

**T.C.**  
**İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı  
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**GEÇ ERGENLİK DÖNEMİNDE EBEVEYN  
TUTUMLARI İLE YAŞAM DOYUMU VE ÖZ ŞEFKAT  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Güneş ALTUN**

Danışman  
Dr. Öğr. Üyesi Yücel YILMAZ

**İstanbul-2021**



## TEZ TANITIM FORMU

- YAZARIN ADI SOYADI** : Güneş ALTUN
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Geç Ergenlik Döneminde Ebeveyn Tutumları ile Yaşam Doyumu ve Öz şefkat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** : 26.02.2021
- SAYFA SAYISI** : 106
- TEZİN DANIŞMANI** : Dr. Öğr. Üyesi Yücel YILMAZ
- DİZİN TERİMLERİ** : Geç Ergenlik, Ebeveyn Tutumları, Öz Şefkat, Yaşam Doyumu
- TÜRKÇE ÖZET** : Bu tez çalışmasında geç ergenlik döneminde ebeveyn tutumları ile öz şefkat ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Katılımcıların algıladıkları ebeveyn tutumlarını değerlendirmek için ebeveyn tutum ölçeği, öz şefkat düzeylerini değerlendirmek için Öz Şefkat Kısa Ölçeği, yaşam doyumlarını değerlendirmek için Yaşam Doyumu Ölçeği ve Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Veriler Spss-24 paket programında değerlendirilmiştir.
- DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
2.YÖK Ulusal Tez Merkezine

*Güneş ALTUN*

**T.C.**  
**İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı  
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**GEÇ ERGENLİK DÖNEMİNDE EBEVEYN  
TUTUMLARI İLE YAŞAM DOYUMU VE ÖZ ŞEFKAT  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Güneş ALTUN**

Danışman  
Dr. Öğr. Üyesi Yücel YILMAZ

**İstanbul-2021**

## **BEYAN**

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite ve başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Güneş ALTUN

.../.../2021



**İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**

Güneş ALTUN'un "Geç Ergenlik Döneminde Ebeveyn Tutumları ile Yaşam Doyumu ve Öz şefkat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından .Psikoloji anabilim dalı, Klinik Psikoloji bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

*İmza*

Başkan

*Dr. Öğr. Üyesi Yücel YILMAZ*

(Danışman)

*İmza*

Üye

*Dr. Öğr. Üyesi Filiz ŞÜKRÜ GÜRBÜZ*

*İmza*

Üye

*Dr. Öğr. Üyesi Sümeyye DERİN*

**ONAY**

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2021

*İmzası*

*Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ*

Enstitü Müdürü

## ÖZET

Bu çalışma, geç ergenlik döneminde anne baba tutumlarının öz şefkat ve yaşam doyumu ile ilişkisini incelemeye yönelik yapılmış, ilişkisel tarama modelinde, betimsel bir araştırmadır.

Araştırma evrenini 2020-2021 yılları arasında özel ve devlet üniversitelerinin çeşitli fakülte ve bölümlerde lisans öğrenimi gören 18-24 yaş arası öğrencilerden oluşurken; örneklemini ise evrenden seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilmiş ‘gönüllülük bilgilendirme metni’ aracılığı ile öğrencilerin gönüllü katılımları esas alınmış 397 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmadaki veriler, Ebeveyn Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Örneklemden elde edilen veriler SPSS 24 istatistik paket programına girilerek araştırmanın tüm istatistiksel çözümlenmeleri bu program yardımıyla gerçekleştirilmiştir.

Araştırmadan elde edilen verilerin sonuçlarına göre, ebeveyn tutumunun alt boyutlarından olan demokratik tutum ile öz şefkat ve yaşam doyumu değişkenleri arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sosyodemografik değişkenlerden ailenin gelir düzeyi ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yapılan ANOVA testine göre arkadaşlık ilişkileri ile yaşam doyumu ve öz şefkat arasında da pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yapılan Çoklu Doğrusal Regresyon analizinin sonuçlarına göre ise Ana Baba Tutum Ölçeği Puanlarının Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarını pozitif yönde yordadığı belirlenmiştir.

**Anahtar kelimeler:** Geç ergenlik, Ebeveyn tutumları, Öz şefkat, Yaşam doyumu.

## SUMMARY

This study is a descriptive research in relational screening model that examined the relationship between parental attitudes in late adolescence, as well as self-compassion and life satisfaction.

The research population consists of undergraduate students between the ages of 18-24, who are studying at various faculties and departments of private and public universities 2020-2021 session. The sample is composed of 397 students selected by random sampling method from the universities, based on voluntary participation through the 'volunteering formation text'. The data in the research were obtained from attitude scale, self-compassion scale and life satisfaction scale. All statistical analyzes of the obtained data were carried out by using the SPSS 24 statistics package program.

According to the results obtained from the study, a positive statistically significant relationship was found between democratic attitude -which is one of the sub-dimensions of attitude and self compassion and life satisfaction variables. Among sociodemographic variables, a positive and significant relationship was found between family income level and life satisfaction. More so, ANOVA test analysis demonstrates that a positive relationship between friendship relationships and life satisfaction and self compassion. According to the results of multiple regression analysis, parental attitude scale scores positively correlates with scores of self-compassion scale and life satisfaction scores.

**Keywords:** Late adolescence, Parental attitudes, Self-compassion, Life satisfaction.



# İÇİNDEKİLER

ÖZET .....	I
SUMMARY .....	II
İÇİNDEKİLER .....	III
KISALTMALAR .....	VIII
TABLolar LİSTESİ .....	IX
EKLER LİSTESİ .....	XI
ÖN SÖZ .....	XII
GİRİŞ.....	1

## BİRİNCİ BÖLÜM

### GİRİŞ

1.1. Problem.....	3
1.2. Alt Problemler .....	4
1.3. Hipotezler .....	4
1.4. Varsayımlar .....	5
1.5. Sınırlılıklar .....	5
1.6. Tanımlar.....	6
1.7. Araştırmanın Amacı .....	6
1.8. Araştırmanın Önemi .....	7

## İKİNCİ BÖLÜM

### ERGENLİK DÖNEMİ

2.1.Ergenlik Dönemi.....	9
2.1.1.Ergenlik Tanımları.....	9
2.2.Ergenliğin Sınırları.....	11

2.1.1. İlk Ergenlik Dönemi ve Özellikleri.....	11
2.1.2. Orta Ergenlik Dönemi ve Özellikleri.....	11
2.1.3. Geç Ergenlik Dönemi ve Özellikleri.....	12
2.3. Ergenlikte Gelişim.....	12
2.3.1. Ergenlik Döneminde Fizyolojik ve Cinsel Gelişim.....	12
2.3.2. Ergenlik Döneminde Bilişsel Gelişim.....	12
2.3.3. Ergenlik Döneminde Kişisel Gelişim.....	14
2.3.4. Ergenlik Döneminde Sosyal Gelişim.....	16
2.4. Ergenlik Kuramları.....	17
2.4.1. Psikoseksüel Gelişim Dönemleri: Freud.....	17
2.4.2. Bilişsel Kuram: J. Piaget.....	18
2.4.3. Yaşam Dönemleri: C.G. Jung.....	18
2.4.4. Alan Kuramı: Lewin.....	19
2.4.5. Ergen Benmerkezciliği: D. Elkind.....	19
2.4.6. Sosyal Bilişsel Kuram: A. Bandura.....	19
2.4.7. İkincil Bireyselleşme Kuramı: P. Blos.....	20

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### EBEVEYN TUTUMLARI

3.1. Ebeveyn Tutumlarına Yönelik Öne Sürülen Modeller.....	21
3.1.1. Psikodinamik Model.....	21
3.1.2. Varoluşçu Model.....	21
3.1.3. Adlerci Model.....	22
3.1.4. Baumrind'in Modeli.....	23
3.1.5. Martin ve Maccoby'in Modeli.....	24
3.2. Ebeveyn Tutumlarının Sınıflandırılması.....	24

3.2.1.Otoriter Ebeveyn Tutumu.....	24
3.2.2.Demokratik Ebeveyn Tutumu.....	25
3.2.3. İzin Verici Ebeveyn Tutumu.....	25
3.2.4.İhmalkar Ebeveyn Tutumu.....	26
3.2.5.Koruyucu Ebeveyn Tutumu.....	26
3.3.Ebeveyn Tutumlarını Etkileyen Faktörler.....	27
3.3.1.Çocuğun Cinsiyeti.....	27
3.3.2.Çocuğun Doğum Sırası.....	28
3.3.3.Ebeveynlerin Sosyoekonomik Durumu.....	28
3.3.4. Ebeveynlerin Eğitim Durumu.....	28

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

### **ÖZ ŞEFKAT**

4.1. Öz şefkat Kavramı.....	29
4.2. Öz şefkatin İyi Oluş İle İlişkisi.....	30
4.2.1.Öz nezaket.....	31
4.2.2.Ortak yaşam.....	31
4.2.3. Bilinçli farkındalık.....	32
4.3. Öz Şefkat İle İlgili Kuramlar.....	32
4.3.1.İnsancıl Kuram.....	32
4.3.2. Bilişsel Davranışçı Kuram.....	32
4.3.3.Varoluşçu Kuram.....	33

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

### **YAŞAM DOYUMU**

5.1.Yaşam Doyumu Kavramı.....	34
5.2.Yaşam Doyumu İle İlgili Kavramlar.....	34
5.3. Yaşam Doyumu İle İlgili Kuramlar.....	36

5.3.1.Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı.....	36
5.3.2.Bağ Kuramı.....	37
5.3.3.Seçim Kuramı.....	37
5.3.4.Etkinlik Kuramı.....	37
5.3.5.Ereksel Kuram.....	38

## **ALTINCI BÖLÜM**

### **YÖNTEM**

6.1. Evren ve Örneklem .....	39
6.2. Veri Toplama Araçları .....	39
6.2.1. Demografik Bilgi Formu .....	39
6.2.2. Anne Baba Tutum Ölçeği (ABTÖ) .....	40
6.2.3. Yaşam Doyumu Ölçeği .....	40
6.2.4.Öz Şefkat Ölçeği.....	40
6.3. Verilerin Toplanması Ve Analizi.....	41

## **YEDİNCİ BÖLÜM**

### **BULGULAR**

7.1.Betimleyici Verilere İlişkin Bulgular.....	42
7.2.Ölçeklerin Birbiriyle İlişkisine Yönelik Bulgular.....	46
7.3.Ölçeklerin Demografik Değişkenlere Göre incelenmesine Yönelik Bulgular.....	48
7.4.Ölçeklerin Birbiri Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Yönelik Bulgular.....	56
7.5. Ölçeklerin Güvenirlikleri İle İlgili Bulgular.....	60

## SEKİZİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

TARTIŞMA .....	62
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	68
KAYNAKÇA .....	72
EKLER.....	84
ÖZGEÇMİŞ .....	90



## KISALTMALAR

<b>ANOVA</b>	:ANALYSIS OF VARIANCE
<b>ARK.</b>	:ARKADAŞLARI
<b>SPSS</b>	:STATISTICAL PACKAGE FOR SOCIAL SCIENCES
<b>VD.</b>	: VE DİĞERLERİ
<b>ED.</b>	:EDİTÖR
<b>ÇEV.</b>	:ÇEVİRİ
<b>BKZ.</b>	: BAKINIZ



## TABLÖLAR LİSTESİ

<b>Tablo -1</b> Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	42
<b>Tablo -2</b> Ana Baba Tutum Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler.....	44
<b>Tablo -3</b> Öz Şefkat Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler.....	45
<b>Tablo -4</b> Yaşam Doyumu Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler.....	46
<b>Tablo- 5</b> Ana Baba Tutum Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	46
<b>Tablo-6</b> Yaşam Doyumu Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	47
<b>Tablo-7</b> Ana Baba Tutum Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	48
<b>Tablo-8</b> Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları.....	49
<b>Tablo-9</b> Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Anne ve Baba Birliktelik Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları.....	49
<b>Tablo-10</b> Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	50
<b>Tablo-11</b> Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	51
<b>Tablo-12</b> Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Kardeş Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik KruskalWalls H Testi Sonuçları.....	53

<b>Tablo-13</b> Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Algılanan Arkadaşlık İlişkileri Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.....	54
<b>Tablo-14</b> Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Algılanan Gelir Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.....	55
<b>Tablo-15</b> Kurgulanan Regresyon Modelleri İçin Regresyon Varsayımlarının Sınanması.....	57
<b>Tablo-16</b> Öz Şefkat Ölçeği Puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesine ilişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	58
<b>Tablo-17</b> Ana Baba Tutum Ölçeği Puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	58
<b>Tablo-18</b> Ana Baba Tutum Ölçeği Puanlarının Öz Şefkat Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	59
<b>Tablo-19</b> Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği İçin Cronbach's Alfa Güvenirlilik Analizi Sonuçları.....	60



## EKLER LİSTESİ

**EK-A :**Sosyodemografik Bilgi Formu

**EK-B:** Öz Şefkat Kısa Ölçeği

**EK-C:** Yaşam Doyumu Ölçeği

**EK-D:** Ebeveyn Tutum Ölçeği



## ÖNSÖZ

Bu zorlu süreçte bana hep inanan, destekleyici tutumu ile bana kendimi çok şanslı hissettiren öncelikle sevgili dostum Cemre Zelan'a, her daim bana destek olup yanımda olan hem kardeş hem dost olma gibi iki önemli duyguyu bana derinden hissettiren canım kardeşim Muhammet'e,

Bu zorlu süreçte, benden bilgisini, geri bildirimlerini ve ilgisini esirgemeyen sevgili danışmanım, Dr. Öğretim Üyesi Yücel YILMAZ'a, lisans ve yüksek lisans eğitim sürecimde gelişimime katkı sağlayan tüm hocalarıma,

Bana sağladıkları eğitsel imkanlarından dolayı kıymetli ailem ve adlarını burada zikredemediğim değerli dostlarıma hayatlarımızın her alanında birbirimiz için yarattığımız konfor alanlarına istinaden saygı ve sevgi dolu teşekkürlerimle.

## GİRİŞ

Literatürde 18-24 yaş arası geç ergenlik dönemi olarak tanımlanmıştır. Bu dönem içerisindeki bireyler, topluma entegre olmanın yanı sıra bireyselleşme, kendi kişiliğini inşa etme ve anlamlı ilişkiler geliştirme gibi çeşitli rollerin üstlenildiği önemli bir dönemdir. Bu bağlam dahilinde ele alındığında geç ergenlik dönemindeki bireylerin nitelikli ve sağlıklı şekilde hem kendilerine hem de topluma katkı sağlayan bireyler olmaları için kendilerine ve içinde yetiştikleri aile ortamına yönelik algılarını olumlu değerlendirmeleri önem arz etmektedir. Bu anlamda bireylerin kendilerine yönelik algılarını pozitif anlamda destekleyecek önemli kavramların başında yaşam doyumu ve öz şefkat gelmektedir.

Yaşam doyumu kavramı hem birçok psikolojik alanı etkilemekte hem de bunlardan etkilenmektedir; Örneğin, Elkin (2020) Üniversite öğrencilerindeki anksiyete, stres ve yaşam doyumu düzeyleri ile ilişkili değişkenlerin kız ve erkek öğrenciler arasında karşılaştırmasını incelediği araştırmasında, yaşam doyumu düzeyi yükseldikçe depresyon, anksiyete ve stresin azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri, algılanan stres ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelediği bir başka çalışmada, problem çözme becerileri ile algılanan stres arasında negatif yönlü; problem çözme becerileri ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cavga (2020) da lise öğrencilerinin aile yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılığı ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasında ilişki olup olmadığını incelediği benzer örneklemli araştırmasının sonucunda, aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Yaşam doyumuna benzer bir yorum bireyin kendisine yönelik öz şefkat düzeyine ilişkin de yapılabilir. Literatür incelendiğinde öz şefkatin farklı kavramlarla ilişkisini inceleyen pek çok çalışma olduğu görülmüştür. Örneğin, Yavuz (2020)'un olumsuz erken dönem çocuk deneyimleri ile aleksitimi arasındaki ilişkide öz şefkat ve benlik saygısının aracı rolünü incelediği araştırmasında, olumsuz çocukluk çağı deneyimleri ile aleksitimi arasında öz şefkatin tam aracılık rolüne sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Öz şefkatin depresyon ile ilişkisinin incelendiği bir diğer çalışmada ise, öz şefkatin olumsuz duygulanım ve depresyon karşısında koruyucu bir rol üstlendiği sonucuna ulaşılmıştır (Kıcalı, 2015).

Literatürde bireylerin yaşam doyumlarını ve öz şefkat algılarını etkileyen birçok faktörden bahsedilmiştir (Köker, 1991; Ozankaya, 1996; Akyol, 2013). Temelde bireylerde bu değişkenlere yönelik algıyı olumlu anlamda geliştirebilecek önemli faktörlerden biride bireylerin ebeveyn tutumlarının niteliği olduğu bugün literatürde bir çok araştırma ile kanıtlanmış bir bilgidir (Çerik, 2002; Thimm,2010; Harris ve Curtin, 2002). Bireyin kendisine yönelik algısının şekillendiği aile ortamında, ebeveyn tutumları önemli bir işleve sahiptir. Ebeveyn tutumları hem bireyin kendisine yönelik algısını hem de gelecekte kuracağı ilişkilerinin temel doğası üzerinde önemli bir psikolojik etkiye sahiptir. Bu tutumların bir kısmı bireyin gelişimine olumlu katkı sağlayacak şekilde olabileceği gibi, bir kısmı da olumsuz olabilir. Örneğin demokratik tutumu benimsemiş ailelere bakıldığında, aile içi iletişimin sağlıklı bir zeminde geliştiği görülür. Bu tür ailelerde anne ve baba, çocuğa uyması gereken kurallar koyar ve bu kuralların neden koyduklarına ilişkin açıklama yapar, çocuğa sorumluluk verirler ve bireyselliğini desteklerler. Çocuğun yaptığı sorgulamalara önem verir ve fikirlerini dikkate alırlar (Baumrind,1966). Bu çalışmada ele alınan konu çerçevesinde ebeveynle kurulan ilişki eğer demokratik tutum zemininde gelişirse yaşam doyumunun ve öz şefkat düzeyinin pozitif yönde gelişeceğine ilişkin bir varsayım bulunmaktadır. Bu varsayımdan hareketle kişinin yaşam doyumunun ve öz şefkat düzeyinin yordanmasında ebeveynlerine yönelik algılarının önem taşıdığı söylenebilir.

