



**KTO KARATAY ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
ÇOCUK GELİŞİMİ ANABİLİM DALI  
ÇOCUK GELİŞİMİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ERGENLERİN GELECEK BEKLENTİLERİ İLE DUYGUSAL ÖZERKLİK VE  
PSİKOLOJİK SAĞLAMLIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**Çiğdem ŞİKEL**

**Yüksek Lisans Tezi**

**KONYA  
Nisan 2023**

ERGENLERİN GELECEK BEKLENTİLERİ İLE DUYGUSAL ÖZERKLİK VE  
PSİKOLOJİK SAĞLAMLIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Çiğdem ŞİKEL

KTO Karatay Üniversitesi  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı  
Çocuk Gelişimi Tezli Yüksek Lisans Programı

Yüksek Lisans Tezi

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Hatice YALÇIN

Konya  
Nisan 2023

## BİLDİRİM

Enstitü tarafından onaylanan Yüksek Lisans/Doktora tezimin tamamını veya herhangi bir kısmını basılı veya dijital biçimde arşivleme ve aşağıda belirtilen koşullar dahilinde erişime açma iznini KTO Karatay Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle, Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak ve gelecekteki çalışmalar (makale, kitap, lisans, patent vb.) için tezimin tamamının veya bir bölümünün kullanım hakları yalnızca bana ait olacaktır.

Tezimin bütünüyle kendi çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izinle kullanılması zorunlu olan kaynakları, yazılı izin alarak kullandığımı ve istenildiğinde izinlerin suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayımlanan “Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge” kapsamında, tezim, aşağıda belirtilen koşullar haricince, YÖK Ulusal Tez Merkezi ve KTO Karatay Üniversitesi Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

Enstitü / Fakülte Yönetim Kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren 2 yıl ertelenmiştir.<sup>1</sup>

Enstitü / Fakülte Yönetim Kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren ... ay ertelenmiştir.<sup>2</sup>

Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir.<sup>34</sup>

Nisan 2023

**Çiğdem ŞIKEL**

<sup>1</sup> MADDE 6(1) Lisansüstü teze ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.

<sup>2</sup> MADDE 6(2) Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internetten paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç imkanı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile altı ayı aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.

<sup>3</sup> MADDE 7(1) Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, tezin yapıldığı kurum tarafından verilir. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, ilgili kurum ve kuruluşun önerisi ile enstitü veya fakültenin uygun görüşü üzerine üniversite yönetim kurulu tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir.

<sup>4</sup> MADDE 7(2) Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir.

## ETİK BEYAN

KTO Karatay Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Hazırlama ve Yazım Kurallarına uygun olarak Doç. Dr. Hatice YALÇIN danışmanlığında tarafımdan üretilen bu tez çalışmasında; sunduğum tüm veri, enformasyon, bilgi ve belgeleri bilimsel etik kuralları çerçevesinde elde ettiğimi, tüm değerlendirme, analiz, bulgu ve sonuçları bilimsel usullere uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım kaynakların tümüne bilimsel normlara uygun biçimde atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, tezimin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Nisan 2023

---

**Çiğdem ŞIKEL**

*Bu tezi çok değerli Aileme ithaf ediyorum...*

## TEŞEKKÜR

Lisansüstü eğitimimi gerçekleştirmeme yol açan ve her an koşulsuz desteğini arkamda hissettiğim, değerli bilgi, birikim ve tecrübeleri ile yolumu aydınlatan, her öğrencisini özenle yetiştiren çok kıymetli, değerli hocam Sayın Doç. Dr. Hatice YALÇIN'a teşekkür ederim.

Hep yanımda olan ve desteğini esirgemeyen, ideallerimi gerçekleştirebilmemi benim kadar önemseyen ve destekleyen sevgili EŐİM MURAT ŞIKEL'e teşekkür ederim. Dünyanın en güzel evlatları İREM ŞIKEL ve EFE ÇINAR ŞIKEL'e bana destekleri için çok teşekkür ederim. Lisansüstü eğitimim boyunca ders aldığım her biri çok değerli HOCALARIMA ve başta bu programa dahil olmama vesile arkadaşlarımda dahil olmak üzere desteğini esirgemeyen tüm ARKADAŐLARIMA sonsuz teőekkürlerimi sunarım.

14 Nisan 2023

Çiğdem ŞIKEL

## ÖZET

Çiğdem ŞIKEL

Ergenlerin Gelecek Beklentileri ile Duygusal Özerklik ve Psikolojik Sağlımlıkları  
Arasındaki İlişki

Yüksek Lisans Tezi

Konya, 2021

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma kapsamında aynı zamanda bu temel özellikleri bazı demografik değişkenlerin etkileme durumu da incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Araştırmanın genel evreni 14-17 yaş arasında tipik gelişim özellikleri gösteren ergenlerdir. Araştırmanın örneklemini 2022-2023 eğitim-öğretim dönemi içinde Konya ve Ankara'daki liselerde öğrenim gören ergenlerdir. Araştırmanın çalışma grubunun seçiminde amaçlı örnekleme yöntemlerinden 'benzeşik homojen' örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Verilerin elde edilmesinde Kişisel Bilgi Formu, Ergen Gelecek Beklentileri Ölçeği, Duygusal Özerklik Ölçeği ve Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin frekans, ortalama, standart sapma değerleri ayrı tablolar halinde düzenlenmiştir. Ergenlerin demografik değişkenlerine göre gelecek beklentileri, duygusal özerklikleri ve psikolojik sağlık düzeyleri, t testi ile analiz edilmiştir. Gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmanın olup olmadığını test etmek amacıyla Anova testi yapılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler sonucunda ergenlerin gelecek beklentilerinin, duygusal özerkliklerinin ve psikolojik sağlık değerlerinin cinsiyet, yaş, sınıf ve algılanan anne baba kavga etme durumları ve travma yaşantıları değişkenlerine göre anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır. Ergenlerin gelecek beklentileri, duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlıkları cinsiyete ve sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Erkek erkeklerin psikolojik sağlık düzeyleri kız ergenlere göre daha yüksektir. Özel lise öğrencilerinin psikolojik sağlık ortalamaları meslek lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Annesi üniversite mezunu olan ergenlerin psikolojik sağlık ortalamaları daha yüksektir. Anne babası birlikte yaşayan gençlerin gelecek beklentisi ortalamaları anne babası ayrı yaşayan veya anne/babası vefat eden ergenlere göre daha yüksektir. Araştırma sonunda ergenlerin gelecek beklentileri, duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlıklarına ilişkin öneriler sunulmuştur.

### **Anahtar Kelimeler**

Ergenlik, gelecek beklentileri, duygusal özerklik, psikolojik sağlımlık

## ABSTRACT

Çiğdem ŞIKEL

The Relationship Between Adolescents' Future Expectations and Emotional Autonomy  
and Psychological Resilience

Master's Thesis

Konya, 2023

The aim of this study is to examine the relationship between adolescents' future expectations, emotional autonomy and psychological resilience. Within the scope of the research, the effect of some demographic variables on these basic features was also examined. In accordance with this purpose; In the study, the relational survey model, which is one of the quantitative research methods, was applied. The general population of the study is adolescents who show typical developmental characteristics between the ages of 14-17. The sample of the research; Adolescents studying at high schools in Konya and Ankara in the 2022-2023 academic year. In the selection of the study group of the research, the 'homogeneous homogeneous' sampling method, one of the purposive sampling methods, was used. Personal Information Form, "Adolescent Future", "Expectations Scale", "Emotional Autonomy Scale" and "Brief Psychological Resilience Scale" were used to obtain the data. Frequency, mean and standard deviation values of the data are arranged in separate tables. Future expectations, emotional autonomy and psychological resilience levels of adolescents according to demographic variables were analyzed by t test. Anova test was used to test whether there was a significant difference between the groups. As a result of the data obtained in the research; It has been determined that the future expectations, emotional autonomy and psychological resilience values of adolescents differ according to the variables of "gender, age, class and perceived parental fighting and trauma experiences". Adolescents' future expectations, emotional autonomy and psychological resilience; it is different according to "gender and class variable". Men's psychological resilience levels are higher than girls' adolescents. The average of psychological resilience of private high school students is higher than that of vocational high school students. The mean psychological resilience of adolescents whose mothers are university graduates is higher. Adolescents whose parents live together have higher future expectations than adolescents whose parents live separately or whose parents have passed away. At the end of the research, suggestions were presented regarding the future expectations, emotional autonomy and psychological resilience of adolescents.

### Keywords

Adolescence, future expectations, emotional autonomy, resilience



## İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY .....	i
BİLDİRİM .....	ii
ETİK BEYAN.....	iii
TEŞEKKÜR.....	v
ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	ii
İÇİNDEKİLER .....	iii
TABLolar DİZİNİ .....	v
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	vi
KISALTMALAR DİZİNİ.....	vii
1. GİRİŞ .....	1
1.1.Problem Durumu .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	6
1.3. Araştırmanın Önemi.....	6
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	7
1.5. Araştırmanın Varsayımları.....	7
1.6. Tanımlar .....	8
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE .....	10
2.1. Ergenlik Dönemi .....	10
2.1.1. Ergenlik Döneminde Gelişimsel Özellikler .....	10
2.1.2. Ergenlik Dönemi ve Fiziksel Gelişim.....	12
2.1.3. Ergenlik Dönemi ve Psikolojik Gelişim.....	13
2.1.4. Ergenlik Dönemi ve Bilişsel Gelişimi .....	13
2.1.5. Ergenlik Dönemi ve Ahlaki Gelişim.....	14
2.1.6. Ergenlik Dönemi ve Kişilik Gelişimi.....	14
2.1.7. Ergenlikle İlgili Kuramlar .....	15
2.1.8. Ergenlikte Duygusal Özerkliğin ve Psikolojik Sağlamlığın Önemi .....	19
2.1.9. Ergenlik Dönemi ile İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar .....	23
2.2. Gelecek Beklentileri.....	26
2.2.1. Kuramsal Yaklaşımlara Göre Gelecek Beklentileri Kavramı.....	26
2.2.2. Gelecek Beklentilerini Etkileyen Faktörler.....	27
2.2.3. Gelecek Beklentileri ve Ergenlik .....	28

2.2.4. Gelecek Beklentileri ile İlgili Yapılan Araştırmalar .....	28
2.3. Duygusal Özerklik .....	31
2.3.1. Kuramsal Yaklaşımlara Göre Duygusal Özerklik Kavramı.....	32
2.3.2. Duygusal Özerkliğin Ergenlik Dönemindeki Önemi.....	33
2.3.3. Duygusal Özerklik İle İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar .....	34
2.4. Psikolojik Sağlamlık .....	37
2.4.1. Kuramsal Yaklaşımlara Göre Psikolojik Sağlamlık Kavramı .....	41
2.4.2. Psikolojik Sağlamlığın Ergenlik Dönemindeki Önemi.....	42
2.4.3. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar .....	43
3. YÖNTEM.....	44
3.1. Araştırmanın Modeli .....	44
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi .....	45
3.3. Araştırmanın Verilerinin Toplanması .....	47
3.4. Veri Toplama Araçları .....	48
3.5. Verilerin Değerlendirilmesi .....	49
4. BULGULAR.....	50
5. TARTIŞMA .....	65
5.1. Gelecek Beklentisi ve Alt Boyutlarına Göre Değerlendirme.....	65
5.2. Duygusal Özerklik Alt Boyutlarına Göre Değerlendirme .....	67
5.3. Psikolojik Sağlamlık Araştırmalarına Göre Değerlendirme .....	72
5.4. Araştırmanın Problem Cümlelerine Göre Değerlendirme .....	73
6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....	77
KAYNAKLAR .....	82
EKLER.....	103
ÖZGEÇMİŞ .....	109

## TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Çalışma Grubunun Demografik Değişkenleri .....	45
Tablo 2. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarına ilişkin Değerler .....	50
Tablo 3. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Cinsiyete göre Karşılaştırılması .....	51
Tablo 4. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Sınıf Düzeylerine göre Karşılaştırılması .....	52
Tablo 5. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Okul Türüne göre Karşılaştırılması .....	55
Tablo 6. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Travma Deneyimine göre Karşılaştırılması .....	56
Tablo 7. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Anne Babaların Kavga Etme Sıklığına göre Karşılaştırılması .....	59
Tablo 8. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçeklerinin Aile Türüne göre Karşılaştırılması .....	60
Tablo 9. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçeklerinin Ailenin Sosyo-Ekonomik Duruma göre Karşılaştırılması .....	61
Tablo 10. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Anne Eğitim Düzeyine göre Karşılaştırılması .....	62
Tablo 11. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Baba Eğitim Düzeyine göre Karşılaştırılması .....	63
Tablo 12. Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Aile Durumuna göre Karşılaştırılması .....	63

## ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. Psikolojik Sağlamlığı Destekleyen Özellikler.....	38
Şekil 2. Psikolojik Sağlamlık Modeli.....	38

## KISALTMALAR DİZİNİ

<b>Kısaltma</b>	<b>Açıklama</b>
BM	Birleşmiş Milletler
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
EGBÖ	Ergen Gelecek Beklentileri Ölçeği
DÖE	Duygusal Özerklik Envanteri
ILO	International Labour Organization Uluslararası Çalışma Örgütü
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurumu
UNESCO	United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü
UNFPA	United Nations Population Fund Birleşmiş Milletler Nüfus Fonu
WHO	World Health Organisation

# 1. GİRİŞ

## 1.1. Problem Durumu

Ergenlik; çocukluk ile yetişkinlik arasında bir geçiş dönemidir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), ergenleri 10-19 yaş arasındaki kişiler olarak tanımlamaktadır. Birleşmiş Milletler Nüfus Fonu (UNFPA) raporlarında ergenlik döneminin 10-18 yaşları arasında olduğu belirtilmektedir (Notig vd., 2022). Ülkeler ve bölgeler, kültürel inançlara ve uygulamalara göre ergenliği genellikle farklı tanımlamakta ve farklı yaş grupları arasında sınırlar belirlemektedir (Blum vd., 2012). Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO) ise ergenlik dönemini 15-24 yaşları ile sınırlandırmaktadır ve bu yaş grubu arasındaki ergenlerden “genç” olarak söz edilmektedir (www.ilo.org). Ergenliğin çocukluk ve yetişkinlik arasında, aileye bağımlılıktan özerkliğe bir geçiş aşaması olarak görüldüğünde, ergenliğin bazı bölgelerde yirmili yaşların sonunda ve hatta otuzlu yaşların başında sona erebileceğine ilişkin araştırma sonuçları bulunmaktadır (Valkenburg, Patti, Meier & Beyens, 2022).

Ergenlik dönemi bilişsel, duygusal ve sosyal alanlarda büyük değişikliklerin olduğu bir dönemdir. Bu alanlardaki gelişim nihayetinde bağımsızlığa ve yetişkinliğe yol açmaktadır. Ergenlik aynı zamanda yaşamda çoğu psikiyatrik bozukluğun başladığı dönemdir. (Kreski vd., 2021). Bu açıdan değerlendirildiğinde ergenliğin tanımı ve deneyimi, özellikle kültürler ve cinsiyetler arasında büyük farklılıklar göstermektedir (Alonzo vd., 2021).

Biyolojik olarak ergenlik, ergenliğin başlangıcından büyümenin sona ermesine kadar uzanan bir gelişim dönemidir. Bilişsel olarak, ergenliğin sonu, akıl yürütme ve soyut düşünme yeteneği ile tanımlanmaktadır. Sosyal olarak ise ergenlik, gençlerin yetişkin rolleri üstlenmeye başladıkları bir dönemdir (Huang, 2021). Ergenlik büyük bir değişim ve mücadele zamanıdır ve cinsiyet farklılıklarının artıp değişimlerin gözlemlenebildiği bir dönemdir. Ergenlikle ilgili fiziksel, duygusal değişikliklerin ve bilişsel gelişimin artmasıyla ergenlerin sosyal gelecek ile ilgili beklentileri de artmaktadır. Yetişkin olduğunda gelecekte ne yapacağı, kim olacağı ile ilişkili düşünceleri yoğun yaşayan ergenlerin, aynı zamanda gelecek kaygılarıyla baş edebilme ve zorlayıcı durumlar

karşısında yeni çözüm arayışlarına girerek psikolojik olarak sağlam durma becerileri de ergenlik gelişimiyle birlikte ön plana çıkmaktadır.

Ergenlik, bir kişinin bir yetişkin olarak dünyayı nasıl göreceğini ve onunla nasıl etkileşime gireceğini belirleyecek çok hayati bir dönemdir. Hepsi birbiriyle bağlantılı olan genel sağlık, sosyal sağlık ve cinsel sağlık sorunları vardır. Ergenler için doğru seçimleri yapacak kaynaklara ve bilgiye sahip olmak önemlidir. Bu durumda ergenler için kendi yaşamının kontrolünü nasıl ele alacağını bildiği bir yeterlilik ve aracılık duygusunun edinilmesi; özgüven gelişmesi ve bireysellik davranışlarının artışıyla birlikte bağımsız olabilme algısı, ergenler için çok önemli hale gelmektedir (Parra, Oliva & Sanchez-Queija, 2015; Twenge, 2019).

Ergenler için, bireyselleşmeyi ve ebeveynlere olan bağımlılığı bırakmayı içeren duygusal özerklik (Beyers, Goossens, VanCalster & Duriez, 2005) çok önemlidir. Ebeveynlerden duygusal olarak uzaklaşmayı ergenlik döneminde sağlıklı gelişim için temel bir gereklilik olarak anlayan araştırmacılar vardır (Johnson, La Voie & Mahoney, 2001; Lamborn & Groh, 2009; Rodriguez & Rodrigo, 2010). Bu bakış açısına göre duygusal özerklik, ergenlik dönemindeki uyum ve sağlıkla olumlu yönde ilişkilidir ve duygusal özerklik düşünceleri ergenlik dönemlerinde artmaktadır. Eğiliminde olacaktır.

Crespo ve diğer araştırmacılara (2011) göre ergenlik döneminde yüksek düzeyde bir duygusal özerklik, tatmin edici olmayan aile ilişkilerinden kaynaklanabilmektedir ve ergenin sosyal çevresi ile uyumunda yetersizliğe işaret eden bir dizi davranış şeklidir. Duygusal özerklik ergenlik boyunca sabit kalabilir ve böylece ebeveynler ve ergenler arasındaki ilişkilerin normal durumunun bir özelliğinden ziyade belirli ailelerin nasıl işlediğinin karakteristik bir yönü olarak değerlendirilebilir. Duygusal Özerklik kavramının ölçümü ile ilgili yapılan ölçek geliştirme çalışmaları ergen özerkliğini değil, ebeveynlerden kopmayı ölçmektedir (Fuhrman & Holmbeck, 1995; Wentzel & Feldman, 1996). Duygusal özerkliğin anlamını araştıran bazı yazarlar, duygusal özerklik ile uyum arasındaki ilişkinin yaş tarafından düzenlendiğini bulmuşlardır (Seiffge-Krenke, 2013; Konshina & Sadovnikova, 2022). Bazı yazarlar duygusal özerkliğin geç ergenlik ve erken yetişkinlik döneminde önceki yıllara göre daha olumlu olacağını belirtmektedirler (Schmitz & Baer, 2001; Beyers, Goossens, Vansant & Moors, 2003).

Ergenlik döneminde bireyin kendi ve aile sistemi ile ilgili tutarlı görüşleri ergenliğin ilk yıllarından sonra uyum sağlar, ebeveynlerinden duygusal olarak özerk olmaları daha olumlu bir etkiye sahip olabilir. Genç yetişkinlik dönemindeki ebeveyn-çocuk ilişkileri kısmen aile ilişkilerinin geçmişinin bir fonksiyonudur, bu nedenle genç yetişkinlik dönemindeki aile etkileşimleri büyük ölçüde önceki etkileşim modellerine bağlıdır ancak bu süreklilik zaman geçtikçe zayıflama eğilimindedir (Konshina & Sadovnikova, 2022). Yetişkin-ebeveyn ilişkileri ile ergen-ebeveyn ilişkileri karşılaştırıldığında, yetişkinlik döneminde duygusal özerkliğin çocukluk dönemine göre daha fazla olduğu belirtilmektedir (Malenova & Potapova, 2018). Buna göre ergenlerde duygusal özerklik düşünceleri ile gelecek beklentilerinin birbiriyle ilişkili kavramlar olduğu söylenebilir.

Ergenler duygusal özerkliklerinin anlaşılmasını beklerler ve aynı zamanda yaşamlarında geleceklerini planlamak zorunda oldukları ve yetişkin yaşamlarının birçok yönüyle ilgili önemli kararlar almak zorunda oldukları çok önemli bir döneme girerler (Secades vd., 2016). Beliren yetişkinlik döneminde, geleceğe yönelik beklentileri özellikle önemlidir ve hedef belirlemelerini ve bu hedeflere ulaşma motivasyonlarını da etkileyebilir (Miner, 2016). Duygusal özerklikle beraber çocukluk dönemi de geride kalmaktadır ve birey olmaya adım atan ergen bu özgürlüğü yoğun hissederek artık gelecek ile ilişkili planlarını hazırlaması gerektiğini hissetmektedir (Temel ve Aksoy, 2016).

Günümüzde sosyal, duygusal, biyolojik ve fiziksel kapsamda olumsuz koşullarla karşı karşıya kalan ergenlerin benlik saygılarını sürdürmelerine ve psikolojik olarak kendilerine güven duymalarına yardımcı olan faktörlerin tespit edilmesinin önemi ortaya çıkmıştır. Çünkü gelişimsel kriz dönemi olan ergenlik döneminde hem gelecekleriyle ilgili kaygıları hem duygusal olarak özerk bir birey olduklarının anlaşılması ergen bireylerin psikolojik anlamda yeterlilik durumlarını etkilemektedir. Psikolojik sağlık bu alanda yapılan çalışmaların konulardan biridir. Psikolojik sağlık kavramı üzerine yapılan çalışmalar, bireyin yaşamındaki kısıtlamaların nedenlerini, stresörlere karşı dimdik ayakta durmasını ve sağlıklı bir gelişim sergilemesini incelemektedir (Sarkar & Fletcher, 2014).

Fletcher ve Sarkar (2013) psikolojik sağlamlığı “kişisel varlıkları geliştirmede ve bireyi stresörlerin olası olumsuz etkilerinden korumada zihinsel süreç ve davranışın rolü” olarak tanımlamaktadır. Ergenlik döneminde genç yüksek standartlar koyar, aile beklentilerine



ve eleştirilerine karşı son derece hassastır ve çevresinde güvensiz hissetmesine neden olan öz saygısı yoktur (Flett & Hewitt, 2014).

Ergenlerin yeni ve geleceğinde olumlu sonuçlar oluşturacak davranışlar geliştirmesi gerektiğini hissetmesi ve kontrolsüz bir üstünlük duygusundan kaynaklanan aşırı çabadır ve bunu dengeleyemeyen ergenlerin psikolojik sağlık becerilerinin yetersizliği ortaya çıkmaktadır (Güngörmüş, Okanlı & Kocabeyoğlu, 2015). Miner (2016) psikolojik sağlamlığı “kardeş konumu” ve “ebeveyn ayrılığı” ile ilişkilendirmiş ve ergenin bu tür durumlardan çok etkilendiğini ve psikolojik dayanıklılık açısından daha zayıf olduğunu belirtmiştir. Ayrıca bu konuyu farklı değişkenler üzerinden inceleyen araştırmalarda spor yapan bireylerin (Sarkar ve Fletcher, 2013; Secades, Moliners, Salguero, Barquin, Vega ve Marquez, 2016), kadınların erkeklere göre (Güngörmüş, Okanlı & Kocabeyoğlu, 2015) ve evli ebeveynlerden gelen çocukların, ebeveyni parçalanmış çocuklara göre (Schaan & Vögle, 2016) daha yüksek düzeyde psikolojik dayanıklılığa sahip olduğu görülmüştür.

Özellikle sosyal ve kişilik gelişiminin başladığı ergenlik yıllarında, bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin, kendilerini ifade etmeleri için geliştirdikleri duygusal özerklik becerilerinin ve zorluklarla baş edebilme becerilerini kapsayan psikolojik sağlık durumlarının incelenmesi, ergenlerin anlaşılmasına ve daha etkin hizmet sunulmasına katkı sağlayacaktır. Literatürde ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkiyi farklı değişkenler üzerinden inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ergenlik dönemindeki bireylerin desteklenmesi, gelecek beklentileri, duygusal özerklik durumları ve psikolojik sağlamlıklarının belirlenmesi kapsamında ilk çalışmanın bu araştırma olması yönüyle bu araştırmanın önemli olacağı öngörülmektedir. Ayrıca, geleceğe hazırlanan ergenlerin kimlik oluşumunda etkin olan duygusal özerklik ve psikolojik sağlık kavramlarının ilişki modellemesi de ergenlere yönelik verilen gelişimsel destek çalışmalarına ışık tutacaktır. Gelecekte ergenlerin gelişimi ile ilişkili yapılacak çalışmalarda çeşitli yöntem ve eğitimlerin geliştirilmesi toplumsal kazanımların oluşabilmesi için gerekli inisiyatiflerin alınabilmesinde bu çalışmanın sonuçları veri teşkil edecektir. Eğitim alanında gelişimsel destek programları ile aile içinde ve okulda gençlere ulaşılabilmesinin önemini gösterecektir. Farklı meslek gruplarının ilgi alanına giren yönleri ile birarada çalışmalar

yapabilmesi gibi kolektif ortamın hazırlanması yönünde bu çalışmanın sonuçları ilham verici olabilir.

Bu bilgiler ışığında bu araştırmanın amacı, ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu araştırmanın problem cümleleri aşağıda verilmiştir;

1. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları puanları ne düzeydedir?
2. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri *cinsiyet* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
3. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri *yaş* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
4. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri *sınıf düzeyi* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
5. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri *yaşadığı ortam* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
6. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri *aile yapısı* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
7. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri *ailenin gelir düzeyi* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
8. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri *anne ve babanın eğitim durumu* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
9. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri *anne ve babanın çalışma durumları* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
10. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri *aile bireylerinin birlikte ya da ayrı yaşama* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

11. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlıkları düzeyleri *aile bireylerinin kavga etme sıklığı* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

12. Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlıkları düzeyleri *çocukluk dönemlerinde yaşadığı ciddi bir travma* değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

13. Ergenlerin duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlıkları gelecek beklentilerini yordamakta mıdır?

14. Ergenlerin duygusal özerklikleri ve gelecek beklentileri arasındaki ilişkide psikolojik sağlımlıklarının aracı rolü var mıdır?

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmanın amacı, ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Aynı zamanda bu temel özellikleri bazı demografik değişkenlerin etkileme durumu araştırılmıştır.

## **1.3. Araştırmanın Önemi**

Hızla gelişen ve değişen dünyamızda ergenlik dönemindeki bireyleri etkileyen faktörler de aynı hızla sürekli olarak değişim göstermeye devam etmektedir. Ergenlerde, fiziksel ve sosyal görünüş kaygısı ve bağımsızlık davranışları arttıkça psikolojik sağlımlık düzeyinde de değişme meydana geldiğine ilişkin gözlemler ve araştırma sonuçları bulunmaktadır. Ergenlerin gelişiminde sonraki yaş dönemlerini etkileyecek kavramlara dikkat çekmek ve gelişimsel desteğin sağlanmasına yönelik ilişki sonuçları ortaya koyarak önerilerle verileri aktarmak çocuk gelişimi bilim alanında önemlidir. Geleceğe umutla yaklaşan ve fikirlerini açıkça ortaya koyabilen gençlerin bulunması toplumsal gelişim için de önemli bir faktördür. Yapılan literatür taramalarında ergenlik döneminin fiziksel, bilişsel, cinsel gelişimlerine yönelik konularda yoğun araştırma bulguları olduğu; ergenlerin gelecekle ilişkili beklentileri ile duygusal özerklikleri arasındaki ilişkiye fazla yer verilmeden sadece bu özelliklerin tanımlamalarının yapıldığı belirlenmiştir. Ayrıca ergen yaş dönemlerinde duygusal özerklik, gelecekle ilgili beklentiler ve psikolojik sağlımlık arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Oysa bu özellikler

ergen yaş grubundaki bireylerin önemli yaşamsal uyum becerilerini kapsayan faktörlerdir ve bu özelliklerin incelenmesi, ergen bireylerin desteklenmesine yönelik profesyonel gelişimsel destek uygulamalarının temelini oluşturmaktadır. Ergenlik dönemindeki bireylerin desteklenmesi, gelecek beklentileri, duygusal özerklik durumları ve psikolojik sağlımlıklarının belirlenmesi kapsamında ilk çalışmanın bu araştırma olması yönüyle bu araştırmanın önemli olacağı öngörülmektedir. Genellikle araştırmalarda sadece gelecek beklentisine odaklanılmıştır ancak bu çalışmanın önemi, gelecek beklentisi, duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlık kavramı üzerinde aydınlatılmamış bir alana ışık tutabilecek olmasıdır. Buradan yola çıkarak bu çalışmada üzerinde durulan değişkenlerin tamamı için, ergenlerin yaşamlarında önemli etkilere sahip değişkenler ifadesini kullanmamız yanlış olmayacaktır. Bu çalışmada ergenlerin gelecek beklentileri, duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlık özelliklerine bütüncül bakış açılarıyla yaklaşarak incelenmesi ve sonuçların gelecekteki çalışmalara ışık tutması amaçlanmıştır.

#### **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Ergenlerin gelecek beklentisi, duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlık düzeylerine yönelik elde edilen bulgular; Ergen Gelecek Beklentileri Ölçeği, Duygusal Özerklik Ölçeği ve Kısa Psikolojik Sağlımlık Ölçeğinden sağlanan bilgilerle sınırlıdır.

Araştırma 2022-2023 eğitim-öğretim yılında Ankara ve Konya illerindeki liselerde öğrenimine devam eden, özel gereksinimi olmayıp tipik gelişim gösteren ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan 14-17 yaş arasındaki ergenler üzerinde yapılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler benzer şartlara sahip çalışan bireyler için genellenebilir.

#### **1.5. Araştırmanın Varsayımları**

Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlıkları arasındaki ilişkinin değerlendirildiği bu çalışmada temel varsayımlar aşağıdaki maddeler halinde sıralanmaktadır:

1. Araştırma örnekleminin evreni yeterli düzeyde temsil ettiği kabul edilmektedir.
2. Araştırmada yararlanılan veri toplama araçlarının geçerli ve güvenilir bilgiler elde etmeye uygun araçlar olduğu varsayılmaktadır.

3. Araştırmaya katılmayı kabul eden bireylerin cevaplarının objektif ve samimi olduğu varsayılmaktadır.

### **1.6. Tanımlar**

**Ergenlik:** “Adölesan dönemi” olarak da adlandırılan ergenlik; çocukluk ve yetişkinlik arasındaki büyüme ve gelişmenin geçiş aşamasıdır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından ergenlik dönemi 10-19 yaş arası ile sınırlandırılmaktadır. Yörükoğlu'nun (2012) çalışmasına göre ergenlik döneminde yaş aralıkları dönemlere ayrılmıştır. 12-15 yaş ilk ergenlik, 15-17 orta ergenlik ve 17-21 yaş ileri ergenlik olarak geçer. 21 yaştan 25 yaşa dek uzayan yüksek öğretim ergenlik dönemi olarak sayılır. Orta ergenlik evresi utangaçlık ve yetersiz özgüven ile ve ileri ergenlik ise aşırıya kaçan özgüven duygusu ile tariflenen delikanlılık dönemi olarak açıklanır. 12-25 yaş aralığında bir zaman dilimi ergenlik dönemi ile eşleştirilmektedir. Bununla birlikte, birçok toplumda ergenlik ve üreme olgunluğuyla sonuçlanan fiziksel değişikliklerin döngüsü vurgulanmaktadır ve bazı toplumlarda ergenlik, olgunlaşmanın tamamen fiziksel yönlerinin yanı sıra psikolojik, sosyal ve ahlaki alanı kapsayan daha geniş terimlerle anlaşılmaktadır.

**Duygusal Özerklik:** Duygusal özerklik, ebeveynlerden ayrılmayı ve onlardan bireyselleşme şeklinde bağımsızlık bilinci kazanmayı ifade eder (Chan & Chan, 2011). Bu durum ergen bireylerin ebeveynleriyle ilişkilerinde bir değişikliğe yol açmaktadır (Sorkhabi, 2005). Duygusal özerklik, kendi hatalarını yapan ayrı bireyler olduğunun farkına vararak ve çocuksu davranışların üstesinden gelerek elde edilebilir (Marusak vd., 2018). Eldeleklioğlu ve Eroğlu (2015) özerkliğin ailenin çocuğa olan tutumları ile geliştiğini; aileden sonra bu becerilerin sosyal çevrede devam ettiğini ve duygusal özerkliğin toplumun kültüründen etkilenen sosyal bir gelişim alanı olduğunu vurgulamaktadırlar. Baker ve Stith (2008) ergenlerin kendi iç kaynaklarına güvenmeye başlamaları için ebeveynlerden duygusal mesafe almaları gerektiğini, duygusal özerkliğini yeterince geliştiremeyen bireylerin uzun vadede uyum zorlukları yaşayabileceğini belirtmişlerdir.

