) arkadaşları aracılığıyla, %28'i (n=54) okul/dershane ortamında, %22.3'ü (n=43) internet ortamında, %3.1'i (n=21) cep telefonu vasıtasıyla ilişkilerine başlamışlardır.

4.1. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyona ilişkin bulgular

4.1.1. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde öz-duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan korelasyon analizine ilişkin bulgular Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo 4. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde öz-duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyon sonuçlarına ilişkin bulgular

Öz-duyarlık	Kişisel tepkisellik							
	Perspektif alma		Fantezi		Empatik düşünce		Kişisel rahatsızlık	
	r	p	r	p	r	p	r	p
Öz sevecenlik	.26**	.00	.11	.13	.07	.31	-.09	.21
Öz yargılama	-.04	.59	-.05	.54	-.17*	.02	.06	.40
Paylaşımların bilicinde olma	.17*	.02	.08	.26	.14	.06	-.03	.65
İzolasyon	-.05	.53	.08	.28	-.11	.13	.10	.15
Bilinçlilik	.24**	.00	.08	.29	.06	.41	-.15*	.04
Aşırı özdeşleşme	-.08	.28	.06	.44	-.08	.29	.12	.09

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

Tablo 4'te yer alan bulgular incelendiğinde; perspektif alma ile öz-sevecenlik ($r=0.26$, $p=0.00$, $p<0.01$), paylaşımların bilicinde olma ($r=0.17$, $p=0.02$, $p<0.05$) ve bilinçlilik ($r=0.24$, $p=0.00$, $p<0.01$) alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında empatik düşünce ile öz-yargılama arasında ($r=-0.17$, $p=0.02$, $p<0.05$) ve kişisel rahatsızlık ile bilinçlilik ($r=-0.15$, $p=0.04$, $p<0.05$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

4.1.2. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz-duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan korelasyon analizine ilişkin bulgular Tablo 5’te yer almaktadır.

Tablo 5. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz-duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyon sonuçlarına ilişkin bulgular

Öz-duyarlık	Kişisel tepkisellik							
	Perspektif alma		Fantezi		Empatik düşünce		Kişisel rahatsızlık	
	r	p	r	p	r	p	r	p
Öz sevecenlik	.18**	.00	.05	.38	.12*	.02	-.04	.42
Öz yargılama	-.10	.07	.04	.45	.01	.89	.21**	.00
Paylaşımların bilincinde olma	.26**	.00	.16**	.00	.21**	.00	.10*	.047
İzolasyon	-.00	.95	.13*	.01	.08	.12	.20**	.00
Bilinçlilik	.27**	.00	.13*	.01	.15**	.00	.04	.51
Aşırı özdeşleşme	-.01	.81	.16**	.00	.13*	.01	.28**	.00

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

Tablo 5’te yer alan bulgulara göre; perspektif alma ile öz-sevecenlik (r=0.18, p=0.00, p<0.01), paylaşımların bilincinde olma (r=0.26, p=0.00, p<0.01) ve bilinçlilik (r=0.27, p=0.00, p<0.01) alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Fantezi alt boyutu ile paylaşımların bilincinde olma (r=0.16, p=0.00, p<0.01), izolasyon (r=0.13, p=0.01, p<0.05), bilinçlilik (r=0.13, p=0.01, p<0.05) ve aşırı özdeşleşme (r=0.16, p=0.00, p<0.01) alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Empatik düşünce alt boyutu ile öz-sevecenlik (r=0.12, p=0.02, p<0.05), paylaşımların bilincinde olma (r=0.21, p=0.00, p<0.01), bilinçlilik (r=0.15, p=0.00, p<0.01) ve aşırı özdeşleşme (r=0.13, p=0.01, p<0.05) alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kişisel rahatsızlık alt boyutu ile öz yargılama (r=0.21, p=0.00, p<0.01), paylaşımların bilincinde olma (r=0.10, p=0.047, p<0.05), izolasyon (r=0.20, p=0.00, p<0.01) ve aşırı özdeşleşme (r=0.28, p=0.00, p<0.01) alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

4.2. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz-duyarlık ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin bulgular

4.2.1. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde öz-duyarlık ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan korelasyon analizine ait bulgular Tablo 6’da yer almaktadır.

Tablo 6. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde öz-duyarlık ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyon sonuçlarına ilişkin bulgular

Problem Çözme Becerisi	Öz Duyarlık											
	Öz sevecenlik		Öz yargılama		Paylaşımları n bilicinde olma		İzolasyon		Bilinçlilik		Aşırı özdeşleşme	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
Aceleci yaklaşım	-.20**	.00	-.05	.51	-.19**	.008	.08	.29	-.12	.09	-.04	.61
Düşünen yaklaşım	-.00	.95	.21**	.00	-.13	.06	.01	.86	-.09	.22	.11	.15
Kaçıngan yaklaşım	-.14*	.045	.06	.41	-.11	.11	.13	.08	-.14*	.048	.09	.22
Değerlendirici yaklaşım	-.15*	.04	.04	.58	-.10	.16	-.11	.12	-.23**	.00	-.11	.13
Kendine güvenli yaklaşım	-.08	.29	.22**	.00	-.21**	.00	-.03	.68	-.20**	.00	.04	.61
Planlı yaklaşım	-.14*	.045	.21**	.00	-.15*	.044	-.06	.44	-.24**	.00	.09	.22

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

Tablo 6’da yer alan korelasyon analizine göre; öz-sevecenlik alt boyutu ile aceleci yaklaşım ($r=-0.20$, $p=0.00$, $p<0.01$), kaçıngan yaklaşım ($r=-0.14$, $p=0.045$, $p<0.05$), değerlendirici yaklaşım ($r=-0.15$, $p=0.04$, $p<0.05$) ve planlı yaklaşım ($r=-0.14$, $p=0.045$, $p<0.05$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır. Öz yargılama alt boyutu ile düşünen yaklaşım ($r=0.21$, $p=0.00$, $p<0.01$), kendine güvenli yaklaşım ($r=0.22$, $p=0.00$, $p<0.01$) ve planlı yaklaşım ($r=0.21$, $p=0.00$, $p<0.01$) arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır. Paylaşımların

bilincinde olma alt boyutu ile aceleci yaklaşım ($r=-0.19$, $p=0.008$, $p<0.01$), kendine güvenli yaklaşım ($r=-0.21$, $p=0.00$, $p<0.01$) ve planlı yaklaşım ($r=-0.15$, $p=0.044$, $p<0.05$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır. Bilinçlilik alt boyutu ile kaçınan yaklaşım ($r=-0.14$, $p=0.048$, $p<0.01$), değerlendirici yaklaşım ($r=-0.23$, $p=0.00$, $p<0.01$), kendine güvenli yaklaşım ($r=-0.20$, $p=0.00$, $p<0.01$) ve planlı yaklaşım ($r=-0.24$, $p=0.00$, $p<0.01$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır.

4.2.2. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz-duyarlık ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan korelasyon analizine ilişkin bulgular Tablo 7’de yer almaktadır.

Tablo 7. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz-duyarlık ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyon sonuçlarına ilişkin bulgular

Problem Çözme Becerisi	Öz Duyarlık											
	Öz sevecenlik		Öz yargılama		Paylaşımları n bilicinde olma		İzolasyon		Bilinçlilik		Aşırı özdeşleşme	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
Aceleci yaklaşım	-.28**	.00	.21**	.00	-.05	.35	.20**	.00	-.22**	.00	.29**	.00
Düşünen yaklaşım	-.15**	.00	.20**	.00	-.10	.07	.12*	.03	-.13*	.01	.13*	.01
Kaçınan yaklaşım	-.26**	.00	.19**	.00	-.17**	.00	.20**	.00	-.29**	.00	.23**	.00
Değerlendirici yaklaşım	-.09	.07	.12*	.03	-.16**	.00	.04	.46	-.16**	.00	.02	.65
Kendine güvenli yaklaşım	-.08	.15	.19**	.00	-.08	.11	.14**	.01	-.07	.16	.21**	.00
Planlı yaklaşım	-.03	.62	.12*	.03	-.09	.08	.08	.12	-.10	.06	.08	.14

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

Tablo 7’de yer alan korelasyon analizine göre; öz-sevecenlik alt boyutu ile aceleci yaklaşım ($r=-0.28$, $p=0.00$, $p<0.01$), düşünen yaklaşım ($r=-0.15$, $p=0.00$, $p<0.01$) ve kaçınan yaklaşım ($r=-0.26$, $p=0.00$, $p<0.01$) alt boyutları arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır. Öz yargılama alt boyutu ile aceleci yaklaşım ($r=0.21$, $p=0.00$, $p<0.01$), düşünen yaklaşım ($r=0.20$, $p=0.00$, $p<0.01$), kaçınan yaklaşım ($r=0.19$, $p=0.00$, $p<0.01$), değerlendirici yaklaşım ($r=0.12$, $p=0.03$, $p<0.05$), kendine güvenli yaklaşım ($r=0.19$, $p=0.00$, $p<0.05$) ve planlı yaklaşım ($r=0.12$, $p=0.03$, $p<0.05$) alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır. Paylaşımların bilincinde olma alt boyutu ile kaçınan yaklaşım ($r=-0.17$, $p=0.00$, $p<0.01$) ve değerlendirici yaklaşım ($r=-0.16$, $p=0.00$, $p<0.01$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır. İzolasyon alt boyutu ile aceleci yaklaşım ($r=0.20$, $p=0.00$, $p<0.01$), düşünen yaklaşım ($r=0.12$, $p=0.03$, $p<0.05$), kaçınan yaklaşım ($r=0.20$, $p=0.00$, $p<0.01$) ve kendine güvenli yaklaşım ($r=0.14$, $p=0.01$, $p<0.01$) arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır. Bilinçlilik alt boyutu ile aceleci yaklaşım ($r=-0.22$, $p=0.00$, $p<0.01$), düşünen yaklaşım ($r=-0.13$, $p=0.01$, $p<0.05$), kaçınan yaklaşım ($r=-0.29$, $p=0.00$, $p<0.01$) ve değerlendirici yaklaşım ($r=-0.16$, $p=0.00$, $p<0.01$) alt boyutları arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır. Aşırı özdeşleşme alt boyutu ile aceleci yaklaşım ($r=0.29$, $p=0.00$, $p<0.01$), düşünen yaklaşım ($r=0.13$, $p=0.01$, $p<0.05$), kaçınan yaklaşım ($r=0.23$, $p=0.00$, $p<0.01$) ve kendine güvenli yaklaşım ($r=0.21$, $p=0.00$, $p<0.01$) arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

4.3. Duygusal ilişkisi olan/Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin bulgular

4.3.1. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan korelasyon analizine ilişkin bulgular Tablo 8’de yer almaktadır.

Tablo 8. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyon sonuçlarına ilişkin bulgular

Problem Çözme Becerisi	Kişisel tepkisellik							
	Perspektif alma		Fantezi		Empatik düşünce		Kişisel rahatsızlık	
	r	p	r	p	r	p	r	p
Aceleci yaklaşım	-.08	.27	-.09	.21	.06	.41	.08	.27
Düşünen yaklaşım	-.10	.18	.04	.60	-.17*	.02	-.03	.68
Kaçıngan yaklaşım	-.19**	.008	-.06	.41	-.28**	.00	.02	.80
Değerlendirici yaklaşım	-.24**	.00	-.09	.21	-.11	.14	.06	.43
Kendine güvenli yaklaşım	-.18*	.02	-.02	.82	-.15*	.03	.03	.65
Planlı yaklaşım	-.17*	.02	.01	.90	-.25**	.00	.07	.37

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

Tablo 8’de yer alan korelasyon analizine göre; perspektif alma alt boyutu ile kaçıngan yaklaşım ($r=-0.19$, $p=0.008$, $p<0.01$), değerlendirici yaklaşım ($r=-0.24$, $p=0.00$, $p<0.01$), kendine güvenli yaklaşım ($r=-0.18$, $p=0.02$, $p<0.05$) ve planlı yaklaşım ($r=-0.17$, $p=0.02$, $p<0.05$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Empatik düşünce alt boyutu ile düşünen yaklaşım ($r=-0.17$, $p=0.02$, $p<0.05$), kaçıngan yaklaşım ($r=-0.28$, $p=0.00$, $p<0.01$), kendine güvenli yaklaşım ($r=-0.15$, $p=0.03$, $p<0.05$) ve planlı yaklaşım ($r=-0.25$, $p=0.00$, $p<0.01$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

4.3.2. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan korelasyon analizine ilişkin bulgular Tablo 9’da yer almaktadır.

Tablo 9. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyon sonuçlarına ilişkin bulgular

Problem Çözme Becerisi	Kişisel tepkisellik							
	Perspektif alma		Fantezi		Empatik düşünce		Kişisel rahatsızlık	
	r	p	r	p	r	p	r	p
Aceleci yaklaşım	-.13*	.01	-.07	.17	.04	.48	.10	.051
Düşünen yaklaşım	-.24**	.00	-.17**	.00	-.22**	.00	-.05	.34
Kaçıngan yaklaşım	-.21**	.00	-.12*	.03	-.15**	.00	-.04	.43
Değerlendirici yaklaşım	-.14**	.007	-.14**	.009	-.15**	.00	.01	.93
Kendine güvenli yaklaşım	-.11*	.03	-.11*	.04	-.15**	.005	.09	.08
Planlı yaklaşım	-.16**	.00	-.08	.13	-.14**	.009	.04	.43

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

Tablo 9’da yer alan korelasyon analizine göre; perspektif alma alt boyutu ile aceleci yaklaşım ($r=-0.13$, $p=0.01$, $p<0.05$), düşünen yaklaşım ($r=-0.24$, $p=0.00$, $p<0.01$), kaçıngan yaklaşım ($r=-0.21$, $p=0.00$, $p<0.01$), değerlendirici yaklaşım ($r=-0.14$, $p=0.007$, $p<0.01$), kendine güvenli yaklaşım ($r=-0.11$, $p=0.03$, $p<0.01$) ve planlı yaklaşım ($r=-0.16$, $p=0.00$, $p<0.01$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Fantezi alt boyutu ile düşünen yaklaşım ($r=-0.17$, $p=0.00$, $p<0.01$), kaçıngan yaklaşım ($r=-0.12$, $p=0.03$, $p<0.05$), değerlendirici yaklaşım ($r=-0.14$, $p=0.009$, $p<0.01$) ve kendine güvenli yaklaşım ($r=-0.11$, $p=0.04$, $p<0.05$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Empatik düşünce alt boyutu ile düşünen yaklaşım ($r=-0.22$, $p=0.00$, $p<0.01$), kaçıngan yaklaşım ($r=-0.15$, $p=0.00$, $p<0.01$), değerlendirici yaklaşım ($r=-0.15$, $p=0.00$, $p<0.01$), kendine güvenli yaklaşım ($r=-0.15$, $p=0.005$, $p<0.01$) ve planlı yaklaşım ($r=-0.14$, $p=0.009$, $p<0.01$) arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

4.4. Ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz duyarlık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

4.4.1. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerin öz-duyarlık düzeylerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 10'da yer almaktadır.

Tablo 10. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerin öz duyarlık düzeylerin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	İlişki	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Öz sevecenlik	Var	193	14.56	4.61	556	1.178	.24
	Yok	365	14.09	4.42			
Öz yargılama	Var	193	13.78	4.66	556	2.394	.02*
	Yok	365	12.76	4.89			
Paylaşımların bilincinde olma	Var	193	11.58	3.76	556	1.188	.24
	Yok	365	11.19	3.65			
İzolasyon	Var	193	12.48	3.58	556	1.982	.048*
	Yok	365	11.79	4.05			
Bilinçlilik	Var	193	11.89	3.91	556	.463	.64
	Yok	365	11.73	3.77			
Aşırı özdeşleşme	Var	193	12.49	3.77	556	3.069	.00*
	Yok	365	11.43	3.93			

p<.05

Yapılan analiz sonucunda duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz yargılama (p=0.02, p<0.05), izolasyon (p=0.048, p<0.05) ve aşırı özdeşleşme (p=0.00, p<0.01) düzeylerinde duygusal ilişkisi olan ergenler lehine anlamlı farklılık görülmektedir. Öz sevecenlik (p=0.24, p>0.05), paylaşımların bilincinde olma (p=0.24, p>0.05) ve bilinçlilik (p=0.64, p>0.05) alt boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır.