# BİRİNCİ BÖLÜM

## ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ

Bu bölümde araştırmanın problemi, alt problemleri, hipotezleri, varsayımları, sınırlılıkları, amacı, önemi ve araştırmada yer alan tanımlar ile ilgili bilgilendirme yapılmıştır.

### 1.1. Araştırmanın Problemi

Araştırmada geç ergenlik döneminde algılanan ebeveyn tutumları ile yaşam doyumu ve öz şefkat arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu nedenle araştırmanın temel problemi, '18-24 yaş arasındaki genç ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumları ile yaşam doyumu ve öz şefkat arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?' sorusudur.

#### 1.1.1. Alt Problemler

1. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan anne baba tutumları cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
2. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan yaşam doyumu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
3. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan öz şefkat düzeyi cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
4. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan ebeveyn tutumu babanın eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
5. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan ebeveyn tutumu annenin eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
6. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan yaşam doyumu annenin eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
7. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan yaşam doyumu babanın eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
8. Geç ergenlik dönemindeki bireylerin ailelerinin ekonomik düzeyine göre yaşam doyumları farklılık göstermekte midir?
9. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde anne ve babanın birliktelik durumuna göre öz şefkat düzeyleri farklılık göstermekte midir?

10. Geç ergenlik döneminde arkadaşlık ilişkilerine göre yaşam doyumunu farklılık göstermekte midir?

11. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde anne ve babanın birliktelik durumuna göre algılanan yaşam doyumunu farklılık göstermekte midir?

## **1.2. Araştırmanın Hipotezleri**

1. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan anne baba tutumları cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

2. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan yaşam doyumunu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

3. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan öz şefkat düzeyi cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

4. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan ebeveyn tutumu babanın eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

5. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan ebeveyn tutumu annenin eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

6. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan yaşam doyumunu annenin eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

7. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde algılanan yaşam doyumunu babanın eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

8. Geç ergenlik dönemindeki bireylerin ailelerinin ekonomik düzeyine göre yaşam doyumları farklılık göstermektedir.

9. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde anne ve babanın birliktelik durumuna göre öz şefkat düzeyleri farklılık göstermektedir.

10. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde arkadaşlık ilişkilerine göre yaşam doyumunu yaşam doyumunu farklılık göstermektedir.

11. Geç ergenlik dönemindeki bireylerde anne ve babanın birliktelik durumuna göre algılanan yaşam doyumunu farklılık göstermektedir.

12. Geç ergenlik döneminde algılanan ebeveyn tutumu öz şefkat ve yaşam doyumunu üzerinde etkilidir.

### **1.3. Araştırmanın Varsayımları**

1. Araştırmanın örnekleminin evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan kişilerin veri toplama araçlarına verdikleri yanıtların doğru ve samimi olduğu varsayılmıştır.
3. Araştırmaya katılan kişilerin herhangi bir psikiyatrik bozukluklarının olmadığı varsayılmıştır.
4. Araştırmaya katılan kişilerin sıra zeka düzeylerinin birbirine yakın olduğu varsayılmıştır.
5. Kullanılan ölçekler istenilen bilgileri elde etmek için uygun olup yeterli geçerlilik ve güvenilirliğe sahip olduğu varsayılmıştır.

### **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Bu araştırma 2020-2021 yılları arasında eğitimlerine devam eden 18-24 yaş arasındaki 397 üniversite öğrencisinden alınacak bilgiler ile sınırlıdır.
2. Bireylerin algıladıkları yaşam doyumlarına ve öz Őekkat düzeylerine etki eden pek çok faktör vardır. Ancak bu araştırma, geç ergenlik döneminde bulunan bireylerin algıladıkları anne baba tutumları ile yaşam doyumları ve öz Őekkat düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ile sınırlıdır.
3. Araştırmaya katılacak kişilere ait demografik bilgiler, araştırmacı tarafından hazırlanan 'Kişisel Bilgi Formu'dan elde edilen verilerle sınırlıdır.
4. Araştırmaya katılacak kişilerin algıladıkları yaşam doyumuna ilişkin veriler 'Yaşam Doyumu Ölçeği'nden elde edilen verilerle sınırlıdır.
5. Araştırmaya katılacak kişilerin algıladıkları ebeveyn tutumlarına ilişkin veriler 'Ebeveyn Tutum Ölçeği'nden elde edilen verilerle sınırlıdır.
6. Araştırmaya katılacak kişilerin algıladıkları öz Őekkat düzeylerine ilişkin veriler 'Öz Őekkat Kısa Ölçeği'nden elde edilen verilerle sınırlıdır.

## 1.5. Tanımlar

**1.5.1.Ergenlik:** Ergenlik, çocukluktan yetişkinliğe geçiş sürecidir. Bu süreç bedensel, duygusal, zihinsel alanlarda birçok gelişim ve değişimin yaşandığı çok boyutlu bir yapılanmayı içerir (Koç,2004).

**1.5.2.Ebeveyn tutumları:** İletişim kurulan çocuğa yönelik benimsenen davranışların bütünü olarak tanımlanmaktadır (Baumrind, 1973).

**1.5.3.Yaşam doyumu:** Kişinin beklentileriyle elinde olanların karşılaştırması sonucu elde edilen durumun pozitif olarak değerlendirmesidir (Haybron, 2004).

**1.5.4.Öz şefkat:** Öz-şefkat kelimesi, “benlik” anlamına gelen “öz” ve “merhamet etmek, acımak” anlamına gelen şefkat sözcüğünün bir araya gelmesiyle oluşmakta ve kişinin kendisine merhamet etmesi anlamına gelmektedir (Neff, 2004).

## 1.6. Araştırmanın Amacı

Ebeveynlerin çocuklarını yetiştirmelerinde benimsemiş oldukları tutumların etkisi bireylerin yetişkinlik hayatında birçok faktör üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir.

Psikoloji biliminde ebeveynlerin çocukların kişiliği üzerine etkilerini araştıran çok fazla araştırma bulunmaktadır (Çetinkaya, 2004; Gander ve W. Gardiner, 2001; Haktanır ve Baran,1998). Bu da ebeveynlerin çocuğun ruhsal gelişimi üzerinde ne kadar önemli bir rol oynadığının göstergesidir. Birey, aile içinde ilk sosyal yaşantılarını kazanır. Ailenin çocukla kurduğu ilişki ve iletişim biçimi yetişkinlik hayatında başka insanlarla kurduğu ilişkiyi etkiler. Aile içerisinde anne-baba-çocuk arasındaki etkileşim hem çocuğun davranışlarını geliştirir hem de gelecekteki davranış şekilleri üzerinde etkide bulunur (Günalp, 2007, s.35). Diğer bir deyişle çocuğun dünyaya geldiği ilk dönemlerde ona birincil bakım veren kişilerle kurduğu ruhsal bağ, tüm hayatını psikolojik olarak etkilemektedir (Yavuzer, 1986, s.20-50). Eğer ebeveyn tutumları olumsuz bir zeminde gelişirse bireyin yaşamındaki temel dinamikler üzerinde önemli psikolojik sorunlara yol açar (Çetinkaya,2004 s.15). Öz şefkat ve yaşam doyumunun da bu dinamiklerdendir. (Diener,1995; Neff, 2004). Mevcut literatürdeki benzer tartışmalar ışığında yapılan bu araştırma, önemi ortaya konan bu



iki kavram ile algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiyi geç ergenlik dönemindeki bireyler üzerinden incelemek amacıyla yapılmak istenmektedir.

### **1.7. Araştırmanın Önemi**

Öz şefkat ve yaşam doyumu kişinin hem sosyal hayatında hem de bireysel hayatında önemli rol oynayan değişkenlerdir. Bireyin hayatında bu iki değişken psikolojik iyi oluş üzerinde önemli bir işlev gördüğü düşünülmektedir (Diener,1995). Geçen on yıllık zaman içerisinde öz şefkat ile ilgili yapılan çok sayıda araştırmada, öz şefkatin iyi hissetmek üzerindeki etkisi ortaya konulmuştur. (Akyol, 2011; Akkaya, 2011; Aydın Sünbül, 2016). Kendine karşı daha şefkatli olan bireylerin yaşamı daha olumlu algıladıkları, yaşam doyumlarının ve motivasyon düzeylerinin daha yüksek düzeyde olduğu, ilişkilerinde daha başarılı oldukları, fizyolojik sağlıklarının daha iyi olduğu ayrıca daha az kaygı ve depresyon deneyimledikleri görülmüştür. Diğer bir değişle bu kişilerin stres verici yaşam durumları ile başa çıkmak için gerekli olan psikolojik donanım konusunda daha iyi oldukları belirtilmiştir (Germer ve Neff, 2019, s.9-10).

Erken dönem yaşantıları, bireylerin yetişkinlik dönemindeki yaşam doyumunu ve öz şefkat düzeylerini etkileyen bir yapıdır. Ebeveyn tutumları da erken dönem yaşantıları üzerinde rol oynayan önemli bir değişkendir. Özellikle kişiliğin ve kimliğin inşasının devam ettiği geç ergenlik döneminde ebeveyn tutumunun bu iki temel dinamik üzerinde ne derece etki ettiği bu araştırmanın temel sorusudur. Literatür taraması yapıldığında ergenin gelişimine etki eden çeşitli faktörler ortaya konulmuştur. Bunların başlıcaları; Pektaş(2016)'ın ergenlerde anne baba tutumlarının kaygı ve depresyona etkisini incelediği araştırmada, ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumları ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Gilman(2001)'ın ergenler üzerinde yaptığı araştırmada aile yaşam doyumu yüksek olan bireylerin yüksek özgüvenleri sayesinde sosyal yaşamlarını olumlu sürdürdüklerini, bunun aksine aile yaşam doyumu düşüklüğünün ise sosyal ve duygusal problemlere neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Antaramian ve arkadaşlarının(2008) ergenlerin yaşam doyumunu inceledikleri araştırmada, aile yapısında olumlu ilişkilerin yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığı ayrıca boşanmış ailelerde yaşayan ergenlerin yaşam doyumunun diğerlerine göre daha az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elkin (2020) üniversite öğrencilerindeki anksiyete, stres, yaşam doyumu düzeyleri ve ilişkili değişkenlerin kız ve erkek öğrenciler arasında

karşılaştırmasını incelediği araştırmasında yaşam doyumu düzeyi yükseldikçe depresyon, anksiyete ve stresin azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Yapılan literatür incelemeleri sonucunda ülkemizde algılanan ebeveyn tutumlarının geç ergenlik döneminde yaşam doyumu ve öz şefkat arasındaki ilişkiye yönelik araştırmaya rastlanılmamıştır. Literatürdeki bu boşluk göz önüne alındığında bu çalışma, kavramlar arası ilişkiye odaklanarak aralarında anlamlı bir ilişki olup olmadığını bu değişkenler üzerinden değerlendirmek üzerinedir.

Araştırma sonucunda elde edilecek bulgular aracılığıyla ebeveynlerin çocuk yetiştirirken göstermiş olduğu tutum ve davranışların geç ergenlik dönemindeki bireylerin yaşam doyumlarını ve öz şefkat düzeylerini ne derece etkilediğini göstermesi açısından önemli olacaktır. Araştırmanın bulguları ailelere, konuyla ilgili okuyuculara, alandaki eğitimcilere ve rehberlik hizmeti veren ruh sağlığı çalışanlarına somut veriler sunarak farkındalık oluşturacağı ve gelecekte yapılacak araştırmalar için alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## İKİNCİ BÖLÜM

### ERGENLİK

#### 2.1.Ergenlik Dönemi

Bu bölümde ergenliğin tanımı, çeşitli bakış açılarından değerlendirilmesi ve ergenlik dönemi ile ilgili kuramlar ele alınmış ardından ergenlik döneminin gelişimsel özellikleri tüm boyutları ile değerlendirilmiştir.

##### 2.1.1.Ergenliğin Tanımları

Latince ‘adolescere’ fiilinden türetilen ‘adolescent’ kelimesi, ‘Ergen’ olarak dilimize çevrilmiştir. Bu kelime, yapısı gereği sona ermiş bir durumu değil halen devam eden bir süreci göstermektedir. Ve bu sürecin hangi yaşta sona ereceğinin kesin bir sınırı yoktur (Yavuzer,1998,s.277).

Ergenlik, insan gelişim dönemleri içinde toplumsal etkilerin birey üzerinde en fazla etkide bulunduğu evredir. Ergenlik, fiziksel büyüme ve cinsel gelişmenin yanı sıra bilişsel, duygusal ve psikososyal olgunlaşmanın gerçekleştiği, çocukluktan erişkin yaşama geçiş dönemidir. Yaş sınırı kesin olarak bilinmemektedir. Toplumdan topluma değişkenlik göstermektedir. Ergenlik, yaşam sürecinde en etkileyici biyolojik ve sosyal geçiş dönemlerinden biridir. Bu dönemde bedende hem fiziksel olarak iskelet kas sisteminde hemde üreme sisteminde değişiklikler meydana gelir. Bu büyüme ve olgunlaşma dönemine “Ergenlik dönemi” denilmektedir (Alver, 2013, s.378). Ergenlik dönemi aynı zamanda tekrarlanan doyum ve mutluluk arayışının yaygın olarak görüldüğü, eğitime yönelik tercihlerin yapıldığı, değerlerin ve sosyal becerilerin geliştirildiği; yaşam tarzının ve sağlıklı davranışların şekillendiği bir dönemdir (Lintonene ve Rimpela, 2004, s.89-96).

Ergenlik dönemi ile ilgili ilk bilimsel çalışma 1904 yılında yayınlanan G. Stanley Hall’ın “Adolescence” kitabıdır (Ekşi, 1990, s.50). Hall (1990), Darwin’in evrim teorisinden etkilenerek ergenlik ile ilgili kapsamlı araştırmalar yapmıştır. Her birey için ergenlik, aynı örüntüde gerçekleşen yeniden doğum süreci olarak tanımlamıştır. Hall(1990) bireysellik çabalarının en yoğun olduğu ergenlik dönemini, insanın en önemli dönemi olarak belirtmiştir. Bireyselleşme çabaları sonucunda ergenin yoğun stres yaşadığını ve bu stresin bireyselliği yeniden yapılandığı için olumlu olarak değerlendirilmesi gerektiğini belirtmiştir (Arnett, 2006, s.188-193).

Literatürde ergenlikle ilgili farklı özellikleri göz önüne alarak yapılan tanımlara rastlanmaktadır:

Türk Dil Kurumunda (TDK,2020) yer alan tanıma göre ergenlik: “Cinsel organların fizyolojik gelişmesiyle başlayan ergenlikle yetişkinlik arasındaki dönemdir. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO,2020) ergenliği, öğrenim yapan ve hayatını kazanmak için çalışmayan ve evi olmayan 15-24 yaş arasındaki bireyler olarak tanımlamıştır.

Şirin'e (2019) göre ergenlik, fırtınalı bir dönemdir. Biyolojik ve toplumsal sebeplerle yaşanan stresin, ergenliğin fırtınalı bir döneme dönüştüren temel etken olarak tanımlamıştır. Ergenlerin bu stresin yarattığı problemleri ya içselleştirdiklerini ya da dışsallaştırarak yaşadıklarını belirtmiştir. Bu problemleri içselleştiren ergenler, depresyon, kaygı ve somatik bozukluklar gibi birtakım psikolojik sorunlar geliştirirken; Dışsallaştıran ergenlerin ise yaşadıkları stresi saldırganlık, suça ve şiddete meyil gibi davranışsal bozukluklar olarak yansıttığını belirtmiştir.

Yazgan'a (2006) göre ergenlik, bir geçiş dönemidir. Çocuğun kendini bir yetişkin olarak gördüğü ama henüz tam anlamıyla bir yetişkin olmadığı bir dönemdir. Hayata yönelik hazırlığın devam ettiği, birçok konuda bağımsızlık denemelerinin yapıldığı, sorumluluk alındığı ve birçok şeyi bir yetişkin gibi yapabilecek fiziksel, biyolojik ve zihinsel becerilere sahip olunan özel bir dönemdir.

Bahadır (1994) ise, yapılan tanımların ayırıcı özelliklerinden hareket edip genel bir değerlendirme yaparak ergenliği “Biyolojik-psiko-sosyal alanlarda en kritik gelişmelerin ortaya çıktığı; duygu, düşünce ve tutumlarda en keskin değişmelerin izlendiği, davranış ve hareketlerde çarpıcı bozulmaların yaşandığı bir geçiş dönemi” olarak tanımlar.

Tanımlara bakıldığında kesinlik olmadığı ve hepsinin bir öngörü olduğu görülmektedir. Kısaca ergenliği; bireyin zihninde, vücudunda ve psikolojik özelliklerinde yaşanan birtakım değişimler ve etkileşimler olarak değerlendirilebilir.(Ermiş, 2019, s.44).

## **2.2. Ergenliğin Sınırları**

Ergenlik dönemi, hiç şüphesiz zamana yayılan bir süreci göstermektedir. Bu yüzden hemen sona ermeyen ve belirli bir zaman aralığına yayılan olgular bütünüdür.(Ermiş,2019,s.44) Sosyal bilimciler bu konuda üç başlık üzerinde yoğunlaşmışlardır:

- İlk ergenlik:10- 13 yaşlar arası
- Orta ergenlik: 14- 17 yaşlar arası
- Geç ergenlik: 18- 22 yaşlar arası şeklinde sıralanmaktadır. (Hurlock,1987, s.128-129)

### **2.2.1.İlk Ergenlik Dönemi ve Özellikleri**

Çocukluk safhası bu dönem ile sona erer. Bu dönemde bir çok alanda zihinsel olgunluk gerçekleşir, bu sebeple bu döneme 'Akıl baliğ olma' dönemi de denmektedir. Normal gelişime göre kızlarda 11-13; erkeklerde 12-14 yaşlarında başlar. Ergenin bu döneme girmesi ile sorumluluklarının arttığı görülür. Fiziksel değişimlere bağlı olarak stres artar ve bu stres davranışlara da yansır. Bazı ergenler yetişkinlerin kendilerini anlamadıklarını düşündüklerinden kendi iç dünyalarına çekilirler. Bu dönemde aile etkisinin yerini akranlar almaya başlar ve ergen akranları ile daha fazla vakit geçirmekten keyif almaya başlar (Peker, 2017, s.170-175).

