

**T.C.**

**NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**EBEVEYNLERİ BOŞANMIŞ VE BOŞANMAMIŞ OLAN LİSE  
ÖĞRENCİLERİNİN YILMAZLIK DÜZEYLERİ İLE ALGILADIKLARI  
SOSYAL DESTEK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Hazırlayan**

**Enes GÜNEY**

**Danışman**

**Yard. Doç. Dr. S. Barbaros YALÇIN**

**Konya- 2016**





### BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Öğrencinin

Adı Soyadı *Eres GÜNEY*

Numarası *128 301 05 1018*

Ana Bilim / Bilim Dalı *Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık*

Programı *Tezli Yüksek Lisans*

Tezin Adı

*Ebeveynler Bosanması ve Bosanmaları olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyleri ile Akademiğe Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin 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.

Öğrencinin imzası  
(İmza)

*Eres GÜNEY*



## YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin

Adı Soyadı *Fires GÜNEŞ*

Numarası *128301051018*

Ana Bilim / Bilim Dalı *Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık*

Programı *Tezli Yüksek Lisans*

Tez Danışmanı *S. Barbaros YALGIN*

Tezin Adı *Ebeveynleri Boşanmış ve Boşanmamış Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyleri ile Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

*Ebeveynleri Boşanmış ve Boşanmamış Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyleri ile Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan ..... başlıklı bu çalışma *13.10.2016* tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı

Danışman ve Üyeler

İmza

*Yard. Doç. Dr. S. Barbaros YALGIN Danışman*

*Prof. Dr. Salih KESİCİ Üye*

*Yard. Doç. Dr. Mustafa KILINÇ Üye*

## ÖNSÖZ

Günümüz toplumumuzda parçalanmış aile sayıları hızla artmakta, boşanmalar bu durumun başını çekmektedir. Boşanmadan kaynaklı olumsuz koşullar altında yetişen çocukların kendilerine ve topluma karşı geliştirmiş oldukları güven, inanç ve iyimser tutum da etkilenmektedir. Yılmazlığın ve sosyal destek algısının bireyin gelişiminde büyük belirleyiciler oldukları düşünülmektedir. Bu çalışmada ergenlerin sahip oldukları aile durumlarına göre yılmazlık ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin incelenmesi ve karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Çalışmamın gerçekleşmesinde, her aşamada, değerli öneri ve katkılarıyla bana yol gösteren, öğrencisi olmaktan onur duyduğum, örnek insan danışmanım Sayın Yrd. Doç. Dr. S. Barbaros YALÇIN'a sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Tez çalışmam boyunca bana yol gösteren ve destek olan Sayın Prof. Dr. Şahin KESİCİ'ye teşekkür ederim

Yüksek Lisans Eğitimim boyunca bana her türlü kolaylığı sağlayan Ayrancı Yatılı Bölge Ortaokulu idarecilerine teşekkür ederim.

Yüksek lisans çalışmamın veri toplama aşamasında gerekli izin ve kolaylığı sağladıkları için Karaman İl Milli Eğitim Müdürlüğüne, okullarda ki uygulamalarımda bana destek sağlayan psikolojik danışman arkadaşlarıma, okul idarecilerine ve soruları içtenlikle yanıtlayan öğrencilere de teşekkür ederim.

Evlilik hayatım ve araştırmam boyunca bana her zaman desteğini hissettiren kıymetli eşim Banu' ya, biricik oğlum Yavuz Selim' e, beni büyüten, eğiten, destek veren, okutan, başarılı olmam için beni sürekli yüreklendiren, sevgisini esirgemeyen anneme ve babama, abime ve kardeşlerime teşekkür ederim.

**Enes GÜNEY**  
**KONYA- 2016**

# NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ

## Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Öğrencinin	Adı Soyadı	ENES GÜNEY
	Numarası	128301051018
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	<b>Tez Danışmanı</b>	Yrd. Doç. Dr. Süleyman Barbaros YALÇIN
	Tezin Adı	Ebeveynleri Boşanmış Ve Boşanmamış Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyleri İle Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

### ÖZET

Bu betimsel araştırmada anne babası birlikte ve boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık düzeyleri ve algıladıkları sosyal destek düzeyleri incelenmiş ve karşılaştırılmıştır. Bu araştırma genel tarama modelinin alt türü olan ilişkisel tarama modeli ile yapılmıştır. Araştırmanın örneklemi 2013-2014 eğitim öğretim yılında Karaman İlinde liselerde okuyan ebeveynleri ayrı ve ayrı olmayan öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya 262'si ailesi boşanmış, 322'si ailesi birlikte yaşayan olmak üzere toplam 584 öğrenci (345 kız, 239 erkek) katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Gürkan' ın 2006 yılında geliştirdiği Yılmazlık Ölçeği ve Russel (1984) ve arkadaşları tarafından geliştirilen Sosyal Provizyon Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçları Korelasyon analizi ve T testi SPSS programı kullanılarak analiz edilmiştir. Bu araştırmadan elde edilen bulgular sonucunda hem ebeveynleri boşanmış hem de birlikte yaşayan ergenlerde yılmazlık ve algılanan sosyal destek arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Anne babası birlikte olan lise öğrencilerinin anne babası ayrı olanlara göre daha iyimser oldukları görülmüştür.

**Anahtar kelimeler:** Yılmazlık, Sosyal Destek, Ergen

# NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ

## Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Öğrencinin	Adı Soyadı	ENES GÜNEY
	Numarası	128301051018
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı	Yrd. Doç. Dr. Süleyman Barbaros YALÇIN
	Tezin Adı	Research of resiliency traits and perceived social support levels of high school students whose parents are divorced and nondivorced

### ABSTRACT

In this descriptive study, the resilience levels of high school students whose parents are divorced or together and their social support levels have been studied and compared. This study has been carried out with relational screening model which is a submodel of general screening model. The high school students of Karaman province in the educational year 2013-2014 whose parents are divorced or together constitute the sample of the study. In total, 584 students(345female, 239male) participated the study and 262 of them have divorced parents and 322 of them have family which lives together. As a data collection tool, resilience scale which is developed by Gurgan in 2006 and social provision scale which is developed by Russel et al. (1984) have been used. The results of the study Correlation Analysis and T test have been analysed by using SPSS programme. In consequence of the findings which have been obtained from this study, a medium-level, positive and meaningful relation between the resilience and social support both in adolescents whose parents are divorced and in adolescents whose parents are together has been founded out. It has been seen that the high school students whose parents are together are more optimistic than the ones whose parents are divorced.

**Key Words:** Resilience, Social Support, Adolescent

## TABLULAR LİSTESİ

**Tablo 1.** Ebeveynleri Boşanmış olan lise öğrencilerinin Yılmazlık düzeyleri ile Sosyal Provizyon Algıları arasındaki İlişki

**Tablo 2.** Ebeveynleri Boşanmamış olan lise öğrencilerinin Yılmazlık düzeyleri ile Sosyal Provizyon Algıları arasındaki İlişki

**Tablo 3.** “Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış olma durumuna göre lise öğrencilerinin, Sosyal Provizyon algı Puanları Arasındaki t Testi Karşılaştırmasına İlişkin Bulgular”

**Tablo 4.** “Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış olma durumuna göre Lise öğrencilerinin, Yılmazlık Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki t Testi Karşılaştırmasına İlişkin Bulgular”

## İçindekiler

ÖNSÖZ .....	III
ÖZET .....	IV
ABSTRACT.....	V
TABLolar LİSTESİ.....	VI
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ .....	1
1.1.Problem durumu.....	6
1.3. Araştırma Problemi .....	11
1.4. Sayıtlar (Varsayımlar) .....	11
1.5. Sınırlılıklar .....	12
1.6. Tanımlar .....	12
BÖLÜM II .....	13
2.1. YILMAZLIK İLE İLGİLİ KAVRAMSAL ÇERÇEVE .....	13
2.1.1.Yılmazlığın tarihsel gelişimi.....	13
2.1.2. Yılmazlık kavramının tanımı .....	15
2.1.3. Yılmaz bireylerin özellikleri .....	22
2.1.4. Yılmazlıkla ilgili yapılan çalışmalar .....	25
2.2. SOSYAL DESTEK İLE İLGİLİ KAVRAMSAL ÇERÇEVE .....	45
2.2.1. Sosyal destek kavramının tarihsel gelişimi.....	45
2.2.2. Sosyal destek kavramının tanımı .....	46
2.2.3. Sosyal destek türleri .....	50
2.2.4. Sosyal Destek Modelleri: .....	53
2.2.5. Algılanan sosyal destek ve sosyal ağ: .....	55
2.2.6.Sosyal ilişki ağı türleri .....	56
3.1. Araştırmanın Modeli .....	62
3.2. Evren ve örneklem .....	62
Grafik 2. Öğrencilerin Cinsiyet Dağılımı .....	63
Grafik 3. Öğrenci Yaşlarına Göre Dağılım .....	64

Grafik 4. Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Sınıflara Göre Dağılım .....	64
3.3. Veri Toplama Araçları .....	65
3.3.1.Kişisel bilgi formu .....	65
3.3.2. Yılmazlık Ölçeği .....	65
3.3.3. Sosyal Provizyon Ölçeği.....	67
BÖLÜM IV .....	69
BULGULAR.....	69
TARTIŞMA VE YORUM.....	76
BÖLÜM VI.....	85
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	85
6.1. Sonuçlar .....	85
6.2. Öneriler .....	86
KAYNAKÇA.....	87
EKLER.....	93

## BÖLÜM I

Araştırmanın bu bölümünde problem durumu, amaç ve önem, problem cümlesi, alt problemler, sayılılar (varsayımlar) , sınırlılıklar, tanımlar ve kısaltmalar bölümlerine yer verilecektir.

### GİRİŞ

Biyolojik, sosyal, kültürel, fizyolojik ve psikolojik gelişim alanlarına sahip olan insanoğlunun gelişimine baktığımızda çevre ve kalıtımın etkilerinin olduğu görülür. Bütün bireylerin kalıtsal mirası ve çevreden etkilenme biçimleri farklılık göstermektedir. Çünkü bütün insanlar biriciktir ve yaşantıları, geçmişleri, sosyal çevreleri, aile yapıları, akrabalık ilişkileri, kişilik tipleri, sosyal normları farklılık gösterebilmektedir. Kişilik oluşumunda insanın ilk sosyal çevresi olan annenin ve ailenin etkisi büyük önem arz etmektedir. Bu etki çocuğun gelişim dönemine göre de farklılık göstermektedir. Çocukluk evresini takip eden ergenlik dönemine baktığımızda bireyin fizyolojik, psikolojik ve sosyal alanlarda değişim ve gelişim geçirdiği görülmektedir.

Bireyin gelişimi açısından birey, kendi içinde yaşadığı sosyokültürel ve ekonomik koşullar içinde gelişir, kişiliğini bu koşullar oluşturur. Çocuğun içinde doğduğu ailesi ve onlarla etkileşimi, ailenin birey sayısı, sosyal ve ekonomik durumu, çocuğun doğuş sırası ve kardeş sayısı, çocuğun doğduğu coğrafya ve sosyal çevre gibi etkenler ve bireyin içinde bulunduğu toplumun kültürü, onun biyolojik olarak kalıtımla getirdiği özelliklerini işler, biçimlendirir (Kırkıncıoğlu, 2003).

Diğer açıdan ele alındığında aile bireylerinin sosyodemografik özellikleri de ekonomik durumları kadar önemlidir; eşlerin eğitim durumları, yaşları, yetiştiği aile çevresi, büyüdüğü yer gibi özellikler aile içi iletişimde önemli rol oynar (Kırkıncıoğlu, 2003). Çocuğun içinde bulunduğu çevrenin sosyodemografik özellikleri, onun, bazı güçlü ya da zayıf yönleri sahip olmasında etken olacaktır (Terzi, 2000). Ailenin sosyoekonomik koşulları, ailede birlikte yaşayan bireylerin ruh sağlığını etkilediği gibi çocuğun kişiliğini de etkiler. Arzularının doyum bulamaması, açlık ve soğuğa maruz

kalması çocukta endişeye neden olur. Bu olumsuz yaşantılar çocuğun kişilik yapısında derin izler bırakabilir (Yavuzer, 1982; Onat, 2010).

Destekleyici bir yetişkine bağlanma, çocuğu, kötü davranışın etkilerinden kurtarmayı destekler. Sevildiğini ve ilgi gördüğünü hissetmek mağdur edilen çocuğa, zorluklar karşısında yardımcı olacak güç, iyimserlik ve maneviyat duygusunu verir. Ailede, komşuda ya da içinde bulunduğu toplumda güvenilir birinin bulunması iyileşmeyi, başa çıkmayı ve yılmazlığı teşvik eder (Thomlison, 1997; Onat, 2010).

Çocukluk çağlarından yetişkin bir birey olmaya geçiş hazırlıklarını içine alan bir gelişme evresi olan ergenlik döneminde, bireyin çevresinde ve iç dünyasında; fizyolojik, bilişsel, psikolojik ve sosyal boyutlarda değişimler gerçekleşmektedir. Bu anlamda ergenlik dönemi; gencin aile ve çevre desteğini hissetmeye en fazla ihtiyacı olduğu yaşam dönemi olarak nitelendirilmektedir. Bu süreçte genç, çevresi ve kendisiyle ilgili birçok veriye sahip olduğundan uyum sorunlarıyla karşılaşabilmektedir (Arslan, 2009).

Ünüvar' a göre (2012) Ergenlik döneminde; bireyler psikolojik, sosyolojik ve biyolojik anlamda pek çok değişimlerle yaşamaktadır. Ergenlik dönemi, her ergene özgü farklı deneyimler içerse de, genel olarak ergenlik dönemi yaşamın en değişken, en zor, çalkantılı dönemi olarak kabul edilir. Ergenlikte, yetişkin bir birey olma çabası içindeki ergenin, kimlik karmaşası, kimlik bunalımı ve uyum sorunları artar. Bu dönemdeki ergen bireylerin sağlıklı bir kimlik oluşturabilmesi için öncelikle; problemlerini çözebilmesi gerekir. Bu zorlu dönemde yaşanan olumsuz durumlara, karmaşa ve bunalımlara karşı, ergenin sahip olduğu özgüven, yüksek yılmazlık düzeyi ve içsel denetime sahip olma gibi özelliklerin, ergenin bu zorlu dönemi sağlıklı geçirmesine ve kimlik bütünlüğü oluşturacağına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Ergenlik kritik bir dönemdir. Bireyin bu dönemde gelecek yaşamını etkileyecek ve şekillendirecek inançlar, değerler ve alışkanlıklar geliştirmesi ve kendi değer yargılarını oluşturması beklenir. Ergen bireyler bu dönemde; fiziksel değişimlerine uyum ve kabul, kimlik oluşturma, ahlaki kuralları benimseme ve oluşturma, yaşamını sürdürebilmek için yeni beceriler kazanma, aileden ayrılık, içinde yaşadığı topluma katkı sunan bir birey olma, meslek seçimi ya da mesleki farkındalık ve arayışın artması,

yaşamı üzerinde sorumluluk alma ve kontrolü elinde tutma, sosyal bir çevre oluşturma ve aidiyet oluşturma sorumluluklarıyla mücadele eder (Anderson&Olnhousen,1999; Ünüvar, 2012).

Köse' nin (2009) aktardığına göre Richaud de Minzi ve Sacchi (2004), ergenlerdeki yalnızlık duygusunun doğru değerlendirilebilmesi için, tek başına yalnızlık duygusunun kaynaklarının ele alınmasının yeterli olmayacağı , buna ek olarak ayrıca ergenlerin sosyal ilişki ağının en önemli ögeleri konumunda bulunan aileleriyle ve arkadaşlarıyla olan ilişkilerinin de ergenlerin kendi açısından nasıl yorumlandığının betimlenmesinin gerekliliğini belirtmişlerdir.

Ülkemizdeki literatür incelendiğinde yılmazlık kavramının bireylerin yaşamında ve gelişimde sağladığı katkı yeni anlaşılmaya başlanmıştır. Bu nedenle yılmazlığı geliştirici çalışmaların çok eskilere dayanmadığı bu konuda yapılan ve gerçekleştirilen çalışmaların son yıllarda başladığı görülmüştür. Risk altında yetişme ve stresli yaşam koşulları içerisinde yetişen çocuklar ve ergenlerin yaşamlarının ileri safhalarında oluşması muhtemel olumsuzlukları önlemek, koruyucu tedbirler almak için yılmazlık alanında çalışmalar yapma ihtiyacı ortaya çıkmıştır (Onat, 2010).

Olumsuz ve zorlu koşullarda yaşayan aileler ve çocuklara yardım hizmetlerine ayrılan bütçelerin yetersizliği ya da ilgili bütçelerin giderek azaltılması, olumsuz yaşam olaylarına karşı yılmazlığı arttıracak düşük maliyetli araştırma, geliştirme ve uygulama yöntemlerinin geliştirilmesini zorunlu kılmaktadır. Risk altındaki çocuk ve ergenlerde yılmazlığı geliştirecek ya da arttıracak bilgi, becerilerin kazanılması ve uygun yöntemlerin geliştirilmesi okullarda, toplumsal, kültürel ve sosyal alanlarda, ve aile hizmetleri alanlarında yürütülen önleyici ve koruyucu çalışmaların etkinliğini de arttıracaktır (Kumpfer, 1999; Gürkan, 2006).

Bireyin sıkıntılı durumdan kurtulma becerisini ve kötü koşullu çevrede var olan ve gelişen bireyin kapasitesini fark etmek, tanımlamak ve ölçmek amacıyla, davranış bilimleri yılmazlık yapısını ileri sürüp geliştirmiştir. Yılmazlık, kişisel özellikler, problemle başa çıkma, dayanıklılık, uyumluluk duygusu gibi yapıların gelişimi ile risk ve koruyucu faktörleri içeren farklı değişkenleri kapsayan popüler bir yapıdır.

Yılmazlık, kişinin çevresine uyum sağlaması ve sıkıntılı durumun üstesinden gelmesi gibi çoklu bakış açısını içeren, bütünü kapsayan bir terim olmuştur. (McCubbin, 2001; Ünüvar, 2012).

Yılmazlık olgusu ayrıca, çevresel şartlar çocuğun çekirdek ailesine ve kişiliğine dıştan gelen, dışsal olan olayları, akrabalar, bakıcılar, arkadaşlar, akranlar, öğretmenler, komşular ve diğer kişilerle olan ilişkileri içerir. Bu ilişkiler; okul deneyimleri, müfredat dışı aktiviteleri, sosyal baskılar ve profesyonel müdahaleler gibi ev dışında meydana gelen olayları kapsar. Çevresel şartların etkileri, birlikte uyum içinde çalışabildiği gibi tek tek yılmazlığı desteklemek ya da engellemek için de çalışabilir (Brown ve Rhodes, 1991; Onat, 2010).

Henderson ve Milstein (1996)'in belirttiğine göre toplumda uzun süreli yoksulluk çekmiş, ihmal ve istismara uğramış, şiddete maruz kalmış, anne babasından ya da bakımını üstlenen bir yetiştikten uzun süre ayrı kalmış, ciddi bir kaza geçirmiş, yakınlarının ölümüne tanık olmuş ya da okulda sürekli başarısızlık riski ile karşı karşıya gelmiş çocuklar vardır. Risk altındaki bu çocuklar arasında anti-sosyal davranışlar sergileyenlerin veya suç davranışlarında bulunanların oranları normal nüfusa oranla daha yüksektir. Ancak bu risk faktörlerine rağmen bu çocuklar arasında hiçbir anti-sosyal davranış sergilemeksizin, normal yaşamlarını sürdürebilenlerin sayılarının da azımsanamayacak kadar çok olduğu sosyal bilimcilerin dikkatini çekmiştir (Akt. Öğülmüş, 2001).

Ergenin depresif ruh hali ile ilgili olarak, ailede istikrar ve uyumun yokluğu ile birlikte zayıf anababa iletişimi arasında doğrudan ilişki olduğunu gösteren kanıtlar vardır. Aynı zamanda, aile ve sosyal kaynakların, depresyonu azaltma, özgüveni yükseltme, özsaygıyı artırma, başa çıkma davranışını şekillendirme ve genel yılmazlığa katkıda bulunma gibi çocuk ve genç insanlar üzerinde olumlu katkısı olduğunu gösteren kanıtlar bulunmaktadır (Mc Namara, 2000; Onat, 2010).

Özcan' ın (2005) aktardığına göre çocukların çoğu, anne babalarının boşanma süreçlerini stresli bir şekilde yaşamaktadır. Çocukların anne-babalarının boşanmalarına verdikleri tepkiler farklılık göstermektedir. Bazıları yılmazlık gösterip bu geçişle baş

edecek becerileri geliştirirken, bazılarında ise gelişimsel gerilikler ve rahatsızlıklar görülebilmektedir. Bazı çocukların bu geçişlere erken yaşlarda uyum sağladıkları görülürken, aynı çocuklarda ergenlik dönemlerinde gerilikler görülebilmektedir. Bu geçişlerle ilgili uzun vadeli etkiler çocuğun gelişimsel dönemine, cinsiyetine, karakterine, ev ve aile çevresinin kalitesine, çocuk ve anne baba için var olan desteklere ve kaynaklara bağlı olarak değişmektedir (Hetherington, Stanley-Hagan ve Anderson, 1989).

Ergenlerin strese karşı cevaplarını etkileyen en önemli kaynaklardan birisi kuşkusuz aile ile olan ilişkinin kalitesidir. Çünkü ergenler sıklıkla potansiyel olarak stresli olaylara ailelerin yanında maruz kalırlar ve aile bu durumlarda çocuğunun başa çıkması konusunda yardımcı olmakla sorumludur, bu anlamda aile büyük rol oynar (Power,2004;Demirtaş, 2007).

Ergenlerin anne-babalarına ve arkadaşlarına bağlılıklarının, problem çözme becerisi algılarının ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin, ergenin sosyal destek beklentisiyle olumlu yönde ilişkili olup olmadığını araştırmak, ergenin sosyal ilişkilere girme ve kendini tanıması yönünde özgüvenini geliştirmesinde katkı sağlayabilir. Bandura (1997), bireylere, aileden ile çevreden sağlanan sosyal destek ne kadar yüksek olursa, sosyal olaylara girmede yaşanabilecek problem durumlarını çözmede o denli ısrarcı çaba sarf edebileceklerini ve böylelikle bireylerin daha başarılı olabileceklerini vurgulamıştır (Akt. Arslan, 2009).

Stresle başetmede koruyucu, tampon olan bir diğer kavram da sosyal destektir, Sosyal destek kavramının yaşam olayları ve kriz durumlarında sağlığı koruyucu rolü bulunduğu bilinmektedir. Ergenlik dönemi de yaşam döngüsünün en zorlu dönemi olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle, özellikle bu dönemde sosyal desteğin çok daha önemli olduğu düşünülmektedir (Köse, 2009).

Thoits (1982)' e göre, sosyal desteğin yaşantılarımızda ya doğrudan ya da olay gerçekleşikten sonra koruyucu olarak etkisi vardır. Kazada yaralanmamak için emniyet kemeri takmak gibi destekleyici müdahaleler doğrudan etkiyi, stresli olay meydana

geldikten sonra harekete geçmekte, stresi hafifletmekte ve mücadele kapasitesini artırması da koruyucu etkiyi oluşturmaktadır (Akt. Arman, 2009).

Psikolojik danışmanlar, psikologlar, sosyal hizmet uzmanları, eğitimciler ve sosyal bilimciler, risk altında bulunan çocuklarda gelecekte oluşabilecek olumsuz davranışları ya da yetersizlikleri ve incinebilirliklerini azaltma, zorlukların üstesinden gelme ya da sıyrılabilme becerilerini kazandırmak için gerekli önleyici programlar geliştirme, uygulama ve değerlendirme çabası içindedirler. (Gizir, 2004; Gürkan, 2006).

Gençlerde oluşabilecek ve olumsuz davranışları, yetersizlikleri ve hassasiyetleri betimlemek ve bunlara müdahale edebilmek adına ergenlerde yılmazlık ve sosyal destek algısının incelenmesi önem arz etmektedir. Elde edilen bulgular neticesinde çocuklara, gençlere ve yetişkinlere sağlanan danışmanlık hizmetlerine de katkı sağlanabileceği düşünülmektedir.

### **1.1.Problem durumu**

Kırkıncıoğlu (2003) birey, kendi içinde yaşadığı sosyokültürel ve ekonomik koşullar içinde gelişir, kişiliğini bu koşullar oluşturur. Çocuğun içinde doğduğu ailesi ve onlarla etkileşimi, ailenin birey sayısı, sosyal ve ekonomik durumu, çocuğun doğuş sırası ve kardeş sayısı, çocuğun doğduğu coğrafya ve sosyal çevre gibi etkenler ve bireyin içinde bulunduğu toplumun kültürü, onun biyolojik olarak kalıtımla getirdiği özelliklerini işler, biçimlendirir.

Arslan' ın (2009) ergenlik ile ifade ettiğine göre, Çocukluktan yetişkinliğe geçiş hazırlıklarını içine alan bir gelişme evresi olan ergenlik döneminde, bireyin çevresinde ve iç dünyasında; fizyolojik, bilişsel, psikolojik ve sosyal boyutlarda değişimler gerçekleşmektedir. Bu anlamda ergenlik dönemi; gencin aile ve çevre desteğini hissetmeye en fazla ihtiyacı olduğu yaşam dönemi olarak nitelendirilmektedir. Bu süreçte genç, çevresi ve kendisiyle ilgili birçok veriye sahip olduğundan uyum sorunlarıyla karşılaşabilmektedir.

Ergenlik; bireyin biyolojik, psikolojik ve sosyolojik anlamda birçok değişlikle karşılaştığı bir dönemdir. Bu dönem, her bireyde farklı yaşantılar içerse de, genel anlamda yaşamın en zor, en değişken, çalkantılı dönemi olarak kabul edilir. Bu dönemde, yetişkin olma çabası içindeki gencin, benlik karmaşası ve uyum problemleri artar. Ergenlerin sağlıklı bir kimlik geliştirebilmesi için her şeyden önce; karşılaştığı problemleri çözebilmesi gerekir. Bu zorlu dönemdeki olumsuzluklara karşı, yüksek özgüven, yılmazlık ve içsel denetime sahip olma gibi özelliklerin, ergenin zorlu dönemi sağlıklı geçirmesine yardım edeceği düşünülmektedir (Ünüvar, 2012). Ergenlik dönemi, bireyin, küçüklüğünden beri en fazla ilişkide olduğu aileden, arkadaşlara ve çevreye daha fazla açıldığı bir dönemdir. Bu dönemde pek çok yönden hızlı değişimler ve kimlik oluşturma çabaları yaşanmaktadır. Birey bir yandan daha özgür olduğunu ve büyüdüğünü kanıtlamaya çalışırken, bir yandan da çevresinde sürekli destek bulmak istemektedir. Bu desteği sağlayabileceği en temel unsurlar aile, arkadaşlar ve öğretmenlerdir (Dülger, 2009).

Erik Erikson' a göre ergenlik döneminin en önemli sorunu, kimlik arayışıdır. Dengeli bir kimliğin sağlanması, bireyin “kendisinde süreklilik ve bütünlük yeteneğine” ve tutarlı düzenleme yapabilmesine ya da tutarlı yaşam biçimleri geliştirebilmesine” bağlıdır. Erikson, geleneksel psikanalistler gibi, toplumsal ve kültürel etkenleri görmezlikten gelip yalnızca içsel gerçeklere yaslanmıyor. Onun öğretisi “ergenin kimliğinin oluşmasında çevresiyle olan iş birliğine bakılır” varsayımına dayanıyor (Yavuzer, 2001).