4.4.2. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerin kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 11’de yer almaktadır.

Tablo 11. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerin kişisel tepkisellik düzeylerin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	İlişki	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Perspektif Alma	Var	193	16.31	5.03	556	-.061	.95
	Yok	365	16.34	5.59			
Fantezi	Var	193	16.43	5.49	556	.991	.32
	Yok	365	15.92	6.01			
Empatik Düşünce	Var	193	17.22	5.71	556	-.534	.59
	Yok	365	17.49	5.67			
Kişisel Rahatsızlık	Var	193	15.48	4.32	556	.287	.77
	Yok	365	15.36	4.82			

p<.05

Yukarıdaki tablo incelendiğinde, duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerde perspektif alma (p=0.95, p>0.05), fantezi (p=0.32, p>0.05), empatik düşünce (p=0.59, p>0.05) ve kişisel rahatsızlık (p=0.77, p>0.05) alt boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır.

4.4.3. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerin problem çözme becerilerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 12’de yer almaktadır.

Tablo 12. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre ergenlerin problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	İlişki	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Aceleci Yaklaşım	Var	193	33.75	7.73	556	2.559	.01*
	Yok	365	31.90	8.30			
Düşünen Yaklaşım	Var	193	15.51	4.99	556	-.160	.87
	Yok	365	15.59	5.40			
Kaçınan Yaklaşım	Var	193	13.02	4.78	556	2.243	.03*
	Yok	365	12.11	4.46			
Değerlendirici Yaklaşım	Var	193	9.36	3.69	556	1.348	.18
	Yok	365	8.93	3.60			
Kendine Güvenli Yaklaşım	Var	193	18.79	6.06	556	-.802	.42
	Yok	365	19.22	5.92			
Planlı Yaklaşım	Var	193	12.07	4.56	556	-.147	.88
	Yok	365	12.13	4.45			

p<.05

Yukarıdaki tablo incelendiğinde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre aceleci yaklaşım (p=0.01, p<0.05) ve kaçınan yaklaşım (p=0.03, p<0.05) düzeylerinde duygusal ilişkisi olan ergenlerin lehine anlamlı farklılık görülmektedir. Düşünen yaklaşım (p=0.87, p>0.05), değerlendirici yaklaşım (p=0.18, p>0.05), kendine güvenli yaklaşım (p=0.42, p>0.05) ve planlı yaklaşım (p=0.88, p>0.05) alt boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır.

4.5. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan kız ergenlerin öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

Kızlarda duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz-duyarlık düzeylerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 13’de yer almaktadır.

Tablo 13. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz duyarlık düzeylerin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	İlişki	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Öz sevecenlik	Var	122	13.74	4.20	384	-.379	.71
	Yok	264	13.92	4.33			
Öz yargılama	Var	122	13.60	4.61	384	1.796	.07
	Yok	264	12.66	4.88			
Paylaşımların bilincinde olma	Var	122	11.75	3.82	384	2.009	.045*
	Yok	264	10.95	3.54			
İzolasyon	Var	122	12.40	3.64	384	1.319	.19
	Yok	264	11.82	4.10			
Bilinçlilik	Var	122	11.61	3.95	384	.168	.87
	Yok	264	11.54	3.69			
Aşırı özdeşleşme	Var	122	12.68	3.64	384	2.570	.01*
	Yok	264	11.58	3.99			

p<.05

Yapılan analiz sonucunda kız ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre paylaşımların bilincinde olma (p=0.045, p<0.05) ve aşırı özdeşleşme (p=0.01, p<0.05) düzeylerinde duygusal ilişkisi olanların lehine anlamlı farklılık görülmektedir. Öz sevecenlik (p=0.71, p>0.05), öz yargılama (p=0.07, p>0.05), izolasyon (p=0.19, p>0.05) ve bilinçlilik (p=0.87, p>0.05) alt boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır.

4.6. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan kız ergenlerin kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

Kızlarda duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 14’te yer almaktadır.

Tablo 14. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre kişisel tepkisellik düzeylerin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	İlişki	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Perspektif Alma	Var	122	16.32	5.47	384	-.561	.58
	Yok	264	16.67	5.62			
Fantezi	Var	122	16.65	5.88	384	.813	.42
	Yok	264	16.11	6.11			
Empatik Düşünce	Var	122	17.81	6.23	384	-.087	.93
	Yok	264	17.86	5.73			
Kişisel Rahatsızlık	Var	122	15.46	4.47	384	-.226	.82
	Yok	264	15.58	4.78			

p<.05

Yukarıdaki tablo incelendiğinde, kız ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre perspektif alma (p=0.58, p>0.05), fantezi (p=0.42, p>0.05), empatik düşünce (p=0.93, p>0.05) ve kişisel rahatsızlık (p=0.82, p>0.05) düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

4.7. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan kızların problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

Kızlarda duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 15’de yer almaktadır.

Tablo 15. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	İlişki	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Aceleci Yaklaşım	Var	122	33.93	7.76	384	2.352	.02*
	Yok	264	31.84	8.28			
Düşünen Yaklaşım	Var	122	15.58	5.09	384	.062	.95
	Yok	264	15.54	5.47			
Kaçınan Yaklaşım	Var	122	12.69	4.76	384	1.489	.14
	Yok	264	11.95	4.48			
Değerlendirici Yaklaşım	Var	122	9.24	3.79	384	1.011	.31
	Yok	264	8.83	3.64			
Kendine Güvenli Yaklaşım	Var	122	19.00	5.97	384	-.610	.54
	Yok	264	19.39	5.76			
Planlı Yaklaşım	Var	122	12.22	4.57	384	.530	.60
	Yok	264	11.96	4.41			

p<.05

Yapılan analiz sonucunda kız ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre aceleci yaklaşım (p=0.02, p<0.05) alt boyutunda duygusal ilişkisi olanların lehine anlamlı farklılık görülmektedir. Düşünen yaklaşım (p=0.95, p>0.05), kaçınan yaklaşım (p=0.14, p>0.05), değerlendirici yaklaşım (p=0.31, p>0.05), kendine güvenli yaklaşım (p=0.54, p>0.05) ve planlı yaklaşım (p=0.60, p>0.05) alt boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır.

4.8. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan erkeklerin öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre erkeklerin öz-duyarlık düzeylerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 16’da yer almaktadır.

Tablo 16. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	İlişki	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Öz sevecenlik	Var	71	15.98	4.97	170	1.924	.06
	Yok	101	14.56	4.63			
Öz yargılama	Var	71	14.09	4.76	170	1.429	.16
	Yok	101	13.02	4.93			
Paylaşımların bilicinde olma	Var	71	11.29	3.67	170	-.892	.37
	Yok	101	11.82	3.89			
İzolasyon	Var	71	12.61	3.49	170	1.573	.12
	Yok	101	11.70	3.94			
Bilinçlilik	Var	71	12.38	3.80	170	.216	.83
	Yok	101	12.25	3.94			
Aşırı özdeşleşme	Var	71	12.16	3.99	170	1.906	.06
	Yok	101	11.02	3.76			

p<.05

Yapılan analiz sonucunda erkek ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz sevecenlik (p=0.06, p>0.05), öz yargılama (p=0.16, p>0.05), paylaşımların bilicinde olma (p=0.37, p>0.05), izolasyon (p=0.12, p>0.05), bilinçlilik (p=0.83, p>0.05) ve aşırı özdeşleşme (p=0.06, p>0.05) düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

4.9. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan erkeklerin kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre erkeklerin kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 17’de yer almaktadır.

Tablo 17. Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre erkek ergenlerin kişisel tepkisellik düzeylerin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	İlişki	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Perspektif Alma	Var	71	16.29	4.19	170	1.041	.30
	Yok	101	15.49	5.44			
Fantezi	Var	71	16.05	4.75	170	.785	.43
	Yok	101	15.40	5.72			
Empatik Düşünce	Var	71	16.22	4.56	170	-.392	.70
	Yok	101	16.53	5.43			
Kişisel Rahatsızlık	Var	71	15.50	4.09	170	1.017	.31
	Yok	101	14.78	4.93			

p<.05

Yukarıdaki tablo incelendiğinde, erkek ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre perspektif alma (p=0.30, p>0.05), fantezi (p=0.43, p>0.05), empatik düşünce (p=0.70, p>0.05) ve kişisel rahatsızlık (p=0.31, p>0.05) düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

4.10. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan erkek ergenlerin problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 18’de yer almaktadır.

Tablo 18. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	İlişki	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Aceleci Yaklaşım	Var	71	33.43	7.71	170	1.089	.28
	Yok	101	32.06	8.36			
Düşünen Yaklaşım	Var	71	15.40	4.84	170	-.394	.69
	Yok	101	15.72	5.25			
Kaçınan Yaklaşım	Var	71	13.59	4.79	170	1.495	.14
	Yok	101	12.53	4.39			
Değerlendirici Yaklaşım	Var	71	9.57	3.53	170	.733	.46
	Yok	101	9.17	3.50			
Kendine Güvenli Yaklaşım	Var	71	18.43	6.22	170	-.344	.73
	Yok	101	18.77	6.34			
Planlı Yaklaşım	Var	71	11.81	4.57	170	-1.071	.29
	Yok	101	12.57	4.56			

p<.05

Yapılan analiz sonucunda duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre erkek ergenlerde aceleci yaklaşım (p=0.28, p>0.05), düşünen yaklaşım (p=0.69, p>0.05), kaçınan yaklaşım (p=0.14, p>0.05), değerlendirici yaklaşım (p=0.46, p>0.05), kendine güvenli yaklaşım (p=0.73, p>0.05) ve planlı yaklaşım (p=0.29, p>0.05) alt boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır.

4.11. Ergenlerin öz-duyarlık düzeyinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

Cinsiyetlere göre öz-duyarlık düzeylerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 19’da yer almaktadır.

Tablo 19. Cinsiyetlere göre ergenlerin öz duyarlık düzeylerin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	Cinsiyet	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Öz sevecenlik	Kız	386	13.86	4.29	556	-3.137	0.00
	Erkek	172	15.15	4.81			
Öz yargılama	Kız	385	12.96	4.81	556	-1.140	0.25
	Erkek	172	13.46	4.87			
Paylaşımların bilicinde olma	Kız	386	11.20	3.64	556	-1.172	0.24
	Erkek	172	11.60	3.80			
İzolasyon	Kız	386	12.01	3.96	556	-0.198	0.84
	Erkek	172	12.08	3.77			
Bilinçlilik	Kız	386	11.56	3.77	556	-2.107	0.04
	Erkek	172	12.30	3.87			
Aşırı özdeşleşme	Kız	386	11.93	3.91	556	1.208	0.23
	Erkek	172	11.50	3.88			

p<.05

Yapılan analiz sonucunda cinsiyetlere göre öz sevecenlik (p=0.00, p<0.05) ve bilinçlilik (p=0.04, p<0.05) düzeylerinde erkeklerin lehine anlamlı farklılık görülmektedir. Bunun yanında cinsiyetlere göre öz-yargılama (p=0.25, p>0.05), paylaşımların bilicinde olma (p=0.24, p>0.05), izolasyon (p=0.84, p>0.05) ve aşırı özdeşleşme (p=0.23, p>0.05) düzeylerinde anlamlı farklılık görülmemektedir.

4.12. Ergenlerin kişisel tepkisellik düzeyinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

Cinsiyetlere göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 20’de yer almaktadır.

Tablo 20. Cinsiyetlere göre ergenlerin kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	Cinsiyet	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Perspektif Alma	Kız	386	16.56	5.57	556	1.489	0.14
	Erkek	172	15.82	4.96			
Fantezi	Kız	386	16.28	6.04	556	1.146	0.25
	Erkek	172	15.67	5.34			
Empatik Düşünce	Kız	386	17.84	5.89	556	2.783	0.01
	Erkek	172	16.40	5.08			
Kişisel Rahatsızlık	Kız	386	15.54	4.68	556	1.086	0.27
	Erkek	172	15.08	4.60			

p<.05

Yapılan analiz sonucunda cinsiyetlere göre empatik düşünce (p=0.01, p<0.05) düzeyinde kızların lehine anlamlı farklılık görülmektedir. Bunun yanında cinsiyetlere göre perspektif alma (p=0.14, p>0.05), fantezi (p=0.25, p>0.05) ve kişisel rahatsızlık (p=0.27, p>0.05) düzeylerinde anlamlı farklılık görülmemektedir.

4.13. Ergenlerin problem çözme becerilerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular

Cinsiyetlere göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 21’de yer almaktadır.

Tablo 21. Ergenlerin cinsiyetlerine göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına yönelik t testi sonuçlarına ilişkin bulgular

	Cinsiyet	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Aceleci Yaklaşım	Kız	386	32.50	8.17	556	-0.174	0.86
	Erkek	171	32.63	8.11			
Düşünen Yaklaşım	Kız	385	15.55	5.34	556	-0.070	0.94
	Erkek	171	15.59	5.07			
Kaçınan Yaklaşım	Kız	386	12.18	4.58	556	-1.867	0.06
	Erkek	172	12.97	4.58			
Değerlendirici Yaklaşım	Kız	386	8.96	3.69	556	-1.129	0.26
	Erkek	172	9.34	3.51			
Kendine Güvenli Yaklaşım	Kız	386	19.27	5.83	556	1.171	0.24
	Erkek	171	18.63	6.27			
Planlı Yaklaşım	Kız	386	12.04	4.46	556	-0.528	0.60
	Erkek	172	12.26	4.56			

p<.05

Yapılan analiz sonucunda cinsiyetlere göre aceleci yaklaşım (p=0.86, p>0.05), düşünen yaklaşım (p=0.94, p>0.05), kaçınan yaklaşım (p=0.06, p>0.05), değerlendirici yaklaşım (p=0.26, p>0.05), kendine güvenli yaklaşım (p=0.24, p>0.05) ve planlı yaklaşım (p=0.60, p>0.05) düzeylerinin cinsiyetlere göre farklılaşmadığı görülmektedir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Çalışmanın bu bölümünde araştırmadan elde edilen bulgular, literatür bilgileri ve diğer araştırma bulguları ışığında tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz-duyarlılık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyona ilişkin tartışma ve yorum

Bu araştırma kapsamında ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre öz duyarlılık-kişisel tepkisellik arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde perspektif alma ile öz-sevecenlik arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bilişsel empati boyutuna karşılık gelen perspektif alma, başkalarının bakış açısını kabullenebilme, kişinin kendisini başkasının yerine koyma, onların bakış açısından bakabilmeye işaret etmektedir (Davis,1983). Bu nedenle perspektif alma yeteneğine sahip olmanın sosyallik ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Düşük perspektif alma ise yetersiz sosyal beceriye işaret etmektedir. Aynı zamanda perspektif alma öz güven ile de pozitif yönde ilişki göstermektedir (Engeler ve Yargıç, 2007). Bireyin benliğini sert biçimde yargılamak ve eleştirmek yerine, ön yargısız olarak kendini anlamaya çalışması kendine karşı nazik ve sevecen bir tavır takınması öz sevecenlik olarak açıklanmaktadır (Akın, Akın, Abacı, 2007). Kişinin gerçekleri kabullenmesini kolaylaştıran öz sevecenlik, zor durumlar karşısında etkili mücadele edebilme kapasitesini güçlendirmektedir (Neff, 2003a). Bunun yanında öz-sevecenlik benliği her durumda sıkıntı ve acıdan korumak anlamına da gelmemektedir. İşlevi bireyi kaygıdan ve tutarsız olmaktan korumaktır (Chodron, 1997; akt. Sağır, 2017). Alisinanoğlu' nun (2002) ifadesiyle ergenlik döneminde yetişkinler gibi düşünebilme özellikleri kazanılmakta ve soyut düşünebilme başlamaktadır. Gençler zihinden işlemler yapabilmekte ve hipotezler geliştirebilmektedir. Genç herkesin ona baktığını, onu izlediğini düşünmektedir. Çünkü genç bu dönemde başkalarının perspektifini alabilmeye başlamaktadır. Chodron (1997), Wallace (1999), Kirkpatrick (2005), bireylerin kendine yönelik duyarlı davranışlarda bulunmadan başkalarına karşı gerçek manada duyarlılık

gösteremeyeceğini ifade etmektedirler (akt. Soyer, 2010). Hem duygusal ilişkisi olan hem de duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde perspektif alma ile öz sevecenlik arasında anlamlı düzeyde pozitif ilişki bulunması bu değişkenler ile duygusal ilişki arasında bir bağ olmadığını göstermektedir.