### **2.2.2.Orta Ergenlik Dönemi ve Özellikleri**

Ergenler bu dönemde kimliğini inşa etmeye çalışarak birey olarak var olmaya çabalamaktadır. Bu sebeple karşılaştıkları problemlere çözüm yollarını kendileri aramaktadır. Problemlerine çözüm bulabilmek, ihtiyaçlarını giderebilmek, kendine güven duygusunu pekiştirmek ve yaşamını sağlıklı sürdürebilmek için sorunlarını kendisi çözmek istemektedir (Gökbüzoğlu, 2008, s.68). Freud'a göre bu dönemin amacı, ergenin ebeveynine olan bağımlılığından koparak aile dışındaki kişilerle olgun ilişkiler kurabilmeye yöneliktir. Bu dönemde karşı cinse olan ilginin yanı sıra grup içi etkinliklere katılma isteği ve meslek seçimine ilişkin düşünceler oluşur. Ergen toplumsallaşma içgüdüleriyle birlikte toplumun beklentilerine uygun davranışlar geliştirmeye çabalar ancak hızlı gelişen toplumlarda geçerli değer yargılarına ulaşmak çoğu zaman kolay olmamaktadır. Bu durum da ergende atlatılamayan kimlik bunalımı (ilerleyen bölümlerde detaylı değinilecektir) ve toplum içindeki rolüne ilişkin şaşkınlık

yaratır. Bu dönemi başarıyla geçiren ergenlerde, tatmin edici cinsel etkinlikler ve tutarlı bir kimlikle belirlenen olgun bir kişilik yerleşir (Geçtan, 2012, s.40-42).

### **2.2.3. Geç Ergenlik Dönemi ve Özellikleri**

Ergenliğin son dönemi, genellikle 15-17 yaşından başlayıp 24 yaşın sonuna kadar devam eder. Bu dönemde de bedensel ve zihinsel gelişim devam eder (Peker, 2017). Ergen bu dönemde birçok şeyi bir yetişkin gibi yapabilecek biyolojik, fiziksel ve zihinsel becerilere sahiptir (Yazgan, 2006, s.7). Akademik ve sanatsal arayışların, sosyal etkileşimlerin bir önceki döneme göre daha yoğun yaşandığı, ergenin kendini daha iyi tanımladığı ve kendini bir topluluğa ait hissettiği dönemdir. Bu dönemde duygular çok yoğun yaşanır fakat bu duyguları denetleyecek zihinsel mekanizmalar henüz tam gelişmemiştir (Yazgan, 2006, s.14). Ancak ergenliğin ilk çağına göre bu dönemde ergenin daha olgunlaştığı, duygu ve heyecanlarındaki taşkınlıklarının kısmen azaldığı dengeli olma halinin arttığı ve yetişkinlerle ilişkilerinde pozitif bir gelişim yaşandığı görülür. Bu dönemde ergen, başlangıca göre problemlerini daha rasyonel olarak değerlendirmekte ve daha az duygusal tutumla sorunlarını çözmeye çalışmaktadır (Peker, 2017, s.174). Yaşı gereği akranları ile vakit geçirmeyi daha çok arzu eder. Onların davranışlarını benimser. Sosyalleşmesinde ergenin arkadaş grupları önem kazanır. Diğer taraftan bu dönemde karşı cinsle bir ilişki kurabilmek ve devam ettirmek hayatında önemli bir yer teşkil eder (Köknel, 1982, s.72).

### **2.3. Ergenlikte Gelişim**

Ergenlik dönemi kişinin yaşamında bir çok alanda değişim ve gelişimin yaşandığı bir dönemdir. Aşağıda bu gelişim alanları genel olarak incelenip bilgi verilmeye çalışılmıştır.

#### **2.3.1. Ergenlik Döneminde fizyolojik ve Cinsel Gelişim**

Bu dönemde bedende çok geniş çaplı değişimler yaşanmaktadır. Bu değişimler 18-19 yaşına kadar sürmektedir. “Kızlar ergenliğe erkeklerden 1-2 yıl önce girer, büyüme ve cinsel olgunlaşmalarını 1-2 yıl daha erken tamamlarlar“

(Yörükoğlu, 1990, s.33). Bu dönemde erkeklerde görülen değişimlerle birlikte kızlarda ve erkeklerde fiziksel olarak sekonder seks karakterleri kazanılır. Bunlar erkeklerde sırasıyla; penisin ve testisin büyümesi, genital ve koltuk altı kıllanmalar, ses değişimi ve yüzde kıllanmalar şeklinde görülürken kızlarda ise; göğüs büyümesi,

genital kılınmalar, adet başlangıcı, kadın tipi yağlanmanın sonucu olarak kalça ve omuzların belirginleşmesi şeklinde görülür (Alver, 2013, s.378). Ergenlik, cinsel aktivitesi olmayan çocukluk dönemiyle cinsel hayatı olan yetişkinlik arasında bir köprü vazifesi görür. Ergenler bu dönemde cinsel konulara ilgi duyar, cinsellikle ilgili fanteziler kurar ve cinsel olarak çekici olup olmadıkları ile ilgili araştırmalar yaparlar. Tüm bunların sonunda cinsel kimliklerini geliştirirler. Ergenlerin cinsel kimliği, içinde yaşadıkları sosyal ve kültürel çevre içinde gelişir (Santrock, 2012, s.378). Ergenliğin başlamasıyla beraber genellikle gençleri hazırlıksız yakalayan bu biyo-fizyolojik değişmelerin bazı psikolojik problemlere neden olmaması için onları bu konularda bilgilendirmek yararlı olabilir. Öte yandan bazı ergenlerde bu süreç daha geç başlayabilmektedir. Bu durumda ergenleri, bireysel farklılıkların varlığı ve gelişme ve değişmelerin herkeste farklı düzeylerde olabileceği konularında bilgilendirmek onların kaygılarını azaltmada önemli olabilir (Avcı, 2006, s.41).

### **2.3.2.Ergenlik Döneminde Bilişsel gelişim**

Bilişsel gelişim; düşünme, akıl etme ve dil gelişimi gibi süreçleri içerir. Ergenlik döneminin önemli gelişmelerinden biri de ergenlik çağındaki bireyin bilişsel süreçlerinde ortaya çıkmaktadır. Ergenin bilişsel süreçlerindeki değişme, toplumsal ilişkilerini, değer yargılarını ve problemlere bakış açısını etkilemektedir. Bu gelişim soyut düşünebilme yeteneğinin sonucudur (Arı, 2003, s.85-86). Piaget'e göre soyut düşünme yeteneği kazanan ergenler artık düşüncelerini somut yaşantılara dayandırmakla sınırlı değildirler; şimdiki zaman içinde geleceğe yönelik soyut biçimde düşünebilir, problemleri çözmek için hipotezler geliştirir ve bu hipotezleri test edebilirler (Santrock, 2012, s.370).

Steinberg (2007), Piaget'in görüşlerini destekler ve şöyle der: Ergen bireyin fikirleri sınırlandırılmadığından daha dolaylı bir düşünme yapısına sahip olmaktadır. Soyut kavramları zihninde ele alma ve bunlarla ilgili akıl yürütme kapasiteleri artmaktadır. Muhtelif ve çok boyutlu zihin becerilerini kullanabilmektedir. Çocukluk dönemine kıyasla olay ve olgular arasında farkları anlamakta ve aralarındaki ilişkiyi değerlendirip bağlantı kurabilmektedir.

### 2.3.3. Ergenlik Döneminde Kişilik Gelişimi

Kişilik, “Bireyi diğerlerinden ayıran, bireye özgü, tutarlı ve yapılaşmış özellikler bütünüdür.” Diğer bir ifadeyle kişilik, birbiriyle uyum içinde ve tutarlı bir örüntü oluşturan davranışlar bütünüdür (İnanç ve Yerlikaya 2014, s.3-4).

Kimliğe ilişkin sorular ergenlik döneminde daha önceki dönemlere göre daha önemli olsa da kimlik oluşumu bir süreçtir. Bu yüzden tam anlamıyla ergenlikte başladığı söylenemeyeceği gibi tam olarak bu dönemde bittiği de söylenemez. Fakat en önemli gelişimsel ilerlemesini bu dönemde gerçekleştirdiği söylenebilir. Bu dönem boyunca ergenler çeşitli yetişkin rolleri denerler. Bu deneyimler ergenin kişiliğini inşa etme sürecine katkıda bulunur (Santrock,2012, s.384).

Erikson, bu dönemin temel görevinin kimlik oluşturmak olduğunu belirtmiştir. Bu dönemde ergenler hem evde hem de akran grupları içinde kim olduklarını tanımlamaya yardımcı yeni roller denerler (Steiner, 2016, s.23). Erikson, kimlik gelişimi sürecini iki dinamik yapının karşılıklı etkileşimi olarak değerlendirmektedir. Bu öğeler, kimlik sentezi ve kimlik karmaşasıdır. Kimlik sentezi, ergenin sayısız kimlikleri kendi benliğinde yeniden organize edip dönüştürerek kendine has bir kimlik oluşturmasıdır. Kimlik karmaşası ise kimlik oluşturmak için yapılan eylemlerin tutarlı bir bütün haline getirilememesidir (Schwartz, 2006). Diğer bir ifadeyle kimlik karmaşası; ergenin çeşitli roller ve yaşantılar arasında sentezleme yapamaması ve egoya aktarılan yoğun bilgileri örgütleyememesi neticesinde ortaya çıkar (Atak,2011,s.165). Kimlik karmaşası, kimlik arayışı için gerekli olsa da çok fazla kargaşa yaşanması geçmiş dönemlere gerilemeye ve uyumun bozulmasına yol açabilir. Ergen yetişkin yaşamın sorumluluklarını erteleyerek bir meslekten bir diğer mesleğe, bir cinsel partnerden bir diğerine ya da bir ideolojiden diğerine amaçsız bir şekilde savrulabilir. Ergen 'kim olduğuyla' ya da 'kim olmak' istediğiyle yoğun bir şekilde meşgul olur. Ebeveynlerinin standartlarına genelde karşı çıkar ve akranlarının etkisinde kalır. Karmaşanın başarılı bir şekilde çözülmesi durumunda ergen, kendi kimliğinin gerektirdiği rolleri edinecektir aksi durumda 'rol yadsıması' ortaya çıkacaktır (Feist ve Feist, 2006, s.255). Marcia, Erikson'un kuramından hareketle dört kimlik statüsü tanımlamıştır (Grotevant,1995, s.153-183). Bunlar;

*1.Dağınık Kimlik:* Bu kimlik statüsü genellikle erken ergenlik döneminde görülür. Bu statüdeki bireyler çeşitli kimlik alanlarını irdedelemiş olsalar da henüz tam anlamıyla



bir bağlanma gerçekleştiremişlerdir. Dağınık kimlik statüsünde olan ergenler, herhangi bir din, ideoloji, felsefe, mesleksi ya da kişisel davranış ölçütlerine henüz bağlanmamışlardır. Kimlik oluşturma konusunda çekingendirler.

*2.Askıya alınmış kimlik:* Kararsız kimlik olarak da bilinir. Bu kimlik statüsündeki ergenler, bağlanması henüz olmayan ya da belli belirsiz olan kişilerdir. Sürekli araştırma yapar ve yeni roller denerler. Marcia'ya göre askıya alınmış kimlik, başarılı kimlik için ön hazırlık evresidir. Bu kimlik statüsündeki bireyler topluma karşı bir tutum içerisindedirler, sosyal yapıları eleştirir ve değiştirmek isterler. Marcia'ya göre bu ergenler, Erikson'unun bahsettiği krizin tam ortasındadırlar. Sürekli yeni rolleri dener ve yeni keşifler yaparlar.

*3.İpotekli kimlik:* Bu kimlik statüsündeki ergenler, herhangi bir araştırma yapmadan bağlanma gerçekleştiren bireylerdir. Kimliklerini genelde ebeveynleri ve akranları gibi hayatta önem verdikleri kişilerin beklentileri tarafından şekillendirir. Bu bireyler akranlarının ya da ebeveynlerinin değer yargılarını sorgulamadan içselleştirir dolayısıyla herhangi bir kimlik krizi geçirmezler. İpotekli kimlik statüsünde olanlar çoğunlukla mutludurlar ve kaygı düzeyleri düşüktür. Ayrıca çoğu zaman kendilerinden hoşnuturlar ve güçlü aile bağları vardır. Toplum kurallarına saygı duyar.Yapılan araştırmalar cinsiyet farkı olmaksızın ipotekli kimlik statüsündekilerin onaylanma ihtiyacında oldukları, başkalarının fikirlerine sorgusuz inandıkları ve bu fikirleri davranışlarına yansıtıkları, özerklik ölçeklerinden düşük puan aldıkları görülmüştür. Bu grup kimlik statüleri arasında kaygı düzeyi en düşük ve yeni deneyimlere en az açık olan gruptur.

*4.Başarılı kimlik:* Bu kimlik statüsündeki bireyler, yoğun bir araştırma dönemini etkin bir şekilde geçirmiş ve bu araştırma sonucunda çeşitli rolleri deneyimleyerek bağlanma oluşturmuştur. Bu bireyler kimlik krizini başarıyla geçirmişlerdir. İnançlarına ve hedeflerine ilişkin kişisel kararlar vermişlerdir. Başarılı kimlik statüsündeki bireyler kendileri ile uyum içindedir, kendi yollarında kendilerini var etmeye çalışmaktadırlar. Kapasitelerini, sınırlılıklarını ve düşüncelerini kabul ederler. Bu kişiler mesleki, politik ve dini konularda keşif yapmış ve bu keşifler sonucunda her alanda kararlar vererek kendilerini tatmin edecek bir sonuca varmışlardır. Bu statüdeki bireylerin, çocuklarının özerkliğini destekleyen aile ortamında yetiştikleri görülmüştür.

Kimlikle ilgili araştırmalar göz önüne alındığında kimlik, ergenin deneyimleri, özdeşimleri ve sosyal çevreyle etkileşimleri neticesinde değişir ve şekillenir (Morsünbül, 2011, s.16).

#### **2.3.4.Ergenlik Döneminde Sosyal Gelişim**

İnsan sosyal bir varlıktır. Bir taraftan fizyolojik büyüme sürecini tamamlarken diğer taraftan toplum normları ile bütünleşmekte ve içinde yaşadığı toplumun üyesi olmanın gerektirdiği davranışları edinmektedir. Dolayısıyla insanın kişiliği toplumsallaşma sürecinde oluşmaktadır (Aslantürk ve Amman, 2000, s.171-172).

Bilindiği üzere sosyalleşme ilk olarak ailede başlar. Aile, yapı ve işlevleri zaman içerisinde farklılıklar gösterse de insan neslinin devamını sağlayan maddi ve manevi değerlerin kuşaktan kuşağa aktarıldığı ve toplumsal kültürün içselleştirildiği çok faktörlü bir sosyal yapıdır (Collins ve Laursen, 2004, s.55-62). Ergen toplumsal rollerini ilk olarak bu kurum içerisinde öğrenir. Ergenin sosyalleşmesi çocukluktan itibaren başlamakta ve ergenlikle birlikte bu sosyalleşmenin alanı genişlemektedir (Koç, 2004, s.238).

Berger (1999), sosyalleşmeyi birincil ve ikincil sosyalleşme olarak iki başlıkta incelemiştir. Buna göre bireyin sosyalleşmesi dönemlere göre farklılık göstermektedir. Bireyin çocukluk döneminde topluma entegre olmaya çalışarak hayatı öğrendiği süreç birincil sosyalleşmesidir. Birincil sosyalleşme ile bireyin sosyal dünyası inşa edilir. İkincil sosyalleşme ise bireyin toplumsal hayatta bir alanda yetişmek üzere yer aldığı daha alt bir süreçtir. Bir bakıma bütün ikincil sosyalleşmeler birincil sosyalleşmenin daha geniş bir alana yayılan şeklidir. Buna göre çocuklukta bireyin hayatı tamamen birincil sosyalleşmeye odaklı iken, ergenlikle birlikte ikincil sosyalleşme alanları hayatında daha önemli bir yer tutar. Bu sosyal alanlar bireyin kişiliğinin şekillenmesinde önemli bir rol oynar.

Fromm (1965), insanı sosyal bir varlık olarak ele almıştır. İçinde yaşadığı toplumun bireyin sosyal gelişiminde önemli bir rol oynadığını dile getirmiştir. Bu noktada 'toplumsal kişilik' kavramından bahsetmiştir; kişiliğin toplumsal gerekliliklere dinamik bir uyum sağlayacak şekilde geliştiğini belirtmiştir. Yani Toplumsal kişilikte bireyin sosyal entegrasyonu neticesinde dışsal kurallar içselleştirilir. Bu çerçevede kişilik zamanla belli ihtiyaçlara paralel davranışlar geliştirir.

Adler (2013) de insanı toplumsal bir varlık olarak ele almış ve toplumsal yaşamın birey için bir gereklilik olduğunu dile getirmiştir. Bireyi değerlendirirken içinde yetiştiği toplumsal ortamın göz önünde bulundurulması gerektiğini ve bireyin kişiliğinin ancak bireyin içinde bulunduğu bağlamda anlaşılabilceğini belirtmiştir.