Ergenlik döneminde yaşanan karmaşa ve sorunlarla ilgili olarak, ergen yaşamakta olduğu dönemde gelişmiş ya da gelişmekte olan beden yapısı sorumlulukları ve erişkin bir insan olma yolunda ilerlemesi gibi psikolojik ve sosyal içerikli sorunları değerlendirmeye başlamıştır. Bu sorunlar içerisinde kimlik kargaşası yaşar. Kimlik krizi her gencin yaşadığı doğal bir süreçtir. Bu süreç sayesinde ergen kendi kimliğini bulur. Yeni değerler geliştirir, yeni bağlantılar kurar ve yeni kararlar alır. Bu sürecin tamamlanmadığı durumlarda ergen rol karışıklığı içine girer. Rol karışıklığı içinde olan ergen psikososyal gelişimin doğal yaşantısı olan çatışmaları, arayışları

çözümleyememiştir. Çözümlememiş olan kimlik krizi sonucunda ergenlerde olası durumlar (Aydın, 2005):

- Ben ile kimlik arasında karmaşa
- Aşırı gelişmiş benlik imajı
- Belirtilerde aşırı kayma ve değişiklik
- Geçmiş ile şimdi arasındaki devamlılığın zayıflaması
- Yüksek düzeyde kaygı
- Kendi özelliklerinden yeterince emin olmama.

Ergenlik fark edilir değişikliklerle karakterize edilen; hayat boyu sürece kavrayışların, inançların, değerlerin ve alışkanlıkların gelişimi için kritik bir dönemdir. Ergen; bir kimlik oluşturmanın, değişen fiziksel değişiklikleri kabul etmenin, sağlıklı bir hayat tarzı için beceriler kazanmanın, aileden ayrılmanın, ahlaki kurallar ve değerler oluşturmanın, topluma katkıda bulunan bir fert olmanın ve bir meslek seçmenin gelişimsel sorumluluklarıyla mücadele eder (Anderson&Olnhousen,1999; Ünüvar, 2012).

Şencan' ın (2009) aktardığına göre Ergenlik döneminde bireylerin başarması gereken gelişim ödevleri, gerçekleştirmek istedikleri idealleri vardır. Ergenlerin, fırtınalı ve benlik karmaşalarının sıkça yaşandığı bu dönemi sosyal destek kaynaklarını kullanarak daha uyumlu ve sağlıklı geçirebilecekleri ve bireylerin yaşam dönemleri içinde en fazla ergenlik döneminde sosyal desteğe ihtiyaç duydukları ifade edilebilir (Akin ve Ceyhan, 2005).

Ergenlerin sosyal destek ihtiyaçlarıyla ilgili olarak, Richaud de Minzi ve Sacchi (2004), ergen yalnızlığının doğru olarak değerlendirilebilmesi için, sadece yalnızlık duygusunun kaynaklarının değil, aynı zamanda sosyal ilişki ağının en önemli kişileri olan aileler ve arkadaşlarla olan ilişkilerinin de ergenler açısından nasıl algılandığına bakılması gerektiğini belirtmişlerdir (Akt. Köse, 2009).Ayrıca destekleyici bir yetişkine

bağlanma, çocuğu, kötü davranışın etkilerinden kurtarmayı destekler. Sevildiğini ve ilgi gördüğünü hissetmek mağdur edilen çocuğa, zorluklar karşısında yardımcı olacak güç, iyimserlik ve maneviyat duygusunu verir. Ailede, komşuda ya da içinde bulunduğu toplumda güvenilir birinin bulunması iyileşmeyi, başa çıkmayı ve yılmazlığı teşvik eder (Thomlison, 1997; Onat, 2010).

Çevresel şartlar çocuğun çekirdek ailesine ve kişiliğine dıştan gelen, dışsal olan olayları, akrabalar, bakıcılar, arkadaşlar, akranlar, öğretmenler, komşular ve diğer kişilerle olan ilişkileri içerir. Bu ilişkiler; okul deneyimleri, müfredat dışı aktiviteleri, sosyal baskılar ve profesyonel müdahaleler gibi ev dışında meydana gelen olayları kapsar. Çevresel şartların etkileri, birlikte uyum içinde çalışabildiği gibi tek tek yılmazlığı desteklemek ya da engellemek için de çalışabilir (Brown ve Rhodes, 1991; Onat, 2010). Onat' ın (2010) bir başka aktarımına göre ergenin depresif ruh hali, ailede istikrar ve uyumun yokluğu ile birlikte zayıf anababa iletişimi arasında doğrudan ilişki olduğunu gösteren kanıtlar vardır. Aynı zamanda, aile ve sosyal kaynakların, depresyonu azaltma, özgüveni yükseltme, özsaygıyı arttırma, başa çıkma davranışını şekillendirme ve genel yılmazlığa katkıda bulunma gibi çocuk ve genç insanlar üzerinde olumlu katkısı olduğunu gösteren kanıtlar bulunmaktadır (Mc Namara, 2000).

## **1.2. Amaç ve önem**

Alan yazın incelendiğinde yılmazlık ve algılanan sosyal destek üzerine ayrı ayrı yapılmış araştırmalar olmakla birlikte; sosyal desteğin öğrencilerin yılmazlık düzeylerinde etkili olup olmadığı ya da ne kadar etkisi olduğu ile ilgili araştırmaya rastlanmamıştır.

12 ve 18 yaşlar arasındaki ergenlerde yılmazlık konusu 1990 ve 2000 yılları arasında yayımlanmıştır (literatüre girmeye başlamıştır) (Olsson ve diğerleri, 2003). Bu nedenle ergenlerde yılmazlık konusunun çalışılması, bu kavramın diğer kavramlarla ele alınması ve incelenmesinin yerinde olacağı düşünülmektedir.

Ülkemizde yılmazlık kavramının önemi yeni anlaşılmaya ve yılmazlığı arttırıcı çalışmalar üzerinde durulmaya başlanmıştır. Zor yaşam koşulları içerisinde yetişen çocuk ve ergenlerde ilerde oluşabilecek olumsuzlukları önlemek için çalışma yapma gereği ortaya çıkmıştır (Onat, 2010). Ayrıca olumsuz ve zorlu koşullarda yaşayan aileler ve çocuklara yardım hizmetlerine ayrılan bütçelerin yetersizliği ya da ilgili bütçelerin giderek azaltılması, olumsuz yaşam olaylarına karşı yılmazlığı arttıracak düşük maliyetli araştırma, geliştirme ve uygulama yöntemlerinin geliştirilmesini zorunlu kılmaktadır. Risk altındaki çocuk ve ergenlerde yılmazlığı geliştirecek ya da arttıracak bilgi, becerilerin kazanılması ve uygun yöntemlerin geliştirilmesi okul, toplum ve aile hizmetleri alanlarındaki önleyici çalışmaların etkinliğini de arttıracaktır (Kumpfer, 1999; Gürkan, 2006).

Çeşitli çalışmalar sosyal desteğin olumlu ve önemli olduğunu psikolojik ve fiziksel sağlık ile ilişkili koruyucu faktör bir olduğunu göstermiştir (Cohen & Wills, 1985 , Mulvaney-Day ve diğerleri, 2007 , Uchino 2006, 2009; Xia ve diğerleri, 2012).

Yılmazlık, önlemsel alanlarda araştırma ve uygulama için gittikçe popüleritesi artan bir konsepttir. Risk taşıyan çocuklar ve ailelerine yapılan destek servislerine olan yatırım düşürüldüğü için, negatif hayat şartlarına yönelik yılmazlığı arttırabilmek için ciddi şekilde bilgiye ihtiyaç duyulmaktadır (Kumpfer, 1999).

Bu çalışmanın lise öğrencilerinin yılmazlık düzeyleri üzerinde algılanan sosyal desteğin etkileri açısından katkı sağlayacağı düşünülmekte ayrıca ülkemizde bu değişkenlerle yapılmış olan çalışma sayısının sınırlı olması nedeniyle, bu konularla ilgili araştırma yapmanın ve ilgili alanda bilgi sahibi olmanın çocuklara, gençlere, ebeveynlere yönelik yapılacak psikolojik danışma ve rehberlik çalışmalarına fayda sağlayabileceği ve bu alanlarda gelecekte yapılacak çalışmalara kaynak oluşturabileceği düşünüldüğünden önemli görülmektedir. Ayrıca bu araştırmadan elde edilen sonuçlar, lise öğrencilerinin yaşadığı zorlu yaşam sorunlarının belirlenmesi, psikolojik sorunlarının betimlenmesi, tespit edilen sorun ve problemlerin çözümü ve giderilmesinde, psikolojik destek veren uzmanlara, ailelere ve eğitimcilere de kaynak

olacaktır. Ruh sağlığı uzmanlarının, retmenlerin ve ailelerin önleyici çalışmalarda bulunabilmelerine de kaynaklık edecektir.

### **1.3. Araştırma Problemi**

Ebeveynleri Boşanmış ve Boşanmamış Olan Lise ğrencilerinin Yılmazlık Düzeyleri ile Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkide anlamlı bir fark var mıdır?

#### **Alt Problemler**

1. Ebeveynleri Boşanmış olan lise ğrencilerinin Yılmazlık düzeyleri ile Sosyal Provizyon Algıları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?
2. Ebeveynleri Boşanmamış olan lise ğrencilerinin Yılmazlık düzeyleri ile Sosyal Provizyon Algıları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?
3. Lise ğrencilerinin Ebeveynlerinin evli ya da boşanmış olma durumuna göre Sosyal Provizyon algılarında farklılaşma var mıdır?
4. Lise ğrencilerinin Ebeveynlerinin evli ya da boşanmış olma durumuna göre Yılmazlık düzeylerinde farklılaşma var mıdır?

### **1.4. Sayıtlar (Varsayımlar)**

Bu araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve sonuçların analizinde hareket edilecek varsayımlar:

1. Araştırmaya katılan öğrenciler araştırmaya gönüllü olarak katıldıkları, uygulanan lme araçlarına içtenlikle ve doğru olarak cevap verdikleri varsayılmaktadır.
2. Bu tez çalışmasında elde edilen sonuçların ergenler için genellenebileceği varsayılmıştır.

## 1.5. Sınırlılıklar

1. Araştırma, Karaman ili içinde öğrenim gören lise öğrencileriyle yapılmıştır. Dolayısıyla araştırmadan elde edilen bulgular, yalnızca bu öğrencilere benzer özelliklerdeki kişilere genellenebilir.

2. Araştırmada incelenmiş olan “Yılmazlık Ölçeği” nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

3. Araştırmada incelenmiş olan “Sosyal Provizyon Ölçeği” nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

## 1.6. Tanımlar

**Yılmazlık:** Stresli yaşam deneyimlerine, olumsuz ve zorlu yaşam koşullarına rağmen mevcut zorlukların üstesinden gelebilen ve beklenenden daha iyi gelişme gösterebilen bireylerin ayakta kalmalarını sağlayan geliştirilebilir özelliklere sahip olma (Gürkan, 2006).

**Sosyal destek:** Başkaları tarafından kişinin psikolojik sağlığının korunması, kritik hayat olaylarına uyumun kolaylaşması ve gelişimin en uygun biçimde ortaya çıkması için sağlanan duygusal, fiziksel, bilgilendirici, araçsal ve parasal yardım olarak da tanımlayabiliriz (Dunst ve ark. 1986; Arman, 2009).

## BÖLÜM II

### 2.1. YILMAZLIK İLE İLGİLİ KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1.1. Yılmazlığın tarihsel gelişimi

Yılmazlık kavramı tarihsel açıdan ele alınacak olursa, bu kavram özü gereği bir Birleşik Devletler kavramıdır. Bu kavramın kökeni , Horatio Alger tarafından 19. yüzyılın sonlarında kaleme alınan hikâyeler ve kitaplarda yer verilen kahramanlık hikâyelerine dayanır (Rigsby, 1994; Ünüvar, 2012).

Davranış bilimleri, özellikle psikoloji, karmaşık süreçleri açıklamak için fizik ve mühendislik bilimlerinden bazı kavramları ödünç alarak kullanmıştır. Örneğin; “enerji” ve “dinamikler” güdülenme ve fiziksel işlevselliği ifade etmek için kullanılmıştır. “Yılmazlık” terimi ise daha çok malzeme bilimleri ve inşaat mühendisliği alanlarında karşımıza çıkmaktadır. Bu alanlarda genel olarak yılmazlık; “bir materyalin sıkıştırıldığında, bozukluklara uğradığında eski şekline veya pozisyonuna dönmesini sağlayan materyalin, maddenin sahip olduğu esneklik gibi bir takım özelliklerini ifade etmektedir” (American Heritage Dictionary, 1978; Özcan, 2005). Mühendislik bilimlerinde yılmazlık karşılaşılan bir güçlüğün üstesinden gelebilme kapasitesi ve hızını sağlayan özellikleri ifade etmek için kullanılır (Tarter ve Vanyukov, 1999; Özcan, 2005).

Yılmazlık kavramı terimsel olarak ; Latince “resiliens” (yılmaz/ sağlam) kavramından türemiştir. Resiliens maddenin, elastik olması ve asıl formuna orijinal haline kolayca dönebilmesi demektir (Greene, 2002). Webster Yirminci Yüzyıl Sözlüğü’ne (1958) göre yılmazlık ‘maddenin sıkıştırıldığında sonra eski formuna geri dönebilmesi ve bu özelliğe sahip olması ‘anlamındadır. The Random House Sözlüğü (1967) yılmazlık ‘sıkıştırılmasına ve esnetilmesine rağmen orijinal halini koruyan ve eski haline dönebile’ olarak tanımlar. Orijinal formuna dönebilme esneklik özelliği, becerisi olarak karşımıza çıkar. Amerikan Heritage Sözlüğü de yılmazlığı (1973)

“değişim, hastalık ve kötü kaderden hızlıca kurtulma, iyileşme’ olarak betimlemiştir. Redhouse İngilizce sözlüğüne göre ‘yılmazlık’ (2002) dirençli olma, iyileşme gücü, zorlukların üstesinden gelebilme gücü, esneklik olarak tanımlanır (Akt. Güran, 2006). Yılmazlığın kelime anlamı esneklik kabiliyeti (Harriman, 1958), değişen çevreye başarılı adaptasyon süreci (Darwin, 1898; Cicchetti & Cohen, 1995), atılgnlık ve psikolojik dayanıklılık olarak alınabilir (eAnthony, 1974; Kobasa, 1979; Rhodewalt & Zone, 1989; Maddi & Khoshaba, 1994; Florian, Mikulincer, & Taubman, 1995; Ramanaiah, Sharpe, & Byravan, 1999; Olsson ve diğerleri, 2003).

1960 lardan itibaren ise davranış bilimcilerin gelişim sürecinin farklı sonuçlarını tanımlamak için yeni kavramlara olan ilgileri artmıştır. Bu kavramsal ilginin temelleri gelişimsel yolları ortaya koyan boylamsal çalışmalara dayanmaktadır. Yılmazlığa olan ilginin çıkış noktası çocuklardan maruz kaldıkları sıkıntılardan dolayı olumsuz gelişimsel sonuçlar beklenirken, çocukların olumlu gelişimsel sonuçlar göstermeleridir. Ortaya koyulan bu yeni kavramlar içerisinde en fazla dikkat çeken yılmazlıktır (Kaplan, 1999; Özcan, 2005).

Yürütülen ilk yılmazlık çalışmalarında başlangıç olarak yılmaz bireyler incelenerek bu bireylerin sahip oldukları özellikler tespit edilmeye çalışılmıştır. Yılmaz bireyleri tanımlamak için literatürde “resilient” kavramı kullanılmaktadır. “Resilient” beklenenden daha kolay ve çabuk iyileşen, kendini toparlayan, güçlükler karşısında dirençli, riski durumların üstesinden gelebilen, esnek kişileri ifade etmektedir (Bezmez, Blakney, Brown, 1999). Yılmazlık bir kişilik özelliği olarak İngiliz literatüründe ‘resiliency’ ‘resilience’ kavramlarının kullanıldığı çabuk iyileşme kapasitesine sahip, zorlukları mücadele gücü yüksek, dirençli, sağlam, esnek anlamlarında kullanılır (Ayvaşık, ve diğerleri 1998; Güran, 2006).

1970 lerde psikologlar ve psikiyatristlerden önde gelen bir grup çocuklardaki psikopatolojik risk, genetik ve deneysel durumlara bağlı gelişim problemlerindeki yılmazlık fenomenine dikkat çekmeye başlamışlardır. Bu öncüler, risk ve zorluk bağlamı içerisinde iyi gelişmiş çocuklar üzerinde araştırma yapmışlar ve çocukların yaşamlarında risk faktöründe müdahale ve önleme için neyin fark yarattığını öğrenmeye

çalışmışlardır (Anthony, 1974; Garnezy, 1971, 1974; Murphy, 1974; Murphy ve Moriarty, 1976; Rutter, 1979; Werner ve Smith, 1982; Masten, 2001).

Yılmazlıkla ilgili yapılan ilk çalışmalar ciddi zihinsel rahatsızlığı olan hastaların, uyumsuzluklarını anlamak ve problemlerin ortaya çıkış nedenleri ile bu hastalıkların oluşmasına uygun zemin hazırladığı düşünülen risk faktörlerini bulmak amacıyla yapılmıştır. Diğer hastalara göre daha uyumlu davranışlar sergileyen bir kısım hastanın da anormal olduğu düşünülmüştür. Bu hastalar uyumlu davranışları olmasına rağmen Luthar, Cicchetti ve Becker'in (2002) araştırmasında dikkate alınmamıştır. Örneğin; şizofren hastalar üzerindeki araştırmaların tarihinde genelde tipik olumsuz sonuçlar üzerinde odaklanıldığı ve araştırma deneklerinin küçük bir kısmına ait olan olumlu ve daha uyumlu sonuçların ise görmezden gelindiği görülmüştür (Glantz ve Sloboda, 1999; Gürkan, 2006).

### **2.1.2. Yılmazlık kavramının tanımı**

Masten'in (1994) yılmazlık kavramı tanımlaması; riskli ve stresli koşullar altında bireylerin gösterdikleri içsel ve dışsal iyi uyumu şeklinde ifade edilmiştir. Psikolojik uyum, içsel süreçler ve dışsal davranışlar olarak iki ana parçadan oluşmaktadır. İçsel uyum; bireyin id ve süper ego arasında içsel denge ve ego gücü terimleriyle ilişkilidir. İçsel uyumsuzluk, psikolojik rahatsızlıklar, problemler, sıkıntılar ve kaygı ile ifade edilmiştir. Ayrıca psikolojik uyum yeterli hissetme ve topluma uyumla ilişkili, zayıf ve yetersiz psikolojik uyum ise antisosyal davranış örüntüleri ve sosyal uyumsuzluklarla ilişkilidir (Akt.Onat, 2010).Yılmazlık, bireylerin stresli yaşam olaylarıyla mücadele ederken ve günlük yaşamın getirdiği değişikliklere sağlıklı bir şekilde uyum göstermesini sağlarken, gözlenebilen tutumlar, kişisel bir güç ve baş etme davranışdır (Joseph, 1994; Ünüvar, 2012). Yılmazlık temel olarak stres yaratan olaylar ve sorunlar karşısında başarılı bir şekilde üstesinden gelmiş olma sonucundan ziyade, stres tarafından beslenir.

Yılmazlık sadece değişkenliğin ötesinde uyum başarısını yükseltmek için uygun yanıtlar kullanma olarak kavramsallaştırılmaktadır ( Cheng, 2001 ; Waugh ve diğerleri, 2011; Waugh & Coster, 2014). Yılmazlık risk ve korunma, bireyin içsel ve dış yaşam çevresi arasındaki dinamik süreci irdeleyen konsepttir (Rutter, 1985, 1999; Olsson ve diğerleri, 2003 ). Yılmazlık, adaptasyon ve gelişime ait ciddi tehditlere rağmen iyi bir sonucun çıkması olarak açıklanabilir. Yılmazlık üzerindeki araştırmalar bu iyi sonuçların sürecini anlamaya çalışmaktadırlar. Yılmazlık iki çeşit büyük kanı gerektiren sonuçsal ve bağlamsal bir yapıdır (Masten, 1999b; Masten & Coatsworth, 1998; Masten, 2001,) .İlk kanı sonucun tehdit kısmıdır. Bireylere yönelik özel bir tehdit yoksa bireyler yılmaz bireyler olarak nitelendirilemezler. Geçmişte ve ya mevcut an içerisinde normal gelişimi tehdit eden bir tehlike bulunmalıdır. Bir diğer deyişle gösterilebilir bir risk olmalıdır.

Yılmazlık kavramının temelinde genellikle geçiş, uyum, felaket veya sıkıntılı süreçler üzerine yapılan tartışmalarla ilişkilidir. Yılmazlık, çoğu zaman sıkıntılı yaşam olaylarına rağmen, bireyin gelişmesine olanak sağlayan ve bireyin uyumunu kolaylaştıran baskıya dayanaklı kişilik özelliği olarak karşımıza çıkmaktadır (Ahern ve diğerleri, 2008; Ünüvar, 2012). Ayrıca yılmazlık yalnızca strese karşı dayanıklılığı ifade etmez, negatif durumlardan kurtulabilmektir (Garmezy, 1991; Olsson ve diğerleri, 2003).Ayrıca bazı araştırmalar yılmazlık tanımını daraltarak, yalnızca yılmazlık faktörlerine veya koruyucu kişilik özelliklerine odaklanarak tanımlar yapmışlardır (Wolin & Wolin, 1993; Kumpfer, 1999).

Yılmazlık “ değişen ve tehdit eden durumlara rağmen süreç, kapasite ve sonucun başarılı uyumudur... Yüksek risk durumlarına rağmen iyi sonuçlar elde etme veya tehdit altında devamlı bir yeterlilik ve travmadan kurtulabilme” olarak açıklanabilir (Masten, Best, & Garmezy, 1990; Kumpfer, 1999).Fonagy, Steele, Steele, Higgitt, ve Target (1994) yılmazlığı “ zorlu durumlar altında normal gelişimi sürdürebilme” olarak tanımlamışlardır ( Akt. Olsson ve diğerleri, 2003).Yılmazlık, stresörler karşısında güçlü başa çıkma becerilerine sahip bireylerin, stresli ve sıkıntılı durumlardan başarılı bir şekilde çıkmalarını sağlayan ve mücadeleyi de içine alan başa çıkma sürecidir. (Richardson, Neiger, Jensen, & Kumpfer; Ünüvar, 2012).

Yılmazlık “sıkıntılı ve riskli yaşam olaylarına ve tehdit içeren çevreye rağmen bireyin başarılı bir uyum ve gelişimi, süreci veya kapasitesi” dir. Genellikle, insana atfedilen bir özelliği ifade etmektedir. Yılmazlık özelliği farklı şekillerde değerlendirilmekte; kişisel bir özellik, bir süreç veya bir sonuç olarak görülmektedir (Glantz ve Sloboda, 1999; Onat, 2010).

Yılmazlık araştırmalarında, tanımın risk kısmı çeşitli şekillerde açıklanır. Örneğin, sosyo ekonomik durumlar, yakın zamanda olmuş olayların listelenmesi, büyük toplumsal travmalar, düşük doğum ağırlığı, boşanma ve çeşitli risk faktörlerinde bulunan çocukların risk hesaplarını birleştirmek gibi (Kaufman, ve diğerleri, 1994; Luthar, 1999; Luthar ve diğ., 2000; Masten, 2001).

“Yılmazlık, temel olarak çocuğun stresle baş etme stratejilerinin neler olduğu ve travmadan çıkma, kurtulma iyileşme ile ilgilenen genel bir terimdir. Yılmazlık, olumlu baş etme becerileri sonucunda, uyum ve yeterlik gibi olumlu gelişim gösterme, geleceğe yönelik iyimser olma ve umutla ilgilidir” (Murphy, 1987; Gürkan, 2006). Çocukluk yılmazlığı ele alındığında, yaşamsal zorluk ve risklere rağmen olumlu adaptasyon sergileyebilme karşımıza çıkmaktadır (Luthar, 2003). Esneklik anlamında da kullanılan yılmazlık kavram, önemli bir riskli ya da sıkıntı yaratan bir olay karşısında başarılı adaptasyon süreci ve işleyiş olarak tanımlanmıştır (Masten, 2006; Bell ve diğerleri, 2013).

Pozitif psikoloji bileşeni olarak, esneklik (yılmazlık) olumlu ruh sağlığının bir göstergesidir. Esneklik olumsuz bir olaya maruz kalan bireylerin sağlıklı kalma kapasitesi olarak tanımlanır (Bonanno, 2004; Peng ve diğ., 2011).

Ünüvar’ın (2012) araştırmacıların, uzmanların yılmazlık tanımlarından ortaya koyduğu derlemeye göre yılmazlık; Anthony (1974) araştırmasında, ‘psikolojik olarak dayanıklı çocuk’ tanımını yapmaktadır. Bu tanımlamaya göre yılmazlık terimi, geçmiş yaşantılarında derin veya uzun süre sıkıntılara ve psikolojik strese maruz kalmış olmasına rağmen, duygusal açıdan sağlığını korumuş ayrıca bu süreçte üstün bir şekilde beceri geliştirmiş çocukları belirtmektedir. Rutter’ a (1979) göre yılmazlık, sıkıntının durumların üstesinden gelme, stresi kontrol altına alabilme, stresle başa çıkma ve

dezavantajlı durumlara rağmen gelişim gösterebilen bireylerde görülür. Rutter' e göre (1987) psiko-sosyal yılmazlık, riskten kaçınmak yerine risk alma ve bu durumlarda başarılı bir şekilde uyum sağlama ve mücadele etmeyi içerir. Liddle (1994) yılmazlığı, bireyin çevreye vermiş olduğu tepkiler ve başa çıkma olarak ifade etmektedir. Gordan (1995) yılmazlığı, gelişen koşullar veya yaşanan engeller karşısında bireyin beceri artırma kapasitesi, olgunlaşma, gelişim gösterme yetisi olarak tanımlamaktadır. Ahern ve diğerleri (2006) yılmazlığı, kişinin uyumunu destekleyen ve stresin birey üzerindeki zararlı etkilerini azaltan karakteristik bir özellik olarak ifade etmektedirler. Luthar ve diğerleri, yılmazlık ve ego-yılmazlık arasındaki farkı incelemiştir. Ego-yılmazlığı, kişinin karakteristik özelliğini ifade eder ancak stresli bir durum yaşanmadığı sürece ve birey strese maruz kalınmadığı takdirde yılmazlıktan ayrılır. Luthar ve diğerleri (2000) yılmazlığı, stresli ve sıkıntılı bir duruma maruz kalma karşısında etkisini gösteren dinamik bir süreç olarak açıklar.

Pek çok uzun soluklu çalışma yılmazlık faktörlerini ve süreçlerini farklı yapılar da incelemiştir. Örneğin, Bronfenbrenner ve Crouter (1983) bağlamsal risk ve koruyucu faktörleri, müdahale süreci ve kişisel özellikleri çalışmak için sosyal ekoloji modelleri ya da kişi-süreç- bağlam modellerini kullanmayı tavsiye etmişlerdir. Rutter (1987) yılmazlığın yalnızca durağan faktörler yerine süreçlerle daha iyi anlaşılacağını belirtmiştir (Akt. Kumpfer, 1999).

Masten (1994) yılmazlığı “ağır riskli durumlar karşısında başarılı bir adaptasyon ve toparlanabilme, eski normal haline dönme” olarak tanımlar. Milstein ve Henderson (1996) ise yılmazlığı “kendi kendini düzeltme ve gelişimi devam ettirme süreci, tekrar toparlanma, zorluklara karşı direnç ve kendi kendine iyileşme kapasitesi” olarak tanımlamıştır (Onat, 2010). Ünüvar' ın (2012) aktardığına göre bireyin psikolojik ihtiyaçlarını ve hayata kalma stratejilerini ele aldığımızda yılmazlık olgusu karşımıza çıkmaktadır. Yılmazlık özellikle risk altındaki gençler üzerinde uyumu kolaylaştıran ve hayata bağlanmaya destek olan sayısız faydalar sunmaktadır. Ahern ve diğerlerine (2006) göre yılmazlık bireyin sağlıklı uyum sağlamasına destek sunan ve stres kaynaklı zararlı etkileri minimize eden karakteristik bir özelliktir (Thompkins & Schwarz 2009).

Masten ve diğerkleri (1990) daha yaygın kullanılan terimlerle yılmazlığı, tehdit edici yaşam olaylarına rağmen bireyin başarılı bir şekilde uyumunun sonucu, sũreci veya uyum sağlayabilme kapasitesi olarak tanımlamaktadırlar. Ayrıca yılmazlığı ũç model altında belirtmektedirler. Bunlar :

a)Problemlle başa çıkma modeli,

b)Sũrekli ve şiddetli sũregelen olumsuz durumlara karşı direnme modeli,

c)Travmadan kurtulma modeli (kardeşin ya da ebeveynin lũmũ gibi) olmak ũzere yılmazlık ũç farklı model şeklinde tasnif edilebilir (Howard ve diğ., 1999; ũnũvar, 2012).