Perspektif alma ile paylaşımların bilincinde olma arasındaki ilişki, duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bulunmuştur. Paylaşımların bilincinde olma; yaşamda mutlu veya sıkıntılı olayların kişiye özgü olmadığına, diğer insanların da benzer deneyimler yaşadıklarına ilişkin farkındalığa işaret etmektedir. Bu farkındalığa sahip olan kişi, hata yaptığında kendini sert biçimde eleştirip başkalarıyla kıyaslamaktan ziyade, yetersizlik duygusunun ve başarısızlığın insanlar tarafından paylaşılan bir deneyim olduğunu, sıkıntılı olayların sadece kendi başına gelmediğini kabul etmektedir (Neff, 2003b). İnsanın genel paylaşımlarına yönelik bu farkındalık, insanların birbirleriyle olan bağlarını ve diğer insanlarla bireyin benliğinin bağlantısını vurgulamaktadır (Kirkpatrick, 2005). Paylaşımların bilincinde olma kişiye kendi başarısızlık durumlarının “insanlık hali” olduğu bilincini vermektedir. Böylelikle zorluklara ve başarısızlıklara daha geniş açıdan bakabilmeyi sağlamaktadır (Neff, 2009). Duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre perspektif alma ile paylaşımların bilincinde olma ilişkisinin düşük düzeyde pozitif anlamlı olarak bulunması, duygusal ilişkinin bu değişkenler arasındaki ilişkiyi etkilemediğini göstermektedir. Ergenlikte perspektif alma becerisinin gelişmesiyle doğru orantılı olarak paylaşımların bilincinde olma düzeyinin de artacağı düşünülmektedir. Bu durum duygusal ilişkinin olup olmama durumunun bu değişkenler arasındaki korelasyona etkisinin olmamasını açıklamaktadır.

Perspektif alma ile bilinçlilik arasındaki ilişki, hem duygusal ilişkisi olan hem de duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde pozitif düşük düzeyde anlamlı olarak bulunmuştur. Bilinçlilik; acı veren düşünce ve duygularla aşırı bütünleşmek yerine, bu düşünce ve duyguları dengeli bir farkındalıkla kavrayabilmek olarak tanımlanmaktadır (Neff, 2003a). Bu farkındalığa sahip olan kişi güç ve sıkıntılı düşünce ve duygularını dengeleyebilmekte ve kendini sorunlara kaptırmamaktadır. Yüksek düzeyde bilinçlilik sahibi olan bireyler yaşantılarını sağlıklı-sağlıksız, iyi-kötü şeklinde değil de “oldukları gibi” kabul etmektedirler (Marlatt ve Kresteller,

1999; akt. Akın, 2007). Bilinçliliğin olmaması iki şekilde anlaşılmaktadır. Birincisi, bireyin rahatsız edici duygu ve düşüncelerini yargılayıp reddetmesi, ikincisi ise bireyin tamamen bu duyguların tuzağına düşmesi şeklinde olmaktadır (Kirkpatrick, 2005). Duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda bilinçlilik ve perspektif alma arasındaki ilişkinin pozitif düşük düzeyde anlamlı olmasından, ergenlikte yaşanan duygusal ilişkilerin bu değişkenler üzerinde etkisinin olmadığı anlaşılmaktadır.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde empatik düşünce ile öz yargılama arasında anlamlı bir ilişki yokken, duygusal ilişkisi olan ergenlerde empatik düşünce ile öz yargılama arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öz-yargılama olumsuz bir yaşantı durumunda bireyin benliğini aşırı bir şekilde eleştirmesi ve olumsuzluklardan kendisini sorumlu tutması anlamına gelmektedir. Öz-yargılamanın depresyon, kişiler arası güçlükler, sosyal izolasyon gibi olumsuz psikolojik durumlarla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Kirkpatrick, 2005). Duygusal empatiye karşılık gelen empatik düşünce, başkalarının talihsizlikleri karşısında duyulan yakınlık, sempati, sıcaklık gibi hisleri belirtmektedir. Utangaçlık ve anksiyete ile bir dereceye kadar ilişkili olan empatik düşünce, istenmeyen kişiler arası tutumlarla, kendini beğenmişlikle ve egoizmle negatif yönde ilişki göstermektedir (Davis 1983). Olumlu bir özellik olan empatik düşünce ile negatif özellik olarak kabul edilen öz yargılama arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunması duygusal ilişkinin varlığının ergen psikososyal gelişimine olumlu bir katkısı olarak değerlendirilebilir. Araştırma bulgularına göre, empatik düşünce arttıkça öz yargılama azalmaktadır ve bu durum duygusal ilişkinin varlığında ortaya çıkmaktadır.

Duygusal ilişkisi olan ergenlerde kişisel rahatsızlık ile bilinçlilik arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki varken, duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde bu iki değişken arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Kişisel rahatsızlık başkalarının olumsuz yaşantıları karşısında yaşanan huzursuzluğu ve olumsuz duygulanım tepkileri verebilmeyi ifade etmektedir. Kişisel rahatsızlık düşük özgüven, korku, anksiyete ve utangaçlık ile pozitif korelasyonlar göstermektedir (Davis 1983). Ergenlerde bilinçlilik ile kişisel rahatsızlık arasındaki ilişkinin negatif anlamlı olması ve bu durumun duygusal ilişkinin varlığında ortaya çıkması duygusal

ilişkinin olmasının olumlu neticelerinden biri olarak görülebilir. Bilinçlilik pozitif bir özelliği ifade ederken, kişisel rahatsızlık negatif bir özelliği göstermektedir. Duygusal ilişkinin varlığı durumunda bilinçlilik arttıkça kişisel rahatsızlığın azalacağı düşünülmektedir.

Fantezi alt boyutu ile paylaşımların bilincinde olma arasında duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde düşük düzeyde pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu iki değişken arasındaki korelasyon duygusal ilişkinin olduğu durumlarda anlamsız düzeyde çıkmıştır. Davis'e (1983) göre fantezi; kişinin oyunlar, filmler veya romanlardaki hayali karakterlerin ve kahramanların yerine kendini ne derece koyabildiğini ve onları anlayabildiğini ölçmektedir (Örneğin, İlginç bulduğum bir hikaye veya romandaki olaylar eğer benim başıma gelseydi nasıl hissederdim diye düşünürüm). Fantezi eğilimi ile sözel zeka, utangaçlık, sosyal anksiyete ve yalnızlık arasında orta dereceli pozitif korelasyonlar bulunmaktadır (Davis, 1983). Özdemir'in (2016) ifadesiyle ergenlikte birey kendisiyle ilgili hüznü hikayeler ve dramatik senaryolar geliştirmektedir. Ergen kendisini halk kahramanı, ünlü bir sporcu veya sanatçı gibi hayal etmektedir. Duygularını yoğun yaşamaktadır ve kimsenin kendisi kadar sevemeyeceğini düşünmektedir. Ergenlerin duygularını benzersiz biçimde sadece kendisinin yaşadığına inandığı anlaşılmaktadır. Duygusal ilişkinin varlığı durumunda ergenlerde paylaşımların bilincinde olma ile fantezi özellikleri arasındaki ilişki anlamsız düzeyde bulunmuştur. Duygusal ilişkinin olmadığı durumlarda ise paylaşımların bilincinde olma attıkça fantezi özelliğinin de artacağı değerlendirilmektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde fantezi ile izolasyon arasındaki ilişki düşük düzeyde pozitif anlamlı olarak bulunmuştur. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde ise izolasyon ile fantezi arasındaki ilişki anlamsız düzeyde bulunmuştur. İzolasyon, sıklıkla bireyin kendini toplumdaki ayrı ve içinde bulunduğu sosyal gruba yabancı bir varlık olarak görmesini ifade etmektedir (Davis, 1983). Neff'in (2003) ifadesiyle ergen benmerkezciliği izolasyona, öz yargılamaya ve duygularla aşırı özdeşleşmeye sebep olmaktadır. Arkadaşlık ve duygusal yakınlık kuramayan ergenler yalnızlaşmakta ve kendini değersiz hissetmektedir. Duygusal ilişkinin olmadığı durumlarda fantezi ile izolasyon ilişkisinin, duygusal ilişkinin varlığındaki düzeye

oranla artması ve anlamlılık kazanması ergen benmerkezciliği ve duygusal yakınlığın olmamasıyla ilgili olduğu değerlendirilmektedir.

Fantezi ile bilinçlilik arasındaki ilişki, duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde pozitif düşük düzeyde anlamlı iken, duygusal ilişkisi olan ergenlerde anlamsız olarak bulunmuştur. Bu durum duygusal ilişkinin varlığının fantezi ve bilinçlilik ilişkisine negatif bir etkide bulunduğu şeklinde değerlendirilmektedir. Duygusal ilişki yokluğunda fantezi ile bilinçlilik birlikte artıp birlikte azalırken, duygusal ilişkinin varlığında bu değişkenler arasındaki korelasyon anlamsızlaşmaktadır.

Fantezi ile aşırı özdeşleşme arasında, duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde ise fantezi ve aşırı özdeşleşme arasındaki korelasyon anlamsız çıkmıştır. Neff (2003a) bireyin yaşadığı duygulara kendini kaptırmasını ve bu duyguların etkisinde kalmasını aşırı özdeşleşme olarak tanımlamaktadır. Aşırı özdeşleşme eğilimi, deneyimlenen olumsuz yaşantıların insanların birçoğu tarafından paylaşıldığını bilmek ve yaşantılara bu açıdan bakabilmekle azalmaktadır. Sosyal hizmet bölümü öğrencileri ile yapılan bir çalışmada aşırı özdeşleşme alt boyutu ile depresyon düzeyi direkt ilişkili bulunmuştur (Ying, 2009). Akın'ın (2010) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada izolasyon öz-yargılama, ve aşırı özdeşleşme alt boyutları yalnızlık ile pozitif yönde ilişkili çıkmıştır. Duygusal ilişkinin olmadığı durumlarda fantezi ile aşırı özdeşleşme ilişkisinin birlikte artıp birlikte azalması ve duygusal ilişkinin yaşandığı durumlarda bu değişkenler arası korelasyonun anlamsız düzeyde olması, ergen duygusal ilişkilerinin olumlu bir etkisi olarak değerlendirilmektedir. Duygusal ilişkinin yokluğunda fantezi özelliği arttıkça aşırı özdeşleşmede artmaktadır.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde empatik düşünce alt boyutu ile öz-sevecenlik arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu değişkenler arasındaki ilişki duygusal ilişkinin olduğu durumlarda anlamsız olarak bulunmuştur. Tel (2011) üniversite öğrencilerinde yaşam duyumu ile öz duyarlık arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, yaşam doyumunu öz-sevecenlik ile pozitif yönde ilişkili bulmuştur. İkiz ve Totan (2012) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada öz-sevecenlik alt boyutunun duygusal zeka ile pozitif ilişkili olduğunu bulmuştur. Öveç (2007) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada öz-sevecenliğin; kendini düşünme,

stil bilinçliliği ve sosyal anksiyete boyutları ile negatif, içsel öz-farkındalık ve görünüm bilinçliliği boyutları ile pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğunu bulmuştur. Duygusal ilişkinin olup olmamasına göre öz sevecenlik ile empatik düşünce arasındaki korelasyonun değişmesi, duygusal ilişki yaşamının bu değişkenler arasındaki ilişkiye etkisinin olduğunu göstermektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde empatik düşünce ile paylaşımların bilincinde olma arasında düşük düzeyde pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde ise bu değişkenler arasındaki ilişki anlamsız olarak bulunmuştur. İnsan olmak; incinebilir, kusurlu ve ölümlü olmaktır (Neff, 2008). Sıkıntıların tüm insanlık tarafından paylaşıldığını fark etmek bireyi yalnızlık hissinden ve sıkıntıların içinde kaybolmaktan korumaktadır. Bu gerçeği görebilen bireylerin, olumsuz deneyimleri ile daha etkili bir biçimde baş edebildikleri vurgulanmaktadır (Neff, 2003b). Aslında paylaşımların bilincinde olma, grup terapilerinde kendisiyle benzer sorunları yaşayanların olduğunu görünce bireyin rahatlaması ile paralellik göstermektedir. Bu anlayış, bireyin kendini yoğun biçimde düşünmesi ve yalnız hissetmesinden çok, tüm insanlarla birlikte ve uyum içinde hissetmesini temel almaktadır. Duygusal ilişkinin olduğu durumlarda empatik ilgi ile paylaşımların bilincinde olma arasındaki korelasyon anlamsız düzeyde olduğundan, duygusal ilişkinin bu değişkenlerle doğrudan ya da dolaylı olarak ilgili olduğu düşünülmektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde empatik düşünce ile bilinçlilik arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde ise bu ilişki anlamsız olarak bulunmuştur. Neff (2003b) bilinçliliğin birçok açıdan danışman-danışan ilişkisi ile benzerlik gösterdiğini belirtmektedir. Danışanın dikkatle dinlenmesi, yargılanmaması, rahat ama mesafeli bir ilişki kurulması benzer yönlerken, bilinçlilikte danışman yerine bireyin kendi deneyimlerine bu şekilde yaklaşıyor olması aradaki temel farklılık olarak gösterilmektedir. Duygusal ilişkinin olmadığı durumlarda empatik düşünce ile bilinçliliğin doğrusal orantılı olarak artıp azalması, duygusal ilişkinin varlığında ise bu değişkenler arasındaki ilişkinin anlamsızlaşması, duygusal ilişki ile empatik düşünce ve bilinçliliğin ilgisi olduğunu göstermektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde empatik düşünce ile aşırı özdeşleşme arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki varken, duygusal ilişkisi olan ergenlerde bu değişkenler arasındaki ilişki anlamsız olarak bulunmuştur. Öz duyarlılığın olumsuz alt boyutlarından biri olarak kabul edilen aşırı özdeşleşme ile olumlu bir özellik olarak görülen empatik düşünce ilişkisinin duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde pozitif anlamlı düzeyde olmasının, ergenlik çağındaki yoğun abartılmış duygular ile açıklanabileceği düşünülmektedir. Duygusal ilişkinin varlığında empatik düşünce ile aşırı özdeşleşme ilişkisinin anlamsız düzeyde olması duygusal ilişkinin bu değişkenler üzerinde etkisi olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde kişisel rahatsızlık ile öz yargılama arasında pozitif düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu değişkenler arasındaki ilişki duygusal ilişkinin varlığında anlamsız düzeyde bulunmuştur. Olumsuz özellikler olarak kabul edilen bu iki özellik arasındaki ilişkinin duygusal ilişkinin varlığında anlamsız düzeyde olması, duygusal ilişkinin ergen psikososyal gelişimine olumlu bir katkısı olarak değerlendirilmektedir. Çünkü duygusal ilişki yokluğunda kişisel rahatsızlık ve öz yargılama birlikte artıp birlikte azalmaktadır.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde kişisel rahatsızlık ile paylaşımların bilincinde olma arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu değişkenler arasındaki ilişkinin duygusal ilişkinin varlığında anlamsız düzeyde olduğu görülmüştür. Kişisel rahatsızlık düşük sosyal yeterliğe işaret etmekte ve kişisel rahatsızlıkla-sosyal fonksiyon negatif ilişki göstermektedir. Aynı zamanda kişisel rahatsızlık utangaçlık, anksiyete ve korku ile de pozitif ilişki göstermektedir (Davis 1983). Anksiyete, korku, utangaçlık gibi olumsuz olarak değerlendirilebilecek özelliklerle pozitif ilişki gösteren kişisel rahatsızlığın duygusal ilişkinin yokluğunda paylaşımların bilincinde olma ile de pozitif düzeyde anlamlı ilişkili bulunması, duygusal ilişkinin varlığında ise anlamsız düzeyde ilişkili olması, ergen duygusal ilişkilerinin psikososyal gelişime olumlu bir etkisi olarak değerlendirilmektedir.