Diğer araştırmacılar gibi Jung da gelişim sürecini etkileyen toplumsal etkenler üzerinde durmuştur. Jung'a göre, bireyin gelişimi üzerinde toplum ve onun kültürü önemli bir etkiye sahiptir. Ergen bu dönemde toplum tarafından kabul görülen ve toplumun onayladığı kişilik tiplerine önem verir. Jung'a göre, farklı kültürler farklı kişilik tiplerinin gelişimini pekiştirir. Örneğin Batı kültüründe yetişen bir ergenin dışa dönük davranışları pekiştirilirken, Doğu kültüründe yetişen ergenin ise daha içe dönük olması yönünde pekiştirilir. Ergen de kişiliğini bu beklentilere göre şekillendirme eğilimi gösterir (Geçtan, 2012, s.181).

## **2.4. Ergenlik Kuramları**

Ergenlik döneminde yaşanan değişimler, bu değişimlere etki eden mekanizmaların neler olduğu ve bu dönemin nasıl bir süreç içerisinde meydana geldiği merak konusu olmuştur. Bu gelişimsel dönemi inceleyen pek çok kuram, yaklaşım ve araştırma bulunmaktadır. Her bir araştırmacı ergenliği farklı bir boyuttan ele alıp incelemiştir. Aşağıda bu dönem ile ilgili araştırmacıların kuramları incelenmiştir.

### **2.4.1. Psikoseksüel Gelişim Dönemleri: Freud**

Freud'un psikoseksüel gelişim basamaklarından dördüncüsü olarak bilinen "gizil dönem" ergenliğin başlangıcıdır. Bu dönemin amacı, ergenin ebeveynlerine olan bağımlılıktan koparak toplumdaki kişilerle olgun ilişkiler kurabilmesidir. Bu dönemde karşı cinse ilginin yanı sıra sosyalleşme, grup etkinliklerine katılma ve meslek seçimi gibi arzular belirir. Ergen bu dönemde giderek sosyal bir yetişkine dönüşür (Geçtan,2012, s.40).

Çocukluktan yetişkinliğe geçişte ergenin çözümülemesi gereken en önemli problemlerden biri, bilinçdışındaki ebeveyn figürlerinde yapmak zorunda olduğu değişikliktir. Her şeyi bilen ve yegane dayanak noktası olarak görülen bu idealleştirilmiş anne ve baba tasarımları ya da içsel temsilleri ergenin ayrılmaya ve bağımsızlığına giden yolunda engel oluşturur. Ergen çeşitli güç gösteri ile bağımsızlık girişimlerinde bulunur. Ergen bu dönemde ebeveyn otoritesini, bireyselliğini kazanmasına giden yolda bir tehdit olarak algılar. Bu sebeple ebeveynler ile çatışmalar

yaşanabilir ve ebeveynler ergenin gözünde geçici olarak değerini yitirebilir (Geçtan,1981,s.92-95). Bu dönemde ergen tarafından geçici olarak aile ve aile değerleri değersizleştirilirken arkadaş çevresi idealleştirilir.

Ergenlikle beraber çocukluk çağından sonra cinsellik tekrar gündeme gelir. Cinsel nitelikli dürtülerin gücü artar ve şiddetlenir. Cinsel olarak çekici olup olmadıklarını araştırırlar ve cinsel fanteziler kurarlar. Tüm bunlar ergenin cinsel kimliğini oluşturur (Psikeart, 2017).

#### **2.4.2. Bilişsel Kuram: Jean Piaget**

Ergen bireyin zihinsel yapısı ile ilgili sistematik çalışmalar Piajet tarafından başlatılmıştır. Piaget'in bilişsel gelişim kuramına göre ergenlik döneminin önemli kazanımlarından biri, bireyin soyut düşünme özelliği kazanmasıdır. Piaget'e göre soyut düşünme, ergenin düşüncesinin şimdi ve buradayı kapsamanın yanı sıra mevcut olmayan olasılıkları göz önünde bulundurma, denenceler (hipotezler) ileri sürme ve akıl yürütmeye yönelik eğilimi ve yeteneğidir (Dusek, 1987).

#### **2.4.3.Yaşam Dönemleri: Carl Gustav Jung**

Jung'a göre birey yaşamı boyunca dört gelişim evresinden geçer bunlardan ikincisi de genç yetişkinlik olarak ele aldığı ergenlik dönemidir. Bu dönemde başlayan fiziksel değişikliklere ruhsal değişimlerin eşlik ettiğini belirtmiştir.

Jung'a göre, gerek ergen gerek ebeveynler için zorlayıcı bir dönem olan ergenlik döneminde, ergen çok çeşitli kararlar almak ve sosyal yaşama adapte olmasını sağlayacak pek çok davranış biçimi geliştirmek durumundadır. Bu sorunlar, çocukluk hayallerinin sona ermesine ve gerçek yaşamın beklentileri ile başa çıkma mücadelesinin başlamasına sebep olur. Gerekli hazırlıkları tamamlayarak bu döneme ulaşan ergen, çocukluktan yetişkinliğe bir geçiş olan bu döneme fazla zorlanmadan adapte olabilir (Geçtan,2012, s.182).

#### **2.4.4. Alan Kuramı: Kurt Lewin**

Lewin'e göre, bireyin geçmiş yaşam deneyimlerinin mevcut davranışları arasında bir ilişki vardır. Bireyin fiziksel çevresi olduğu gibi psikolojik çevresi de vardır. Psikolojik çevre, bireyin dışsal dünyayı zihninde nasıl algıladığı ve bu algılamının bireyin davranışlarını nasıl etkilediği ile ilgilidir. Dış dünyada herhangi

bir durumun varlığı psikolojik çevrede yankı uyandırırsa bu durum davranışa yansır (Öner ve Gümüş, 2000, s.13).

Lewin'e göre, birey küçükken yaşam alanı; yaş, zeka, cinsiyet ve özel yetenekler gibi bireysel faktörler ile aile, arkadaş ve yaşanılan çevre gibi sosyal faktörler daha basit ve adaptasyonu kolay iken ergenlikle birlikte bu faktörler hızlı bir değişim ve gelişim sürecine girmektedir. Bu hızlı değişimlere uyum sağlamaya çalışmak bu dönemi oldukça stresli hale getirmektedir (Azizoğlu, 1993, s.124). Ayrıca bireyin çocukken yaptıkları ve öğrendikleri ile yetişkin yaşamında üstlenmesi beklenen rol arasında keskin bir kırılmanın olması ergenlerin bu dönemi stresli yaşamalarına sebep olur. Bu stresli değişimler, beklentiler yaşam alanını bozarak bireyi yeni fiziksel, duygusal ve sosyal değişimlerle başa çıkmak zorunda bırakır. Ergen, gelecekle ilgili hedefler belirleyip önemli birtakım kararlar almanın zamanının geldiğinin farkına varır (Orhan ve Dağcı, 2015, s.123).

#### **2.4.5.Ergen Benmerkezciliği: David Elkind**

Elkind(1976), ergenlikte benmerkezcilik kavramını ele almıştır. Benmerkezcilik ergenin kendine yönelik farkındalığının artmasıdır. Elkind'e göre, ergen benmerkezciliğinin iki önemli bileşeni vardır: Hayali seyirci ve kişisel hikaye. Hayali seyirci, herkesin ergenle ilgilendiğine ve tüm dikkatlerin onun üzerinde olduğuna yönelik düşüncesidir. Ergen bu düşüncenin verdiği inançla ilgi çekici davranışlarda bulunur,görünür olmaya 'sahne' olmaya çalışır. Özellikle ergenliğin başlangıcında yaygın olarak görülür. Kişisel hikaye ise, ergenin biricik ve benzersiz olduğuna yönelik düşüncesidir. Bu düşünce ergene çoğu zaman güçlü ve yenilmez olduğu inancını verir. Bu düşüncenin verdiği inançla ergen kendisine zarar verecek riskli davranışlarda bulunabilir.

#### **2.4.6.Sosyal Bilişsel Kuram: Albert Bandura**

Bandura (2001)'ya göre, insan davranışı; kişi, çevre ve davranış olmak üzere üç faktörün karşılıklı etkileşiminin bir sonucudur. Bu sebeple kişi içinde yaşadığı çevreyi, çevre de kişiyi değiştirir. Kişi her şeyi kendisi deneyimleyerek öğrenmek zorunda değildir, başkalarının deneyimlerini gözleyerek pek çok şeyi öğrenebilir. Çoğu davranış başkalarının davranışının model alınması yoluyla öğrenilir. Ödüllendirilen davranışlar güçlenirken tepki çeken davranışlar zayıflar. Model ile gözlemleyen kişinin kişilik özelliklerinin benzerlikleri davranışın model alınma oranını

arttırır. Model alınan kişinin toplumsal konumu, yaşı, cinsiyeti, karakteri ve benzerlikleri modellemenin ne kadar gerçekleşeceği konusunda bilgi verir (Demirbaş ve Yağbasan, 2005, s.363-383). Ergenler öğretmenini, ailesini, akranlarını veya televizyondaki herhangi bir karakteri rol-model alabilir. Ergenin rol-model aldığı kişilerin davranışlarını taklit etmesi, toplumda hangi davranışın kabul gördüğünü öğrenmesine yardım eder. Toplumun bireylere kazandırmaya çalıştığı olumlu davranışlar bu sayede kazandırabilir. Böylelikle ergen, toplum tarafından benimsenir (Reisenger ve Turner, 2003, s.78-79).

Bandura, ergenliği çocukluk ve yetişkinlikten farklı bir dönem olarak değerlendirmektedir. Bu dönemin stresli ve buhranlı geçtiği yönündeki görüşlere karşı çıkmıştır. Bu dönemdeki değişikliklerin; aile-okul-akran, kültürel yapı ve sosyal beklentiler gibi faktörler ile açıklanması gerektiğini belirtmiştir. Bandura'ya göre, ergenlikte yoğun stres yaşayan ergenler, yeteri kadar topluma entegre olamamış ve yeteri kadar desteklenmemiş kişiler olup; düzenli, tutarlı ve ilgili ailelere sahip ergenlerin bu dönemi stressiz geçirdiği, sosyal olarak uyumlu oldukları ve geleneklere uygun davranışlarının pekiştirildiği gözlenmektedir (Ruus, 1980; akt. Yılmaz, 2000).

#### **2.4.7. İkincil Bireyselleşme Kuramı: Peter Blos**

Blos'a göre ergenlik, "ikinci ayrılma-bireyselleşme" dönemidir. Bu dönemde ergen ebeveynlerinden ayrılarak kendi kimliğini oluşturma sürecine girer (Arnett,2000). Ergen çocukluk dönemi boyunca ebeveynlerinin değer yargılarını içselleştirmiştir. Blos, ergenin kendisini diğerlerinden ayıran kesin sınırları olduğunu belirtir. Ergenlikte bu sınırların farkına varılır. Ebeveynlerinin bir uzantısı değil aksine bir birey olduğu düşüncesinin gerekliliği olarak ergen, içselleştirdiği ebeveyn figüründen kurtulmaya çalışır. Kimlik keşfi bireyselleşme çabasının bir sonucu olarak ortaya çıkar.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### ANNE BABA TUTUMLARI

Bu bölümde öncelikle anne-baba tutumuna yönelik modeller açıklanmış ardından ülkemizde sıklıkla rastlanan anne-baba tutumları incelenmiştir.

#### 3.1. Anne-Baba Tutumlarına Yönelik Öne Sürülen Modeller

Ebeveynlerin çocuklarına yönelik davranışları, çocukları ile olan duygusal ilişkileri ve davranışsal boyutları içeren anne baba tutumları ile ilgili çalışmalarda farklı kuramsal bakış açıları benimsenmiştir. Her bir kuram, anne baba ve çocuk arasındaki ilişkiyi farklı açılardan ele alınmıştır (Üredi, 2005, s.37). Bu başlıkta ebeveyn tutumları ile ilgili kuramlara değinilmiş olup bu kuramların birbirine benzer ya da farklı noktaları incelenmiştir.

##### 3.1.1. Psikodinamik Model

Psikodinamik modelin temelini oluşturan Freud, ebeveyn tutumlarını süperegö (toplumun değerler sistemini içselleştiren ve davranış standartlarını oluşturan yapı) ekseninde açıklamıştır. Freud'a göre, insan süper egoya sahip olarak dünyaya gelmez. Çocuklar, ebeveynleri ile etkileşimleri ve özdeşim mekanizmaları sonucunda doğru ve yanlışla yönelik bir değerler sistemi ve özdeşim mekanizması oluşturur. Freud, ayrıca çocukların erken dönemde ebeveynleri ile gerçekleştirdikleri ilişkinin yetişkin kişiliğinin biçimlenmesinde ciddi bir etkiye sahip olduğunu belirtmiştir (İnanç ve Yerlikaya, 2014, s.22-29).

Psikodinamik modele göre, bebeklerin libidinal ihtiyaçları ile ailesel çevresi arasında gerçekleşen etkileşimin, çocuğun gelişimindeki bireysel farklılıkları belirlediği iddia edilmektedir. Psikodinamik bakış açısını benimseyen araştırmacılar ebeveyn çocuk arasındaki duygusal ilişki ile bu duygusal ilişkinin çocuğun; psikoseksüel, psikososyal ve kişilik gelişimi üzerindeki etkisine yönelik çalışmalar yapmışlardır. Ebeveyn tutumlarındaki farklılıkların, ebeveyn ile çocuk arasındaki duygusal ilişkilerin farklılığından kaynaklandığını belirtmişlerdir (Anur, 2014, s.27).

##### 3.1.2. Varoluşçu Model

Rogers, sağlıklı kişilik gelişimi için ebeveyn tutumlarının önemine dikkat çekmiştir. Çocuk; ebeveynleri tarafından sevilme, kabul edilmek ve değer görmek gibi ihtiyaçlara sahiptir. Rogers bu ihtiyaçları olumlu kabul olarak tanımlamıştır.

Çocuk eğer ebeveynleri tarafından kendisine değer verildiğini algılayarsa olumlu kabul ihtiyacını karşılayıp sağlıklı bir kişilik geliştirir. Bunun aksine ebeveynler, ilgisiz, katı ve koşullu bir tutum sergilediklerinde çocuğun kişiliği bir bütün olarak gelişmez. Ve bu da psikolojik sağlığın en üst mertebesi olan kendini gerçekleştirme önünde bir engel olarak kişinin karşısına çıkar (Rogers, 1961, s.42).

May'e göre, kişiliğin sağlıklı gelişimi patojenik ebeveyn tutumlarından etkilenebilir. Çocuğun her istediğini yerine getiren aşırı hoşgörölü ebeveynler çocuğun bireyselleşmesini engeller diğer yandan reddedici ebeveyn tutumları çocuğun doğal iradesini baskılar bunun sonucunda çocuk güven duygusu için nevrotik bir arayış içine girer ( İnanç ve Yerlikaya, 2014 ,s.342).

### **3.1.3. Adlerci Model**

Adler, kişiliğin yaşamın ilk beş yılında şekillendiği görüşüne katılmış, bunun yanı sıra kişilik gelişiminde ebeveyn tutumlarının da önemli olduğunu belirtmiştir. Çocukluk çağında ebeveynleri ile ilgili deneyimleri ileriki dönemlerde kişilik sorunları yaşamasına neden olduğunu belirtmiştir (Gündoğdu, 2016).

Adler, ebeveyn tutumlarının yol açtığı iki tip çocuktan söz etmiştir; şımartılmış çocuk ve sevilmeyen çocuk. Ebeveynleri tarafından şımartılmış çocuk, yetişkin yaşamında sürekli başkalarını kullanmaya çalışan bireyler olduklarını ifade etmiştir. Adler'e göre, bu duyguyla büyüyen bireyler her türlü ihtiyaçlarını karşılarındaki kişilerden emir olarak ister ve sürekli başkalarından bir şeyler beklerler. Herkesi kendisine hizmet etmeye zorlamak, kendisiyle ilgilenilmesini sağlamak ve herkesi parmağının ucunda oynatmak gibi bencilce eğilimler geliştirdiklerini vurgulamıştır. Başkaları üzerinde hüküm sürmeyi, egemen olmayı ve hiçbir zaman fedakârlıkta bulunmamayı ama karşılarındaki kişilerden sürekli olarak kendilerine karşı özveride bulunmayı hak olarak gördüklerini belirtmiştir. Başkalarının bu beklentileri karşılamadıklarını gördüklerinde onlara karşı düşmanca duygular beslediklerini ifade etmiştir (Adler, 2012, s.106). Sevilmeyen çocuklar ise, ebeveynlerinden az ilgi gören bireylerdir. Bu bireyler yetişkinlik hayatlarında aşağılık kompleksi geliştirebilirler. Çünkü ilgi görmeyen bu çocuklar istenilmediklerini hissettikleri için başkaları ile iletişim kurmakta çekinirler, ilgi duydukları kişilerin de onları sevmeyeceğinden korkmak gibi nevrotik eğilimler gösterebilirler. Yetişkinlik hayatlarında genellikle soğuk kişiler olarak nitelendirilirler (Kulaksızoğlu,1998,s.24-25). Bunun yanı sıra



Keskin'in (2017) aktarımına göre Adler, ebeveynlerinin aşırı derecede korumacı, kontrol edici ve müdahale edici (dominant) tavırlarıyla büyüyen bireylerin genellikle karar verme ve sorumluluk alma hususlarında çekimser hâle geldiklerini ve böylesi kararsız tutumun, yaşamın üç temel sorunu toplum, meslek ve aşk konusunda güven sıkıntısına yol açtığını belirtmiştir.

#### **3.1.4. Baumrind'in Sınıflandırması**

Ebeveyn tutumlarına yönelik ilk kapsamlı araştırmalar yapan Baumrind (1971), ebeveyn tutumlarına yönelik dört farklı boyut tanımlamıştır. Bunlar; ebeveyn kontrolü, ebeveyn-çocuk iletişimde açıklık, olgunluk beklentisi ve bakım-destek boyutudur.

1.*Ebeveyn kontrol boyutu*: Ebeveynler tarafında alınan kurallara çocukların ne derece itaat etmek zorunda olduklarını içerir.