**Gelecek beklentileri:** Gelecek beklentisi bireylerin gelecekte toplumsal hayattan beklentileri ve gelecekte kiminle, nerede, nasıl bir hayat beklediğini ifade etmektedir (McWhirter, 2008). Gelecek beklentileri bireyin içinde bulunduğu zamanı ve gelecek yaşamını etkilemektedir. Gelecekteki beklentiler kişinin bir olayın gerçekleşmesini ne

ölçüde beklediğine, hedef belirleme ve planlamayı etkileyerek davranış ve gelişime rehberlik eder (Storr, Accomero & Crum, 2007). Geleceğe hazırlanmanın bir yolu olarak özellikle gelişimsel geçiş dönemlerinde ergenler için geleceğe yönelik beklentiler yoğunudur ve bu nedenle ergenlik döneminde önemlidir (Oyserman, Terry, Bybee, 2002). Gelecek beklentileri, ergen gelişimi ve davranışının önemli belirleyicilerindedir (Sipsma, Ickovics, Lin & Kershaw, 2012). Geleceği düşünmek günlük yaşamsal davranışları motive ettiği gibi seçimleri, kararları ve gelecekteki faaliyetleri de etkilediği için gelecek beklentileri ergenlikte sağlıklı gelişim için önemli bir koruyucu faktördür. Yapılan araştırmalar ergenlerin geleceğe yönelik ekonomik ve mesleki, eğitim, aile kurma, sağlık ve topluma yönelik beklentilere sahip olduğunu göstermektedir (Makas, 2020). Düşük ekonomik gelire sahip ailelerde yetişen ergenlerin gelecek beklentilerinin, ekonomik geliri yüksek olan ailelerde yetişen ergenlere göre daha düşük olduğu görülmüştür (Tümekaya, 2005). Bireylerin gelecekte beklenenleri ve bu beklentilerine karşı olumlu bakış açıları geleceğe dair olan hedefleri için sorumluluklarını yerine getirmelerine ve yaşamdan zevk almalarına yardımcı olan bir faktördür (Makas, 2020). Ayrıca gelecek beklentisi ile ilgili yapılmış çalışmalar özellikle ergenlik döneminde okulu bırakma eğiliminde artış olduğunu, disiplin cezaları, suça eğilim ve akran zorbalığı gibi riskli davranışlarla artış olduğunu göstermektedir (Konate ve Atalan-Ergin, 2018).

**Psikolojik sağlamlık:** Bireyin olumlu sosyal ilişkiler kurabilme, karar verme, problem çözme, kendini tanıma, stresle baş etme mizah becerileriyle olaylara bakabilme gibi özelliklerini kapsamaktadır (Gianesini, 2011). Psikolojik sağlamlık terimi mevcut zorlukları aşan ve beklenenden daha iyi gelişim gösteren yüksek risk altındaki bireyleri tanımlamak için kullanılmaktadır (Connor & Davidson, 2003). Olumsuz ve zorlu yaşam koşullarında yetişmiş başarılı kişilerin yaşam öyküleri ve otobiyografileri, yüksek risk altında yetişen çocuklarla yapılan sistematik psikolojik sağlamlık çalışmalarıyla paralellik ve uyum göstermektedir. Psikolojik sağlamlık, bir olumsuzluk durumu ile karşı karşıya kalındığında, risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin etkileşimi sonucu oluşan süreçte, bireyin hayatındaki değişikliğe uyum göstermesini, stres ve sıkıntı karşısında zihinsel refahını sürdürmek için kişisel ve sosyal kaynaklar ve algılanan aile uyum düzeyi gibi bir dizi koruyucu faktörü kullanma yeteneği içerir (Tusaie & Dyer, 2004).

## **2.KAVRAMSAL ÇERÇEVE**

### **2.1.ERGENLİK DÖNEMİ**

Ergenlik çocukluk döneminin tamamlandığı dönemdir. Çocuk gelişiminin diğer dönemlerinde olduğu gibi fizyolojik, duygusal, bilişsel, sosyal, ahlaki yönleri ve kişilik gelişimi ve değişimlerle yetişkinliğe atılan adımdır ve insan hayatının en hassas evrelerinden biridir (Genç, 1989; Parlaz vd., 2012).

Çok yönlü değişimleri içermesi nedeniyle olduğu gibi yetişkin rollerini üstlenmeye uyum sağlayabilmek anlamında da güçlükler içerir. Ergen adeta medeniyet ile karmaşa arasında kalmış gibi iki ayrı uç arasındadır ve çocukluktan yetişkinliğe uzanan köprüyü geçmektedir (Kulaksızoğlu, 2004).

“Adlescere” terimi ile büyüyen, olgunlaşan anlamında bir süreci tarifleyen ergen psikolojisinin kurucusu olarak tanınan Hall 1904 yılında ergenlik evresini açıklarken vahşi ve medeni ikileminin yer aldığı fırtınalı dönem olarak adlandırmıştır (Cloutier, 1982; Kulaksızoğlu, 2000).

Bu süreçte ergenlik döneminin başlaması ve bitişine dair yönelik yaş sınıflandırmaları birbirinden farklılık göstermektedir. Milli Eğitim Bakanlığı'nın ergenlik dönemi tanımına göre 12-24 yaş aralığı, UNESCO ve Birleşmiş Milletler örgütüne göre 12-25 yaş aralığı dönemi tanımlar. Her toplumun ergenlik dönemini tamamlaması da değişkenlik gösterdiği gibi bireyin bir yetişkinin sorumluluklarını yerine getirebilme becerisi de zekasına, yetiştiriliş biçimine, çevre koşullarına ve kurduğu ilişkilere göre değişkenlik gösterir (Kulaksızoğlu, 2000; Yavuzer, 2009).

#### **2.1.1. Ergenlik Döneminde Gelişimsel Özellikler**

Ergenlik döneminin evreleri genel bir yaklaşımla bireyin yaşadıklarına göre değerlendirilerek erken, orta, geç ergenlik dönemlerinde incelenir. Bireyde fiziksel açıdan yaşanan değişimlerin en çok olduğu erken ergenlik dönemindedir. Birey beden ve cinsel açıdan çok hızlı gelişmeye başlar (Derman, 2008). Bu dönem kız ve erkeklerin gelişim hızı aynı olmayabilir, cinsel değişim kızlarda daha hızlı olur. Kızlar erken ergenlik döneminde yeme bozuklukları, anksiyete, benlik saygısında düşme ve depresyon gibi durumlar yaşamaktadır (Deniz, 2008). Orta ergenlik dönemi ergen bireyin ailesinden ve ailesinin davranış kalıplarından uzaklaştığı bir dönemdir. Sosyal çevresi ile iletişimi

artar ve çevreyle uyum yakalamaya çalışır. Karşı cinse ilgisi artar (Gürçay, 2008). Geç ergenlik döneminde ise; birey kendi kimliğini tanımaya başlar, ailesinden farklı olan kendi yeni zevk ve tercihlerine göre oluşmuş bir sosyal çevreye sahiptir ve bu tercihleri ile ilgili istekleri oturmaya başlar (Derman, 2008).

Ergenlerin yalnızca biyolojik gelişimleri değil aynı zamanda bilişsel, duygusal, sosyal ve davranışsal gelişimleri de bir arada sürmektedir (APA, 2013). Ergenler biyolojik olarak olduğu gibi bilişsel ve sosyal olarak da birçok temel ve evrensel geçişi bir arada tecrübe etmektedirler. Steinberg (2013) ergenlik dönemi geçişlerinin her birey farklı okul, akran grubu gibi çevresel öğeler içeren çevrede bulunduğundan her birey üzerinde farklı etkiler yarattığını belirtir. Plotni'ye (2009) göre bu değişimler sadece ergen de değil ailesinde de güçlükler oluşturur, kaygı ve heyecan yaratır.

Biyolojik gelişim bakımından ergenlik döneminde prefrontal korteks zayıf olduğu için, bireyler sıklıkla duygu durum değişimleri içindedirler ve sebep sonuç ilişkisi kurmadan riskli sayılabilecek şekilde hareket edebilirler (Eker, 2017). Sadece prefrontal korteks değil aynı zamanda dorsalateral bölgede, hareketlilik, ilgililik düzeyi, bilişsel yetiler gibi bazı önemli fonksiyonlara ilgili olduğundan önemlidir. Benzer şekilde, nörotransmitterler, deneyimler, limbik system ve basal gangliyonlar, hipokampus, amigdala, parahipokampal girus, thalamus ve beyincik ayrı fonksiyonlarla, bireyin tam yaşında ve tam zamanında bilgi, beceri, tutum gibi davranışları kazanmasını sağlayan fonksiyonlardan sorumludurlar (Duman, 2007).

Yavuzer (2016) çalışmasında yer verdiği ergenlik dönemi değerlendirmesine göre, ergenlikte hipofiz bezinin salgıladığı büyüme hormonları cinsel olgunlaşmayı sağlarken, tiroid ve adrenal bezleri ve diğer salgı bezlerini tetikler. Hipotalamus da hormonların salgılanmasını emreder. Bu hormonlarında etkisi ile gençler duygusal olarak da bir uçtan diğerine giderler. Bir yandan yalnızlığı severken diğer taraftan sosyal bir ortamda olmak isterler.

Eker'in (2017) çalışmasında belirttiği gibi ergenlerin duyguları yoğun ve şiddetlidir, mutlu mutsuz, güvenli güvensiz ve iyimser kötümser arasında git gel yaşatır. Utanma ve dikkat çekme korkusu öne çıkar, ufak tefek kusurları çok abartır. Sosyal beklentileri karşılamakta yetersiz kalabilir ve bu da ergenin önünde daha büyük bir engel olur, uyumu güçleşir. Sosyal yönden ise ergenler toplumsal prestij ve statü istekliliğindedir. Bir



grubun üyesi olma isteklilikleri çok yoğundur asla grubun dışında kalmak istemez böyle bir durum olursa çok üzülürler. Akran ilişkileri ailenin önüne geçer.

Ergenlik döneminin psikososyal gelişim konuları arasında kimlik gelişimi ve özerklik başta gelir. Vignoles ve arkadaşları (2011) ise kimliği bireysel, ilişkisel ve kolektif yönü ile üç yönlü olduğunu aktarmışlardır. Birey kendisine kim olduğunu sorduğunda bireysel kimliği içsel karakteristiğini ifade ederken, ilişkisel ve kolektif yönünde dışsal karakter de dâhil olur. Schwartz ve arkadaşları (2011) kimliğin; bireyin psikolojik iyilik halini, öz saygısını, saldırganlık eğilimini, bağımlı davranışlarda kaygı ve depresyon gibi psikiyatrik sorunlar yaşama düzeyini, sosyal uyumluluğunu ve başarı durumunu etkileyen çok yönlü bir olgu olduğunu belirtir. Bireyin hem kendini tanımlaması açısından önemlidir. Ayrıca başkalarıyla olumlu etkileşim yaşaması anlamında da kişinin kim olduğuna verdiği cevaptır. Bu farkındalığın geleceğe dair bir hazır bulunuşluk yaratacağına ve bireyin gelecekte nasıl davranışlarda bulunacağını belirleyecek bir etkisi olduğuna vurgu yaparlar. Erikson'ın (1968) ifadesiyle, ergen sağlıklı bir kimlik oluşturabilmesi yetişkin rollerine büründükçe kolaylaşır. Böylece yetişkinlik sürecine daha rahat geçiş olur (Ergün, 2020).

#### 2.1.2. Ergenlik Dönemi ve Fiziksel Gelişim

Ergenlik dönemindeki en çarpıcı ve hızlı değişimler kemik, kas ve yağ kitlelerinde büyümeyle fiziksel gelişimdedir. Bu değişimler boy ve kilo artışı olarak görülür. Solunum ve dolaşım sistemlerinde gelişimler meydana gelir. Büyüme vücudun baş kısmından ayaklara kadardır. Gelişim önce baş bölgesinden başlar. Ergenlik döneminde büyüme safhaları evrenseldir. İlk olarak el, kol, bacak ve ayaklar büyür (Kulaksızoğlu, 2004). Hormon seviyeleri hızla yükselir. Cinsel organların da gelişimiyle cinsel özelliklerde değişim ve gelişim olur. Göğüslerde büyüme, üreme organlarında kıllanma, boy hızlı uzaması ve kızlarda menstrüasyon ergenliğin ilk semptomlarıdır. Erkeklerde ise ilk olarak er bezleri büyüme, ses tellerindeki kalınlaşma, yanak ve çene bölgesinde kıllanma gibi semptomlar görülmektedir. (Alisinaoğlu, 2002; Hatipoğlu, 2012; Parlaz vd., 2012).

Fiziksel büyümenin başlaması ile eş zamanlı olarak bilişsel ve sosyal gelişim de cinsel gelişim tamamlanmasına eşlik eder. Psikolojik ve sosyal değişimlerle ergenlik süreci yol alır. Büyümenin getirdiği değişim ergende ruhsal olarak etkilenmeyi getirir (Kulaksızoğlu, 2000; Parlaz vd., 2012).

### 2.1.3. Ergenlik Dönemi ve Psikolojik Gelişim

Ergenlikte fiziksel ve psikososyal gelişim bütünün parçalarıdır. Fiziksel gelişim ihtiyaçların karşılanmaması durumunda psikososyal gelişimi etkilenmekte olduğu gibi psikososyal ihtiyaçların eksikleri de fiziksel gelişimi etkilemektedir (Gürses ve Kılavuz, 2011).

Bireyin çevresi tarafından onaylandıkça buna uygun davranışlar sergilemeyi öğrenir ve bu duruma sosyal gelişim denir. Bireye bu gelişimi ilk öğreten ailesi ile iletişimidir. (Kulaksızoğlu, 2004). Erikson'ın, psikososyal gelişim kuramında kimliğe karşı rol karmaşası evresi 12 ile 18 yaş arasında karşılık gelmektedir. Bu süreçte bireyin en önemli ihtiyacı toplumun onayını almaktır. Bunu başarmaya çalışırken diğer yandan da hormonal değişimlerle mücadele diyor olsa da topluma uyum göstererek bireyselleşmesi, ergen için çok önemlidir. Sosyal çevresinde etkileşim kurarken kendini kanıtlamak ister. Sosyal gelişim konusunda başarılı olamayan ergen birlikte yaşadığı insanlarla sağlıklı bir ilişki kuramamaktadır. Bu durum yaşamlarını mutlu sürdürme koşullarını olumsuz etkiler. İçinde bulunduğu yaş seviyesine uygun gelişim göstermeyen ve toplum tarafından onay almayan ergen toplum baskısı görebilir (Aydın, 2000).

### 2.1.4. Ergenlik Dönemi ve Bilişsel Gelişim

Ergenlik dönemindeki bireyin algılaması, dikkati, problem çözme becerisi, duyumsaması, akılcıl yaklaşımları gibi zihinsel öğelerinin tamamı biliş kavramı ile açıklanmaktadır (Bayhan ve Artan, 2005).

Doğuştan itibaren başlayan bir gelişim sürecini kapsar ve çevreye uyumu da bu kapsama dahildir. Çevreye uyumu ile ifade edilen dışarıdaki uyanları algılaması, değerlendirmesi, değiştirmesi ya da olduğu gibi alması ile içinde bulunduğu duruma göre birleştirerek sentezlemesidir. Bu sayede bilişsel olarak gelişimi sürdürür (Ahioğlu-Lindberg, 2011).

Steinberg (2007) çalışmalarında, ergenlik dönemindeki bireyin içinde bulunduğu ortamı ya da durumu değerlendirmesi, karar verme ve risk alma yaklaşımlarının bilişsel gelişimi etkilediğini gösterir. Beraberinde sosyal ve duygusal gelişime de etki ettiği belirtilmektedir. Bireyin beyin yapısı ve işlevindeki değişimlere yönelik bulgularının yanı sıra ergenin gelişimine çocukluk döneminde deneyimledikleri ve öğrendikleri de etki etmektedir (Steinberg, 2007).

### 2.1.5. Ergenlik Dönemi Ahlaki Gelişim

Bireylerin toplum içinde onay gören ya da davranışların tümü ‘’ahlak’’ olarak tanımlanır. Ahlaki davranışlar toplumdan topluma değişim gösterir (Ergün, 2016). Ahlaki gelişim, bilişsel gelişim ile ilgilidir. Bilişsel gelişim davranışların uygunluğunu bireyin anlamlandırmasını sağlar. Bireyin anlayış ya da idrak gücü davranışları gözlemlemesi ile ahlaki gelişime ve değişime yol açar (Gander ve Gardiner, 2004). Ergenlikte ahlaki gelişim ebeveynlerin, akranların, çevredeki diğer yetişkinlerin davranışlarını gözleyerek olur. Hangi davranış daha sağlıklı, faydalı, daha yerinde ve hangi hareket daha tehlikeli, aşırı, zararlı olabilir sorularını ergen kendisine sorarak cevaplarını oluşturur. En önemli değerlerden birisi de çevrenin etkisi ve sürdürülen ahlaki ritüellerin adalet ve vicdan anlayışına uymasındır (Kulaksızoğlu, 2004).

### 2.1.6. Ergenlik Dönemi Kişilik Gelişimi

Kişilik ya da eş anlamlısı şahsiyet kelimesi, personalite kelimesiyle de eşleşmektedir. Latince de personelite tiyatro sahnesinde gösteri sırasında sanatçıların kullandığı persona isimli maskeden gelir. Kişilik kavramı, bireyi farklı kılan özgünlüğü kapsamaktadır. Kişilik gelişiminin Erikson’un teorisine dek ergenlik öncesinde tamamlanacağı savunulurken Erikson’un kuramıyla yaşam boyu devam eden bir süreç olduğu anlaşılmıştır (Bakırcıoğlu, 2012). Sevi (2009), kişiliğin kalıtsal ve aktarımsal etmenlerden etkilendiğini belirtir. Erken çocuklukta bireyin ebeveynle olan etkileşimi ve aralarındaki bağlanma kalitesi ile sosyal çevre faktörleri de kişiliği etkiler.

Psikanaliz ve davranışçı ekolün kuramcı ve araştırmacıları saldırgan ve cinsel dürtüler gibi kişiliğin olumsuz yönlerine odaklanır. Maslow ise kişiliği daha pozitif yönleri ile ilgili görüşler ortaya atmıştır. Kişiliği nasıl daha sağlıklı hale getirilebileceği ile ilgilenmiştir (Şenyuva, 2007).

Bağlanma kuramının en önemli temsilcisi ve kuramcısı olan Bowlby ise kişiliğin gelişimini ebeveyn çocuk arasındaki ilişki ve etkileşimin niteliği ile açıklamıştır. Kişiliğin gelişmesi bir yandan bireyin olgunlaşması diğer yandan da toplumsallaşmanın etkisi ile gerçekleşir. Olgunlaşma evrimsel bir yolculuk bireyselleşme-toplumsallaşma ise öğrenmeye bağlı süreçlerdir. Kişilik gelişiminde fiziksel, bilişsel ve duygusal özellikler ve yaşam zorluklarına karşı geliştirilen savunma mekanizmalarını bir arada ele alınmalıdır (Öztürk ve Uluşahin, 2011).

### 2.1.7. Ergenlik ile ilgili Kuramlar

Ergenlik dönemi değişim ve gelişim süreci, nedenleri ve nasıl ortaya çıktığı gibi yönleriyle birçok araştırmannın konusu olmuş birçok kuram ve yaklaşımla açıklanmıştır. Bu kuramların bazıları birbirine paralel bazıları zıt görüşler ortaya koymuştur.

Ergenlik dönemi araştırmaları incelendiğinde Antik Çağ'dan günümüze dek süregeldiğı görülmektedir. Aristo ergenlik döneminde bireyleri mantık ile hareket etmeyen, dürtüleri ile hareket eden, eleştirel yaklaşımı kabul etmeyen ancak bu özelliklerine rağmen cesur, olumlu düşünen, başarı odaklı özellikleri ile tanımlarken Sokrates otoriteyi tanımayan, olumsuz davranış özellikleri gösteren ve lüks ve rahatı seven yönleri vurgulayarak tanımlamıştır. Platon ise ergenlik sürecindeki bireyin bir tür ruhsal sarhoşluk evresinde bulunduğunu ifade etmiştir (Dacey ve Travers, 1996; Muuss, 2006).

Orta Çağ'da insan yaşamında çocukluk yedi yaşında sonlanır ve yetişkinlik dönemi başlar tanımı kabul edilirdi. Ergenlik gibi bir gelişim evresi dikkate alınmıyordu. (Postman, 1995). 1590-1760 yıllarında yaşamış olan Çek Psikopos Comenius'un katkılarıyla birlikte insan gelişimi kavramının yeni biçimleri ortaya çıkmıştır. Rönesans döneminde Comenius ile birlikte 12-18 yaşları arasında verilecek eğitimin önemine dikkat çekilmiştir. Eğitimde ezberciliğe karşı çıkarak mantıksal tekniklerle muhakeme yeteneğini geliştirmeye yönelik eğitim yapılmasının önemini vurgulamıştır. Uluslararası eğitim kavramını öne sürmüş ilk eğitimcilerdendir, Latince yerine yerel dillerin kullanılmasını ve eğitimde fırsat eşitliğini savunmuştur. Bu yaklaşımları ergenlik dönemi bilişsel gelişiminin çocukluk döneminden ayrıldığı anlamına gelmektedir (Muuss, 2006).

17. ve 18. yüzyıllarda, İngiltere'de John Locke bebeklerin zihnini boş bir kağıta benzeterek küçük çocuklukta tecrübe edilen etkilerden ergenliğin bilişsel etkinliğine ve bu evrede buldukları çevre etkisiyle farklı yetkinlik düzeylerine eriştiklerini savunur. Fransa'da Jean-Jacques Rousseau insan gelişimi ile ilgili olarak yeni görüşler getirmiştir. Erken çocukluktan itibaren dört ayrı gelişim evresi olduğunu belirtmiş, üçüncü evreyi 12-15 yaşlar arasında gençlik dördüncü evreyi ise 15-20 yaşlar arasında ergenlik olarak göstermiştir (Gallatin, 1995; Muuss, 2006).

Ergenlik kuramları; G. Stanley Hall'un biyolojik kuramı, organizma ile ilişkili kuramlar, öğrenme kuramları, kişilerarası kuramı, sosyolojik kuramlar, tarihsel ve antropolojik

yaklaşımlar, bireysellik değişebilirliği ve odaksal karmaşa kuramı başlıkları altına toplanabilir (Eker, 2017; Kulaksızoğlu, 2001).

Ergenlik dönemi ile ilgili ilk bilimsel çalışma G. Stanley Hall'un "Adolescence" adlı kitabıdır. Ergenliğin biyolojik kuramının babası olan G. Stanley Hall Darwin'den etkilenmiştir. Biyolojik değişimin çok önemli olduğunu vurgular. Darwin' e göre ergenlik ayrı bir gelişim evresi olarak tanımlanmasa da biyolojik evrim kuramı gelişim kuramcılarını etkilemiştir. Hall evrim konusundaki fikirlerden yola çıkarak "ergenlik karmaşası" kavramını psikolojiye kazandırmıştır. Bencil güduları ve hayatta kalma refleksi ile hayvanlar aleminin bir parçası olarak dünyaya gelen birey; gelişimsel yolculuğunda ergenlik evresine geldiğinde, sosyal sorumlulukları ve haklarıyla ve kendisi dışında diğer bireylere yönelik kaygılarıyla yeniden doğar (Muuss, 2006).

Yaşamında ilkel saftan uygar tarafa geçiş olarak aktarılan bu geçişte hormonal ve fiziksel değişimler itici güçtür ve gelişimin bu biyolojik faktörler ile sağlandığı ifade eder. Ergen düşüncelerinin, duygularının ve davranışlarının kibir ve alçakgönüllülük gibi iki ayrı uçta gelip gittiğini vurgular, iyi niyet ve aklını çelme, mutluluk ve üzüntü arasında gidip geldiğini belirtmiştir (Steinberg, 2013).

Kendisini düşünmesinin önüne geçen adalet, sosyal refah gibi kavramlar kişisel çıkar ve sosyal iyilik hali arasında iç dünyasında çelişkiye yol açar. Ergenlik, toplumsal rollerin belirlendiği, olgun bir bakış açısı ile değerlendirmelerin yapıldığı ve sosyal ilişkilerinin gelişen yetenekleriyle kurulduğu bir dönemdir. Yetişkinlik yaşam akışını değiştirecek etkiye sahiptir (Gallatin, 1995; Kulaksızoğlu, 2001).

Organizmik kuramlarda biyolojik esaslı kuramlardır. Freud, Erikson ve Piaget çalışmalarında bireyin gelişimini biyolojik gelişime göre sınıflandırmayla önemli bir etki yaratmışlardır (Steinberg, 2013).

Sigmund Freud Psikanalitik Teori'yi 19. yüzyılın sonlarına doğru geliştirilmiştir. Psikanalitik teori temelde insanın çocukluk dönemine odaklanır. Ergenliğe verdiği önem ikinci derecede dir. Böyle olmasına rağmen Hall'un ergenlik hakkındaki görüşleri ile psikoanalitik görüşlerle benzerliklere sahiptir. Her iki görüş de ergenlik dönemindeki karmaşaya vurgu yapar. Ancak Hall'un görüşüne göre karmaşanın sebebi ergenliğin insan evrimindeki kritik evre olmasıyken; psikoanalitik kurama göre bu sebep çocukluktaki cinselliktir.

Freud, erken çocukluktaki çelişkilerin ergenlik evresinde kendisini gösterdiğini varsayar. Ergenlikteki karmaşa çocukluğun bir yansımasıdır; bu sebeple esas olarak odaklanması gerekli olan yaşam evresi ergenlikten ziyade çocukluktur (Kulaksızoğlu, 2001). Anna Freud'a göre ergenlik döneminde, kararsızlık ve dengesizliklerin var olduğu karmaşa olağandır ve ergenin iç dünyasında meydana gelen isyanların ve çelişkilerin yansımasıdır (Kulaksızoğlu, 2001).

Erikson Psikososyal Gelişim Kuramında ergenlik için “Kimliğe Karşılık Kimlik Karmaşası” dönemini tanımlamaktadır. Erikson'a göre bu dönem ergenin içinde bulunulan zamanda ne olduğunu anladığı bir dönemdir. Artık gelecekte ne olabileceği hakkında fikir edinmeye başlayacaktır. Ergen bir yandan toplumsal beklentiler öte yandan da dürtülerini kontrol etmeye nedeniyle karmaşa içindedir. Ergen bu süreçte kim olduğunu ve daha geniş toplumsal düzendeki yerini anlamaya çalışmaktadır. Bu evrede çatışmaları çözerek sağlıklı bir kimlik kazanma mücadelesi verecektir. Erikson'a göre ergenlikteki en önemli değişim “kimlik krizi” olarak adlandırılan değişimdir. Bu değişim bu aşamadan sonraki yaşantısının seyrini belirlemektedir (Günce vd., 1985; Kulaksızoğlu, 2001).

Piaget'e göre, ergenlik somuttan soyut düşünceye geçiş demektir. Soyut konuları düşünme ve tartışma becerisi yetişkinliğe geçişte bir aşama sayılır (Steinberg, 2013).

Öğrenme kuramları davranışın içinde gerçekleştiği çevreyle ve öğrenilen şeyin içeriği ile ilgilidirler. Bu yönü ile biyolojik ve organizmik kuramlardan ayrılırlar ve iki ayrı kategoride ele alınırlar. Biri ödül ve cezayı pekiştireç gösteren yaklaşım diğeri ise toplumsal öğrenme kuramcılarıdır. Ergenlikte toplumla ergeni karşı karşıya getiren yasak ve bağımlılık karmaşası nedeniyle ergenlik dönemini önemserler. Sosyal öğrenme kuramcıları insan gelişiminin evrelere ayıramayacağını bir bütün olduğunu savunurlarken çocukluk ile yetişkinlik arası geçiş dönemini ergenlik olarak gösterirler ve en önemlisi bu geçişin sebebini bireysel gelişim yerine toplumsal koşullar olarak gösterirler (Günce vd., 1985).

Mc Candless (1970), sosyal öğrenme kuramcısı olarak bilhassa ergenlik dönemi de dürtüler nedeniyle davranışların yönlendiğini belirtir. Hayal kurma ve hayal kırıklığı, atakta bulunma, kaygı gibi dürtülerin bireyi tetiklediğini savunur. Çocuklukta

öğrenilenler ile ergen yaşta çevrenin beklentisi nedeniyle ortaya çıkan zıtlığın çatışma ve çelişki yaşattığını vurgular (Kulaksızoğlu, 2000).

Ergenliği açıklamaya çalışan bir diğer öğrenme kuramcısı olan A. Bandura araştırmalarının sonucu olarak ideal düzene sahip, istikrarlı, ilgili ve sevgi dolu aile ortamında yetişen ergenlerin karmaşadan uzak bir geçiş dönemi yaşadıklarını belirtmiştir. Ergenlikte bunalımlı geçiş dönemi yaşayanların yeterince sosyalleşmemiş bireyler olduğuna vurgu yapmıştır ve bu yanı ile McCandless'in görüşünden farklı bir görüşe sahiptir. Ona göre ergenlik bunalımlı bir dönem değildir (Kulaksızoğlu, 2001).

Sullivan kişilerarası kuramı ile insanın birçok önemli davranışının genel kanının aksine yedi yaşına dek değil ilerleyen dönemlerde ortaya çıktığını savunur. Ona göre insanın temel ihtiyacı güvende olduğunu bilmektir. Bu endişe bebeklikten itibaren başkalarına yaşamsal olarak ihtiyaç duymanın yarattığı endişeden ileri gelir. İlerleyen yaş ile cinsel istek ve diğer kişilerin davranışlarına verilen tepkiler endişeyi artırır. Ergen bireyler bir yandan cinsel ihtiyaçlarını karşılarken diğer yandan da endişelerinden kurtulmaya çalışır. Ancak bu ergenin yaşamını karmaşaya iter ve zorlanır. Psikoanalitik kuramdaki cinsellik dürtüsünü yerine insanın güvende olduğunu hissetmesine dair ihtiyacını merkez almıştır. Kuramının erkek çocuklar için daha geçerli olduğu yönünde eleştiriler almıştır (Geçtan, 2005; Kulaksızoğlu, 2001).

Sosyolojik kuramlar ise kuşaklararası ilişkilerin üzerine yoğunlaşır. Ergenlerin toplum içinde nasıl gelişim gösterdikleri ve büyüdükları ile ilgilenir. Kurt Lewin ve Edgar Friedenberg önemli sosyolojik kuramcılardır. Lewin'e göre birey çevresel ve kişisel sebeplerle sürekli bir değişim halindedir. Bu değişimlerin hızı kontrol edebileceği düzeydeyse bireyin onları düzenlemesi ve değişime ayak uydurması kolayken kontrol edemediğinde birey karmaşa içinde bir dönem geçirir. Ergenlik de hızlı değişimler nedeniyle zorlu bir dönemdir. Ergenlikten yetişkinliğe geçişte bireylerin geçmişten gelen farklı deneyimleri ve değerleri sebebiyle kuşaklararası sorunların her zaman yaşanacağı belirtilmiştir (Kulaksızoğlu,2000).

Tarihsel ve antropolojik açıdan değerlendirme de ise kuşaklararası iletişime vurgu yerine ergenlikte yaşanan kimlik bunalımınca belirlendiği söylenir. Antropoloji kuramının öncülerinden Margaret Mead (1928)'de Samoa Adası yerlileri üzerinde yaptığı araştırmada ergenlikte yaşanan stresin kuşaklararası bir bütünlüğe sahip olmadığını

belirtir. Belirli tarihsel dönemdeki siyasi, sosyal ve ekonomik güçlerle bağlantılı olarak yaşanan kimlik bunalımının toplumsal bir icat olduğu düşünülür (Günce vd., 1985; Kulaksızoğlu, 2000).

Ergenlik döneminin stresli bir karmaşa dönemi olarak kabul eden birçok kuramcı olmakla birlikte yeni bir uyum dönemi olduğunu belirten kuramcılar da vardır. Bu dönemi istisna olarak görürler. Bu kuramcılardan biri de “bireysellik değişebilirliği” adlı kuramı ile Edward Spranger’dır. Ergenlik döneminin zor bir evre olarak geçirilmesinin ergenin kişiliği ile ilgili olduğunu ve bireyin farklı olduğu yönündeki görüşünü savunur. Spranger da Ericson gibi her bireyin biricikliğini savunur. Aynı kültürlerde yaşayanlar bile farklı çözüm biçimleri bireyden bireye değişkenlik gösterebildiğinden ergenliğin de kişisel bir konu olduğu görüşündedirler (Kulaksızoğlu, 2001).

J.H. Coleman’ın (1978) ‘‘Odaksal Aşama Kuramı’’ ergenlik kuramlarının savunduğu iki ayrı uçta yer alan görüşlere yaklaşımıyla ortaya koyduğu görüş ile her iki grubunda savunularında artıları kabul eder ancak gerçeğe uygun olmadığını belirtir. Kuramcıların ergenlik dönemine bakışları bir uç yer alan grup tarafından çok önemli bir kesit olduğu görüşünde birleşirken diğer grup sıradan bir dönem olduğunu düşünmektedir. Coleman’a göre ergenlik döneminde birey bir yandan psikolojik diğer yandan toplumsal düzenleme ile ilgilidir ve bu zorlukla başa çıkabilmek için odaklanmayı kullanır. Toplumsal yaşamın kurallarına uyum sağlamanın yanı sıra kendi kimliğini oluşturduğu bir yol çizerek kendi sistemini oluşturur (Dacey & Kenny 1994). Ergen ilgilenmesi gerekenleri öncelik sıralamasına göre sıralayarak önce çözmesi gereken soruna odaklanarak uyum sağlama sürecini zamana yayar (Özbay, 2000; Dinçel, 2009).

Coleman’a göre, ergenlik hayatının zorluklar içeren büyük streslerin yaşandığı bir dönemdir. Ebeveynle temel değerlerden ziyade dünyevi konular üzerine çatışmalar yaşanır (Kahraman, 2016). Çoğu genç insan mutsuzluk hissini kendi içinde yaşar ve yaşları ilerledikçe ileride sahip olacakları kimlik için kaygılanmaya başlarlar. Bu kaygıların bir kimlik krizine yol açması ender karşılaşılan bir durum olarak kalır (Dacey & Kenny 1994; Üstüner vd., 2009).

#### 2.1.8. Ergenlikte Duygusal Özerkliğin ve Psikolojik Sağlamlığın Önemi

Ergenlik döneminde bireylerin bağımsız olma arayışı ve kendi yaşamlarını ilgilendiren kararları almak yönünde duydukları ihtiyaç ve isteklilikleri “özerklik” olarak



isimlendirilir. Özerklik gelişimi ergenlik dönemi ile bağdaşır. Sağlıklı özerklik gelişiminin ergenlik sürecine önemli bir etkisi vardır. Ruh sağlığı bakımından, suça karışmak ve madde kullanımı gibi çeşitli risklerden uzak kalabilmek açısından özerklik gelişimi sağlayan bireyler şanslı kabul edilir. Okul yaşamında, iş yaşamında üst hedeflerine ulaşabilmek adına da avantajlıdırlar (Özdemir ve Çok, 2011).