Kişisel rahatsızlık alt boyutu ile izolasyon arasındaki korelasyonun duygusal ilişkinin yokluğunda pozitif düşük düzeyde anlamlı olduğu, duygusal ilişkinin varlığında ise anlamsız düzeyde olduğu bulunmuştur. Olumsuz özelliklerle (anksiyete, korku vb.) pozitif ilişki gösteren kişisel rahatsızlığın, duygusal ilişkinin

olmadığı durumlarda izolasyon ile pozitif ilişki göstermesi, duygusal ilişkinin varlığında ise kişisel rahatsızlık-izolasyon ilişkisinin anlamsız düzeyde olması, duygusal ilişki yaşamının olumlu bir etkisi olarak ifade edilebileceği düşünülmektedir.

Duygusal ilişkinin olmadığı durumlarda kişisel rahatsızlık alt boyutu ile aşırı özdeşleşme alt boyutu arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ise bu değişkenler arasındaki ilişki anlamsız olarak bulunmuştur. Araştırmalar aşırı özdeşleşme ile depresyonun (Ying, 2009), aşırı özdeşleşme ile yalnızlığın (Akın, 2010) pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Hem kişisel rahatsızlık hem de aşırı özdeşleşme negatif özellikler ile pozitif ilişki göstermektedir. Duygusal ilişkinin yokluğu durumunda bu iki değişken arasındaki ilişkinin pozitif düzeyde anlamlı olması, duygusal ilişkinin varlığında ise korelasyonun anlamsız düzeyde bulunması, duygusal ilişki yaşamının gelişim açısından olumlu bir yansıması olarak değerlendirilmektedir.

5.2. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz duyarlılık ile problem çözme becerisi korelasyonuna ilişkin tartışma ve yorum

Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz-sevecenlik alt boyutu ile aceleci yaklaşım alt boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Aceleci yaklaşım; bireyin bir probleme çözüm üretirken düşünmeden hareket etmesini, aklına ilk gelen çözüme yönelmesini, problemle ilgili olabilecek farklı etmenleri dikkate almamasını içermektedir (Bayrak, İnan ve Kartal, 2015). Problem çözme sürecinde aceleci yaklaşım ve kaçınan yaklaşım istenmeyen özellikler olarak ifade edilmektedir (Ferah, 2000). Öz sevecenlik ise, bireyin zor ve sıkıntılı durumlar karşısında etkili baş etme kapasitesini güçlendirmektedir (Neff, 2003a). Bu araştırmanın bulguları ile araştırmacıların yapmış olduğu kuramsal açıklamaların benzer yönde olduğu anlaşılmaktadır. Çünkü bu iki özellikten birinde artış olduğu durumda diğer özellikte azalma olmaktadır. Ergenlerde duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda öz sevecenlik-aceleci yaklaşım ilişkisi negatif yönlü anlamlı düzeyde olduğundan, bu değişkenlerle duygusal ilişki yaşamının bir ilgisinin olmadığını düşünülmektedir.

Öz sevenlik ile kaçınan yaklaşım arasındaki ilişki duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı olarak bulunmuştur. Kaçınan yaklaşım; bireyin bir problemin çözümü için bilgi toplamayı düşünüp düşünmediğini, problemin çözümü için uyguladığı yöntem başarısız olursa, şüpheyeye düşüp düşmediğini, çözüm ürettikten sonra ise çözüme ulaşma noktasında neyin işe yarayıp neyin işe yaramadığını düşünüp düşünmediğini içermektedir (Savaşır ve Şahin, 1997). Öz sevecenlik ile kaçınan yaklaşım arasındaki ilişki, duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda negatif yönlü anlamlı düzeyde olduğundan, duygusal ilişkinin varlığının bu değişkenler üzerinde bir etkisinin olmadığı düşünülmektedir.

Duygusal ilişkisi olan ergenlerde öz-sevecenlik alt boyutu ile değerlendirici yaklaşım arasındaki korelasyon negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı olarak bulunmuştur. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde ise öz sevecenlik-değerlendirici yaklaşım ilişkisi anlamsız olarak bulunmuştur. Açıkğöz ve Tetik'in (2013) ifadesiyle değerlendirici yaklaşım; problem karşısında bir çözüm yöntemini denedikten sonra ortaya çıkan sonucun beklentilerle uyumunu karşılaştırmayı, farklı çözüm yolları üzerinde düşünmeyi ve bireyin ne hissettiğini inceleyip incelemeyi ölçmektedir. Duygusal ilişkinin yokluğu durumunda anlamsız düzeyde olan öz sevecenlik-değerlendirici yaklaşım ilişkisinin duygusal ilişkini varlığında negatif düzeyde anlamlı olarak bulunması, ergen duygusal ilişkileri ile öz sevecenlik ve değerlendirici yaklaşımın ilgisinin olduğunu düşündürmektedir. Duygusal ilişkinin varlığı durumunda bu değişkenlerden biri artarken diğeri azalmaktadır.

Öz sevecenlik-planlı yaklaşım ilişkisi duygusal ilişkinin varlığında negatif düşük düzeyde anlamlı iken, duygusal ilişkinin yokluğunda anlamsız düzeyde bulunmuştur. Planlı yaklaşım, bireyin bir problemi çözmek için planlı bir şekilde eldeki verileri değerlendirmesini ve o problem üzerinde durarak çözüme ulaşmasını içermektedir. Bu durum aynı zamanda bireyin problemi çözmede yetenekli olup olmadığını düşünmesini de belirtmektedir (Bayrak, İnan ve Kartal, 2015). Duygusal ilişkinin varlığında öz sevecenlik planlı yaklaşım ilişkisinin negatif anlamlı olması duygusal ilişki yaşamının olumsuz bir etkisi olarak düşünülmektedir. Araştırma sonucunda duygusal ilişki yokluğunda bu iki değişken arasındaki korelasyon

anlamsız düzeyde bulunmuştur. Fakat duygusal ilişkinin varlığında bu iki olumlu özellikten birisi artarken diğeri azalmaktadır.

Duygusal ilişkisi olan ergenlerde öz yargılama alt boyutu ile düşünen yaklaşım arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde ise, bu iki değişken arasındaki ilişki anlamsız olarak bulunmuştur. Düşünen yaklaşım, probleme çözüm üretirken olası seçeneklerin sonuçlarını ölçmeyi, tartmayı ve karşılaştırmayı içermektedir. Aynı zamanda düşünen yaklaşım, bireyin problem karşısında durumu anlamaya gayret etmesini, süreci gözden geçirmesini ve sorunla ilgili bilgileri dikkate alıp almamasını ölçmektedir (Açıkgöz ve Tetik, 2013). Duygusal ilişkinin yokluğunda anlamsız düzeyde iken duygusal ilişkinin varlığı durumunda öz yargılama-düşünen yaklaşım ilişkisinin pozitif yönlü anlamlı düzeyde bulunması, duygusal ilişki ile bu değişkenler arasında bağ olabileceğini düşündürmektedir.

Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz yargılama alt boyutu ile kendine güvenli yaklaşım arasındaki ilişki düşük düzeyde pozitif anlamlı olarak bulunmuştur. Kendine güvenli yaklaşım, bireyin problem çözmek için gayret etme noktasında kendini yeterli görüp görmediğini ve kendine güvenini açıklamaktadır (Savaşır ve Şahin, 1997). Duygusal ilişki varlığında ve yokluğunda öz yargılama-kendine güvenli yaklaşım ilişkisinin pozitif düzeyde anlamlı olması duygusal ilişki yaşamının bu değişkenler arasındaki korelasyona bir etkisinin olmayabileceğini düşündürmektedir. Öz yargılama ile kendine güvenli yaklaşımın birlikte artıp birlikte azalması ise; ergenlerin olumsuz deneyimler neticesinde kendilerine yönelik eleştirilerde bulunup, problem çözmeye noktasında daha fazla gayret göstermek istemeleriyle açıklanabileceği düşünülmektedir.

Öz yargılama ile planlı yaklaşım arasındaki ilişki duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı olarak bulunmuştur. Bu durum duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda, ergenlerin kendilerine yönelik eleştirilerinin artması durumunda planlı yaklaşım sergilemenin de arttığını göstermektedir. Buradan hareketle ergenlikteki duygusal ilişkiler ile öz yargılama ve planlı yaklaşımının ilgisinin olmadığı düşünülmektedir.

Paylaşımların bilincinde olma-aceleci yaklaşım ilişkisi duygusal ilişkisi olan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı iken, duygusal ilişkisi olmayan

ergenlerde anlamsız düzeyde bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında paylaşımların bilincinde olma-aceleci yaklaşım değişkenlerinden birisi artarken diğerinin azalması, duygusal ilişki yaşamının sosyal gelişim üzerinde olumlu bir olarak değerlendirilmektedir. Problem çözme noktasında aceleci yaklaşım kullanmanın azalması durumunda paylaşımların bilincinde olmanın artmasının olası bir durum olduğu düşünülmektedir.

Duygusal ilişkisi olan ergenlerde paylaşımların bilincinde olma-kendine güvenli yaklaşım ilişkisinin düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı olduğu, duygusal ilişkinin yokluğunda ise anlamsız düzeyde olduğu bulunmuştur. Olumlu özellikler olan bu değişkenlerin duygusal ilişkinin varlığında birinin artması durumunda diğerinin azalıyor olması nedeniyle, duygusal ilişki varlığının bu değişkenlere olumsuz bir etkisinin olabileceği düşünülmektedir.

Duygusal ilişkisi olan ergenlerde paylaşımların bilincinde olma ile planlı yaklaşım ilişkisi negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bulunmuşken, duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde bu değişkenler arasındaki korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bu durum duygusal ilişkinin varlığının paylaşımların bilincinde olma-planlı yaklaşım ilişkisine olumsuz bir etkisi olabileceği yönünde değerlendirilmektedir. Bu değişkenlerden biri artarken diğerinin azalmasının problem çözme konusunda bir rehabetin ya da düzensizliğin belirtisi olabileceği düşünülmektedir.

Ergenlerde duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda bilinçlilik alt boyutu ile kaçınan yaklaşım alt boyutu arasındaki korelasyon negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı olarak bulunmuştur. Biri olumlu diğeri olumsuz olarak değerlendirilen bu iki özellik arasındaki ilişkinin ergenlerde duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda negatif anlamlı düzeyde korelasyon göstermesi, ergenlikteki duygusal ilişkiler ile bu değişkenlerin bir ilgisinin olmadığını düşündürmektedir.

Bilinçlilik alt boyutu ile değerlendirici yaklaşım arasındaki korelasyon duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı olarak bulunmuştur. Bu durum ergenlerde duygusal ilişkinin varlığının bu değişkenlerle ilişkisinin olmadığını düşündürmektedir. Değişkenlerden birisi artarken diğerinin azalması ise, ergenlik yıllarında yaşanan kararsız ve tutarsız tepkiler ile açıklanabileceği düşünülmektedir.

Duygusal ilişkisi olan ergenlerde bilinçlilik-kendine güvenli yaklaşım ilişkisinin negatif düşük düzeyde anlamlı olduğu, duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde ise anlamsız düzeyde olduğu bulunmuştur. Olumlu özellikler olarak kabul edilen bu değişkenler arasındaki korelasyonun ergenlerde duygusal ilişkinin varlığı durumunda negatif ilişkili bulunması, ergen duygusal ilişkilerinin bu değişkenlere olumsuz bir yansımaları olarak değerlendirilmektedir.

Bilinçlilik ile planlı yaklaşım arasında duygusal ilişkisi olan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin yokluğunda ise, bu değişkenler arasındaki korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. İkisi de olumlu özellikler olarak değerlendirilen bu değişkenler arasındaki ilişkinin duygusal ilişkinin varlığı durumunda negatif korelasyon vermesi, ergenlerin duygusal ilişkilerinin bu değişkenler üzerinde olumsuz bir etkisi olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz-sevecenlik alt boyutu ile düşünen yaklaşım arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında bu değişkenler arasındaki korelasyonun anlamsız düzeyde olduğu görülmüştür. Öz sevecenlik-düşünen yaklaşım ilişkisinin duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda farklı korelasyonlar veriyor olması ergenlikte yaşanan duygusal ilişkiler ile bu değişkenlerin ilgisinin olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz yargılama ile aceleci yaklaşım arasındaki ilişki pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı iken, duygusal ilişkisi olan ergenlerde anlamsız düzeyde bulunmuştur. İkisi de olumsuz özellikler olarak ifade edilen bu değişkenler arasındaki korelasyonun duygusal ilişkinin yokluğunda pozitif korelasyon vermesi, duygusal ilişkinin varlığında ise anlamsız düzeyde olması, ergen duygusal ilişkileri ile bu iki özelliğinin ilgisinin olabileceğini düşündürmektedir.

Öz yargılama-düşünen yaklaşım ilişkisi duygusal ilişkinin yokluğunda pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı iken, duygusal ilişkinin varlığında anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bu değişkenler arasındaki ilişkinin duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda farklı düzeylerde olmasından, ergen duygusal ilişkileri ile bu değişkenler arasında bir bağ olabileceği düşünülmektedir.

Duygusal ilişkinin olmadığı durumlarda öz yargılama-kaçıngan yaklaşım ilişkisi pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı iken, duygusal ilişkinin olduğu

durumlarda anlamsız düzeyde bulunmuştur. Her ikisi de olumsuz özellikler olarak değerlendirilen bu değişkenlerin duygusal ilişkinin yokluğunda birlikte artıp birlikte azalması, duygusal ilişki yaşanması durumunda ise anlamsız düzeyde olması, duygusal ilişkinin olumlu bir etkisi olarak değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

Öz yargılama- değerlendirici yaklaşım ilişkisi duygusal ilişkinin yokluğunda pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı iken, duygusal ilişkinin varlığında anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bulunan bu korelasyon değeri, ergenlikteki duygusal ilişkiler ile, öz yargılama ve değerlendirici yaklaşımın ilgisinin olabileceğini düşündürmektedir.

Paylaşımların bilincinde olma alt boyutu ile kaçınan yaklaşım arasında duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde negatif düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ise, bu değişkenler arası korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bu durumda, duygusal ilişkinin varlığının bu değişkenlere etkisinin olabileceği düşünülmektedir.

Paylaşımların bilincinde olma alt boyutu ile değerlendirici yaklaşım arasında duygusal ilişkinin yokluğunda negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ise paylaşımların bilincinde olma- değerlendirici yaklaşım ilişkisi anlamsız düzeyde bulunmuştur. Ergenlerde duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda bu iki değişken arasında farklı korelasyon değerleri bulunması, ergen duygusal ilişkilerinin bu değişkenler üzerinde etkisinin olabileceğini düşündürmektedir.

İzolasyon alt boyutu ile aceleci yaklaşım arasındaki ilişki duygusal ilişkinin yokluğunda pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bulunmuşken, duygusal ilişkinin varlığında anlamsız düzeyde bulunmuştur. Olumsuz özellikler olarak değerlendirilen bu iki değişkenin duygusal ilişkinin yokluğunda birlikte artıp birlikte azalıyor olmasından, ergenlikteki duygusal ilişkilerin izolasyon ve aceleci yaklaşımla ilgisinin olabileceği düşünülmektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde izolasyon alt boyutu ile düşünen yaklaşım arasındaki ilişki pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlıdır. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde bu değişkenler arasındaki korelasyon değeri anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bu değişkenler arasındaki ilişkinin duygusal ilişkinin varlığında ve

yokluğunda farklı düzeylerde olması nedeniyle, ergen duygusal ilişkilerinin izolasyon ve düşünen yaklaşımla ilgisinin olabileceği düşünülmektedir.