2.*Açıklık boyutu*: Anne ve babalar tarafından verilen kararlarda çocukların fikirlerine ve düşüncelerine ne derece önem verdikleri, bu konuda çocuklarını ne derece cesaretlendirdikleri ve çocuklarının davranışlarına konulan sınırlandırmaları ne derece açıkladıklarını içerir.

3.*Olgunluk beklentisi boyutu*: Anne ve babaların çocuklarının bilişsel, sosyal ve duygusal alanda gelişimlerini ne derece destekleyip yaşlarının gerektirdiği sorumlulukları almaya ne derece teşvik ettiklerini içerir.

4.*Bakım-destek boyutu*: Anne ve babaların çocuklarına bakım verirken ve onlarla ilişki kurarken ne derece yakın, samimi ve sıcak davrandıklarını içerir.

Baumrind, ortaya koyduğu dört boyuttan yola çıkarak anne babalarda üç temel ebeveyn tutumu olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bunlar; otoriter, demokratik ve izin verici ebeveynlik tutumlarıdır. Bu tutumlara genel açıdan bakacak olursak otoriter ebeveynler, cezalandırıcı ve katı bir disiplin yöntemini benimsediklerini ve çocuklarına keskin bir tavır sergilediklerini ortaya koymuştur. İzin verici ebeveynler ise çocuklarına karşı tutarsız bir şekilde davranmakta ve esnek kurallar koymaktadırlar. Demokratik ebeveynler, çocuklarına karşı daha net ve geliştirici bir tavırla yaklaşır. Çocukların ihtiyaçlarına uygun şekilde onlara destek olmakla beraber kontrol mekanizmasını sağlam tutarlar (Baumrind, 2005,s.61-69).

### **3.1.5.Martin ve Maccoby'nin Modeli**

Demir'in (2007) aktardığına göre, Martin ve Maccoby, Baumrind'in sınıflandırdığı ebeveyn tutumlarına talep ve ilgi/kabul boyutu da ekleyerek dört farklı ebeveyn tutumu tanımlamışlardır. Talep etme ve kabul etme düzeyleri yüksek olan anne ve babalar demokratiktir. Yüksek taleplerde bulunan fakat kabul etme düzeyi düşük olan anne ve babalar otoriterdir. Kabul düzeyi yüksek fakat talepte düşük olanlar izin vericidir. Son olarak talep etmede de kabul etmede de düşük düzeyde olan anne ve babalar ihmalkâr ebeveynlerdir.

## **3.2.Ebeveyn Tutumlarının Sınıflandırılması**

### **3.2.1.Otoriter Ebeveyn Tutumu**

Otoriter anne babalar, çocukların kendilerine sorgusuz itaat etmelerini beklemektedirler. Çocuklarına soğuk ve kesin bir tavırla katı birtakım kurallar koyarlar fakat bu kuralları neden koyduklarını dair çocuklarına bir açıklama yapmazlar. Bu kurallara uyulmadığında sınırlayıcı ve cezalandırıcı bir tutum benimserler. Çocukları ile etkileşimleri oldukça yetersiz ve serttir, sözel iletişime çok az olanak verirler. Çocuğun bireyselliğine önem verilmez; duyguları ve düşünceleri dikkate alınmaz (Günel, 2007, s.42).

Otoriter ebeveynler, çocuklarının kendilerinden korkmalarına önem verirler. Onlara göre çocukta böyle bir duygu yaratmak kendilerine karşı 'saygının' bir ifadesidir. Bu tutumu benimseyen ebeveynler, korku ile saygı arasındaki farkı anlayamadıklarından 'iyi çocuk yetiştirmek' adına çocukları korkuturlar ve utandırırılar (Cüceloğlu, 2016, s.113).

Bu tutumu benimseyen ebeveynlerin zihinlerinde ideal çocuk imajları vardır. Çocuk bu imaja uygun davrandığı zaman istenilen sevgi ve şefkati gösterirler (Mackenzie, 2001 s.47). Ailede ilişkiler gergindir ayrıca çocukta ebeveynine karşı korku duygusu hakimdir. Bu ebeveyn tutumunun benimsendiği ortamda büyüyen çocuklar, kendilerine güven duygusu geliştirememektedir. Katı disiplin ve yoğun baskı, çocuğu içedönük ve öz güveni zayıf bir birey haline getirip girişkenliğini olumsuz yönde etkiler. Çocuk kendisinden istenilen kalıplar içerisine girebilir fakat diğer yandan otorite figürü olan ebeveyne bağımlı bir kişilik geliştirebilir (Yavuzer, 1990, s.118).

### **3.2.2. Demokratik Ebeveyn Tutumu**

Demokratik ebeveyn tutumunda ebeveynler tarafından konulmuş belli kurallar vardır. Ebeveynler bu kuralları koyarken çocukları da sürece dahil edip onlarla fikir alışverişinde bulunarak bireyselliklerini geliştirirler. Ayrıca kuralların neden konulduğuna ilişkin açıklama yaparlar. Çocuklarından yaşları ile orantılı olarak olgun davranışlar beklerler (Yılmaz,2000, s.22).

Çocukları bağımsız olmaya teşvik eder ama yine de davranışlarına sınırlar ve kontroller getirirler. Bu sınırlar çerçevesinde çocuklara yaşına ve kavrayışına uygun konularda seçimler yapma özgürlüğü tanır. Böylelikle çocuklar belli konularda karar verme imkânı kazanmış olurlar. Bu sayede çocuklar, bağımsız ve girişimci kişilik özellikleri kazanır (Santrock, 2012, s.254).

Demokratik tutumu benimseyen ebeveynler çocuğa karşı sıcaktırlar ve sevgilerini hissettirirler. Çocuğun yapıcı davranışı karşısında memnuniyetlerini dile getirirler (Bilal,1986, s.58).

Bu tutumu benimseyen anne ve babalar, çocuklarına davranışlarıyla model olurlar. Çocuklarında görmeyi arzulamadıkları davranışları kendileri de yapmayarak çocuklarının olumlu sosyal davranışlar kazanma noktasında gereken ortamı sağlarlar (Yolcu, 2015, s.24).

Demokratik aile ortamında büyüyen çocuklar,kendine güvenen ,geleceğe yönelik kararlar alabilen, olgun, sorumluluk sahibi, iç kontrol mekanizması gelişmiş, olumlu zihinsel ve duygusal yapıya sahip birey özelliklerini kazanır (Kaya, 1997, s.98).

### **3.1.2.3. İzin Verici Ebeveyn Tutumu**

Bu tutumu benimseyen anne ve babalar çocukları ile yakından ilgilenirler fakat onlara çok az sorumluluk verirler. İhmale varan bir hoşgörü gösterirler. Kontrol mekanizmaları zayıftır. Kurallar koyulsa da denetim çok azdır. Bu ebeveynler, sıcak bir ilgi ve az kısıtlamanın olduğu ortamda çocukların daha yaratıcı ve kendine güvenen çocuklar ortaya çıkaracağına inandıkları için çocuklarını da böyle bir ortamda yetiştirmeye gayret gösterirler. Ancak böyle bir ortamda yetişmiş bireyler nadiren başkalarına saygı duyarlar. Ayrıca bu bireyler, zamanla kendi davranışlarını kontrol etmekte zorluk çeken, benmerkezci ve uyumsuz kişiler haline gelirler (Arcan, 2006, s.21; Santrock, 2012, s.254).

Fromm'a (1995) göre, nevrozların sebeplerinden biri de çocuğu seven ama aşırı hoşgörölü ve yumuşak ya da egemenlik kurmaktan hoşlanan bir annesi, zayıf ilgisiz bir babası olmasıdır. Bu durumda çocuk anneye aşırı bağıllık geliştirir ve annenin eksikliğinde çaresizlik hisseder. Böylece alıcı insan özellikleri gösterir. Daha açık bir ifadeyle bakılmak ve korunmak ister.

Belli belirsiz sınırlarla yetiştirilen çocuklar, ebeveynlerinin sözlerini dikkate almamayı ve yadsımayı öğrenirler. Çünkü açık olmayan ya da ucu açık bırakılmış kurallar sınımayı beraberinde getirip ebeveyn-çocuk ilişkisinde çatışmalar meydana getirir (Mackenzie, 2001, s.114-121).

#### **3.1.2.4. İhmalkâr Ebeveyn Tutumu**

İhmalkâr tutumu benimseyen ebeveynler, çocuğu kendi başına yalnız bırakır ve ihtiyaçlarına karşı ilgisiz davranır. Çocuk ile ebeveyn arasında zayıf iletişim söz konusudur. Ebeveynler çocukların maddi ve manevi ihtiyaçlarından habersizdirler. Çocuk gerekli sevgi ve şefkatten yoksundur. Ebeveynleri tarafından bu şekilde duygu ve düşünceleri dikkate alınmayan ve saygı duyulmayan bu çocuklar, kendi gözündeki imgelerini çarpıtabilir; kendilerini değersiz, saygı duyulmayan ve seilmeyen bireyler olarak hissederler. Kişisel değer duygusu gelişmeyen bu çocuklar, olaylar ve durumlar karşısında etkin baş etme mekanizması geliştiremezler (Ginott, 2003, s.111-113).

Bu tutumu benimseyen aile ortamında büyüyen çocuklar, sosyal yönü zayıf özellikle benlik kontrolü düşük ve bağımsızlığı kolayca elde edemeyen bireyler haline gelirler (Yavuzer, 2007, s.33).

#### **3.1.2.5. Koruyucu Ebeveyn Tutumu**

Koruyucu tutum benimseyen anne ve babalar, müdahaleci ve himayecidirler. Aşırı fedakâr ve korumacı davranır, çocukların kendilerinden beklenen sorumlulukları yapamayacağından endişe ederek onların yerine işleri üstlenirler. Çocukların sorumluluk almasına müsaade etmezler. Ayrıca bireysellik girişimleri engellenir. Bu çocuklar anne ve babalarının uzantısı olarak görülür (Yıldız, 2004, s.138).

Bu tutumu benimseyen ebeveynler bu tutumlarından dolayı çocuklarının özerkliklerini, bağımsızlıklarını ve otantik yönlerini desteklemezler. Özellikle üzüntü, kaygı ve korku gibi çocuklara acı veren hiçbir duyguyu yaşamasına izin vermezler. Bu tür duyguların yaşanmasına engel olmak çocukların yetişkinlik hayatında olumsuz yaşantılarla baş etme mekanizmasını zayıflatır (Novaro, 2001, s.176).

Anne ve babaların kendilerini çocuklarının hayatında bu kadar 'var etmeleri' çocukların sağlıklı psikolojik gelişimini engeller. Bu davranış biçimi çocukların özerk düşünme, gelişme, hata yapma, hayatı öğrenme ve sorumluluk alma gibi bir çok alanda yaşam fırsatlarına engel olmaktadır. Çocuğun ruhsal ve fiziksel beceri yeteneği zayıflamaktadır (Novaro,2001, s.174).

Aşırı korumacı tutumun egemen olduğu bir ailede yetişen çocuklar; bağımlı, talepkâr, ürkek ve sorumluluk almaktan çekinen bireyler haline gelirler (Novaro, 2001, s.180).

İncelenen ebeveyn tutumları değerlendirildiğinde bu tutumların, çocukların ruh sağlığını etkilediğini ve birey olarak kendilerini nasıl algıladıklarına yönelik bakış açılarını şekillendirdiklerini söyleyebiliriz.

### **3.3. Ebeveyn Tutumlarını Etkileyen Faktörler**

Anne ve baba tutumlarını etkileyen ve toplumdan topluma değişkenlik gösteren faktörlere baktığımızda karşımıza, çocuğun cinsiyeti, doğum sırası ailenin sosyoekonomik ve eğitim durumu gibi başlıca faktörler çıkmaktadır (Kağıtçıbaşı,1981; Kağıtçıbaşı, 2005; Yörükoğlu,2007). Aşağıda bu faktörler ile ilgili bilgi verilmiştir.

#### **3.3.1. Çocuğun Cinsiyeti**

Kağıtçıbaşı (1981) tarafından 1981 yılında Türkiye’de yürütülen çalışmada erkek çocuğun yaşlılık güvencesi olarak görüldüğü ve aileye maddi anlamda kız çocuğuna göre daha fazla katkı sağladığı için annelerin erkek çocuk yönünde tercih belirttiği görülmüştür. Bu anneler daha çok eğitim düzeyi düşük kişilerdir. Erkek çocuk sahibi olmak toplumsal açıdan istenilen bir durumdur. Ayrıca soyun devamlılığını sağlar. Bununla birlikte erkek çocuğun kız çocuğa nazaran yaşlılık güvencesi olarak görülmesi erkek çocuk tercihleri ile ilişkili görülmüştür. Aradan geçen zaman içinde ebeveynlerin eğitim düzeylerinin artması, şehirleşme ve sosyoekonomik düzeydeki artış cinsiyetin belirleyici rolünü azaltmıştır (Kağıtçıbaşı, 2005).

### **3.3.2. Doğum Sırası**

Ebeveynler genellikle ilk çocuğa karşı her şeyin en doğrusunu yapma arzusu ile kendilerini tamamen ona adarlar. Bu durum ebeveynlerde kaygılı bir tutumu ortaya çıkarır. İlk çocuğun yetiştirilmesi ile belli deneyimler kazanan ebeveynler ikinci çocuğu yetiştirirken daha az kaygı yaşarlar ve bunun sonucunda daha hoşgörülü bir tutum benimserler (Yörüköğlü, 2007, s.162).

### **3.3.3. Anne ve Babanın Sosyoekonomik Durumu**

Literatür araştırması yapıldığında ailenin sosyoekonomik durumunun anne-baba tutumu üzerinde etkili olduğunu gösteren pek çok araştırmaya rastlanmıştır (Dönmezler,1999; Çağdaş ve Şahin, 2004; Bronstein, 2008). Düşük sosyoekonomik düzeydeki ailelerde genelde otoriter tutum gözlenirken; yüksek sosyoekonomik düzeydeki ailelerde demokratik tutum puanlarının arttığı gözlenmiştir (Gökçedağ, 2001, s.56).

### **3.3.4. Anne ve Babanın Eğitim Durumu**

Ebeveynlerin eğitim durumu benimsenen ebeveynlik tutumu üzerinde etkilidir. Eğitim düzeyi düşük olan ebeveynler daha çok cezalandırıcı ve geleneksel yöntemleri içeren otoriter tutumu benimserken; eğitim düzeyi yüksek ebeveynler çocukların bireyselleşmesine önem veren, gelişimlerini destekleyen ve çocuklarına yaşları ile orantılı sorumluluk veren demokratik tutumu benimsedikleri görülmüştür (Özel ve Zelyurt, 2016).

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### ÖZ ŞEFKAT

#### 4.1. Öz Şefkat Kavramı

Öz şefkat (self compassion) kavramı çalışmamızdaki diğer değişkenlere nazaran literatürde henüz yeni bir kavramdır. Ülkemizde öz şefkatin kavramsal alternatifleri olarak öz anlayış ve öz duyarlık gibi kavramlar kullanılmaktadır (Özyeşil, 2011). Türk Dil Kurumunda (TDK) Öz şefkat kelimesi, “benlik” anlamına gelen “öz” ve “merhamet etmek, acımak” anlamına gelen şefkat sözcüğünün bir araya gelmesiyle oluşmakta ve kişinin kendisine merhamet etmesi anlamına gelmektedir. Kaynağı Budist felsefesine dayanan öz şefkat kavramı (self compassion) Neff (2003) tarafından literatüre kazandırılmıştır. Buda'nın öğretilerinden oluşan Budist felsefe benliğin olumsuz etkilere neden olan duygulardan arındırılması düşüncesini temel almakta ve bu düşünceden yola çıkarak kişinin önce kendisine sonra insanlığa şefkat göstermesi gerektiğini belirtmektedir. Bu açıdan öz şefkat Budizm inancında uzun yıllardır bilinen bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır.

Neff (2010)'e göre öz şefkat (self compassion), kişinin başkalarına gösterdiği şefkati olumsuz bir durumla karşılaştığında kendisine de gösterebilmesidir. Kişi, çevresindekilerin acılarını nasıl yargılamadan anlayıp kabul ediyorsa kendisine karşı da bu anlayışı göstermesidir. Kavram kötü durumlarla başa çıkmada önemli içsel dinamiklerden biri olarak görülmektedir. Öz şefkat, kişinin kendi acı, yetersizlik ve başarısızlık gibi olumsuz yaşantıların yarattığı duyguları yargılamadan kabul etmesi ve anlamaya çalışması olarak da ifade edilir. Öz şefkate sahip kişilerin kendilerine kabul düzeyi yüksek ve içgörü mekanizmaları gelişmiştir. Bu kişiler olumsuz duyguları da yaşamın bir parçası olarak değerlendirirler. Kendilerine karşı anlayışlı ve destekleyici bir tutum içerisindedirler. Öz şefkati yüksek kişiler, acı verici duyguları bastırmak ve inkar etmek yerine onların geçici olduğunu, hayatın akışı içinde başa çıkılabilecek olağan durumlar olarak değerlendirirler.

Öz şefkatin kendine acımayla karıştırılmaması gerekir. Bu iki kavram birbirinden oldukça farklı anlamlara gelmektedir. Kişi kendine acıma duygusu yaşadığında genelde yaşanan olumsuz deneyime çok fazla kendini kaptırır, bu olumsuz yaşantıyı oldukça abartma eğilimine girip kişileştirir; yeryüzünde bu deneyimi ondan başka yaşayan bir insan olmadığı düşüncesine kapılır. Oysa yaşanan

olumsuz yaşantıya öz şefkat ile yaklaşıldığında durumu objektif bir şekilde değerlendirir. Bu deneyimi yaşayan başka insanların da olduğu farkındalığına erişir (Neff, 2003). Hayat standartlarının daha da zorlaştığı ve rekabetin arttığı günümüz şartlarında kişilerin kendileriyle ilgili düşüncelerini ve duygularını anlamaları ayrıca kendilerine karşı öz şefkat duymaları hayatlarını kolaylaştırmak adına önemli bir işlev görmektedir (Şahin ve Aktaş, 2018, s.363).