Curtis (1992) araştırmasında özerklik kazanmak istekliliği ile alınan riskin arttığını ve ergenlerin kimlik kazanma ve bağımsız olma gayretlerine yönelik çabalarını arttırdıklarını belirtmiştir. Önceki kuşaklarla karşılaştırıldığında yeni neslin hem kendileri hem de çevreleri için daha fazla sorumlulukla karşılaşacakları belirtilmektedir (Steinberg, 1999).

Günümüz gençlerinin sahip oldukları yetkinlikler kendilerine amaç belirleme, karar verme ve sorunlarla baş edebilme gibi yaşam becerisini sağlamalıdır. Hızla küreselleşen dünya bu beceriye sahip olmayı gerektirmektedir. Bu sebeple özerklik gelişim kuramlarının da önemli kavramlarından biri durumundadır (Blos, 1979; Erikson, 1969; Freud, 1958).

Özerkliğin gelişimsel öneminin yanı sıra kültürel bir özellik olarak önemine değinilmektedir. Sosyo-Kültürel değişimler bakımından özerklik özellikle batı kültürünün aranan gelişimsel özelliklerinden olarak değerlendirilmiştir (Cross ve Markus, 1999; Markus ve Kitayama, 1991).

Bireycilik ve kişisel özgürlük kuzey Amerika ve batı toplumlarının önemseydiği değerlerdir. Bu sebeple ergenlerin yetiştirilişinde kendi kararlarını almaları beklenmektedir. Bu sorumluluğu alan bireylerde ergenlik sürecinde kişisel hakları ve sorumluluklar anlamında daha fazlasını talep etmekte, olması beklenene göre daha erken süreçte talepte bulunabilmektedir (Zimmer-Gembeck ve Collins, 2003).

Öte yandan, Kağıtçıbaşı (1996)'nın araştırmasında belirttiği üzere Türkiye'deki gibi Asya kültürüne sahip bazı toplumlarda bireyin özerkliği dışındaki başka değerler daha ön planda olabilmektedir. Aile kontrolünün daha baskın olduğunu ve bunun daha kolay kabul edildiği belirtilmiştir. Çocukların yaşlarına uygun yapabileceklerinin onlar adına yerine getirilmesi aşırı korumacı bir tutumla yetişkinlik yıllarına kadar sürmektedir.

Chao (1994) Asya kültüründe aşırı korumacılığın olumsuz bir özellik olarak görülmediği aksine çocukla ilgilenmenin bir göstergesi olarak değer gördüğü belirtilmektedir. Kültürel

değerlerdeki farklılıklar aile ilişkileri içinde gelişmeye başlayan özerklik gelişimini etkileyen sosyal bir gelişim alanı olarak görülmektedir (Zimmer Gembeck ve Collins, 2003).

Psikolojik sağlamlık ve duygusal özerklik kavramları insanların hayatlarında önemli rolü vardır. Psikolojik sağlamlık bireylerin hayatlarını başarılı ve güçlü bir şekilde devam ettirmesi, stres ve kaygı durumlarıyla karşılaştığında baş edebilmesiyle ilgilidir (Ernas, 2017).

Duygusal özerklik ise bireylerin duygusal anlamda kararlarını sağlıklı bir şekilde alması, duygusal anlamda bağımsız olması olarak tanımlanmaktadır. Özerklik ve aileden bağımsızlaşma ergenlik döneminin gelişimsel özelliklerindedir. Bu gelişim süreci kolaylıkla olmamaktadır. Bu noktada ise psikolojik sağlamlık kavramının bu süreci etkileyebileceği düşünülmektedir. Psikolojik sağlamlık, travmatik olaylarla karşı karşıya gelen bireylerde görülmektedir, özerklik ise, ergenin kendi hayatı ile ilgili kendi kontrolünde gelişir Duygusal özerklik döneminde risk faktörlerinin artması sebebiyle, psikolojik sağlamlık kavramı birlikte ele alınmıştır. Duygusal olarak özerk olan birey aileden bağımsızlaşmakta ve kendi kararlarını alabilmektedir (Ernas, 2017).

Özerklik gelişimini istismar ve ihmal, boşanma, gibi bazı olumsuz deneyimlerle karşı karşıya kalarak sağlıklı tamamlayamayan birey için birtakım uyum sorunları oluşurken öte yandan yeni yaşantılar için fırsatlar bulunur (Santrock, 2012). Kişinin karşılaştığı bu zorluklar rağmen sağlıklı şekilde gelişim göstermesi literatürde psikolojik sağlamlık kavramı ile karşılık bulmaktadır (Sameroff, 2005).

Zorluklar karşısında gösterilen olumlu uyumu psikolojik sağlamlıktır. Dinamik bir süreçtir. Önemli bir tehdit veya strese maruz kalmak ya da gelişimsel sürece yönelik önemli bir travma yaşamak gibi olası iki önemli duruma karşın olumlu uyum sağlamayı başarmadır. Tehditler ya da riskler gibi olumsuz yaşantılara rağmen bireyin uyum sağlayabilme ve gelişim sürecini sürdürebilme kapasitesi ile olumlu sonuçlar alması psikolojik sağlamlığı açıklar (Masten, 2001).

Psikolojik sağlamlık kavramı 19. yüzyılın sonlarına doğru Amerika'da ortaya atılmıştır. Horatio Alger'in hikayelerinde, kitaplarında; zorlukların üstesinden gelmesini başaranlar psikolojik sağlamlıkla nitelendirmiştir. Bu kitaplarda evsizler, fakirlik, yoksulluktan irade ve sıkı çalışma ile yükselme hikayeleri işlenmemiştir (Rigsby, 1994).

1950'den sonra daha farklı sorunları karşılamak psikolojik sağlamlıkla eşleştirilmiştir. Ailede alkol sorunu, istismara uğramak, istismarda bulunan eşe sahip olmak, ölümlü hastalığa yakalanmak, duygusal bozukluk ve uyum sorunlarına rağmen ayakta kalabilmek gibi zorlular sayılabilir (Glantz ve Sloboda, 1999; Tarter ve Vanyukov, 1999).

1960'lardan sonra psikolojik sağlamlığa ilişkin araştırmaların fazlaca ilgi görmesine sebep olarak Kaplan (1999)'ın araştırmasında gelişim sıkıntısı çeken çocukların sayısının artması ve zorlaşan yaşam koşulları gösterilmiştir (Altundağ, 2013).

Latince "resiliere" kökünden türeyen psikolojik sağlamlık kavramı, esnek olma anlamına gelmektedir (Masten, 2001a). Zor olaylar karşısında kolay toparlanmak, sosyal ve duygusal anlamda çabuk iyileşebilmek, yaşam rutinleri arasında ve güç durumlar karşısında problemleri atlatabilecek yeteneklere sahip olmak ve dirençli olmak gibi becerilere psikolojik sağlamlık adı verilmektedir (Arslan, 2015a).

Psikolojik sağlamlıkla ilgili yapılan araştırmalarda psikolojik sağlamlığın birbirleri ile ilişkili olarak kontrol, bağlanma ve meydan okuma olarak belirlenen üç bileşenden oluştuğu belirtilir (Maddi ve Khoshaba, 1994). Stresli ve zorlu yaşam koşullarına karşın direnç kaynağı olan psikolojik sağlamlık kavramı sayesinde riskler fırsata çevrilir ve birey cesaret ve motivasyon kazanır (Tekin, 2011).

Kontrol bireyin yaşantısındaki birtakım zorluklarla karşılaşması durumunda çaresiz kalmayacağına ve bu zorlukları etkileyeceğine dair olan inancı ve başarı odaklı eylemleri içerir (Azeem, 2010). Karar alırken davranışsal olarak disiplinli, özerk ve güdülenmiş tam inanç sergilerler (Tekin, 2011).

Bağlanma tüm zorluklara iyimser yaklaşım sergileyerek yaşama tutunma çabasıdır. Çevreleriyle ilişkilerine karşı çok dikkatli yaklaşır olumlu ilişkilerini sürdürmek için çaba sarf ederler. Hedeflerine ulaşmakta ısrarcı davranırlar. Bireyin kendisi ve yaşamı ile ilgili her şeyi anlamlı kılmak ve yaşama tutunmakta bir adanmışlık gösterir (Durak, 2002).

Meydan okuma, bireylerin durağanlıktan ziyade hayattaki değişimlere olan inançlarıdır. Değişim tehdit olarak görülmez olumlu bulunur ve gelişim adına bir fırsattır. Meydan okuma anlamında sağlamlık gösterenler; karışık durumları kolalaştıran, problemlere getiren açıklık ve zamanı verimli kullanan esnekliğe sahip bireylerdir (Terzi, 2005).

Psikolojik sağlamlığı etkileyen bireysel, ailesel ya da toplumsal risk faktörleri ile karşılaşmak çocuk ya da ergenlerin gelişimlerini etkileyebilir (Tümlü, 2012). Bireysel risk faktörlerinin varlığından özgüvensizlik, özdenetimsizlik, stresle başa çıkamama durumlarında söz edilebilir. Birey içine kapanık ve saldırgan bir tutum içinde olabilir, uyum sorunları yaşayabilir. Başarısızlık, tehdit edici bir hastalık, erken yaşta doğum yapmak gibi durumlar birey için risk faktörü oluşturur (Terzi, 2005; Gürkan, 2006).

Ailesel risk faktörlerinin içinde, ebeveynlerin kaybı ya da boşanmış olması, aile içinde hasta bulunması, bozuk aile ilişkileri, aile içinde istismar ve şiddet olması bulunmaktadır (Sipahioğlu, 2008).

Toplumsal risk faktörleri, toplumun olumsuzluklarının bireyler üzerinde yarattığı strestir. Göç, fakirlik, iş imkanlarında yetersizlik, savaş, yüksek suç oranları çocuklarda ve ergenlerde psikolojik sağlamlığın gelişmesine olumsuz etki etmektedir (Gürkan, 2006).

#### 2.1.9. Ergenlik Dönemi ile İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar

Ergenlik dönemi ile ilgi yapılan araştırmalardan bazıları ergenlik dönemi konularının neler olduğunu ergenlere sorarak belirlemek amacı ile yapılmıştır. Kulaksızoğlu (1989) tarafından lise son sınıf öğrencisine yaşamakta oldukları stresli durumların neler olduğu sorulmuştur. Bu çalışmada geleceğe yönelik kaygıları seçecekleri meslek ve kazanacakları üniversite yönünde olurken okuldaki çalışma düzeni ve arkadaşlık ilişkilerinde uyum sorunu gibi konuları sorun olarak belirtmişlerdir.

Adwere-Boamah ve Deborah (1993) tarafından da ergenlerle benzer bir çalışma yapılmıştır. Şehirli ancak gelir seviyesi düşük ailelerin ergenlik çağındaki çocuklarının gün içerisinde karşılaştıkları sorunlar ve kaygılar araştırılmıştır. Bu çalışma 5 yıl önce Violato ve Holden (1988)'in yaptığı çalışmanın benzer örneklem seçimiyle tekrarı niteliğinde olmuştur. Böylece iki araştırmanın sonuçlarının karşılaştırması yapılmıştır. Bu sonuçlara göre sorunlar her iki araştırmada da paralel olarak gelecekte alınacak eğitim, bireysel görümüm, kariyer planlama, sınıf ortamında ilişkiler merkezinde toplanmış madde kullanımı, cinsellik, dürtüsellik ile tütün ve alkol tüketimi en az sorun olarak gösterilen sorun başlıkları olmuştur. Adwere-Boamah ve Deborah (1993)'in araştırmasında Violato ve Holden (1988) tarafından ortaya konulan dört faktörlü ergen endişesi modelinin test edilmesi de planlanmıştır. Model ergenlik düzeyindeki gençlerin ilgi alanı olan 14 konunun 4 ana başlıkta değerlendirmesini kapsar. Dört ana tema sosyal

benlik, öz benlik, gelecek ve kariyer ve sağlık ve madde tüketimi başlıklarından oluşur. Araştırmada üçüncü olarak dört faktörlü ergen endişesi modelinin cinsiyet farklılığının olup olmadığı araştırılmıştır ve bulgu modelin erkekler ve kızlar için eş olmadığını göstermiştir.

Şahin ve Şahin (1995)'in araştırmasında Türk ergenlerin sorun yaşadıklarını ifade ettikleri konular ve konuların türleri derlenmiştir. 11-19 yaş aralığındaki 957 genç ile yapılan çalışmanın sonucuna göre sorun başlıkları beş farklı grupta toplanmıştır. Bu konular kişisel gelecek, kişilerarası ilişkiler, sosyal kimlik, madde kullanımı, ulusal ya da evrensel olarak belirlenmiştir. Başlıklardan anksiyete oranı en yüksek bildirilen, belirlenen en yüksek puanı toplayan sosyal kimlik konusu, en düşük puan sahibi ise madde kullanımı olmuştur.

Yücedağ (1994) tarafından yapılan 16 yaş grubundan 691 ergenin katıldığı araştırmada önceki yıllarında ebeveyn ile kurduğu ilişkinin bugünkü ergen sorunlarına yansımaları ele alınmıştır. Ergenlik dönemindeki bireyin problemleriyle, yaklaşık birey 5-12 yaşlarındayken kendisine ebeveyn tarafından gösterilen davranışlar arasındaki ilişkileri araştıran çalışma; ergenlerin en çok problem gösterdikleri alanları cinsiyete göre karşılaştırmalı olarak belirleyebilmeyi de hedeflemiştir. Duygusal ceza ve ilgi şefkat eksikliği tecrübe etmiş çocukların ergenlik dönemi problemleri ile ilişkili olarak elde edilen bulgu; çocukluk yıllarında "sevgi" görmenin önemine kanıt olarak gösterilebilir. "Öğretim programı-metot" alanındaki sorunu kız ve erkek öğrencilerin en yüksek puanlarla değerlemiş olmaları da eğitim uygulamalarına karşı yaşanan uyum sorununun göstergesidir. Sonuç olarak, ilk iki sırada yer alan sorunu yansıtan başlıklar, gelecek ve öğretim programlarıyla ilgili olduğu belirlenmiştir (Yücedağ, 1994).

Gürlek ve Yüksel (2006) araştırmasında geç ergen grubunun ebeveyn ilişkilerindeki tutumları araştırılmıştır. Sıkı ve disiplinli ebeveyn algısının özerleşmeyi negatif etkilediği, ilgisiz ebeveyn tutumunun da ayrılma anksiyetesinin art neden olduğu gözlemlenmiştir. Ebeveyn eğitim düzeyine göre bakıldığında, düzey arttıkça özerklik kazanımının da arttığı belirtilmiştir. Sağlıklı özerkleşme sürecinin depresyon puanları ile ilişkisi yönünden bakıldığında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür (Gürlek Yüksel, 2006). Kalkan ve Özbek (2011) tarafından yapılan çalışmada karşı cinsle ilişki ve iletişim kurmada ergenlerin güçlük çektikleri görülmüştür. Ergenlerin, erken ergenlik

dönemindeki depresyon düzeyini etkileyebilecek bazı önemli faktörlerin ortaya konulmasını amaçlayan bir çalışma da Ayverdi (1990) tarafından yapılmış ve ekonomik refah seviyesinin depresyon düzeyini etkilediği görülmüştür (Ayverdi, 1990).

Hasmi ve Fayyaz (2022) ergenlik dönemindeki gelişim özellikleriyle ilişkili olarak akademisyenlerin "fırtına ve stres" görüşünün yanlış olduğu yönündeki moda iddiayı yeniden gözden geçirilmesi gerektiğini ve bu konudaki ilk yazarların bazı kanıtları olabileceğini kabul edebileceklerini öne sürmektedirler. Ergenliğin doğası gereği bir zorluk dönemi olduğu, yaşam döngüsünün bu aşamasında problemlili gelişimin normatif gelişimden daha ilginç olduğu ve sağlıklı ergen gelişiminin yeterliliklerin büyümesinden çok problemlilerden kaçınma ile ilgili olduğu fikirlerini savunmuşlardır.

Lougheed, Brinberg, Ram ve Hollenstein (2020), ergenlikteki işlev bozukluğunu ve uyumsuzluğu açıklamak için kapsayıcı çerçeveleri tanımlamışlardır ve "Sorunlu Davranış Teorisinin" ergenlik dönemindeki gelişim özellikleriyle ilgili olan en etkili tanımlama olduğunu ve Piaget'nin ergenlik dönemindeki bilişsel gelişimle ilgili temel önermelerinin çoğuna dair yeni araştırmalar yapılması gerektiğini belirtmektedirler. Ayrıca ergen duyguları ile akademik iyi olma hali arasındaki ilişkiye yönelik olarak öğretmenlerin, ebeveynlerin ve öğrencilerin ergenlerin duygularını ve akademik gelişimlerini anlamalarına ilişkin algıları araştırılmıştır. Araştırma bulguları, ergenlerin duyguları ile akademik çalışmaları arasında güçlü bir bağ ve ilişki olduğunu ve duygusal olarak farklı etkinliklere dahil olduklarını göstermektedir. Ayrıca akran baskısı ve öğretmenlerin ve ebeveynlerin akademik baskısı altındadırlar ve bu onların akademik performanslarını etkilemektedir sonucunu belirtmişlerdir.

## 2.2. GELECEK BEKLENTİLERİ

Bireylerin gelecekte toplumsal hayattan beklentileri ve kendileri ile ilgili gelecekte kimlerle ve nerede nasıl bir hayata sahip olacaklarına dair genel bir tanım gelecek beklentisi olarak ifade edilmektedir (İkizoğlu vd., 2007). Gelecek beklentisi birey için yaşamakta olduğu zaman dilimini ve gelecek yaşamını etkilemektedir. İçinde buldukları zamanda sorumluluklarını başarıyla üstlenen, olumlu tecrübeler edinen bireyin, geleceğe yönelik beklentilerinin artması beklenmektedir. Bu olumlu ivmenin ileride de aynı başarıyı sağlamasına ve yaşamdan zevk almasına yardımcı olacağı düşünülmektedir (Tuncer, 2011).

Bireylerin geleceği düşünmesi ve bazı beklentilere sahip olması toplumların gelişmesi ve yaşamın nitelikli sürdürülebilmesi açısından değerli bir kriterdir. Geleceği düşünmek bireyin gündelik davranışlarını sadece motive etmekle kalmayıp aynı zamanda bu uyumu seçimleri, kararları ve gelecekteki faaliyet planları ile sağlamış olmaları psikolojik sağlıkları anlamında da koruyucu bir etkiye sahiptir. Bu bulguyu destekler yönde yapılan çalışmalarda duygusal ve davranışsal yönden problemleri olan ergenlerin gelecek beklentilerinin de düşük olduğunu belirtilmektedir (Dursun, Özkan ve Başkaya, 2018). Ergenlerin geleceğe ilişkin beklentilerinde okulunu bitirmek, başarılı bir işe sahip olmak, ikili ilişkilerde başarılı olmak, kendi yuvalarını kurmak gibi ekonomik, mesleki, eğitsel, ailevi, sağlık ve topluma yönelik içerikler bulunduğu görülmektedir (Şimşek, 2012; Ege, 2018).

### 2.2.1. Kuramsal Yaklaşımlara Göre Gelecek Beklentileri Kavramı

Yaşam bireylerin beklentileri dışında da değişen koşulları ve ihtiyaçları içeren dinamik bir süreçtir. Değişimlere sağlanan uyum geçmiş yaşantıdan başlayıp geleceğe de etki eden yaşantı örüntüsüdür. Gelecek beklentisi araştırmaları, 21. Yüzyılın başlarında başlamış, ortalarında artmıştır. W.I.Thomas gelecek beklentisi çalışmaların öncüsü olarak sayılmaktadır. Hurn (1993) çalışmalarında, W.I Thomas'ın beklenti tanımlamasına yer vermiş ve bir durum bir birey tarafından gerçek sayılırsa gelecekte sonuçları da aynı doğrultuda gerçek olacağı görüşüne değinmiştir. Bireylerin davranışlara belirli anlamlar yüklemekte olduğunu ve bu anlamların gelecekteki davranışlarını etkilediğini belirtmiştir (Hurn,1993).

Kuramsal yaklaşımlar çerçevesinde Sosyal öğrenme kuramcılarına göre beklenti kavramı ele alındığında, daha önce tecrübe edilmiş başarıların gelecekte şekillenmesi arzu edilen izdüşümü tanımı ortaya konmaktadır. Bu anlamda, Nurmi (1991) araştırmalarının sonucunda, beklenti tanımını bireyin geleceğe dair görüş, ilgi ve kaygılarını içeren bilişsel harita olarak ifade etmiştir. Gelecek beklentileri bu beklentileri hayata geçirmeye dair alınan ilk adım ve en güçlü motivasyon kaynağıdır.

Rotter'a (1954) göre bireyin geçmiş yaşantıları sırasında başarı gösterdiği alanlar, geleceğe yönelik beklentilerini şekillendiriyor olmasına dayanarak kişinin kendisine yönelik algısının geleceğinden bekleyecekleri ve başaracaklarını ifade etmek mümkündür. Gelecek beklentisinin kavramsallaştırılmasının Frank (1939), Israeli (1930,1936) ve Lewin (1939,1948) isimli psikologların çalışmalarına dayandığı Seginer (2003)'in çalışmasında belirtilmiştir. Gelecek yöneliminin güdüsel ve gelişimsel işlevine de işaret etmiştir (Seginer, 2003).

Beklenti olarak adlandırılan amaçların gençlerin geç ergenlik ve erken yetişkinlik dönemini kapsadığı yaş, cinsiyet, sosyoekonomik durum ve kültürel çeşitlilik gibi faktörlerin geleceği yönlendiren etkenler olduğu belirtilmiştir (Seginer, 2003).

### 2.2.2. Gelecek Beklentilerini Etkileyen Faktörler

Ergenlik erişkinliğe doğru uzanan zorlu aşamalarda pek çok önemli basamak, yol değişikliği, değişik araçlar ve kişiler bulunur. Bireyin tercihleri kararları bu aşamaları nasıl geçeceğini tayin eder. Bu kararlardan yerinde olanlar ya da olumsuz sonuçlananlar olsa da birey tecrübe kazanır. Gelecek beklentisi kavramı da ergenlerin tecrübelerini yanına alarak geçeceği aşamaları önceden planlaması ile bütünlük oluşturur (Nurmi, 2001).

Ergenlerin gelecek beklentilerinin başarıya dair, ilişkisel, varoluşsal ve deneysel olarak dört grupta ele almak mümkündür. Ergenlerin başarıya dair beklentilerini akademik başarı, mezun olma ve iş sahibi olma, unvan sahibi olma gibi konularda olmaktadır. İlişkisel beklentilerse romantik ilişki sahibi olma, eş seçebilmek, aile kurmak ve çocuk sahibi olmaktır. İş ve eğitim, aile ve evlilik, din ve toplum, sağlık ve yaşam, umut ve umutsuzluk, öz saygı gelecek beklentilerini etkileyen faktörlerdir (Çoban, 2005).

Ergenlerin gelecek ile beklentileri aynı zamanda onların karakter özellikleri, okul ortamı, akran ilişkileri, akran zorbalığına maruz kalıp kalmamaları, ailesinin sosyal statüsü,



ailesinin ve kendisinin kariyer planları, kişiler arası ilişkiler, ailenin mali durumu gibi pek çok demografik değişkenden etkilenmektedir (Chen ve Shen, 2012; Morrison, 2008; Yang, Xue, Jones, 2019).

### 2.2.3. Gelecek Beklentileri ve Ergenlik

Bireylerin gelecek beklentileri yaşamlarına eşlik eden süreçlerdir ancak ergenler için daha önemlidir (Nurmi, 1991). Ergenlerin geleceğe yönelik beklentileri belirsizlikler içerebilir ve bu durum genç bireylerde endişeye sebep olabilir (Topaktaş, 2015).

Ortaöğretim sürecinde meslek seçimler ile ilgili kararlar alması gereken genç için, gelecek hedeflerini belirleyecek olması gelecek beklentisi kavramını daha da önemli hale getirir ve gelişim görevi olarak bu tür kararlar kimlik oluşumunu destekler (Türkon, 2019).

Ergenlerin verecekleri kararla geleceğe dair varmak istedikleri yere kendilerini götürecek yolları deneyimleri ile tayin etmeleri ya da zihinsel haritalarına dayalı olarak yol çizmeleri onların yetişkin yaşamının oluşmasında da rol oynar. Bunlara örnek olarak iş seçimi, eş seçimi ya da yaşam biçimi gösterilebilir. Kimlik oluşumunda zihinsel olarak nasıl geleceklerini tasarladıkları bu sürecin şekillenmesinde diğer bir ifadeyle yola çıkmalarında önemli bir etkiye sahiptir. Bu alandaki çalışmalar üslup, yaratıcılık ve soyut düşünceleri içeren bilişsel bilgilerle, belik kavramı, başa çıkma stratejileri ve iyilik hali içeriği ile duygu durumuyla ve aile, okul ve ekonomik düzey ile diğer etkenler başlığında ele alınır. Bunlara ek olarak yaş, cinsiyet, sosyo-kültürel yapı gibi diğer değişkenlerde etkili olur (Artar, 2003).

### 2.2.4. Gelecek Beklentileri ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Ergenlerin gelecek beklentisini araştıran çeşitli alanlarda araştırmalar yapılmıştır. Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde; Trommsdorff, Lamm ve Şehmidt (1978)'in iki yıl süren araştırmasında öğrenim gören ergenlerin sonrasında bu iki yıl içinde iş yaşamına dahil olduğu belirtilmiştir. Elde edilen bulgulara göre iki yıl içerisinde gelecek zaman perspektifinin ergenin aileden ayrılarak bağımsız hale gelmesiyle kişilik alanında genişlediği belirtilmiştir. Ergenin ailesinde gördüğünden farklı yaşam tarzı olasılıklarının artması yeni sosyal rollere girmesine sebep olduğundan kişilik alanında genişleme kaydedilmiştir. Sonuç olarak, sosyal çevre ve sosyal rollerdeki değişmesi durumunda geleceğe yönelimde belli değişiklikler oluşması beklenir.

Oettingen ve Mayer (2002) tarafından iki yıl boyunca sürdürülen gelecek hakkında düşünme becerileri ile fantezi içeren beklentiler arasındaki ilişki üzerine araştırma yapılmıştır. Beklenti ve fanteziler arasındaki ilişkide performans ve öz düzenlemenin nasıl bir etkisi olacağı yönünde bulgular edinilmesi amaçlanmıştır. Olumlu beklentilere göre değerlendirme yapıldığında; gelecekte olmasını istediklerine zihinsel ve yüksek motivasyonla olumlu yaklaşan ergenlerde performans ve başarı yaklaşımı daha az etkili kalmaktadır.

Seginer ve Lilach (2004) tarafından geleceğin düzenlenmesinde ve geleceğe yönelik uyumda yalnızlığın etkisi araştırması yapılmıştır. Bu çalışmada gençlerin gelecekle ilgili beklentilerinde ve geleceği içeren planlarında cinsiyete göre farklılıklar, gelecekte gençlerin nasıl bir yaşam koşulları ya da nasıl sosyal ilişkileri olacağı, evliliklerinin ve aile tipinin nasıl olacağı, üniversite tahsili ve iş hayatı ile kariyer beklentileri araştırılmıştır. Bu beklentilerin içeriği olarak yakın gelecek ve daha uzak gelecek hedefleri incelenmiştir. Sonuç olarak yalnızlığı tercih eden gençlerden elde edilen geleceği planlama puanları düşük olarak tespit edilmiştir. Sosyal yönü güçlü ergenlerde bu puan daha yüksek çıkmıştır. Yakın zamana göre planlama yapılması anlamında kızlar erkeklerden daha yüksek puanlar kaydetmişlerdir.

Yavuzer ve arkadaşları (2005), ‘günümüz gençliğinin gelecek beklentileri’ konusunda yaptıkları araştırmada gençlerin gelecek ile ilgili beklentilerinin meslek seçimi, aile kurma, mali açıdan bağımsızlıklarını destekleyen bir bütçe oluşturma ve toplumsal saygınlık olarak benzer bir alanda toplandığı görülmüştür. Liseyi okumakta olan 15-19 yaş aralığındaki gençler karşı cinsle yakın ilişkiler kurma, aileden bağımsız olma ve kendilerini merkeze alma özellikleri üniversite öğrencilerine göre daha öncelikli bulunmuştur.

Kalkan ve Koç (2010) tarafından ‘romantik ilişkilerde gelecek zaman yönelimine ebeveynlik stillerinin etkisi’ araştırılarak geçici ilişkiler ile uzun dönemli bağlanma karşılaştırılmıştır. Çocukluk dönemindeki anne baba tutumlarının ve davranış stillerinin, gelecekteki sonuçları etkilediği saptanmıştır.

Dursun, Özkan ve Körler-Başkaya (2018) 14-18 yaş grubu örnekleminde yaptıkları çalışmada ergenlerin gelecek beklentisi ve akademik başarı ortalamaları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçları incelendiğinde orta ve başarılı akademik

başarıya sahip olan ergenlerin olumlu, geçmez ya da geçer not alanların ise olumsuz gelecek beklentisi algısına sahip oldukları görülmüştür.

Baş ve Altun (2020) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre okul yaşam kalitesi ve okula bağlılık düzeyi yükseldiğinde ergenler olumlu gelecek beklentisi algısına sahip olmaktadır. Okulda mutlu olduğunu belirten, kaliteli zaman harcayan öğrencilerin geleceğe hazırlanma motivasyonları yüksek görülmüştür.

Yayla ve Cengiz (2005), üniversite öğrencilerinin muhasebe mesleği tercihlerinin altında yatan kişisel tercih faktörleri ile mesleki faktörlerin önemini belirlemeyi ve muhasebe meslek seçiminde etkili olan demografik faktörleri ortaya koymayı amaçlamışlardır. Araştırma sonucuna göre meslek seçimini etkileyen önemli faktörlerin öğrencilerin kişisel tercihleri, aile ve yakın çevrenin etkisi, muhasebe mesleğinin öğrenciler tarafından çekici algılanması, muhasebenin kazançlı bir meslek olarak tanınması ile ilişkili olduğunu vurgulamışlardır.

Liu ve diğer araştırmacılar (2022) ergenlerin sosyal kimlik ve benlik algısının etkilerinin gelecek beklentilerini etkileyen diğer faktörler arasında daha önemli olduğunu, bunu okul eğitimi ve çalışma koşulları faktörlerinin izlediğini belirtmişlerdir. Ayrıca ergenlerin ders notlarını etkileyen faktörlerin çoğunun ailesel olduğunu ve pandemi salgınından sonra ergenlerin gelecek beklentileri içinde istatistiksel bir değişiklik gözlemlenmediğini saptamışlardır.

Ghani ve arkadaşları (2008), gençlerin ve üniversite öğrencilerinin gelecek ile ilişkili algılarını inceledikleri çalışmanın sonucunda katılımcıların özel iş yerine kamuya bağlı işlerde çalışmayı tercih ettiklerini ve gençlerin gelecekle ilgili beklentileri arasında gelirin önemli bir faktör olduğunu belirtmişlerdir.

### 2.3.DUYGUSAL ÖZERKLİK

Ergenlik dönemi araştırmalarında en önemli gelişim aşamalarından biri özerklik gelişimidir. Ergenlikten yetişkinliğe adım atarken bu geçişin sağlıklı bir şekilde yerine getirilebilmesi için gerekli öğelerden biridir (Noom, Dekovic & Meeus, 2001).

Özerklik duygusunun gelişimi ergenlik döneminde bireyin gelişim evrelerindeki süreçleri yaşarken kendi kendine yetebilme becerisini geliştirmesi ile oluşur. Bireyin başta kendi ailesi ile iletişimde bağımsız kararlar alabildiğı halde ilişkilerinde uyumu sağlayabilme becerisi geliştirmesi ve başkalarının isteklerine kendi yolunu çizerek cevap verebilmesi özerklik olarak tanımlanmaktadır (Steinberg, 2007).

Deci ve Ryan (1985)'in tanımına göre özerklik seçim kapasitesi olarak belirtilir. Bahsedilen seçimlerin ergenlik döneminde olan bireyin kendi istekleri doğrultusunda karar verdiğı hareketlerinin belirleyicisi olmasıdır.

Özerklikle ilgili tanımlamalar arasında farklar bulunduğu görülmektedir. Bazı tanımlamalar çocuktan süregelen bağımlılıkları bırakarak öz karalarını alabilmeleri yönünde gösterdikleri gelişim olarak aktarılırken bazıları kendi seçimlerini yapma ve ihtiyaç duyulan duygusal ve bilişsel uyumu düzenleyebilmek olarak açıklanmaktadır. Bu tanımlamaların çeşitli yönleri ile bir araya getirilerek kavramın açıklanmasına son yıllarda daha çok rastlanmaktadır. Buna göre özerklik, ailevi bağların ve iletişimin korunarak sürdürüldüğü yanı sıra bireyin kendi kararlarını almak yönünde istikrar ve isteklilik göstererek kendi seçimlerini ortaya koyabildiğı bir gelişim süreci olarak görülmektedir (Collins, Gleason ve Sesma, 1997).

Özerklik kavramı davranışsal özerklik, değer özerkliği ve duygusal özerklik olacak şekilde alt kategorilere ayrılmaktadır (Steinberg, 2007). Özerklik kavramının bir alt kategorisi olan davranışsal özerklik, bireylerin davranışlarına dayanan gelişim alanını kendilerinin düzenleyerek bu davranışlarının sorumluluğunu alabilmesidir (Noom, 1999).

Steinberg (2007) değer özerkliğini açıklarken ergenlerin başkaları tarafından öne sürülen düşünceleri olduğu gibi kabul etmek yerine çeşitli konularda kendi özgün fikirlerini geliştirmelerini ve ortaya koyabilmelerini tarif etmektedir. Değer bazı ilkelere sahip olmakla ilişkilendirilir. Üç aşamalı olduğu belirtilir. İlk olarak karşılaşılan durumlar üzerinde soyut düşünebilmeli, sonraki adım olarak bazı ideolojik ve dini inançlar üzerine düşünmeye başlamalı ve üçüncü aşamada kendi özgün düşünceleri sonucunda elde

ettiğinin ne olduğunu diğerlerinde ifade ederek savunmaya başlamalıdır. Değer özerkliği ergenin bilişsel gelişimiyle orantılıdır (Yılmaz, 2007).