İzolasyon ile kaçınan yaklaşım ilişkisi duygusal ilişkinin yokluğunda pozitif düşük düzeyde anlamlıdır. Duygusal ilişkinin varlığında ise, bu değişkenler arası korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Her ikisi de negatif özellikler olduğu düşünüldüğünde, bu iki değişkenin duygusal ilişkinin yokluğunda birlikte artıp birlikte azalması, ergenlikte duygusal ilişki yaşamının sosyalleşme ve problem çözme becerisine olumlu bir katkısı olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

İzolasyon ile kendine güvenli yaklaşım arasında duygusal ilişkinin yokluğunda pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ise, bu değişkenler arasındaki ilişki anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bu değişkenler arasında pozitif korelasyon bulunması şaşırtıcı bir sonuç olarak düşünülmektedir. Duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda değişkenler arasında farklı düzeylerde ilişki bulunması, ergen duygusal ilişkileri ile bu özellikler arasında bağ olabileceğini düşündürmektedir.

Bilinçlilik alt boyutu ile aceleci yaklaşım ilişkisi duygusal ilişkinin yokluğunda negatif düşük düzeyde anlamlı olarak bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında bilinçlilik-aceleci yaklaşım ilişkisi anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bilinçlilik-aceleci yaklaşım özelliklerinden birisi artarken diğerinin azalması beklendik bir durum olduğu düşünülmekle birlikte; duygusal ilişkinin varlığında bu değişkenler arasındaki ilişkinin anlamsız düzeyde bulunması, bu değişkenler üzerinde duygusal ilişki yaşamının bir etkisinin olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

Bilinçlilik alt boyutu ile düşünen yaklaşım arasında duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin olduğu ergenlerde bu değişkenler arası korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda bu değişkenler arası ilişkinin farklı düzeylerde bulunması nedeniyle, ergen duygusal ilişkileri ile bilinçlilik ve düşünen yaklaşım arasında bir bağ olabileceği düşünülmektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde aşırı özdeşleme ile aceleci yaklaşım arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde ise aşırı özdeşleşme-aceleci yaklaşım ilişkisi anlamsız düzeyde bulunmuştur. Negatif özellikler olarak bilinen bu değişkenlerin birlikte artıp birlikte

azalması beklendik bir durum olarak düşünülürken, duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda bu değişkenler arası korelasyonun farklı düzeylerde bulunması, bu değişkenler üzerinde duygusal ilişki yaşamının bir etkisi olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

Aşırı özdeşleşme ile düşünen yaklaşım arasında duygusal ilişkinin yokluğunda pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuşken, duygusal ilişkinin varlığında anlamsız düzeyde ilişki bulunmuştur. Bu bulgu, duygusal ilişki yaşamının bu değişkenlerle ilgisinin olabileceğini düşündürmektedir.

Aşırı özdeşleşme ile kaçınan yaklaşım arasında duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde düşük düzeyde pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında bu değişkenler arasındaki korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda bu değişkenler arasında farklı korelasyon değerleri bulunması, ergen duygusal ilişkileri ile bu özellikler arasında bir bağ olabileceği şeklinde yorumlanmaktadır.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde aşırı özdeşleşme ile kendine güvenli yaklaşım arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ise bu değişkenler arasındaki korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bu durum, ergen duygusal ilişkileri ile aşırı özdeşleşme ve kendine güvenli yaklaşımın ilgili olabileceği şeklinde yorumlanmaktadır.

5.3. Duygusal ilişkisi olan / Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde kişiler arası tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyona ilişkin tartışma ve yorum

Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde perspektif alma alt boyutu ile kaçınan yaklaşım arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Biri olumlu diğeri olumsuz olan bu iki değişken arasındaki korelasyonun negatif yönlü olması beklendik bir durum olarak düşünülürken, duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda korelasyon değerinin aynı yönde ve birbirine yakın seviyede olması, ergenlikteki duygusal ilişkiler ile perspektif alma ve kaçınan yaklaşım arasında bir bağ olmadığı yönünde değerlendirilmektedir.

Duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda perspektif alma alt boyutu ile değerlendirici yaklaşım arasındaki ilişki negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı olarak

bulunmuştur. Bulunan bu korelasyon değerinden, duygusal ilişkiler ile bu değişkenlerin bir ilgisinin olmadığı düşünülmektedir.

Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde perspektif alma ile kendine güvenli yaklaşım arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda bu değişkenler arasındaki ilişkinin aynı yönde olması, ergen duygusal ilişkilerinin perspektif alma ve kendine güvenli yaklaşım sergileme ile ilgisinin olmadığını düşündürmektedir.

Perspektif alma alt boyutu ile planlı yaklaşım arasında duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgudan hareketle ergenlerde duygusal ilişkinin varlığının bu değişkenlerle ilgisinin olmadığı düşünülmektedir.

Empatik düşünce alt boyutu ile düşünen yaklaşım arasındaki korelasyon, duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı olarak bulunmuştur. Empatik düşünce-düşünen yaklaşım ilişkisinin duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda negatif yönlü olması nedeniyle, ergen duygusal ilişkileriyle bu değişkenlerin ilgisinin olmadığı düşünülmektedir.

Empatik düşünce alt boyutu ile kaçınan yaklaşım arasında duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Biri olumlu diğeri olumsuz olarak bilinen bu değişkenler arasındaki korelasyonun negatif yönde olması beklendik bir durum olarak düşünülmekte, hem duygusal ilişkinin varlığında hem de yokluğunda aynı yönde ilişki bulunması, ergen duygusal ilişkilerinin bu değişkenlerle ilgisinin olmadığı şeklinde değerlendirilmektedir.

Empatik düşünce alt boyutu ile kendine güvenli yaklaşım ilişkisi, duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı olarak bulunmuştur. Bu durum, duygusal ilişkiler ile bu değişkenler arasında bağ olmadığını düşündürmektedir.

Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde empatik düşünce ile planlı yaklaşım arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Hem duygusal ilişkinin varlığında hem de yokluğunda ergenlerde empatik düşünce-

planlı yaklaşım ilişkisinin negatif yönlü olması, duygusal ilişkiler ile bu değişkenlerin ilgili olmadığı yönünde değerlendirilmektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde perspektif alma ile aceleci yaklaşım arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ise bu değişkenler arasındaki korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Biri olumlu diğeri olumsuz olarak bilinen bu değişkenler arasındaki ilişkinin negatif olması beklendik bir durum olarak düşünülürken, duygusal ilişkinin varlığında ilişki düzeyinin anlamsız olması, ergen duygusal ilişkileri ile bu değişkenlerinin ilgisinin olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

Perspektif alma alt boyutu ile düşünen yaklaşım arasında duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Perspektif alma-düşünen yaklaşım ilişkisi duygusal ilişkisi olan ergenlerde ise anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bu durum ergenlerde duygusal ilişkilerin varlığının, bu değişkenlerle ilgisinin olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

Fantezi alt boyutu ile düşünen yaklaşım arasındaki ilişki, duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı iken, duygusal ilişkisi olan ergenlerde bu değişkenler arasındaki korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Duygusal ilişkinin yokluğunda negatif ilişki gösteren fantezi-düşünen yaklaşım değişkenlerinin duygusal ilişkinin varlığında anlamsız düzeyde ilişki vermesi, ergen duygusal ilişkileri ile bu değişkenlerin ilgisinin olabileceği şeklinde değerlendirilmektedir.

Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde fantezi ile değerlendirici yaklaşım arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde ise bu değişkenler arası korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Fantezi-değerlendirici yaklaşım korelasyonunun duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda farklı düzeylerde bulunması, ergenlikteki duygusal ilişkilerle bu değişkenlerin ilgisinin olabileceğini düşündürmektedir.

Fantezi alt boyutu ile kendine güvenli yaklaşım arasında duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde ise bu değişkenler arasındaki korelasyon anlamsız

düzyeyde bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda fantezi-kendine güvenli yaklaşım ilişkinin farklı düzeylerde olması, duygusal ilişkiler ile bu değışkenlerin ilgisi olabileceği şekilde değerlendirilmektedir.

Empatik düşünce alt boyutu ile değerlendirici yaklaşım arasında duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duygusal ilişkinin varlığında ise, bu değışkenler arasındaki korelasyon anlamsız düzeyde bulunmuştur. Bu durum duygusal ilişkiler ile empatik düşünce ve değerlendirici yaklaşımın ilgisinin olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

5.4. Ergenlerin cinsiyetlerine ve duygusal ilişkinin olup olmama durumuna göre öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

5.4.1. Duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre ergenlerin öz duyarlılık düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ergenler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik düzeylerinde duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda farklılaşma olmadığı görülmüştür. Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerin farklı öz duyarlık becerileri gösterdiği düşünülmektedir. Bu farklılaşmanın duygusal ilişkisi olan ergenler lehine, öz duyarlığın olumsuz alt boyutlarında gerçekleşmesi, önemle üzerinde durulması gereken bir durum olarak değerlendirilmektedir. Araştırmanın bu bulgusu ergenlikte yaşanan duygusal ilişkilerin, ergenlerin öz yargılama izolasyon ve aşırı özdeşleşme düzeylerinde artışa sebep olabileceğini düşündürmektedir.

5.4.2 Ergenlerin öz duyarlık düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda cinsiyetlere göre öz sevecenlik ve bilinçlilik alt boyutlarında erkekler lehine anlamlı farklılık görülmüştür. Bunun yanında

cinsiyetlere göre öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon ve aşırı özdeşleşme düzeylerinde anlamlı farklılık görülmemiştir.

Araştırma sonuçları Öveç'in (2007) öz duyarlılık ile öz bilinç, depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi araştırmasının sonuçlarıyla farklılık göstermektedir. Öveç, çalışmasında öz sevecenlik ve paylaşımların bilincinde olma alt boyutlarında kızların ortalamasının erkeklerden daha yüksek olduğu, erkek öğrencilerin ise öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt boyutları açısından kızlara göre daha yüksek puanlara sahip olduğu sonucunu elde etmiştir.

Akyol'un (2011) ergenlerde iletişim becerilerinin yordayıcıları olarak öz duyarlılık ve mizah tarzları araştırmasında öz sevecenlik alt boyutunda erkekler lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ulaşılan sonuç, bu araştırmanın bulgularıyla benzerlik göstermektedir. İzolasyon ve aşırı özdeşleştirme alt boyutlarında ise kız öğrenciler lehine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik alt boyutlarında cinsiyet açısından farklılaşma görülmemiştir.

Öz duyarlılığı cinsiyet değişkeni açısından ele alan diğer bir araştırma Kuzu (2011) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada, araştırmanın bulgularıyla benzer şekilde bilinçlilik alt boyutunda erkeklerin kızlara göre anlamlı derecede yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Öz sevecenlik, izolasyon, aşırı özdeşleşme, paylaşımların bilincinde olma ve öz yargılama alt boyutlarında cinsiyet açısından farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Araştırma sonucu Tel' in (2011) üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ve öz duyarlılık düzeylerini bazı değişkenler açısından incelediği araştırma sonucuyla benzerlik göstermektedir. Tel' in çalışmasında bilinçlilik boyutunda erkeklerin kızlara göre daha yüksek puan ortalaması aldığı görülmektedir. Aşırı özdeşleme boyutunda kız öğrenciler erkek öğrencilere göre daha yüksek puan ortalaması almışlardır. Öz sevecenlik, izolasyon, paylaşımların bilincinde, olma ve öz yargılama alt boyutlarında cinsiyet açısından farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Soyer'in (2010) özel eğitim öğretmen adaylarının öz duyarlılık ve sürekli kaygı düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında aşırı özdeşleme puan ortalamalarında

cinsiyete göre anlamlı farklılık olduğu, söz konusu farklılığın erkekler lehine olduğu, diğer puan ortalamalarının hiçbirinin cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır. Bu sonuç, araştırmanın sonucuyla farklılaşmaktadır.

Sarı (2016) üniversite öğrencilerinin öz duyarlıkları sosyal kaygı belirtileri ve üniversite yaşamına uyum arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada ve Sağır (2017) mühendislik fakültesi öğrencilerinde öz duyarlık düzeylerinin algılanan ebeveyn tutumları açısından incelediği çalışmada öz duyarlık puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuşlardır.

Öz-sevecenliğin, bireylerin ön yargı içermeden kendini anlamaya çalışması kendisine karşı kibar ve sevgi dolu olmasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu noktada erkek ergenlerin öz sevecenlik düzeyinin kızlardan yüksek bulunması beklendiği bir sonuç olarak düşünülmemektedir. Yapılan literatür taramasında benzer bir sonucun sadece Akyol' un (2011) çalışmasında elde edildiği görülmektedir. Diğer araştırma bulgularıyla tutarsız sonuçlar elde edilmiş olması ergenlerde öz duyarlıkla ilgili yeni çalışmalar yapılmasına ve öz duyarlığın yaş değişkeni açısından incelenmesine ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Bilinçlilik, bireyin sıkıntılı ve üzücü durumların farkında olması ancak bu olumsuz durumlara kendisini kaptırmaması olarak ifade edilmektedir. Erkek ergenlerin kız ergenlerden daha yüksek bilinçlilik düzeyine sahip olduğu bulgusu Kuzu (2011) ve Tel (2011) tarafından yapılan araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Kız ergenlerin duygusal yoğunluğu daha fazla yaşadığı, toplumun erkeklere duygusallığı yakıştırmadığı bilinmektedir. Ülkemizde şarkılara ve şiirlere konu olan “erkekler ağlamaz” sözünün bu durumu ifade ettiği düşünülmektedir. Toplumumuzda erkeklerin zor ve güç durumlarla mücadele noktasında daha dirençli olmasının beklendiği görülmektedir. Bu noktalardan hareketle bilinçlilik alt boyutunda erkekler lehine anlamlı sonuç bulunmuş olması normal olarak değerlendirilmektedir.

5.4.3. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda paylaşımların bilincinde olma ve aşırı özdeşleşme düzeylerinde duygusal ilişkisi olan kızların lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Öz sevecenlik, öz yargılama, izolasyon ve bilinçlilik alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan kız ergenler arasında farklılaşma görülmemiştir. Ulaşılan bu bulgu duygusal ilişkilerin varlığının kız ergenlerin öz duyarlık düzeylerinde farklılaşmaya sebep olduğu yönünde değerlendirilmektedir.

5.4.4 Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre öz duyarlılık düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığı ve yokluğu durumunda paylaşımların bilincinde olma, aşırı özdeşleşme, öz sevecenlik, öz yargılama, izolasyon ve bilinçlilik düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur. Ergenlikte duygusal ilişki yaşamamanın, erkek ergenlerin öz duyarlılık becerileri üzerinde bir farklılığa yol açmadığı anlaşılmaktadır.

5.5. Ergenlerin cinsiyetlerine ve duygusal ilişkisi olup olmamasına göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

5.5.1. Ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda ergenlerde duygusal ilişkinin varlığı ve yokluğu durumunda perspektif alma, fantezi, empatik düşünce, kişisel rahatsızlık düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur. Ergenlikte duygusal ilişki yaşamamanın, ergenlerin kişisel tepkisellik becerileri üzerinde bir farklılığa yol açmadığı anlaşılmaktadır.

5.5.2.Kişisel tepkiselliğin cinsiyet açısından karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda cinsiyetlere göre empatik düşünce alt boyutunda kız ergenlerin lehine anlamlı farklılık görülmektedir. Bunun yanında cinsiyetlere göre perspektif alma, fantezi ve kişisel rahatsızlık düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Literatür incelendiğinde Balçıkınlı ve Yıldırın (2018) salon hokeyi oyuncularında empatik beceri ile prososyal davranışlar arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada empatik düşünce, perspektif alma ve fantezi alt boyutlarında kızların lehine anlamlı fark bulmuşlardır. Empatik düşünce alt boyutunda bu çalışmayla benzer sonuçlar elde edildiği görülmektedir

Özcan (2016) empati ile dindarlık arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, Ayten'in (2009) prososyal davranışlarda dindarlık ve empatinin rolü çalışmasında, Çolakoğlu ve Solak (2014) ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyet ve okul tüne göre saldırganlık düzeyleri ile empatik eğilim düzeylerinin incelenmesi araştırmalarında, Hasankahyaoglu (2008) dindarlık ve empati arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında empatik düşünce düzeyinde kadınlar lehine anlamlı farklılık olduğu, kadınların puan ortalamasının erkeklere nazaran daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Elde edilen sonuçların bu araştırmanın bulgularıyla benzer olduğu görülmektedir.