Öz şefkat (self compassion), hataları görmezden gelmek anlamına gelmez, İnsanların hataları olabileceğini kabullenmek anlamına gelir. Her insan, bizzat insan olmasından dolayı hata yapabilir. Aslolan hatayı en kısa sürede fark edip, hatanın sorumluluğunu alıp onu düzeltmek için gerekeni yapmaktır. Öz şefkat (self compassion), insan olmanın bir gereği olarak bize yanlış yapabileceğimizi, başarısız olabileceğimizi ve yetersiz olduğumuz alanlar olabileceğinin normal olduğunu kabul etmemizi sağlar (Omay, 2019, s.49).

#### **4.2.Öz Şefkatin İyi Oluş ile İlişkisi**

Neff'in (2003) aktardığına göre, son yıllarda yurt dışında yapılan bir çok çalışmayla öz şefkatin psikolojik sağlık üzerinde olumlu etkisi olduğu anlaşılmıştır. Yapılan çalışmalar sonucunda öz şefkatin; depresyon, intihar düşüncesi ve öz yargılama gibi olumsuz duygularla negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür.

MacBeth ve Gumley (2012) tarafından yapılan kapsamlı bir meta-analiz araştırmasının bulguları Neff'in araştırmasını destekler niteliktedir. MacBeth ve Gumley (2012) öz şefkat ile kaygı bozukluğu, depresyon ve stres arasında güçlü bir negatif korelasyon olduğunu belirtmişlerdir.

Öz şefkatin gelişiminde bireyin içinde yetiştiği çevrenin etkisi yadsınamaz, bu bağlamda Neff (2010) ergenlerde öz şefkatin (self compassion) gelişiminde ailenin rolünü de bir değişken olarak incelediği araştırmasında aile işlevselliğinin, destekleyici tutumunun ve bağlanma stillerinin öz şefkat ile pozitif ilişkili olduğu; diğer yandan işlevsiz, destekleyici olmayan aile içi ilişkilerin ergenlerin öz şefkat düzeyini negatif şekilde etkileyen önemli bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Erken dönem yaşantıları, ebeveyn tutumları ve yetiştirilme tarzları bireyin öz şefkat düzeyinde önemli parametreler olarak karşımıza çıkmaktadır. Schafer (1964) küçükken sağlıklı ebeveyn tutumlarının olduğu bir aile ortamında büyüyen bireylerin yetişkinlik döneminde öz şefkat düzeylerinin yüksek; aksine, ihmalkâr eleştirel ve



baskıcı aile ortamında büyüyen bireylerin öz şefkat düzeylerinin düşük olduğunu belirtmiştir.

Öz şefkat birbiriyle ilişkili üç bileşenden oluşmaktadır; Öz nezaket (self-kidness), ortak yaşantı (common humanity) ve bilinçli farkındalık (mindfulness). Öz şefkatin alt alanları birbirinden ayrı gibi görünmekle birlikte, her alan diğeriyle etkileşim içindedir. Ayrıca, her bir alan diğelerinin oluşumuna katkıda bulunabilir ya da diğelerinin düzeyini arttırabilir (Neff, 2003,s.224).

#### **4.2.1. Öz Nezaket(Self-kidness)**

Neff (2010)'e göre öz nezaket (self-kidness) kişinin acı verici yaşantıları ve kişisel başarısızlıkları karşısında kendine karşı destekleyici ve kucaklayıcı bir tutum sergilemesidir. Başkalarına karşı gösterdiği kabul edici, nazik ve empatik tutumu kendine karşı da göstermesidir. İnsanlar genelde başarısız olduklarında ya da herhangi bir konuda hayal kırıklığına uğradıklarında dış faktörleri tamamen devre dışı bırakıp yaşanan olumsuz sonuçlardan tamamen kendilerini sorumlu tutar, kendine acımasızca davranma gibi işlevsel olmayan tutumlar içine girerler. Bu yaklaşım tarzı kişinin kendisine karşı negatif bir algı oluşmasına neden olur. Bu algının yarattığı öfke, utanç, yalnızlık, korku ve umutsuzluk gibi olumsuz duygular kişinin içinde bulunduğu duruma karşı baş etme mekanizmasını zayıflatır. Oysa öz nezaketi yüksek bireyler, hayatta her şeyi kontrol etmenin mümkün olmadığını, zorluklar ve hayal kırıklıklarının olabileceğini, yaşadıkları nedeniyle kendisini suçlamamayı ve cezalandırmamayı bilen kişilerdir (Neff, 2004).

#### **4.2.2.Ortak Yaşantı (Common humanity)**

Kişi, olumsuz bir deneyim yaşadıkdan sonra bu acı verici deneyimi sadece kendisinin yaşadığını düşünerek toplumdan kendini soyutlayıp içine çekilir. Böylelikle diğere insanların da bu deneyimleri yaşayabileceği hususunu gözden kaçırabilir. Oysa keder, acı, hayal kırıklığı ve üzüntü yeryüzünde farklı zamanlarda farklı kişiler tarafından deneyimlenmektedir. Kişi, bu duyguyu yaşayan ne ilk ne de son insandır. Bunu idrak etmek yaşanan deneyime karşı kişiye güç ve destek sağlar. Ortak yaşantı düşüncesine sahip kişi, acı çekmeyi ve kişisel başarısızlığı tüm insanlığın paylaştığı ortak bir deneyim olarak yorumlar. Bu düşünce beraberinde kişiyi rahatlatıp motive eder (Atalay, 2019, s.54).

### **4.2.3. Bilinçli Farkındalık (Mindfulness)**

Bilinçli farkındalık diğer adıyla mindfulness kökeni doğu meditasyonuna dayanan bir kavramdır. Nyanaponika Thera, bilinçli farkındalığı (mindfulness) “birbirini izleyen anlarda algılarımızın sadece bizde ve iç dünyamızda aslında neler olduğuna odaklanması ve net bir şekilde farkında olma durumu” olarak tanımlamaktadır (Thera,1972).

Neff (2010)'e göre, bilinçli farkındalığın en önemli özelliği, kişinin olumsuz yaşantılarını felaketleştirmeden rasyonel bir bakış açısıyla değerlendirmesini içerir. Duygularını bastırmadan, reddetmeden ve yargılamadan bilinçli bir farkındalık ile ele alması kişiye rahatlık sağlar. Bilinçli farkındalığa sahip kişi, dikkatini içinde bulunduğu zaman dilimine verir. Olumsuz durumlarla ilgili ilişkiler kurmak, çıkarımlarda bulunmak ve bilişsel çarpıtmalar yapmak yerine, yaşadığı durumun bedeninde ve zihninde meydana getirdiği değişimlerin gözlemcisi olur (Atalay, 2018, s.19).

## **4.3. Öz Şefkat İle İlgili Kuramlar**

### **4.3.1. İnsancıl Kuram**

İnsancıl kuram, öz şefkatin en çok ilişkili olduğu kuramdır. Kuramın temsilcilerinden biri olan Rogers'ın geliştirdiği koşulsuz olumlu kabul ve öz şefkat birbiriyle oldukça benzerdir. Rogers'e göre, koşulsuz olumlu kabul doğumdan itibaren çocuğa sunulmalıdır. Otoriter ebeveyn tutumlarının egemen olduğu ailelerde tüm kararları ebeveynler verir oysa birey merkezli ailelerde çocuk da sürece dahil olur. Bu aile yapısı çocukların kendine yönelik olumlu koşulsuz kabulün temelini oluşturur. Böylelikle kişi yetişkinlik hayatında sevmediği yönlerini bir parçası olarak kabul edip benimsemeyi ve kendini dinlemeyi öğrenmek gibi öz şefkat ile ilişkili nitelikler kazanır (İnanç ve Yerlikaya, 2014, s.306).

### **4.3.2. Bilişsel Davranışçı Kuram**

Bilişsel davranışçı kuram kişinin kendine yönelik çarpık/işlevsiz bilişsel süreçlerine yoğunlaşır. Beck (2018) tarafından temel çerçevesi oluşturulan bilişsel davranışçı kuram, kişide duygusal ve davranışsal değişiklikler yaratmak için kişinin kendisine yönelik çarpık düşüncesinde değişiklikler yapmanın yollarını araştırır. Beck, tüm psikolojik bozuklukların temelinde işlevsel olmayan düşüncelerin yattığını savunmaktadır. İnsanlar düşüncelerini daha realist bir bakış açısıyla değerlendirmeyi

öğrendiklerinde duygu ve davranışlarında iyileşmeler yaşanacağını ve yaşam doyumunun artacağını belirtir.

#### **4.3.3. Varoluşçu Kuram**

Yalom'a (2018) göre varoluşçu psikoterapi, bireyin varoluşundan kaynaklanan endişelere odaklanan dinamik bir yaklaşımdır. Bireyin içindeki çatışmalar, bastırmalar ve kaygılar üzerine mercek tutar. Kişi terapide ne zaman kendi hakkında negatif düşünceler dile getirirse ve kendi hayatı hakkında sızlansa varoluşçu terapistler kişinin bu durumu nasıl yarattıkları üzerine “sokratik sorgulama” yaparlar. Böylelikle kişi kendine yönelik yaptığı olumsuz düşüncelere nasıl katkıda bulunduğuna yönelik farkındalık kazanır.



## BEŞİNCİ BÖLÜM

### YAŞAM DOYUMU

#### 5.1.Yaşam Doymu Kavramı

Doym, kişilerin yaşama dair arzu, gereksinim ve beklentilerinin karşılanma durumudur. Yaşam doymu kavramı ise ilk kez 1961 yılında Neugarten tarafından ortaya atılmıştır. Neugarten'e göre yaşam doymu (life satisfaction), kişinin yaşamdaki istekleri (beklentileri) ile şu anda sahip olduklarının karşılaştırılmasından elde ettiği sonucu ifade eder (Özer ve Karabulut, 2003, s.73).

Öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal olmak üzere iki boyutu vardır: Öznel iyi oluşun duygusal boyutunu olumlu ve olumsuz duygular oluştururken bilişsel boyutu, kişinin yaşam doymu ile ilgilidir (Gündoğar, 2007, s.15).

Yaşam doymu (life satisfaction) bireyin yaşamına yönelik olumlu algısıdır. Diğer bir deyişle yaşam doymu, bireylerin kendi kişisel yaşamlarını subjektif bir değerlendirme sonucu tatmin edici bir seviyede algılamalarıdır. Bireyin yaşamının tüm boyutlarına (aile, ev, iş, evlilik ,ahlak vb.) ilişkin algısına yönelik memnuniyet halini ifade eder. Bu nedenle yaşam doymu denildiğinde bireyin hayatının bir boyutuna yönelik doym değil, hayatının tümünden aldığı doym anlaşılmaktadır (Diener ve Larsen, 1993).

Yaşam doymu bireyin ruh sağlığını ve sosyal ilişkisinin temel dinamiklerini belirleyen en önemli unsurlardan birini oluşturur (Aydiner, 2011,s.29). Yaşam doymuna yönelik yapılan değerlendirmeler nesnel kriterlerden ziyade daha çok araştırmacıların öznel değerlendirmelerine dayanır. Toprak'ın (2014) aktardığına göre araştırmacılar yaşam doymunu her biri bireysel açıdan olmak üzere farklı alanlarla ilişkilendirmişlerdir; bazıları yaşam doymunu sosyal etkinlik, ailesel faktörler, iş hayatı, dayanıklı ve nitelikli eşyalara sahip olmak, sağlıklı olmak, yaşanılan ülkenin sosyoekonomik durumu ve ruhsal yaşam gibi faktörlerle bir arada değerlendirirken; bazıları ise fiziksel yönden kendini beğenmek, bir çocuğa sahip olmak, eş ve diğer yakınlarla iyi ilişki içinde olma, eğlence etkinlikleri ve kişisel gelişim faaliyetleri gibi kavramlar ile ilişkilendirmişlerdir.

Yaşam doyumu fazla olan bireylerin günlük yaşamdaki aktivitelerinden haz aldıkları, kendilerini değerli olarak gördükleri ve yaşama karşı genelde iyimser bir tutum takındıkları belirtilmektedir (Özer ve Karabulut, 2003, s.73).

## 5.2. Yaşam Doyumu ile İlgili Kavramlar

Yaşam doyumu ile ilgili literatür araştırması yapıldığında yaşam doyumu ile ilişkili bir çok kavram olduğu görülmüştür.

*Yaş:* Genel yaşam doyumunun ve arkadaş doyumunun yaşa göre farklılaşmadığını öne süren bazı çalışmalar olmakla birlikte, yapılan araştırmalar genel olarak ilk ergenlik döneminin yaşam doyumu açısından daha olumsuz bir dönem olduğu sonucunu dile getirmektedir (Huebner,1998; Chang ve Stewart, 2003). Ülkemizde ise İzmir'e göç eden 12-15 yaşları arasındaki ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada genel yaşam doyumunun yaşa göre değişmediği belirtilmiştir (Gün ve Bayraktar, 2008).

*Cinsiyet:* Köker'in (1991) ergenler üzerinde yaptığı araştırmada, kızlarda genel yaşam doyumunun erkeklere nazaran daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılrken; diğer bir araştırmada genel yaşam doyumu cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Gün ve Bayraktar, 2008). Birbirini yeterince desteklemeyen bu sonuçlara bakarak cinsiyet etkisinin farklı araştırma gruplarının niteliğine göre değişken sonuçlar ortaya çıkarabileceği düşünülmektedir.

*Kişilik özellikleri:* Kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişki inceleyen araştırmalara bakıldığında yaşamında karşılaştığı durumlara karşı iyimser bir bakış açısına sahip kişilerin yaşam doyumunun daha yüksek olduğu görülmüştür (Ryan ve Deci, 2001).

*Ebeveyn tutumları:* Ergenlerin yaşam doyumu ve iyi oluşları ile ilgili yurt dışında yapılan pek çok araştırma vardır. Örneğin, Young ve Miller (1995) ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumu, özellikle destekleyici ve samimi aile ortamının yaşam doyumu ile pozitif olarak ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.

*Sosyoekonomik durum:* Diener (1995), 55 ülkenin kolej öğrencilerinden oluşan bir grup öğrenci üzerinde yürüttüğü araştırmada yüksek ekonomik düzeyi, insan hakları, sosyal eşitlik gibi değişkenlerin birbirleriyle ve yaşam doyumuyla ilişkisini incelemiştir. Sonuçlar araştırmacılara bu değişkenlerin birbirleriyle ve yaşam doyumuyla güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir.

*Akademik başarı:* Geç ergenlik döneminde yaşam doyumu ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya göre, bu iki kavram arasında pozitif ilişki olduğu belirtilmiştir (Chow, 2005). Dost'un (2007) yaptığı çalışmada akademik başarısızlık, mezun olamama korkusu ise kişinin kaygısını arttırdığı ve artan bu kaygı düzeyinin yaşam doyumunu negatif yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır.

*Psikolojik ihtiyaçlar:* İnsan olmanın bir gereği olan ve sağlıklı gelişim için gerekli olan psikolojik unsurları içermektedir. Psikolojik ihtiyaçların temel öğeleri; insan doğasına uygun psikolojik gereksinimler, iyi oluş ve gelişim ihtiyaçları gibi psikolojik öğeleridir. Psikolojik ihtiyaçlar ile ilgili literatür araştırması yapıldığında özerklik, yeterlilik ve kendini kabul gibi kavramlarla ilişkili olduğu görülmüştür. Bireylerin yaşam doyumlarının artmasında fizyolojik ihtiyaçlar kadar psikolojik ihtiyaçların doyurulması önemli bir rol oynamaktadır. Psikolojik ihtiyaçların karşılandığı alanlarda ergenler kendilerini başarılı ve yetkin görürler. Bu da yaşam doyumlarını arttırıcı bir etken olarak karşımıza çıkar (Hamurcu, 2011, s.33).

### **5.3. Yaşam Doyumu ile ilgili Kuramlar**

#### **5.3.1. Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı (Tabandan Tavana-Tavandan Tabana Kuramı)**

Bu kuram yaşam doyumuna ulaşma yolları bakımından farklı iki modelden oluşan unsurları içermektedir. Aşağıdan yukarıya modeline göre yaşam doyumu; aile, evlilik, gelir durumu, yaşam alanı ve iş yaşamı gibi birçok farklı alandan kişinin doyum almasını içermektedir. Bu modelde kişinin ortak paydaşında bulunduğu bir aile ortamının, tatmin edici bir iş hayatının, sağlıklı birlikteliğin ve ekonomik güvencenin kişinin yaşam doyumunu arttırdığını belirtmişlerdir (Brief vd,1993). Yukardan aşağıya modeli ise, yaşam doyumunda bireylerin kişilik özellikleri, duygusal farklılıkları ve çeşitli ruhsal bileşenler gibi bireye has özelliklerin doyum üzerinde etkili olduğunu belirtmektedirler. Bireyin bu kendine has özellikleri aile, iş yaşamı ve arkadaşlık ilişkileri gibi diğer alanlara yönelik bakış açılarını ve doyumlarını etkilemektedir (Schimmack, 2008).

#### **5.3.2. Bağ Kuramı**

Bilişsel psikologlar tarafından benimsenen bağ kuramı, bireylerin olaylara yükledikleri anlamların önemine vurgu yapmışlardır. Olayların bilişsel yorumlamalarının doyum üzerinde olumlu ya da olumsuz etkisi olabileceğini

belirtmişlerdir. Bellek, hatırlama, şartlama ve koşullama gibi yapılara dayanan kuram mutluluğun bellekte bilişsel bir ağının olduğunu dile getirmiştir (Çelebi ve Çelebi, 2008).