Duygusal özerklik duygusal bağımsızlaşmayı temsil etmektedir (Koç, 2019). Duygusal özerklik kavramı ebeveyn ve akranlardan bağımsızlaşma tanımı ile ilk önce Steinberg ve Silverberg (1986) tarafından vurgulanmıştır. Duygusal özerklik boyutu duyuşsal ve ilişkisel boyutu ile birçok araştırmaya konu olmuştur. Duygusal özerklik gelişimi erken ergenlik dönemlerinden yetişkinliğe kadar sürmektedir. Ergenlerin duygusal özerklik kazandığının bir göstergesi, üzüldüklerinde ya da yardıma ihtiyaç duyduklarında ebeveynlerine çok fazla yansıtılmalarıdır. Çocuklukta olduğu gibi ebeveynlerini hiç hataları olmayan güç timsali kişiler olarak değil birey olarak görürler (Erçevik, 2014).

#### 2.2.5. Kuramsal Yaklaşımlara Göre Duygusal Özerklik Kavramı

Özerklik kavramı Deci ve Ryan (1985) tarafından ‘‘Öz Belirleme Kuramı’’ olarak ortaya atılan güdülenme ve kişilik kuramıdır. Kuramın amacı bireyin sağlıklı gelişimiyle iyi olma motivasyonunu destekleyerek toplumların sağlıklı gelişimini desteklemektir.

Bu kuramda, bireylerin gelişimine ve psikolojik anlamda sağlıklı olmalarına olumlu katkı sağlayan özerklik, yeterlilik ve ilişkisellik olarak belirtilen temel psikolojik ihtiyaçlardan söz edilmiştir (Çankaya, 2009). Özerklik bireyin kendi davranışlarını başlatmasını ve sürdürmesini sağlayan içsel süreçlerle ilişkiliyken, yeterlilik ihtiyacı bireyin çevresi ile kurduğu ilişkide etkili olduğunu hissetmesine dayanır ve amaçlarına ulaşırken başarılı olacaklarına inanmalarını sağlar (Deci ve Ryan 1995). İlişkisellik, başkaları ile bağlantı içinde olmayı gerektirir ve onlara güven duymak anlamına gelmektedir (Morsümbül, 2011).

Öz belirleme kuramına göre özerklik varoluştan gelen bir ihtiyaçtır. Bireyin kendi iradesi ile özgün davranışlarını belirlemesidir (Çimen,2017).

Noom ve arkadaşlarına (1999) göre özerklik duygusal, işlevsel ve tutumsal özerklik boyutlarında ele alınmaktadır. Duygusal özerklik bireyin çevresinden duygusal bağımsızlaşmasını ifade eder. Birey başkalarının görüşlerine saygılıdır ancak kendi seçimlerinden dolayı kendini güvende hissetmektedir. Tutumsal özerklik ile çevredeki fırsatları fark edebilmekte ve hedeflerine yönelik seçim yapabilmektedir. İşlevsel özerklik ise ergenlerin hedeflerini gerçekleştirebilmek için keşiflerde bulunup hedeflerine nasıl ulaşabileceği tasarlamasıdır.

Organizmacı ya da Psikodinamik yaklaşımda Psikanalitik kuramın temsilcisi Sigmund Freud'un kızı Anna Freud'a göre ergenler, ebeveynlerden uzaklaşmayı tercih eder. Bunun nedeni ergenlikteki ödipal karmaşalarla baş edebilmektir. Özerklik dürtüsel gelişimin neticesi olarak ergenlerin ebeveynlerinden bağımsızlaşması olarak ele almaktadır. Psikanalitik kurama göre ailesel sorunlarla başa çıkabilmenin gereği ebeveynlerini daha gerçekçi bir gözle görerek bağımsızlaşmak ve özerklik gelişimini tamamlamaktır. Bireyleşmenin katkıda bulunduğu gelişimsel alanlar, kimlik gelişimi, cinsel gelişim, benlik gelişimidir (Özdemir ve Çok, 2011).

Bilişsel yaklaşımda özerklik bireylerin kendilerine güvenmelerini, kendi yaşamlarına yön verme inancına sahip olmalarını ve sosyal çevreden bağımsız kararlar alabilme becerilerini içermektedir (Özdemir ve Çok, 2011). Piaget'e göre bilişsel özerklik kavramı, bireylerin doğru ve yanlış fark ederek ve empati kurarak kendilerini yönetme becerisidir (Morsünbül, 2011).

#### 2.2.6. Duygusal Özerkliğin Ergenlik Dönemindeki Önemi

Özerklik kavramıyla ilişkili olarak birçok kuramda ergenlik döneminin önemi vurgulanmaktadır. Psikanalitik kurama göre özerkleşme sürecinde ergenler ebeveynlerinden kopma girişimine girerler. Bunun sebebi ödipal döneme dair duygularla başa çıkmaktır. Çocukluk döneminde cinsel dürtüler bastırılmaktadır. Ergenler ailelerine mesafeli akran gruplarına yakın olmalarının sebebi bu duyguların canlanmasıdır. Aileden ayrışma sürecinde birey sağlıklı gelişim sürecinde özerkliğini kazanır ve kendi kimliğini oluşturur (Özdemir ve Çok, 2011; Steinberg, 2007).

Ergenlik, bireylerin anne babalarından ayrılmaya, kendi kimliklerini geliştirmeye ve yeni sorumluluklar almaya başladıkları bir dönemdir. Bu süreç çeşitli şekillerde bireyselleşme, bağımsızlık, özerklik ve tarafsızlık olarak anılmıştır (Çimen, 2017). Psikanalitik teorisyenler, bir kimlik duygusunun sağlıklı gelişimi için özerkliğin ve ebeveynlerden kopmanın gerekli olduğunu ileri sürmüşlerdir (Demir ve Karabacak, 2017). Aksine, gelişimciler, sağlıklı özerkliğin ebeveynlerle devam eden olumlu ilişkiler bağlamında ortaya çıktığını öne sürmüşlerdir. Başka bir deyişle çocuklar kendilerini ailelerinden uzaklaştırmak zorunda kalmadan özgüven geliştirebilirler (Erçevik, 2014).

Ayrıca, ergenlik döneminde bağımsız olma sürecinin hem olumlu hem de olumsuz sonuçları olabilir. Bir yandan, ergenlik daha fazla özgüven, özdenetim ve karar verme

becerileri geliştirme zamanıdır. Tersine, ebeveynlerden ayrılma, önemli bir bakım, rehberlik ve destek kaynağının kaybını temsil edebilir. Bireyleşmenin bu iki yönü de bir ergenin uyumunu etkileyebilir. Özerklik, ebeveynlerden fiziksel, maddi ve duygusal olarak ayrılmayı içerebilir (Çok, Deniz ve Duyan, 2013). Özellikle duygusal özerklik yapısı, ergenlerin ebeveynlere daha az olgunlaşmış bağımlılıklarından vazgeçtikleri gelişimsel olarak uyumlu bir süreç olarak kavramsallaştırılmıştır (Aydın, 2015).

#### 2.2.7. Duygusal Özerklik ile İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar

Duygusal özerklik ile ilgili literatürde geçmişten günümüze uluslararası çok sayıda araştırma yapılmış olsa da ülkemizde daha az sayıda araştırmaya rastlandığı söylenebilir. Ülkemizde yapılmış ergenlerin duygusal özerklik üzerine ilk çalışma olarak kabul edilen araştırma, Deniz (2010) tarafından ergenlerin sır saklama özelliklerinin duygusal özerklik ve gelişimsel değişkenler açısından incelenmesini konu almaktadır. Sonuç olarak sır saklama davranışının, duygusal özerkliğin alt boyutu olan bireyleşme seviyesini düşürdüğü izlenmiştir.

Fuhrman ve Holmbeck (1995) Steinberg ve Silverberg tarafından geliştirilen Ergenlerde duygusal özerkliği ölçen ölçeğin tam olarak neyi ölçtüğünü sorgulamıştır. Ryan ve Lynch (1989), sağlıklı bağımsızlığı değerlendirmek yerine, ergenlerde duygusal özerkliği ölçen bu aracın gerçekten aileden uyumsuz bir ayrılma biçimini ölçtüğünü savunmuştur. Ayrıca bu araştırmacılar ergenlerde duygusal özerklik ölçeğinin ebeveynlere bağlanma kalitesi, aile uyumu ve ebeveyn kabulü ile negatif ilişkili olduğunu bulmuşlardır ve bu ölçeğin "en anlamlı şekilde duygusal ayrılma olarak yorumlandığı" ve "gelişimsel olarak uygun bağlanma kaybını" yansıttığı sonucuna varmışlardır.

Lamborn ve Steinberg (1993), duygusal özerkliği yüksek, ancak ebeveyn desteği düşük ergenlerin uyum sağlamada daha sorunlu olduğunu bulmuşlardır. Duygusal özerkliğin "ilişkisel bir yapı" olduğu ve "duygusal özerkliğin ölçüsünün ebeveyn-ergen ilişkisinin diğer yönleri bağlamında değerlendirilmesi gerektiği" sonucuna varmışlardır.

Esen Çoban (2013), ergen bireylerde duygusal özerkliğinin, çeşitli değişkenlerle ilişkisini inceleyen araştırması sonucunda duygusal özerkliğin yaşa, cinsiyet ve parçalanmış aile durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Yektaş (2013), depresyon teşhisi bulunan kız ergenler ile yaptığı çalışmasının sonucu olarak duygusal özerklik düzeyinin depresyon sorunu olan kız ergenlerde daha yüksek olduğu bulgusuna

erişmiştir. Erçevik (2014)'in araştırmasında ergenlerin duygusal özerklikleri ve sosyal destekleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma neticesine göre ergenlerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile duygusal özerklikleri arasında pozitif anlamlı ilişki görülmüştür. Demografik değişkenlerden ergen bireylerin okula devamlılığı, başarı seviyeleri, disiplin cezası alma durumlarına göre de duygusal özerklik düzeylerinde anlamlı farklılık gözlemlendiği belirtilmiştir. Aydın (2015)'in araştırmasında sportif etkinliğe katılmanın duygusal özerklik anlamında fark yaratmadığı tespit etmiştir. Demir ve Karabacak (2017) yaptıkları Erzurum ilinden örneklem grubunun alındığı çalışmalarında duygusal özerkliği demografik değişkenler açısından incelemişlerdir. Sonuç olarak ergenlerin duygusal özerklik düzeylerinin cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaştığı bulgusuna erişilmiştir. Youniss ve Smellers (1985), geç ergenlik dönemindeki ergenlerin ebeveynlerini idealleştirmekten vazgeçselerde ebeveyni bir birey olarak görme alt boyutunda olumlu netice alınmamıştır (aktaran Esen-Çoban, 2013).

Yurtdışında yapılan çalışmalar Steinberg ve Silverberg (1986) tarafından yapılan ergenlerin duygusal özerklik, akran baskısına direnme ve özgüven arasındaki ilişki ele aldığı çalışma ile ivmelenmiştir. Bu araştırma neticesinde yaş değişkenine göre anlamlı fark bulunmakla birlikte ekonomik gelir düzeyi değişkenine ve cinsiyet değişkenine göre anlamlı fark bulunmamıştır. Ebeveyni bir birey olarak görme alt boyutunda, demografik değişkenlere göre fark görülmemiştir. Ergenlerde akran baskısına direnme ve özgüven hissi ile duygusal özerklik düzeyleri arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur.

Devam eden yıllarda duygusal özerklik konusu Ryan ve Lynch (1989) Steinberg ve Silverberg (1986)' in duygusal özerklik kavramının aileden olumsuz ayrışma alt boyutu ile ilişkilendirmiş ve duygusal özerkliğin sağlıklı gelişimi için ailevi boyutta desteğin gerekli olduğu belirtmişlerdir. Bu çalışmanın ardından Lamborn ve Steinberg (1993), ebeveynlerin sağladığı destek ile duygusal özerklik arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Sonuç olarak ailevi desteği olan alan ergenlerin duygusal özerklik düzeyi daha yüksek olarak tespit edilmiştir.

Chen (1994), duygusal özerklik ve cinsiyet değişkeni üzerinde yaptığı çalışmada diğer araştırmalarla benzer sonuçlar elde etmiştir. Cinsiyet değişkenine göre kız ergenler lehine farklılaştığı sonucuna alınmıştır. Ebeveynin eğitim düzeyi alt başlığı ile duygusal özerklik



arasında idealleştirmeme ve bağımsızlık alt boyutlarının eğitim düzeyi arttıkça yükseldiği bulguna erişilmiştir (Esen-Çoban, 2013). Fuhrman ve Holmbeck (1995), ergenler, anneleri ve öğretmenleri ile çalışmıştır. Duygusal özerklik düzeyi düşük ergenlerin anneleri ile ilişkisi olumlu ile ergende pozitif uyum gözlemlenmektedir. Ergenin aile ortamında yüksek stresli ilişki örüntüsü bulunuyorsa duygusal özerkliğin ergen uyumuyla pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. McBride-Chang ve Chang (1998) duygusal özerkliğin yaş ve cinsiyet değişkenleriyle ilişkisini araştırdığı çalışmasında önceki çalışmalardan farklı bulgular elde etmiştir. Ek olarak otoriter ebeveyn tutumu ile duygusal özerklik arasında ilişki bulunduğu belirlenmiştir.

Ergenin algıladığı ebeveyn stilinin psikolojik uyumla ilgisini inceleyen çalışmasında amacıyla Beyers ve Goosens (1999) cinsiyet, yaş ve akademik başarı değişkenlerinin duygusal özerklik ile ilişkisi literatüre uygun olarak benzer sonuçlanmıştır. Sağlıklı olmayan psikososyal uyum duygusal özerklik anlamında risk olarak görülürken özgüven duygusu duygusal özerkliği desteklemiştir. Duygusal özerklik ile davranışsal özerklik arasındaki ilişki incelendiğinde kız ergenlerde daha düşük bulunmuştur.

Garber ve Little (2001) tarafından gerçekleştirilen araştırmada bir yıl arayla değerlendirme yapılarak annenin depresyonunun duygusal özerliğe etkisi araştırılmıştır. Annenin depresyonunun duygusal özerlikle ergen uyumu arasında aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Tung ve Dhillion (2006)'un çalışmasında duygusal olarak kız ergenlerin ailelerine daha bağlı olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Tulviste (2011) evde yaşayan bireylerin duygusal özerklik düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yetiştirme kurumunda yaşamayan ergenlerin duygusal özerkliği olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Golonka (2013)'ın çalışmasındaki bulgulara göre ebeveynlik tutumları duygusal özerkliğin etkilemektedir. Allen, Hauser, Bell ve O'Connor (1994) depresif bir ebeveyne sahip bir ailede büyüyen ergenlerin, ebeveyn psikopatolojisine maruz kalmayanlardan farklı olarak, normatif gelişimsel bireyselleşme ve özerklik görevini deneyimleyebileceklerini, başka bir deyişle duygusal özerkliğin uyum üzerinde farklı bir anlam ve etkiye sahip olabileceğini vurgulamışlardır. Bu araştırmada depresif bir ebeveyne karşı depresif olmayan bir ebeveyninden ayrılan ergenlerle ilgili öneriler sunulmaktadır. Bu nedenle, annede depresyon öyküsünün ergen özerkliği ile uyum arasındaki ilişkiyi düzenleyip düzenlemediği konusunda ilgili sonuçlar verilmiştir.

## 2.4.PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK

‘‘Psikolojik Sağlamlık’’ kavramı esneklik kelimesi ile bağdaştırılan bir tanıma sahiptir. Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlık kavramının tanımı üzerine netleşmiş bir tanım bulunmamaktadır. Pozitif Psikoloji gittikçe bilinirliği artan bir kavram olmakla beraber bu kapsamda bir kuram bulunmamaktadır (Kararımak, 2006).

Psikolojik sağlığın tanımı, kavram ve karmaşıklık açısından zaman içinde farklılık göstermiştir. Bir iş sahibi olma, bir aile sahibi olma, hukukla ilgili sorunlardan uzak durma ve zevk için olağan fırsatlardan yararlanma yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Loukas, 2009).

Psikolojik sağlamlık kavramı karmaşık olan altı yaklaşıma dayandırılmaktadır: (1). Kendini nesneleştirmek için bilince erişebilirlik, kendini bildirme doğruluğu ve kabul etme, kişisel kimlik duygusu dahil olmak üzere benlik kavramı ve kendine yönelik tutumlar; (2). Kendini gerçekleştirme ve pozitif büyüme motivasyonu; (3). Fiziksel güçlerin dengelenmesi, hayata dair birleştirici bir bakış açısı ve strese dayanma ve kaygıya tahammül etme kapasitesi dahil olmak üzere kişiliğin bütünleşmesi; (4). Kişinin eylemleri için sabit bir standartlar seti ve sosyal ve fiziksel çevreden göreceli bağımsızlık kapasitesi dahil olmak üzere özerklik; (5). Doğruluk, çarpıtma ihtiyacından kurtulma ve diğer insanlara karşı doğru empati ile karakterize edilen gerçeklik algısı; (6). Sevme, çalışma, oynama, kişilerarası ilişkilerde bulunma, durumsal gereksinimleri karşılama, uyum sağlama, sorunları çözme becerisi de dahil olmak üzere adaptasyon ve çevresel ustalık (Derman, 2008; Santrock, 2012).

Psikolojik sağlık genellikle, özellikle toplum tarafından kabul edilen sağlıklı insan ilişkileri standartlarından türetilen yerleşik ve beklenen normların ışığında, psikolojik iyiliğe sahip olma veya yeterli uyuma sahip olma durumunu ifade eder. Psikolojik sağlık bir dizi farklı ancak birbirleriyle ilişkili alandaki (kişinin maneviyatı, fiziksel aktivite, entelektüel yaşam, kişisel ilişkiler, mesleki çabalar, beslenme alışkanlıkları, uyku düzeni genel tıbbi sağlık gibi) deneyimlere dayanır ve bireyin kendisi tarafından korunur (Levesque, 2018).

Fletcher ve Scott, (2010) psikolojik sağlamlık ile performans ilişkisini araştırdıkları çalışmalarında olimpiyat şampiyonları ile görüşmeler yapmışlar, çok çeşitli stresörlerle karşılaşan sporcuların dayanıklılık-stres ilişkisini destekleyen beş ana psikolojik

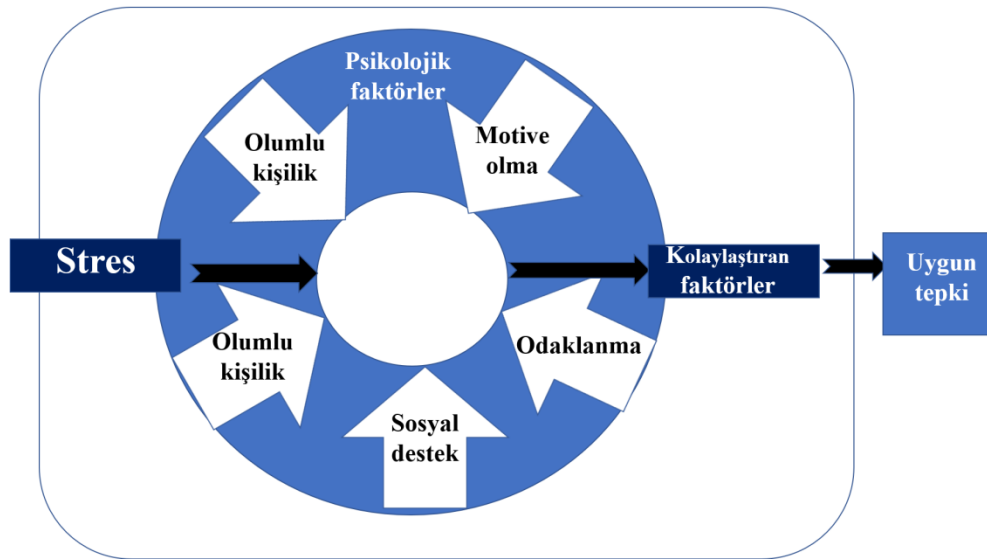
koruyucu faktöre (iyimserlik, motivasyon, güven, odaklanma ve algılanan sosyal destek) sahip olduklarını belirtmişlerdir. Bu model şekil 1’de özetlenmiştir.



### Psikolojik sağlamlığı destekleyen özellikler

Gianesini (2011) psikolojik sağlamlık kavramını dayanıklılık, sıkıntı, travma, trajedi, tehditler, aile ve ilişki sorunları, ciddi sağlık sorunları veya işyeri ile finansal stres faktörleri gibi önemli stres kaynakları karşısında iyi uyum sağlama süreci olarak tanımlamaktadır ve zor deneyimlerden geri sıçramak anlamına geldiğini belirtmektedir.

Fiziksel performans ve psikolojik sağlamlık konusunda dayanıklılık, kriz çözme, üst düzey atletik beceriler geliştirme konularında araştırmalarını derinleştiren Fletcher ve Hanton (2003), psikolojik sağlamlık ile ilişkili model geliştirmişlerdir.



### Psikolojik sağlamlık modeli

Bireylerin erken yaşlardan itibaren küçük zorlukların üstesinden gelmeleri, daha sonraki zorluklara karşı dayanıklılık geliştirmeleri için önemlidir. Stres oluşturan durumlara bireylerin verdikleri tepkiler farklıdır. Bir krizle zihinsel veya duygusal olarak başa çıkabilme veya kriz öncesi duruma hızla dönebilme yeteneği olan psikolojik dayanıklılık; bireyin "kendini stres faktörlerinin potansiyel olumsuz etkilerinden korumak için zihinsel süreçleri ve davranışlarını" kullandığında ortaya çıkan bir tepkidir (Gizir, 2007). Fletcher ve Hanton (2003) modeline göre psikolojik dayanıklılık, krizler/kaoslar sırasında sakin kalmayı ve olaydan uzun vadeli olumsuz sonuçlar olmadan uzaklaşmayı sağlayan psikolojik ve davranışsal yetenekler geliştiren insanlarda bulunmaktadır.

#### 2.2.8. Kuramsal Yaklaşımlara Göre Psikolojik Sağlık Kavramı

Psikolojik sağlık bireyin üzerinde stres ve anksiyete yaratan bir durum karşısında bireyin gelişmesini sağlayan ve bu sorun ile başa çıkma becerisi göstermesinin bir ölçüsüdür. Psikolojik destek olarak özellikle depresyon ve kaygı reaksiyonlarında iyileşme sürecinde önemli olmaktadır. Stres ile başa çıkma konusunda etkili olmaktadır (Connor & Davidson, 2003).

Bonnono'ya (2004) göre ergenler çocukluk çağında maruz kalmış oldukları stres yüklü birçok deneyimin yanında olumlu deneyimlerle de yaşama devam etmektedir. Yaşanan zorlu deneyimler küçük ve geçici aksamalara neden olsa da fiziksel ve psikolojik işlevlerini sağlıklı bir şekilde sürdürmesi, olumsuz duygular geliştirmemesi şeklinde psikolojik sağlamlığı tanımlamıştır.

Masten, Best Garmezy'e (1990) göre psikolojik sağlamlık, yaşamdaki zorluklar ya da tehdit eden durumlara karşın ergenin süreçten başarı ile çıkması durumunu ifade eder. Psikolojik sağlamlığın etkisinden; yüksek riskli gruplarda başarılı sonuç sağlayan değişkenler olması rolüyle, risk faktörlerinin etkisini negatif ya da pozitif yönde değiştiren moderatörler olmasıyla ve travma sonrası iyileşme sağlayan özelliği ile kategorize ederek bahsetmektedirler.

Literatürde geçen tanımlardan anlaşılacağı üzere psikolojik sağlamlık ile ilgili birçok tanım benzerlik göstermektedir. Ancak evrensel bir tanımlaması bulunmamaktadır. Gürkan'ın (2006) yaptığı çalışmada psikolojik sağlamlık kavramının ortak görülen özellikleri bulunmaktadır. Doğuştan var olan bir özellik değildir. Belirli kişilere özgü değildir, psikolojik sağlamlık geliştirilebilir. Birey için dinamik bir gelişim sürecini

tanımlar. Zorlayıcı yaşam olayları ya da risklerle baş etme ve uyum gösterecek geliştirme süreçlerini ifade eder. Bireyin yaşadığı zorlu sürecin sonunda uyum göstererek yaşamının değişik alanlarında başarılar kazanarak gelebilmesi gerekir. Koruyucu faktörler, bireylerde psikolojik sağlamlığın oluşmasına yardımcı olur. Geliştirilebilir ve arttırılabilir olduğu görülmüştür.

Psikolojik sağlamlık ile ilgili risk faktörleri arasında; fakirlik, aile birlikteliğinin zarar görmesi, aile bireylerinin psikolojik ya da fiziksel rahatsızlıkları, genetik bozukluk, istismar, toplumsal negatif olaylar ya da afetler bulunmaktadır (Kararımak, 2006).

Psikolojik sağlamlığa etki eden bireysel, ailevi ve çevresel kaynaklı risk ve koruyucu faktörler vardır. Bireysel risk faktörleri; doğum öncesi madde ya da ilaç kullanımı, erken doğum, erken yaşta yaşanan gebelik, geçimsiz ya da utangaç bir kişiliğe sahip olma, psikolojik veya kronik hastalığın olması, düşük zeka düzeyi, bireyin madde kullanıyor olması, akademik başarısızlıklar ve toplumsal olaylardan etkilenmektir. Bireysel koruyucu faktörler; hayatının akışını kontrol edebilme becerisi, akademik yeterlilikten olumlu motivasyon sağlama, benlik saygısı, olumlu ve iyimser gelecek beklentisi, yüksek bilişsel düzey ve empati, mizah duygusuna ve sorumluluk duygusuna sahip olmak yardımsever kişiliktir (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009).

Fouladchang, Kohgard ve Salah (2010) tarafından yapılan çalışmanın katılımcılarını rastgele küme örnekleme ile seçilen 349'u kız ve 321'i erkek olan 670 öğrenci oluşturmuştur. Depresyon, anksiyete, stres ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir negatif ilişki görülmüştür. Sonuçlar; kızların erkeklerden daha iyi yaşam doyumuna sahip olduğunu göstermiştir. Özel yetenekli olmayan ergenler, özel yetenekli öğrencilere göre daha yüksek yaşam doyumuna sahiptir. Öte yandan, kızların erkeklere göre kaygı ve stres indekslerinde daha yüksek puanlara sahip olduğu belirlenmiştir.

Öz ve Bahadır Yılmaz (2009) çalışmalarında ailesel risk faktörleri arasında kronik hastalık ya da madde kullanımı gibi durumlara ek olarak iki yaştan daha kısa süre ile çocuk sahibi olmak, dörtten fazla çocuk sahibi olmak ailede şiddet görme gibi faktörlerini göstermişlerdir. Ailesel koruyucu faktörler olarak da çocukları için olumlu gelecek beklentilerinin olması, olumlu aile ilişkisi, parçalanmamış aile yaşamı, yüksek eğitim seviyesine sahip olma gibi özellikleri içerir. Aynı çalışmada yer alan çevresel risk faktörleri; düşük sosyo-ekonomik düzey, fakirlik, barınma ve beslenme ihtiyaçlarını

bulamama, fiziksel ihmal ve istismar ve cinsel istismar uğrama, toplumsal şiddete maruz kalma, akran zorbalığı görmektir. Çevresel koruyucu faktörleri toplumdan olumlu destek almak, olumlu ilişkiler geliştirmek ve arkadaş desteği alabilmek, olumlu akademik imkanlara ve olumlu bir rol modele sahip olmak oluşturur.

#### 2.2.9. Psikolojik Sağlamlığın Ergenlik Dönemindeki Önemi

Ergenlik döneminde bilhassa orta ergenlik döneminde ortaya çıkan fiziksel değişimlerin ergenlerin benlik sürekliliğinde bozulma etkisi ortaya çıkarabileceği benlik saygısını etkileyebileceği, ancak bu tutarsızlığında istikrarlı bir hal alana dek benlik gelişimini desteklediği yapılan araştırmalarda ortaya konulmuştur (Akar, 2018).

Ergen birey, gelişimini ve iyi oluş halini negatif etkileyen aile içi şiddet, çatışma, boşanma, ihmal ve istismar gibi problemlere rağmen gelişimi sağlıklı yönde sürdürürse bireyin psikolojik yönden sağlam olduğu yorumu yapılabilir (Arslan, 2015).

Bu çıkarımın ergenin kimlik gelişimini etkileyeceği varsayılarak çok değerli olduğu açıktır. Ericson'un psikososyal kuramına göre ise bu dönem ergenlerin kimlik oluşturma sürecini "kimlik kazanmaya karşı kimlik karmaşası" şeklinde adlandırmıştır (Coşkun ve Özabacı, 2013).

Dönem içinde ergenin psikolojik sorunlar yaşama durumu ile davranış problemlerine yatkınlığının yüksek olduğu bilinmektedir. Yapılan araştırmalar psikolojik sağlamlığın okul bağlılığı, sosyal bağlılık, sosyal destek, arkadaş ve öğretmenin olumlu ilgisiyle desteklendiğini belirtir (Kararımak, 2006).

Erken ve geç ergenlikte gerçekçi hedef ve beklentileri olanlar psikolojik olarak sağlam bireylerdir (Gökçek, 2019).

Bunlarla birlikte yüksek düzeyde psikolojik sağlamlığı olan ergenler, olumsuz hayat olayları karşısında daha az oranda akademik başarı sorunu, depresyon sorunu yaşarlar ve antisosyal davranış gösterirler (Teall, Barrera, Barr, Silva, Greenberg, 2013).

Ergenler gelişim evrelerindeki en kritik dönemini yaşarken bazı ruhsal durumlarda daha hassaslardır çabuk incinirler. Kendisine dair olumsuzluk olmasa da bazı zamanlarda psikolojik olarak savunmasız hissedebilirler (Turgut ve Çapar, 2017).

Yetişkinlerle karşılaştırıldığında, ergenler daha az sosyal deneyime ve stresli olaylarla daha az başa çıkma stratejisine sahiptir. Ergenlik dönemde birey büyüme, olgunlaşma ve

gelişme için yeni fırsat ve yaşantılar kazanırken aynı zamanda akademik, sosyal ve kişisel uyumunu etkileyecek birtakım risk veya olumsuz yaşantılar ile karşılaşmaktadır (Akar, 2018).

#### 2.2.10. Psikolojik Sağlık ile İlgili Yapılan Bazı Araştırmalar

Kararırmak (2006), çalışmasında kavram olarak psikolojik sağlamlığın tanımını yapmıştır. Risk ve koruyucu faktörleri tanımlamış ilgili araştırmaların sonuçlarına yer vermiştir. Ülkemizdeki zorlu toplumsal, ekonomik ve çevresel koşulları değerlendirerek artan önemine vurgu yapmıştır. PDR hizmetlerin artırılarak geliştirilmesi, okul ve aile arasında iş birliğinin sağlanması önerilerini sunmuştur.

Önder ve Gülay (2008), yaptıkları çalışmada psikolojik sağlamlığı çeşitli değişkenler bakımından araştırmışlardır. Cinsiyet ve kendilik kavramının psikolojik sağlık düzeyi üzerinde etkisi olduğunu belirtmişlerdir. Erkek öğrencilerin kızlara göre daha düşük düzeyde olduğu saptanmıştır.

Öz ve Yılmaz (2009) tarafından yapılan derleme çalışmasında bu kavramın oluşmasına etki eden faktörleri incelediklerine tekrar yer vermek gereklidir.

Bahadır (2009) geç ergenlik evresindeki gençlerin psikolojik sağlık düzeyini araştırmış psikolojik sağlık düzeyinin cinsiyete, ebeveyn eğitim durumuna ve annenin hayatta olma durumuna göre anlamlı olarak değiştiği kaydedilmiştir. Çalışmanın diğer bulguları olarak babanın hayatta olması, kardeş sayısına, ailevi birliktelik, çekirdek ya da geniş aile yapısına göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Güloğlu ve Kararırmak (2010), yaptıkları çalışmada düşük benlik saygısına sahip bireylerin düşük düzeyde psikolojik sağlamlığa sahip olduğu bulgusunu sunmuştur.

Ergün (2016), çalışmasında, duygusal zeka ve kardeş sayısı alt boyutlarında psikolojik sağlamlık düzeyi üzerinde etkili olduğunu cinsiyet bakımında etkilememiştir.

Flores, Cicchetti ve Rogosch (2005) çalışmalarında, çocukluk çağında zorluk yaşamış bireyler ile yaşamamış olanları psikolojik sağlamlık bakımından karşılaştırmışlardır. Araştırma sonuçlarına göre istismara uğramış çocukların psikolojik sağlamlıklarının düşük olduğu belirtilmiştir.

Türkiye’de yürütülen çalışmalara bakıldığında; Aydın (2018) psikolojik sağlık ile çocukluk dönemi travmatik yaşantıları arasındaki ilişkiyi değerlendirdiği araştırmasında

duygusal ve fiziksel ihmal ve istismar ile cinsel istismara uğrayan bireyler için negatif sonuç bulgusu sunmuşlardır.

Savi Çakır (2018) da yürüttüğü araştırmasında benzer bir bulgu ile çocukluk döneminin travmatik etkilerinin sağlık gelişmesini negatif etkilediğini belirtmiştir. Aslan (2018) geç ergenlerle yürüttüğü çalışmada duygusal ihmal ve istismar düzeyleri ile psikolojik sağlık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki rapor etmiştir.

Öte yandan çocukluk evresinde yaşanan zorluklarla başa çıkabilmenin getirdiği güçlüğü göğüslemek, ilerleyen yaş dönemlerinde bireyi, davranış ve uyum problemlerini çözmeye olduğu gibi duygu düzenleme güçlüklerine de yatkın hale getirmektedir. Her bireyde aynı etkiyi yaratmadığı ancak bazı bireylerin psikolojik sağlık geliştirdikleri belirtilmektedir. Bu sonuçlar araştırmacıları istismar yaşantıları ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkide aracı değişkenlerin rolünü keşfetmeyi amaçlayan araştırmalar yapmaya yönlendirmektedir.