Rirkin ve Hoopman' ın (1991)yılmazlık tanımına göre: yılmazlık, “geriye sıçrama (spring back), geri sekme (rebound), sıkıntılı olaylar karşısında başarılı adaptasyon sağlama yetisidir. Gũnũmũz dũnyasında bireyin maruz kaldığı ciddi stresli durumlara rağmen akademik, sosyal ve mesleki yeterlilik geliştirme kapasitesidir”. Bu tanımlamadan yola çıkılarak genç, yaşlı fark etmeksizin, herkesin yılmazlık becerileri geliştirebileceği ifade edilmektedir (đũlmũř, 2001).

Esneklik direnç aksine, travma sonrası bũyũme sırasında oluşan olumlu bir psikolojik değişim ve kişisel gelişimi açıklamak için kullanılan travma sonrası adaptasyon sũrecidir (Tedeschi & Calhoun, 2004; Measham ve diğerkleri, 2014).

Yılmazlık, yaşanan önemli bir sıkıntı, problem veya stres yaratan bir durum karşısında beklenenden daha iyi uyum gösterme, gelişimini devam ettirme becerisidir. Söz konusu bu beceri zamanla gelişim gösterir, bu gelişim kişiden kişiye farklı olabilir, bireyin kişisel ve çevresel koruyucu faktörleri risk tarafından etkilenir ve bu durum sağlığın değişimi ve sũrekliliđine katkıda bulunur. Yılmazlık, sınırları belli bir alan için (psikososyal, fiziksel, iş veya okul) tanımlanabileceği gibi tamamen genel bir yılmazlık olgusu olarak da tanımlanmaktadır (Tusaie ve diğ., 2007; ũnũvar, 2012).

Yılmazlık literatũrde ũç grubu ifade etmek için kullanılır. Yũksek risk etmenlerine rağmen başarılı bir gelişim sergileyen ve başarılı olan ũnlũ kişiler birinci

grubu oluşturur (zorluklar içinde yaşamalarına rağmen sanat, siyaset ve iş dünyasında başarılı olan insanlar). Stresli yaşantılara rağmen pozitif adaptasyon sağlayan kişiler, ikinci grup. nc grup ise, riskli, sıkıntılı yaşam olaylarının üstesinden gelen ocuklar. Yılmaz ocuklar ile gerçekleştirilen çalışmalarda, bu çocukların, güçlüklerin üstesinden gelmelerini sağlayan karakteristik özellikleri incelenir (Masten,1994; Onat, 2010).

Esneklik (yılmazlık) bireyin travmaya tabi olmasına rağmen stabil, sağlıklı, psikolojik ve fiziksel işleyişini koruma yeteneği olarak tanımlanır (Betancourt, 2008; Measham ve diğerleri, 2014)

Yılmazlık riskli ve stresli olaylar karşısında olumlu sonuçlar elde etmeyi destekleyen önemli bir faktördür. (Ahern ve diğerleri, 2006). Yılmazlık düzeyi yüksek olan gençler kendini çaresiz hissetme, umutsuzluk hali, ve depresyona girme gibi durumların üstesinden gelmede daha başarılıdırlar. Ayrıca yılmazlık güçlü olma duygusuyla risk altındaki gençleri koruyan, destekleyen bir süreçtir. Yılmaz gençler çoğunlukla olumsuz duygulara kapılmamakta ve kendilerine zarar veren davranışlardan uzak durmaktadırlar (Akt:Thompkins & Schwarz; nvar,2012).

Araştırmacılar, yılmazlığın doğuştan gelen özelliklerden ziyade daha çok sonradan öğrenme süreçleri ile kazanılan bir beceri olduğunu belirtilmiştir. Bazı kişilerin yılmazlık becerisine doğuştan daha eğilimli olmaları ne sürülse de olsa yılmazlık özellikleri sonradan normal insanların büyük çoğunluğu tarafından kazanılabilir. Yılmazlık uygun şartlar altında genç ya da yaşlı herkes tarafından geliştirilebilir (ğlmş, 2001).

Bazı araştırmalarda yılmazlık için karakteristik bir özellik olduğu belirtilse de Schoon'a (2006) göre, yılmazlık karakteristik bir özellik değildir. Yaşanan sıkıntılar ve stresli durumlar bireyin kolay uyum sağlaması, yaşantısına başarılı bir şekilde devam ettirebilmesi tek başına bireysel özelliklerle açıklanamaz bu durum çoğunlukla aileden ve çevreden destek, etkileşim ve süreçlerle ilişkilidir. Bireyin çok yönlü gelişimi ve

değişimi gelişim sürekli olarak içinde yaşadığı sosyal ve kültürel çevreden etkilen ve bu etki altında şekillenir. Yılmazlığın var olması ve gelişimi kısmen kültür tarafından da etkilenir. Bundan dolayı, kültürel deneyim ve yaşantıların, stresle başa çıkma biçimlerini nasıl etkilediğini anlamak da gerekmektedir. Yılmazlık düzeyi yüksek bireyler yaşanan sıkıntılı ve riskli durumlardan başarılı bir şekilde çıkabilir ve bunun sonucunda etkili bir başa çıkma mekanizması geliştirerek içsel bütünlüklerini koruyabilirler. Yılmaz bireyler problemler karşısında problemlere akılcı ve etkili çözümler bulurlar, yaşanan problemi doğru analiz eder, doğru değerlendirmelerde bulunur ve etkili başa çıkma stratejileri geliştirirler. Yılmazlık yaşantılarla, deneyimlerle ve eğitimle bireylere verilebileceği uygulanan psikoeğitim programlarıyla yılmazlığın bireylere kazandırılabilceği düşünülmektedir (Ünüvar, 2012).

Çocuklar bir çevre içinde yaşayıp, öğrendiğinden yılmazlığı da çevre yaratır. Yılmaz bireyler yetiştirmek için gerekli özellikleri kazandırma eğitimi ve dayanıklılığı yapılandırma, bir program veya özel bir müfredatla yapılamaz. Yılmaz karakter oluşturma çabaları için ev, okul ve toplum ideal yerlerdir. Yılmazlığı beslemek için onlarla ilişki kurmalı ve anahtar stratejiler kullanılmalıdır. Bu süreç esnasında yetişkinler yılmazlığın tohumlarını atabilir (Thomsen, 2002; Onat, 2010).

Geliştirilebilir bir beceri olarak ele alındığında ise aile ve sosyal yakınlıkla ilgili olarak, çocuklarıyla olumlu iletişim sergileyen aileler çocuklarının yılmazlık geliştirmelerinde rol oynar. Örneğin, çocuklara ihtiyaçları olan desteği vermek. “ sen parlak ve yetkin bir insansın “ dediğimizde, o da kendini zeki ve yetkin olarak görecektir (Benard, 1991).

Son gelişmeler esnek profile sahip insanların değişen ortamlara nasıl uyum sağladığına odaklanmıştır (Block & Kremen, 1996; Waugh & Coster, 2014 ). Ayrıca yeni kanıtlar esnekliğin refahın arttırılmasında olumlu rol oynadığını, psikolojik gelişmeyi teşvik ettiğini göstermektedir (Min ve diğerleri, 2012).

Çoğu gelişimsel araştırmacılar, yılmazlığı toplumun ve kültürün büyük beklentileri veya tarihsel bağlamda çocukların yaş ve davranışlarındaki gözlenebilen kayıtlara ve görüşmelere göre temellendirmişlerdir. Bu beklentiler dikkat çekici

gelişimsel görevler, yeterlilik kriteri veya kültürel yaş beklentileri olarak sıralanabilirler (Elder, 1998; Masten & Coatsworth, 1995, 1998; Waters & Sroufe, 1983; Masten, 2001). Bununla birlikte diğer araştırmacılar özellikle istismarın önlenmesi ve psikopatoloji alanıyla ilgilenenler, yılmazlık için akademik ve sosyal başarıların varlığı yerine psikopatoloji yokluğu veya semptom ve yetersizliklerin üzerinde odaklanmışlardır. (Conrad & Hammen, 1993; Tiet ve diğerleri, 1998; Masten, 2001). Aynı zamanda her iki görüşü de kabul eden araştırmacılar da vardır (Dubow ve diğ., 1997; Felner ve diğ., 1995; Greenberg ve diğ., 1999; Masten, 2001).

### **2.1.3. Yılmaz bireylerin özellikleri**

Esneklik (yılmazlık) ile ilgili ilk teoriler sıkıntı karşısında olumlu sonuçlar ile ilişkili özelliklerin tanımlanmasını vurgulamıştır (Werner, 1984; Rutter, 1985; Campell-Sills, 2006). Yılmaz beceri ve özellikleri açısından yılmaz çocukların, her türlü sıkıntı, riskli yaşam şartlarına rağmen direnç gösterme ve ayakta kalma yetileri olduğu ayrıca çevre ile ilişkilerini başarılı bir şekilde devam ettikleri görülmüştür. Yılmaz olarak betimlenen çocukların stresli yaşam olayları ve riskli durumlar karşısında başarılı bir uyum sağlamakta, çaresizlik yaşamamakta ve baş etme mekanizmaları sayesinde çabucak toparlanmaktadırlar. Hatta bu çocuklar yaşanan her stresli ve riskli olaylar sonrasında daha da güçlenerek ve gelişimlerini devam ettirerek çıkmaktadırlar. (Henderson ve Milstein, 1996; Onat, 2010). Çocukların stresörlere karşı tepkilerinde büyük farklılıklar vardır. Bazı çocuklar baş etmede daha iyidirler, hızlı bir şekilde stresli olayın üstesinden gelirler. Bazı çocuklar ise stresli olayları çok ağır bir şekilde yaşarlar ve stresli olayların kalıcı etkilerine maruz kalırlar. Stresli olaylar çocuğun yaşamında kaçınılmazdır. Önemli olan çocukların az ya da çok yılmaz olmalarındaki farklılığı yaratan temel faktörlerin belirlenmesi ve anlaşılmasıdır (Wilson ve Gottman, 1996). Yılmazlığın ortaya çıkması yılmazlık özelliklerinin düşük veya yüksek olmasından kaynaklanmamaktadır. Bunun yerine yılmazlık, uyuma kaynaklık eden çevre birey etkileşiminden kaynaklanmaktadır (Tarter ve Vanyukov, 1999; Özcan, 2005).

İnsanlar sıkıntı, stres ve problemlere karşı farklı tepkiler verir, yılmazlık kiminde doğuştandır, bireysel özellikleri ona bu olanağı tanır; kimi de gelişimsel psikoloji açısından öğrenebilir. Çevrenin bütün olumsuz koşullarına rağmen kişinin bazı bireysel özellikleri, onun risk yaratan durumlarla başederek yaşamda daha başarılı olmasını sağlayabilir. Bireyin günümüzün zor yaşam koşullarıyla baş edebilmesi, onun zihinsel ve sosyal yetenekleri ile uyum becerilerine bağlıdır. Çevresel şartlar ne kadar ağır olsa da şartlar birey açısından zor olsa da bireyin olumlu özellik ve becerilere sahip olması, onun açısından, çevreden kaynaklanan olumsuz etkilerin en aza indirilmesine olanak verebilir (Onat, 2010).

Yılmazlık araştırmaları insanın gelişimi ile ilgili olarak daha önce yapılmış olan araştırmaları ve ortaya koyulan teorileri doğrulamıştır. Her birey doğuştan “yılmazlık” kapasitesine sahiptir ve bu sayede sosyal yetkinlik, sorun çözme becerileri, eleştirel bir düşünce tarzı, özerklik ve bir amaç eğilimi kazanır (Benard, 1995; Gürkan, 2006).

Yılmaz çocuklar kayda değer şekilde daha sorumluluk sahibidirler (diğerlerinde daha çok olumlu cevap alırlar), daha aktiftirler ve bebeklikte bile daha esnek ve uyumludurlar. Bu çocuklar daha esnek, daha empatik ve duyarlı, iletişim becerileri daha kuvvetli, mizah anlayışları daha gelişmiş çocuklardır (Werner & Smith, 1982; Demos, 1989; Benard, 1991). Ayrıca ruhsal sağlık sorunları açısından ele alındığında, esneklik düzeyi düşük ve esneklik düzeyi yüksek genç yetişkinler karşılaştırıldığında, ruhsal sağlık sorunları, kişiler arası çatışmalar, davranış bozuklukları ve düşük akademik performansın görülmesi daha azdır (Rew ve diğerleri, 2001; Peng ve diğerleri. 2011).

Yılmaz çocuklarla yılmaz olmayan çocukları birbirlerinden ayırt etmek için ilk olarak çocukların sağlıklı uyumu sağlamalarına katkıda bulunan faktörlere veya çocukların stresle baş etmede kullandıkları baş etme stratejilerine bakılmalıdır. İkinci olarak, çocuk aile ilişkisinde çocuğun olumlu tepkiler almasını sağlayan faktörlere bakılmalıdır. Son olarak, yakın çevrede var olan diğer desteklere ve stresörlere bakılmalıdır. Ayrıca bunlara bakılarak önleyici programların ne kadar etkili olabileceği belirlenip, değerlendirilebilir (Robson, 1991; Özcan, 2005). Yılmaz çocuklar üzerinde

yapılan araştırmalar çocukların erken çocukluk döneminden itibaren problem çözme becerileri geliştirdiğini göstermektedir (Benard, 1991).

Flach'e (1997; Onat, 2010) göre ise, yılmaz bireylerin özellikleri;

- Güçlü ama yumuşak bir özsaygı duygusu,
- Diğer insanlara güven, düşünce ve harekette bağımsızlık,
- İnsanlarla etkileşime girme ve aynı zamanda yakın arkadaşa sahip olma,
- Kişisel sorumluluk ve disiplin duygusu,
- Yeniliklere açık olma,
- Geniş ilgi alanı,
- Hayal kurma,
- Yüksek stres toleransı,
- Mizah,
- Empati kurma yeteneği,
- Yaşama bağlılık, yaşam ile ilgili felsefi çerçeveye sahip olma.

Olumsuz yaşam olayları depresyon ya da anksiyete gibi ruhsal sağlık sorunlarına yol açabilir, ancak esneklik düzeyi yüksek olan bir birey zorluklarla daha etkili başa çıkabilir ve sağlıklı kalabilir (Peng ve diğerleri, 2011).

Literatürde, yılmaz kişileri tanımlamak çabuk iyileşen, kendini çabuk toparlayan, problem çözme yeteneği olan kişi anlamında "resilient" terimi kullanılır. Kişilik özelliği olarak ise çabuk iyileşme gücü, zorlukların üstesinden gelme gücü anlamında "resiliency" kullanılmaktadır. Yılmaz çocukların ve bireylerin sahip oldukları özellikler yüksek zekâ düzeyi, suçlu akranlarla yakınlık kurmama, ergen suçluluğundan uzak durma gibi özellikler sayılabilir (Öğülmüş, 2001).

Alan yazında yılmaz çocukların sahip olduğu dört önemli özellik ifade edilmektedir. Bunlar :

(Krovetz, 1999; Gürkan, 2006).

1. Sosyal yetkinlik: Arkadaşları ve sosyal çevresiyle olumlu ilişkiler kurma , takdir edilme onaylanma.

2. Sorun çözüme becerileri: Yardım isteme becerisi ve olayları, sorunları kontrol altında tutma becerisi.

3. Özerklik: Kişinin kendi kimliğini oluşturması bağımsız bir birey olması. Kendi yaşamı ile ilgili konularda söz sahibi olması.

4. Amaçlara sahip olma ve gelecek yönelik olma: Amaç, beklenti ve gelece yönelik umuda sahip olma.

#### **2.1.4. Yılmazlıkla ilgili yapılan çalışmalar**

Çocuklar ve gençlerin riskli ve stresli yaşam olaylarına rağmen başarılı bir şekilde başa çıkabilmeleri ve uyum sağlamalarının gözlemlenmesi sonucu yılmazlık, yaklaşık olarak kırk yıldır araştırmacıların önemle üzerinde durdukları bir kavram haline gelmiştir. Araştırmacıların yapmış oldukları yılmazlık araştırmaları, bireylerin olumsuz durumlarla başa çıkmalarına destek sağlayan ve koruyucu bir faktör olarak ele alınan yılmazlığın bireylerdeki karakteristik özelliklerinin neler olduğu yapılan çalışmalarda inceleme konusu olmuştur. Bundan sonraki dönem çalışmalarında araştırmacıların üzerinde durduğu ve inceledikleri konu bireyleri risklerden koruyan mekanizmaların neler olduğu, yapılan müdahaleler sonucunda bireylerdeki koruma ve baş etme mekanizmalarında ne gibi gelişme ve değişimler olduğu konuları olmuştur. Yapılan araştırmaların odak noktası bireylerin yılmazlığını arttırmaya katkı sağlayan direnç gösterme ve başa çıkma yollarının belirlenmesi olmuştur. (Ahern ve diğ.,2008; Ünüvar, 2012).

Yılmazlıkla ilgili çalışmalar incelendiğinde 2000 yılından önce yapılan araştırmaların daha çok yılmaz kişilerin özelliklerinin belirlenmesi ve risk faktörlerinin incelenmesi üzerine yoğunlaştığı söylenebilir. Ayrıca bu çalışmalarda çocuk ve ergenler üzerindeki araştırmalara ağırlık verilmiştir. 2000 yılından sonra yapılan çalışmalarda ise, farklı değişkenlerle özellikle ruh sağlığına etki eden değişkenlerle çalışıldığı ve yetişkinlerle olan çalışmaların sayısının arttığı görülmektedir (Demirbaş, 2010).

Yılmaz çocuklarla araştırmalar yapan araştırmacılar yılmaz çocukları diğerlerinden farklı kılan özellikleri belirlemek için bu çocukların bireysel özelliklerini,

aile yapılarını ve dış çevreyi incelemişlerdir. Sonuç olarak yılmaz çocukların akranlarına göre daha bağımsız, özerk, empatik oldukları, ayrıca bu çocukların görev yönelimli ve meraklı oldukları sonuçlarına ulaşılmıştır. Yılmaz çocuklar akranlarıyla daha iyi ilişkiler kurmakta ve akranlarına göre daha başarılı çözme becerilerine sahiptirler. Yılmazlıkla ilişkili olduğu düşünülen etmelere bakıldığında öz saygı, sosyal destek, denetim odağı, mizaç, sosyal yetkinlik başarılı olma arzusu yılmazlıkla ilişkili olduğu düşünülen kavramlardır (Jew, Green ve Kroger, 1999). Araştırmanın hedeflediği risk etmenleri kronik yoksulluğu, doğuma yakın olan zamanlarda olan (perinatal) stresi, anne-babanın alt seviye eğitimini, anne-babanın psikopatolojisini ailenin istikrarsızlığını ve anne-babanın alkolik olma durumunu içerir. Araştırmacılar bu yüksek riskli grupların üçte birinin (grubun yüzde onu) iyi bir şekilde sevebilen, çalışabilen, oynayabilen yeterli genç yetişkinlere dönüştüğünü ve yılmaz olarak tanımlanabilen genç yetişkinler olduğunu fark etmiştir. Araştırmacılar bu çocukların yetişmesine yardımcı olabilecek etmenleri ortaya çıkarmak için bireysel özelliklerini, aile yapılarını ve dış çevreyi de incelemişlerdir. Sonuç göstermiştir ki, bu yılmaz gençler, ergenler olarak, onlardan daha az yılmazlık gösteren akranlarından daha yüksek seviyede bağımsızdırlar, empati kurabilirler, görev yönelimli ve meraklıdırlar (Gürkan, 2006).

Peng ve ark. tarafından 2011 yılında yürütülen çalışmanın amacı olumsuz yaşam olayları ve ruhsal sağlık sorunlarına esnekliğin etkisini test etmek, ve Çin tıp öğrencilerinin ruh sağlığı sorunları ile ilişkili faktörleri araştırmıştır. 849 erkek 1149 kız tıp öğrencisi üzerinde 2011 yılında çalışma yapmışlardır. Bu çalışmada elde edilen bulgulara göre kız öğrencilerin yılmazlık düzeylerinin erkek öğrencilerin yılmazlık düzeyinden daha fazla olduğu görülmüştür. Öğrencilerin sınıf düzeyleri ile esneklik toplam puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sonuçlar esnekliğin olumsuz yaşam olayları ve ruhsal sağlık sorunları üzerinde yumuşatıcı bir etkiye sahip olduğu hipotezini açıkça desteklemektedir. Ayrıca negatif olaylar, kişilik özellikleri, sosyal destek ve esneklik tüm Çin tıp öğrencilerinin ruh sağlığı sorunları ile ilişkili bulunmuştur.

Pozitif duygularla ilgili başka bir çalışma Cohn ve arkadaşları (2009) tarafından yapılmıştır. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin günlük pozitif duygularının bir kişilik özelliği olarak yılmazlığı ve yaşam doyumunu yordadığı saptanmıştır. Yılmazlıktaki değişikliğin de pozitif duygu ve yaşam doyumuna aracılık ettiği bulunmuştur. Yılmazlık ve pozitif duygular da yaşam doyumunu ile ilişkili bulunmuştur (Akt. Demirbaş, 2010).

Campbell-Sills ve arkadaşları 2005 yılında 132 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirdikleri araştırma bulguları, Kişiliğin beş faktör modeli için esneklik ilişkisini araştırdıkları çalışmada, esneklik nörotisizm ile güçlü bir ters ilişkiye; dışa dönüklük ve dürüstlük ile güçlü pozitif ilişkiye sahiptir. Bu çalışma esneklik açıklık ile küçük ama istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Howell (1997) yapmış olduğu çalışmada cinsiyet karşılaştırmalarında hiçbir istatistiksel ilişki bulamamıştır (Akt., Campbell-Sills, 2006). Bell ve diğerlerinin 5-9 yaşındaki 531 çocuk üzerinde yapmış oldukları çalışmada. Esneklik üzerinde kız ve erkek çocuklar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır (Bell ve diğ., 2013).

Yurt dışında yapılan bir başka yılmazlık çalışmasında Tusaie ve arkadaşları (2007) , 624 ABD’li yaşları 18-14 arasında değişen kırsal kesimde yaşayan ergenlerle psiko-sosyal yılmazlık üzerine çalışma yapmışlardır. Yapılan çalışmada psiko-sosyal yılmazlığın yaygın noktasını açıklamak hedeflenmiştir. Kırsal kesimlerde yaşayan ergenlerde cinsiyet, yaş, iyimserlik, aileden ve arkadaşlardan destek algılanması il Psiko-sosyal yılmazlık arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre psiko-sosyal yılmazlık, iyimser olma, bilişsel faktörler, algılanan sosyal destek ( aile desteği) , kötü yaşam olayları, yaş ve cinsiyet tarafından büyük ölçüde ön görülmüştür. Algılanan sosyal destek ve iyimser olma psiko-sosyal yılmazlık seviyesi üzerinde etkili olmuştur (Akt. Ünüvar, 2012).

Yılmazlığın yordayıcı olarak kullanıldığı bir araştırmada, başa çıkma yolları, yılmazlık, iyimserlik ve üniversitenin ilk yılında bulunan öğrencilerin uyumu incelenmiştir. Araştırma sonucunda yılmazlık, iyimserlik, kaderci ve suçu kendinde bulan başa çıkma strateji puanları yüksek öğrencilerin üniversiteye uyum puanlarının da

yüksek olduğu bulunmuştur. Kız ve erkek öğrenciler için yılmazlık üniversiteye uyumu yordamaktadır (Yalım, 2007; Demirbaş, 2010).

Özcan (2005) lise öğrencileriyle yapmış olduğu araştırmada, lise öğrencilerinin sahip oldukları yılmazlık özelliklerini ve koruyucu faktörlerini ebeveynlerinin birlikte – ayrı olma durumlarına ve öğrencilerin cinsiyetlerine göre incelemiştir. Bu araştırman, Ankara ilinde Mamak ilçesine lise öğrenimi gören 70'i anne-babası ayrı, 82'si anne-babası birlikte yaşayan 152 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak, yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörlerle ilgili sonuçlar California Yılmazlık Değerlendirme Ölçeği uygulanarak elde edilmiştir. Bu araştırma bulgularına göre, ebeveynleri birlikte yaşayan lise öğrencilerinin sahip olduğu yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler ebeveynleri boşanmış olan lise öğrencilerine kıyasla, daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca öğrencilerin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Sürücü ve Özcan (2009 ) lisede öğrenim gören öğrencilerle yaptıkları araştırmada öğrencilerin algıladıkları sosyal desteğin ve demografik özelliklerin yılmazlık özelliklerini yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Bu çalışma sonucuna göre yılmazlığın en güçlü yordayıcısı arkadaşan algılanan sosyal destektir. Ayrıca diğer yordayıcılar; aileden algılanan sosyal destek, akademik başarı algısı, öğretmenlerden algılanan sosyal destek, fiziki görünümünden memnuniyet, babanın öğrenim durumu, gelecek beklentisi ve kendini sağlıklı algılama olarak bulunmuştur.

Ailesel etmenlerin çocuklar üzerindeki etkileri üzerine gerçekleştirilen boylamsal bir araştırma sonuçlarına göre, iyi anne baba olma, zihinsel becerilere sahip olma ve büyük oranda toplumsal destek alabilme gibi psikososyal kaynaklar daha fazla olduğunda zorlukların ya da risklerin olumsuz etkileri azalabilir ve böylelikle çocuklar daha iyi sonuçlara sahip olabilirler (Masten ve Powell, 2003). Örneğin; zihinsel beceriler, akademik başarının daha iyi yordayıcıdırlar. Nitelikli anne baba olma ergenlik ve çocukluk döneminde davranışların oluşmasında essiz bir öneme sahiptir. Eğer zorluklar çok fazla ve anne baba olma özelliği alt seviyede ise antisosyal davranışın oluşması riski daha fazladır (Masten ve diğerleri, 1999). Daha az etkili anne babaların

ailelerinde yaşamda olumsuz vakaların oluşmasının daha yaygın olabileceği de belirtilmiştir (Gest, Neeman, Hubbard, Masten ve Tellegen, 1993). Sonuç olarak hem yetişkinlik döneminin görevleri hem de mutluluk açısından, yeterli ve yılmaz olan gençler ilk yetişkinlik yıllarında da başarılı olmaya devam etmişlerdir (Masten ve Powell, 2003; Gürkan, 2006).

Çocukların ebeveynleriyle ilişkili durumlarına göre yapılan bir başka çalışmada Masten ve Coatsworth (1998), ailesinde ciddi akli hastası olan bireylerle yaşayan bireyler, düşük sosyo- ekonomik durum, aile içi şiddet, doğal felaketler yaşam ve stresli yaşam durumlarına maruz kalma gibi koşullarla karşılaşmış çocuklardaki gelişimin anlamak için; 23 yıldır yılmazlık üzerine gerçekleştirilen çalışmaları incelemişlerdir. İncelenen çalışmalar sonucunda elde edilen bulgular, yaşanan sıkıntılı olaylar sonucunda psikolojik olarak iyi işlev yerine getirmeyle ilgili olan çevre ve çocuktaki nitelikler birbiriyle ilişkilidir. Çocuklardaki yılmazlıkla ilgili nitelikler şu şekildedir: yüksek özgüven, inanç, atılgan olma, uyumlu olma, öz sayı ve yetenektir. Şefkatli ve ilgili bir aileye sahip olma, yakın ve samimi aile ilişkileri, aile üyeleri arasındaki yakınlık ve sıcaklık, yüksek sosya- ekonomik düzeye sahip olma, destekleyici ve demokratik bir aile yapısına sahip olma yılmazlığa katkı sağlayan ailesel etmelerdir. Okula devam, aile dışındaki yetişkinlerle sağlıklı ilişkiler geliştirme, toplumsal, sosyal ve kültürel çalışmalarda yer alma da yılmazlıkla ilgili çevresel faktörlerdir. (Lerner ve diğ., 2003; Ünüvar, 2012).

Benlik saygısı ile yapılan bir çalışmada Windle, Markland ve Woods (2008) ileri yaşlardaki kişileri yılmazlığını irdeleyip teorik bir model sunmuşlardır. Bu modele göre 50–90 yaşındaki kişilerin yılmazlıklarının yordayıcıları olarak benlik saygısı, kişilerarası kontrol ve kişisel yeterlilik olduğu bulunmuştur (Akt. Demirbaş, 2010).