### **5.3.3. Seçim Kuramı**

Seçim kuramına göre, insan evrimsel süreç içerisinde genetik yapısına işlemiş beş temel ihtiyaçla dünyaya gelmiştir. Bu temel ihtiyaçlar hayatta kalma, sevgi, ait olma, güç kazanma, özgürlük ve eğlence olarak tanımlanmıştır. Seçim kuramında hayatta kalma ihtiyacı fizyolojik ihtiyaç olarak tanımlanırken; sevgi ve ait olma, güç, özgürlük ve eğlence ihtiyaçları temel psikolojik ihtiyaçlar olarak tanımlanmıştır. Seçim kuramının varsayımına göre, kişi yaşam doyumuna ancak temel ihtiyaçlarının yeterince karşılanması durumunda ulaşabilecektir. Eğer kişi kendini mutsuz hissediyorsa bunun sebebi kişinin temel ihtiyaçlarından en az birinin yeterince doyurulmamış olmasıdır (Türkdoğan ve Duru, 2012).

### **5.3.4. Etkinlik Kuramı**

Etkinlik kuramı savunucuları, bireye haz veren etkinliklerin yaşam doyumunu arttıracığı yönünde varsayımda bulunmuşlardır. Bu amaçlı etkinlikler arasında spor yapmak, resim çizmek, tiyatroya gitmek, seyahate çıkmak vb. gibi faaliyetler sayılabilir. Amaçlı etkinliklerin öznel iyi oluşun %40'nı açıkladığı belirtilmiştir (Eryılmaz ve Ercan,2011, s.140). Etkinlik kuramına göre etkinliklerden alınan hazzın etkinlikteki beceri düzeyi ile orantılıdır. Diğer bir deyişle, eğer etkinlik kolaysa birey zamanla bu etkinlikten sıkılacaktır; diğer yandan eğer etkinlik bireyin zorlanacağı düzeyde ise bu da bireyde kaygı yaratacaktır. Dolayısıyla eğer yapılan etkinlik ile beceri düzeyi orantılı ise birey bu etkinlikten keyif alacaktır (Yetim, 2001).

### **5.3.5. Ereksel Kuram**

Wilson tarafından ortaya atılan bu kurama göre, yaşam doyumunda etkili olan temel faktör bireyin ihtiyaçlarının doyurulmasıdır. İhtiyaçları doyurulan birey mutlu olup yaşamdan haz alırken; ihtiyaçları doyurulmayan birey mutsuz olur. Wilson'a göre yaşam doyumunu arttıran ikincil faktör ise bireyin yaşamında amacının olmasıdır. Fakat amaç tek başına yeterli değildir; bu amaca ulaşmaya inanmak da gereklidir. Yaşam doyumuna sahip bireyler amaçlarına ulaşabileceklerine inanırken düşük yaşam doyumuna sahip bireyler amaçlara sahip olsalar da bu amaçların gerçekleşme ihtimalini her zaman düşük görürler (Osmanoğlu ve Kaya,2013).

## **ALTINCI BÖLÜM**

### **YÖNTEM VE TEKNİKLER**

Bu bölümde araştırmanın evren ve örnekleme, veri toplama araçları, veri toplama yöntemi ve veri analizinde kullanılan istatistik teknikleri ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

#### **6.1.Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini, devlet üniversiteleri ve vakıf üniversitelerinde eğitimlerine devam eden öğrencilerden oluşturmuştur. Veriler online anket şeklinde toplanmıştır. Örneklem grubu yaşları 18 ile 24 yaş arasında bulunan kız ve erkek öğrencilerden toplamda 397 kişi olacak şekilde seçilmiştir.

#### **6.2.Veritoplama Tekniği**

Veri toplama işlemi dört aşamada gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara ait bireysel bilgileri elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından 'Kişisel Bilgi Formu' oluşturulmuştur. Örneklemin kendine yönelik öz şefkat düzeyini saptamak amacıyla Türkiye’de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan 'Öz Şefkat Kısa Ölçeği' kullanılmıştır. Algılanan anne baba tutumlarının ölçülebilmesi için ‘Algılanan Anne Baba Davranış Envanteri’ uygulanmıştır. Son aşamada bireyin öznel iyilik durumunu saptamak amacıyla geliştirilmiş olan 'Yaşam Doyumu Ölçeği' kullanılmıştır.

#### **6.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları**

Araştırmadaki veriler dört ölçme aracı ile toplanmıştır. Kullanılan ölçme araçları aşağıda belirtilmiştir.

##### **6.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu; cinsiyet, medeni durum, ekonomik durum, akademik durum, arkadaşlık ilişkileri ve ebeveyn eğitim durumu gibi sorulardan oluşturulmuştur.



### **6.3.2. Diener Yaşam Doyumu Ölçeği**

Diener (1985) tarafından geliştirilen yaşam doyumu ölçeğinin Türkçeye uyarlanma çalışmaları Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Beş maddeden oluşan ölçek, likert tipidir ve hiç uygun değil-çok uygun şeklinde derecelendirilmiş 7'li değerlendirilmeden oluşmuştur. Köker (1991), yaptığı araştırmalar sonucunda tekrar test tutarlılık katsayısının 0,85 olarak belirtmiştir. Maddelerini iç tutarlılığını gösteren Cronbach Alpha Katsayısı 0,88 olarak hesaplanmıştır. Bu da ölçeğin yüksek bir güvenilirlik katsayısına sahip olduğunu göstergesidir. Ölçekten alınan en düşük puan 5, en yüksek puan 35'tir. Alınan puanlar 30– 35, 25– 29, 20 – 24, 15 – 19, 10 – 14, 5 – 9 şeklinde gruplara ayrılmıştır. Alınan toplam puan düştükçe yaşam doyumu da aynı oranda düşmektedir (Dağlı ve Baysal, 2016).

### **6.3.3. Ebeveyn Tutum Ölçeği**

Kuzgun (1973) tarafından geliştirilen anne ve baba tutum ölçeğinin ilk çalışması 384 öğrenciden alınan bilgi ile oluşturulup 119 maddeden meydana gelmiştir. Ölçek üzerinde yapılan çalışmalar sonucunda ölçeğin yeterli korelasyon katsayısına sahip olmadığına ulaşılmıştır. Daha sonra ölçek, 100 öğrencinin katılımıyla tekrar revize edilmiştir. İkinci kez ele alınıp geliştirilen ölçek 40 maddeden ve üç alt boyuttan oluşan 5'li likert ölçek haline getirilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa ile hesaplanan iç tutarlılık katsayısının demokratik tutum için 0.89, koruyucu-istekçi tutum için 0.82 ve otoriter tutum için 0.78 olduğu ifade edilmiştir.

### **6.3.4. Öz şefkat Kısa Ölçeği**

Neff tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlanma çalışmaları Deniz, Kesici ve Sümer (2008) tarafından yapılmıştır. Ölçek, 26 maddeden ve 6 alt ölçekten meydana gelmektedir. Ölçekte öz nezaket, öz yargılama, kolektif insanlık bilinci, sosyal izolasyon , bilinçli farkındalık ve aşırı özdeşleşme olmak üzere altı alt boyuta yer verilmiştir. Araştırmaya yönelik yapılan güvenilirlik analizinde ilişkin Cronbach Alfa katsayısı 0.79 olarak hesaplanmıştır. Faktör bazında yapılan analizlerde Cronbach Alfa katsayıları kendine öz nezaket için 0.69, öz yargılama için 0.71, kolektif insanlık bilinci için 0.75, sosyal izolasyon için 0.70, bilinçli farkındalık için 0.73 ve aşırı özdeşleşme için 0.70 olarak hesaplanmıştır.

#### **6.4. Verilerin Analizi**

Araştırmada betimsel verilerin analizinde ortalama, standart sapma yzde ve frekans değerleri kullanılmıştır. Verilerin normalliği arpıklık ve basıklık değerleri ile incelenmiştir. Basıklık ve arpıklık değerlerinin+ 1,5 ve -1,5 arasında yer aldığında normal dağılım olduğu kabul edilmektedir (Tabachnick ve Fidelly, 2013). Bu araştırmada verilerin normal dağıldığı belirlenerek parametrik testler tercih edilmiştir. Parametrik test varsayımlarının karşılanmadığı durumlarda parametrik olmayan testler tercih edilmiştir. Kullanılan lekler arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Gruplar arası farklarda ise ANOVA, Kruskal Wallis H testi, Bağımsız Gruplar t-Testi testi kullanılmıştır. Varyansların homojen olmadığı durumlarda varyanslar homojen olmadığında kullanılan t testi istatistikleri ve Welch testi kullanılmıştır. İkili karşılaştırmalarda varyanslar homojen olduğunda Scheffe testi, varyanslar homojen olmadığında Tamhane't2 testi kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 24 programı ile gerçekleştirilmiştir.

## YEDİNCİ BÖLÜM

### BULGULAR

#### 7.1. Betimleyici Verilere İlişkin Bulgular

##### 7.1.1. Betimleyici Verilerin Analizi

Bu bölümde betimleyici verilere yer verilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine yönelik yüzde ve frekans değerleri ile araştırmada kullanılan ölçekler için en küçük-en büyük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

**Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri**

Değişken	Gruplar	N	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	264	66,5
	Erkek	133	33,5
	Toplam	397	100,0
<b>Medeni Durum</b>	Evli	46	11,6
	Bekar	348	87,7
	Boşanmış	3	,8
	Toplam	397	100,0
<b>Kardeş Sayısı</b>	Kardeş Yok	23	5,8
	1 Kardeş	27	6,8
	2-3 Kardeş	209	52,6
	4 Kardeş ve Üstü	138	34,8
	Toplam	397	100,0
<b>Anne-Baba Birliktelik Durumu</b>	Evli	367	92,4
	Ayrı	30	7,6
	Toplam	397	100,0
<b>Anne Eğitim Durumu</b>	Okur-Yazar	45	11,3
	İlköğretim	167	42,1
	Ortaöğretim	65	16,4
	Lise	76	19,1
	Ön Lisans	10	2,5

	Lisans	32	8,1
	Yüksek Lisans	2	,5
	Toplam	397	100,0
<b>Baba Eğitim Durumu</b>	Okur-Yazar	10	2,5
	İlköğretim	121	30,5
	Ortaöğretim	79	19,9
	Lise	92	23,2
	Ön Lisans	17	4,3
	Lisans	61	15,4
	Yüksek Lisans	9	2,3
	Doktora	8	2,0
	Toplam	397	100,0
	<b>Algılanan Gelir Durumu</b>	Düşük	26
Orta		342	86,1
Yüksek		29	7,3
Toplam		397	100,0
<b>Algılanan Arkadaşlık İlişkileri</b>	Kötü	9	2,3
	Orta	117	29,5
	İyi	271	68,3
	Toplam	397	100,0
<b>Algılanan Akademik Başarı</b>	Kötü	15	3,8
	Orta	189	47,6
	İyi	193	48,6
	Toplam	397	100,0

Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bulgular Tablo x’de verilmiştir. Araştırmada 18 yaş üzeri 397 katılımcı dâhil edilmiştir. Katılımcıların 264’ü (%66,5) kadın ve 133’ü (%33,5) erkek olarak dağılım göstermektedir. 46 (%11,6) katılımcı evli, 348 (%87,7) katılımcı bekar ve 3 (%,8) katılımcı boşanmıştır. 23 (%5,8) katılımcının kardeşi yok, 27 (%6,8) katılımcının tek kardeşi bulunmakta, 209 (%52,6) katılımcı 2-3 kardeşi bulunmakta ve 138 (%34,8) katılımcının 4 ve daha fazla kardeşi bulunmaktadır. 367 (%92,4) katılımcının anne ve babası evli ve 30 (%7,6) katılımcının

anne ve babası ayrıdır. Anne eğitim durumuna göre, 45 (%11,3) katılımcı okur-yazar, 167 (%42,1) ilköğretim, 65 (%16,4) ortaöğretim, 76 (%19,1) lise, 10 (%2,5) ön lisans, 32 (%8,1) lisans ve 2 (%0,5) yüksek lisans olarak dağılım göstermiştir. 10 (%2,5) katılımcı okur-yazar, 121 (%30,5) ilköğretim, 79(%19,9) ortaöğretim, 92 (%23,2) lise, 17 (%4,3) ön lisans, 61 (%15,4) lisans, 9 (% 2,3) yüksek lisans ve 8 (%2,0) doktora olarak dağılım göstermiştir. 26 (%6,5) katılımcı gelir durumunu düşük, 342 (%86,1) katılımcı orta ve 29 (%7,3) katılımcı yüksek olarak algılamaktadır. 9 (%2,3) katılımcı arkadaşlık ilişkilerini kötü, 117 (%29,5) katılımcı orta ve 271 (%68,3) katılımcı iyi olarak algılamaktadır.15 (%3,8) katılımcı akademik başarısını kötü, 189 (%47,6) katılımcı orta ve 193 (%48,6) katılımcı iyi olarak algılamaktadır.

**Tablo 2. Ana Baba Tutum Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler**

Ölçekler	Min	Max	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık
<b>Demokratik Tutum</b>	15	75	54,14	14,69	-,663	-,451
<b>Koruyucu/ İstekçi Tutum</b>	17	67	35,64	10,28	,485	-,220
<b>Otoriter Tutum</b>	10	50	21,36	8,45	1,015	,573

Tablo 2’de Ana Baba Tutum için en küçük-en büyük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Demokratik Tutum boyutu için aralık 15-75 arasında, ortalama=54,14 ve standart sapma=14,69, çarpıklık= -,663 ve basıklık= -,451 olarak hesaplanmıştır. Koruyucu/ istekçi Tutum boyutu için aralık 17-67 arasında, ortalama=35,64 ve standart sapma=10,28, çarpıklık= ,485 ve basıklık= -,220 olarak hesaplanmıştır. Otoriter Tutum boyutu için aralık 10-50 arasında, ortalama=21,36 ve standart sapma=8,45, çarpıklık= 1,015 ve basıklık= ,573 olarak hesaplanmıştır.

**Tablo 3. Öz Şefkat Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler**

Ölçekler	Min	Ma x	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık k	Basıklık k
Öz Sevecenlik	5	25	14,98	4,61	,153	-,722
Öz Yargılama	5	25	13,29	4,81	,269	-,736
Paylaşım Bilincinde Olma	4	20	12,15	3,51	,074	-,737
İzolasyon	4	20	11,25	4,05	,255	-,721
Farkındalık	4	20	12,60	3,42	-,031	-,862
Aşırı Özdeşleşme	4	20	11,67	3,99	,114	-,858
<b>Öz Şefkat Ölçeği - Toplam</b>	<b>29</b>	<b>121</b>	<b>81,51</b>	<b>19,61</b>	<b>-,145</b>	<b>-,694</b>

Tablo 3'de Öz Şefkat Ölçeği için en küçük-en büyük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Öz Şefkat Ölçeği Öz Sevecenlik alt boyutu için aralık 5-25 arasında, ortalama=14,98 ve standart sapma=4,61, çarpıklık= ,153 ve basıklık= -,722 olarak hesaplanmıştır. Öz Yargılama alt boyutu için aralık 5-25 arasında, ortalama=13,29 ve standart sapma=4,81, çarpıklık= ,269 ve basıklık= -,736 olarak hesaplanmıştır. Paylaşım Bilincinde Olma alt boyutu için aralık 4-20 arasında, ortalama=12,15 ve standart sapma=3,51, çarpıklık= ,074 ve basıklık= -,737 olarak hesaplanmıştır. İzolasyon alt boyutu için aralık 4-20 arasında, ortalama=11,25 ve standart sapma=4,05, çarpıklık= ,255 ve basıklık= -,721 olarak hesaplanmıştır. Farkındalık alt boyutu için aralık 4-20 arasında, ortalama=12,60 ve standart sapma=3,42, çarpıklık= -,031 ve basıklık= -,862 olarak hesaplanmıştır. Aşırı Özdeşleşme alt boyutu için aralık 4-20 arasında, ortalama=11,67 ve standart sapma=3,99, çarpıklık= ,114 ve basıklık= -,858 olarak hesaplanmıştır. Öz Şefkat Ölçeği toplam puanı için aralık 29-121 arasında, ortalama=81,51 ve standart sapma=19,61, çarpıklık= -,145 ve basıklık= -,694 olarak hesaplanmıştır.

**Tablo 4. Yaşam Doyumu Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler**

Ölçekler	Min	Max	$\bar{x}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Yaşam Doyumu Ölçeği	5	34	17,30	7,39	,260	-1,001

Tablo 4’de Yaşam Doyumu Ölçeği için en küçük-en büyük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Yaşam Doyumu Ölçeği için aralık 5-34 arasında, ortalama=17,30 ve standart sapma=7,39, çarpıklık= ,260 ve basıklık= -1,001 olarak hesaplanmıştır.

## 7.2. Ölçeklerin Birbiriyle İlişkisine Yönelik Bulgular

### 7.2.1. Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik Pearson korelasyon analizi sonuçları verilmiştir.

**Tablo 5. Ana Baba Tutum Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları**

Ölçekler	Demokratik Tutum	Koruyucu/ İstekçi Tutum	Otoriter Tutum
Öz Sevecenlik	,385**	-,161**	-,260**
Öz Yargılama	-,312**	,377**	,385**
Paylaşım Bilincinde Olma	,284**	-,151**	-,197**
İzolasyon	-,326**	,387**	,408**
Farkındalık	,358**	-,196**	-,281**
Aşırı Özdeşleşme	-,311**	,333**	,343**
ÖŞÖ- Toplam	,410**	-,339**	-,393**

\*<0,05; \*\*<0,01

Tablo 5’de Ana Baba Tutum Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir.