Diğer taraftan Köksal (2000) ergenlerin empatik becerilerini incelediği çalışmasında, Bahar (2005) lise son sınıf öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada empati beceri düzeyinde cinsiyet açısından farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Empatik düşünce alt boyutu zor ve sıkıntılı durumda olanlara yönelik ilgi ve şefkat içeren mesajlar verebilme düzeyini ifade etmektedir. Kız ergenlerin erkeklere göre empatik düşünce alt boyutunda daha yüksek puan almış olması; yardım etme, acıma ve şefkat davranışlarının kızlarda erkeklere oranla daha fazla görülmesiyle açıklanabilir. Toplumsal gelişim açısından da şefkat merhamet ve acıma davranışlarının erkeklere nazaran kızlardan daha fazla beklenildiği ve kızların bu yönde yetiştirildiği düşünülmektedir. Aynı zamanda annelik vasfının getirdiği şefkat

duygusunun empatik düşünce üzerinde etkili olabileceği değerlendirilmektedir. Bu nedenle araştırma bulgusunda empatik düşünce açısından kızlar lehine anlamlı farklılık bulunması doğal bir sonuç olarak değerlendirilmektedir.

5.5.3. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda kız ergenlerde duygusal ilişkinin varlığı ve yokluğu durumunda perspektif alma, fantezi, empatik düşünce, kişisel rahatsızlık düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur. Kızlarda duygusal ilişki yaşamının kişisel tepkisellik becerileri üzerinde bir farklılığa yol açmadığı anlaşılmaktadır.

5.5.4. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre kişisel tepkisellik düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığı ve yokluğu durumunda perspektif alma, fantezi, empatik düşünce, kişisel rahatsızlık düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur. Ergenlikte duygusal ilişki yaşamının, erkek ergenlerin kişisel tepkisellik düzeyleri üzerinde bir farklılığa yol açmadığı anlaşılmaktadır.

5.6. Ergenlerin cinsiyetlerine ve duygusal ilişkisi olup olmamasına göre problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

5.6.1. Duygusal ilişkisi olan ve olmayan ergenlerin problem çözme becerilerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda aceleci yaklaşım ve kaçınan yaklaşım alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ergenler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Düşünen yaklaşım, değerlendirci yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenler arasında farklılaşma görülmemiştir. Problem çözme becerisinin olumsuz alt boyutları olarak görülen aceleci yaklaşım ve kaçınan yaklaşım düzeylerinin duygusal ilişkisi olan ergenler lehine farklılaşıyor olması, duygusal ilişki yaşamının ergenlerin problem

çözme becerisi üzerinde olumsuz etkisinin olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

5.6.2. Problem çözme becerisinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Yapılan analiz sonucunda cinsiyetlere göre aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür.

Araştırma sonucuyla benzer olarak; Sarı (2016) lise öğrencisi ergenlerde (15-19 ya) problem çözme becerileri ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, Özdemir (2016) lise öğrencilerinde benlik saygısı ile psikolojik yardım alma tutumu ve problem çözme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi çalışmasında, İsrail (2003) ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin problem çözme stratejileri ile başarı düzeyi, sosyo-ekonomik düzey ve cinsiyet ilişkilerini araştırdığı çalışmada, Kamışlı (2018) toplumsal cinsiyet rolleri ve aile işlevselliğinin problem çözme becerilerine etkisi araştırmasında cinsiyet açısından problem çözme becerilerinde anlamlı farklılık olmadığı bulgusuna ulaşmışlardır.

Öte yandan bu çalışmanın bulgularından farklı olarak; Korkut (2002) lise öğrencilerinin problem çözme becerilerini araştırdığı çalışmada, Azar ve Koray (2008) ortaöğretim öğrencilerinin problem çözme ve mantıksal düşünme becerilerinin seçilen alan açısından incelenmesi araştırmasında problem çözme becerilerinde erkekler lehine anlamlı farklılık olduğunu bulmuşlardır.

Problem çözme becerisi ile ilgili literatür incelendiğinde araştırma bulgularında cinsiyet yönünden farklı bulgulara ulaşıldığı görülmektedir. Heppner (2004) problem çözme ve cinsiyet arasındaki ilişkinin yeterince açıklığa kavuşturulamadığını belirtmektedir. Bu araştırmadan elde edilen bulgu değerlendirildiğinde, erkek ve kız ergenlerin benzer düzeyde problem çözme becerisine sahip olması; toplumsal cinsiyet eşitliği düşüncesinin gençler arasında bilinirliğinin artması ve devlet politikalarında toplumsal cinsiyet eşitliğini sağlayıcı tanıtımlara, çalışmalara yer veriliyor olması ile açıklanabilir. Ayrıca yetişkinlerin farklı cinsiyetteki ergenlerden benzer beklentiler içerisinde olması, kız ve erkeklerin

problem çözüme becerisini geliştirebilecek farklı deneyimler yaşayabilecekleri ortamlara girmeleri konusunda cesaretlendirilmelerinin de bu sonucun ortaya çıkmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

5.6.3. Kız ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre problem çözüme becerilerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda kız ergenlerde aceleci yaklaşım alt boyutunda duygusal ilişkisi olan ergenler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan kız ergenler arasında farklılaşma görülmemiştir. Problem çözüme becerisinin olumsuz alt boyutlarından biri olarak görülen aceleci yaklaşım düzeyinin duygusal ilişkisi olan kızlar lehine farklılaşıyor olması, duygusal ilişki yaşamamanın kızların problem çözüme becerisinde olumsuz bir etkisinin olabileceği yönünde değerlendirilmektedir.

5.6.4. Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığına ve yokluğuna göre problem çözüme becerilerinin karşılaştırılmasına ilişkin tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur. Ergenlikte duygusal ilişki yaşamamanın, erkek ergenlerin problem çözüme becerileri üzerinde farklılığa yol açmadığı anlaşılmaktadır.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma bulgularına dayalı olarak ulaşılan genel sonuçlara ve önerilere yer verilmiştir.

6.1.Sonuçlar

Bu araştırmada ergenlerin yaşadığı duygusal ilişkilerde öz duyarlık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerileri incelenmiştir. Öz duyarlık, kişisel tepkisellik ve problem çözme becerileri duygusal ilişkinin varlığı-yokluğu ve cinsiyet yönünden karşılaştırılarak kız ve erkek ergenlerde bu değişkenler açısından anlamlı farklılık olup olmadığı araştırılmıştır. Sonuçlar aşağıda özetlenmiştir.

6.1.1. Duygusal ilişkisi olan ergenlerde öz duyarlık-kişisel tepkisellik, öz duyarlık-problem çözme becerisi, kişisel tepkisellik-problem çözme becerisi korelasyonuna ilişkin sonuçlar

Öz duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyon sonuçlarına göre; perspektif alma ile öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında empatik düşünce ile öz-yargılama arasında ve kişisel rahatsızlık ile bilinçlilik arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Öz duyarlık ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyon sonuçlarına göre; öz-sevecenlik alt boyutu ile aceleci yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım ve planlı yaklaşım arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki elde edilmiştir. Öz yargılama alt boyutu ile düşünen yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Paylaşımların bilincinde olma alt boyutu ile aceleci yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır. Bilinçlilik alt boyutu ile kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki analizi sonuçlarına göre; perspektif alma alt boyutu ile kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Empatik düşünce alt boyutu ile düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

6.1.2. Duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz duyarlık-kişisel tepkisellik, öz duyarlık-problem çözme becerisi, kişisel tepkisellik-problem çözme becerisi korelasyonuna ilişkin sonuçlar

Öz duyarlık ile kişisel tepkisellik arasındaki korelasyon analizine göre; perspektif alma ile öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Fantezi alt boyutu ile paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Empatik düşünce alt boyutu ile öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Kişisel rahatsızlık alt boyutu ile öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Öz duyarlık ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyon analizi sonucuna göre; öz-sevecenlik alt boyutu ile aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım ve kaçınan yaklaşım alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Öz yargılama alt boyutu ile aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır. Paylaşımların bilincinde olma alt boyutu ile kaçınan yaklaşım ve değerlendirici yaklaşım arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır. İzolasyon alt boyutu ile aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır. Bilinçlilik alt boyutu ile aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım ve değerlendirici yaklaşım alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Aşırı özdeşleşme alt boyutu ile aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım,

kaçınan yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Kişisel tepkisellik ile problem çözme becerisi arasındaki korelasyon analizine göre; perspektif alma alt boyutu ile aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Fantezi alt boyutu ile düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Empatik düşünce alt boyutu ile düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

6.1.3. Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenlerde öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar

Öz duyarlık alt boyutlarından öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ergenler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik düzeylerinde duygusal ilişkinin varlığında ve yokluğunda farklılaşma olmadığı görülmüştür.

Ergenlerde duygusal ilişkinin varlığı ve yokluğu durumunda kişisel tepkisellik alt boyutlarından perspektif alma, fantezi, empatik düşünce, kişisel rahatsızlık düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur.

Problem çözme becerisi alt boyutlarından aceleci yaklaşım ve kaçınan yaklaşım alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ergenler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Düşünen yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan ergenler arasında farklılaşma görülmemiştir.

6.1.4. Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan kız ergenlerde öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar

Öz duyarlık alt boyutlarından paylaşımların bilincinde olma ve aşırı özdeşleşme düzeylerinde duygusal ilişkisi olan kızların lehine anlamlı farklılık

bulunmuştur. Öz sevecenlik, öz yargılama, izolasyon ve bilinçlilik alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan kız ergenler arasında farklılaşma görülmemiştir.

Kız ergenlerde duygusal ilişkinin varlığı ve yokluğu durumunda kişisel tepkisellik alt boyutlarından perspektif alma, fantezi, empatik düşünce, kişisel rahatsızlık düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur.

Kız ergenlerde problem çözme becerisi alt boyutlarından aceleci yaklaşım alt boyutunda duygusal ilişkisi olan ergenler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım alt boyutlarında duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan kız ergenler arasında farklılaşma görülmemiştir.

6.1.5. Duygusal ilişkisi olan ve duygusal ilişkisi olmayan erkek ergenlerde öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar

Erkek ergenlerde duygusal ilişkinin varlığı ve yokluğu durumunda öz duyarlık alt boyutları (paylaşımların bilincinde olma, aşırı özdeşleşme, öz sevecenlik, öz yargılama, izolasyon ve bilinçlilik), kişisel tepkisellik alt boyutları (perspektif alma, fantezi, empatik düşünce, kişisel rahatsızlık) ve problem çözme becerisi alt boyutları (aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım) düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur.

6.1.6. Ergenlerde cinsiyete göre öz duyarlık, kişisel tepkisellik, problem çözme becerisi düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar

Öz duyarlık alt boyutlarından öz sevecenlik ve bilinçlilik düzeylerinde erkeklerin lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Bunun yanında öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon ve aşırı özdeşleşme düzeylerinde anlamlı farklılık görülmemiştir.

Kişiler arası tepkisellik alt boyutlarından empatik düşünce düzeyinde kızların lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Bunun yanında perspektif alma, fantezi ve kişisel rahatsızlık düzeylerinde anlamlı farklılık görülmemiştir.

Problem çözüme becerisi alt boyutlarından aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür.

6.2. Öneriler

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular ve sonuçlar değerlendirilerek önerilere yer verilmiştir.

1. Duygusal ilişki yaşamının öz duyarlık, kişisel tepkisellik ve problem çözüme becerisi üzerinde ne kadar etkisinin olduğunu belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından yeni çalışmalar yapılması,

2. Duygusal ilişkisi olan ergenlere yönelik rehber öğretmenlerce psikoeğitim ve grupta psikolojik danışma çalışmaları yürütülmesi,

3. Okul rehber öğretmenleri tarafından duygusal ilişkisi olan ergenlerle psikolojik danışma çalışmaları yapılarak onların problem çözüme becerilerinin artırılması,

4. Kız ergenlerin kendilerini tanıyıp, kişisel farkındalıklarını artırmaya yönelik çalışmalar (okuma, duygu ve düşüncelerini kağıda dökme, paylaşma vb.) etkinlikler yapılması,

5. Eğitim öğretim sürecinde öğretmenlerce rol oynama, konuşma halkası, sosyo drama vb. aktif öğretim teknikleri kullanılarak erkek ergenlerin empati becerilerinin geliştirilmesi,

6. Ergenlerin yaşadığı duygusal ilişkilerde öz duyarlık, kişisel tepkisellik ve problem çözüme becerileri konusunda öğretmenlere ve velilere bilgilendirme çalışmaları yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Açıkgöz, A. ve Tetik, S. (2013). Duygusal zeka düzeyinin problem çözme becerisi üzerindeki etkisi; meslek yüksekokulu öğrencileri üzerine bir uygulama. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 87-98.
- Akbaba, P. T. (2018). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Akın, Ü. , Akın, A., Abacı, R. (2007). Öz-duyarlılık ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33 (33), 01-10.
- Akın, A. (2009). Self-compassion and submissive behavior. *Education and Science*, 34 (152), 138-147.
- Akın, A. (2012). Öz duyarlılık ve otomatik düşünceler. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42, 01-10.
- Akkaya, Ç. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinde algılanan sosyal destek ve öz duyarlılık düzeyleri* (yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Aksan, N., Sözer, M. A. (2007). Üniversite öğrencilerinin epistemolojik inançları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 8 (1), 31-50.
- Akyol, Ü. (2011). *Ergenlerde iletişim becerilerinin yordayıcıları olarak öz duyarlılık ve mizah tarzları*, (yüksek lisans tezi). Muğla Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.

- Alisinanoğlu, F. (2002). Gençlik dönemi özellikleri ve genç anne-baba iletişimi. *Education and Science*, 27 (123), 62-63.
- Arıdağ, Ç. Y., Yüksel, A. (2010). Üniversite ahlaki yargı yetenekleri ile empati becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 2, 683-727.
- Arslan, S., Nazik, E. (2011). Hemşirelik öğrencilerinin empatik becerileri ile öz duyarlık becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14 (4), 69-75.
- Arslan, G., Kabasakal, Z. (2013). Ergenlerin problem çözme becerileri ile ana baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic Volume*, 8 (6), 33-42.
- Arslan, C., Hamarta, E. ve Saygın, Y. (2010). An investigation of aggression and interpersonal problem solving in adolescents. *Elementary Education Online*, 9 (1), 379–388.
- Assad, K. K., Donnellan, B. M. & Conger, D. R.(2007). Optimism: an enduring resource for romantic relationships, *Journal of Social and Personality Psychology*, 2 (93), 285- 297.
- Aşıroğlu, S., (2014). *Aktif öğrenme temelli fen ve teknoloji dersi etkinliklerinin 5. sınıf öğrencilerin problem çözme becerileri ve başarıları üzerindeki etkisi* (doktora tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4 (4), 520-546

- Avcı, M. (2006). Ergenlikte toplumsal uyum sorunları. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7 (1), 39-64.
- Ayten A. (2009). *Prososyal davranışlarda dindarlık ve empatinin rolü* (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Azıklı, A., Yöyen, A.G., Üney, R., Demirci, O.O., Merdan, E. (2017). Ergenlerin kişilik özelliklerinin problem çözme becerisi üzerine etkisi. *Doğu Anadolu Sosyal Bilimlerde Eğilimler Dergisi*, 1 (1), 75-93.
- Azar, A., Koray, Ö. (2008). Ortaöğretim öğrencilerinin problem çözme ve mantıksal düşünme becerilerinin seçilen alan açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16 (1), 125-136.
- Bacanlı, H. (2000). *Gelişim ve öğrenme*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Bahar, M. (2005). *Lise son sınıf öğrencilerinin empatik becerileri ile aile işlevleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Bakioğlu, A., Hesapçıoğlu, M. (1997). Düşünmeyi öğretmekte öğretmen ve okul yöneticisinin rolü: düşünmek!. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9 (9), 49-78.
- Balçıklı, S. G., Yıldırım, İ. (2018). Elit salon hokeyi oyuncularında empatik beceri ile prososyal davranışlar arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23 (1), 1-8.
- Başaraoğlu, Y. (2011). *Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre psikolojik doğum sırası ile karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisi düzeyleri arasındaki*

ilişkinin incelemesi (yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Bayar, Ö. (2015). *Romantik ilişkilerde aldatma ve affetme empatinin rolü* (yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Bayhan, P., Işıtan, S. (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Aile Toplum ve Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 5 (20), 33-44.