Masten (2001a) risk ve zorluklarla büyüyen bireylerde psikolojik dayanıklılık araştırmalarının üçüncü dalgası hakkında tanımlamalar yapmaktadır. Ayrıca psikolojik dayanıklılığı desteklemek için önleme ve müdahale stratejileri geliştirmek üzere stratejik hedefler sıralamaktadır.

Vella ve Pai (2019) gelecekteki araştırmalara ve teorileştirmeye bilgi sağlamak için dayanıklılık ve dayanıklılıkla ilgili fenomenlerin tanımlarının yanı sıra on yıllar boyunca dayanıklılık araştırmalarının odak noktasının tarihsel bir incelemesini sunmuşlardır. Bu çalışmada, araştırmacılara psikolojik sağlamlığın tanımları ve kavramsal ifadeleri vurgulanmış, psikolojik dayanıklılık yapısına ilişkin faktörler detaylı şekilde incelenmiştir. Ayrıca, dirençlilik konusundaki araştırmaların on yıllar boyunca ilerlediği ve geliştiğine vurgu yapılmakta ve bu alandaki araştırmaların tamamlanmadığı, psikolojik dayanıklılığın karmaşık olduğu, farklı popülasyonlarda veya benzer zorluklar yaşayan bireylerde dayanıklılığın farklı şekilde değerlendirilmesi gerektiği belirtilmektedir.



### 3. YÖNTEM

Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesini ve aynı zamanda bu temel özellikleri bazı demografik değişkenlerin etkileme durumunun değerlendirildiği araştırmada; bu bölümde araştırmanın türü, evren ve örneklem, verilerin toplanması, verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmektedir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, 14-17 yaş arasındaki ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkileri belirlemeye yöneliktir. Venicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Tarama modelleri araştırılan konu ile ilgili mevcut durumu olduğu gibi araştırıp istatistik analizleri aracılığı ile değerlendiren araştırma modelidir (Alexandrov & Alexandrov, 2015). Konunun değerlendirilmesi için büyük örneklem boyutunun daha iyi sonuçlar oluşturacağı göz önünde bulundurulduğunda nicel araştırma tercih edilmektedir. İlişkisel araştırmalar, iki veya daha fazla belirsiz değişken arasında bir ilişkinin olup olmadığını ve ne dereceye kadar var olduğunu belirlemek için yapılmaktadır. Araştırılan konuda sebep-sonuç ilişkisi kurulmamakta ancak ele alınan konular arasında ilişki ya da farklılık olup olmadığı detaylı olarak analiz edilmektedir (Kubas & Stofkova, 2017). Karşılaştırmalı ilişkisel araştırmalarda en az iki değişken bulunmaktadır. Bunlar arasından bağımsız değişkene göre gruplar oluşturularak bağımlı değişkene göre aralarında fark olup olmadığına bakılmaktadır (Karasar, 2016).

Bu araştırmanın bağımlı değişkeni 14-17 yaş arasındaki ergenlerin gelecek ile ilgili beklentileri, duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlık düzeyleridir. Bağımsız değişkenleri ise; cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, yaşadığı yurt ya da aile ortamı, aile yapısı, ailenin gelir düzeyi, anne ve babanın eğitim durumları ile çalışma durumları, ailede birlikte yaşanan bireyler, aile bireylerinin birbirleriyle kavga etme durumu, çocukluk döneminde yaşanan travmatik bir durumun olup olmadığıdır.

### 3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın genel evreni 14-17 yaş arasında özel gereksinimi olmayıp tipik gelişim özellikleri gösteren ergenlerdir. Araştırmanın örnekleme 2022-2023 eğitim-öğretim dönemi içinde Konyave Ankara'daki liselerde öğrenim gören ergenlerdir. Bu bağlamda araştırmanın çalışma grubunun seçiminde amaçlı örnekleme yöntemlerinden 'benzeşik homojen' örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ayrıca, çalışma grubunu oluşturan 14-17 yaş ergenlerin belirlenmesinde gönüllülük esası dikkate alınmıştır. Amaçlı örnekleme örnekleme; ulaşım, katılımcılarla etkileşim gibi özellikler açısından kolay ulaşılabilen,dahil edilme kriterlerini karşılayan (Güriş ve Astar, 2015) ve araştırma olanaklarında kolaylık sağlanan bir ortamdaki çalışma grubunun seçimine dayanmaktadır (Etikan, Musa & Alkassim, 2016). Çalışma grubundakilerin özellikleri Tablo 1'de özetlenmiştir.

Tablo 1'de Çalışma grubundakilerin demografik değişkenleri

#### Çalışma Grubunun Demografik Değişkenleri

Değişkenler	n	%	
Cinsiyet	Kız	272	73.1
	Erkek	100	26.9
Yaş	14	35	9.4
	15	85	22.8
	16	108	29.0
	17	144	38.7
Sınıf	9	105	28.2
	10	62	16.7
	11	107	28.8
	12	98	26.3
Okul Türü	Anadolu Lisesi	72	19.4
	Meslek Lisesi	191	51.3
	Özel Lise	109	29.3
Aile Yapısı	Çekirdek Aile	302	81.2
	Geniş Aile	56	15.1
	Tek Ebeveynli Aile	14	3.8
Gelir Düzeyi	Düşük	30	8.1

	Orta	283	76.1
	Yüksek	59	15.9
Anne Eğitim	İlköğretim	13	3.5
	Lise	168	45.2
	Üniversite	191	51.3
Baba Eğitim	İlköğretim	3	.8
	Lise	125	33.6
	Üniversite	244	65.6
Aile durumu	Anne Baba Birlikte	332	89.2
	Anne baba Ayrı	33	8.9
	Anne veya Baba Vefat	7	1.9
Çocukluk Döneminde Travma Deneyimi	Yok	247	66.4
	Var	125	33.6
Ebeveynler Arası Kavga Sıklığı	Hiç / Nadiren	166	44.6
	Ara sıra	151	40.6
	Sık / Çok sık	55	14.8

Bu çalışmanın örneklemini yaşları 14 ile 17 arasında değişen 272'si (%73,1) kız ve 100'ü (%26,9) olmak üzere 372 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Öğrencilerin 72'si (% 19.4) Anadolu / Fen Lisesi, 191'i (% 51.3) meslek lisesi ve 109'u (% 29.3) ise özel lisede eğitim görmektedir. Katılımcıların 302'si (%81.2) çekirdek aile, 56'sı (% 15.1) geniş aile içinde yaşamaktadır. 14 (%3.8) katılımcı ise tek ebeveynli aile içerisinde yaşamaktadır. Katılımcıların büyük çoğunluğu (%76.1, n = 283) ailelerini orta gelir düzeyinde değerlendirmektedir. Ebeveynlerin eğitim düzeyleri incelendiğinde, hem annelerin (%51.3, n = 191) hem de babaların (% 65.6, n= 244) çoğunlukla üniversite mezunu oldukları görülmektedir. 332 (%89.2) katılımcının anne-babası birlikte, 33 (%8.9) katılımcının anne babası ayrıdır ve 7 (% 1.9) katılımcının ise anne veya babası vefat etmiştir. 247 katılımcı (%66.4) çocukluk döneminde bir travma yaşamadığını iletirken 125 (% 33.6) katılımcı ise daha önce travmatik bir yaşantı deneyimlediğini belirtmiştir. Katılımcılara anne babalarının ne sıklıkla kavga ettiği sorulduğunda, 166 (%44.6) katılımcı hiç/nadiren yanıtını verirken 151(% 40.6) katılımcı ara sıra, 55 (%14.8) katılımcı ise sık / çok sık yanıtını vermiştir.

### **3.3. Araştırmanın Verilerinin Toplanması**

Veri toplama araçlarının uygulanması için benzer sosyoekonomik şartların oluşturulması amacıyla yetkililerle sözel görüşmeler yapılarak çalışmanın Konya ve Ankara'daki Anadolu ve Fen Liseleri, Meslek Liseleri ve Özel Liselerde uygulanması uygun bulunmuştur. Veri toplanması sürecinde, 2022-2023 eğitim-öğretim yılı içinde hedeflenen gruba veri toplama araçlarının uygulanabilmesi için kurumlardaki rehber öğretmenler ve okul yöneticileri ile iletişime geçilmiş, veri toplama araçlarına ilişkin detaylı bilgi verilmiştir. Çalışma grubundaki ergenler 18 yaşından küçük olduğundan google form aracılığı ile iletilen anket formlarında anket hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Bu formda çalışmanın nasıl yapıldığı anlatılarak, katılımcılara ait bilgilerin paylaşımı konusunda gizlilik ilkesi hakkında bilgi verilmiştir. Katılan ergenler kendi rızaları ile erişime açık anket formu olarak erişilebilir durumda olan formu kimlik bilgisi iletmeden doldurmuşlardır. Her sorunun doldurulması için boş bırakılan sorudan diğerine erişim sağlama ve anketi tamamlama imkânı kaldırılmıştır. Böylece anket formunu kendi isteği ile dolduran öğrenciler eksiksiz her soruya cevap vererek tamamlamışlardır. Veriler Konya ve Ankara'da liselerde öğrenim gören 14-17 yaş aralığındaki ergenlerin öğretmenleri ve okul yöneticilerinin uygun gördükleri sosyal paylaşım platformunda anketin erişime sunulması ve gönüllü ergenlerin katılımı ile toplanmıştır. Her bir veri toplama aracının uygulanma süresi yaklaşık 8-10 dakika arasındadır. Veri toplama araçları uygulanmadan önce bilgilendirilme metninde, ergenlerin cevaplarının gizli tutulacağı, kişisel bir değerlendirme yapılmayacağı ve sadece bu araştırma kapsamında kullanılacağı belirtilerek, içten ve dürüst bir şekilde cevaplar vermeleri istenmiştir.

### **3.4. Veri Toplama Araçları**

Bu araştırma kapsamında çalışma grubunun demografik değişkenlerinin belirlenmesi amacıyla Kişisel Bilgi Formu; çalışma grubundakilerin gelecek ile ilgili beklentilerine yönelik veri elde etmek amacıyla Ergen Gelecek Beklentileri Ölçeği, ergenlerin anne babalarından bağımsız olarak yaptıkları davranış kalıplarının belirlenmesi amacıyla Duygusal Özerklik Ölçeği ve zorlayıcı olaylara verdikleri tepki ve başatme davranışlarının belirlenmesi amacıyla Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği kullanılarak veriler elde edilmiştir.

**Kişisel Bilgi Formu;** çalışma grubundakilerin cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, yaşadığı yurt ya da aile ortamı, aile yapısı, ailenin gelir düzeyi, anne ve babanın eğitim durumları ile çalışma durumları, ailede birlikte yaşanan bireyler, aile bireylerinin birbirleriyle kavga etme durumu, çocukluk döneminde yaşanan travmatik bir durumun olup olmadığı gibi bilgilerin elde edildiği araştırmacı tarafından oluşturulan formdur.

**Ergen Gelecek Beklentileri Ölçeği:** Ölçek, Oettingen ve McWhirter (2008) tarafından geliştirilmiş, daha sonra Tuncer (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek, gençlerin geleceğe yönelik beklentilerini içeren 'Hedeflediğim eğitim düzeyine ulaşacağım', 'Geçimimi her zaman sağlayacağım' gibi ifadelerle benzeyen toplamda 25 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. Ölçekte "iş ve eğitim", "evlilik ve aile", "din ve toplum" ile "sağlık ve yaşam" alt boyutları olmak üzere toplamda dört farklı alt boyut bulunmaktadır. Ölçek "Kesinlikle inanmıyorum" ile "Kesinlikle inanıyorum" arasında değişen 7'li likert tipinde bir ölçme aracıdır. Ölçeklerden alınan yüksek puan, geleceğe yönelik beklentinin yüksek olduğunu göstermektedir (Tuncer, 2011).

**Duygusal Özerklik Envanteri:** Ölçek Steinberg ve Silverberg (1986) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkiye'deki uyarlama çalışmaları Arkun Tatar, Tezan Bildik, Çiğdem Yektaş, Fırat Hamidi, H. Ercan Özmen tarafından 2016'da yapılmıştır. Ölçekte toplamda 20 madde bulunmaktadır. Ölçekte "bireyleşme", "ebeveyne bağımlı olmama", "ebeveyni idealleştirme" ve "ebeveynin bir insan olarak algılanması" şeklinde dört alt boyut bulunmaktadır. "Tamamıyla Katılıyorum" (4) ile "Hiç Katılmıyorum" (1) arasında dördümlü Likert tipi cevap seçeneği içeren dokuz maddesi düz (3, 5, 7, 8, 10, 14, 16, 17 ve 19), on bir maddesi ters (1, 2, 4, 6, 9, 11, 12, 13, 15, 18 ve 20) puanlanır. Ölçekteki bireyleşme alt boyutu 7, 9, 14, 17, 19 numaralı sorularla; ebeveyne bağımlı olmama alt boyutu 2, 5, 6, 13 numaralı sorularla ölçülmektedir. Ebeveyni idealleştirme alt boyutu 1, 4, 11, 15, 18 numaralı sorularla ve ebeveynin bir insan olarak algılanması alt boyutu da 3, 8, 10, 12, 16, 20 numaralı sorularla ölçülmektedir. Çalışmada önce Duygusal Özerklik Ölçeği'nin ölçek bütünü ve alt boyutları için klasik test kuramına göre Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Temel uygulamada alt boyut iç tutarlılık katsayıları 0,54 ile 0,71 arasında, ölçek bütünü için iç tutarlılık katsayısı 0,78; test-tekrar test uygulamasında ikinci uygulamada alt boyut iç tutarlılık katsayıları 0,54 ile 0,65 arasında, ölçek bütünü için iç tutarlılık katsayısı 0,74 olarak gerçekleşmiştir. Dilsel geçerlik çalışmasının verisinde Türkçe formun alt boyut iç tutarlılık katsayıları 0,58 ile 0,71

arasında, ölçek bütünü için iç tutarlılık katsayısı 0,81 olarak belirlenmiştir. İngilizce formun alt boyut iç tutarlık katsayıları 0,51 ile 0,66 arasında, ölçek bütünü için iç tutarlılık katsayısı da 0,77 olarak tespit edilmiştir.

**Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği;** Ölçek bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ölçmek üzere Doğan (2015) tarafından geliştirilmiştir. Tek faktörlü olan ve 6 sorudan oluşan ölçeğin açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri bu sonucu doğrulamıştır. Ölçeğe ilişkin iç tutarlık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Ölçeğin temsil gücünü belirleyebilmek amacıyla yapılan madde analizi sonucunda, düzeltilmiş madde toplam korelasyonu değerlerinin .49 ile .66 arasında değiştiği ve ergenlerde ölçeğin kullanılabilmesi belirlenmiştir. 5'li Likert tarzında bir ölçektir. "Hiç uygun değil" (1), "Uygun Değil" (2), "Biraz Uygun" (3), "Uygun" (4), "Tamamen Uygun" (5) şeklinde bir cevaplama anahtarına sahiptir. Ölçekte 2, 4, ve 6. maddeler tersten kodlanmaktadır. Tersten kodlanan maddeler çevrildikten sonra alınan yüksek puanlar yüksek düzeyde psikolojik sağlamlığa işaret etmektedir.

### **3.5. Verilerin Değerlendirilmesi**

Elde edilen verilerin istatistiksel analizi SPSS 25.0 (IBM Corp. Released 2017. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 25.0. Armonik NY:IBM Corp.) programı aracılığı ile yapılmıştır. Öncelikle verilerin normal dağılıma uygunluğu test edilmiş ve sonrasında tüm veriler için betimleyici istatistikleri yapılmıştır. Verilerin frekans, ortalama, standart sapma değerleri ayrı tablolar halinde düzenlenmiştir. Sürekli değişkenler için en yüksek değerler, en düşük değerler, ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanırken kategorik değişkenler içinse sayı ve yüzde değerleri hesaplanmıştır. Verinin normallik sayıtlısını karşılayıp karşılamadığını test etmek için çarpıklık ve basıklık değerleri, histogramlar ve Q-Q plot değerleri incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar veri setinin normal dağılım sayıtlısını karşıladığını göstermektedir. Gruplar arası karşılaştırmalarda iki grubun olduğu karşılaştırmalarda, bağımsız gruplar için t testi, üç ve daha fazla grubun olduğu karşılaştırmalarda ise tek yönlü ANOVA (analiz sonucu anlamlı olduğu durumlarda Tukey çoklu karşılaştırma analizi) ve Kruskal Wallis H (analiz sonucunun anlamlı olduğu durumlarda Mann-Whitney U) analizleri kullanılmıştır. Bütün analiz sonuçları için anlamlılık düzeyi  $p < .05$  olarak belirlenmiştir.

#### 4.BULGULAR

Bu bölümde tipik gelişim gösteren 14-17 yaş arasındaki ergenlerin “Ergen Gelecek Beklentileri Ölçeği”, “Duygusal Özerklik Envanteri ve “Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeğinden” aldıkları puanlarının düzeylerinin bazı değişkenler (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, yaşadığı yurt ya da aile ortamı, aile yapısı, ailenin gelir düzeyi, anne ve babanın eğitim durumları ile çalışma durumları, ailede birlikte yaşanan bireyler, aile bireylerinin birbirleriyle kavga etme durumu, çocukluk döneminde yaşanan travmatik bir durumun olup olmadığı) açısından analiz edilen bulgular ve ölçeklerden alınan puanların arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla toplanan bulgular tablolar halinde sunulmuştur.

Psikolojik sağlık, duygusal özerklik ve ergenlerin gelecek beklentileri ölçekleri ve alt boyutlarına ilişkin en düşük ve en yüksek değerler, ortalama ve standart sapma değerleri, çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 2’de sunulmuştur. Tablo 2’den de takip edilebileceği gibi en düşük ve en yüksek değerler değerler normal sınırlar içerisindedir. Ayrıca çarpıklık ve basıklık değerleri de  $\pm 1.5$  aralığındadır.

**Tablo 2.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarına İlişkin Değerler (n = 372)

Değişkenler	En Düşük	En Yüksek	Ort.	S	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik Sağlık	6.00	30.00	17.80	4.92	.114	.248
Bireyleşme	5.00	20.00	13.77	2.80	-.194	-.072
Ebeveyne Bağımlı Olmama	4.00	16.00	10.10	2.43	.097	-.416
Ebeveyni İdealleştirme	5.00	20.00	11.26	3.63	.376	.673
Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	6.00	24.00	15.01	3.23	.328	1.284
Duygusal Özerklik	20.00	80.00	50.14	8.91	.840	-1.287
İs ve Eğitim	11.00	77.00	50.62	21.09	-.375	-1.262
Evlilik ve Aile	7.00	49.00	27.77	12.62	-.151	-1.037
Din ve Toplum	3.00	21.00	10.77	5.47	.300	-1.337
Sağlık ve Yasam	4.00	28.00	16.78	7.58	-.167	-1.221
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	26.00	175.00	105.94	40.99	-.338	.248

Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi bağımsız gruplar için *t* testi analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar erkeklerin psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir ( $t(370) = -5.833, p < .001$ ). Aksine ebeveyne bağımlı olmama ve din ve toplum alt boyutlarının ortalamalarının kızlarda anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir sırasıyla,  $t(370) = 2.162, p < .001$ ;  $t(370) = 2.086, p < .001$ ). Bulgular Tablo 3'te sunulmuştur.

**Tablo 3.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Cinsiyete göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	n	Ort.	S	<i>t</i>	<i>p</i>																																																																																																											
Psikolojik Sağlık	Kız	272	16.93	4.61	<b>-5.833</b>	<b>.000</b>																																																																																																											
	Erkek	100	20.15	4.99			Bireyleşme	Kız	272	13.70	2.78	-.818	.414	Erkek	100	13.97	2.85	Ebeveyne Bağımlı Olmama	Kız	272	10.26	2.39	<b>2.162</b>	<b>.031</b>	Erkek	100	9.65	2.48	Ebeveyni İdealleştirme	Kız	272	11.42	3.60	1.399	.163	Erkek	100	10.83	3.69	Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	Kız	272	15.01	3.10	.056	.956	Erkek	100	14.99	3.56	Duygusal Özerklik	Kız	272	50.40	8.54	.918	.359	Erkek	100	49.44	9.84	İs ve Eğitim	Kız	272	50.78	20.94	.247	.805	Erkek	100	50.17	21.62	Evlilik ve Aile	Kız	272	27.67	12.60	-.251	.802	Erkek	100	28.04	12.73	Din ve Toplum	Kız	272	11.13	5.59	<b>2.086</b>	<b>.038</b>	Erkek	100	9.80	5.04	Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209	Erkek	100	17.60	7.52	Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek
Bireyleşme	Kız	272	13.70	2.78	-.818	.414																																																																																																											
	Erkek	100	13.97	2.85			Ebeveyne Bağımlı Olmama	Kız	272	10.26	2.39	<b>2.162</b>	<b>.031</b>	Erkek	100	9.65	2.48	Ebeveyni İdealleştirme	Kız	272	11.42	3.60	1.399	.163	Erkek	100	10.83	3.69	Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	Kız	272	15.01	3.10	.056	.956	Erkek	100	14.99	3.56	Duygusal Özerklik	Kız	272	50.40	8.54	.918	.359	Erkek	100	49.44	9.84	İs ve Eğitim	Kız	272	50.78	20.94	.247	.805	Erkek	100	50.17	21.62	Evlilik ve Aile	Kız	272	27.67	12.60	-.251	.802	Erkek	100	28.04	12.73	Din ve Toplum	Kız	272	11.13	5.59	<b>2.086</b>	<b>.038</b>	Erkek	100	9.80	5.04	Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209	Erkek	100	17.60	7.52	Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek	100	105.61	41.97								
Ebeveyne Bağımlı Olmama	Kız	272	10.26	2.39	<b>2.162</b>	<b>.031</b>																																																																																																											
	Erkek	100	9.65	2.48			Ebeveyni İdealleştirme	Kız	272	11.42	3.60	1.399	.163	Erkek	100	10.83	3.69	Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	Kız	272	15.01	3.10	.056	.956	Erkek	100	14.99	3.56	Duygusal Özerklik	Kız	272	50.40	8.54	.918	.359	Erkek	100	49.44	9.84	İs ve Eğitim	Kız	272	50.78	20.94	.247	.805	Erkek	100	50.17	21.62	Evlilik ve Aile	Kız	272	27.67	12.60	-.251	.802	Erkek	100	28.04	12.73	Din ve Toplum	Kız	272	11.13	5.59	<b>2.086</b>	<b>.038</b>	Erkek	100	9.80	5.04	Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209	Erkek	100	17.60	7.52	Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek	100	105.61	41.97																			
Ebeveyni İdealleştirme	Kız	272	11.42	3.60	1.399	.163																																																																																																											
	Erkek	100	10.83	3.69			Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	Kız	272	15.01	3.10	.056	.956	Erkek	100	14.99	3.56	Duygusal Özerklik	Kız	272	50.40	8.54	.918	.359	Erkek	100	49.44	9.84	İs ve Eğitim	Kız	272	50.78	20.94	.247	.805	Erkek	100	50.17	21.62	Evlilik ve Aile	Kız	272	27.67	12.60	-.251	.802	Erkek	100	28.04	12.73	Din ve Toplum	Kız	272	11.13	5.59	<b>2.086</b>	<b>.038</b>	Erkek	100	9.80	5.04	Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209	Erkek	100	17.60	7.52	Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek	100	105.61	41.97																														
Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	Kız	272	15.01	3.10	.056	.956																																																																																																											
	Erkek	100	14.99	3.56			Duygusal Özerklik	Kız	272	50.40	8.54	.918	.359	Erkek	100	49.44	9.84	İs ve Eğitim	Kız	272	50.78	20.94	.247	.805	Erkek	100	50.17	21.62	Evlilik ve Aile	Kız	272	27.67	12.60	-.251	.802	Erkek	100	28.04	12.73	Din ve Toplum	Kız	272	11.13	5.59	<b>2.086</b>	<b>.038</b>	Erkek	100	9.80	5.04	Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209	Erkek	100	17.60	7.52	Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek	100	105.61	41.97																																									
Duygusal Özerklik	Kız	272	50.40	8.54	.918	.359																																																																																																											
	Erkek	100	49.44	9.84			İs ve Eğitim	Kız	272	50.78	20.94	.247	.805	Erkek	100	50.17	21.62	Evlilik ve Aile	Kız	272	27.67	12.60	-.251	.802	Erkek	100	28.04	12.73	Din ve Toplum	Kız	272	11.13	5.59	<b>2.086</b>	<b>.038</b>	Erkek	100	9.80	5.04	Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209	Erkek	100	17.60	7.52	Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek	100	105.61	41.97																																																				
İs ve Eğitim	Kız	272	50.78	20.94	.247	.805																																																																																																											
	Erkek	100	50.17	21.62			Evlilik ve Aile	Kız	272	27.67	12.60	-.251	.802	Erkek	100	28.04	12.73	Din ve Toplum	Kız	272	11.13	5.59	<b>2.086</b>	<b>.038</b>	Erkek	100	9.80	5.04	Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209	Erkek	100	17.60	7.52	Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek	100	105.61	41.97																																																															
Evlilik ve Aile	Kız	272	27.67	12.60	-.251	.802																																																																																																											
	Erkek	100	28.04	12.73			Din ve Toplum	Kız	272	11.13	5.59	<b>2.086</b>	<b>.038</b>	Erkek	100	9.80	5.04	Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209	Erkek	100	17.60	7.52	Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek	100	105.61	41.97																																																																										
Din ve Toplum	Kız	272	11.13	5.59	<b>2.086</b>	<b>.038</b>																																																																																																											
	Erkek	100	9.80	5.04			Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209	Erkek	100	17.60	7.52	Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek	100	105.61	41.97																																																																																					
Sağlık ve Yasam	Kız	272	16.49	7.59	-1.259	.209																																																																																																											
	Erkek	100	17.60	7.52			Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925	Erkek	100	105.61	41.97																																																																																																
Ergenlerin Beklentileri	Kız	272	106.06	40.70	.094	.925																																																																																																											
	Erkek	100	105.61	41.97																																																																																																													



Psikolojik sağlamlık, duygusal özerklik ve ergenlerin gelecek beklentileri ölçekleri ve alt boyutlarının sınıf düzeylerine göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi tek yönlü ANOVA yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar iş ve eğitim, evlilik ve aile, din ve toplum alt boyutlarında ve ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmalar olduğunu göstermektedir (sırasıyla,  $F(3, 638) = 2.627, p < .05$ ;  $F(3, 638) = 3.690, p < .05$ ;  $F(3, 638) = 4.460, p < .01$ ;  $F(3, 638) = 3.346, p < .05$ ). Farkın kaynağını incelemek için Tukey çoklu karşılaştırma analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar 11. sınıfların iş ve eğitim, evlilik ve aile alt boyutlarına ilişkin ortalamalarının ve ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarının 10. sınıflardan daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıca 11. sınıfların din ve toplum alt boyutu ortalamaları 12. sınıflardan anlamlı olarak daha yüksektir. Bulgular Tablo 4'te sunulmuştur.

**Tablo 4.** Psikolojik Sağlamlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Sınıf Düzeylerine göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Sınıf	n	Ort.	S	F	p	Farkın Kaynağı
Psikolojik Sağlamlık	9	105	17.30	4.88	1.150	.329	1
	10	62	17.56	4.56			
	11	107	17.74	4.98			
	12	98	18.54	5.10			
Bireyleşme	9	105	14.16	2.69	1.411	.239	1
	10	62	13.97	3.04			
	11	107	13.44	2.75			
	12	98	13.60	2.79			
Ebeveyne Bağımlı Olmama	9	105	10.26	2.40	.826	.480	1
	10	62	10.27	2.74			
	11	107	9.79	2.18			
	12	98	10.14	2.52			
Ebeveyni İdealleştirme	9	105	11.36	3.69	.247	.864	1
	10	62	11.45	3.72			
	11	107	11.02	3.45			

	12	98	11.31	3.73			
Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	9	105	15.30	3.19	.419	.740	
	10	62	14.94	3.42			
	11	107	14.82	2.96			
	12	98	14.94	3.45			
Duygusal Özerklik	9	105	51.08	8.74	.968	.408	
	10	62	50.63	9.43			
	11	107	49.07	7.71			
	12	98	49.99	9.93			
İs ve Eğitim	9	105	50.13	19.64	<b>2.627</b>	<b>.050</b>	11 > 10
	10	62	45.39	22.46			
	11	107	54.62	20.77			
	12	98	50.07	21.54			
Evlilik ve Aile	9	105	27.57	12.41	<b>3.690</b>	<b>.012</b>	11 > 10
	10	62	24.02	12.28			
	11	107	30.55	12.74			
	12	98	27.32	12.42			
Din ve Toplum	9	105	10.79	5.44	<b>4.460</b>	<b>.004</b>	11 > 12
	10	62	11.31	5.67			
	11	107	11.88	5.62			
	12	98	9.20	4.90			
Sağlık ve Yasam	9	105	16.65	7.66	2.424	.065	
	10	62	15.00	7.71			
	11	107	18.18	7.35			
	12	98	16.54	7.48			
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	9	105	105.14	39.03	<b>3.346</b>	<b>.019</b>	11 > 10
	10	62	95.71	41.80			
	11	107	115.22	40.04			
	12	98	103.13	42.09			

Psikolojik Sağlamlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve alt boyutlarının sınıf düzeylerine göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi tek yönlü ANOVA yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar bireyleşme alt boyutu dışındaki bütün değişkenlerin ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmalar olduğunu göstermektedir ( $p < .05$ ). Farkın kaynağını incelemek için yürütülen Tukey çoklu grup karşılaştırmaları aşağıda sunulmuştur:

- Özel lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ortalamaları meslek lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- Meslek lisesi öğrencilerinin ebeveynine bağımlı olmama alt boyutu ortalamaları Anadolu / Fen lisesi ve özel lise öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- Meslek Lisesi öğrencilerinin ebeveyni idealleştirme alt boyutu ortalamaları Anadolu / Fen lisesi ve özel lise öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- Meslek Lisesi öğrencilerinin ebeveynini bir insan olarak algılama alt boyutu ortalamaları Anadolu / Fen lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- Meslek Lisesi öğrencilerinin duygusal özerklik alt boyutu ortalamaları, Anadolu / Fen lisesi ve özel lise öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- Özel lise öğrencilerinin iş ve eğitim alt boyutu ortalamaları meslek lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- Özel lise öğrencilerinin evlilik ve aile alt boyutu ortalamaları Anadolu / Fen lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- Meslek liselerinin din ve toplum alt boyutu ortalamaları Anadolu / Fen lisesi ve özel lise öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- Özel lise öğrencilerinin sağlık ve yaşam ortalamaları Anadolu / Fen lisesi ve meslek lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- Özel lise öğrencilerinin gelecek beklentileri ortalamaları Anadolu / Fen lisesi ve meslek lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir.

Bulgular Tablo 5'te sunulmuştur.

**Tablo 5.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Okul Türüne göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Okul Türü	n	Ort.	S	F	p	Farkın Kaynağı
Psikolojik Sağlık	Anadolu /Fen L.	72	17.68	5.22	<b>4.921</b>	<b>.008</b>	3 > 2
	Meslek Lisesi	191	17.16	4.78			
	Özel Lise	109	18.99	4.78			
Bireyleşme	Anadolu /Fen L.	72	13.53	2.68	.869	.420	
	Meslek Lisesi	191	13.96	3.08			
	Özel Lise	109	13.61	2.31			
Ebeveyne Bağımlı Olmama	Anadolu /Fen L.	72	9.51	2.44	<b>6.861</b>	<b>.001</b>	2 > 1
	Meslek Lisesi	191	10.54	2.55			
	Özel Lise	109	9.71	2.04			
Ebeveyne İdealleştirme	Anadolu /Fen L.	72	9.68	3.11	<b>19.538</b>	<b>.000</b>	2 > 1
	Meslek Lisesi	191	12.32	3.80			
	Özel Lise	109	10.45	3.03			
Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	Anadolu /Fen L.	72	14.21	3.02	<b>4.292</b>	<b>.014</b>	2 > 1
	Meslek Lisesi	191	15.44	3.44			
	Özel Lise	109	14.77	2.86			
Duygusal Özerklik	Anadolu /Fen L.	72	46.93	8.07	<b>12.583</b>	<b>.000</b>	2 > 1
	Meslek Lisesi	191	52.26	9.64			
	Özel Lise	109	48.54	7.00			
İs ve Eğitim	Anadolu /Fen L.	72	49.14	21.22	<b>3.342</b>	<b>.036</b>	3 > 2
	Meslek Lisesi	191	48.69	22.50			
	Özel Lise	109	54.97	17.75			
Evlilik ve Aile	Anadolu /Fen L.	72	25.65	11.47	<b>2.986</b>	<b>.052</b>	3 > 1
	Meslek Lisesi	191	27.26	13.35			
	Özel Lise	109	30.06	11.77			
Din ve Toplum	Anadolu /Fen L.	72	9.03	4.42	<b>8.296</b>	<b>.000</b>	2 > 1
	Meslek Lisesi	191	11.82	5.88			

	Özel Lise	109	10.09	4.97			
Sağlık ve Yasam	Anadolu /Fen L.	72	16.06	8.01	<b>6.707</b>	<b>.001</b>	3 > 1
	Meslek Lisesi	191	15.81	7.76			3 > 2
	Özel Lise	109	18.98	6.50			
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	Anadolu /Fen L.	72	99.88	39.17	<b>3.308</b>	<b>.038</b>	3 > 1
	Meslek Lisesi	191	103.57	43.78			
	Özel Lise	109	114.10	35.91			

Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve alt boyutlarının travma deneyimine göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi bağımsız gruplar için *t* testi analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar; ebeveynin bir insan olarak algılanması ve duygusal özerklik ortalamaları dışındaki bütün değişkenlerin ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmalar olduğunu göstermektedir.