Terzi (2005) Gazi Üniversitesinde eğitim fakültesi öğrencileriyle gerçekleştirmiş olduğu çalışmada, 395 üniversite öğrencisi (222 kız, 173 erkek) ile yürütülen çalışmada stresli yaşam olayları karşısında başa çıkmayı sağlayarak bireylerin öznel iyi oluşlarını etkileyen ‘Psikolojik Dayanıklılık Modeli’ni test etmiştir. Üniversite öğrencilerinin stresli yaşam durumlarını bilişsel değerlendirmelerini ‘Bilişsel Değerlendirme Ölçeği’

ile ölçmüştür. Öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarını belirlemek için ‘Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği’, öğrencilerin stres yaratan olaylarla karşılaştıklarında nasıl davranışlar sergilediklerini belirlemek için ‘Başa Çıkma Yolları Ölçeği’ ni, iyi olmalarını ölçmek için ‘ Benlik Saygısı Ölçeği’ ni, ‘Sürekli Kaygı Envanteri’ ve ‘Yaşam Doyumu Ölçeği’ ni kullanmıştır. Bu araştırma sonuçlarına göre; a)stresli yaşam durumlarıyla başa çıkma iyi olmayı dolaylı olarak etkilemektedir, b), psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğinin bilişsel değerlendirme ve başa çıkma aracılığı ile iyi olmayı dolaylı olarak etkilemektedir c) stresli yaşam durumlarını bilişsel değerlendirme iyi olmayı dolaylı olarak etkilemektedir, d) bu araştırmadan elde edilen bulguların Psikolojik Dayanıklılık Modeline uygunluk gösterdiği bulunmuştur (Akt. Ünüvar, 2012).

Wasonga (2002) tarafından yürütülen bir çalışmada deneysel olmayan bir tarama araştırması deseni kullanılmıştır. 2001 yılının kışında Amerika’nın Orta Batısındaki şehir okullarından 559 dokuzuncu ve on ikinci sınıf öğrencisi araştırmanın çalışma grubu olarak seçilmiştir. Okullardaki sekizinci ve on birinci sınıflardaki öğrencilere standart testler uygulanmış, 9 ve 12. Sınıf öğrencilerinden ise bir yılmazlık anketini isimsiz olarak yanıtlamaları istenmiştir. 559 öğrenciden 482’si kullanılabilir veriler sağlamıştır %86 geri dönüşüm oranıyla 242 kız ve 240 erkek öğrenci çalışma için seçilmiştir. 56 maddelik yılmazlık anketi olan “Sağlıklı Çocuklar Yılmazlık Modülü” (WestEd, 2000); şefkatli ilişkiler, yüksek beklentiler ve anlamlı katılım, ile aile, yaşlılar, okul ve toplum alt kavramları ve iç özellikler olarak belirlenen; is birliği ve iletişim, öz yetkinlik, empati, problem çözme, kendisinin farkındalık, hedefler ve amaçlar olmak üzere toplam 17 özelliği ölçmek için kullanılmıştır. Araştırmada yılmazlık modülünün kullanılmış olmasının nedeni, gençlerin yetenek, yeterlilik ve olumlu sosyal, sağlıklı davranış ve yaklaşımlarını değerlendiriyor olmasıdır (Akt. Gürkan, 2006).

Friborg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge ve Hjemdal’ın (2005) yetişkinler için yılmazlık ölçeği kullanarak yaptıkları araştırmada, askeri yüksek okul öğrencilerinin kişilik, bilişsel yetenekler ve sosyal zekâ ilişkilerini incelenmişlerdir. Araştırma sonucunda, bütün yılmazlık özelliklerinin duygusal durum, sosyal yeterlilik, dışa dönüklük, uyumluluk ve sosyal beceriler olmak üzere beş büyük kişilik özelliğiyle ilgili

olduğu görülmüştür. Ancak ilginç bir sonuç olarak yılmazlığın aile bütünlüğü ve bilişsel yeteneklerle ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Demirbaş, 2010).

Grđan (2006) niversite ğrencilerinin yılmazlık düzeyini arttırmaya yönelik yapmış olduğu çalışmada, öğrencilere yılmazlık eğitimi grupla danışma programı uygulanmıştır. Bu eğitim sonucunda eğitimin öğrencilerin yılmazlık düzeylerine etkisi incelemiştir. Bu araştırmada, yılmazlık düzeyi düşük öğrencilere, yılmazlık düzeylerini arttırabilmek adına yarı yapılandırılmış psikodrama ısınma oyunları ile bilişsel davranışçı yaklaşım ve varoluşçu yaklaşımlarla grup danışma programı uygulanmıştır. Bu eğitim programıyla öğrencilerin bilgi, beceri ve farkındalık düzeyleri arttırılması hedeflenmiştir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilere uygulanan grupla danışma yılmazlık programı öğrencilerin yılmazlık özelliklerini arttırmış ve bu etkiniyi uzun süreli olarak devam ettiği görülmüştür.

Sipahioğlu (2008) 499 lise ğrencisi ile yapmış olduğu çalışmada, farklı risk gruplarındaki lise ğrencilerinin psikolojik sağamlık düzeylerini incelemiştir, araştırma sonucunda elde edilen bulgular tek ebeveyn ile yaşam, yoksulluk, cinsiyet ve okul türü değişkenlerine göre farklılaşmaktadır. Araştırma sonucunda, tek ebeveynle yaşayan ergenlerin aile içi ilişkilerde yüksek ilgi, karşılıklı beklentiler, ev içi etkinliklere katılım koruyucu faktör özellikleri ebeveynleri birlikte olan ergenlere göre daha yüksek olduğu sonucu bulunmuştur. Ebeveynleri birlikte yaşayan ergenlerde ise problem çözme , amaçlar ve eğitimsel beklentiler koruyucu faktör, tek ebeveynle yaşayan ergenlere göre daha yüksek bulunmuştur.

Rochester Boylamsal Araştırması'nda (Sameroff ve Seifer, 1990; Sameroff, Seifer, Baldwin ve Baldwin, 1993) nemli derecede psikopatolojik anneleri olan çocuklarla, hiçbir sosyoekonomik problemi olmayan anneleri olan çocukların sosyal-duygusal fonksiyonlarını karşılaştırmak amacıyla tasarlanmıştır. İki model sosyoekonomik durumu, aile boyutunu, ırkı, yaşı ve annelerin eğitimsel seviyesini içeren bir takım demografik değişkenler üzerinde eşleştirilmiştir. 4 yaş civarı için anneden gelen zihinsel hastalığı, yaşamın stres olaylarını, anne babanın yoksulluğunu anne-babanın alt seviye eğitimini, işsizliği ve etnik dezavantajları içeren çresel risk

faktörlerinin değerlendirilmesi yapılmıştır. 13 yaş civarında ise yılmaz grup yılmaz olmayan grupla karşılaştırılmıştır. Sonuçlar göstermiştir ki, yılmaz ergenler, yılmaz-olmayan akranlarından daha üst seviyede öz-saygıya, daha çok içsel kontrol odağı yönelimine, daha etkili anne-baba öğretimine, daha az seviyede anne baba eleştirisine ve daha az oranda anne tarafından gelen depresyona sahiptirler (Akt. Gürkan, 2006).

Terzi (2005) öznel iyi oluşa ilişkin yılmazlık modeli geliştirerek üniversite öğrencileri üzerinde model test etme çalışması yapmıştır. Bu çalışma sonucunda, yılmazlığın bilişsel değerlendirme ve başa çıkma aracılığı ile öznel iyi oluş üzerinde etkisinin olduğu bulunmuştur (Demirbaş, 2010).

Gürkan (2006) üniversite öğrencileri için yılmazlık grup danışma program geliştirmiştir. Program on bir oturum devam etmiş olup yarı yapılandırılmış bir çalışmadır. Programın yılmazlık düzeylerinde ki etkisi ön test ve son test olarak değerlendirilmiştir. Sonuç olarak programa katılan öğrencilerin yılmazlık düzeyleri kontrol grubunun yılmazlık düzeyinden daha yüksek olduğu, uygulanan yılmazlık eğitim programının etkili olduğu görülmüştür.

Demirbaş'ın (2010) aktardığına göre Steinhardt ve Dolbier (2008) tarafından yapılan çalışmada bir dönem boyunca üniversite öğrencilerine psikolojik müdahale programı uygulanmıştır. Bu öğrencilerin yılmazlıkları, başetme stratejileri, koruyucu faktörler ve bazı belirtiler açısından kontrol grubuyla karşılaştırılmıştır. Yılmazlık programı uygulanarak yapılan çalışma sonunda programın stresi yönetme ve stresi önlemede kullanışlı bir müdahale programı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yalım (2007) üniversite birinci sınıfta öğrenim gören öğrencilerle yapmış olduğu çalışmada, psikolojik sağlamlık, başa çıkma yolları, iyimserlik ve cinsiyet değişkenleri öğrencilerin uyum durumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar iyimserliği, psikolojik sağlamlığı, suçu kendinde bulan baş etme stratejisi puanı yüksek üniversite öğrencilerinin uyum puanlarının da yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Üniversiteye uyum sürecinde, iyimserlik, psikolojik sağlamlık ve sosyal yardım arama yordayıcı değişkenler olarak bulunmuştur.

Erkek üniversite öğrencilerinde; problem çözme becerisi, psikolojik sağlık, sosyal yardım ihtiyacı ve arama yordayıcı değişkelerdir (Akt. Ünüvar, 2012).

Terzi (2008) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada içsel koruyucu faktörlerin yılmazlığı ne ölçüde yordadığını araştırmıştır. Yılmazlık puanları ile içsel koruyucu faktörler (iyimserlik, öz yeterlilik, problem çözme odaklı başa çıkma stratejisi) arasında pozitif yönde ilişki elde edilmiştir. Cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Terzi (2008) tarafından yapılan başka bir araştırmada üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destekle yılmazlıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda yılmazlık ile algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Akt. Demirbaş, 2010).

Long ve Vaillant (1984), Glueck ve Glueck'in (1950) oldukça yoksul bir civardan gelmiş olan, suç işleyen ve suç işlemeyen lise öğrencileri üzerinde yaptığı ilk araştırmada asıl kontrol grubu olan bir grup erkek çocuğunu araştırmışlardır. Araştırmacılar yetişkinlikte iyi sonuçlar oluşturan faktörleri incelemişlerdir. 399 riskli erkek çocuğunu içeren örneklem, ekonomik bağımsızlığa, barınacak yer durumuna, iş durumuna ve ortalama IQ'ya göre seçilmiştir ve bu çocukların hiçbiri suç işlememiştir. Araştırmanın sonucu, daha iyi entelektüel fonksiyonun ve yeterliğin daha iyi sonuçlar getireceğini ortaya çıkarmıştır. Dahası yılmaz grupların (75 yüksek-riskli erkek) okulla, toplumla ve sportif aktivitelerle daha çok meşgul olduklarının görüldüğü ve başarıyı elde etmelerinin daha muhtemel olduğu belirtilmiştir (Akt. Gürkan, 2006).

Yakınıni kaybetmiş ileri yaştaki yetişkinler üzerinde yapılan bir çalışmada günlük yüksek pozitif duyguların günlük stresi azaltmak için yılmazlığa katkıda bulunduğunu göstermiştir. Ayrıca yüksek yılmazlığa sahip ileri yaştaki yetişkinlerin stres ve negatif duygular karşısında pozitif duygu deneyimlerine yöneldikleri bulunmuştur (Ong, Bergaman, Bisconti ve Wallace, 2006; Demirbaş, 2010).

Werner ve Smith' in (1977; 1989; 1992) yürütmüş olduğu boylamsal araştırmalar, ebeveyni yoksul, istismar eden ya da toplumun şiddetli fakirlik , savaş gibi olumsuzluklar olan toplumlarda yetişen çocukların yarısı - üçte ikisi arasında bir oranının bu zorlukların üstesinden geldiğini göstermiştir. Yapılan araştırmalar bu

çocukların yaşamlarındaki bu riskleri “yılmazlığa” dönüştürdüklerini göstermektedir. Yılmazlık bireyin risk ve zorluklar karşısında başarılı bir adaptasyon ve değişim süreci geliştirmesine yardımcı olan özellikleri tanımlamak için kullanılmaktadır (Akt. Güran, 2006).

Risk altındaki çocuklarla yapılan bir başka araştırmada Masten'in (1989) şizofrenik ebeveyne sahip çocuklarla yapmış olduğu yılmazlık araştırmasında, şizofrenik ebeveyne sahip çocukların sağlıklı çocuklara oranla daha az ilgi göreceği ve rahatlatılacağı belirtilmiştir. Bu durumdan kaynaklı bu çocukların gelişimlerinin olumsuz etkilenebileceği ifade edilmiştir. Ancak, bazı çocuklar hasta ebeveynlere sahip olmalarına rağmen sağlıklı bir gelişim göstermişlerdir. Araştırmacılar bu konu ile ilgili çalışmalar yapmışlardır. Araştırmacılar olumsuz yaşam olayları, düşük sosyal çevre ve kötü koşullara rağmen uyum sağlayan bireylerdeki koruyucu faktörler üzerine eğilmiştir.(Akt. Ünüvar, 2012).

Gökden-Kaya (2007) yatılı bölge okulu öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada yılmazlığı yordamda benlik saygısı, umut ve dışsal faktörlerin rolünü araştırmıştır. Umut ve dışsal faktörlerin bazıları (ev içi ilgi, yüksek beklentiler, etkinliklere katılım, arkadaş ilişkilerinde ilgi ve yüksek beklentiler) yılmazlığı yordamada anlamlı bulunurken; benlik saygısı ve dışsal faktörlerden ikisi (okul içi ilgi ve yüksek beklentiler ile okula bağlılık) toplam yılmazlık puanını anlamlı düzeyde yordamamıştır. Kadın ve erkek öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (Akt. Demirbaş, 2010).

Kararımak (2007) deprem yaşamış bireylerde yılmazlığa etki eden kişilik faktörlerini incelemiştir. Yapmış olduğu araştırmada duygusal ve bilişsel değişkenler arasındaki ilişkinin yılmazlığı etkileyebileceğini öne sürmüştür. Araştırma sonuçlarına göre yüksek özgüvene sahip kişiler yaşama daha umutlu bakmakta ve genel olarak iyimserdirler. Umut taşıyan bireyler daha yoğun pozitif duygu yaşadıkları için bu bireylerin yılmaz olduğu sonucuna ulaşılmıştır ve iyimser bireyler daha fazla yaşam doyumunu hissettiklerinden daha yılmaz olarak bulunmuştur.

Kidd ve Shahar'ın (2008) evsiz gençlerle yaptıkları çalışmada koruyucu faktörler olarak benlik saygısı, sosyal ilgi ve güvenli bağlanma kavramlarını

araştırmışlardır. Yılmazlık için koruyucu faktör olarak benlik saygısının anahtar görevi gördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca benlik saygısı için fiziksel ve ruhsal sağlığın önemli bir belirleyici olduğu bulunmuştur. Dolayısıyla yılmazlığın benlik kavramı ile yakından ilişkili olduğu belirlenmiştir (Akt. Demirbaş, 2010).

Üniversiteye hazırlanan ergenlerle yapılan başka bir çalışmada Dayıoğlu (2008), üniversite sınavlarına hazırlanan öğrencilerin yılmazlıklarını yordamada öğrenilmiş güçlüğü, algılanan sosyal desteğin ve cinsiyetin rolünü incelemiştir. Araştırmada yüksek düzeyde öğrenilmiş güçlülük ve algılanan sosyal destek puanlarına sahip olan öğrencilerin yılmazlık puanları daha yüksektir. Kız ve erkek öğrenciler arasında cinsiyet açısından yılmazlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Üniversite öğrencileriyle yapılan yılmazlık araştırmalarından bazılarında yılmazlık programının etkililiği araştırılmıştır. Bu programların yılmazlığın arttırılmasında etkili olduğu ve stresle başetmede rol oynadığını sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan araştırmaların bir bölümünde, koruyucu faktörlerin yılmazlık üzerinde etkisi irdelenmiştir. Diğer bir bölümünde ise, yılmazlık yordayıcı olarak değerlendirilerek üniversiteye uyum, yaşam doyumu gibi pozitif özellikler incelenmiştir. Araştırmalarda genel olarak yılmazlığın pozitif kişilik özellikleri, koruyucu faktörler ve başetme becerileri ile yakından ilişkili olduğu bulunmuştur. Dolayısıyla da yılmazlığın ruh sağlığı için önemli bir tampon görevi üstlendiği göze çarpmaktadır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin yılmazlığının cinsiyete göre farklılık göstermediği de araştırmalarda görülmektedir (Demirbaş, 2010).

Yılmazlığın ampirik araştırmasına eşsiz bir katkıda bulunan yeni ufuklar açan (seminal) bir araştırma Elder ve meslektaşları tarafından yapılmıştır ve bu araştırma ekonomik zorlukların aileler üzerindeki etkileri ve “Büyük Depresyon” boyunca bu ailelerin çocuklarının gelişimleri üzerinedir (Elder, Van Nguyen ve Caspi, 1985). Araştırmacılar “Oakland Büyüme Araştırması’ndan (Oakland Growth Study) depresyonu yaşamış olan ergenleri içeren bir grup kullanarak, ekonomik sıkıntının yılmazlık üzerindeki uzun vadeli etkilerini incelemiştir. Araştırma bulguları, anne ve

babaların ekonomik sıkıntının yılmazlık üzerindeki etkilerini tampon görevi görek önlemede önemli ve farklı rollere sahip olduklarını göstermiştir (Akt. Gürgan, 2006).

Farklı gruplarla yapılan araştırmalar incelendiğinde, araştırmaların bir kısmının yaşamında önemli bir olumsuz deneyim yaşamış bireylerle yapılırken bir kısmının normal bireylerle yapıldığı görölmektedir. Bu bağlamda, üniversiteye hazırlanan adaylar, ailesi boşanmış ergenler, depresyon yaşamış kişiler gibi zorlu yaşam koşullarına sahip bireylerle çalışılmıştır. Yapılan çalışmalarda pozitif duygular, benlik saygısı, bağlanma stilleri gibi kavramlar yılmazlıkla ilişkilendirilmiştir. Koruyucu faktörler olarak sosyal desteğin önemi araştırmalarda vurgulanmıştır. Ayrıca koruyucu faktörler ile ilişkilendirilen çalışmalara da yer verilmiştir. Araştırmalarda yılmazlığın ruh sağlığı için önemli bir yordayıcı olduğu ve strese karşı tampon görevi gördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca benlik saygısı, dışa dönüklük, pozitif duygu-durum gibi özellikler yılmazlıkla ilişkilendirilen kişilik özellikleridir. Genel olarak değerlendirildiğinde 2000 yılından sonra yapılan yılmazlık çalışmalarda ruh sağlığı üzerine yapılan vurgunun arttığı görölmektedir. Bu durumda çalışmalarda önleyici ve koruyucu yılmazlık anlayışının benimsendiği söylenebilir (Demirbaş, 2010).

Doll ve Lyon'a göre (1998), risk ve yılmazlık çalışmalarının iki jenerasyonu, son kırk yıldır devam etmektedir ve her jenerasyon kendi yaklaşımını oluşturmuştur. İlk kuşak risk faktörlerinin sistematik araştırmalarıyla ve bu faktörlerin dezavantajlı çocuklar arasındaki uyumsuzluğun bütün çeşitleriyle olan ilgileri üzerinde durmuşlardır. Risk araştırmaları üç şekilde yapılmıştır (Rutter, 1985; Gürgan, 2006). İlk çalışmalar olumsuz yaşam deneyimlerinin zihinsel sağlık problemleri üzerindeki etkisiyle ilgilenmişlerdir. Bu çalışmaların sonuçları aile deneyimlerinin ve anne baba-çocuk etkileşimlerinin deneysel olarak çocuğun psikolojik gelişimiyle ilgili olduğunu (Bowlby, 1973) ve çevresel yoksunlukların sadece bebeklerin mutluluk duyusunun gelişimine negatif bir etkiye sahip olmadığını aynı zamanda çeşitli bilişsel sosyal ve duygusal problemlerin gelişiminde büyük risk taşıdığını belirtmiştir (Spitz, 1946 ; Doll ve Lyon, 1998; Gürgan, 2006). İkinci olarak yapılan risk araştırmaları, genellikle risk hakkındaki görüşler ve kavramları genişletmiştir ve farklı türlerde olan tek risk etmenlerinin çeşitli türlerdeki sonuçlara nasıl katkısı olduğunu araştırmıştır (Rutter,

1985; Gürgan, 2006). Risk çalışmalarının üçüncü türü, risk problemleri üzerinde değişik bir bakış açısı geliştirmiştir ve risk ile koruyucu etmenlerin çocuklar ve yetişkinlerin uyumları üzerindeki çok yönlü tesirlerini ve etkileşimlerini araştırmışlardır. Bu bölümde, risk çalışmasının nc araştırmacıları büyük risk ya da zorluk karşısında başarılı bir Şekilde büyüyen ve gelişen önemli sayıda ocuk olduğunun farkına varmışlardır (Werner ve Smith, 1982; Rutter, 1985, Gürgan, 2006 ). Araştırmacılar, bazı çocukların riski azaltabilecekleri yeterliği geliştirebilecekleri ve gelişimin yönünü daha pozitif yönlere çekebilecekleri sonucuna varmışlardır (Masten, 1994). O nedenle, yılmazlığın oluşturulmasıyla ilgili ikinci kuşak araştırmaları, üçüncü tür risk araştırmalarından meydana gelmiştir (Akt. Gürgan, 2006).

İkinci kuşak; yılmazlık araştırmalarının asıl ilgilendiği Şey ocukların zor koşullar karşısında nasıl sağlıklı fonksiyon göstermeye devam ettikleri ve yeterli üretken yetişkinler olduklarıdır. Yılmazlığın oluşturulmasının temelinde yatan mekanizmaları ve süreçleri anlamak için birçok sonuçla ilgisi olan farklı evren-örneklemelerde yürütülen birkaç araştırma vardır ve son gelişmelerde bulunan yeni Şeyler iyi bir Şekilde zetlenmiştir (Luthar, 1999; Luthar ve Zigler, 1991; Masten 1994; Rutter, 1990). Ekolojik bağlamda yılmaz insanlar bir takım risklerle karşı karşıya gelebilirler ve birçok bireysel, ailevi ve çevresel koruyucu faktörler edinebilirler (Akt. Gürgan, 2006).

Etnik kökenleri farklı ve akademik yetenekleri yüksek lise öğrencileriyle üç yıl boyunca yapılan çalışmada akademik başarıları yüksek öğrencilerin yılmazlıklarının da yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca akademik yetenekleri yüksek olan öğrencilerin; yetişkin desteği, arkadaş ilişkileri, itibar ve avantajlı sınıfta bulunma gibi koruyucu faktörlerden etkilendiği belirlenmiştir (Reis, Colbert ve Hebert, 2005; Demirbaş, 2010).

Yılmazlıkla ilgili en kapsamlı boylamsal araştırmalardan biri Werner tarafından yapılmıştır. 1955’de başlanan araştırma yaklaşık 40 yıl sürmüştür. Bu araştırma Kauai’de 698 bebek ile yapılmıştır ve bu bebekler 30 lu yaşlara gelene kadar bu araştırmaya devam edilmiştir (Werner and Smith 1992). Araştırmanın ilk yıllarında okul başarısının düşük olması, okulu bırakma ve madde kullanımı açısından bu çocukların

yüksek risk altında oldukları düşünülmüştür. Bu çocukların yaklaşık yarısı yoksulluk içinde büyümüş, 1/6'sına zihinsel engelli tanısı konmuş, 2/3'ünde yaşamlarının ilk on yılında ciddi biçimde öğrenme güçlüğü görülmüştür. Ayrıca bu çocukların yaklaşık üçte birinin oldukça normal birer genç yetişkin olduklarını saptanmıştır. Bu çocuklar “yılmaz çocuklar” olarak tanımlanmıştır (Akt. Gürkan, 2006). Paralel bir biçimde, anneden gelen psikopatolojik durum nedeniyle risk altında olan 7 ve 10 yaşındaki çocuklar arasındaki yeterlik; anne babaları, öğretmenleri ve Rochester Çocuk ve Aile Araştırma Üniversitesi'ndeki akranları tarafından değerlendirilmektedir (Fisher ve diğerleri, 1987). Sonuçlar göstermiştir ki, yeterliğin daha yüksek olması, anne babadaki kronik hastalığın daha az olmasıyla ve aile ilişkilerinin daha olumlu olmasıyla ilgilidir (Akt. Gürkan, 2006).

Ekonomik yoksunluktan daha kötü biçimde etkileniyor gibi görünen bazı incinebilir babalar, genellikle sert davranışlar sergilemektedirler ve depresyondan önce davranışsal problem belirtileri gösteren ergenler bu anne baba tarzından en olumsuz etkilenen kişiler olarak görülmektedirler. Buna karşın, bu ailelerdeki şefkatli ve özenli anneler çocuklarının sosyal-duygusal problemlerine karşı koruyucu bir rol oynarlar ve babaların sert davranışlarının ergenler üzerindeki etkilerini denetim altına alıp yoluna koyarlar (Gürkan, 2006).

Baldwin, Baldwin ve Cole (1990) ailevi geçmişlerine nazaran beklenenden daha yüksek seviyede bilişsel yeterlik gösteren bazı yüksek-risk taşıyan çocuklarla ilgilenmişlerdir. Araştırmanın örneklemini aslen 1971'den 1974'e kadar Rochester Boylamsal Araştırması'nda çalışılan ailelerin boylamsal örneklemine dayanmaktadır (Sameroff ve Seifer, 1990). Örneklem grubu 152 aileden ve yaşları 12 ile 14 arasında olan çocuklardan oluşmuştur. Aileler çocuklarının, olumlu bilişsel çıktılarının temelinde; IQ'yu, başarı testi skorlarını ve okuldaki akademik başarıyı tanımlamışlardır. Daha sonra örneklem ailenin meslek seviyesine, eğitim seviyesine, azınlık durumuna ve babanın olmayışına göre dört kritere göre ayrılmıştır. Bunların içinden seçilen ilk grup beyazlardan ve orta-sınıfa mensup olan ailelerden oluşmuştur. İkinci grup ise alt sınıfa mensup yüksek-risk taşıyan kentte oturan Afrikalı, Amerikalı ya da İspanyol ailelerden oluşmuştur. Sonuçlar göstermiştir ki, bu iki aile grubu sıcaklık ve başarı için yüksek

beklentiler, çocukları için sorumluluk alma olarak tanımlanan ortak anne baba özelliklerine sahiptir. Diğer taraftan bu iki grup anne baba uygulamaları bakımından birbirlerinden ayrılıyorlar. Yüksek riskli çevreye mensup etkili anne babalar, orta sınıftakilerden daha kısıtlayıcı ve daha az demokratiktirler, çocuklarını daha sıkı bir biçimde gözlemlerler ve öz denetime daha fazla önem verirler (Akt. Gürkan, 2006).

Çocukların kişilik özellikleri ve yılmazlık ilişkisi üzerine yapılan bir çalışmada Hart ve arkadaşları (1997) çocuklar üzerinde aşırı kontrollü olma kontrolsüz olma ve yılmazlık kişilik özelliği olmak üzere üç farklı kişilik özelliğini karşılaştırmışlardır. Yılmaz kişilik özelliğine sahip çocukların aşırı kontrollü ve kontrolsüz çocuklara göre akademik yönden daha başarılı olduğu görülmüştür ve ayrıca yılmaz çocukların ergenlik döneminde dikkat sorununu daha az yaşadığı sonucu bulunmuştur. Yılmaz çocuklar içsel kontrol ve arkadaşlık ilişkilerinde daha başarılı olduğu görülmüştür. Ayrıca yılmaz çocuklar başarılı ve güçlü uyum becerileri sayesinde zor koşullarda daha kolay başa çıkmaktadırlar. Kontrolsüz olma kişilik özelliği yüksek çocuklar diğerlerine göre ergenlik döneminde daha saldırgan davranışlar sergilemektedir. Aşırı kontrollü çocukların daha çekingen ve benlik saygılarının düşük olduğu görülmüştür. (Akt. Ünüvar, 2012).