Bayrak, E., İnan, H. ve Kartal, M. (2015). Beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğretmen adayları ile sınıf öğretmenliği bölümü öğretmen adaylarının problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 5, 308-317.

Bedel, A. ve Işık, E. ve (2015). Ergenlerde başa çıkma stratejileri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 34, 53-60.

Berry, D. S. & Willingham, J. K. (1997). Affective traits, responses to conflict, and satisfaction in romantic relationships. *Journal of Research in Personality*, 4 (31), 564–576.

Bilgin, N. (1995). *Sosyal psikolojiye giriş*. İzmir: İzmir Kitaplığı.

Bingham, A. (1998). *Çocuklarda problem çözme yeteneklerinin geliştirilmesi*. (Çeviri: A. F. Oğuzkan). İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.

Büyüköztürk, Ş. (2005). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Yayıncılık (Gözden Geçirilmiş 5. Baskı).

- Büyükpapaşcu, H. (2011). *Ergenlikte romantik ilişkiler internetin rolü* (yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Büyükşahin, A. & Hovardaoğlu, S.(2004). Çiftlerin aşka ilişkin tutumlarının Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri kapsamında incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19 (54), 59–72.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi* (doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Cengiz, S. (2010). *Ergenlerde saldırganlık ve problem çözme* (yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Connolly, J.A. and McIsaac, C. (2009). Adolescents' explanations for romantic dissolutions: A developmental perspective. *Journal of Adolescence*,32, 1209-1223.
- Cüceloğlu, D. (2003). *Yeniden insan insana*. (26.Basım). İstanbul: Remzi Yayıncılık.
- Çelik, U. Z. (2018). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde sosyal ilgi düzeyleri ile çelişik duygulu cinsiyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki* (yüksek lisans tezi). On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Çelikkaleli, Ö., Gündüz, B. (2010). Ergenlerde problem çözme becerileri ve yetkinlik inançları. *Ç. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19 (2), 361-377.
- Çetin, Ü. F. (2010). *Ortaöğretim düzeyi gençlerde dindarlık-empati ilişkisi, (Isparta örneği)* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.

- Çetin, N. (2015). *Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin anne baba ve arkadaşlarına bağlanma biçimleri ile romantik ilişkilerinde sorun çözmeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çürükvelioğlu, E. (2012). *Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişki doyumu: benlik belirginliği ve kişisel eylemliliğin rolü* (yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: evidence for multidimensional approach, *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 113-126.
- Deniz, M. E., Kesici, ., Sümer, A. S. (2008). The validity and reliability study of the turkish version of self-compassion scale. *Social Behavior and Personality*, 36 (9), 1151-1160.
- Derin, R., Serin, B. N. (2008). İlköğretim öğrencilerinin kişilerarası problem çözme becerisi algıları ve denetim odağı düzeylerini etkileyen faktörler. *Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi*, 1, 1-18.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri*, 63, 19-21.
- Dinç, B. (2010). *Ergenlik döneminde beden imgesinin gelişimi üzerine aile, akran ve televizyonun etkilerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Eker, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ve duyarlı sevgi düzeylerinin ebeveyn tutumları açısından incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

- Ekiz, D. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (1. Basım). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Engeler, A., Yargıç, L. (2007). Kişiler arası tepkisellik indeksi: empatinin çok boyutlu ölçümü. *New Symposium Journal*, 45 (3), 119-127.
- Erbil, N. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarının etkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3 (10), 7-15.
- Ercan, L., Eryılmaz, A. (2011). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma ve algılanan kontrol. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31 (2), 359-380.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd Edition). New York: Norton.
- Ersoy, E. G. ve Köşger, F. (2016). Empati: tanımı ve önemi. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 3. 10.20515/otd.33993
- Ferah D. (2000). *Kara Harp Okulu öğrencilerinin problem çözme becerilerini algılamalarının ve problem çözme yaklaşım biçimlerinin cinsiyet, sınıf, akademik başarı ve liderlik yapma açısından incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Furman, W., Brown, B. B., Feiring, C. (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. NY: Cambridge University Press.
- Furman, W. and Wehner, E. (1997). Adolescent romantic relationships: a developmental perspective. *New Directions For Child Development*, 78, 21-36.
- Gizir, A. C. (2013). Üniversite öğrencilerinin ilişki inançlarının cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumlarına göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38 (170), 372-383.

- Gizir, A. C., Küçükarslan, M. (2014). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (42), 148-159.
- Gül, S. K., Güne, İ. D. (2009). Ergenlik dönemi sorunları ve şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11 (1), 80.
- Güliden, Ç. (2011). *Ergenlerin romantik ilişkilerini başlatma, sürdürme ve bitirme nedenlerinin incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hasankahyaoğlu, H. R. (2008), *Dindarlık empati ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi) Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Havighurst, R. J., (1972). *Developmental task and education* 3. Baskı. New York: David McKay Co.
- Hendrick, S., Hendrick, C. & Dick, A. (1998). The relationships assessment scale. *Journal of Social and Personality Psychology*, 1 (15), 137–142.
- Hendrick, S. & Hendrick, C. (2002a). Linking romantic love with sex: development of the perceptions of love and sex scale. *Journal of Social and Personality Psychology*, 3 (19), 361–378.
- Heppner, P. P., Witty, T. E., Dixon, W. A. (2004). Problem-solving appraisal and human adjustment: a review of 20 years of research using the problem solving inventory. *The Counseling Psychologist*, 32 (3), 344–428.
- Hisli Şahin, N. (1994). *Stresle başa çıkma: olumlu bir yaklaşım*. Türk Psikologlar Derneği Yayınları: 2, Ankara.

- İkiz, E., Totan, T. (2012). Üniversite öğrencilerinde öz duyarlık ve duygusal zekanın incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 14 (1) , 51-71.
- İsrael, E. (2003). *Problem çözme stratejileri, başarı düzeyi, sosyoekonomik düzey ve cinsiyet ilişkileri* (yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kalkan, M. (2008). Ergenler için romantik ilişkilerde sorun çözme ölçeğinin geliştirilmesi geçerlik ve güvenilirliği. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15 (3), 131-138.
- Kalyoncuoğlu, N. H. (2018). *Ebeveynin duygularını yönetebilme düzeyinin ve çocuğun algıladığı anne baba tutumunun çocuğun problem çözme becerisi üzerindeki etkisinin incelenmesi*, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kamışlı, E. (2018). *Toplumsal cinsiyet rolleri ve aile işlevselliğinin problem çözme becerilerine etkisi* (yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karabulut, O. E., Kuru, E. (2009). Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü öğrencilerinin problem çözme becerileri ile kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenler bakımından incelenmesi, *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10 (3), 119-127.
- Karaca, M. (2012). Farklılaşma, bütünleşme ve birlikte yaşama üzerine. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 226-238.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler ve teknikler*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (20.Basım) Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Karataş, Z. (2011). Okul pansiyonunda kalan ergenlerin kaygı düzeyleri ve problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11, 208-222.
- Kardaş, N., Anagün, . S., Yalçınoğlu, P. (2014). Problem çözme envanterini ilköğretim öğrencilerine uyarlama çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13 (51), 182-194.
- Kaya, A. ve Siyez, D. M. (2010). Çocuk ve ergenler için empatik eğilim ölçeği geliştirilmesi geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 35 (156), 113-118.
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity: theory and research. *Advances in Experimental Social Psychology*, 38, 283-357.
- Kırman, S. (2018). *Sağlık meslek yüksekokulu öğrencilerinin saldırganlık eğilimleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kirkpatrick, K. (2005). *Enhancing self-compassion using a gestalt two-chair intervention. dissertation*, (doctor of philosophy). The University of Texas at Austin.
- Korkut, F. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-184.

- Koray, Ö. ve Azar, A. (2008). Ortaöğretim öğrencilerinin problem çözme ve mantıksal düşünme becerilerinin cinsiyet ve seçilen alan açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16 (1), 125–136.
- Köknel, Ö. (2000). *Günlük hayatta ruh sağlığı*. İstanbul: Alfa Yayınları
- Köknel, Ö. (1970). *Türk toplumunda bugünün gençliği*. İstanbul: Bozak Matbaası.
- Köksal, A. (2000). Müzik eğitimi alma, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre ergenlerin empatik becerilerinin ve uyum düzeylerinin incelenmesi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 99–107.
- Kulaksızoğlu, A. (1999). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitapevi
- Kulaksızoğlu, A. (2014). *Ergenlikte sosyalleşme ve ahlak gelişimi: ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kuzu, S. (2011). *Öğretmen adaylarının kaynaştırma eğitimine yönelik tutumları ve öz duyarlık düzeylerinin karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Küçükarslan, M. (2011). *Mersin Üniversitesi öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının cinsiyet, öğrenim gördükleri sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumu değişkenlerine göre incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Allen A. B., Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: the implications of treating oneself kindly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92 (5), 887-904.

- Levesque, R.J.R. (1993). The romantic experience of adolescents in satisfying love relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 22, 219-251.
- Mete, B. (2005). *Lise son sınıf öğrencilerinin empati becerileri ile aile işlevleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Nazik, E., Arslan, S. (2011). Hemşirelik öğrencilerinin empatik beceri ve öz duyarlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14 (4), 69-75.
- Neff, D. K. & Suizzo, M. A.(2006). Culture, power, authenticity and psychological well-being within romantic relationships: a comparison of european american and mexican americans. *Cognitive Development*, 4 (21), 441-457.
- Neff, K. D. (2003a). Development and validation of a scale to measure selfcompassion. *Self and Identity*, 2, 223-250.
- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85-102.
- Neff, K. D. (2004). Self-compassion and psychological well-being. *Constructivism in the Human Sciences*, 9 (2), 27-37.
- Neff, K. D. McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9, 225-240.
- Nemlioğlu, B. S. (2011). *Ergenlikte romantik ilişkiler* (doktora tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Eğitimde Psikolojik Hizmetler Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Onur, B. (1995). *Gelişim psikolojisi*. (Yedinci Baskı). Ankara: İmge Yayınları.

- Overall, N. C. & Sibley, C. G. (2008). Attachment and attraction toward romantic partners versus relevant alternatives within daily interactions. *Personality and Individual Differences*, 5 (44), 1126–1137.
- Öveç Ü. (2007). *Öz-duyarlık İle öz-bilinç, depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Özcan, Z. (2016). Empati ve dindarlık arasındaki ilişki. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırma Dergisi*. 5 (8), 2758-2781.
- Özdemir, A. B. (2016). *Lise öğrencilerinde, benlik saygısı yüksek olan öğrenciler ile benlik saygısı düşük olan öğrencilerin, problem çözme davranışı ve psikolojik yardım alma tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, E. (2016). Ergenlerin bilişsel ve zihinsel gelişimi makale. <https://www.tavsiyedyorum.com/makale16003.htm> adresinden edinilmiştir.
- Özyeşil, Z. (2011). *Üniversite öğrencilerinin öz anlayış düzeylerinin bilinçli farkındalık, kişilik özellikleri ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Rogers, C. R. (1983), Empatik olma değeri anlaşılmamış bir varoluş şeklidir, Füsun Akkoyun (Çev.), *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6 (1), 103-124.
- Sağır, D. (2017). *Mühendislik bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn tutumları ve öz-duyarlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Sarı, B. B. (2017). *Üniversite dönemindeki öğrencilerin bilisel çarpıtmaları ile öz duyarlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sarı, B. (2016). *Lise öğrencisi ergenlerde problem çözme becerileri ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sarı, H. K. (2016). *Üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin öz duyarlılıkları, sosyal kaygı belirtileri ve üniversite yaşamına uyumları arasındaki ilişkiler* (yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Savaşır I. ve Şahin, N. (1997). *Bilisel davranışçı terapilerinde değerlendirme*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Seçer, İ., Halmatov, S., Gençdoğan, B. (2013). Duygusal tepkisellik ölçeğinin Türkçeye uyarlanması güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Sakarya University Journal of Education*, 3 (1), 77-89.
- Seiffge-Krenke, I. (2003). Testing theories of romantic development from adolescence to young adulthood: Evidence of a developmental sequence. *International Journal of Behavioral Development*, 27(6), 519-531.
- Serin, B. N., Derin, R. (2008). İlköğretim öğrencilerinin kişilerarası problem çözme becerisi algıları ve denetim odağı düzeylerini etkileyen faktörler. *Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5 (1), 1-18.
- Sezgin, Y. E. (2015). *Ergen romantik ilişkisinde sağlıklı ilişkiler geliştirme programının kız ergen bireylerin romantik ilişki sürecinde yaşadıkları çatıma eğilimine etkisi* (doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Simpson, J. A., Collins, W. A., Tran, S. ve Haydon, K. C. (2007). Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: a developmental perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 355-367.
- Soyer, U. (2010). *Özel eğitim öğretmen adaylarının öz duyarlık ve sürekli kaygı düzeylerinin belirlenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sünbül, A. Z. (2016). *Öz-duyarlık ve duygu düzenleme güçlüğünün bilinçli farkındalık ve kendini toparlama gücü arasındaki ilişkide varsayılan aracı rolü* (yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Seiffge-Krenke, I. (2003). Testing theories of romantic development from adolescence to young adulthood: evidence of a developmental sequence. *International Journal of Behavioral Development*, 27, 519–531.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- Steinberg, L. (2005). *Adolescence*. Stephen B. Rutter. Seventh Edition.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. F. Çok. (Editör). Birinci Baskı. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Sternberg, J. R.(1986). “ A triangular theory of love”, *Psychological Review*, 93, 119–135.
- Şimşek, Z. M. (2018). *Romantizm ve eş seçimi tutumunun romantik ilişki yaşantıları ve romantik ilişkideki inançlar açısından incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.

- Tel, D. F. (2011). *Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ve öz duyarlılık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Tel., F. D, Sarı, T. (2016). Üniversite öğrencilerinde öz duyarlılık ve yaşam doyumu. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16 (1), 292-304.
- Toksoy, P. (2018). *Ergenlerde kendine zarar verme davranışının yordayıcıları olarak öz duyarlılık ve stresle başa çıkma tarzları* (yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Turan, F. E. (2010). *Üniversite öğrencilerinin ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalarını yordamada yalnızlık, benlik saygısı, yaş, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumunun rolü* (yüksek lisans tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- TDK,(2019).http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.4f1de4e60452f5.43641713&kelime=%C3%A7%C4%9F%C4%B1%C3%B6%C5%9F%C3%BC 26.03.2019.adresinden edinilmiştir.
- Wayment, H.A. and Campbell, S. (2000). How are we doing? The impact of motives and information use on the evaluation of romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(1), 31–52.
- Yağbasanlar, O. (2017). Kavramsal bir bakış:öz şefkat. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 6 (2), 88-101.
- Yaoar, A. A. (2008). *Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kişilik özelliği ile empati düzeylerini farklı değişkenler açısından incelenmesi* (yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Yavuzer, H. (2007). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazıcı, H. (2001). Üniversite öğrencilerinde uyuma dönük başa çıkma davranışları, umutsuzluk ve problem çözme becerileri. *6. Ulusal Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özeti*. ODTÜ, Ankara.
- Yazıcı, S. ve Ertem, Ü. (2006). Ergenlik döneminde psiko-sosyal sorunlar ve depresyon, *Aile ve Toplum Dergisi*, 8 (3), 7-12.
- Yenice, N. (2012). Öğretmen adaylarının öz-yeterlik düzeyleri ile problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 11 (39), 36-58.
- Yıldıran, İ., Balçıkanlı, S. G. (2011). Profesyonel futbolcuların sportmenlik yönelimleri ve empati eğilim düzeyleri, *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9 (2) 49-56.
- Yıldırım, H. (2003). *Empati ile beş faktör kişilik modeli arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Ying, Y. (2009). Contribution of self-compassion to competence and mental health in social work students. *Journal of Social Work Education*, 45 (2), 309-323.
- Yüksel, A. (2004). Empati eğitim programının ilköğretim öğrencilerinin empatik becerilerine etkisi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (2), 341-554.