Sonuçlar; travmatik yaşantısı olmayan katılımcıların psikolojik sağlık ortalamaları, ebeveyne bağımlı olmama, ebeveyni idealleştirme, iş ve eğitim, evlilik ve aile, din ve toplum, sağlık ve yaşam alt boyutu ortalamaları ve ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir ( $p < .05$ ). Aksine travmatik yaşantısı olmayan katılımcıların bireyleşme alt boyu ortalamaları anlamlı olarak daha düşüktür ( $p < .05$ ). Bulgular Tablo 6’da sunulmuştur.

**Tablo 6.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Travma Deneyimine göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Travma	n	Ort.	S	<i>t</i>	<i>p</i>
Psikolojik Sağlık	Yok	247	18.47	4.70	<b>3.764</b>	<b>.000</b>
	Var	125	16.47	5.09		
Bireyleşme	Yok	247	13.46	2.75	<b>-3.064</b>	<b>.002</b>
	Var	125	14.39	2.80		
Ebeveyne Olmama	Bağımlı Yok	247	10.30	2.34	<b>2.323</b>	<b>.021</b>
	Var	125	9.69	2.56		

Ebeveyni İdealleştirme	Yok	247	11.87	3.52	<b>4.694</b>	<b>.000</b>
	Var	125	10.06	3.54		
Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	Yok	247	14.94	3.36	-.589	.556
	Var	125	15.14	2.94		
Duygusal Özerklik	Yok	247	50.57	9.00	1.325	.186
	Var	125	49.28	8.70		
İs ve Eğitim	Yok	247	53.11	20.66	<b>3.246</b>	<b>.001</b>
	Var	125	45.69	21.15		
Evlilik ve Aile	Yok	247	29.66	12.42	<b>4.141</b>	<b>.000</b>
	Var	125	24.04	12.23		
Din ve Toplum	Yok	247	11.27	5.45	<b>2.473</b>	<b>.014</b>
	Var	125	9.79	5.41		
Sağlık ve Yasam	Yok	247	17.91	7.39	<b>4.099</b>	<b>.000</b>
	Var	125	14.57	7.48		
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	Yok	247	111.94	40.73	<b>4.049</b>	<b>.000</b>
	Var	125	94.09	39.01		

Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve alt boyutlarının sınıf düzeylerine göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi tek yönlü ANOVA yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar psikolojik sağlık, bireyleşme ve ebeveynin bir insan olarak algılanması alt boyutları dışındaki bütün değişkenlerin ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmalar olduğunu göstermektedir ( $p < .05$ ). Farkın kaynağını incelemek için yürütülen Tukey çoklu grup karşılaştırmaları aşağıda sunulmuştur.

- Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ebeveynleri ara sıra kavga eden gençlerin ebeveyne bağımlı olmama alt boyut ortalamaları ebeveynleri sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca ebeveynleri hiç

kavga etmeyen gençlerin ebeveyne bağımlı olmama alt boyut ortalamaları ebeveynleri ara sıra kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir.

- Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ebeveynleri ara sıra kavga eden gençlerin ebeveyni idealleştirme alt boyut ortalamaları ebeveynleri sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca ebeveynleri hiç kavga etmeyen gençlerin ebeveyni idealleştirme alt boyut ortalamaları ebeveynleri ara sıra kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir.
- Ebeveynleri hiç kavga etmeyen gençlerin duygusal özerklik ortalamaları ebeveynleri ara sıra kavga eden ve sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olan daha yüksektir.
- Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ara sıra kavga eden gençlerin iş ve eğitim alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir.
- Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ara sıra kavga eden gençlerin evlilik ve aile alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir.
- Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ara sıra kavga eden gençlerin evlilik ve aile alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir.
- Ebeveynleri hiç kavga etmeyen gençlerin sağlıklı yaşam alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamda olarak daha yüksektir.
- Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ara sıra kavga eden gençlerin gelecek beklentileri ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir.

Bulgular Tablo 7’de sunulmuştur.

**Tablo 7.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Anne Babaların Kavga Etme Sıklığına göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Ebeveynlerin Kavga Sıklığı	n	Ort.	S	t	p	Farkın Kaynağı
Psikolojik Sağlık	Hiç / Nadiren	166	18.25	4.94	1.353	.260	
	Ara sıra	151	17.51	4.98			
	Sık / Çok sık	55	17.22	4.67			
Bireyleşme	Hiç / Nadiren	166	13.66	3.01	.978	.377	
	Ara sıra	151	13.73	2.41			
	Sık / Çok sık	55	14.25	3.10			
Ebeveyne Bağımlı Olmama	Hiç / Nadiren	166	10.64	2.46	<b>12.015</b>	<b>.000</b>	1 > 3
	Ara sıra	151	9.93	2.27			2 > 3
	Sık / Çok sık	55	8.89	2.27			1 > 2
Ebeveyni İdealleştirme	Hiç / Nadiren	166	12.92	3.52	<b>46.677</b>	<b>.000</b>	1 > 3
	Ara sıra	151	10.48	3.05			2 > 3
	Sık / Çok sık	55	8.44	2.90			1 > 2
Ebeveynin Bir İnsan Olarak Algılanması	Hiç / Nadiren	166	15.37	3.61	2.548	.080	
	Ara sıra	151	14.85	2.88			
	Sık / Çok sık	55	14.31	2.77			
Duygusal Özerklik	Hiç / Nadiren	166	52.59	9.90	<b>14.811</b>	<b>.000</b>	1 > 3
	Ara sıra	151	48.99	7.07			
	Sık / Çok sık	55	45.89	8.14			
İs ve Eğitim	Hiç / Nadiren	166	52.93	21.97	<b>5.473</b>	<b>.005</b>	1 > 3
	Ara sıra	151	51.11	19.68			2 > 3
	Sık / Çok sık	55	42.27	20.47			
Evlilik ve Aile	Hiç / Nadiren	166	28.51	13.38	<b>4.342</b>	<b>.014</b>	1 > 3
	Ara sıra	151	28.62	11.87			2 > 3
	Sık / Çok sık	55	23.18	11.45			
Din Toplum ve	Hiç / Nadiren	166	11.40	5.80	<b>5.135</b>	<b>.006</b>	1 > 3
	Ara sıra	151	10.83	5.03			2 > 3
	Sık / Çok sık	55	8.71	5.20			
Sağlık Yasam ve	Hiç / Nadiren	166	17.45	7.77	<b>3.426</b>	<b>.034</b>	1 > 3
	Ara sıra	151	16.93	7.17			



	Sık / Çok sık	55	14.40	7.75			
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	Hiç / Nadiren	166	110.30	42.54	<b>6.153</b>	<b>.002</b>	1 > 3
	Ara sıra	151	107.48	39.13			2 > 3
	Sık / Çok sık	55	88.56	37.26			

Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçeklerinin aile türüne göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi Kruskal-Wallis H analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar grupların ortalamalarında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığını göstermektedir ( $p > .05$ ). Bulgular Tablo 8’de sunulmuştur.

**Tablo 8.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçeklerinin Aile Türüne göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Aile Türü	n	Ort.	S	Sıra Ort.	KW	p
Psikolojik Sağlık	Çekirdek Aile	302	17.99	5.06	190.12	2.773	.250
	Geniş Aile	56	16.70	4.43	164.66		
	Tek Ebeveynli Aile	14	18.00	3.14	195.75		
Duygusal Özerklik	Çekirdek Aile	302	49.60	8.05	180.77	4.769	.092
	Geniş Aile	56	52.45	12.08	208.40		
	Tek Ebeveynli Aile	14	52.64	10.45	222.57		
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	Çekirdek Aile	302	108.10	39.82	191.42	4.940	.085
	Geniş Aile	56	99.48	45.80	173.38		
	Tek Ebeveynli Aile	14	85.21	40.13	132.93		

Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçeklerinin ailenin sosyo-ekonomik duruma göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi Kruskal-Wallis H analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar grupların ortalamalarında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığını göstermektedir ( $p > .05$ ). Bulgular Tablo 9’da sunulmuştur.

**Tablo 9.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçeklerinin Ailenin Sosyo-Ekonomik Duruma göre Karşılaştırılması

Değişkenler	SED	n	Ort.	S	Sıra Ort.	KW	p
Psikolojik Sağlık	Düşük	30	17.03	3.40	172.97	5.417	.067
	Orta	283	17.57	4.81	181.83		
	Yüksek	59	19.31	5.81	215.78		
Duygusal Özerklik	Düşük	30	50.33	12.13	169.38	2.246	.325
	Orta	283	49.78	8.41	184.84		
	Yüksek	59	51.75	9.34	203.14		
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	Düşük	30	92.97	44.16	154.77	4.536	.104
	Orta	283	105.93	40.52	185.83		
	Yüksek	59	112.59	40.70	205.86		

Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçeklerinin ailenin annenin eğitim düzeyine göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi Kruskal-Wallis H analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar grupların ortalamalarında her üç değişken açısından da anlamlı farklılaşmaların olduğunu göstermektedir ( $p < .05$ ). Farkın kaynağını incelemek için bir dizi Mann-Whitney U analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

- Annesi üniversite mezunu olan gençlerin psikolojik sağlık ortalamaları, annesi lise mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir.
- Annesi üniversite mezunu olan gençlerin duygusal özerklik ortalamaları, annesi lise mezunu ve ilköğretim mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca annesi lise mezunu olan gençlerin duygusal özerklik

ortalamaları annesi ilköğretim mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir.

- Annesi üniversite mezunu olan gençlerin gelecek beklentisi ortalamaları, annesi lise mezunu ve ilköğretim mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir.

Bulgular Tablo 10’da sunulmuştur.

**Tablo 10.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Anne Eğitim Düzeyine göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Anne Eğitim Düzeyi	n	Ort.	S	Sıra Ort.	KW	p	Farkın Kaynağı
Psikolojik Sağlık	İlköğretim	13	16.23	2.59	145.00	<b>6.101</b>	<b>.047</b>	<b>3 &gt; 2</b>
	Lise	168	17.17	4.75	175.82			
	Üniversite	191	18.46	5.10	198.72			
Duygusal Özerklik	İlköğretim	13	57.15	12.48	255.35	<b>9.978</b>	<b>.007</b>	<b>3 &gt; 1</b>
	Lise	168	50.66	9.04	196.75			
	Üniversite	191	49.20	8.30	172.80			
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	İlköğretim	13	82.31	47.08	131.65	<b>8.294</b>	<b>.016</b>	<b>3 &gt; 1</b>
	Lise	168	100.92	44.04	175.24			
	Üniversite	191	111.96	36.59	200.13			

Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve alt boyutlarının baba eğitim düzeyine göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi bağımsız gruplar için *t* testi analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar babası üniversite mezunu olan ergenlerin psikolojik sağlık ve gelecek beklentileri ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir ( $p > .05$ ). Bulgular Tablo 11’de sunulmuştur.

**Tablo 11.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Baba Eğitim Düzeyine göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Baba Düzeyi	Eğitim	n	Ort.	S	t	p
Psikolojik Sağlık	Lise		125	16.75	4.79	<b>-2.979</b>	<b>.003</b>
	Üniversite		244	18.35	4.93		
Duygusal Özerklik	Lise		125	51.25	9.55	1.954	.051
	Üniversite		244	49.38	8.24		
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	Lise		125	96.35	43.07	<b>-3.352</b>	<b>.001</b>
	Üniversite		244	111.24	38.93		

Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçeklerinin ergenin aile durumuna göre karşılaştırılması amacıyla bir dizi Kruskal-Wallis H analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmaların olduğunu göstermektedir ( $p < .05$ ). Farkın kaynağını incelemek için üç ayrı Mann-Whitney U analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar anne babası birlikte yaşayan gençlerin gelecek beklentisi ortalamalarının anne babası ayrı yaşayan veya anne / babası vefat eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bulgular Tablo 12’de sunulmuştur.

**Tablo 12.** Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Aile Durumuna göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Aile Durumu	n	Ort.	S	Sıra Ort.	KW	p	Farkın Kaynağı
Psikolojik Sağlık	Anne Baba Birlikte	332	17.90	4.97	188.25	1.358	.507	
	Anne Baba Ayrı	33	17.27	4.30	177.73			
	Anne / Baba Vefat	7	15.29	5.22	145.00			
Duygusal Özerklik	Anne Baba Birlikte	332	49.96	8.88	184.06	1.594	.451	

	Anne Baba Ayrı	33	51.88	9.04	207.00			
	Anne / Baba Vefat	7	50.57	10.16	205.57			
Ergenlerin Gelecek Beklentileri	Anne Baba Birlikte	332	107.89	40.68	191.72	<b>7.721</b>	<b>.021</b>	1 > 2
	Anne Baba Ayrı	33	91.70	41.09	148.39			1 > 3
	Anne / Baba Vefat	7	80.43	38.76	118.57			

## 5.TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde, ergen gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıklarına ilişkin bulgulardan elde edilen sonuçlara ve bu sonuçların tartışılmasına yer verilmiştir. Araştırmanın bulgularına etkisi olasılığı nedeniyle; sınıf düzeyi, yaş, cinsiyet, aile yapısı, yaşadığı ortam, ailenin gelir düzeyi, anne ve babanın eğitim durumu, anne ve babanın çalışma durumları, aile bireylerinin birlikte ya da ayrı yaşama durumları, aile bireylerinin kavga etme sıklığı durumu, çocukluk dönemlerinde yaşadığı ciddi bir travma durumu araştırılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenleri (duygusal özerklik, psikolojik sağlamlık) ile bağımsız değişkenine (gelecek beklentisi) ait bulguların tartışılmasına yer verilmiştir. Araştırmanın problem cümleleri olarak belirlenen sorulara yönelik elde edilen bulguların sonuçlarına ilişkin yorumlar alt başlıklar halinde sunulmuştur.

### 5.1 Gelecek Beklentisi Alt Boyutlarına Göre Değerlendirme

Bu çalışmada araştırma grubuna uygulanan Gelecek Beklentileri Ölçeğinden elde edilen veriler annenin eğitim düzeyine göre karşılaştırıldığında; duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlık özelliklerine göre anlamlı farklılaşmaların olduğu belirlenmiştir ( $p < .05$ ). Annesi üniversite mezunu olan gençlerin psikolojik sağlamlık ortalamaları, annesi lise mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Annesi üniversite mezunu olan gençlerin duygusal özerklik ortalamaları, annesi lise mezunu ve ilköğretim mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Aynı zamanda mevcut araştırmada baba eğitim durumu lisansüstü olan ergenlerin daha yüksek gelecek beklentilerine sahip olduğu belirlenmiştir. Bu durum eğitimle ilişkilendirilebilir. Eğitim düzeyi daha yüksek ailelerin çocuklarıyla daha düzgün bir iletişim kurmaları beklenir. Ailelerin çocuklarından beklentileri gelecekte maddi gücünü sağlayabilecek işinin olması, sosyal çevresinin geniş ya da nitelikli olması, sağlıklı ve mutlu bir günlük yaşamının olması gibi özellikleri kapsayan geniş bir yelpazede ele alınmalıdır (Baş ve Altun, 2020; McWhirter & McWhirter, 2008). Dolayısıyla çocuklarıyla iletişim kuran, yaşam ve mesleki tecrübelerini aktaran ailelerin ergenlerin geleceğe yönelik daha olumlu bir bakış açısına sahip olması beklenir (Sipsma, Ickovics, Lin & Kershaw, 2012).

Gelecek beklentisi iş ve eğitim, aile ve evlilik, din ve toplum, sağlıklı ve yaşam alt boyutlarında literatürde farklı bulgulara rastlanmaktadır.

İş ve eğitim boyutu bakımından; araştırmaya dahil olan gençlerin gelecekte iyi olarak niteledikleri bir işe sahibi olma, eğitimlerine devam etme, gelecek için karar verdikleri mesleği yapma ve yeterli maddi imkân sahibi olma gibi beklentilerinin okul uyum ile düşük düzeyde de olsa pozitif yönde olduğu görülmüştür. Araştırma yapılan Ankara ve Konya illerinin bulunduğu bölgelerin Bulut'un (2019) yaptığı çalışmada belirttiği illere göre memnuniyet endekslerine ayrıldığı beş kümeden iki farklı kümeye ayrılması referans olarak alındığında gelecek beklentisini ankette sunulan ölçeğe göre işaretleyen ergenlerin içinde mevcut olumsuz durumları değiştirerek ve gelecekte daha fazlasını planladıkları ifade edilebilir. Geleceğe dair bu beklentileri hem lise öğrenimlerine uyumlarının hem de motivasyonlarının kaynağı olabilir.

Gelecek beklentisi gelecekte aile kurarak, çocuk sahibi olarak mutlu olmayı beklemek olarak tasvir edilebilir. Bu boyut ile ilişkili olabilecek diğer araştırmalar incelendiğinde; yaş grupları 17-27 arasında üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış olan çalışmada evlenmek ve aile kurmak geleneksel bir bakış açısı ile olumlu değerlendirilmiştir (Bener ve Günay, 2013). Ergenlik döneminde bireyin aile kavramı ile ilgili kendi ailesiyle de özdeşleştirdiği sağlıklı bir tutuma sahip olması halinde bu durum gelecekte yetişkinlik yaşantısında evlilik ve aile kurmaya ilişkin beklentiler oluşturmaya temel oluşturabilir (Konshina & Sadovnikova, 2022). Bu yaklaşım gelecek beklentilerinin evlilik ve aile boyutunun pozitif yönde ilişkili olmasını açıklayabilir (Catalano vd., 2004).

Gelecek beklentisinin din ve toplum boyutu; gelecekte düzenli olarak dini yaklaşımlarını yaşatan eylemler sürdürmek (Raffaelli & Koller, 2005), toplumsal anlamda da kabul gören ve toplumda öne çıkan kişilerden olmak gibi hedeflerle açıklanmaktadır. Toplum içinde yer edindikleri bir statüde olmak, öncü ve başarılı olmak isteyen ergenlerin okul yaşamına daha uyumlu olabileceği söylenebilir. Dilmaç ve Koç (2020) araştırmasında da sahip oldukları toplum yaşantısı ve dini bakımdan sahip olduğu değerleri artan gençlerin okula karşı olumlu tutumlarının da artacağını belirtmişlerdir.

Gelecek beklentisinin sağlık ve yaşam boyutu; ergenin gelecekte sağlıklı bir yaşam süreceğine duyduğu inancı temsil etmektedir. Sağlıklı bir beden ve ruh sağlığının ergenler için psikolojik iyi oluş hali için önemli olduğu söylenebilir (Fletcher & Scott, 2010).

Ergenliğin sınırlarının kesin olmaması, yaşam kararlarının ertelenmesi ve anne-babadan ayrılmanın zorlu süreci, modern ergen yaşamının trendleri olarak değerlendirilmektedir (Sipsma, Ickovics, Lin & Kershaw, 2012). Günümüzde sürekli gelişen ve hızla değişen yaşam rutinleri, bazı ergenlerin yaşamlarını planlama yeteneklerini karmaşıktırılmaktadır ve stratejik düşünmelerinin önemi artmaktadır (Tuncer ve Bahadır, 2018). Ailede geleceği tartışma kültürünün ergenlerin hayatlarını planlamalarına yardımcı olmada oynayabileceği rol artmaktadır (Çimen ve Tatar, 2019). Mevcut araştırmanın sonuçları, ergenlerin gelecek beklentilerini daha iyi anlamak ve aynı zamanda psikolojik sağlamlıklarıyla duygusal özerklikleri arasındaki etkileşimi ortaya koymak için potansiyel bir faydaya sahiptir.

Olumlu gelecek beklentileri, ergenlerin tüm gelişim alanlarında en uygun gelişimini kolaylaştırabilir ve ergenler için daha sağlıklı sonuçlara katkıda bulunabilir. Yapılan araştırmalar, iç kaynakların ve topluluk düzeyindeki faktörlerin ergenlerin gelecek beklentilerini etkileyebileceğini, ancak bu faydaların sağlandığı süreçler hakkında çok az bilgiye sahip olduğunu vurgulamaktadır (Damon, 2004; Johnson, Jones & Cheng, 2015; O'Brien & Kauffman, 2013).

Mevcut çalışmada, gelecek beklentileri ile duygusal özerklik, psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelenmiş ve lisede öğrenim gören ergenlerden oluşan bir örnekleme, demografik değişkenleri ilişkilendiren bir modeli test etmiştir. Bu bulgular, Seginer'in (2008) umut duygusunun tehdit ve meydan okuma değerlendirmeleri ile gelecek beklentileri arasındaki ilişkiyi aracılık ettiği modeliyle örtüşmektedir. Seginer'in de belirttiği gibi, bu tehdit ve meydan okuma değerlendirmeleri, kişinin yaşadığı topluluktaki genel durum veya tehlikelerden kaynaklanabilir. Bireyler, hedeflere ulaşabileceği konusunda genel bir algıya sahip olduklarında (Valle, Huebner & Suldo, 2006), başarılı olmak için ortaya çıkan herhangi bir zorluğun üstesinden gelebileceklerini tahmin edebilirler. Gelecekteki araştırmalar psikolojik sağlamlık özelliklerinin yanı sıra ergenin bağımsız davranma ve gelecek beklentisi ile ne oranda ilişkili olduğunu keşfetmeye yönelik olmalıdır (Schwartz, Keyl, Marcum & Bode, 2009).

## **5.2 Duygusal Özerklik Alt Boyutlarına Göre Değerlendirme**

Duygusal özerklik ölçeği ergenlik döneminde bireyleşmenin bilişsel ve duygulanımsal boyutlarını ölçmektedir. Duygusal özerklik yapısı, ayrılma-bireyleşme sürecinin



boyutlarını yansıtan bireyleşme, ebeveyne bağlı olmama, ebeveyni idealleştirmeme, ebeveynin bir insan olarak algılanması olarak belirtilen dört bileşenden oluşmaktadır (Çimen ve Tatar, 2019).

Mevcut çalışmada duygusal özerklik ortalamaları dışındaki bütün değişkenlerin ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmalar olduğu saptanmıştır. Travmatik yaşantısı olmayan katılımcıların psikolojik sağlamlık ortalamaları, ebeveyne bağımlı olmama, ebeveyni idealleştirme, iş ve eğitim, evlilik ve aile, din ve toplum, sağlık ve yaşam alt boyutu ortalamaları ve ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir ( $p<.05$ ). Aksine travmatik yaşantısı olmayan katılımcıların bireyleşme alt boyu ortalamaları anlamlı olarak daha düşüktür ( $p<.05$ ).

Steinberg ve Silverberg'in (1986) 10-16 yaş arasındaki ergenler ile yaptığı çalışmada, Duygusal Özerklik Ölçeğinden elde edilen puanlarının ergenlerin yaşı arttıkça artış gösterdiğini, sosyoekonomik düzeye göre farklılık göstermediğini ve kız ergenlerde daha yüksek puanlar görüldüğünü belirtirler. Duygusal özerkliğin gelişiminde geçici olarak ergenin bağıllığının ebeveynlerden akranlara yöneldiği (Adler, 1994) ve gelişimin bireysel uyuma yönelik olduğunu açıklanmıştır (Çimen ve diğerleri, 2019). Ergenin kendisine dair içsel kaynaklarına yönelik güvencinin artması için ebeveynlerinden duygusal uzaklığa ihtiyacı vardır. Ryan ve Lynch (1989) bu tanımlamayı pekiştirerek ölçeğin bulgularının duygusal özerkliğin uyumsuzluğuna dair puanlar olduğunu vurgulamaktadır diğer bir ifadeyle ergenin ebeveynlerden sağlıksız biçimde kopmasını göstermektedir.

Deniz, Çok ve Duyan (2013) ergenliğin ilk yıllarının, aile sistemi içindeki büyük değişimlerin ve yeniden düzenlemelerin olduğu (Ermiş, 2019) göz önüne alındığında, bu durumun, ebeveynleriyle ilişkileri değerlendirildiğinde deneklerin göreceli puanlarında dalgalanmalara neden olabileceğini belirtmektedirler.

Kendi tercihlerini yapma, gelecek amaçlarını belirleme ergenlik döneminde kazanılması gereken yeterlilikler olarak görülmektedir (Güney, 2017). Düşük akademik başarı ve yetersizlik algısı ile ilgili vurguyla ilgili olarak Karamenderes (2020)'in araştırmasının sonuçlarında yeterlik algısı ile kariyer karar verme zorluğu

arasında hem doğrudan bir ilişki hem de dolaylı bir ilişkinin de görüldüğü belirtilmektedir.

Duygusal özerklik ile ilişkili olarak yeterlik algısında gelecekle ilgili beklentiler aracılık rolü üstlenmektedir. Duygusal özerklik aynı zamanda kariyere karar verme güçlükleri arasındaki ilişkiyi etkilemektedir (Lamborn & Groh, 2009). Ergenlerin yeterli algılama eğiliminin, gelecek beklentilerini olumlu yönde etkilediği belirtilmektedir. Bu durumun da bireylerin tercihleri hakkında duyduğu kaygıyı, bireyin kendisini kontrolü ile ilgili karamsar tutumunu, çatışmalı bağlanma durumu gibi duygusal ve kişilik ilişkili faktörlerden kaynaklı kararsızlık eğilimini azalttığı söylenebilir (Karamenderes, 2020).

Mevcut çalışmada elde edilen sonuçlara göre annesi üniversite mezunu olan gençlerin duygusal özerklik ortalamaları, annesi lise mezunu ve ilköğretim mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca annesi lise mezunu olan gençlerin duygusal özerklik ortalamaları annesi ilköğretim mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Budal (2021) ise çalışmasında bireyleşme alt boyutu ile annenin eğitim durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulmuştur. Buna göre anneleri ilköğretim düzeyinde olan ergenlerin bireyleşme oranları lise olarak belirtenlere göre daha yüksektir.

Duygusal Özerklik ölçeğinin alt boyutlarından ebeveyne bağlı olmama boyutu bakımından; Ermiş (2019), lise öğrencilerinin bağlanma stilleri, aile yaşam doyumları ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında 14 yaş ergenlerin canlı, iyimser, dışa açık bir yapıdayken 15 yaş grubunun daha ilgisiz ve kayıtsız olduğunu belirtmektedir. 14 yaş ergenlerin aile bağlarının artarken bir yandan da ebeveyn görüşlerini benimsememe ve eleştirme yönünde olsalar dahi yetişkinlere ve aile bireylerine yönelik tutumları yönünde olgunlaştıklarını ifade eder. 15 yaşta ebeveyn yakınlığında uzaklaşma isteğiyle duygusal dalgalanmalar ve bağımsızlık duygusu gittikçe artar ve 16 yaşta bu duygu yaşanmak istenir, ailenin kendine uyması talebi de artar (Yavuzer, 1992).

Mevcut çalışmada elde edilen sonuçlara göre ebeveyne bağımlı olmama ve din ve toplum alt boyutlarının ortalamalarının kızlarda anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir ( $t(370) = 2.162, p < .001$ ;  $t(370) = 2.086, p < .001$ ). Özdemir ve Çok (2011) araştırmasında

günümüzde aile ile yakın ilişkiler kurulması sayesinde özerklik gelişiminin olumlu olarak etkilendiği belirtilmektedir.

Avar (2019) 315 lisede öğrenim gören ergenlerle yaptığı çalışmada ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumlarının gelecek beklentileri ve akademik başarıları ile ilişkisini araştırmayı hedeflemiştir. Bu çalışmada ergenlerin algılarına göre demokratik ebeveyn tutumun daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Sevgi ve şefkatle demokratik aile tutumu ile yetiştirilen çocuklarda benlik saygısının yüksek olduğu belirtilmektedir.

Ergenlik döneminde özerklik modelinde bağıllık, ayrılma, kopma faktörlerini inceleyen Beyers ve arkadaşları (2003) duygusal ayrılık ve ebeveynlerden ayrılma özelliklerinin ebeveyn-ergen ilişkisinin işleyişinin farklı boyutlarıyla ilgili olduğunu vurgulamaktadırlar.

Duygusal Özerklik ölçeğinin alt boyutlarından ebeveyni idealleştirmeme alt boyutu ele alındığında; Budal (2021) çalışmasında liseye devam etmekte olan 13-18 yaş ergenlerin duygusal özerklikleri ve ebeveyn sıcaklığı arasındaki ilişkiye yönelik bulguları ortaya koymaktadır. Araştırmaya göre idealleştirmeme ve bağımsızlık alt boyutları ile annenin eğitim durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark belirtilmemiştir.

Literatürde yapılan çalışmaların çoğunda duygusal özerklik ebeveyni idealleştirmeme alt boyutunda kız ergenlerde erkek ergenlere göre daha düşük olduğu bulgusuna rastlanmaktadır (Çalık ve Bal, 2020; Esen Çoban, 2013; Karakuş, 2020; Savaş, 2020). Aynı zamanda Kağıtçıbaşı ve Ataca'nın (2005) çalışmasında yer verildiği gibi farklılığın özü Türk toplumundaki aile yapısına dayanmaktadır. Bu çalışmaya göre kentleşmenin etkisiyle yükselen eğitim seviyesi çocuk yetiştirme tutumlarında da gelenekselden çıkarak psikolojik bağımlı aile modeline yönünü çevirmiştir. Hem bu modelin hem de geleneksel model olarak belirtilen tam bağımlı aile modelinin ebeveyni idealleştirmeme alt boyutunda kız ergenlerin puanlarının düşük olduğu bulgusu mevcuttur. Bu durumun hala süregelen toplumsal cinsiyet faktörlerinin etkisinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Sosyal çevresini genişletme bakımından kız çocukların erkeklere göre dezavantajlı durumda olduğu ve kısıtlandığı düşünülebilir.

Mevcut çalışmada elde edilen bulgulara göre Meslek Lisesi öğrencilerinin duygusal özerklik alt boyutu ortalamaları, Anadolu/Fen lisesi ve özel lise öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Duygusal Özerklik Ölçeğinin alt boyutlarından ebeveynin bir insan olarak algılanması boyutunda Steinberg ve Silverberg (1986)'in araştırmasında kız ergenlere göre erkek ergenlerin daha düşük duygusal özerklik puanı aldıkları belirtilmiştir. Sesli (2014) tarafından araştırılan bir çalışmada ergenlerin özerklik düzeyleri, değer yönelimleri ve kendini ayarlama düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmanın sonucunda, kız öğrencilerin duygusal özerklik puanlarının, erkek öğrencilerin duygusal özerklik puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Literatürde duygusal özerklikle yapılan araştırmalar incelendiğinde cinsiyete göre ilgili sonuçlara ulaşılmıştır (Beyers vd., 2005; Chan & Chan, 2011; Chen & Dornbusch,1998; Yazıcı, 2019). Koçak ve Karasu'nun (2016) liseye devam eden ergenler ile yaptığı araştırmada özerklik gelişimlerinin demografik özelliklerden cinsiyet ele alındığında fark yaratmadığı belirtilmektedir. Bu çalışmanın aksine diğer bazı araştırmalarda kız öğrencilerde özerklik gelişiminin daha olumlu olduğu yönünde bulgulara rastlanmaktadır (Konshina & Sadovnikova, 2022; Marusak vd., 2018; Sipsma, Ickovics, Lin & Kershaw, 2012).

Schmitz ve Baer (2001) yaptıkları araştırmada erkek ergenlerin kız ergenlere göre daha düşük duygusal özerkliğe sahip olduklarını belirtmektedirler. Parra, Oliva ve Sanchez-Queija'nın (2015) araştırmasında kızların erkeklere kıyasla yaşam doyumu yönüyle özerklik ihtiyacına daha az duyarlı oldukları bulgusu elde edilmiştir. Literatürde farklı sonuçlara rastlanmakla beraber bu çalışmada duygusal özerklik ile cinsiyet karşılaştırması bakımından bir farklılık getirmemiştir. Çalışmaya katılan lise öğrenimini sürdüren gençlerin oluşturduğu örneklem grubu duygusal özerklik bakımından kızlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Mevcut çalışmaya katılan ergenlerin Duygusal Özerklik Ölçeği alt boyutlarından ebeveyni idealleştirme puan ortalamaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu bulgulara paralel sonuçlar da bulunmaktadır. Fuhrman ve Holmbeck (1995), duygusal özerkliğin cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, yaşanılan yer ve aile durumu değişkenlerine göre farklılaştığını ortaya koymuştur.

### 5.3 Psikolojik Sağlamlık Araştırmalarına G6re Değerlendirme

Bu çalışmada kullanılan Kısa Psikolojik Sağlamlık 6leğinin diğer Psikolojik Sağlamlık 6leklerinden farkı bireylerin kendini toplama 6zelliklerini 6lmeye odaklanmış olmasıdır. Ek olarak, yeniden iyileşmesi, 6nceki işlevselliğine kavuşması ve tekrar uyumlanması 6zellikleri de odaklanılan alanlardır (Doğan, 2015). Windle'nin (1999) alışmasında psikolojik sağlamlık kavramının tanımı incelediğinde 6temel noktanın ortak bulunduğunu ifade edilmiştir. İlk olarak risk ve zorluk, ikinci olarak olumlu uyum ve baş etme, yeterli olma ve son olarak da koruyucu fakt6rler ifade edilmiştir.

Gizir'in (2016) Psikolojik Sağlamlık, Risk Fakt6rleri ve Koruyucu fakt6rler 6zerine yaptığı derleme çalışmasında belirttiği Koruyucu fakt6rler arasında 6zerklik ve yaşam hedeflerinin olması ve gelecek için olumlu beklentiler yer almaktadır. Psikolojik sağlamlık çalışmalarında 6nleyici çalışmaların geliştirilmesi bakımından da risk odaklı, nitelik odaklı ve s6re odaklı yaklaşımlar olduğu belirtilmiştir (Sarkar & Fletcher, 2014; Wentzel & Feldman, 1996). S6re odaklı yaklaşım aile, okul, toplum gibi kaynakların varlığı ve harekete geçirilmesi ile bireyin yetkinliğini arttırmayı hedeflemektedir (Fletcher & Sarkar, 2013; Schaan & Vogele, 2016). Bu tanımlama ile çalışmada yer verilen Kısa Psikolojik Sağlamlık 6leğinin odak alanları ile ortaklığı olduğu dikkat çekmektedir.