Yeterlik Projesi risk, yeterlik ve yılmazlık üzerine yapılan diğer bir etkili projedir. Yeterlik Projesi'nin çocuklar üzerindeki araştırmaları; Garnezy'nin önceden, şizofrenik yetişkinlerin uyum ve uyumsuzluk performansları üzerine olan çalışmalarının doğal bir genişlemesidir. 1970'lerin başında Garnezy ve öğrencileri araştırmalarda çabalarını sıkıntıya maruz olan çocukları araştırmaya ve sonunda çocuklardaki yılmazlığın kaynaklarını meydana çıkarmak için girişimde bulunmaya yöneltmişlerdir (Garnezy, 1987). Projede üç grup çocuk vardır. İlk olarak 1. grup araştırmasında, aynı zamanda esas boylamsal araştırmadır, birçok çeşitte ve seviyede zorluk yaşamış olan ilkokul çocukları arasında yeterliğe odaklanılmıştır. 2. grup doğuştan kalp kusurlarıyla doğan 32 çocuktan oluşan küçük bir gruptur. 3. grup bedensel özürlü 29 çocuktan oluşmaktadır. Yeterlik projesinde daha sonraki çalışmalar evsizlerin kaldığı barınaklarda yaşayan çocukların (Masten ve diğerleri, 1993) ve genç savaş mültecilerinin yüksek-riskli modelleri üzerinde yoğunlaşır (Hubbard, Realmuto,

Northwood ve Masten 1995). Birçok yöndeki çeşitliliğe rağmen, bu araştırmalar risk yeterlik ve yılmazlık üzerinde odaklanmıştır (Masten ve Powell, 2003; Gürkan, 2006). Birinci grubun boylamsal araştırması 3. ve 6. sınıflarda olan 205 kentte olan iki tane ilkokulun normatif okul nüfusundan olan ailelerinden çocuklarla (91 erkek, 114 kız, 8-12 yaş, % 27 azınlık) başladı. Veriler 1977 ve 1979 arasında, aynı düzende iki okuldan toplandı. Takip eden değerlendirmeler ilk değerlendirmeden 7, 10 ve 20 yıl sonra yapıldı. Kümülatif risk ve sıkıntı, çocuklar, ergenler ve genç yetişkinler için bir seri yaşam olayları anketleri (Masten, Neemann ve Andenas, 1994) ve hayat çizelgeleri ile sınıflama ölçekleri kullanılarak incelendi (Gest, Reed ve Masten, 1999). Yeterlik değerlendirmeleri akademik yeterliği, sosyal yeterliği ve ilkokul yılları boyunca gözlenen davranışlarını içerir. Ergenlikte ve yetişkinlikteki romantik yeterlikler ve çalışma yeterlikleri de dahil edilmiştir. Aynı zamanda iyilik halini (wellbeing) ve üzüntünün semptomlarını kapsayan içsel uyum üzerinde de veriler toplanmıştır (Masten ve Powell, 2003; Masten ve diğerleri, 1999). Veri toplarken bilgi veren kişiler; anne babalar, çocuklar, öğretmenler, akranlar ve birçok test yöneticileridir. Metotlar ise görüşmeler, anketler, akran görevlendirilmeleri, dereceler ve kayıtlardan test dereceleri ve standartlaştırılmış çeşitli testlerdir (Garnezy, Masten ve Tellegen, 1984; Masten ve diğerleri, 1988; 1990; 1995; 1999). Değişken odaklı yaklaşım ve kişi odaklı yaklaşım yılmazlığı çok yönlü bakış açılarından anlamak için kullanılmıştır (Akt. Gürkan, 2006).

Psikolojik yılmazlık üzerine yapılan araştırmalar 1992'de Emmy Werner ve Ruth Smith tarafından yapılan klasik çalışma ile başlamıştır. Araştırmacılar kırk yılı askın bir süre boyunca fakirlik gibi olumsuz koşullar altında dünyaya gelen ve risk altında olan yedi yüz Hawaii vatandaşı üzerine çalışmalar yaptılar. Bu vatandaşlardan iki yüzünün yüksek risk altında oldukları düşünülüyordu. Denekler büyük anne ve babaları ya da annebabaları Asya ve Avrupa'dan Hawaii'ye göç etmiş olan fakir ailelerin çocuklarından oluşuyordu. Üçte ikisi çocuklukları sırasında belirli problemlerle karşı karşıya gelirlerken, üçte birinde hiçbir problem olmadığı görüldü. Çalışmaya katılanlar otuzlu yaşlarının ortalarına geldikleri zaman neredeyse hepsinin, problemler yaşayanlar da dahil olmak üzere, yapıcı bir şekilde motive olmuş ve sorumluluk sahibi yetişkinler oldukları gözlemlendi. Bütün "yılmaz çocukların" paylaştığı ayırt edici ortak

özellik duyarlı ve sorumluluk sahibi bir anne, bir baba ya da başka bir yetişkin ile paylaşılan uzun süreli, yakın bir ilişkiydi. Yedi yüz kişilik grubun yalnızca otuzu etkili bir biçimde iyileşme göstermedi. Ancak araştırmacılar sosyo-ekonomik ve etnik kökenlerinin bunda bir etkisi olmadığı sonucuna vardılar (Chavkin ve Gonzalez, 2000; Akt. Gürkan, 2006).

Hao ve Bonstead-Bruns, 1998 yılında sekizinci sınıfta olan çocuklarla ilgili “Ulusal Eğitim Boylamsal Anketi” verilerini kullanmış ve etnik farklılıkları göz önünde bulundurarak ailenin çocuğun başarısındaki etkilerini incelemişlerdir. Asya kökenli Amerikalılardaki anne-baba-çocuk ilişkilerinin Meksika kökenli Amerikalılardan daha yüksek düzeylerde olduğunu ancak Meksikalı öğrencilerin anne-babalarının dilini bilmek gibi sağlam bir avantaja sahip olduklarını gözlemlemişlerdir. Anne-babalarının diline hakim olmanın başarılarını ve notlarını matematiksel olarak belirgin bir biçimde arttırdığı görülmüştür (Hao ve Bonstead-Bruns, 1998; Akt. Gürkan, 2006).

Ortaokulda öğrenim gören çocuklar üzerinde yapılan bir başka araştırmaya göre, Sheppard ve Kashani (1991) yaşları 11-14 arasında değişen 75 kız ve 75 erkek olma üzere 150 kişinin katılımıyla gerçekleştirdikleri çalışmada yılmazlık, bağlanma ve meydan okuma unsurları ile kaygının fizyolojik unsurları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre, düşük stres altındaki ergenler bağlanma ve denetim düzeyleri ile ilişkili olarak daha az fizyolojik ve psikolojik belirti göstermişlerdir. Yüksek stres yaşayan ergenler ise denetim düzeyi ve bağlanmanın düşük olduğu durumlarda daha fazla problem yaşamışlardır (Akt., Terzi,2005; Ünüvar, 2012).

Kimberly Gordon 1996’da bir şehir okulu ortamında, 36 İspanyol kökenli gençteki benlik kavramını ve motivasyonla ilgili özellikleri incelemiştir. Yılmaz ve yılmaz olmayan öğrenciler arasındaki en önemli fark yılmaz gençlerin kendi bilişsel yeteneklerine daha çok inanmalarıydı. Yılmaz gençler akademik olarak başarılı oldular çünkü sınıfta sunulan materyalle bilgiyi anlayacaklarına ve ödevlerinde ve sınavlarda başarılı olabileceklerine inanıyorlardı. Bu bulgular yılmazlıkla başarı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir (Akt. Gürkan, 2006).

Geneview ve Johnson 1997’de yaptıkları çalışmada şehirdeki okullarda çalışan 38 müdür ve öğretmene riskte olan ve yılmazlık gösteren öğrencilerle ilgili kişisel ve mesleki deneyimlerine dayanan bir anket uygulamıştır. Bu anket sonuçlarına göre müdür ve öğretmenler ev, okul ve toplumda çeşitli yardımcı faktörleri tanımlamışlardır. Bu bulgular Benard’ın 1991’de yaptığı çalışmayı desteklemiştir (Akt. Gürkan, 2006).

Yılmazlık literatüründe aile, okul ve toplumların beş temel koruma faktörü tanımlanmaktadır:

1. *Destekleyici ilişkiler*; özellikle okul personeli ve diğer yetişkinlerin cesaretlendirmesi
  2. *Öğrencinin özellikleri*; kendine saygı, motivasyon ve sorumluluk alma gibi
  3. *Aile faktörleri*; anne-babanın desteği ve ilgisi ve okulla ilişkileri gibi
  4. *Toplum faktörleri*; toplumsal gençlik programları (spor, klüpler, hobiler)
  5. *Okul faktörleri*; akademik başarı ve sosyal becerilerin geliştirilmesi gibi
- (Benard, 1991, Haynes, 2004, Chavkin ve Gonzalez, 2000; Gürkan, 2006).

Sonuç olarak yukarıda belirtilen çalışmalarda da görüldüğü gibi yılmazlık çalışmaları son kırk yılı aşkın bir zamandır devam etmektedir ve şimdiye kadar her kuşak kendi yaklaşımını oluşturmuştur (Gürkan, 2006).

İlk kuşak risk faktörlerinin sistematik araştırmalarıyla ve bu faktörlerin dezavantajlı çocuklar arasındaki uyumsuzluğun bütün çeşitleriyle olan ilgileri üzerinde durmuşlardır. İlk çalışmalar olumsuz yaşam deneyimlerinin zihinsel sağlık problemleri üzerindeki etkisiyle ilgilenmişlerdir. İkinci olarak yapılan risk araştırmaları, genellikle risk hakkındaki görüşler ve kavramları genişletmiştir ve farklı türlerde olan tek risk etmenlerinin çeşitli türlerdeki sonuçlara nasıl katkısı olduğunu araştırmıştır. Araştırmaların sonuçları yaygın bir anlayış ve görüş birliği oluşturmuştur. Bu da yaşam deneyimlerinin, risk potansiyelleri bakımından oldukça çeşitli olduğudur (Rutter, 1985). Risk çalışmalarının üçüncü türü, risk problemleri üzerinde değişik bir bakış açısı geliştirmiştir ve risk ile koruyucu etmenlerin çocuklar ve yetişkinlerin uyumları üzerindeki çok yönlü tesirlerini ve etkileşimlerini araştırmışlardır. Bu bölümde, risk

çalışmasının öncü araştırmacıları büyük risk ya da zorluk karşısında başarılı bir şekilde büyüyen ve gelişen önemli sayıda çocuk olduğunun farkına varmışlardır (Werner ve Smith, 1982; Rutter, 1985). Araştırmacılar, bazı çocukların riski azaltabilecekleri yeterliği geliştirebilecekleri ve gelişimin yönünü daha pozitif yönlere çekebilecekleri sonucuna varmışlardır (Masten, 1994; Gürgan, 2006). İkinci kuşak; yılmazlık araştırmalarının asıl ilgilendiği şey çocukların zor koşullar karşısında nasıl sağlıklı fonksiyon göstermeye devam ettikleri ve yeterli üretken yetişkinler olduklarıdır. Ekolojik bağlamda yılmaz insanlar bir takım risklerle karşı karşıya gelebilirler ve birçok bireysel, ailevi ve çevresel koruyucu faktörler edinebilirler. Üçüncü kuşak yılmazlık araştırmaları yılmazlığın içerdiği özellikleri açıklama ve bu özellikleri bireylerde geliştirme temeline oturtulmuştur. Bu özelliklerin kazandırılmasına ilişkin hedeflerin okul programlarıyla da bütünleştirileceği ve grup eğitimi çalışmalarında daha da yaygınlaşacağı beklenmektedir. Yılmazlıkla ilgili yeni bulgular, günümüzde savaş, deprem, terör olayları, trafik kazaları gibi olumsuz yaşantılardan elde edilmektedir (Gürgan, 2006).

Masten (1994) yılmazlık çalışmasının ilk yıllarında, temel odak noktasının tüm çocuklarda yılmazlık yapısının tanımlanması olduğunu belirtmiştir. Yılmazlık üzerine çalışmalar gerçekleştiren Araştırmacılar, olumsuz durumlar ve risk faktörlerinin artması ve çocuklarda başa çıkma stratejilerinin azalması sonucunda, çocukların genellikle başa çıkmada başarısız olduklarını belirtmişlerdir. Risk ve yıkıcı etkilerin algılanması çocuklarda ve yetişkinlerde farklılıklar göstermektedir. (Ahern ve diğ.,2008; Ünüvar, 2012).

Murray (2003) yetersizlik yaşayan gençlerin yetişkinlikte desteklenmesini sağlamak için yılmazlığı geliştiren bir okul programı hazırlamışlardır. Bu programa göre:

**Bireysel Faktörler:** Bireylerde özerkliği teşvik ediniz. Öz saygının gelişimini destekleyiniz, bireylerin problem çözme becerilerini teşvik ediniz. Ayrıca akademik başarı ve becerileri pekiştiriniz.

**Ailesel Faktörler:** Gençlerin gelişimlerin bütüncül olarak desteklemek için Okul-aile etkileşiminin sağlayınız. Ebeveynlere yönelik çocukların gelişimlerine destek olmaları için hedef belirleme, akademik başarı ve çalışma, davranış yönetim konularında seminer ve eğitimler vererek ebeveynleri bilgilendiriniz.

**Toplumsal Faktörler:** sosyal çevrede yer alan toplumsal faaliyetler etkinliler ve oluşumlar hakkında bilgi sahibi olunuz çocukları bu konuda bilgilendirerek onlarında bu faaliyetlere gönüllü olmaları konusunda destek olunuz.

**Okul Faktörleri:** Öğrencilere periyodik olarak amaç belirleme, hedef stratejileri akademik başarıyı arttırma konularında seminer ve eğitimlerde bulununuz. Akademik başarı ve becerilerini geliştiriniz, destekleyiniz. Düzenli periyotlarda öğrencilerle bir araya geliniz ve pozitif ilişkiler geliştiriniz. Öğrencilere problem çözme becerileri, duygusal beceri geliştirme programları ve aktiviteleri oluşturunuz. (Akt. Ünüvar, 2012)..

Son olarak yılmazlık konusunda geniş bir literatür olmasına rağmen, literatürde eksiklikler, tutarsız bilgiler de mevcuttur. Sağlıklı gelişim sergileyen, uyum sağlama becerilerine sahip ergenlerle ilgili yeterli çalışmam olmamasına ve çok az bilgi sahibi olunmasına rağmen, yapılan çalışmaların çoğunlukla risk altında yaşayan, olumsuz yaşam deneyimlerine maruz kalmış, fiziksel ya da ruhsal rahatsızlığı olan, düşük akademik başarıya sahip kişiler, gençler üzerine odaklandığı görülmüştür. Sağlıklı gelişim gösteren ruhsal ve fiziksel alanlarda sağlıklı olan, risk altında bulunmayan ergenlerle ilgili yapılan yeterince çalışma bulunmamaktadır (Ahern ve diğ.,2008; Ünüvar, 2012).

## 2.2. SOSYAL DESTEK İLE İLGİLİ KAVRAMSAL ÇERÇEVE

### 2.2.1. Sosyal destek kavramının tarihsel gelişimi

Sosyal destek ilk olarak 1960'lı yıllara gelindiğinde koruyucu sağlık alanında yapılan çalışmalarla bilimsel araştırmalara girmiştir (Gabay,1989; Gün,2002).

Kohut (1984)'un geliştirmiş olduğu kurama göre kişinin yaşamı boyunca diğer insanlar tarafından fark edilmesine, beğenilmeye, güçlü algıladığı rol modellerle özdeşleşmeye, korktuğu, sıkıntı yaşadığı ve telaşlandığı zamanlarda teselli edilmeye ve kendisine yakın hissettiği insanlarla duygusal ve düşünsel paylaşımlarda bulunmaya gereksinimi vardır (Akt. Sağlam,2007).

Sosyal destek kuramsal açıdan ele alındığında temelleri Kurt Lewin'in "Alan Kuramı ve Davranışı Tanımına" dayanmaktadır. Kurt Lewin'e göre davranış psikolojik çevrede olan değişimdir. Bireyin istenmeyen davranışlarını ortadan kaldırmak ve bireye istedik yönde , olumlu, yeni davranışlar kazandırmak için, bireyin psikolojik çevresinde değişiklik yapmasına olanak tanımak, yardımcı olmak gerekmektedir. Bireyin sosyal destek sistemi, onun psikolojik çevresinde yer almaktadır (Yıldırım, 1994; Arslan, 2009).

Kişiler arası ilişkilerin tamamının temelinde bireyin yaşama ilişkin istek, talep, doyum sağlama ihtiyacı ve gereksinimlerinin karşılanması yatmaktadır. Bu bağlamda toplumsal yaşantı kişiler arasında karşılıklı beklenti ilişkisi ve bu beklentinin doyurulma çabalarından oluşmaktadır. Yani birey, sosyal dünyasındaki çabaları ancak toplum içindeki diğer insanlarla kurduğu sosyal ilişkiler yardımıyla gerçekleştirmektedir. Bireyin çevresindeki diğer bireylerle kurduğu ilişkiler sosyal destek kavramını da beraberinde getirmiştir (Dülger,2009).

Sosyal destek konusunda yapılan en kapsamlı çalışmalardan birisi Pearson (1990) tarafından yapılmıştır. Pearson yapmış olduğu çalışmada sosyal desteğin ne

olduğu ve nasol tanımlanabileceği, inşalar için önemi, işlevi ve psikolojik danışmada kullanımı gibi konuları detaylı olarak incelemiştir (Akt. Yıldırım,1998).

### **2.2.2. Sosyal destek kavramının tanımı**

Sosyal destek tanımları çalışmalara göre değişmektedir bazıları destek sağlayan bir dizi insan sayısını inceleyerek, ( Adams ve diğ. 2002 , Kana'iaupuni ve diğ. 2005 ve Surkan ve diğ. 2007 ) ve diğerleri enstrümantal maddi (nakdi) özelliklerin kullanılabilirliği olarak ele almışlardır ( Carter & Maluccio 2003; Carvalhaes ve diğ., 2005; Leininger ve diğ., 2009).

Sosyal destek kavramı özünde, bireyin çevresindeki diğer insanlar tarafından sevilmesi, ilgi görmesi, diğer insanlar tarafından değer verilmesi, güvenilmesi, saygı duyulması, gibi gereksinim ve ihtiyaçlarından kaynaklanmaktadır. Bu ihtiyaçların değişiklikler göstermesinden dolayı yapılan sosyal destek tanımlamalarında farklılıklar ortaya çıkmaktadır (Başer, 2006).

Sosyal destek genel olarak bir kişinin kendisine özen gösterildiğini, sevildiğini, saygı duyulduğunu ve değer verildiğini hissetmesini sağlayan, sosyal ağdan aldığı zihinsel ya da maddi destek olarak tanımlanır. (Cobb, 1976; Xia ve diğerleri, 2012). Sosyal destek genellikle birey için önemli kişiler tarafından gerçekleştirilen işlevleri ifade eder (Umberson ve diğ., 2010; Shor ve diğ., 2013).

Sosyal destek yardım veya sevgi ya da bakım gibi algılanan sosyal etkileşimler ve ilişkiler olarak tanımlanabilir (Hobfall & Stephens, 1990; Pruitt & Zoellner, 2008).

Sosyal destek uzun süre sağlık için koruyucu faktör olarak tanımlanmıştır (House ve diğ., 1988 ;Berkman ve diğ., 2000; Leininger ve diğ., 2009).

Çakır ve Palabıyıköğlü (1997), Sosyal destek tanımları kısmen farklılıklar göstermese de genel olarak bireye çevresindeki insanlar tarafından yapılan yardım olarak tanımlamaktadır. Ayrıca sosyal destek bireyin yaşadığı stresli durumdan kurtulmasını, stresi yemesini ve duygusal tepkisini yönlendirebilmesini sağlar, bireyi riskli, sıkıntılı olayların olumsuz etkilerinden korur (Akt. Arman, 2009). Sosyal destek

stresli yaşam olaylarının olumsuz etkisine karşı bireyi “koruyan” bir faktördür (Kozaklı, 2006).

Sosyal destek kavramı, Lepore ve arkadaşları (1991), tarafından bireylerin diğer insanlar tarafından sevildiklerine, önemsendiklerine, korunduklarına inandıkları bir sosyal ağa ait olduklarını hissetmesi, değerli buldukları bir gruba bağlılık geliştirmeleri olarak açıklanmıştır (Akt. Dülger,2009). Sosyal destek ve aile arasındaki ilişki açısından, aile bireyin yaşamının birçok boyutunda önemli bir etkiye sahiptir. Sosyal destek kuramı, aile desteğinin bireyin yaşamında stres önleyici etkisine ve dolayısıyla akıl sağlığının ve fiziksel sağlığın sürdürülmesindeki önemine dikkat çekmektedir. Ayrıca sosyal başarıda da aile ile kurulan bağın etkili olduğu gözlenmiştir (Kenny, 1990; Akal, 2010).

Barrera (1986) sosyal desteğin bireyin diğer insanlarla güvenilir bağları olduğu yönünde bilişsel değerlendirmeleri (veya algıları) olduğunu belirtmiştir (Akt. Pruitt & Zoellner, 2008).

Sarason ve diğerleri (1983) sosyal desteği; bizleri seven, önemseyen, değer ve takdir gördüğümüz, güven duyduğumuz insanların varlığı şeklinde tanımlamaktadır. Thoits' e (1986) göre sosyal destek genel olarak riskli yaşantılar geçiren, stres altında olan ve güç durumda olan kişilere çevresindeki insanlar tarafından sağlanan yardımdır (Akt. Şencan, 2009). Başkaları tarafından sağlanan bu destek kavramını, kişinin psikolojik bütünlüğünün korunması, kritik hayat olaylarına uyumun kolaylaşması ve gelişimin en uygun biçimde ortaya çıkması için sağlanan fiziksel, bilgilendirici, duygusal, araçsal ve parasal yardım olarak da tanımlayabiliriz (Dunst ve ark. 1986; Arman, 2009). Caplan'a (1973) göre sosyal destek; duygusal sorunlarıyla baş edebilmesi için insanlara psikolojik kaynaklarını harekete geçirmede yardımcı olan, kişilere gerekli para ve materyal sağlayarak ya da beceri, bilgi ve öğüt vererek yüzyüze geldikleri stres yaratan özel durumlarla baş etmelerinde yardımcı olan, onların görevlerini paylaşan yakınlarından aldığı destektir (Akt. Eylon, 2001).

Sosyal desteği kişinin sosyal ihtiyaçlarını başkalarıyla etkileşimleri yoluyla giderme derecesi olarak tanımlayabiliriz. Sevgi, saygı ya da kabul görme, ait olma,

kimlik ve güvenlik temel sosyal ihtiyaçlarımızı oluşturmaktadır. Çok boyutlu algılanan sosyal destek de bu ihtiyaçların karşılanması amacıyla girişilen karşılıklı etkileşimleri ifade etmektedir (Ben-David ve Leichtentritt 1999; Arman, 2009).

Sosyal destek belirli bilişsel mekanizmaları, başa çıkma stratejileri ve sağlık davranışları ile hem doğrudan hem de dolaylı olarak sağlık üzerinde etkilidir (Cohen & Wills, 1985; Davis & Swan, 1999; Wills & Fegan, 2001; Karademas, 2006). Ayrıca sosyal destek travmatik olay yaşamış kişilerde iyimserlik ve sıkıntı arasında arabulucu olmuştur (Dougall ve diğ., 2001; Karademas, 2006).

Sosyal destek, kısmen farklı biçimlerde tanımlansa da genel olarak yazarların görüş birliğinde olduğu husus kişiye çevresindeki bireyler tarafından yapılan yardım ve ilişkilerin bazı türlerini kapsadığı varsayılmaktadır (Arslan, 2009). Bu yardım ve ilişkilerin neler olduğuna baktığımızda; sosyal destek, kişinin çevresinden sevgi, ilgi, takdir ve güvenin yanı sıra, bilgi edinme ve maddi yardım gibi sosyal, psikolojik ve ekonomik nitelikli her türlü desteği içinde barındırır. Bireyin yaşantısında her ihtiyaç duyduğu an yardım bulabileceği kişilerin bulunmasını ifade eder (Dülger,2009).

Caplan (1976)'a göre sosyal destek kişinin stres yaratan olaylar karşısında başarılı bir kontrol geliştirmesini ve başarılı başa çıkma stratejileri geliştirmesine katkı sunan sosyal çevreden gelen bir geri bildirimdir. Sosyal destek ayrıca, ilgi ve duygusal yakınlık kavramlarıyla da yakından ilişkilidir. Bireyin çevreden gördüğü sosyal desteğin bir diğer işlevi kişi yaptığı işin doğru veya yanlışlığını belirler. Sosyal desteği Thoits de (1986) bireyin stresle başa çıkma çabalarına onun için önemli olan insanların katılması şeklinde açıklamıştır. (Akt. Bayram, 1999). Sosyal destek, kişinin çevresinden gördüğü yardımdır. Bu yardım bireye kendisinin değerli olduğu algısını verir. Kişinin algıladığı bu destek stresle mücadelede bir tampon görevi görmektedir. Bunun yanında, bireyin ilişkide bulunduğu kişi sayısı, gereksinim duyduğu durumlarda yardım edebilecek kişiler, sırlarını paylaşabileceği, güvenilebileceği ve yakın olarak gördüğü kişiler ve bu kişilerle kurduğu ilişkiler ve ihtiyaç duyduğu anda yardım alabileceğini düşündüğü birilerinin varlığının algısını sosyal destek olarak ifade etmektedir. (Şahin, 1999).

Tardy (1985) sosyal destek kavramını açıklarken kullanılması gereken beş boyutun varlığından bahseymiştir. Bunlar:

- a) Sosyal desteğin Yönü (alınması-verilmesi)
- b) Eğilim (destek kaynaklarının hazır bulunuşu, kullanılabilirliği)
- c) Desteğin tanımı (değerlendirilmesi, birey açısından ne ifade ettiği)
- d) Desteğin içeriği (bilgisel, duygusal, araçsal, maddi destek gibi)
- e) Sosyal ağ (Akt. Şencan, 2009).

Genel olarak sosyal desteğin iki temel bileşeni olduğu görülmektedir. Bunlar, ihtiyaç duyduğunda başvurulabilecek insanların varlığı algısı, var olan destekten memnuniyet derecesi bu iki bileşenin birbirleriyle ilişkisi, bireylerin kişiliklerine bağlıdır. Bazı insanlar için sosyal desteği sağlayan fazlaca hazır yardımcılarının olmasını isterlerken bazıları için tek bir kişi yeterli olabilir (Karadağ, 2007). Benzer bir tanımlamaya göre, sosyal destek yapısal ve işlevsel olarak iki kategoride düşünülmektedir. Yapısal destekte bireyin kimlerden destek aldığı, destek veren kişilerin sayısı ve bireye yakınlık derecesi önemlidir. İşlevsel destekte ise verilen yardımın birey için ne kadar önemli olduğu ve ne ifade ettiği, ayrıca bireyin ihtiyacı olan desteğin ne kadar karşılanıp karşılanmadığı söz konusudur (Yıldırım, 2005).

Sosyal destek bireyler için " diğ er kişiler tarafından sağ lanan kaynaklar 'olarak tanımlanmıştır ve destek türü ve kaynak açısından farklılık göstermektedir (Cohen & Syme, 1985; Fagg ve diğ erleri, 2008). Bu kaynakların sağ lık üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir (Stansfeld, 1998; Fagg ve diğ ., 2008). Şencan (2009) sosyal desteği, ihtiyaç duyduğu zaman bireye çevresindeki kişiler tarafından sağ lanan maddi ve manevi yardım ve destek şeklinde tanımlar.

Sosyal destek ile ilgili tanımlara bakıldığında; yardım, değer ve ilgi görme, olumsuzluklara karşı koruyucu bir etki yaratma gibi unsurları ön planda barındıran, psikolojik ve sosyal kavram olduğu görülmektedir. Dolayısıyla sosyal destek, çok boyutlu ve farklı türleri olan bir kavramdır (Dülger,2009).