EKLER

EK 1: Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Bu çalışma Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Alanı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü bünyesinde yapılmaktadır. Araştırmadan elde edilen bilgiler bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Araştırmadan geçerli ve güvenilir sonuçlar elde edilmesi sizin vereceğiniz içten, samimi cevaplara göre olacaktır. Sizden ad-soyad gibi kimlik bilgileriniz istenmemektedir. Lütfen kendinizi en doğru bir biçimde ifade eden cevapları işaretleyiniz. İçten samimi cevaplarınız için çok teşekkür ederim.

Uğur BOLAT

Aşağıdaki bilgi formunda kendinize uygun olan seçenekleri seçip (X) işaretleyiniz

Cinsiyetiniz : Kız () Erkek ()

Yaşınız : 14 () 15 () 16 () 17 () 18 ()

Sınıf: 9. sınıf () 10. sınıf () 11. sınıf () 12. sınıf ()

Şu anda yaşadığımız ilişki için hangisi uygundur?

() Flört () Söz () Nişan () Bir ilişkim yok

Bu ilişkiye başlamanız nasıl gerçekleşti? () Okul / dersane ortamında tanıştım
() Arkadaşlarım aracılığıyla tanıştım
() İnternet ortamında tanıştım
() Cep telefonu vasıtasıyla tanıştım
() Diğer

Yazınız:.....

EK 2: Öz-Duyarlık Ölçeği

ÖZ-DUYARLILIK ÖLÇEĞİ (ÖDÖ)

Bu anketten 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. Her sorunun karşısında bulunan; **(1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman** anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz.

1	Bir yetersizlik hissettiğimde, kendime bu yetersizlik duygusunun insanların birçoğu tarafından paylaşıldığını hatırlatmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
2	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
3	Bir şey beni üzdüğünde, duygularıma kapılıp giderim.	1	2	3	4	5
4	Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım.	1	2	3	4	5
5	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, kendimi bu başarısızlıkta yalnız hissederim.	1	2	3	4	5
6	Zor zamanlarımda ihtiyaç duyduğum özen ve şefkati kendime gösteririm.	1	2	3	4	5
7	Gerçekten güç durumlarla karşılaştığımda kendime kaba davranırım.	1	2	3	4	5
8	Başarısızlıklarımı insanlık halinin bir parçası olarak görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
9	Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
10	Kendimi kötü hissettiğimde kötü olan her şeye kafamı takar ve onunla meşgul olurum.	1	2	3	4	5
11	Yetersizliklerim hakkında düşündüğümde, bu kendimi yalnız hissetmeme ve dünyayla bağlantımı koparmama neden olur.	1	2	3	4	5
12	Kendimi çok kötü hissettiğim durumlarda, dünyadaki birçok insanın benzer duygular yaşadığını hatırlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
13	Acı veren olaylar yaşadığımda kendime kibar davranırım.	1	2	3	4	5
14	Kendimi kötü hissettiğimde duygularıma ilgi ve açıklıkla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
15	Sıkıntı çektiğim durumlarda kendime karşı biraz acımasız olabilirim.	1	2	3	4	5
16	Sıkıntı veren bir olay olduğunda olayı mantıksız biçimde abartırım.	1	2	3	4	5
17	Hata ve yetersizliklerimi anlayışla karşılarım.	1	2	3	4	5
18	Acı veren bir şeyler yaşadığımda bu duruma dengeli bir bakış açısıyla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
19	Kendimi üzgün hissettiğimde, diğer insanların çoğunun belki de benden daha mutlu olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
20	Hata ve yetersizliklerime karşı kınayıcı ve yargılayıcı bir tavır	1	2	3	4	5

	takınırım.					
21	Duygusal anlamda acı çektiğim durumlarda kendime sevgiyle yaklaşırım.	1	2	3	4	5
22	Benim için bir şeyler kötüye gittiğinde, bu durumun herkesin yaşayabileceğini ve yaşamın bir parçası olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
23	Bir şeyde başarısızlık yaşadığımda objektif bir bakış açısı takınmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
24	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, yetersizlik duygularıyla kendimi harap ederim.	1	2	3	4	5
25	Zor durumlarla mücadele ettiğimde, diğer insanların daha rahat bir durumda olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
26	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine karşı sabırlı ve hoşgörülü değilimdir.	1	2	3	4	5



EK 3: Kişiler Arası Tepkisellik Ölçeği

KİŞİLER ARASI TEPKİSELLİK ÖLÇEĞİ (KTÖ)

Aşağıdaki ifadeler sizin çeşitli durumlardaki duygu ve düşüncelerinizi irdeler niteliktedir. Her madde için sayfanın üzerindeki çizelgeden sizi en iyi tarif eden uygun rakamı (0 1 2 3 4) seçerek gösterin. Cevabınızı belirlediğinizde madde numarasının yanındaki rakamı yuvarlak içine alınız. Cevaplamadan önce her bir maddeyi dikkatlice okuyarak sizin için en uygun olan cevabı vermeye özen gösteriniz. Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Cevaplarınızda samimi olmanız çalışmamız için oldukça önemli. Şimdiden teşekkürler.

(0) (1) (2) (3) (4)
Bana uygun Beni Kısmen Kararsızım Beni Oldukça Beni Çok İyi
Değil Tanımlar Tanımlar Tanımlar

1	Başıma gelebilecek şeyler hakkında düzenli olarak gündüz rüyası görür, hayal kurarım.	0	1	2	3	4
2	Sık sık daha benden daha talihsiz insanlara karşı hassasiyet ve şefkat duyguları taşıyorum.	0	1	2	3	4
3	Bazen olayları “ başkalarının” bakış açısından görmekte zorluk çekiyorum.	0	1	2	3	4
4	Bazen diğer insanlar problem yaşadıklarında onlar için çok fazla üzülüyorum.	0	1	2	3	4
5	Bir romandaki karakterlerin duygularından gerçekten önemli ölçüde etkilenirim.	0	1	2	3	4
6	Acil durumlarda heyecanlanırım ve kendimi kötü hissederim.	0	1	2	3	4
7	Bir film veya oyun seyrederken genellikle objektif olurum ve kendimi ona tamamen kaptırmam.	0	1	2	3	4
8	Uzlaşmaya dair bir karar vermeden önce, olayı herkesin açısından görmeye çalışırım.	0	1	2	3	4
9	Birisinin zaafından faydalanıldığı görürsem, ona karşı bir tür korumacı tavır alırım.	0	1	2	3	4
10	Bazen çok duygusal bir durumun ortasında kaldığımda kendimi çaresiz hissederim.	0	1	2	3	4
11	Bazen olayların arkadaşlarımdan gözünde nasıl gözüktüğünü hayal ederek onları daha iyi anlamaya çalışırım.	0	1	2	3	4
12	Bir film ya da güzel bir kitaba kendimi kaptırmam benim için ender rastlanan bir durumdur.	0	1	2	3	4
13	Birini acı çekerken gördüğümde, sakın kalmaya çalışırım.	0	1	2	3	4
14	Diğer insanların talihsizlikleri genelde beni çok fazla rahatsız etmez.	0	1	2	3	4
15	Bir şey hakkında haklı olduğuma eminsem diğer insanların tartışmalarını dinleyerek vakit kaybetmem.	0	1	2	3	4
16	Bir film ve ya oyunu seyrettikten sonra, kendimi karakterlerden biriymiş gibi hissederim.	0	1	2	3	4
17	Gergin duygusal bir durumun içinde olmak beni korkutur.	0	1	2	3	4

18	Birine adaletsiz davranıldığını gördüğümde, bazen onlara çok fazla acımam.	0	1	2	3	4
19	Genellikle kendimi acil durumlarda etkili bulurum.	0	1	2	3	4
20	Sıklıkla gördüğüm şeylerden oldukça etkilenirim.	0	1	2	3	4
21	Her sorunun iki yönü (tarafı) olduğuna inanırım ve onların her ikisini de görmeye çalışırım.	0	1	2	3	4
22	Kendimi oldukça yumuşak kalpli bir insan olarak tanımlayabilirim.	0	1	2	3	4
23	İyi bir film seyrettiğimde, kendimi kolaylıkla bir başka karakterin yerine koyabilirim.	0	1	2	3	4
24	Acil durumlarda kontrolümü kaybetme eğilimindeyim.	0	1	2	3	4
25	Birine kızdığımda, genellikle bir süre için kendimi onun yerine koymaya çalışırım.	0	1	2	3	4
26	İlginç bir hikâye veya roman okuduğumda eğer hikâyedeki olaylar benim başıma gelirse kendimi nasıl hissedeceğimi hayal ederim.	0	1	2	3	4
27	Zor bir durumda yardıma ihtiyacı olan birini gördüğümde kendimi kaybederim (harap kesilirim).	0	1	2	3	4
28	Birini eleştirmeden önce, eğer onun yerinde olsaydım nasıl hissedeceğimi hayal etmeye çalışırım.	0	1	2	3	4

EK 4: Problem Çözme Envanteri

PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ (PÇE)

Bu envanterin amacı, günlük yaşantınızdaki problemlerinize (sorularınıza) genel olarak nasıl tepki gösterdiğinizi belirlemeye çalışmaktır. Sözü ettiğimiz bu problemler, matematik ya da fen derslerinizdeki alışmış olduğunuz problemlerden farklıdır. Bunlar, kendini karamsar hissetme, arkadaşlarla geçinememe, bir mesleğe yönelme konusunda yaşanan belirsizlikler ya da boşanıp boşanmama gibi karar verilmesi zor konularda ve hepimizin başına gelebilecek türden sorunlardır. Lütfen aşağıdaki maddeleri elinizden geldiğince samimiyetle ve bu tür sorunlarla karşılaştığınızda tipik olarak nasıl davrandığınızı göz önünde bulundurarak cevaplandırın. Cevaplarınızı, bu tür problemlerin nasıl çözülmesi gerektiğini düşünerek değil, **böyle sorunlarla karşılaştığımızda gerçekten ne yaptığınızı düşünerek** vermeniz gerekmektedir. Bunu yapabilmek için kolay bir yol olarak her soru için kendinize şu soruyu sorun: “Burada sözü edilen davranışı be ne sıklıkla yaparım?”.

Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:

1. *Hep böyle davranırım*
2. *Çoğunlukla böyle davranırım*
3. *Sıklıkla böyle davranırım*
4. *Arada sırada böyle davranırım*
5. *Ender olarak böyle davranırım*
6. *Hiç böyle davranmam*

Ne kadar sıklıkla böyle davranırsınız?

	Her zaman	Hiç
1. Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	
2. Zor bir sorunla karşılaştığımda ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı uzun boylu düşünmem.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	
3. Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	
4. Bir sorunumu çözdükten sonra bu sorunu çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	
5. Sorunlarımı çözmeye konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	
6. Bir sorunumu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	
7. Bir sorunum olduğunda onu çözebilmek için	(1) (2) (3) (4) (5) (6)	

başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.	
8. Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
9. Bir sorun kafamı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açık seçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam.Ω	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
10. Başlangıçta çözümünü fark etmesem de sorunlarımın çoğunu çöze yeteneğim vardır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
11. Karşılaştığım sorunların çoğu, çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
12. Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
13. Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma gelen ilk yolu izlerim.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
14. Bazen durup sorunlarım üzerinde düşünmek yerine, gelişigüzel sürüklenip giderim.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
15. Bir sorunla ilgili olası bir çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin başarı olasılığını tek tek değerlendirmem.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
16. Bir sorunla karşılaştığımda, başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
17. Genellikle aklıma ilk gelen fikir doğrultusunda hareket ederim.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
18. Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tartar, birbirleriyle karşılaştırır, sonra karar veririm.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
19. Bir sorunumu çözmek üzere plan yaparken o planı yürütebileceğime güvenirim.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
20. Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce, nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
21. Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
22. Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem, daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektir. Ω	(1) (2) (3) (4) (5) (6)

23. Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
24. Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
25. Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
26. Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
27. Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güveniyorum.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
28. Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
29. Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam. Ω	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
30. Bir sorunla karşılaştığımda, bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışındaki etmenleri genellikle dikkate almam.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
31. Bir konuyla karşılaştığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
32. Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
33. Bir karar verdikten sonra, ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
34. Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle eminimdir.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
35. Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)



T.C.
BOLU VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 65723157/450/2251993
Konu: Araştırma İzni (Uğur BOLAT)

04/06/2014

VALİLİK MAKAMINA
BOLU

İlgi: Necmettin Erbakan Üniversitesi Rektörlüğü Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı'nın 28.05.2014 tarih ve 48178250.302/-649 sayılı yazısı.

Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Uğur BOLAT'ın "Ergenlerin Yaşadığı Duygusal İlişkilerde Öz Duyarlık, Kişisel Tepkisellik ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi" konulu tez çalışmasını Bolu Atatürk Anadolu Lisesi, İzzet Baysal Anadolu Lisesi, Bolu Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Bolu Anadolu Öğretmen Lisesi'nde araştırma yapması Müdürlüğümüzce uygun mütalaa edilmektedir.

Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde; olurlarınıza arz ederim.

Zekeriya ÜNALAN
Millî Eğitim Müdür V.

OLUR
04/06/2014

Ömer ERU
Vali a.
Vali Yardımcısı

Murat AYDIN
Bolu M.E.M. Destek Hizmetleri

**Güvenli Elektronik
İmzalı Aslı ile Aynıdır.**
04 Haziran 2014

Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5 inci maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır

Bolu İl Millî Eğitim Müdürlüğü
Tabaklar Mah. Cumhuriyet Cad.
Anadolu Sok. 14200 BOLU
Elektronik Ağ: <http://bolu.meb.gov.tr>
e-posta: bilgiislemegitek14@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için: Osman YILDIZ
Tel: 0374 215 11 06- 0374 215 12 04 (136)

Faks: (0 374) 215 44 85



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



Özgeçmiş

Adı Soyadı:	Uğur BOLAT	İmza:	
Doğum Yeri:	Sorgun / YOZGAT		
Doğum Tarihi:	05/06/1985		
Medeni Durumu:	Evlü		

Öğrenim Durumu

Derece	Okulun Adı	Program	Yer	Yıl
İlköğretim	Atatürk İlkokulu	İlkokul	Sorgun	1992-1997
Ortaöğretim	Sorgun Anadolu Lisesi	Ortaokul	Sorgun	1997-2000
Lise	Sorgun Anadolu Lisesi	Lise	Sorgun	2000-2004
Lisans	On Dokuz Mayıs Üniversitesi	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Samsun	2004-2008
Yüksek Lisans	Necmettin Erbakan Üniversitesi	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Konya	2011 - 2019

İş Deneyimi:	<p>27.08.2008 Milli Eğitim Bakanlığı/Niğde Bor Atatürk Anadolu Lisesi Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen</p> <p>15.06.2010 Milli Eğitim Bakanlığı/Konya Beyşehir Ali Rıza Celeboğlu Ortaokulu Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen</p> <p>22.08.2013 Milli Eğitim Bakanlığı /Konya Ahmet Hazım Uluşahin İmam Hatip Ortaokulu Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen</p> <p>21.07.2016 Antalya Gazipaşa Antalya Büyükşehir Belediyesi Gazipaşa Anaokulu Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen</p>
--------------	---

	04.02.2017 Antalya Gazipaşa Şehit Demet Sezen Kız Anadolu İmam Hatip Lisesi Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen
Aldığı Ödüller:	2008 KPSS PDR Türkiye 1.liği
Hakkımda bilgi almak için önerebileceğim şahıslar:	Hikmet ATALAY (Konya Özdil Pegem Akademi Kurucusu)
Tel:	0 507 376 84 65
Adres	Ekmel Mah. Mersin Karayolu Cad. No:33/4 Gazipaşa/ANTALYA