Aktaş (2016) araştırmasında ergenlerin çeşitli değişkenlere g6re psikolojik dayanıklılık ve gelecek beklentileri 6zerine çalışmıştır. Bulgularına g6re cinsiyet ve okul t6rlerine g6re psikolojik dayanıklılık d6zeylerinin değiştiğini fakat gelecek beklentileri d6zeyinin değişmediğini belirtmiştir. Ebeveynin bir arada olması ve sınıf d6zeylerine g6re de psikolojik dayanıklılık ve gelecek beklentileri d6zeylerinin değişmediği sonucunu aktarmıştır.

6zer (2019) alışmasında ergenlerin psikolojik sağlamlık d6zeyleri arttıķa duygu dışavurum d6zeylerinin azaldığını sonucuna varmıştır. Ergenlerin psikolojik sağlamlık d6zeyleri arttıķa sinirlilik, duygusal destek yokluğu, m6dahalecilik d6zeylerinin azaldığını belirtmektedir.

G6ng6rm6ř, Okanlı ve Kocabeyoğlu (2015) psikolojik sağlamlık d6zeylerinin cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, doğum sırası, anne eğitim d6zeyi, baba eğitim d6zeyi, anne baba çalışma durumu, ebeveynin birlikte olması durumu, ailegelir seviyesi bakımından

incelendiğinde istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı bulgusuna ulaşmışlardır.

Küçük (2019) çocukluk istismar ve ihmal yaşantılarının uzun dönem etkilerini ve örselenme yaşantıları ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma de psikolojik uyumun aracı rolünü ortaya koymaktadır. İstismar düzeyinin yüksek ya da düşük olmasına göre yapılan karşılaştırmalarda, yüksek olan grubun daha fazla duygu düzenleme güçlüğü yaşadığı belirtilmiştir. Yüksek düzeyde istismara uğramış bireylerin deneyimlerinde daha fazla oranda negatif duygular, sağlıksız psikolojik uyum geliştirme durumu kaydedilmiştir.

Fletcher ve Hanton (2003) tarafından yapılan araştırmada psikolojik sağlamlık ve pozitif duygu düzeyleri arasında ve aynı zamanda yüksek ya da düşük istismar düzeyi arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Secades ve diğer araştırmacılar (2016) çocukluk çağı örselenme yaşantıları ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Duygu düzenleme güçlüğü, negatif duygular ve psikolojik uyumun aracı rolü değerlendirilmiştir. Değişkenlerin ayrı ayrı değerlendirilmesi durumunda psikolojik uyumun aracı etkisi olduğu bulunmuştur. Bu çalışma psikolojik sağlamlıkta risk faktörlerinden çevresel risk faktörleri içinde yer alan ihmal ve istismara ve bireysel risk faktörlerinden olumsuz yaşam olaylarına değinilmiştir.

Sarıkaya (2015) ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarında ergenlerin benlik saygısı yükseldikçe psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de arttığını belirtmiştir.

#### **5.4 Araştırmanın Problem Cümlelerine Göre Değerlendirme**

Çalışmanın bulgularında psikolojik sağlamlık düzeyi incelendiğinde cinsiyete göre fark olduğu ve erkeklerin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Duygusal Özerklik alt boyutlarından ebeveyne bağlı olma boyutunda ve din ve toplumda alt boyutunda da kızların erkeklere göre baskın olduğu ortaya çıkmıştır. Esen Çoban'ın (2013) ergen yaştaki bireyler için duygusal özerkliğin incelendiği araştırmasında ebeveyni idealleştirmeme alt boyutunda kız ergenlerin aldığı puanların anlamlı olarak erkek ergenlerin puanlara göre düşük olduğu bulunmuştur. Güney (2017) ve Karakuş (2020)'un yaptığı araştırmalarda elde ettiği bulgularda benzer niteliktedir. Bu iki araştırmanın ortaklık bulunan sonuçları olduğu gibi özerkliğin bağımsızlık ve bireyleşme alt

boyutlarında ilk araştırmacının bulgularında kız ergenlerin ortalama puanları daha yüksek düzeydeyken ikinci araştırmacının bulgularında kız ve erkekler arasında anlamlı fark bulgusuna rastlanmamıştır.

Savaş'ın (2020) alışmasında özerkliğin toplam puanları cinsiyet ayrımı bakımından anlamlı fark bulunmadığına işaret etmektedir. Bu bulgu aile içinde ve toplumsal cinsiyet rollerinde azalma olarak yorumlanabilir.

Literatür incelendiğinde, ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyete açısından farklılaştığını gösteren (Connor & Davidson, 2003; Giancesini, 2011; Miner, 2016; Tusaie & Dyer, 2004) araştırma sonuçlarına ulaşılmıştır. Bununla birlikte mevcut çalışmada elde edilen bulgularla paralellik gösteren psikolojik dayanıklılığın cinsiyet açısından farklılaşmadığı (Flett & Hewitt, 2014; Harvey & Delfabbro, 2004) sonuçlarına ulaşan araştırmalar da bulunmaktadır.

Psikolojik dayanıklılığın cinsiyete göre farklılık göstermemesinin sebebi, ergenlik dönemindeki yaşam olaylarından etkilenmenin cinsiyet ayrımı olmaksızın ergenlik ağı ile ilgili olması olarak değerlendirilebilir.

Literatürde yer alan bulgularla çalışmamızın bulguları karşılaştırıldığında diğer değerrişkenlerin kız ve erkeklerin ortalama aldığı puan farkında belirleyici rolü olduğu görüşü doğmaktadır.

Ergenlerin Gelecek Beklentileri ile Duygusal zerklik ve Psikolojik Sağlamlıkları düzeyleri yaş değerrişkenine göre farklılaşması ile ilgili bulgularda yaş değerrişkeninde anlamlı fark çıkmamakla beraber sınıf düzeyi değerrişkeninde fark görülmektedir. Yaş ve sınıf değerrişkeni ile ilgili zıt yönlü bu bulgunun demografik verilerde bulunduğundan daha üst yaş olarak işaretleme yapan bir grup ğrenci verileri ile ilgili olabileceği düşünülebilir.

Liseye devam eden öğrencilerden %38,7 ile 144 ğrenci 17 yaş ve daha büyük yaşta oldukları, %29 ile 108 ğrenci 16 yaş grubunda, %22,8 ile 85 ğrenci 15 yaş grubunda ve %9,4 ile 35 öğrencinin de 14 yaş grubu ve daha küçük oldukları bulgusu mevcuttur.

Duygusal zerkliğin ergenlerin yaşına göre alt boyutları incelendiğinde Yazıcı'nın (2019) araştırmasında duygusal özerklik toplam puanı ve idealleştirme, bağımsızlık ve bireyleşme alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki bulmuştur. Esen oban (2013) ise aynı alt boyutlarda 14 yaş için diğer yaş ergenlere

göre en yüksek puan ortalamaları olarak belirtmiştir. Yazıcı, belirtilen alt boyutlarla yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını, negatif yönlü bir ilişki olduğu bulgusunu aktarmıştır.

Bahsedilen bulgular araştırma bulgumuzu desteklemektedir. Bu bulguların aksine Tümçaya (2005) yapmış olduğu çalışmada yaş değişkeni arttıkça duygusal özerkliğin bağımsızlık ve ebeveynin insan olarak algılanması alt boyutu ve genel toplam puanlarının arttığını bulmuştur.

Liseler türlerine göre Anadolu ve Fen Lisesi, Meslek Lisesi ve Özel Lise özelinde incelendiğinde Özel Liselere göre alt boyut verilerinin anlamlı olarak farklı çıktığı görülmektedir. Türkiye de okul çeşidine göre verilere ilişkin araştırma sonuçlarına dair bir bulguya rastlanmamıştır.

Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları düzeyleri yaşadığı ortam değişkenine göre farklılaşmasına dair bulguların tartışılması boyutunda aile yapısı ve gelir düzeyine göre fark olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Düşük ekonomik gelir seviyesinin anket katılımcılarının sayısı olarak diğer ekonomik düzeydekine göre çok az sayıda olmasının sonucu etkileyebileceği düşünülmüştür. Ekonomik gelir düzeyine göre orantılı bir katılım olmasının sonucu değiştirebilme olasılığı çalışmanın kısıtı olarak ele alınarak gelecekte yapılacak çalışmalar için araştırmanın önemli olacağı görüşü doğmaktadır.

Anne babanın bir arada olmadığı ya da boşandığı ailelerde bulunan ergenler olumsuzluk yaşamış olsalar da psikolojik sağlamlığın koruyucu faktörleri bağlamında, destekleyici ebeveynlerinin varlığı dolayısıyla ergenlerin yaşayabileceği olası olumsuzluklara engel olabilmektedir (Kubas & Stofkova, 2017).

Anne ve babanın eğitim durumunun psikolojik sağlamlık, ebeveyni idealleştirme, ebeveynin insan olarak alınması, sağlık ve yaşam boyutlarında fark yarattığı bulgusuna erişilmiştir. Güler ve Pekşen Süslü (2022) araştırmalarında, ergenlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının anne eğitim durumu değişkeniyle arasında anlamlı fark gösterip göstermediği incelendiğinde; çalışmamızın aksine psikolojik dayanıklılık puanlarında anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.



Araştırma bulguları arasındaki farklılıkların nedeni, örneklem grupları ve kullanılan ölçme araçlarından kaynaklanmış olabilir. Bu durumun anlaşılabilmesi için daha büyük gruplarla karşılaştırmalı olarak araştırmalar yapılması gerekmektedir.

Anne ve babanın çalışma durumları bakımından incelendiğinde çok sayıda meslek çeşidine göre dağılımdan elde edilen sonuçların anlamlı veri oluşturmayacağı düşüncesi ile araştırma sonuçlarının bulguları ve tartışılması kısmında dışarıda bırakılması uygun görülmüştür.

Psikolojik Sağlık dışında Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri ölçekleri ve tüm alt boyutlarının anne babaların kavga etme sıklığına göre karşılaştırılmasında anlamlı fark çıkması evin içinde huzur bozulduğunda doğan etkiyi açıklamaktadır. Bu etkiye rağmen Psikolojik Sağlık ile ilgili fark çıkmaması döngüsel nedensellik kavramı ile açıklanabilir. Mevcut çalışmada ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmaların olduğunu göstermektedir ( $p < .05$ ). Elde edilen sonuçlar anne babası birlikte yaşayan gençlerin gelecek beklentisi ortalamalarının anne babası ayrı yaşayan veya anne ve babası vefat eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Parra ve Oliva (2009) yaptıkları araştırmada duygusal özerklik arttıkça ergenlerin ebeveynleriyle olan ilişkilerinin olumsuzlaştığı bulgusunu iletmiştir. Aile desteğinin azalmasına neden olan bu durumun ergenin psikolojik dayanıklılığını olumsuz yönde etkilediğini ifade etmek mümkündür. Bu sonuç çalışmamızın bulgusunu desteklememektedir. Farklı yönde bulgulara sahip araştırmalardan biri de Malenova, Yu ve Potapova (2018) tarafından yapılmıştır. Araştırmanın neticesi olarak ergenlerin özerklik düzeyleri arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak duygusal özerklik, psikolojik sağlık ve ergenlerin gelecek beklentilerinin gelişimi birçok değişkenden etkilenmekte ve demografik değişkenlere göre farklılıklar göstermektedir. Ergenlerin gelişim alanlarının belirlenmesi için bu özelliklere yönelik detaylı çalışmaların yapılması gerekmektedir.

## 6.SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışma kapsamında en düşük ve en yüksek değerlerin değerler normal sınırlar içerisinde olduğu belirlendikten sonra Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri ve alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar erkeklerin psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir ( $t(370) = -5.833, p < .001$ ). Aksine ebeveyne bağımlı olmama ve din ve toplum alt boyutlarının ortalamalarının kızlarda anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir ( $t(370) = 2.162, p < .001$ ;  $t(370) = 2.086, p < .001$ ).

Psikolojik sağlık, duygusal özerklik ve ergenlerin gelecek beklentileri özellikleri, ergenlerin sınıf düzeylerine göre karşılaştırılmıştır. İş ve eğitim, evlilik ve aile, din ve toplum alt boyutlarında ve ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmalar saptanmıştır ( $F(3, 638) = 2.627, p < .05$ ;  $F(3, 638) = 3.690, p < .05$ ;  $F(3, 638) = 4.460, p < .01$ ;  $F(3, 638) = 3.346, p < .05$ ). Lisede öğrenim gören 11. sınıfların iş ve eğitim, evlilik ve aile alt boyutlarına ilişkin ortalamalarının ve ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarının 10. sınıflardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca 11. sınıfların din ve toplum alt boyutu ortalamaları 12. sınıflardan anlamlı olarak daha yüksektir.

Özel lise öğrencilerinin psikolojik sağlık ortalamaları meslek lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Meslek lisesi öğrencilerinin ebeveynine bağımlı olmama alt boyutu ortalamaları Anadolu/Fen lisesi ve özel lise öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Meslek Lisesi öğrencilerinin ebeveyni idealleştirme alt boyutu ortalamaları Anadolu/Fen lisesi ve özel lise öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Meslek Lisesi öğrencilerinin ebeveynini bir insan olarak algılama alt boyutu ortalamaları Anadolu/Fen lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Meslek Lisesi öğrencilerinin duygusal özerklik alt boyutu ortalamaları, Anadolu/Fen lisesi ve özel lise öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Özel lise öğrencilerinin iş ve eğitim alt boyutu ortalamaları meslek lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Özel lise öğrencilerinin evlilik ve aile alt boyutu ortalamaları Anadolu/Fen lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Meslek liselerinin din ve toplum alt boyutu ortalamaları Anadolu/Fen lisesi ve özel lise öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Özel lise öğrencilerinin sağlık ve yaşam ortalamaları Anadolu/Fen lisesi ve

meslek lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir. Özel lise öğrencilerinin gelecek beklentileri ortalamaları Anadolu/Fen lisesi ve meslek lisesi öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Ebeveynin bir insan olarak algılanması ve duygusal özerklik ortalamaları dışındaki bütün değişkenlerin ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmalar olduğu saptanmıştır. Travmatik yaşantısı olmayan katılımcıların psikolojik sağlık ortalamaları, ebeveyne bağımlı olmama, ebeveyni idealleştirme, iş ve eğitim, evlilik ve aile, din ve toplum, sağlık ve yaşam alt boyutu ortalamaları ve ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir ( $p < .05$ ). Aksine travmatik yaşantısı olmayan katılımcıların bireyleşme alt boyutu ortalamaları anlamlı olarak daha düşüktür ( $p < .05$ ).

Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ebeveynleri ara sıra kavga eden gençlerin ebeveyne bağımlı olmama alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca ebeveynleri hiç kavga etmeyen gençlerin ebeveyne bağımlı olmama alt boyutu ortalamaları ebeveynleri ara sıra kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ebeveynleri ara sıra kavga eden gençlerin ebeveyni idealleştirme alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca ebeveynleri hiç kavga etmeyen gençlerin ebeveyni idealleştirme alt boyutu ortalamaları ebeveynleri ara sıra kavga eden gençlerin ortalamalarından yüksektir. Ebeveynleri hiç kavga etmeyen gençlerin duygusal özerklik ortalamaları ebeveynleri ara sıra kavga eden ve sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olan daha yüksektir. Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ara sıra kavga eden gençlerin iş ve eğitim alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından yüksektir. Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ara sıra kavga eden gençlerin evlilik ve aile alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ara sıra kavga eden gençlerin evlilik ve aile alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından yüksektir. Ebeveynleri hiç kavga etmeyen gençlerin sağlıklı yaşam alt boyutu ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamda olarak daha yüksektir. Ebeveynleri hiç kavga etmeyen ve ara sıra kavga eden gençlerin

gelecek beklentileri ortalamaları ebeveynleri sık sık kavga eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olarak belirlenmiştir.

Psikolojik Sağlık, Duygusal Özerklik ve Ergenlerin Gelecek Beklentileri Ölçekleri annenin eğitim düzeyine göre karşılaştırıldığında; her üç değişken açısından da anlamlı farklılaşmaların olduğu belirlenmiştir ( $p < .05$ ). Annesi üniversite mezunu olan gençlerin psikolojik sağlık ortalamaları, annesi lise mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Annesi üniversite mezunu olan gençlerin duygusal özerklik ortalamaları, annesi lise mezunu ve ilköğretim mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca annesi lise mezunu olan gençlerin duygusal özerklik ortalamaları annesi ilköğretim mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Annesi üniversite mezunu olan gençlerin gelecek beklentisi ortalamaları, annesi lise mezunu ve ilköğretim mezunu olan gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca babası üniversite mezunu olan ergenlerin psikolojik sağlık ve gelecek beklentileri ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir ( $p > .05$ ).

Ergenlerin gelecek beklentileri ortalamalarında gruplar arasında anlamlı farklılaşmaların olduğunu göstermektedir ( $p < .05$ ). Elde edilen sonuçlar anne babası birlikte yaşayan gençlerin gelecek beklentisi ortalamalarının anne babası ayrı yaşayan veya anne / babası vefat eden gençlerin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Yapılan araştırmalardan da anlaşılmaktadır ki ergenlerin yaşamlarına yönelik beklentileri, psikolojik sağlımlıkları ve duygusal özerklik durumlarını etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Bu bilgiler ışığında aşağıdaki öneriler sunulabilir:

#### **Ailelere yönelik öneriler:**

- Ailelerin, çocukluktan itibaren ergenlik döneminin özelliklerinden olan duygusal özerklik durumlarının oluşturabileceği olumsuz sonuçlarla ilgili ailelere farkındalık kazandırılmalıdır.
- Ergenlerin geleceğe yönelik beklentilerinin geniş perspektifte ele alınarak ebeveyn ve ergenlerin bilgilendirilmeleri önemlidir. Ebeveynlere yapabilecekleri görev ve sorumlulukları ve ergenlere de ailelerine “hayır” diyebilme becerileri konusunda destekleme programları düzenlenmelidir.

- Ergenlerin iyi oluşları ve yaşamda başarılı olmaları için desteğe ihtiyaçları vardır; yapılan mevcut araştırma ebeveynlerin, kendi başlarına yardım istediklerinde yeterince destekleyici olan, hayatın birçok yönünde sorumluluk alan, kararlarında rehberlik eden, özerk ve yeterince bağımsız çocuk yetiştirmelerine teşvik etmektedir.
- Araştırmaya katılan ergenlerde annesi üniversite mezunu olan ergenlerin gelecek beklentisi ortalamalarının diğer grupların ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu; aynı şekilde babası üniversite mezunu olan ergenlerin psikolojik sağlamlık ve gelecek beklentileri ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Mevcut bulgulardan yola çıkarak: her eğitim düzeyindeki ebeveynlerin kendilerine ve ergen çocuklarına yönelik olumsuz yaklaşımlarını azaltacak, farkındalık çalışmaları ve psikoeğitim programları düzenlenebilir.
- Ergenlik döneminde karşılaşılan sorunların çözümüne yönelik ergenlerin her yaş düzeyinde psikolojik sağlamlık durumları, risk ve koruyucu faktörleri dikkate alınarak eğitsel etkinlikler ve psikoeğitim programları düzenlenebilir.
- Ergenlere odaklanarak okul yöneticileri ve aileler arasında etkileşimin sık olduğu programlar artırılmalı; okul, aile ve ergenler arasındaki yüksek düzeyde etkileşimli bir ağın her ergenin yaşam kalitesi ve toplumdaki etkinliğini şekillendirmede esnekliğin rolüne vurgu yapılmalıdır.

#### **Çocuk gelişimi alanında yapılacak başka araştırmalar için öneriler:**

- Bu çalışmada ele alınan duygusal özerklik, psikolojik sağlamlık ve geleceğe yönelik beklentileri değerlendiren ölçeklerin alt gruplarına odaklanan çalışmalar yapılabilir.
- Ergenlere öz değerlendirme ve farkındalık çalışmalarına ihtiyaç vardır.
- Ebeveynlerin öz-farkındalığının doğruluğunu ve aşırı ilgili olmanın altında yatan öz-farkındalığın nasıl geliştirilip iyileştirilebileceğini incelemek için gelecekteki çalışmalara ihtiyaç vardır.
- Farklı kültürlerde ergenlerin duygusal özerklikleri, psikolojik sağlamlıkları ve geleceğe yönelik beklentileri, bu değişkenlerin benzerlikleri, farklılıkları ve incelenebilir.
- Duygusal özerklik durumunun psikolojik sağlamlık becerilerine etkisi ve ergendeki göreceli başarısı araştırılabilir.

- Ergenlerin geleceğe yönelik beklentileri ve duygusal özerkliklerine yönelik ileri kesitsel araştırmalar yapılabilir (örneğin ergenler üniversite dönemi ve yetişkinlik dönemlerine kadar izlenebilir).
- Mevcut araştırma 14-17 yaş grubu ergenlik dönemindeki bireylerle gerçekleştirilmiştir. Genellemenin tüm yaş gruplarına yapılabilmesi için ilkokul ve üniversite öğrencilerinin katılımı ile yapılacak araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.
- Farklı sosyo-ekonomik ve kültürel düzeyleri kapsayan farklı örneklem grupları ile çalışılabilir. Daha büyük örneklem grubuna ulaşılabilir.
- Ergenlerin olası risk ve koruyucu faktörleri dikkate alınarak uyuma yönelik psikolojik sağlımlıklarını artırıcı farkındalık ve psikoeğitim programları düzenlenebilir. Çünkü psikolojik sağlımlığın sosyal ve akademik sonuçları iyileştirici, ergenlerin yeteneklerini geliştirici ve onlara yeni bir vizyon kazandıran etkileri yapılan araştırmalardan anlaşılmaktadır.

Bu araştırmada ergenlik döneminde ve gelişim sürecindeki bu önemli kavramların incelenerek ergenlerin gelişimini desteklemek amacıyla çıkarımlar elde etmek hedeflenmiştir. Okul yaşantısında ergenlerle ilgili tüm meslek sahibi yetkililerin; anne baba eğitim seviyesinin ergenler üzerindeki etkisi, aile içindeki yaşamda kavga ve anlaşmazlıkların yarattığı olumsuz sonuçlar ve travmaya yönelik farkındalık hakkında öğrencilere, velilere yönelik bilgilendirici çalışmalar yapmaları önerilebilir. Bu çalışmalarda okul çeşitlerine göre ergenlerdeki olası etkiyi taşıyan nitelikte bilgilendirici çalışmalar önerilmektedir. Araştırma sonuçlarının genellenebilirliğini arttırmak için daha geniş ve katılımcı çeşitliliği yüksek gruplarla; farklı sosyo-ekonomik yapıdan ailelerin ergen çocukları ile çalışılması önerilebilir. Kimlik ve kişilik gelişimi boyutunda çalışmanın genişletilmesi önerilebilir. Ebeveynlere kılavuz olacak çalışmaların yanı sıra ergenlere de okul çeşitlerinin, anne ve baba ilişkilerinin ve travmanın yaşlara göre etkisi gelecek beklentileri, duygusal özerklik ve psikolojik sağlımlık açısından değerlendirmeleri ile aktarılmalı ve farkındalık sahibi olmaları sağlanmalıdır. Ek olarak ergenlerin entelektüel merakları, akademik başarıları ve bilgiye erişim kolaylıkları ve yaşam alışkanlıkları da ölçümlenerek çalışmaların boyutu genişletilebilir ve bu yönleri de içeren bilgilendirici çalışmalar yapılabilir.

## KAYNAKLAR

- Adler, A. (1994). İnsan tabiatını tanıma. Çev. Ayda Yörükan. Ankara: Türkiye İş Bankası Yayınları.
- Adwere-Boamah, J. ve Deborah A. C. (1993). A confirmatory factor analysis of a four-factor model of adolescent concerns revisited. *Journal of Youth Adolescence*, 22:3, 297-312.
- Ahioğlu-Lindberg, E. N. (2011). Piaget ve ergenlikte bilişsel gelişim. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(1), 1-10.
- Akar, A. (2018). *Psikolojik sağlık programının ergenlerin psikolojik sağlık düzeyine etkisi*. Doktora Tezi, Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Aktaş E. (2016). Ergenlerin psikolojik dayanıklılıkları ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun
- Alexandrov, N. & Alexandrov, V. (2015). Computational science research methods for science education at PG level. *Procedia Computer Science*, 51, 1685-1693. <https://doi.org/10.1016/j.procs.2015.05.305>
- Alisinanoğlu, F. (2002). Gençlik dönemi özellikleri ve genç anne-baba iletişimi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 27(123), 62-63.
- Allen, J., Hauser, S., Bell, K., & O'Connor, T. (1994). Longitudinal assessment of autonomy and relatedness in adolescent-family interactions as predictors of adolescent ego development and self-esteem. *Child Development*, 65, 179-194
- Alonzo, R., Hussain, J., Stranges, S. & Anderson, K.K. (2021). Interplay between social media use, sleep quality, and mental health in youth: a systematic review. *Sleep Med Rev*, 56, 101414.
- Altundağ, Y. (2013). *Anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık*. Yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu
- Arslan, G. (2015). Ergenlerde psikolojik sağlık: bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5. 44, 73- 82.

- Artar, M. (2003). Depremi yaşıyan ergenlerin gelecek beklentilerinin içeriği. *Kriz Dergisi*, 11(3), 21-27.
- Avar F.Z. (2019). Lise öğrencilerinde algılanan ebeveynlik tutumunun öğrencilerin gelecek beklentisi ve akademik başarısı ile ilişkisi. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Aydın, A. (2000). *Gelişim ve öğrenme psikolojisi*. İstanbul: Alfa Yayın.
- Aydın, İ. (2015). *Ders dışı etkinliklere katılan ve katılmayan öğrencilerin duygusal özerkliklerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Ayverdi, M. (1990). *Erken ergenlik dönemi ergenlerinin depresyon düzeylerini etkileyen bazı dış etmenler*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Azeem, S. (2010). Mohammad; personality hardiness, job involvement and job burnout among teachers. *International Journal of Vocational and Technical Education*, 2(3), 36-40
- Baker, C. R. & Stith, S. M. (2008). Factors predicting dating violence perpetration among male and female college students. *Journal of Aggression, Maltreatment, & Trauma*, 17(2) 227-244. <http://dx.doi.org/10.1080/10926770802344836>
- Bahadır, E. (2009). Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bakırcıoğlu, R. (2012). *Ansiklopedik eğitim ve psikoloji sözlüğü*. Anı Yayıncılık, Ankara.
- Baş, N. ve Altun, F. (2020). Ortaokul öğrencilerindeki gelecek beklentilerinin açıklanmasında okula bağlılık, okul yaşam kalitesi ve akademik başarının rolü. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24(1), 197-213
- Bayhan, P. S. ve Artan, İ. (2005). *Çocuk gelişimi ve eğitim*. (1. Baskı), Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- Beyers, W., Goossens, L., Vansant, I. & Moors, E. (2003). A structural model of autonomy in middle and late adolescence: Connectedness, separation,



- detachment, and agency. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(5), 351–365.  
<https://doi.org/10.1023/A:1024922031510>
- Beyers, W., Goossens, L., VanCalster, B. & Duriez, B. (2005). An alternative substantive factor structure of the emotional autonomy scale. *European Journal of Psychological Assessment*, 21, 147e155. <http://dx.doi.org/10.1027/1015-5759.21.3.147>
- Blum, R. W., Bastos, F., Kabiru, C. W. & Le, L.C. (2012). Adolescent health in the 21st century. *Lancet*. 379(9826), 1567–1568
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59. 1, 20-28.
- Bulut, B. (2016). *Ergenlerin anksiyete, sosyal destek ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Budal K. (2021). 13-18 yaş ergenlerin duygusal özerklikleri ve ebeveyn sıcaklığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul.
- Catalano, R.F., Berglund, M.L., Ryan, J.A.M., Lonczak, H.S., & Hawkins, J.D. (2004). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive youth development programs. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 98-124
- Chan, K. W. & Chan, S. M. (2011). Emotional autonomy and perceived parenting styles: Relational analysis in the Hong Kong cultural context. *Asian Pacific Education Review*, 10, 433-443
- Chen, T.L., Shen, C.C. (2012). Today's intern, tomorrow's practitioner. The influence of internship programmes on students' career development in the Hospitality Industry. *J. Hosp. Leis. SportTour. Educ.* 11, 29–40
- Chen, Z., & Dornbusch, S.M. (1998). Relating aspects of adolescent emotional autonomy to academic achievement and deviant behavior. *J Adolescent Res.*13(1), 293-319

- Cloutier, R. (1982). Ergenlik psikolojisinde kuramlar. (B. Onur, Çev.). *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 27(2), 875-904.
- Collins, W. A., Gleason, T. ve Sesma, A. (1997). *Internalization, autonomy, and relationships: Development during adolescence*. In J. E. Grusec, & L. Kuczynski (Eds.), *Parenting and children's internalization of values* (pp. 78–99). New York: Wiley.
- Connor, K. M. & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The connor-davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82
- Coşkun, H., Özabacı N.Ş. (Ed.) (2013). *Psikoloji giriş*. İstanbul: Lisans.
- Crespo, C., Kielikowski, M., Pryor, J., & Jose, P. E. (2011). Family rituals in New Zealand families: links to family cohesion and adolescents' well-being. *Journal of Family Psychology*, 25, 184e193. <http://dx.doi.org/10.1037/a0023113>.
- Cross, S. E., & Markus, H. R. (1999). The cultural constitution of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 378–396). Guilford Press.
- Çalık, M. ve Bal, F. (2020). Ergenlerde duygusal özerklik, arkadaşla bağlanma ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Metinleri*. 2(1), 1-13
- Çankaya C., (2009). Özerklik Desteği, Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu ve Öznel İyi Olma: Öz-Belirleme Kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4, 31, 23-31, s. 24.
- Çimen, S. (2017). *Duygusal özerklik kazanımında benlik saygısı ve karar verme stillerinin etkilerinin belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çimen, S. ve Tatar, A. (2019). Gençlerde duygusal özerklik kazanımında benlik saygısı ve karar verme stillerinin etkilerinin belirlenmesi. *Humanistic Perspective*, 1(1), 56-70.

- Çoban, A. E. (2005). Lise son sınıf öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeylerinin yordayıcı bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), 39-54.
- Çok, F., Deniz, M. ve Duyan, V. (2013). Duygusal özerklik ölçeği'nin ergenler için uyarlanması ve psikometrik özellikleri. *Eğitim ve Bilim*, 167(38), 352-363.
- Dacey, J.S. & Kenny, M. (1994). *Adolescent development*. USA: Brown & Benchmark Publishers
- Dacey J. S. ve Travers, J. F. (1996). *Human development* (3.baskı). Chicago: Benchmark Publishers.
- Damon, W. (2004). What is positive youth development? *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 13-24
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. Berlin: Springer Science & Business Media.  
<https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Demir, M. ve Karabacak, A. (2017). Ergenlerin duygusal özerkliklerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 427-442.
- Deniz EM. (2008). *Farklı öz-anlayış (self-compassion) düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinde depresyon anksiyete ve stresin değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Deniz, M. (2010). *Ergenlerde sır saklamanın duygusal, gelişimsel değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Deniz, M. Çok, F. & Duyan, V. (2013). Duygusal Özerklik Ölçeği'nin ergenler için uyarlanması ve psikometrik özellikleri. *Eğitim ve Bilim*. 38(167), 352-364
- Derman O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim, İ.Ü. *Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi* No: 63, 19-21.