Sosyal destek boyutlarını incelediğimizde iki önemli boyut karşımıza çıkar. Bunlar: niteliksel(işlevsel) ve niceliksel(yapısal) boyutlardır (Allen ve ark. 2000;

Pearson, 1986; Arman, 2009). *Niteliksel Sosyal Destek*: Sosyal desteğin niteliksel yönü sürece yöneliktir ve sosyal ilişkilerin değerini ve önemini anlamayı ifade eder yani bireyin aldığı desteğin bireyde bıraktığı memnuniyet ve doyumunu nasıl ve ne derece algıladığı ile ilgilidir. *Niceliksel Sosyal Destek*: Sosyal desteğin niceliksel yönü ise sosyal ağın büyüklüğünü, ağ yoğunluğunu ifade etmektedir. İlişkilerin süresi, uzunluğu, karmaşıklığı, ulaşılabilirliği yoğunluğu ve ilişki sayısıdır. Kısacası nicel olarak sosyal destek bireyin gereksinim duyduğu sosyal ilişkinin varlığını da gösterir.

### **2.2.3. Sosyal destek türleri**

Sosyal destek kavramının türlerine ve alt boyutlarına baktığımızda birbirinden farklı fakat birbiriyle ilişkili boyutlar karşımıza çıkmaktadır. Bu boyutlar araştırmacılara göre farklılık göstermekle beraber başlıca türler şunlardır.

Kişinin yaşamında önemli bir yeri olan ebeveynler, eş, sevgili, arkadaşlar, aile, öğretmenler, akrabalar, komşular ve uzman kimseler kişinin sosyal destek kaynaklarını oluşturur. Sosyal desteğin bireye sağladığı destek türlerine baktığımızda maddi, duygusal ve zihinsel destek türleri karşımıza çıkmaktadır. Maddi destek, günlük yaşamın idame ettirilebilmesi için bireye sağlanan eylem ya da araçlardır. Duygusal destek, kişinin başkaları tarafından, sevilmesi, şefkat görmesi, saygı görmesi bir gruba ait olması gibi temel sosyal gereksinimlerin karşılanmasıdır. Zihinsel destek ise, bireye kişisel ve çevresel sorunlarıyla ilgili bilgilendirme, rehberlik etmeyi kapsar (Sorias, 1988; Arslan, 2009).

Caplan (1974) Bireye rehberlik yapan sosyal destek türlerini beş grupta açıklamıştır:

a) Duygusal Destek (Emotional support): sevgi, güven, ilgi, duygularının karşıya iletilmesi.

b) Takdir desteği (Esteem support): Kişiye her türlü durumda ve davranışı karşısında destek vermesi ve takdir edilme

c) Maddi destek (Instrumental Support): Kişiyeye araç gereç boyutunda destek sağlanması.

d) Bilgisel Destek (Informational support): Kişiyeni sorun çözme becerisini arttırmaya yönelik sağlanan bilgilendirmeler ve beceri öğretimi desteği.

e) Beraberlik Desteği (Social companionship): Kişiyeye birlikte yapılan boş zaman etkinlikleri (Akt. Torun, 1995).

Cobb (1976) sosyal destek türlerini 3 boyutta açıklamıştır (Aktaran: Baştürk, 2002).

Bunlar:

1. Duygusal Destek: Kişiyenin değer verildiğini, destek gördüğünü hissetmesi, yakın ilişkiler.

2. Saygı Desteği: Kişiyeye başkaları tarafından saygı duyulması, önemsenmesi.

3. Ağ Desteği: Kişiyelerarası kurulan niceliksel ve niteliksel boyutları olan iletişim

Cohen ve Wills (1985) sosyal destek tipolojilerini incelemiş ve daha toparlayıcı olduğu düşünülen dört destek türünden bahsetmişlerdir. Bunlar:

*Duygusal Destek (Emotional Support)*: kişiyeye başkaları tarafından anlayış, kabul görme, sevgi, değer verilme, özen gösterilme, korunma gereksinimlerini kapsayan bu tür destek bir tür yakın destektir.

*Araçsal destek (Instrumental Support)*: araç- gereç, para ve materyal yardımı gibi daha çok somut yardım.

*Bilgisel destek (Informational support)*: kişiyenin sorun çözme becerisini arttırmak için sorunla ilgili rehberlik ve bilgi desteği verilmesi.

*Yaygın destek (Diffuse support)*: Kişiyenin boş zamanlarını yakın arkadaş, sosyal çevre ile zaman geçirmesi, eğlenmesi, arkadaşlık ilişkileri. Bu destek türü bir gruba dahil olma ve grup tarafından benimsenme olarak da tanımlanmaktadır.

Kahn (1979) ise sosyal desteği üç grupta açıklamıştır(Akt. Baştürk, 2002).  
Bunlar:

1. *Duygusal Destek*: Sempati, sevme, hoşlanma, dinleme ve güven vermeyi kapsamaktadır.

2. *Bilgi Desteği*: problemlerin anlaşılması ve çözülmesi noktasında bireye yapılan rehberlik.

3. *Yardım Desteği*: Kişilerarasında yapılan işlerde karşılıklı yardım.

Jacobson (1986) sosyal desteği üç boyutta ele almıştır (Akt. Baştürk, 2002).

1. *Duygusal Destek*: Bireyin takdir edildiğine, saygı duyulduğuna, sevildiğine inanmasını sağlayan destektir.

2. *Fayda Desteği*: Kişinin günlük sorumluluklarını yerine getirmesine yardımcı olan araç ve maddi destektir.

3. *Bilişsel Destek*: Kişinin çevresindeki bireylerden öneri ve geri bildirimler almasıdır.

Cohen ve Wills (1985) sosyal destek türü olarak dört destek türünün varlığından bahsetmişlerdir. Bunlar:

1. *Saygı Desteği*: Bireyin başları tarafından saygı görmesi ve kabul edilmesi ile ilgilidir. Bireyin her türlü hata ve problemleri davranışına karşı koşulsuz olarak kabul edilmesi ve başkalarından saygı görmesi kendini değerli hissetmesini sağlayacak ve bireyin özsaygısını geliştirecektir.

2. *Bilgi Desteği*: Sorun durumunun tanımlanması, anlaşılması ve bu durumla baş edilmesi konusundaki yardımdır. Öğüt verme, sorunun boyutlarını değerlendirme ve bilişsel rehberlik gibi özellikleri vardır.

3. *Sosyal Arkadaşlık*: Boş zamanlarında yakın ilişkiler kurduğu arkadaşlarıyla birlikte olması ve eğlenceli vakit geçirmesi. Başlıklarına yakınlık kurma ihtiyacının karşılanması

4. *İşlevsel Destek*: Finansal, araçsal ve maddi yardım, çevresel kaynaklar ve ihtiyaç duyulan hizmetlerin sağlanması anlamına gelmektedir. İşlevsel destek, işlevsel sorunların doğrudan çözülmesi veya bireye rahatlama veya eğlenceye ayırabilecek zaman kazandırması nedeniyle stresi azaltıcı bir özellik göstermektedir (Akt. Köse, 2009).

Yukarıda ifade edilen sosyal destek türlerine baktığımızda genel olarak sosyal desteğin maddi, bilgisel, duygusal, sosyal paylaşım, takdir desteği boyutları olduğu söylenebilir.

Literatürde (Lin ve Westcott, 1991 ve Umberson ve Montez 2010 ) sosyal desteğin üç ana işlevi vardır: *Duygusal destek* sevgi, saygı, cesaret ve sempati ve birisi tarafından sevilme ve dinlenilme durumlarını içerir. *Bilgi desteği* bireysel sorunları çözmeye yardımcı olabilme veya eylemlerle ilgili bireysel rehberlik veya tavsiye sağlanması anlamına gelir. Son olarak, *araçsal destek* malzeme ihtiyaçları, pratik görevleri ve günlük sorunları için yardım temin etmek anlamına gelir (Akt. Shor ve diğ., 2013)

#### **2.2.4. Sosyal Destek Modelleri:**

Araştırmacılar bireyin ruh sağlığı üzerinde sosyal desteğin katkıları yararları ve etkisi konusunda iki farklı model önermiştir. Bunlar:

*Bunlardan biri Temel Etki Modelidir.* Temel Etki Modeline göre bireye sağlanan sosyal destek ile sağlık arasında doğrudan bir ilişki vardır. Sosyal destek, fiziksel sağlık ve kendini iyi hissetme üzerinde her zaman olumlu bir etkiye sahiptir, sosyal destekten yoksun olan bireylerin daha fazla olumsuzluk yaşayacağı ve bu durumdan kaynaklı olumsuz etkileneceği öne sürülmektedir (Cohen ve Wills, 1985; Aktaran: Soylu, 2002)

Bu modele göre yüksek düzeyde sosyal desteğe sahip olan bireyler, yüksek düzeyde hoşlanılmış ve değer verilmiş olma duygularına da sahip olacaklardır. Bireyin

yüksek düzeyde değer görmesi ve başkaları tarafından kabul görmesi bireyin psikolojik sağlığı üzerinde sürekli ve olumlu bir katkı sağlayacaktır (Duru, 2008; Şencan, 2009).

*İkinci model Tampon Etki Modelidir.* Bu model bireyin günlük hayatta yaşamış olduğu riskli, sıkıntılı v stresli durumlar karşısında sosyal desteğin koruyucu ve önleyici katkıları olduğunu öne sürmektedir (Duru, 2008; Şencan, 2009).

Tampon Etki Modeli göre sosyal desteğin en önemli işlevi stresli yaşam olaylarının birey üzerinde oluşturduğu olumsuz etkiyi azaltması ve bireyin ruhsal bütünlüğünü korumasıdır. Sıkıntılı ve stresli yaşam olaylarıyla karşılaşmadığı sürece sosyal destekten yoksun olmak birey üzerinde herhangi bir olumsuzluk yaratmaz (Cohen ve Wills, 1985; Aktaran: Soylu, 2002).

İnsanların sosyal destek ihtiyacı, sosyal yaşamları boyunca değişmekte ve birçok olay tarafından etkilenmektedir. Sosyal desteğin birey tarafından olumlu olarak algılanması ve kullanılması için belli şeyler mevcut olmalıdır. Kişi desteğin ulaşılabilirliğini algılamalı ve sosyal destek için ihtiyaç duymalı, desteği nasıl kullanacağını bilmelidir. Bu bağlamda anlaşılacağı gibi pek çok faktör kişinin sosyal desteği kullanmasını etkilemektedir. Kişinin destek ihtiyacı, sosyal desteği istemesi ve kullanmaya başlanması kişinin algılamasını etkilemektedir (Bruhnn ve Philips, 1984; Arslan, 2009).

Sosyal desteğe farklı bir model uyarlaması getiren Ullman (1996) üç destek bileşeni önermiştir. Pozitif destek, negatif destek ve desteğin olmaması. Pozitif destek maddi yardım, bilgilendirme yardım ve duygusal yardım da dahil olmak üzere çeşitli faktörler içermektedir. negatif destek suçlama, güvensizlik, destek alıcının seçimlerini kontrol, oyalama ve geri çekilme gibi şeyler içerir. Hiç desteğin olmaması da olumlu ya da olumsuz bir desteğin olmaması durumudur. Bu çok faktörlü kavramsallaştırma belirli bir tepkinin mağduru nasıl etkileyebileceğini ve nasıl farklı olabileceğini sosyal destek hakkında daha özel bir anlam çıkarmamızı sağlar. Özellikle, olumsuz sosyal destek, doğal başa çıkma tepkilerini bastırabilir ve bu nedenle travma sonrası semptomatolojisini korumak için hizmet edebilir (Pruitt & Zoellner, 2008 ).

### 2.2.5. Algılanan sosyal destek ve sosyal ağ:

Algılanan sosyal destek kavramı genel olarak kişini sosyal çevresinden sağladığı doyumdur. (Karadağ, 2007). Algılanan sosyal destek, sosyal destek işlevlerinin yeterli olup olmadığı konusunda kişinin kendi yargısı “algılanan sosyal destek” olarak tanımlanmıştır (Procidano & Heller, 1983; Dülger,2009). Algılanan sosyal destek insanlar arası bağların varlığının ve niteliğinin bilişsel olarak değerlendirilmesidir. Yani kişinin destekleyici etkileşimleri yorumlama, bağlı olduğu kişilere kişisel anlamlar vermeye dayalı öznel değerlendirmesidir (Kef, 1997; Arman, 2009).

Karmaşık bulgular için birçok açıklamalar sunulmuştur. Bir bireyin aldığı veya algıladığı sosyal desteğin derecesinin kısmen kişilik faktörlerince belirlendiği ihtimali ortaya konulmuştur. (McColl, Lei, & Skinner, 1995; Winnubst, Buunk, & Marcelissen, 1988; Heponiemi ve diğ., 2006).

Bireyin çevresinden aldığı bildirimler doğrultusunda sosyal destek ve işlevlerinin yeterli olup olmadığı konusunda oluşturmuş olduğu yargı “algılanan destek” olarak tanımlanır. Algılanan sosyal destekle ilgili önemli bir kavram da “sosyal ağ” kavramıdır. Sosyal ağ, bireylere sosyal desteği iletmek için temel araçtır. Sosyal ağ bireyin yaşamında önemli, hâlihazırda etkileşimde bulunduğu kişileri kapsamaktadır. Sosyal destek ağı çoğunlukla anne, baba ve arkadaşlardan meydana gelir. Algılanan arkadaş desteği kişinin kendini yeterli ve başarılı hissetme olanağını yakalayarak, yetenekleri geliştirmesine ve sağlıklı benlik algısı oluşturmasına yardım eder. Arkadaş desteği etkili baş etme stratejileri geliştirmeyi sağlayarak, aileden de sosyal destek alır (Taysi, 2000; Arslan, 2009). Algılanan sosyal destek, sosyal ilişkinin algılanış biçimi, sosyal ağın kişi üzerinde bıraktığı etkiyle yakından bağlantılıdır. Sosyal ağ kişi ve çevresindeki diğer insanlar arasındaki bağları ve bu insanların birbirleriyle olan ilişkilerini anlatmak için kullanılan bir terimdir. Sosyal ağın yeterince destekleyici olup olmadığı konusunda insanların genel izlenimleri de algılanan sosyal destek kavramını ifade etmektedir (Sorias, 1986; Arman, 2009).

Sosyal destek algısını ve onun gerçek seviyesini etkilediği gösterilen kişilik faktörlerinden birisi düşmanlıktır. Düşman bireyler (a) diğer insanların niyetlerini

olumsuz bir şekilde yorumlar, (Allred & Smith, 1991; Guyll & Madon, 2003; Larkin, Martin, & McClain, 2002) (b) diğer insanların olumsuz tepki göstermelerine sebep olurlar (Smith, 1992) ve (Hart, 1996; Seeman & Syme, 1987; Watkins, Ward, Southard, & Fisher, 1992; Williams ve diğ., 1980) (c) düşmanlık göstermeyen insanlara göre sosyal ağdan daha az faydalanırlar (Akt. Heponiemi ve diğ., 2006).

Bazı psikolojik ve sosyal destek faktörleri ergenlerin fiziksel aktivite ve davranışlar ile ilişkilendirilmiştir (Beets ve diğ., 2010; Cheng ve diğ., 2014; Craggs ve diğ., 2011; Ricardo ve diğ., 2013; Silva ve diğ., 2014).

Ergenlerde yüksek öz-yeterlilik ve algılanan davranışsal kontrolün olumlu fiziksel aktivite ile ilişkili olduğuna dair kanıtlar vardır ( Craggs ve diğ., 2011; Silva ve diğ., 2014, s. 21 ). Diğer çalışmalar ebeveynlerin sosyal desteğinin olumlu etkilerini bulmuştur (Beets ve diğ., 2010; Silva ve diğ., 2014).

İnsanlar sosyal bir desteğe sahip olurken sahip oldukları bu desteği hangi düzeyde algıladıkları çok önemlidir. İnsanların bu destekten duydukları memnuniyet onların algılarını oluşturur. Temelde sosyal ilişki ağının boyutları ve sosyal ilişki ağının yoğunluğu olmak üzere iki sosyal ilişki ağı vardır.

#### **2.2.6.Sosyal ilişki ağı türleri**

**Sosyal ilişki ağının boyutları:** Sayısal anlamda bireyin insanların sosyal çevresinde yer alan destek kaynaklarının çokluğunu ifade eder. Sosyal ilişki ağının boyutları ve sayısal çokluğu ne kadar çok olursa bireyler o kadar çabuk uyum sağlarlar

**Sosyal ilişki ağının yoğunluğu:** sosyal ilişkilerdeki niceliksel çokluktan ziyade niteliksel yoğunluk bu alanı ifade eder. Kişinin sahip olduğu sosyal çevre, yakın ilişki kurduğu insanlarla arasındaki samimiyettir. Sosyal ilişki ağının yoğunluğu aynı zamanda kişinin ne ölçüde kabul edilip önemsendiğinin bir göstergesidir (Kazak ve Marvin, 1984; Arman, 2009). Sosyal destek incelenirken önemle üzerinde durulması gereken kişinin sahip olduğu sosyal ağdan elde ettiği sosyal desteğin bireyde bıraktığı

memnuniyettir. Bu memnuniyet duygusu sosyal desteğin ne ölçüde yararlı olarak algılandığının kanıtıdır (Crnic ve arkadaşları, 1983; Arman, 2009).

### **2.2.7. Sosyal destekle ilgili yapılan çalışmalar**

Literatür sosyal desteğin genellikle aile üyeleri tarafından sağlanan ve arkadaşlar tarafından sağlanan destek üzerinde yoğunlaşır her iki desteğin nasıl algılandığının farklı sonuçları olabilir (Crohan & Antonucci, 1989; Rook, 1987; Seeman & Berkman, 1988) ve sosyal destek kişinin ruh sağlığını ve fizyolojik sağlığını etkileyebilir (Gallant ve diğ., 2007; Matt & Dean, 1993; Potts, 1997; Shor ve diğ., 2013).

Özellikle, öfke eğilimli bireylerin daha az öfkeli yaşlılarına göre daha az sosyal destek ve daha yetersiz tatmin kaynaklarına sahip oldukları görülmüştür ( Barefoot ve diğ., 1983 , Deffenbacher ve diğ., 1996 ve Hardy & Smith, 1988; Dahlen & Martin, 2005).

Sosyal desteğin mevcut olması ya da sosyal desteğin varlığı travmatik bir olaydan sonra post-travmatik reaksiyonların yoğunluğunu azaltır (Engdahl ve diğ., 1997; Keppel-Benson, Ollendick, & Benson, 2002; Neria ve diğ., 1998; Pruitt & Zoellner, 2008).

Bir tampon hipotez, sosyal desteğin olumsuz yaşam olayları karşısında yüksek seviyede koruma sağladığını göstermektedir. Örneğin, ciddi bir olay yaşayan kadının bir dostun desteği ile depresyona girme riski% 4 iken bu desteği olmadan % 40 a varmıştır (Brown & Andrews, 1986; Heponiemi ve diğ., 2006 ). Bazı bulgular sosyal desteğin depresyon üzerine stres tamponlama etkisini desteklememektedir ( Burton, Stice, ve Seeley, 2004 ; Ritter, Hobfoll, Lavin, Cameron, ve Hulsizer, 2000 ; Wade & Kendler, 2000 ; Wildes, L, & Simos 2002; Heponiemi ve diğ., 2006, ) ve genel olarak bulgular sosyal destek tamponlama model yerine ana etki modelinin daha fazla destek sunduğu görülmüştür. Ancak, ana etkiler hipotezi ile çelişen bulgular da mevcuttur (Elliott, Marmarosh & Pickelman, 1994; Heponiemi ve diğ., 2006).

Markward, McMillan, and Markward (2003) kendi kişisel özelliklerine dayanarak, yetişkinlerden gelen farklı sosyal destek ihtiyacı ya da deneyimi üzerine araştırma yapmışlardır. Bu araştırma genç insanların kendilerine sevmeye ve sevilme hissini veren ve duygusal destekten faydalandıklarını göstermektedir (Akt. Fagg ve diğ., 2008).

Düşmanlığın köklerinin, yaradılışın unsurlarından miras kaldığı fikri ortaya atılmıştır. Çocukluk öfkesi, bir çocuğun, onun düşmanlık ve öfkesini artıran, düşmanca bir çevre yaratmasına neden olur. Birçok çalışma, düşmanlığın derecesinin sağlam dengede ilerlemesinin yıllar boyu sürdüğünü gösterir. (Barefoot, Dahlstrom, & Williams, 1983; Shekelle, Gale, Ostfeld, & Paul, 1983; Woodall & Matthews, 1993; Heponiemi ve diğ., 2006 ).

Gizir (2004) Ankara ilinde yaşayan sosyo-ekonomik düzeyi çok düşük 872 sekizinci sınıf ilkokul öğrencisi ile yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin akademik başarı ve gelişimine katkı sağlayan koruyucu özellikleri ve çevre faktörlerini incelemiştir. Çalışma sonuçlarına göre, düşük sosyo-ekonomik şartlar altında yaşayan ergenlerin gelişimlerinin desteklemek, dayanıklılıklarını arttırmak için var olana maddi, sosyal ve diğer kaynakların çeşitliliğini ve miktarını arttırmak gerekmektedir. Ayrıca öğrencilerin bu kaynaklara ulaşımının sağlanması gerekmektedir. Ayrıca öğrencilerin akademik başarı ve gelişimlerine katkı sağlayan bireysel ve çevresel koruyucu faktörler harekete geçirilmelidir. Son olarak yoksulluğun, düşük sosyo-ekonomik düzeyin ergenler üzerindeki olumsuz etkilerinin azaltılmasının yarar sağlayacağı belirtilmiştir. (Akt. Ünüvar, 2012).

Ayrıca, düşmanlığın, sosyal desteğin yetersiz düzeyde algılanan mevcudiyeti ve kalitesiyle, ve sosyal ağların küçük çapta olmasıyla ilişkilendirildiği bulunmuştur. (Hart, 1996; Seeman & Syme, 1987; Watkins ve diğ., 1992; Williams ve diğ., 1980; Heponiemi ve diğ., 2006).

Aile üyelerinden sağlanan desteğin arkadaşlardan sağlanan destekten daha faydalı olduğu bulunmuştur (Shor ve diğ., 2013).

Gerçek ya da algılanan sosyal destek, aynı zamanda yeme bozukluğu belirtileri ve sosyal anksiyeteye tampon etkisi yapabilir. (Wonderlich-Tierney & Vander Wal, 2010).

Cattell ve Herring (2002), kent konutlarında iletişim kuran gençler için, bu ilişkilerden aldıkları duygusal destekten dolayı yıllar boyu süren arkadaşlık bağları gerçekten önemli olurken , aile ve arkadaşlarından gelen desteğin de onların günlük yaşamları için çok önemli olduğunu rapor ederler (Akt. Fagg ve diğ., 2008).

Bazı çalışmalar gençlere yönelik sosyal desteğin doğrudan duygusal destek yönünde faydaları olduğunu göstermektedir (Fagg ve diğ., 2008). Bazı eski araştırmalar desteğin hem erkek hem de kadınlarda sağlık ve hayatta kalma önemli bir belirleyicisi olduğunu göstermektedir (Jylha & Aro, 1989; Seeman ve diğ., 1993; Shor ve diğ., 2013).Duygusal destek kaynağı kişiye yönelik koruyucu yarar sağladığı için çok önemlidir. Aile bireylerinden daha az destek alan bireylerin erken ölüm riski daha çok destek alan bireylere göre daha yüksek bulunmuştur. Sosyal destek düzeyi düşük olanlarda erken ölüm riski % 30 daha yüksektir (Shor ve diğ., 2013).

Ancak, bazı akademisyenler, aile üyelerinin ( özellikle kardeşler, çocuklar, ve eşler; bakınız Wellman ve Wortley, 1989,1990) pratik görevlerde ve fiziksel ihtiyaçlarda yardımcı olarak ve hastalık dönemlerinde yardım sağlayarak, araçsal destek ( örn: ekonomik yardım) sağlama konusunda daha önemli oldukları üzerine bir araştırma yapmışlardır (Akt. Shor ve diğ., 201).

Aile üyelerinin bağlanma duygusunu daha yüksek seviyede hissetmeleri ve fiziksel olarak daha yakın olmaları ( hatta sık sık aynı hane içinde yaşamaları) ve strese neden olan sorunları çözmeye daha meyilli olmalarını sağlamaktadır (Dupertuis ve diğ., 2001; LaGreca ve diğ., 1995; Primomo ve diğ., 1990; Prohaska & Glasser, 1996; Thoits, 2011; Shor ve diğ., 2013). Bunun yanın sıra geniş aile ilişkisi yakın aile üyelerinden daha az destek sağlamaya neden olur. (Wellman and Wortley, 1989 ;Shor ve diğ., 2013).

Yüksek duygusal zeka özelliği olan insanların daha fazla sosyal destek algıladıkları düşünülmektedir ( Gallagher & Vella-Brodrick, 2008; Montes-Berges & Augusto, 2007; Kong ve diğ. 2012).

Ayrıca, araştırmalar diğerlerinden daha fazla sosyal destek algılayan insanların daha çok yaşam doyumuna sahip olduklarını göstermiştir (Montes-Berges & Augusto, 2007; Gallagher & Vella-Brodrick, 2008; Kong & You, 2011; Kong ve diğ. 2012). Ayrıca dışadönük bireyler kolayca güçlü sosyal destek ağları inşa etmek eğilimindedir (Rutter, 1985 ; Peng ve diğ., 2011). Malezya üniversitesinde 2009 yılında gerçekleştirilen çalışmalar sosyal destek ve kişilik özelliklerinin ruh sağlığı üzerinde önemli faktörler olduğunu göstermektedir (Peng ve diğ., 2011).

Sosyal desteğin duygusal zeka ve yaşam doyumunu arasında kısmi bir arabulucu olarak görev yaptığı bulunmuştur (Kong ve diğ., 2012). Yüksek duygusal yetenekleri olanların daha fazla sosyal destek ve benlik saygısı algılaması söz konusudur. Bu sonuçlar daha önce yapılan duygusal zeka ve sosyal zeka ile ilgili yapılan çalışmalarla uyumlu dur(örneğin Gallagher & Vella-Brodrick, 2008; Mikolajczak ve diğ., 2007; Montes-Berges & Augusto, 2007; Kong ve diğ., 2012).

Ayrıca, Duygusal Zeka (EI) özelliği sosyal destek yoluyla özsaygı üzerinde, sosyal destek ise özsaygı yoluyla yaşam doyumunu üzerinde dolaylı yünden önemli etkilerde bulunur (Kong ve diğ., 2012).

Yüksek sosyal destek skoruna sahip erkeklerin bayan emsallerine göre muhtemelen daha büyük yaşam doyumunu elde ettiklerini gösteren erkekler için elde edilen katsayı ( $b = .33, p < .001$ ) kadınlar için elde edilen katsayıdan daha büyüktür ( $b = .04, p > .05$ ) (Kong ve diğ., 2012).

Dahlen ve Martin 2005 yılında 189 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış oldukları çalışmada bir kişinin kızgın duygular yaşamaya olan eğilimi veya toplumsal olarak istenen biçimde buna tepki verme eğilimi dikkate alınmaksızın, öfke baskılama ve etkili içsel kontroller aracılığıyla öfke ile başa çıkma eğilimi algılanan sosyal destek ile ilişkili olduğu sonucunu bulmuştur (Dahlen & Martin, 2005).

Armstrong ve arkadaşları (2011) çoğu kadın olan 414 katılımcı ile çalışma yapmışlardır . Katılımcılar 24 ve 58 yaşları arasında olup çoğu kadındır. Katılımcıların yüzde doksan beşi bir veya daha fazla stresli olaylardan sonra kendi sağlıkları üzerinde olumsuz etkisinin 2 yıl daha devam ettiğini bildirmişlerdir (Armstrong, 2011). Duygusal zeka olumsuz olaylar ve sıkıntı ile ilişkili bulunmuştur. Duygusal zeka puanları yüksek çoğu kişi daha az stresli olaylar ve sıkıntı yaşadıklarını belirtmiştir (Armstrong, 2011).

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın yöntemi, evren ve örneklem, kullanılan ölçme araçları ve istatistiksel teknikler üzerinde durulacaktır.

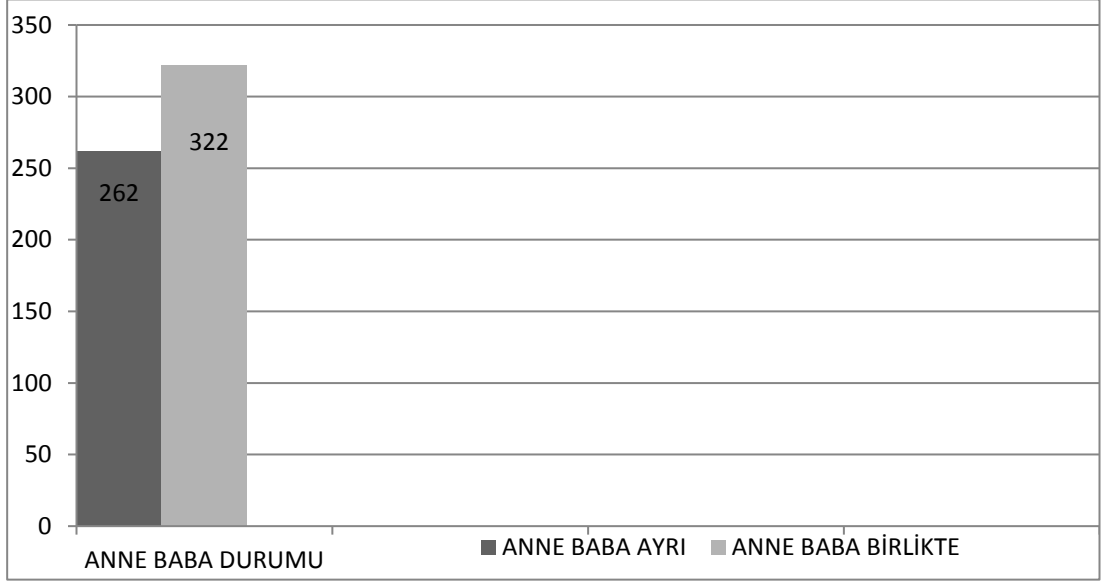
#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu betimsel araştırmada anne babası boşanmış ve anne babası birlikte olan lise öğrencileri, yılmazlık düzeyleri ve algıladıkları sosyal destek düzeyleri açısından incelenecektir. Ayrıca bu araştırma ilişkiisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. İlişkiisel tarama modelleri, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve /veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2006).

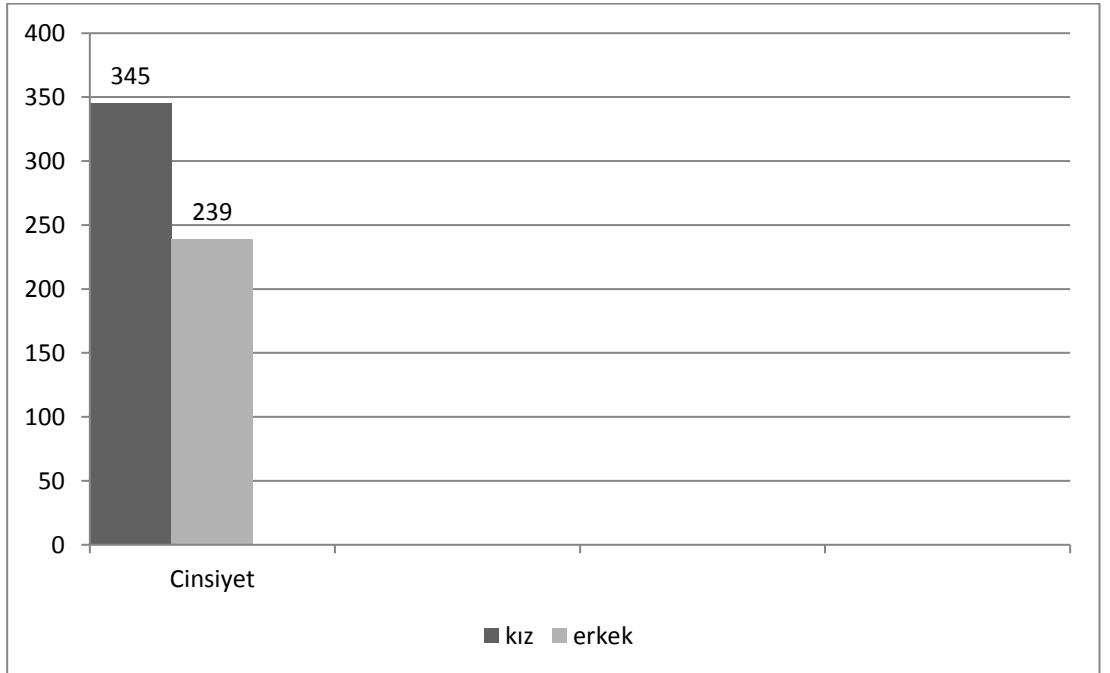
#### 3.2. Evren ve örneklem

Bu araştırma da çalışma grubu Karaman İlinde eğitim gören lise öğrencilerdir. Araştırmanın örneklemini 2013-2014 eğitim öğretim yılında liselerde okuyan ebeveynleri ayrı ve ayrı olmayan öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya 262'si ailesi boşanmış, 322'si ailesi birlikte yaşayan olmak üzere toplam 584 öğrenci (345 kız, 239 erkek) katılmıştır.

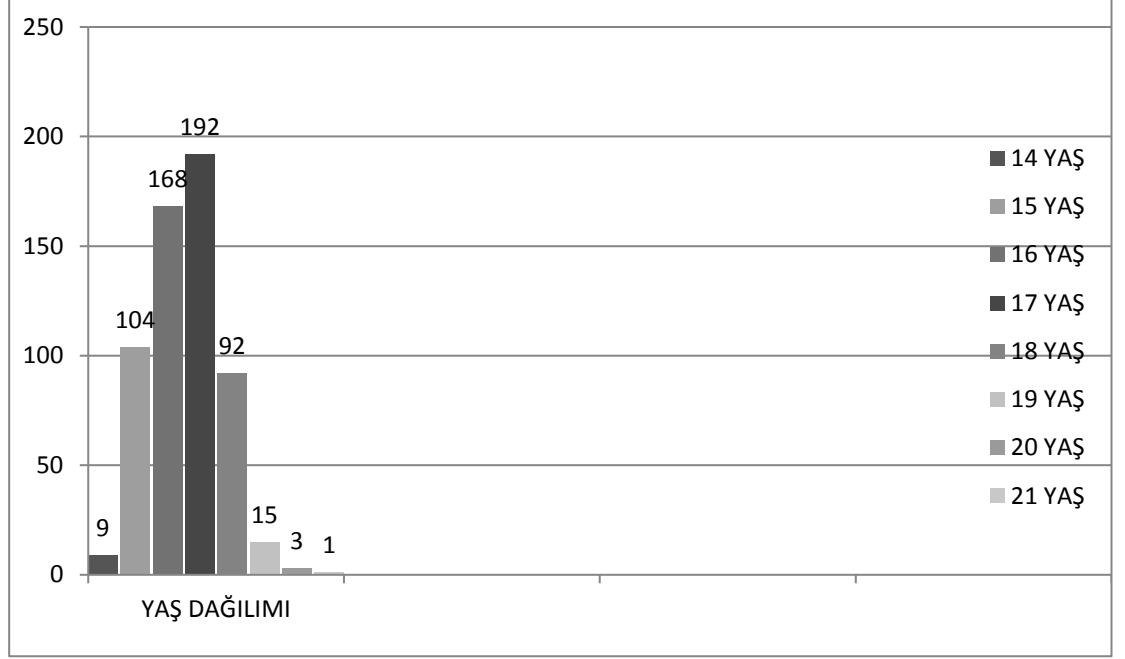
**Grafik 1. Öğrencilerin Anne Baba Birliktelik Boşanmışlık Durumlarına Göre Dağılımı**



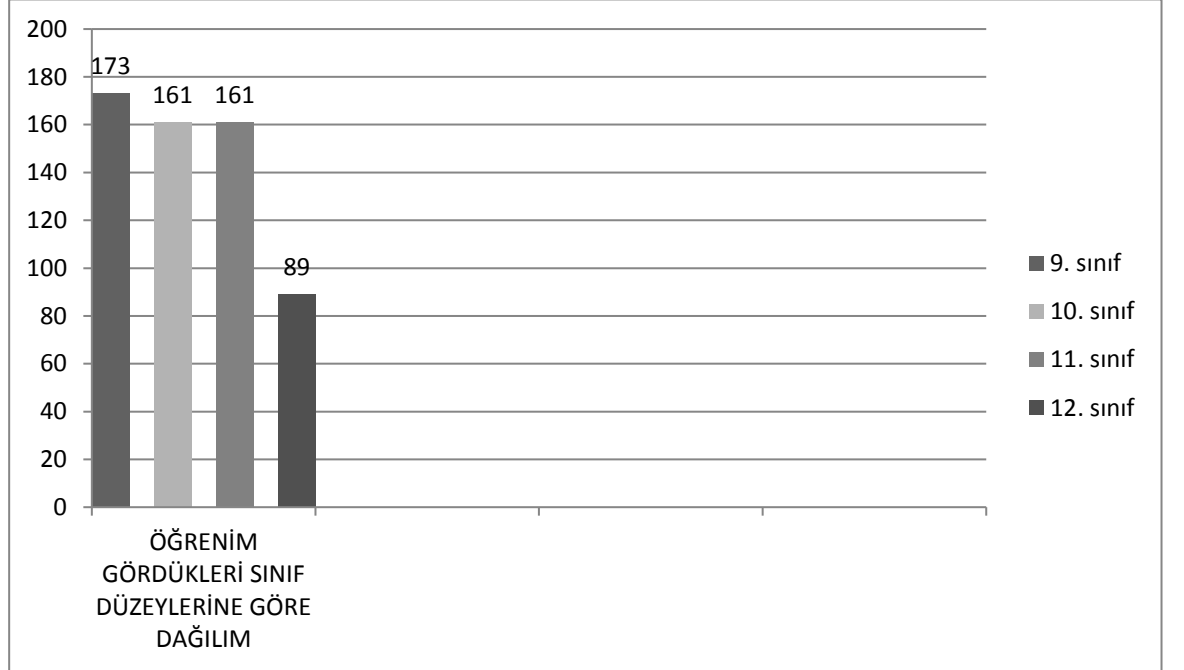
**Grafik 2. Öğrencilerin Cinsiyet Dağılımı**



**Grafik 3. Öğrenci Yaşlarına Göre Dağılım**



**Grafik 4. Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Sınıflara Göre Dağılım**



### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada kullanılacak form ve ölçekler aşağıda tanıtılmıştır.

#### **3.3.1. Kişisel bilgi formu**

Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanacak, katılımcılara ait bazı demografik (yaş, sınıf, cinsiyet, anne babaya ilişkin bilgileri, sosyo ekonomik durum) bilgilerin edinilmesi amacıyla kullanılacaktır. Katılımcılara ait yaş, cinsiyet, yaşadığı ailenin niteliğine ilişkin bazı özel bilgiler edinilmeye çalışılacaktır.

#### **3.3.2. Yılmazlık Ölçeği**

Bu araştırmada, Gürkan (2006) tarafından geliştirilen Yılmazlık Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılacaktır.

Yılmazlık konusunda bir test geliştirmek amacıyla ilgili literatür taranarak kuramsal bilgilere ulaşılmıştır. Ulaşılan bilgiler ışığında bir madde havuzu oluşturulmuştur. Bu doğrultuda yabancı kaynaklardaki yılmazlık ölçeklerinin maddeleri Türkçe'ye çevrilerek oluşturulan test maddeleri ve literatür taraması sonucu oluşturulan yılmaz kişilerin özellikleri yabancı dil okutmanları ve Eğitim Bilimleri Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü tüm öğretim üyelerinin görüşüne sunulularak sonuçlar değerlendirilmiştir. Ancak yabancı ülkelerde hazırlanan yılmazlık ölçeklerinin bazıları üniversite öğrencilerine yönelik hazırlanmamışlardır. Bu ölçekler ilköğretim ve ortaöğretim seviyesine uygun ölçeklerdir. Üniversite seviyesindeki ölçeklerin de maddeleri İngilizce'den Türkçe'ye çevrildiğinde kültüre uygun olmayan maddelerin bulunduğunu ve yılmazlık ile ilgili alan yazında belirtilen bazı boyutları içermediği görülmüştür. Bunun için bu ölçeklerin araştırmada kullanılabilecek nitelikte olmadığına ve bu ölçeklerin bazı maddelerinden yararlanılarak ve birçok ayrıntılı bilgiyi de derleyerek kapsamlı, kültürümüze uygun, kolay anlaşılabilir, kolay

uygulanabilecek bir yılmazlık ölçeği geliştirmenin uygun olacağına karar verilmiştir (Gürgan, 2006) .

Yılmazlık ölçeği 2012 yılında Ayşe ÜNÜVAR tarafından ( doktora tez çalışmasında) lise öğrencileri örnekleminde de kullanılmış ve uygulama sonucunda lise öğrencileri için de uygulanabilir olduğu görülmüştür.

Yılmazlık konusunda bir ölçek geliştirmek amacıyla ilgili literatür taranarak kuramsal çerçeve belirlenmiştir. Ulaşılan bilgiler ışığında bir madde havuzu oluşturulmuştur. Bu doğrultuda yabancı kaynaklardaki yılmazlık ölçeklerinin maddeleri Türkçe'ye çevrilerek ölçek maddeleri elde edilmiştir. Yılmaz kişilerin özellikleri yabancı dil okutmanları ve Eğitim Bilimleri Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü tüm öğretim üyelerinin görüşüne sunularak sonuçlar değerlendirilmiştir. Ayrıca yabancı ülkelerde hazırlanan yılmazlık ölçeklerinin bazı maddelerinden yararlanılarak derlenen kapsamlı bir yılmazlık ölçeğinin madde havuzu oluşturulmuştur (Gürgan, 2006) .

Ölçme değerlendirme ve alan uzmanlarının görüşleri doğrultusunda ölçek beşli Likert formatında cevaplanacak şekilde oluşturulmuş ve ölçeğin yönergesi ve basımı buna uygun olarak yapılmıştır. Derecelendirme, Hiç tanımlamıyor (1), Biraz tanımlıyor (2), Orta düzeyde tanımlıyor (3), İyi tanımlıyor (4), Çok iyi tanımlıyor (5) şeklinde yapılmakta ve puanlanmaktadır. Ters ifadeler ise yukarıdaki dereceleme tam tersi şeklinde puanlanmaktadır. Puanlardaki yükselme yılmazlık düzeyinde artışı, düşüş ise yılmazlık düzeyinin azlığını göstermektedir. Yılmazlık ölçeği 50 maddeden oluşmaktadır. Yılmazlık Ölçeği'nden alınabilecek puan 50 ile 250 arasında değişmektedir. Puanın artması yılmazlık düzeyinin artışı anlamına gelmektedir (Gürgan, 2006) .

#### Test Tekrar Test Güvenirliği

Gürgan' ın (2006) belirttiğine göre Ölçeğin güvenirliliğini test etmek amacıyla çalışma evreninden random olarak seçilen toplam 49 üniversite öğrencisine ölçek bir ay ara ile uygulanmıştır. Uygulama sonucu yapılan analiz sonucunda birinci ve ikinci

uygulamada alınan puanlar arasındaki korelasyon .89 olarak bulunmuştur ( $p < .001$ ,  $N = 49$ ,  $S_s = 11.57$ ,  $t = -2.51$ ). Bu sonuç ölçeğin kararlılığı için oldukça iyi bir kanıt olarak düşünülebilir.

#### Cronbach Alfa Güvenirliği

İç tutarlılık için yapılan çalışmada yine aynı grupta, ilk ve ikinci uygulama için ayrı ayrı hesaplanan Cronbach Alfa değeri sırasıyla .78 ve .87 olarak bulunmuştur. Geçerlik çalışmasına katılan grup için hesaplanan Cronbach Alfa değeri de (.80) yukarıdaki değerlere oldukça yakındır (Gürkan, 2006).

#### 3.3.3. Sosyal Provizyon Ölçeği

Weiss (1974) tarafından tanımlanan altı sosyal destek provizyonunun her birini değerlendirmek için Russell ve arkadaşları (1984) tarafından geliştirilen; bağlanma, sosyal bütünleşme, güvenilir ittifak, bakım fırsatı, rehberlik ve değer onayı olmak üzere altı alt boyuttan oluşan 24 maddelik bir ölçektir. Ölçeğin her alt boyutunu belirleyen maddelerden ikisi olumlu, diğer ikisi olumsuz ifadelerden oluşmaktadır. Bireylerden kendilerini her madde için 1 ile 4 puan arasında derecelendirmeleri istenmektedir. ( 1 “hiç katılmıyorum”, 4 “tamamen katılıyorum”) (Akt.Duru ve Balkıs 2007).

Duru ve Balkıs (2007) Sosyal Provizyon Ölçeği'nin psikometrik özelliklerini incelemiştir. Örneklem Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesinin farklı bölümlerinde okuyan 537 (320 kız, 217 erkek) öğrenciyi içermektedir. Sosyal provizyon Ölçeği'nin (SPÖ) yapı geçerliği açımlayıcı (Exploratory) faktör analizi ve Eksen Döndürme Tekniği kullanılarak incelenmiş, sonuçlar SPÖ'nin Türk kültüründe tek boyutlu olarak kullanılabilirliğini göstermiştir. Ek olarak, sonuçlar SPÖ'nin yüksek iç tutarlılık ve test-tekrar test güvenirliliğine sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuş ve dört hafta ara ile yapılan test tekrar test korelasyonu, ölçeğin yeterli test tekrar test güvenirliliğine sahip olduğunu göstermiştir.

Ölçeği oluşturan maddelerin faktör yükleri açısından incelenmesi sonucunda, yorumlanabilir sınır değer olarak görölen faktör yükü .30'un altında kalan 3 madde (4.,7. ve 15.) ölçekten çıkarıldıktan sonra, ölçekteki madde sayısı 21'e düşmüş, ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 89'dan 90'a yükselmiştir. Sonuçlara göre, ölçeğin son şeklinin 20 maddeden oluştuğu ve sosyal desteği tek boyutlu olarak ölçtüğu varsayılmıştır (Köse, 2009).

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amacına ve alt problemine uygun olarak toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

**Tablo 1. Ebeveynleri Boşanmış Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyleri İle Sosyal Provizyon Algıları Arasındaki İlişki**

	Sosyal Provizyon
Güçlü Olma	.540**
Girişimci Olma	.565**
İyimser Olma	.536**
İlişki Kurma	.443**
Öngörülü Olma	.440**
Amaca Ulaşma	.513**
Lider Olma	.353**
Araştırmacı Olma	.407**

\*\* p <.01  
\*p<.05

Tablo 1’de görüldüğü gibi; Yılmazlık Ölçeğinin Güçlü Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .540$ ,  $p <.01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Girişimci Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .565$ ,  $p <.01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin İyimser Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .536$ ,  $p <.01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin İlişki Kurma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .443$ ,  $p <.01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Öngörülü Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .440, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Amaca Ulaşma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .513, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Lider Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .353, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Araştırmacı Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .407, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

**Tablo 2. Ebeveynleri Boşanmamış Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyleri İle Sosyal Provizyon Algıları Arasındaki İlişki**

	Sosyal Provizyon
Güçlü Olma	.447**
Girişimci Olma	.425**
İyimser Olma	.427**
İlişki Kurma	.360**
Öngörülü Olma	.209**
Amaca Ulaşma	.422**
Lider Olma	.343**
Araştırmacı Olma	.292**

\*\*  $p < .01$

\* $p < .05$

Tablo 2’de görüldüğü gibi; Yılmazlık Ölçeğinin Güçlü Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .447, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Girişimci Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .425, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin İyimser Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .427, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin İlişki Kurma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .360, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Öngörülü Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .209, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Amaca Ulaşma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .422, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Lider Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .343, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık Ölçeğinin Araştırmacı Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü ( $r = .292, p < .01$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur.

**Tablo 3. “Ebeveynleri Boşanmamış Ve Ebeveynleri Boşanmış Olma Durumuna Göre Lise Öğrencilerinin, Sosyal Provizyon Algı Puanları Arasındaki T Testi Karşılaştırmasına İlişkin Bulgular”**

	<b>Aile Durumu</b>	<b>n</b>	$\bar{X}$	<b>S</b>	<b>t</b>	<b>P</b>
Sosyal Provizyon algıları	Boşanmamış	322	61.54	9.40	.26	P>. 05
	Boşanmış	262	61.32	10.30		

Tablo 3 incelendiğinde; ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin sosyal provizyon algıları, ebeveynleri boşanmamış lise öğrencilerinin sosyal provizyon puan ortalaması 61.54, ebeveynleri boşanmış öğrencilerin sosyal provizyon puan ortalamaları ise 61.32 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış

ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri .26 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

**Tablo4.“Ebeveynleri Boşanmamış Ve Ebeveynleri Boşanmış Olma Durumuna Göre Lise Öğrencilerinin, Yılmazlık Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki T Testi Karşılaştırmasına İlişkin Bulgular”**

<b>Yılmazlık</b>	<b>Aile Durumu</b>	<b>n</b>	$\bar{X}$	<b>S</b>	<b>t</b>	<b>P</b>
<b>Güçlü Olma</b>	Boşanmamış	322	3.80	11.63	-1.15	P>. 05
	Boşanmış	262	64.99	6.76		
<b>Girişimci Olma</b>	Boşanmamış	322	33.04	6.76	-.41	P>. 05
	Boşanmış	262	33.27	6.54		
<b>İyimser Olma</b>	Boşanmamış	322	21.62	4.57	8.98	P<. 01
	Boşanmış	262	18.20	4.58		
<b>İlişki Kurma</b>	Boşanmamış	322	15.06	3.59	-1.04	P>. 05
	Boşanmış	262	15.39	3.93		
<b>Öngürülü Olma</b>	Boşanmamış	322	10.26	2.38	-1.50	P>. 05
	Boşanmış	262	10.56	2.50		
<b>Amaca Ulaşma</b>	Boşanmamış	322	15.00	3.37	-1.24	P>. 05
	Boşanmış	262	15.36	3.51		
<b>Lider Olma</b>	Boşanmamış	322	18.39	3.85	-.18	P>. 05
	Boşanmış	262	18.45	3.86		
<b>Araştırmacı Olma</b>	Boşanmamış	322	7.74	1.79	-1.19	P>. 05

	Boşanmış	262	7.93	1.95		
--	----------	-----	------	------	--	--

\*\* p <.01  
\*p<.05

Tablo 4 incelendiğinde; ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin Güçlü Olma alt boyutunda, ebeveynleri boşanmamış lise öğrencilerinin Güçlü Olma puan ortalaması 63.80, ebeveynleri boşanmış öğrencilerin Güçlü Olma puan ortalamaları ise 64.99 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri -1.15 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 4 incelendiğinde; ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin Girişimci Olma alt boyutunda, ebeveynleri boşanmamış lise öğrencilerinin Girişimci Olma puan ortalaması 33.04, ebeveynleri boşanmış öğrencilerin Girişimci Olma puan ortalamaları ise 33.27 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri -.41 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 4 incelendiğinde; ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin İyimser Olma alt boyutunda, ebeveynleri boşanmamış lise öğrencilerinin İyimser Olma puan ortalaması 63.80, ebeveynleri boşanmış öğrencilerin İyimser Olma provizyon puan ortalamaları ise 64.99 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri 8.98 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlıdır. Puan ortalamalarına göre ebeveynleri boşanmamış lise öğrencileri, ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerine göre iyimser olma durumları daha yüksektir.

Tablo 4 incelendiğinde; ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin İlişki Kurma alt boyutunda, ebeveynleri boşanmamış

lise öğrencilerinin İlişki Kurma puan ortalaması 15.06, ebeveynleri boşanmış öğrencilerin İlişki Kurma puan ortalamaları ise 15.39 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri -1.04 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 4 incelendiğinde; ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin Öngörülü Olma alt boyutunda, ebeveynleri boşanmamış lise öğrencilerinin Öngörülü Olma puan ortalaması 10.26, ebeveynleri boşanmış öğrencilerin Öngörülü Olma puan ortalamaları ise 10.56 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri -1.50 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 4 incelendiğinde; ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin Amaca Ulaşma alt boyutunda, ebeveynleri boşanmamış lise öğrencilerinin Amaca Ulaşma puan ortalaması 15.00, ebeveynleri boşanmış öğrencilerin Amaca Ulaşma puan ortalamaları ise 15.36 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri -1.24 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 4 incelendiğinde; ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin Lider Olma alt boyutunda, ebeveynleri boşanmamış lise öğrencilerinin Lider Olma puan ortalaması 18.39, ebeveynleri boşanmış öğrencilerin Lider Olma puan ortalamaları ise 18.45 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri -.18 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 4 incelendiğinde; ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin Araştırmacı Olma alt boyutunda, ebeveynleri boşanmamış lise öğrencilerinin Araştırmacı Olma puan ortalaması 7.74, ebeveynleri

boşanmış öğrencilerin Araştırmacı Olma puan ortalamaları ise 7.93 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri -1.19 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu kısımda ebeveynleri boşanmış ve birlikte yaşayan ergenlerin yılmazlık düzeyleri ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin araştırılması sonucu elde edilen bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

#### **5.1. Ebeveynleri Boşanmış Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyleri İle Sosyal Provizyon Algıları Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması**

Ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin Yılmazlık Ölçeğinin Güçlü Olma alt boyutu, Girişimci Olma alt boyutu, İyimser Olma alt boyutu , İlişki Kurma alt boyutu , Öngörülü Olma alt boyutu , Amaca Ulaşma alt boyutu , Lider Olma alt boyutu , Araştırmacı Olma alt boyutları ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur (Bkz. Tablo 1.)

Terzi (2008) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destekle yılmazlıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın bulgularında yılmazlık ile algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Akt. Demirbaş, 2010). Terzi' nin ulaştığı sonuç her ne kadar ebeveynleri boşanmış ya da birlikte olan ergenler üzerinde olmasa da yılmazlık ve algılanan sosyal destek arasındaki pozitif ilişki açısından bu araştırmadan elde edilen bulguları doğrulamaktadır.

Ebeveynleri boşanmış olan lise öğrencilerinin yılmazlık ve sosyal destek algıları arasında bulunan pozitif yönlü anlamlı ilişki ile ilgili olarak bu bireyler anne ya da babanın olmamasından kaynaklı olarak daha güçlü olmak, tek başına ayakta kalmak için azami çaba ve gayret gösteriyor olabilirler. Ayrıca bu bireylerin çevresindeki diğer insanlar ( birlikte yaşadığı anne ya da baba, diğer akrabalar , öğretmenler ve diğer sosyal çevre ) bu gençlere tek ebeveynli olmalarından kaynaklı destekleyici , koruyucu ve kollayıcı ilişkiler içerisinde buldukları için sosyal destek ve sosyal destek ağının

niteliksel ve niceliksel olarak varlığı da etkili olabilir. Tek ebeveynli ergenler yaşadıkları sıkıntı, problem vb. durumların üstesinden tek başlarına gelmeleri gerektiği için yılmazlığın diğer alt boyutları olan girişimcilik, lider olma ve amaca ulaşma alanlarında daha gayretli ve istekli olmaları da muhtemeldir. Bu bireylerin sosyal destek algılarının ve yılmazlık düzeylerinin ilişkili ve yüksek olmasının bir diğer sebebi olarak; toplumumuzdaki insanların tek ebeveynli çocuklara ve gençlere karşı gösterilen hassasiyet ve pozitif ayrımcılıklardan kaynaklandığı yorumu yapılabilir.

## **5.2. Ebeveynleri Boşanmamış Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyleri İle Sosyal Provizyon Algıları Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması**

Ebeveynleri birlikte olan lise öğrencilerinin Yılmazlık Ölçeğinin Güçlü Olma alt boyutu, Girişimci Olma alt boyutu ,İyimser Olma alt boyutu , İlişki Kurma alt boyutu , Öngörülü Olma alt boyutu , Amaca Ulaşma alt boyutu , Lider Olma alt boyutları ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Yılmazlık Ölçeğinin Araştırmacı Olma alt boyutu ile Sosyal Provizyon Algıları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur (Bkz. Tablo 2.)