- Dilmaç, B. & Koç, A. (2020). Ergenlerin sahip oldukları değerler ile okula karşı tutumları ve okul tükenmişliği arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (2) , 175-185 . DOI: 10.51119/ereegf.2020.4
- Dinçel, E. (2006). *Ergenlik dönemi gelişimsel ödevleri ve psikolojik problemler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102
- Duman, B. (2007). *Beyin temelli öğrenme*. Pegem A Yayıncılık, Ankara.
- Durak, M. (2002). *Deprem yaşamış üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerini yordamada psikolojik dayanıklılığın rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dursun, A., Özkan, M. S. ve Başkaya, Y. (2018). Ergenlerin gelecek beklentilerinin yordayıcısı olarak: psikolojik semptomlar ve akademik başarı. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1), 121-144
- Ege, A. (2018). *Ergenlerin sorunlarının ve algıladıkları sosyal desteğin gelecek beklentilerine etkilerinin incelenmesi: Altındağ örneği*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Eldeleklioğlu, J. ve Eroğlu, Y. (2015). A Turkish adaptation of the emotion regulation questionnaire. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 1157-1168. <http://dx.doi.org/10.14687/ijhs.v12i1.3144>.
- Eker, H. (2017). *Affetme esnekliği kazandırma amaçlı bilişsel davranışçı yönelimli grupla psikolojik danışma uygulamasının ergenlerdeki umutsuzluk üzerindeki etkisi*. Doktora tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, Sakarya
- Erçevik, A. (2014). *Lise öğrencilerinin duygusal özerklik ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Ergün, N. (2020). Kimlik gelişimi: anlatı kimliği ve kuşaklararası anlatı kimliği. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(4):455-475 doi: 10.18863/pgy.676439
- Ergün, O. (2016). *Ergenlerde duygusal zekâ özellikleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erikson, EH. (1968) *Identity: Youth and Crisis*. New York, Norton
- Ermiş B.S. (2019). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri, aile yaşam doyumları ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul
- Ernas, Ş. (2017). *Özerklik ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, T.C. İstanbul Gelişim Üniversitesi, T.C. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Esen-Çoban, A. (2013). Türkiye’de ergenlerin duygusal özerkliklerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38(169), 1-14
- Etikan, İ., Musa, A. ve Alkassim, R. S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*. 5(1), 1-4. <http://dx.doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Flett, G. L. & Hewitt, P. L. (2014). A proposed framework for preventing perfectionism and promoting resilience and mental health among vulnerable children and adolescents. *Psychology in the Schools*, 5(9), 899-912
- Fletcher, D. & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts and theory. *European Psychologist*, 18, 12–23
- Fuhrman, T. & Holmbeck, G. N. (1995). A contextual-moderator analysis of emotional autonomy and adjustment in adolescence. *Child Development*, 66, 793e811. <http://dx.doi.org/10.2307/1131951>
- Fletcher, D., & Hanton, S. (2003). Sources of organizational stress in elite sports performers. *The Sport Psychologist*, 17(2), 175–195. <https://doi.org/10.1123/tsp.17.2.175>

- Fletcher, D. ve Scott, M. (2010). Psychological stress in sports coaches: A review of concepts, 7 the oryand research. *Journal of Sports Sciences*, 28, 127-137. doi:8 10.1080/02640410903406208
- Flores, E., Cicchetti, D. ve Rogosch F. A. (2005). Predictors of resilience in maltreated and non maltreated latino children. *Developmental Psychology*, 41(2), 338-351.
- Fouladchang, M., Kohgard, A. & Salah, V. (2010). A study of psychological health among students of gifted and non gifted high schools. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5,1220-1225 <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.264>
- Fuhrman, T. ve Holmbeck, G. N. (1995). Contextual-moderatoranalysis of emotional autonomy and adjustment in adolescence, *Child Development*, 66, 793-811.
- Freud, A. (1958). *Adolescence*. *Psychoanalytic Study of the Child* 13, 255-278.
- Gallatin, J. (1995). *Ergenlik kuramları. j.f. adams (ed) ergenliği anlamak* (49-80) (Çev. Nermin Çelen) B. Onur (Ed.). İmge Yayınevi, Ankara.
- Gander, M. J., ve Gardiner, H. W. (2004). *Çocuk ve ergen gelişimi*. (Çev. Ali Dönmez, Nermin Çelen ve Bekir Onur), İmge Kitabevi (5. Baskı), Ankara,
- Garber, J. & Little, S. A. (2001). Emotional autonomy and adolescent adjustment. *Journal of Adolescent Research*, 16 (4), 355-371.
- Geçtan, E. (2005). *Psikanaliz ve Sonrası* (11.baskı). Metis Yayınları, İstanbul.
- Ghani, E.K., Said, J.N., Noraini M. & Jusoff, K. (2008). The 21st century accounting career from the perspective of the Malaysian University students, *Asian Social Science*, 4(8), 73- 83
- Gianesini, C. (2011). Resilience as a relational construct: Theoretical and empirical evidences Doctoral Thesis. University of Padua. [http://paduaresearch.cab.unipd.it/4432/2/ PH\\_thesis\\_2012\\_\\_\(in\\_stampa\\_24-01-2012\).pdf](http://paduaresearch.cab.unipd.it/4432/2/ PH_thesis_2012__(in_stampa_24-01-2012).pdf)
- Gizir, C.A. (2016). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128

- Glantz, M. D. and Sloboda, Z. (1999). *Analysis and reconceptualization of resilience*. In M. D. Glantz, J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations* (ss. 109-126). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers
- Gökçek, N. Ö. (2019). *Ergenlerin umutsuzluk ve psikolojik sağlamlıklarının sahip oldukları değerlere bakış açılarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- Güler, O. & Pekşen Süslü, D. (2022). Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ile duygusal özerklik arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Edu 7: Yeditepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12 (14), 30-55 Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/edu7/issue/74580/1201338>
- Güloğlu, B., Kararımak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık, *Ege Eğitim Dergisi*, İzmir, 2, 73-88.
- Günay, G. & Bener, Ö. (2013). Gençlerin evlilik ve aile yaşamına ilişkin tutumları. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3 (1), 1-16
- Günce, G., Ünlüoğlu, G., Gürkaynak, İ., Zeytinoğlu, S., Çileli, M., Dönmez, A., Öner, U. ve Onur, B. (1985). *Ergenlik psikolojisi*. Hacettepe Taş Kitapçılık, Ankara.
- Güney, M. A. (2017). Ergenlerde duygusal özerklik, sosyal destek ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya
- Güngörmüş, K., Okanlı, A. ve Kocabeyoğlu, T. (2015). Factors influencing resilience in nursing students. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-14
- Gürçay E. (2008). *Ergenlerde madde bağımlılığı ile yakınlarından ayrılma sorunları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir.
- Gürkan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkisi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara

- Güriş, S., ve Astar, M., (2015). Bilimsel araştırmalarda SPSS ile istatistik, İstanbul: Der Yayınları.
- Gürlek-Yüksel, E. (2006). *Üniversite öğrencilerinin ayrılma bireyleşme özellikleri ve etkileyen etmenler*. Tıpta uzmanlık tezi, Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi, İzmir
- Gürses, İ. ve Kılavuz, M. A. (2011). Erikson'un psiko-sosyal gelişim dönemleri teorisi açısından kuşaklararası din eğitimi ve iletişiminin önemi. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 20(2), 153-166.
- Hall, G. S. (1904). *Adolescence: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion and education, Vol. 1*. D Appleton & Company. <https://doi.org/10.1037/10616-000>
- Harvey, J. & Delfabbro, P. H. (2004). Psychological resilience in disadvantaged youth: A critical overview. *Australian Psychologist*, 39(1), 3-13 <https://doi.org/10.1080/00050060410001660281>
- Hasmi, K. ve Fayyaz, H. (2022). Adolescence and academic well-being: parents, teachers, and students' perceptions. *Journal of Education and Educational Development*. 9(1), 27–47. <http://dx.doi.org/10.22555/joeeed.v9i1.475>
- Huang, C. (2021). Correlations of online social network size with wellbeing and distress: a meta-analysis. *Cyberpsychology*, 15, 3-21
- Hurn, C. J. (1993). *The limits and possibilities of schooling: An introduction to the sociology of education* (3rd ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Johnson, H. D., La Voie, J. C., & Mahoney, M. (2001). Interparental conflict and family cohesion. Predictors of loneliness, social anxiety, and social avoidance in late adolescence. *Journal of Adolescent Research*, 16, 304e318. <http://dx.doi.org/10.1177/0743558401163004>
- Johnson, S. L., Jones, V., & Cheng, T. L. (2015). Promoting “healthy futures” to reduce risk behaviors in urban youth: A randomized controlled trial. *American Journal of Community Psychology*, 56, 36–45



- İkizoğlu, M, Önal-Dölek, B. ve Gökçearsan Çifci, E. (2007). Çalışan çocukların sorunları ve geleceğe ilişkin beklentileri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 18(2), 21-36.
- Kahraman S. (2016). *Boşanma sonrasında genç-ebeveyn ilişkilerinin sürdürülmesi ve öğrencinin akademik başarısına etkisi (Afyon ili örneği)*. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). Özerk-ilişkisel benlik: yeni bir sentez. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11, 36-44.
- Kağıtçıbaşı Ç, Ataca B. (2017). Çocuğun değeri ve aile değişimi: Türkiye’den otuz yıllık bir portre. *Sosyoloji Dergisi*. 35(1), 77–101
- Kalkan, M., ve Özbek, S. K. (2011). Çocukluk çağı örselenme yaşantıları ergenlerdeki flört kaygısını yordar mı? *Türk J Child AdolescMentHealth*, 18(1): 35-44
- Kalkan, M. & Koç, H.E. (2010). Romantik ilişkilerde gelecek zaman yönelimine ebeveynlik stillerinin etkisi: geçici ilişkilere karşılık uzun dönemli bağlanım. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7 (2), 946-959.
- Kararımk, Ö. (2006). Psikolojik sağamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3. 26, 129-142.
- Karakuş, E. (2020) *Ergenlerin duygusal özerkliklerini yordamada öznel iyi oluş ve ebeveyne bağlanmanın rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü. Gaziantep
- Karamenderes, A. (2020). *Lise öğrencilerinde kariyer kararı verme güçlüğü ile kariyere ilişkin ebeveynden algılanan destek, yeterlik algısı, gelecek beklentisi arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir
- Karasar, N. (2016). Bilimsel araştırma yöntemi kavramlar teknikler ilkeler. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Koç, F. (2019). *Ergenlerde anne baba tutumları ile duygusal özerklik arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Düzce İli Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, T.C. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul.

- Konate, A. D. ve Atalan-Ergin, D. (2018). Ergenler için “gelecek beklentisi farkındalık eğitimi” programının etkinliğinin sınanması. *Yaratıcı Drama Dergisi* 2018, 13(1), 69-84 <http://dx.doi.org/10.21612/yader.2018.005>
- Konshina, T. & Sadovnikova, T. (2022). A Russian version of the emotional autonomy scale: primary adaptation data. *Psychology in Russia: State of the Art*. 15(3), 91-107 <http://dx.doi.org/10.11621/pir.2022.0306>
- Kreski, N, Platt, J., Rutherford, C., Olfson, M., Odgers, C., Schulenberg, J., Keyes, K.M. (2021). Social media use and depressive symptoms among United States adolescents. *J Adolesc Health*, 68, 572–579
- Kubas, J., & Stofkova, Z. (2017). Application of some research methods to determine the level of safety in municipalities. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 237, 242-248. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2017.02.070>
- Kulaksızoğlu, A. (1989). Ergen aile çatışmaları ile annenin tutumları arasındaki ilişki ve ergenin problemleri. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1): 71-87.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik psikolojisi*. (3. Baskı), İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kulaksızoğlu, A. (2001). *Ergenlik psikolojisi* (4.baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kulaksızoğlu, A., (2004). *Ergenlik psikolojisi*. 6.bs. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Küçük T. (2019). *Çocukluk çağı örseleyici yaşantıları: geç ergenlik döneminde duygu düzenleme, psikolojik uyum ve sağlamlık*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Lamborn, S., & Groh, K. (2009). A four-part model of autonomy during emerging adulthood: association with adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 33, 393e401. <http://dx.doi.org/10.1177/0165025409338440>
- Lamborn, S. D. ve Steinberg, L. (1993). Emotional autonomy redux: Revisiting Ryan and Lynch. *Child Development*, 64, 483-499.
- Levesque, R.J.R. (2018) *Mentalhealth*.In: Levesque RJR (eds) *Encyclopedia of Adolescence*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-33228-4\\_566](https://doi.org/10.1007/978-3-319-33228-4_566)

- Liu, F., He, Q. & Wu, N. (2022). Factors Influencing students' career intentions in the hospitality and tourism industries: a meta-analysis. *Behav. Sci.* 12, 517. <https://doi.org/10.3390/bs12120517>
- Loukas, A. (2009) Examining temporal associations between perceived maternal psychological control and early adolescent internalizing problems. *Journal of abnormal child psychology*, 37(8), 1113-1122. <https://doi.org/10.1007/s10802-009-9335-z>
- Lougheed, J. P., Brinberg, M., Ram, N., & Hollenstein, T. (2020). Emotion socialization as a dynamic process across emotion contexts. *Developmental Psychology*, 56(3), 553.
- Maddi, S. R. and Khoshaba, D. M. (1994). Hardiness and mental Health, *Journal of Personality Assessment*, 63:2 265-274
- Makas, A. (2020). *Ergenlerde gelecek beklentileri ve okula uyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.
- Markus, H. R. ve Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224–253.
- Malenova, A.Yu., & Potapova, Y. V. (2018). Emotional well-being of students and their parents in a separation situation. *Clinical Psychology and Special Education*. 7(2), 83–96 <https://doi.org/10.17759/cpse.2018070206>
- Marusak, H. A., Thomason, M. E., Sala-Hamrick, K., Crespo, L. and Rabinak, C.A. (2018). What's parenting got to do with it: Emotional autonomy and brain and behavioral responses to emotional conflict in children and adolescents. *Developmental Science*, 21(4), 1-11. <https://doi.org/10.1111/desc.12605>.
- Masten A. S. (2001). Resilience process in development. *American Psychologist*, 56(3), 227- 238.
- Masten, A. S., Best, K. M. ve Garmezy, N. (1990). Resilience and development: contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*. 2(4), 425-444

- McBride-Chang, C. ve Chang, L. (1998). Adolescentparent in Hong Kong: Parenting styles emotional autonomy, and school achievement. *The Journal of Genetic Psychology*, 159,4.
- McCandless, B. R. (1970). *Adolescents: Behavior and development*. Dryden.
- McWhirter, E. H. & McWhirter, B. T. (2008). Adolescent future expectations of work, education, family, and community: Development of a new measure. *Youth & Society*, 40, 182-202. doi:10.1177/0044118X0831425
- Miner, C. L. (2016). *Adolescent resilience: Examining the influence of sibling position following a parental separation*. Master Thesis, Purdue University
- Morrison, R.L. (2008). Negative relationships in the workplace: Associations with organisational commitment, cohesion, job satisfaction and intention to turnover. *J. Manag. Organ.* 14, 330–344
- Morsünbül, Ü. (2011). *Ergenlikte özerkliğin ve kimlik biçimlenmesinin öznel iyi oluş üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Muuss, R. E. (2006). *Theories of adolescence*. (6. Baskı), New York: McGraw- Hill Publishers.
- Noom, M., Dekovic, M., & Meeus, W. (2001). Conceptual analysis and measurement of adolescent autonomy. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(5), 577-595.
- Nurmi, J. E. (1991). How do adolescents see their future? A review of the development of future orientation and planning. *Developmental review*, 11(1), 1-59.
- O'Brien, D. T., & Kauffman, R. A. (2013). Broken windows and low adolescent prosociality: Not cause and consequence, but cosymptoms of low collective efficacy. *American Journal of Community Psychology*, 51, 359–369
- Oettingen, G. ve Mayer, D. (2002). The Motivating Function of Thinking About the Future: Expectations Versus Fantasies. *Journal of Personality and Social Psychology*. 83(5), 1198–1212
- Oyserman, D., Terry, K. & Bybee, D. (2002). A possible selves intervention to enhance school involvement. *Journal of Adolescence*. 25(3), 313–326

- Önder, A. ve H. Gülay. (2007). Annelerin kabul ve red düzeyi ile çocuklarının empati becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2. 22, 23- 30
- Öz, F. ve E. Bahadır- Yılmaz. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: psikolojik sağlamlık. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*. 82- 89.
- Özbay, H.M. (2000). *Ruh sağlığı ve hastalıkları kliniğine başvuran ergenlerin kendilerini algulamalarıyla başvurmayanların kendilerini algulamalarının karşılaştırılması*. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, Y. Ve Çok F. (2011). Ergenlikte özerklik gelişimi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 152-164.
- Özer R. (2019). *Ergenlik döneminde algılanan ebeveyn kabul reddi, duygu dışavurum ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Öztürk, M.O. ve Uluşahin, N. A. (2011). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. 13.Baskı. 2015. Ankara: Nobel.
- Parlaz, E. A., Tekgül, N., Karademirci, E. ve Öngel, K. (2012). Ergenlik dönemi: Fiziksel büyüme, psikolojik ve sosyal gelişim süreci. *Turkish Family Physician*, 3(2), 10-16.
- Parra, A., Oliva, A. & Sanchez-Queija, I. (2015). Development of emotional autonomy from adolescence to young adulthood in Spain. *Journal of Adolescence*. 38, 57-67 <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.11.003> 0
- Plotnik, R. (2009). *Psikolojiye giriş*. (Çev. T. Geniş). İstanbul: Kaknüs Yayınları. (Eserin Orijinali 2007'de yayımlandı).
- Postman, N. (1995). *Çocukluğun yokoluşu*. (Çev. K. İnal). (1.Baskı) Ankara: İmge Kitabevi.
- Raffaelli, M., & Koller, S. (2005). Future expectations of Brazilian street youth. *Journal of Adolescence*, 28, 249-262

- Rigsby, L. C. (1994). Americanization of resilience: Deconstructing research in practice. In M. C. Wang & E. W. Gordon (Eds.), *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects* (pp. 85-94). Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Rodriguez, B., & Rodrigo, M. J. (2010). The “crowdednest”: family conflict resolution when young adults remain at home. *Cultura Educacion*, 23(1), 89e104. <http://dx.doi.org/10.1174/113564011794728551>
- Rotter JB. (1954) *Social learning and clinical psychology*, New York, Prentice-Hall.
- Ryan, R.M., Lynch, J.H. (1989). Emotional Autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Dev.* 60: 340-356
- Sameroff, A. (2005). Early resilience and its developmental consequences. In: Tremblay RE, Barr RG, Peters RDeV, (Eds). *Encyclopedia on early childhood development* [online]. Montreal, Quebec: Centre of Excellence for Early Childhood Development. 1-6.
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence*, New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Sarıkaya A. (2015). *14-18 yaş arası ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul
- Sarkar, M., Fletcher, D. (2014). Sporcularda psikolojik dayanıklılık: stresörlerin ve koruyucu faktörlerin gözden geçirilmesi, *Spor Bilimleri Dergisi*, 32(15), 1419-1434, <http://dx.doi.org/10.1080/02640414.2014.901551>
- Savaş, A. E. (2020). *Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencilerinin mesleki karar düzeyleri ile bilişsel esneklik ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Savi Çakır, F. (2018). The role of resilience and gender in the relationship between adults' childhood traumatic experiences and psychological symptoms. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 114-131.

- Schaan, V. K. & Vogele, C. (2016). Resilience and rejection sensitivity mediate long-term outcomes of parental divorce. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25, 1267-1269
- Schmitz, M.F., & Baer, J.C. (2001). The vicissitudes of measurement: A confirmatory factor analysis of the Emotional Autonomy Scale. *Child Development*, 72, 207–220. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00274>
- Schwartz SJ, Beyers W, Luyckx K, Soenens B, Zamboanga et al. (2011a). Examining the light and dark sides of emerging adults' identity: a study of identity status differences in positive and negative psychosocial functioning. *J Youth Adolesc*, 40:839–859.
- Secades, X. C., Molinero, O., Salguero, A., Barquin, R. R., Vega, R. & Marquez, S. (2016). Relationship between resilience and coping strategies in competitive sport. *Perceptual and Motor Skills*, 122(1), 336 – 349
- Seginer, R. (2003). Adolescent future orientation: an integrated cultural and ecological perspective. *Online Readings in Psychology and Culture*, 6(1).
- Seginer, R. & Lilach, E. (2004). How adolescents construct their future: the effect of loneliness on future orientation. *Journal of Adolescence*, 27, 625-643.
- Seiffge-Krenke, I. (2013). “She's leaving home” antecedents, consequences, and cultural patterns in the leaving home process. *Emerging Adulthood*, 1, 114e124. <http://dx.doi.org/10.1177/2167696813479783>.
- Sesli, Ç. (2014). *Ortaöğretim öğrencilerinin özerklik düzeyleri ile değer yönelimleri ve kendini ayarlama düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Erciyes Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kayseri
- Sipahioğlu, Ö. (2008). *Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya
- Sipsma, H., L., Ickovics, J., Lin, H. & Kershaw, T. (2012). Future expectations among adolescents: a latent class analysis. *Am J Community Psychol*. 50(1-2), 169–181. <http://dx.doi.org/10.1007/s10464-011-9487-1>.

- Sorkhabi, N. (2005). Applicability of Baumrind's parent typology to collective cultures: Analysis of cultural explanations of parent socialization effects. *International Journal of Behavioral Development*, 29(6), 552–563
- Steinberg, L., & Silverberg, S. B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 57, 841-851
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik* (F. Çok, Çev. Ed.) Ankara: İmge Kitabevi.
- Steinberg, L. (2013). *Ergenlik*. (Yayına Hazırlayan: F. Çok). İstanbul: İmge Kitabevi.
- Storr, C.L., Accomero, V.H., Crum, R.H. (2007). Profiles of current disruptive behavior: Association with recent drug consumption among adolescents. *Addictive Behaviors*. 32(2), 248–264
- Şahin, N. ve Şahin, N. H. (1995). Dimensions of concerns: the case of Turkish adolescents. *Journal of Adolescence*, 18, 1-21.
- Şenyuva, H. Ş. (2007). *Aydın ilinden alınan normal bir örnekte kişilik bozukluklarının yaygınlık çalışması*. Yüksek lisans tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın,
- Tarter, R. E. and Vanyukov, M. (1999). Re-Visiting the validity of the construct of resilience. In M. D. Glantz, J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations* (ss. 85-107). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Tatar A., Bildik T, Yektaş Ç., Hamidi F., Özmen H.E. (2016). Nobel Medicus. Duygusal Özerklik Ölçeği'nin (DÖÖ) Türkçe'ye Uyarlanması ve Klinik Başvurusu Olmayan Ergen Öğrencilerde Duygusal Özerkliğin İncelenmesi (2016). The Adaptation of Emotional Autonomy Scale (EAS) into Turkish and Examination of Emotional Autonomy an Non-Clinical Adolescence Sample Cilt 12, Sayı 1 39-48
- Teall, T., Barrera, M., Barr, R., Silva, M., & Greenberg, M. (2013). Psychological resilience in adolescent and young adult survivors of lower extremity bone tumors. *Pediatric Blood & Cancer*, 60(7), 1223-1230.



- Temel, F. ve Aksoy, A. B. (2016). *Ergen ve gelişimi-yetişkinliğe ilk adım*. (4. Basım) Ankara: Nobel Yayınları.
- Tekin, E. (2011). *Askeri hastanelerde çalışan hemşirelerin psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Terzi, Ş. (2005). *Öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik dayanıklılık modeli*. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Topaktaş, B. (2015). Adölsanlarda algılanan sosyal desteğin gelecek beklentisi ve ruhsal belirti düzeyleri ile ilişkisi. *On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun*.
- Trommsdorff, G., Lamm, H. ve Schmidt R. W. (1978). Longitudinal study of adolescents' future orientation. *Journal of Youth and Adolescence*, 8, (2), xx
- Tuncer, M. (2011). Ergen Gelecek Beklentileri Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması. *International periodical for the languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 6/3: 1265- 1275
- Tuncer, M. ve Bahadır, F. (2018). Lise öğrencilerinin gelecek beklentilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 15(1), 541-553
- Tung, S. ve Dhillon, R. (2006). Emotional autonomy in relation to family environment: A gender perspective. *Journal of The Indian Academy of Applied Psychology*, 32 (3), 201-212.
- Turgut, Ö., & Çapan, B. E. (2017). Ergen psikolojik sağlık düzeyinin yordayıcıları: algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (44), 162-183.
- Tusaie, K. & Dyer, J. (2004). Resilience: A historical review of the construct. *Holistic Nursing Practice*, 18(1), 3-10.
- Tümkaya, S. (2005). Ailesi yanında ve yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(4), 445-459
- Tümlü, Ü. G. (2012). *Psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklı üniversite öğrencilerinin temas engellerinin incelenmesi*. Yüksek lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Valkenburg, P. M., Patti, M. Meier, A. & Beyens, I. (2022). Social media use and its impact on adolescent mental health: An umbrella review of the evidence. *Current Opinion in Psychology*, 44, 58–68  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.017>
- Valle, M. F., Huebner, E. S., & Suldo, S. M. (2006). An analysis of hope as a psychological strength. *Journal of School Psychology*, 44, 393–406.
- Vella, S.L. ve Pai, N.B. (2019). A theoretical review of psychological resilience: Defining resilience and resilience research over the decades. *Arch Med Health Sci.* 7, 233-239.
- Vignoles VL, Schwartz SJ, Luyckx K (2011). Introduction: toward an integrative view of identity. *In Handbook of Identity Theory and Research: Volume 1 Structures and Processes.* (Eds SJ Schwartz, K Luyckx, VL Vignoles):1-31. New York, Springer.
- Violato, C. and Holden, W. B., (1988). A Confirmatory factor analysis of a four factor model of adolescent concerns. *Journal of Youth and Adolescence*, 17(1), 101-113.
- Wentzel, K. R. & Feldman, S. S. (1996). Relations of cohesion and power in family dyads to social and emotional adjustment during early adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 2, 225e244.
- Windle, M. (1999). Critical conceptual and measurement issues in the study of resilience. (Ed: Glantz, M. D. ve Johnson, J. L.) *Resilience and development: Positive life adaptations.* New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Yang, Y, Xue, L., Jones, T.E. (2019). Tourism-enhancing effect of World Heritage Sites: Panacea or placebo? A meta-analysis. *Ann. Tour. Res.* 75, 29–41.
- Yavuzer, H. (2009). Ana-baba ve çocuk. (20. Baskı), İstanbul: Remzi Kitabevi
- Yavuzer, H. (2016). *Çocuk psikolojisi.* (39. Basım) İstanbul: Remzi Kitabevi
- Yavuzer, H., Demir, İ., Meşeci, F. ve Sertelin, Ç. (2005). Günümüz gençliğinin gelecek beklentileri. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 93-103

- Yayla, H.E. & Cengiz, E. (2005). Muhasebe mesleğinin gelecekle ilgili tercih edilmesinde etkili olan faktörlerin belirlenmesine yönelik bir alan çalışması: Karadeniz Teknik Üniversitesi Örneği, *Denetime Bakış*, 147-168.
- Yazıcı, A. (2019). Ergenlerde duygusal özerklik, eylemlilik ve arkadaşla bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas
- Yektaş, Ç. (2013). *Depresyon tanılı kız ergenlerde intihar davranışının doğası ve gelişimsel bağlamı: Kimlik duygusu, ergen-ebeveyn ilişkileri ve duygusal özerklik*. Tıpta uzmanlık tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.
- Yılmazer, Y. (2007). Anne-baba tutumları ile ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin okul başarısı ve özerkliklerinin gelişimi arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yörükoğlu, A. (2012). Gençlik çağı ruh sağlığı. İstanbul: Özgür Kitabevi
- Yücedağ, Ş. (1994). *Ergenlik dönemi problemleri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Zimmer-Gembeck, M. J. ve Collins, W. A. (2003). Autonomy development during adolescence. In G. R. Adams & M. Berzonsky (Eds.), *Handbook of Adolescence* (pp. 175- 204). Oxford: Blackwell.

## EK 1.

### DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

- 1) Cinsiyet: (..) Kız (..) Erkek
- 2) Yaşınız?: (..)14 ve daha küçük (..)15 yaş (16..)16 yaş (..) 17 ve daha büyük
- 3) Kaçınıcı Sınıftasınız?  
(..)9. Sınıf (..)10. Sınıf (..)11. Sınıf (..)12. Sınıf
- 4) Öğrenim gördüğünüz okul ismi: .....
- 5) Şu an yaşadığınız ortam?  
(..)Aile (..) Yurt (..)Akrabalar (..)Diğer...
- 6) Aile yapınız?  
(..)Çekirdek aile (..)Geniş aile (..)Tek ebeveynli aile
- 7) Ailenizin gelir düzeyini nasıl değerlendirirsiniz?  
(..)Düşük (..)Orta (..)Yüksek
- 8) Annenizin öğrenim düzeyi nedir?  
(..)okur -yazar değil (..)ilkokul mezunu (..)lise mezunu (..)üniversite mezunu
- 9) Babanızın öğrenim düzeyi nedir?  
(..)okur -yazar değil (..)ilkokul mezunu (..)lise mezunu (..)üniversite mezunu
- 10) Annenizin çalışma durumu:  
(..)Çalışmıyor (..)Esnaf(..)Memur (..)Serbest (..)Emekli  
(..)Diğer:.....
- 11) Babanızın çalışma durumu:  
(..)Çalışmıyor (..)Esnaf(..)Memur (..)Serbest (..)Emekli  
(..)Diğer:.....
- 12) Aile durumunuz?  
(..)Anne - baba birlikte yaşıyor (..)Anne - baba ayrı yaşıyor  
(..)Anne babadan biri vefat (..)Anne babanın her ikisi de vefat
- 13) Anne babanız ne sıklıkla kavga eder?  
(..)Hiç kavga etmezler (..)Çok seyrek (..)Ara sıra (..)Sık (..)Çok sık
- 14) Çocukluk döneminde sizi çok etkileyen ciddi bir travma yaşadınız mı? (Kaza, zorbalık, hastalık, engellilik vs vs)  
(..)Evet, belirtmek isterim:  
.....

**EK 2.**  
**ERGEN GELECEK BEKLENTİLERİ ÖLÇEĞİ**

Yetişkin olduğumda;		Kesinlikle inanmıyor			arasız			Kesinlikle inanıyor
<b>Faktör 1: İş ve Eğitim</b>								
1.	Hayatımla ilgili başarmak istediğim şeyleri başarmış olacağım	1	2	3	4	5	6	7
2.	İstediğim şeyleri satın alabileceğim	1	2	3	4	5	6	7
3	İyi bir iş bulacağım	1	2	3	4	5	6	7
4	Hedeflediğim eğitim düzeyine ulaşacağım	1	2	3	4	5	6	7
5	Hoşlanacağım bir iş bulacağım	1	2	3	4	5	6	7
6	İstikrarlı bir iş bulacağım	1	2	3	4	5	6	7
7	Geçimimi her zaman sağlayacağım	1	2	3	4	5	6	7
8	Kendimi güvende hissedeceğim	1	2	3	4	5	6	7
9	Kazandığım para bana ve hayat arkadaşşıma yetecek	1	2	3	4	5	6	7
10	İşim bana kendimle gurur duymam için fırsatlar verecek	1	2	3	4	5	6	7
11	Mutlu bir hayatım olacak	1	2	3	4	5	6	7
<b>Faktör 2: Evlilik ve Aile</b>								
12	Evleneceğim							
13	Çocuklarım olacak							
14	25 yaşından önce evil olacağım							
15	Evliliğim hep sürecek							
16	Çocuğum daima barış içinde yaşayacak							
17	Çocuğmun uzun bir hayatı olacak							
18	Çocuğuma güvenli bir ortam sağlayacağım							
<b>Faktör 3: Din ve Toplum</b>								
19	Düzenli olarak toplumsal ve dini hizmetlere katılacağım							
20	Dini aktivitelere katılacağım							
21	Topluluğumda lider olacağım							
<b>Faktör 4: Sağlık ve Yaşam</b>								
22	Uzun bir hayat yaşayacağım							
23	Sağlıklı bir diyet yapacağım							
24	Spor yapacağım							
25	Sağlığım iyi olacak							

### EK 3.

### KISA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ

	Hiç uygun değil	Uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Tamamen uygun
1. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	1	2	3	4	5
2. Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim.*	1	2	3	4	5
3. Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	1	2	3	4	5
4. Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.*	1	2	3	4	5
5. Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlatırım.	1	2	3	4	5
6. Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.*	1	2	3	4	5

\* Bu maddeler tersten kodlanmaktadır.

**EK 4.****DUYGUSAL ÖZERKLİK ÖLÇEĞİ**

		Tamamen katılıyorum	Katılıyorum	Katılmıyorum	Hiç katılmıyorum
1.	Annem, babam ve ben her konuda aynı fikirdeyiz	4	3	2	1
2.	Bir sorunu kendim çözmeden önce annem babamdan yardım alırım	4	3	2	1
3	Ben yanlarında yokken annem ve babamın nasıl davrandığını merak ederim	4	3	2	1
4	Annem ve babamın yanında olmasam bile onlar her zaman haklıdır	4	3	2	1
5	Gençlerin bazen anne babası yerine en iyi arkadaşından akıl alması daha iyidir	4	3	2	1
6	Yanlış bir şey yaptığımda annem ve babamın işleri yoluna koymalarına ihtiyaç duyarım	4	3	2	1
7	Annem ve babamın benim hakkımda bilmediği bazı şeyler vardır	4	3	2	1
8	Annem babam, kendi anne babalarının yanında evdeki hallerinden farklı davranırlar	4	3	2	1
9	Annem ve babam benim hakkımda her şeyi bilir	4	3	2	1
10	Annem ve babamın eğlenirken nasıl davrandıklarını görmek beni şaşırtabilir	4	3	2	1
11	Annem ve babamla aynı fikirde olmaya gayret ederim	4	3	2	1
12	Annem ve babam işyerinde de evdeki gibi davranır	4	3	2	1
13	Arkadaşımla yaşadığım sorunu çözmeden önce annem ve babamla görüşürüm	4	3	2	1

<b>14</b>	Annem ve babam onlar yokken nasıl davrandığımı bilselerdi şaşırırlardı	4	3	2	1
<b>15</b>	Anne/baba olduğumda çocuklarıma annemin babamın bana davrandığı gibi davranacağım	4	3	2	1
<b>16</b>	Annem babam, ben yokken benim yanımda konuştuklarından daha farklı konularda konuşurlar	4	3	2	1
<b>17</b>	Anne baba olduğumda bazı şeyleri onlardan daha farklı yapacağım	4	3	2	1
<b>18</b>	Annem babam hiç hata yapmazlar	4	3	2	1
<b>19</b>	Annem babamın gerçekte benim nasıl biri olduğumu anlamalarını isterdim	4	3	2	1
<b>20</b>	Annem babam arkadaşlarının yanındayken evde benimle oldukları gibi davranırlar	4	3	2	1



## ÖZGEÇMİŞ

### KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Çiğdem Şikel

### EĞİTİM DURUMU

Lisans Öğrenimi :1997, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Yüksek Lisans Öğrenimi :2017, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Eğitim ile İnsan Kaynağı Yönetimi Bölümü'nde Özel Öğrenci.

Bildiği Yabancı Diller : İngilizce

Bilimsel Faaliyetleri : Şikel, Ç. & Harmancı, H. (2022). Çocuklarda duygusal istismarın kimlik oluşumunda etkisi. *KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3 (3), 1-12

Şikel, Ç. & Harmancı, H. (2022). Ebeveynin boşanması çocuğun kimlik gelişimini etkiler mi. *KTO Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi*, (8), 123-146. DOI: 10.54557/karataysad.108418

Şikel, Ç., Yalçın, H. (2023). Ergenlerin gelecek beklentileri ile duygusal özerklik ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişki. Uluslararası Pozitif Okullar Kongresi, Sözel Bildiri. 16-17 Mayıs 2023. KKTC

### İŞ DENEYİMİ

Çalıştığı Kurumlar : 1996-1998, Satış Koordinatörü, Bilkent Holding

1999-2013, Satış ve İş Geliştirme Müdürü, Johnson& Johnson

2013-2016, Organizasyonel Gelişim ve İş Geliştirme Danışmanı

2016-2022, İnsan Kaynakları Müdürü, Figes AŞ

2022-2023, Strateji İnsan Kaynakları Müdürü, Aselsan iştiraki Bites AŞ

2023-devam etmekte, İnsan Kaynakları Müdürü, Sem Transformatör. Aselsan iştiraki Bites AŞ

Tez Savunma Tarihi: 14.04.2023