Bu araştırma ile dolaylı olarak ilgili olan araştırma pozitif duygularla ilgili olarak Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels ve Conway (2009) tarafından yapılmıştır. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin günlük pozitif duygularının bir kişilik özelliği olarak yılmazlığı ve yaşam doyumunu yordadığı saptanmıştır. Yılmazlıktaki değişikliğin de pozitif duygu ve yaşam doyumuna aracılık ettiği bulunmuştur. Yılmazlık ve pozitif duygular da yaşam doyumuna ile ilişkili bulunmuştur (Akt. Demirbaş, 2010). Bu sonuç doğrultusunda yapmış olduğumuz araştırma Cohn ve arkadaşlarının (2009) yapmış olduğu araştırmayı desteklemektedir. Algılanan sosyal destek kavramının bireylere sağlamış olduğu duygusal boyut yaşam doyumuyla ilişkili bir kavram olarak düşünüldüğü takdirde araştırmadan elde edilen bulgu ile ilgili literatürün birbirini desteklediği görülmektedir.

Terzi (2008) üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destekle yılmazlıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın bulgularında yılmazlık ile algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Akt. Demirbaş, 2010). Terzi' nin ulaştığı sonuç ile bu araştırmadan elde edilen sonuçlar birbirini destekler niteliktedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar yılmazlık ve algılanan sosyal desteğin arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bunu destekleyen bir çalışma olarak; üniversiteye hazırlanan ergenlerle yapılan başka bir çalışmada Dayıoğlu (2008), üniversite giriş sınavına hazırlanan adayların yılmazlıklarını yordamada öğrenilmiş güçlüğü, algılanan sosyal desteğin ve cinsiyetin rolünü incelemiştir. Araştırmada yüksek düzeyde öğrenilmiş güçlülük ve algılanan sosyal destek puanlarına sahip olan adayların yılmazlık puanları da daha yüksek bulunmuştur.

Jew, Green ve Kroger'in (1999) yılmazlık ile ilgili yapmış oldukları çalışma sonucunda; yaş, sosyal destek, sosyal olgunluk, yeterlilik, denetim odağı, öz saygı, mizaç, başarı gereksinimi ve başa çıkma becerilerinin yanı sıra, aile ve toplumla ilişkili başka bazı değişkenlerin de yılmazlıkla ilişkili etmenler arasında yer aldığı öne sürülmüştür (Akt., Gürkan, 2006). İlgili araştırma sonucu bu araştırmadan elde edilen bulgular sonucundaki yılmazlık ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi de doğrular niteliktedir.

Hart ve arkadaşları (1997) çocuklar üzerinde aşırı kontrollü olma kontrolsüz olma ve yılmazlık kişilik özelliği olmak üzere üç farklı kişilik özelliğini karşılaştırmışlardır. Yılmaz kişilik özelliğine sahip çocukların aşırı kontrollü ve kontrolsüz çocuklara göre akademik yönden daha başarılı olduğu görülmüştür ve ayrıca yılmaz çocukların ergenlik döneminde dikkat sorununu daha az yaşadığı sonucu bulunmuştur. Yılmaz çocuklar içsel kontrol ve arkadaşlık ilişkilerinde daha başarılı olduğu görülmüştür. Ayrıca yılmaz çocuklar başarılı ve güçlü uyum becerileri sayesinde zor koşullarda daha kolay başa çıkmaktadırlar. (Akt. Ünüvar, 2012). Arkadaşlık kurma,

işsel kontrol kavramlarının yılmazlığın alt boyutları olan girişimci olma güçlü olma ve lider olma ile ilişkili kavramlar olduğu düşünülürse dolaylı olarak ilgili çalışma ve bu araştırmadan elde edilen bulguların birbirini desteklediği düşünülmektedir.

### **5.3. Lise Öğrencilerinin Ebeveynlerinin Evli ya da Boşanmış Olma Durumuna Göre Sosyal Provizyon Algılarının Karşılaştırılması**

Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin sosyal provizyon algıları, ebeveynleri boşanmamış lise öğrencilerinin sosyal provizyon puan ortalaması 61.54, ebeveynleri boşanmış öğrencilerin sosyal provizyon puan ortalamaları ise 61.32 olduğu görülmektedir. Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin puan ortalamaları arasındaki t değeri .26 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç .05 manidarlık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Ergenlerin ebeveynlerinin boşanmış ya da boşanmamış olma durumları sosyal provizyon puanlarını (algılanan sosyal destek düzeylerini) anlamlı bir şekilde yordamamaktadır (Bkz. Tablo 3.).

Sosyal destek ile ilgili literatür incelendiğinde sosyal desteğin genellikle aile üyeleri tarafından sağlanan ve arkadaşlar tarafından sağlanan destek üzerinde yoğunlaştığı her iki desteğin nasıl algılandığının farklı sonuçları olabileceği (Crohan & Antonucci, 1989; Rook, 1987; Seeman & Berkman, 1988) ve sosyal desteğin kişinin ruh sağlığını ve fizyolojik sağlığını etkileyebileceği görülmüştür (Gallant ve diğ., 2007; Matt & Dean, 1993; Potts, 1997; Shor ve diğ., 2013). İlgili çalışmalar incelendiğinde sosyal desteğin bireyin ruh sağlığı ve fizyolojik durumlarıyla ilişkili ve olumlu etkilerinin olacağı görülmüştür. Ancak bu araştırmada elde ettiğimiz bulgular sosyal destek algısının bireylerin ayrıca arkadaş desteği, fiziksel, araçsal ve parasal destek türleriyle de ilişkili olduğu düşünülürse sosyal destek algısının doğrudan ve sadece anne babaların birlikte ya da boşanmışlık durumlarına göre oluşmadığı ve algılanmadığı yorumu yapılabilir.

Peng ve arkadaşlarının (2011) 849 erkek 1149 kız tıp öğrencisi ile yapmış oldukları esneklikle ilgili çalışmada edilen bulgulara göre kız öğrencilerin yılmazlık

düzeylerinin erkek öğrencilerin yılmazlık düzeyinden daha fazla olduğu görülmüştür. Öğrencilerin sınıf düzeyleri ile esneklik toplam puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sonuçlar esnekliğin olumsuz yaşam olayları ve ruhsal sağlık sorunları üzerinde yumuşatıcı bir etkiye sahip olduğu hipotezini açıkça desteklemektedir. Ayrıca negatif olaylar, kişilik özellikleri, sosyal destek ve esneklik tüm Çin tıp öğrencilerinin ruh sağlığı sorunları ile ilişkili bulunmuştur. Peng ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışma ve bu çalışmada elde edilen bulgular karşılaştırıldığında ebeveynlerin birlikte ya da boşanmış olma durumlarının lise öğrencilerinin sosyal destek algıları üzerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığını göstermektedir. Bu bağlamda lise öğrencilerinin sosyal destek algılarının ebeveynlerinin birlikte ya da ayrı olmaları ile anlamlı bir ilişki içerisinde olmadığı yorumu yapılabilir.

Bu araştırmanın diğer bir boyutunu oluşturan sosyal destekle ilgili araştırmalara baktığımızda; Markward ve arkadaşları (2003) kendi kişisel özelliklerine dayanarak, yetişkinlerden gelen farklı sosyal destek ihtiyacı ya da deneyimi üzerine araştırma yapmışlardır. Bu araştırma genç insanların kendilerine sevmeye ve sevilme hissini veren ve duygusal destekten faydalandıklarını göstermektedir (Akt. Fagg ve diğ., 2008). Sosyal desteğin yalnızca aileden sağlanan bir destek türü olmadığını, ancak aileden sağlanan sosyal desteğin daha etkili olduğunu gösteren bir başka araştırmaya göre; aile üyelerinden sağlanan desteğin arkadaşlardan sağlanan destekten daha faydalı olduğu bulunmuştur (Shor ve diğ., 2013). İlgili araştırmayı destekleyen bir başka araştırmaya göre ;bazı akademisyenler, aile üyelerinin ( özellikle kardeşler, çocuklar, ve eşler; bakınız Wellman ve Wortley, 1989,1990) pratik görevlerde ve fiziksel ihtiyaçlarda yardımcı olarak ve hastalık dönemlerinde yardım sağlayarak, araçsal destek sağlama konusunda daha önemli oldukları üzerine bir araştırma yapmışlardır (Akt. Shor ve diğ., 2013). Aileden sağlanan sosyal desteğin etkililiği ile ilgilig yapılan bir başka araştırma; Aile üyelerinin bağlanma duygusunu daha yüksek seviyede hissetmeleri ve fiziksel olarak daha yakın olmaları ( hatta sık sık aynı hane içinde yaşamaları) bireylerin strese neden olan sorunları çözmeye daha meyilli olmalarını sağlamaktadır. (Dupertuis ve diğ., 2001; LaGreca ve diğ., 1995; Primomo ve diğ., 1990; Prohaska & Glasser, 1996; Thoits, 2011; Shor ve diğ., 2013). Cattell ve Herring (2002) arkadaşlar ve aileden

sağlanan sosyal destek ile ilgili; kent konutlarında iletişim kuran gençler için, bu ilişkilerden aldıkları duygusal destekten dolayı yıllar boyu süren arkadaşlık bağları gerçekten önemli olurken , aile ve arkadaşlarından gelen desteğin de onların günlük yaşamları için çok önemli olduğunu rapor ederler (Akt. Fagg ve diğ., 2008). Diğer bir açıdan ele alındığında Sosyal desteğin ruh sağlığı ve iyi oluş (esenlik) üzerinde 'Doğrudan' rolü olduğu ve stresli yaşam olayları ve zor koşullar için dolaylı olarak 'tamponlama' etkileri olduğu düşünülmektedir (Cohen & Wills, 1985; Stansfeld, 1998; Fagg ve diğ., 2008). Ayrıca, araştırmalar diğerlerinden daha fazla sosyal destek algılayan insanların daha çok yaşam doyumuna sahip olduklarını göstermiştir (Montes-Berges & Augusto, 2007; Gallagher & Vella-Brodrick, 2008; Kong & You, 2011; Kong ve diğ. 2012). Literatür sonuçları ve bu araştırmadan elde edilen bulgular her ne kadar algılanan sosyal desteğin temelde aileden geldiğini gösterse de sosyal destek algısının yalnızca aileden sağlanan destekten oluşmadığı ve bundan dolayı sadece ailenin birliktelik ve boşanmışlık durumuna göre şekillenmeyeceği yorumu yapılabilir.

#### **5.4. Lise Öğrencilerinin Ebeveynlerinin Evli ya da Boşanmış Olma Durumuna Göre Yılmazlık Düzeylerinin Karşılaştırılması**

Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin Güçlü Olma alt boyutunda puan ortalamaları ve t değerleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Elde edilen sonuçlar farklılaşma olmadığını göstermektedir (Bkz. Tablo 4.).

Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin bir diğer alt boyutu olan Girişimci Olma alt boyutunda puan ortalamaları ve t değerleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Elde edilen sonuçlar farklılaşma olmadığını göstermektedir (Bkz. Tablo 4.).

Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin bir diğer alt boyutu olan İyimser Olma alt boyutunda puan ortalamaları ve t değerleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Puan ortalamalarına göre

ebeveynleri boşanmamış lise öğrencileri, ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerine göre iyimser olma durumları daha yüksektir. Elde edilen sonuçlar farklılaşma olduğunu göstermektedir (Bkz. Tablo 4.). Ebeveynleri birlikte olan lise öğrencilerinin daha iyimser olmalarının nedeni olarak bu bireylerin anne babaları birlikte olduğu için tek ebeveynli bireylere göre kendilerini daha güvende hissetmeleri daha az karamsarlık duygusu yaşamaları ve daha az kötümser olmalarından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

Ünüvar' ın aktardığına göre ,Tusaie ve arkadaşları (2007) , 624 ABD'li yaşları 18-14 arasında değişen kırsal kesimde yaşayan ergenlerle psiko-sosyal yılmazlık üzerine çalışma yapmışlardır. Yapılan çalışmada psiko-sosyal yılmazlığın yaygın noktasını açıklamak hedeflenmiştir. Kırsal kesimlerde yaşayan ergenlerde cinsiyet, yaş, iyimserlik, aileden ve arkadaşlardan destek algılanması il Psiko-sosyal yılmazlık arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre psiko-sosyal yılmazlık, iyimser olma, bilişsel faktörler, algılanan sosyal destek ( aile desteği) , kötü yaşam olayları, yaş ve cinsiyet tarafından büyük ölçüde ön görülmüştür. Algılanan sosyal destek ve iyimser olma psiko-sosyal yılmazlık seviyesi üzerinde etkili olmuştur. İlgili araştırma bu araştırmadan elde edilen ebeveynleri boşanmamış lise öğrencileri, ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerine göre daha iyimser olmaları açısından destekler niteliktedir.

Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin bir diğer alt boyutu olan İlişki Kurma alt boyutunda puan ortalamaları ve t değerleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Elde edilen sonuçlar farklılaşma olmadığını göstermektedir (Bkz. Tablo 4.).

Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin bir diğer alt boyutu olan Öngörülü Olma alt boyutunda puan ortalamaları ve t değerleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Elde edilen sonuçlar farklılaşma olmadığını göstermektedir (Bkz. Tablo 4.).

Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin bir diğer alt boyutu olan Amaca Ulaşma alt boyutunda puan ortalamaları ve t

değerleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Elde edilen sonuçlar farklılaşma olmadığını göstermektedir (Bkz. Tablo 4.).

Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin alt boyutu olan Lider Olma alt boyutunda puan ortalamaları ve t değerleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Elde edilen sonuçlar farklılaşma olmadığını göstermektedir (Bkz. Tablo 4.).

Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin bir diğer alt boyutu olan Araştırmacı Olma alt boyutunda puan ortalamaları ve t değerleri arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Elde edilen sonuçlar farklılaşma olmadığını göstermektedir (Bkz. Tablo 4.).

Özcan (2005) lise öğrencileriyle yapmış olduğu araştırmada, lise öğrencilerinin sahip oldukları yılmazlık özelliklerini ve koruyucu faktörlerini ebeveynlerinin birlikte – ayrı olma durumlarına ve öğrencilerin cinsiyetlerine göre incelemiştir. Bu araştırman, Ankara ilinde Mamak ilçesine lise öğrenimi gören 70'i anne-babası ayrı, 82'si anne-babası birlikte yaşayan 152 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Bu araştırma bulgularına göre, ebeveynleri birlikte yaşayan lise öğrencilerinin sahip olduğu yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler ebeveynleri boşanmış olan lise öğrencilerine kıyasla, daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca öğrencilerin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Özcan' ın yapmış olduğu araştırma sonuçlarına göre ebeveynleri birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık düzeyleri ebeveynleri boşanmış olan lise öğrencilerinin yılmazlık düzeyinden daha yüksek bulunmuştur ancak bu araştırmadan elde edilen bulgular bu şekilde bir farklılaşma olmadığını göstermektedir.

Friborg ve arkadaşlarının (2005) yetişkinler için yılmazlık ölçeği kullanarak yaptıkları araştırmada, askeri yüksek okul öğrencilerinin kişilik, bilişsel yetenekler ve sosyal zekâ ilişkilerini incelenmişlerdir. Araştırma sonucunda, bütün yılmazlık özelliklerinin duygusal durum, sosyal yeterlilik, dışa dönüklük, uyumluluk ve sosyal beceriler olmak üzere beş büyük kişilik özelliğiyle ilgili olduğu görülmüştür. Ancak ilginç bir sonuç olarak yılmazlığın aile bütünlüğü ve bilişsel yeteneklerle ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Demirbaş, 2010). İlgili araştırmadan elde edilen

sonuçlar ile bu araştırmadan elde edilen sonuçlar iyimser olma alt boyutu dışında yılmazlığın aile bütünlüğü ile ilişkili olmadığı sonucunu desteklemektedir.

Bu araştırmayla dolaylı ilgisi olan bir başka araştırmaya göre, Kararımak (2007) öz güveni yüksek olan kişilerin daha iyimser ve umutlu olarak yaşama baktıkları görülmüştür. Umut taşıyan kişilerin daha çok pozitif duygu yaşadıkları bu nedenle daha yılmaz oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, iyimser olan kişilerin daha fazla yaşam doyumunu hissettikleri ve psikolojik olarak daha yılmaz oldukları bulunmuştur (Akt. Demirbaş, 2010). Bu açıdan ele alındığında ebeveynleri birlikte yaşayan ergenlerin ebeveynleri ayrı olan ergenlere göre daha iyimser oldukları sonucunu bulduğumuz araştırma ilgili araştırmayı destekler niteliktedir.

Benlik saygısı ile ilişkilendirilen bir çalışmada Windle ve arkadaşları (2008) ileri yaşlardaki kişileri yılmazlığını irdeleyip teorik bir model sunmuşlardır. Bu modele göre 50–90 yaşındaki kişilerin yılmazlıklarının yordayıcıları olarak benlik saygısı, kişilerarası kontrol ve kişisel yeterlilik olduğu bulunmuştur (Akt. Demirbaş, 2010). Bu araştırma sonucunda elde edilen bulgular doğrultusunda benlik saygısı, kişisel yeterlilik ve kişilerarası kontrol kavramlarının yılmazlığın alt boyutları olan güçlü olma, ilişki kurma , lider olma ile ilişkili olduğu düşünülürse ilgili araştırma ile bu araştırmadan elde edilen sonuçların birbirini desteklediği yorumu yapılabilir.

## **BÖLÜM VI**

### **SONUÇ VE ÖNERİLER**

Bu bölümde araştırmanın bulgularından hareketle elde edilen sonuçlara ve bu doğrultuda önerilere yer verilmiştir.

#### **6.1. Sonuçlar**

Bu çalışmada ebeveynleri birlikte ve boşanmış yılmazlık düzeyleri ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerle ilgili bulgulardan hareketle aşağıdaki sonuçlara varılmıştır.

Araştırma bulgularına göre ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin Yılmazlık Ölçeğinin Güçlü Olma, Girişimci Olma, İyimser Olma, İlişki Kurma, Öngörülü Olma, Amaca Ulaşma, Lider Olma, Araştırmacı Olma alt boyutları ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Aynı sonuçlar ebeveynleri birlikte olan lise öğrencileri içinde geçerlidir. Ebeveynleri birlikte olan lise öğrencilerinin de Yılmazlık ile Sosyal Provizyon Algıları arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca araştırmanın diğer bir sonucuna göre ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin sosyal provizyon algıları ergenlerin ebeveynlerinin boşanmış ya da boşanmamış olma durumlarına göre farklılaşmamaktadır. Araştırmanın diğer sonucuna göre Ebeveynleri boşanmamış ve ebeveynleri boşanmış lise öğrencilerinin yılmazlık ölçeğinin Güçlü Olma, Girişimci Olma, İlişki Kurma, Öngörülü Olma, Amaca Ulaşma, Lider Olma, Araştırmacı Olma alt boyutlarında ebeveynlerin birliktelik ve boşanmışlık durumlarına göre farklılaşma bulunamamıştır. Ancak yılmazlık ölçeğinin İyimser Olma alt boyutunda ebeveynleri birlikte olan lise öğrencilerinin ebeveynleri ayrı oranlara kıyasla daha iyimser oldukları, daha az karamsarlık yaşadıkları görülmektedir.

## 6.2. Öneriler

Bu çalışma sonucunda ileride yapılabilecek araştırmalar için yararlı olabileceği varsayılan bazı öneriler geliştirilmiştir. Bu öneriler aşağıda aktarılmıştır.

1. Bu çalışma Karaman ilinde öğrenim gören ergenler ile yapılmıştır. Bu araştırmanın farklı il ve bölgelerdeki gençlerle tekrar edilmesi, araştırmanın genellenebilmesine katkı sağlayacağı için yararlı olacağı düşünölmektedir.

2. Bu araştırmanın örneklemini Karaman İlinde lise öğrenimine devam etmekte olan 9.,10.,11.,12. sınıf gençlerle sınırlıdır. Yani sonuçların farklı yaş gruplarına genellenmesi mümkün değildir. Bu doğrultuda buna benzer araştırmaların diğer yaş kategorilerine de uygulanması daha ayrıntılı veriler elde edilmesine imkan sağlayacaktır.

3. Ülkemizde yılmazlık ve algılanan sosyal desteğin birlikte konu alındığı araştırmalara rastlanmamıştır. Bu kavramların birlikte ele alındığı yeni çalışmalar yapılması, değişkenler arasındaki ilişkilerin daha ayrıntılı anlaşılmasını sağlayacaktır.

4. Ergenlerde yılmazlık düzeylerinin artırılabilmesi için bireylerin inisiyatif almaları teşvik edilmeli, sorunların üstesinden gelemedikleri durumlarda destek verilmesi sağlandığında yılmazlık düzeylerinin gelişimine katkı sağlanabilecektir.

5. Ebeveynleri boşanmış olan çocukların yakınları daha hassas ve duyarlı olmalıdır. Çocuklara boşanma ile ilgili olumsuz yükleme (suçlama vb.) yapmamadırlar. Ayrıca ayrılan ebeveynler çocuklara karşı birbirlerini suçlamamalıdırlar.

6. Ebeveynler boşanma süreci gerçekleştikten sonra çocuklar üzerinden birbirlerine olumsuz göndermelerde, yönlendirmelerde bulunmamalıdırlar.

## KAYNAKÇA

Akal, A. (2010). *Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek İle Öfke İfade Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Arman, N. (2009). *Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Anne Ve Babaların Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri İle Tükenmişlik Ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Arslan, Y. (2009). *Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek İle Sosyal Problem Çözme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Aydın, B. (2005). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*. (2. Baskı). İstanbul: Atlas Yayın Dağıtım.

Bayram, D. (1999). *Bir Grup Gençte Ruhsal Belirti ile Sosyal Destek İlişkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Baltaş, Z., Baltaş,A. (1998). *Stres ve Başaçıkma Yolları*, İstanbul: Remzi Kitabevi.

Başer, Z. (2006). *Aileden Algılanan Sosyal Destek ile Kendini Kabul Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Baştürk, D. (2002), *Ortaöğretim Kurumlarındaki Öğrencilerde Algılanan Sosyal Desteğin Akademik Başarı Üzerine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bulut N. (2005) *İlköğretim Öğretmenlerinde Stres Yaratan Yaşam Olayları ve Stresle Başa Çıkma* Kastamonu Eğitim Dergisi.13(2)

Cüceloğlu D. (1999)İnsan ve Davranışı 9. Basım Remzi Kitabevi 321-326

Dayıoğlu, B. (2008). *Resilience in university entrance examination applicants: The role of learned resourcefulness, perceived social support, and gender.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demirtaş, A. (2007).*İlköğretim 8. sınıf Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek ve Yalnızlık Düzeyleri İle Stresle Başa Çıkma Düzeyleri arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi üniversitesi Eğt. Bil. Ents.

Duru, E., Balkıs, M. (2007) Sosyal Provizyon Ölçeğinin Psikometrik Özellikleri : Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Türk PDR Dergisi.3(27):79-88

Dülger, Ö. (2009). *Ergenlerde Algılanan Sosyal Destek İle Karar Verme Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Ercan, Ö. (2002) .*İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Aile Özellikleri, Öğrenilmiş*

*Çaresizlik Düzeyleri ve Stresle Başa Çıkma Yolları*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir

Eylen, B. (2001), *Bilgi Verici Danışmanlığın Kanser Hastalarının Ailelerinin Sosyal Destek Becerileri Üzerine Etkisi*, Doktora Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gün, Z. (2002). “Çocuk ve Göç”. Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gürgan, U. (2006). *Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeylerine Etkisi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Karadağ, İ. (2007). *İlköğretim Beşinci Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Sosyal Destek Kaynakları Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kale, N. (2007). *Banka Çalışanlarının Stresle Başa Çıkma Yöntemleri Ve Ruh Sağlık Düzeyleri (T.C. Ziraat Bankası A.S. Örneği)*, Yüksek Lisans Tezi, Niğde: Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Kanbay, Y.(2007). *Kars Ve Artvin İlinde Hemşirelerin Kullandıkları Stresle Başetme Yöntemler Ve Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Kararımak, Ö. (2007). *Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel faktörlerin incelenmesi: Bir model test etme çalışması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kesici, Ş. (2015). *Aile Terapisinde Kullanılan Teknikler*. İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık

Kırkıncıoğlu, M. (2003). *Çocuk Ruh Sağlığı*, İstanbul: Yapa Yayın Pazarlama.

Kozaklı, H. (2006). *Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Mersin:Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Köknel, Ö. (1984). "Kişilik". İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.

Köse, E. (2009). *Yurttan Kalan Ve Ailesiyle Birlikte Yaşayan Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Onat, G. (2010). *Demokratik Ve Otoriter Olarak Algılanan Ana-Baba Tutumlarının Lise Birinci Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyine Etkilerinin Araştırılması*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi.

Öğülmüş, S. (2001). “Bir Kişilik Özelliği Olarak Yılmazlık” 1.Ulusal Çocuk ve Suç:Nedenler ve Önleme Çalışmaları Sempozyumu, 29-30 Mart 2001 Bildirileri,Ankara Üniversitesi, ATAUM, Unicef’in katkılarıyla.

Özcan, B. (2005). *Anne-Babaları Boşanmış ve Anne-Babaları Birlikte Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Özellikleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, EğitimBilimleri Enstitüsü.

Sağlam, S. (2007).*Lise Öğrencilerinin Ana-Baba İletişimi Sosyal Destek Ve Ana-Baba Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Erzurum:Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sipahioğlu, (2008). *Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Konya Selçuk Üniversitesi.

Soylu, Ö. (2002). *Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Ailelerinden Sosyal Destek Algılayıp Algılamama Durumlarına Göre Psikolojik Belirtiler Yönünden İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sürücü, M. ve Özcan, B. (2009). Ergenlerin yılmazlık düzeylerini yordayan değişkenlerin incelenmesi. XVIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı Bildirileri: 1–3 Mart 2009, İzmir.

Şahin, N., ve Durak, A. (1995). *Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri İçin uyarlanması*. Psikoloji Dergisi, 10(34), 56-73

Şahin, D. (1999). Sosyal Destek ve Sağlık. H. U. Sağlık Psikolojisi, *Türk Psikologlar Derneği Yayınları*, Ankara: Birinci baskı, ss.79-106

Şahin, B. (2007). *Hemşirelik Öğrencilerinin Kendilerini Anlatma Ve Stresle Başetme İlişkilerinin Belirlenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Şencan, B. (2009). *Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyi İle Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Şenyüz, A. (1999). *Farklı Mesleklerde Algılanan İş Doyumu ve Stres Düzeylerinin Cinsiyetler Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: KTÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tatar, A. (2010). *Hashimoto Tiroiditi Hastalarında Stres Belirtileri, Strese Yatkınlık, ÖfkeVe Stresle Baş Etme Yöntemleri*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Torun, A. (1995), *Tükenmişlik, Aile Yapısı ve Sosyal Destek İlişkileri Üzerine Bir İnceleme*, Doktora Tezi, İstanbul:Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Ünüvar, A. (2012). *Gerçeklik Kuramına Dayalı Psiko-Eğitim Programının Lise Öğrencilerinin Denetim Odağı Ve Yılmazlık Düzeyi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*,Doktora Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Yavuzer, H. (2001). *Doğum Öncesinden Ergenlik Sonuna Çocuk Psikolojisi*. (21. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi

Yıldırım, İ. (1998), “Akademik Başarı Düzeyleri Farklı Olan Lise Öğrencilerinin Sosyal Destek Düzeyleri”, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt 2, Sayı 9, s.33- 39.

Yüksel, Ö. (2013), *Kadınlarda Evlilik Uyumu Ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Stresle Baş Etme Biçimleri Ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Tutumlarının*

*Aracı Roller*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

## EKLER

### Ek-1 Sosyal Provizyon Ölçeği

1. İhtiyacım olduğu zaman bana yardım edeceğini bildiğim insanlar var				
8. Bir Şeyler yanlıŐ giderse kimse bana yardım etmez				
14. Diğer insanlardan en az bir tanesi ile g¼c¼l¼ duygusal bir bağımın olduğunu hissediyorum				

### Ek-2 Yılmazlık Ölçeği

7. Çevremdeki olanak ve fırsatları kolay gör¼p değerlendiririm				
15. İçinde yer aldığım guruplarda etkin rol oynarım				
39. Yapmak zorunda olduğum Şeyler için yeterli enerjiyi bulamıyorum				