Ana Baba Tutum Ölçeği Demokratik Tutum boyutu puanları ile Öz Şefkat Ölçeği Öz Sevecenlik ( $r= ,385$ ;  $p<,01$ ), Öz Yargılama( $r= -,312$ ;  $p<,01$ ), Paylaşım Bilincinde Olma ( $r= ,284$ ;  $p<,01$ ), İzolasyon ( $r= -,326$ ;  $p<,01$ ) , Farkındalık ( $r= ,358$ ;  $p<,01$ ) , Aşırı Özdeşleşme ( $r= -,311$ ;  $p<,01$ ) alt boyutu puanları ve Öz Şefkat Ölçeği toplam puanı ( $r= ,410$ ;  $p<,01$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Ana Baba Tutum Ölçeği Koruyucu/ İstekçi Tutum boyutu puanları ile Öz Şefkat Ölçeği Öz Sevecenlik ( $r= -,161$ ;  $p<,01$ ), Öz Yargılama ( $r= ,377$ ;  $p<,01$ ), Paylaşım Bilincinde Olma ( $r= -,151$ ;  $p<,01$ ), İzolasyon ( $r= ,387$ ;  $p<,01$ ) , Farkındalık ( $r= -,196$ ;  $p<,01$ ) , Aşırı Özdeşleşme ( $r= ,333$ ;  $p<,01$ ) alt boyutu puanları ve Öz Şevkat Ölçeği toplam puanı ( $r= -,339$ ;  $p<,01$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Ana Baba Tutum Ölçeği Otoriter Tutum boyutu puanları ile Öz Şefkat Ölçeği Öz Sevecenlik ( $r= -,260$ ;  $p<,01$ ), Öz Yargılama ( $r= ,385$ ;  $p<,01$ ), Paylaşım Bilincinde Olma ( $r= -,197$ ;  $p<,01$ ), İzolasyon ( $r= ,408$ ;  $p<,01$ ) , Farkındalık ( $r= -,281$ ;  $p<,01$ ) , Aşırı Özdeşleşme ( $r= ,343$ ;  $p<,01$ ) alt boyutu puanları ve Öz Şefkat Ölçeği toplam puanı ( $r= -,393$ ;  $p<,01$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 6. Yaşam Doyumu Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları**

Ölçekler	Yaşam Doyumu Ölçeği
Öz Sevecenlik	,324**
Öz Yargılama	-,344**
Paylaşım Bilincinde Olma	,265**
İzolasyon	-,422**
Farkındalık	,314**
Aşırı Özdeşleşme	-,295**
ÖŞÖ- Toplam	,410**

\* $<0,05$ ; \*\* $<0,01$

Tablo 6’de Yaşam Doyumu Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir.



Yaşam Doyumu Ölçeği puanları ile Öz Şefkat Ölçeği Öz Sevecenlik ( $r= ,324$ ;  $p<,01$ ), Öz Yargılama ( $r= -,344$ ;  $p<,01$ ), Paylaşım Bilincinde Olma ( $r= ,265$ ;  $p<,01$ ), İzolasyon ( $r= -,422$ ;  $p<,01$ ), Farkındalık ( $r= ,314$ ;  $p<,01$ ), Aşırı Özdeşleşme ( $r= -,295$ ;  $p<,01$ ) alt boyutu puanları ve Öz Şefkat Ölçeği toplam puanı ( $r= ,410$ ;  $p<,01$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 7. Ana Baba Tutum Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları**

Ölçekler	Demokratik Tutum	Koruyucu/ İstekçi Tutum	Otoriter Tutum
Yaşam Doyumu Ölçeği	,408**	-,332**	-,359**

\* $<,05$ ; \*\* $<,01$

Tablo 7’de Ana Baba Tutum Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir.

Yaşam Doyumu Ölçeği puanları ile Ana Baba Tutum Ölçeği Demokratik Tutum ( $r= ,408$ ;  $p<,01$ ), Koruyucu/ İstekçi Tutum ( $r= -,332$ ;  $p<,01$ ) ve Otoriter Tutum( $r= -,359$ ;  $p<,01$ )boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

### 7.3.Ölçeklerin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular

#### 7.3.1.Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde, Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının demografik değişkenlere göre incelenmesine yönelik analiz sonuçları verilmiştir.

**Tablo 8. Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	N	$\bar{x}$	Ss	t	sd	p
<b>Demokratik Tutum</b>	Kadın	264	54,29	15,05	,291	395	,771
	Erkek	133	53,84	13,98			
<b>Koruyucu/İstekçi Tutum</b>	Kadın	264	35,18	10,16	-	395	,204
	Erkek	133	36,57	10,48			
<b>Otoriter Tutum</b>	Kadın	264	21,46	8,60	,325	395	,746
	Erkek	133	21,17	8,16			
<b>Öz Şefkat Ölçeği</b>	Kadın	264	81,72	19,47	,305	395	,760
	Erkek	133	81,08	19,95			
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Kadın	264	17,82	7,17	1,959	395	,051
	Erkek	133	16,28	7,74			

\* $<0,05$ ; \*\* $<0,01$ ; <sup>a</sup> Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 8’de Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi sonuçları verilmiştir.

Yaşam Doyumu Ölçeği, Ana Baba Tutum Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p>,05$ ).

**Tablo 9. Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Anne ve Baba Birliktelik Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	N	$\bar{x}$	Ss	T	sd	p
<b>Demokratik Tutum</b>	Evli	367	54,43	14,44	1,375	395	,170
	Ayrı	30	50,60	17,31			
<b>Koruyucu/İstekçi Tutum</b>	Evli	367	35,58	10,30	-,418	395	,676
	Ayrı	30	36,40	10,07			
<b>Otoriter Tutum</b>	Evli	367	21,30	8,37	-,475	395	,635

	Ayrı	30	22,07	9,41			
<b>Öz Şefkat Ölçeği</b>	Evli	367	81,01	19,64	-	395	,075
	Ayrı	30	87,63	18,38	1,785		
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Evli	367	17,31	7,47	,104	395	,917
	Ayrı	30	17,17	6,40			

\* $<0,05$ ; \*\* $<0,01$ ; <sup>a</sup> Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 9’de Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının anne ve baba birliktelik durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi sonuçları verilmiştir.

Ana Baba Tutum Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği puanlarının anne ve baba birliktelik durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p>,05$ ).

**Tablo 10. Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Anne Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	N	$\bar{x}$	Ss	F	sd	P	Fark		
<b>Demokratik Tutum</b>	Okur-Yazar <sup>(1)</sup>	45	44,20	14,16	8,128	4	<b>,000**</b>	<b>5&gt;1</b>		
	İlköğretim <sup>(2)</sup>	167	53,36	14,17					392	<b>4&gt;1</b>
	Ortaöğretim <sup>(3)</sup>	65	57,46	14,55					<b>3&gt;1</b>	
	Lise <sup>(4)</sup>	76	56,21	13,73					<b>2&gt;1</b>	
	Üniversite <sup>(5)</sup>	44	58,80	14,49						
<b>Koruyucu/İstekçi Tutum</b>	Okur-Yazar <sup>(1)</sup>	45	37,96	9,39	2,777	4	<b>,027*</b>	<b>Fark</b>		
	İlköğretim <sup>(2)</sup>	167	36,52	10,57					392	<b>Yok</b>
	Ortaöğretim <sup>(3)</sup>	65	36,35	9,60						
	Lise <sup>(4)</sup>	76	33,47	10,22						
	Üniversite <sup>(5)</sup>	44	32,66	10,24						
<b>Otoriter Tutum</b>	Okur-Yazar <sup>(1)</sup>	45	24,62	8,06	3,358	4	<b>,010**</b>	<b>1&gt;5</b>		
	İlköğretim <sup>(2)</sup>	167	21,98	8,82					392	
	Ortaöğretim <sup>(3)</sup>	65	20,43	7,76						
	Lise <sup>(4)</sup>	76	20,19	8,20						
	Üniversite <sup>(5)</sup>	44	19,07	7,85						
<b>Öz Şefkat Ölçeği</b>	Okur-Yazar <sup>(1)</sup>	45	81,22	20,44	1,356	4	,249			
	İlköğretim <sup>(2)</sup>	167	79,31	19,65					392	
	Ortaöğretim <sup>(3)</sup>	65	84,08	18,11						
	Lise <sup>(4)</sup>	76	81,80	20,77						
	Üniversite <sup>(5)</sup>	44	85,84	18,25						

<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Okur-Yazar <sup>(1)</sup>	45	13,28	6,01	4,116	4	<b>,003**</b>	<b>2&gt;1</b>
	İlköğretim <sup>(2)</sup>	167	17,62	7,45		392		<b>4&gt;1</b>
	Ortaöğretim <sup>(3)</sup>	65	17,40	7,28				<b>5&gt;1</b>
	Lise <sup>(4)</sup>	76	18,33	7,49				
	Üniversite <sup>(5)</sup>	44	18,32	7,43				

\* $<0,05$ ; \*\* $<0,01$ ; <sup>b</sup> Welch testi

Tablo 10'de Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik ANOVA sonuçları verilmiştir.

Ana Baba Tutum Ölçeği Demokratik Tutum boyutu puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir ( $F_{(4-392)} = 8,128$ ;  $p < ,01$ ). Annesi okur-yazar olan katılımcıların Demokratik Tutum boyutu puanlarının annesi ilköğretim, ortaöğretim, lise ve üniversite düzeyinde eğitim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Ana Baba Tutum Ölçeği Koruyucu/İstekçi Tutum boyutu puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir ( $F_{(4-392)} = 2,777$ ;  $p < ,01$ ). Ancak, yapılan ikili karşılaştırmalar test sonuçlarının anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Ana Baba Tutum Ölçeği Otoriter Tutum boyutu puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir ( $F_{(4-392)} = 3,358$ ;  $p < ,01$ ). Annesi okur-yazar olan katılımcıların Otoriter Tutum boyutu puanlarının annesi üniversite düzeyinde eğitim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir ( $F_{(4-392)} = 4,116$ ;  $p < ,01$ ). Annesi Ortaöğretim, Lise ve Üniversite düzeyinde eğitim gören katılımcıların Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının annesi okur-yazar olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Öz Şefkat Ölçeği puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 11. Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Baba Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	N	$\bar{x}$	Ss	F	sd	P	Fark
<b>Demokratik Tutum</b>	Okuryazar/İlköğretim	131	51,80	14,66	1,686	3	,169	-
	Ortaöğretim	79	55,14	15,84				
	Lise	92	55,60	14,21				
	Üniversite	95	55,12	14,00				
<b>Koruyucu/İstekçi Tutum</b>	Okuryazar/İlköğretim	131	37,14	10,71	1,581	3	,193	-
	Ortaöğretim	79	35,30	10,35				
	Lise	92	35,23	9,61				
	Üniversite	95	34,27	10,13				
<b>Otoriter Tutum</b>	Okuryazar/İlköğretim	131	22,35	8,97	,896	3	,443	-
	Ortaöğretim	79	20,85	9,06				
	Lise	92	20,95	7,71				
	Üniversite	95	20,82	7,84				
<b>Öz Şefkat Ölçeği</b>	Okuryazar/İlköğretim	131	78,90	20,92	1,887	3	,131	-
	Ortaöğretim	79	85,51	19,19				
	Lise	92	81,54	19,47				
	Üniversite	95	81,75	17,84				
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Okuryazar/İlköğretim	131	16,48	7,67	,852	3	,466	-
	Ortaöğretim	79	17,49	7,37				
	Lise	92	17,69	7,36				
	Üniversite	95	17,90	7,06				

\* $<0,05$ ; \*\* $<0,01$ ; <sup>b</sup> Welch testi

Tablo 11’de Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının baba eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik ANOVA sonuçları verilmiştir.

Ana Baba Tutum Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği puanlarının baba eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p>,05$ ).

**Tablo 12. Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Kardeş Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	N	SO	H	sd	p	Fark
Demokratik Tutum	Kardeşi Yok <sup>(1)</sup>	23	228,76	6,649	3	,084	-
	Tek kardeş <sup>(2)</sup>	27	227,91				
	2-3 Kardeş <sup>(3)</sup>	209	203,32				
	4 kardeş ve Üstü <sup>(4)</sup>	138	181,84				
Koruyucu/İstekçi Tutum	Kardeşi Yok <sup>(1)</sup>	23	170,20	5,516	3	,138	-
	Tek kardeş <sup>(2)</sup>	27	161,80				
	2-3 Kardeş <sup>(3)</sup>	209	199,88				
	4 kardeş ve Üstü <sup>(4)</sup>	138	209,75				
Otoriter Tutum	Kardeşi Yok <sup>(1)</sup>	23	143,78	11,159	3	,011*	4>1
	Tek kardeş <sup>(2)</sup>	27	158,41				
	2-3 Kardeş <sup>(3)</sup>	209	200,32				
	4 kardeş ve Üstü <sup>(4)</sup>	138	214,14				
Öz Şefkat Ölçeği	Kardeşi Yok <sup>(1)</sup>	23	207,41	1,597	3	,660	-
	Tek kardeş <sup>(2)</sup>	27	190,78				
	2-3 Kardeş <sup>(3)</sup>	209	193,30				
	4 kardeş ve Üstü <sup>(4)</sup>	138	207,84				
Yaşam Doyumu Ölçeği	Kardeşi Yok <sup>(1)</sup>	23	231,72	2,209	3	,530	-
	Tek kardeş <sup>(2)</sup>	27	206,93				
	2-3 Kardeş <sup>(3)</sup>	209	196,40				
	4 kardeş ve Üstü <sup>(4)</sup>	138	195,93				

\*<0,05; \*\*<0,01; <sup>b</sup> Welch testi

Tablo 12’de Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının kardeş sayısı değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H testi sonuçları verilmiştir.

Ana Baba Tutum Ölçeği Otoriter Tutum boyutu puanlarının kardeş sayısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir ( $H_{(3)}=11,159$ ;  $p<,05$ ). 4 veya daha fazla kardeşe sahip olan katılımcıların Otoriter Tutum boyutu puanlarının kardeşi olmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Ana Baba Tutum Ölçeği Demokratik Tutum ve Koruyucu/İstekçi Tutum boyutları, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği puanlarının kardeş sayısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p>,05$ ).

**Tablo 13. Ana aba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Algılanan Arkadaşlık İlişkileri Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	N	SO	H	sd	p	Fark
<b>Demokratik Tutum</b>	Kötü <sup>(1)</sup>	9	71,11	37,236	2	<b>,000**</b>	<b>3&gt;1</b>
	Orta <sup>(2)</sup>	117	156,96				<b>3&gt;2</b>
	İyi <sup>(3)</sup>	271	221,40				
<b>Koruyucu/İstekçi Tutum</b>	Kötü <sup>(1)</sup>	9	282,22	24,743	2	<b>,000**</b>	<b>1&gt;3</b>
	Orta <sup>(2)</sup>	117	236,59				<b>2&gt;3</b>
	İyi <sup>(3)</sup>	271	180,01				
<b>Otoriter Tutum</b>	Kötü <sup>(1)</sup>	9	324,17	35,281	2	<b>,000**</b>	<b>1&gt;3</b>
	Orta <sup>(2)</sup>	117	239,76				<b>2&gt;3</b>
	İyi <sup>(3)</sup>	271	177,25				
<b>Öz Şevkat Ölçeği</b>	Kötü <sup>(1)</sup>	9	135,94	22,771	2	<b>,000**</b>	<b>3&gt;2</b>
	Orta <sup>(2)</sup>	117	160,83				
	İyi <sup>(3)</sup>	271	217,57				
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Kötü <sup>(1)</sup>	9	126,72	16,094	2	<b>,000**</b>	<b>3&gt;2</b>
	Orta <sup>(2)</sup>	117	169,44				
	İyi <sup>(3)</sup>	271	214,16				

\* $<0,05$ ; \*\* $<0,01$ ; <sup>b</sup> Welch testi

Tablo 13’de Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının algılanan arkadaşlık ilişkileri değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H testi sonuçları verilmiştir.

Ana Baba Tutum Ölçeği Demokratik Tutum puanlarının algılanan arkadaşlık ilişkileri değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir( $H_{(2)}= 37,236$ ;  $p<,01$ ). İyi arkadaşlık ilişkileri olduğunu düşünen katılımcıların Demokratik Tutum boyutu puanlarının kötü ve orta arkadaşlık ilişkilerine sahip olduğunu düşünen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Ana Baba Tutum Ölçeği Koruyucu/istekçi Tutum puanlarının algılanan arkadaşlık ilişkileri değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir( $H_{(2)}= 24,743$ ;  $p<,01$ ). Kötü ve orta arkadaşlık ilişkileri olduğunu

düşünen katılımcıların Koruyucu/istekçi Tutum boyutu puanlarının iyi arkadaşlık ilişkilerine sahip olduğunu düşünen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Ana Baba Tutum Ölçeği Otoriter Tutum puanlarının algılanan arkadaşlık ilişkileri değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir( $H_{(2)}= 35,281$ ;  $p<,01$ ). Kötü ve orta arkadaşlık ilişkileri olduğunu düşünen katılımcıların Otoriter Tutum boyutu puanlarının iyi arkadaşlık ilişkilerine sahip olduğunu düşünen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Öz Şefkat Ölçeği puanlarının algılanan arkadaşlık ilişkileri değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir( $H_{(2)}= 22,771$ ;  $p<,01$ ). İyi arkadaşlık ilişkileri olduğunu düşünen katılımcıların Öz Şefkat Ölçeği puanlarının orta arkadaşlık ilişkilerine sahip olduğunu düşünen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının algılanan arkadaşlık ilişkileri değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir( $H_{(2)}= 16,094$ ;  $p<,01$ ). İyi arkadaşlık ilişkileri olduğunu düşünen katılımcıların Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının orta arkadaşlık ilişkilerine sahip olduğunu düşünen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 14. Ana aba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Algılanan Gelir Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	N	SO	H	sd	p	Fark
<b>Demokratik Tutum</b>	Düşük <sup>(1)</sup>	26	155,56	4,070	2	,131	
	Orta <sup>(2)</sup>	342	202,53				
	Yüksek <sup>(3)</sup>	29	196,28				
<b>Koruyucu/İstekçi Tutum</b>	Düşük <sup>(1)</sup>	26	228,65	3,160	2	,206	
	Orta <sup>(2)</sup>	342	198,90				
	Yüksek <sup>(3)</sup>	29	173,60				
<b>Otoriter Tutum</b>	Düşük <sup>(1)</sup>	26	241,62	4,254	2	,119	
	Orta <sup>(2)</sup>	342	197,12				
	Yüksek <sup>(3)</sup>	29	182,95				
<b>Öz Şefkat Ölçeği</b>	Düşük <sup>(1)</sup>	26	167,31	2,131	2	,345	



	Orta <sup>(2)</sup>	342	201,07				
	Yüksek <sup>(3)</sup>	29	203,05				
<b>Yaşam Doyumu</b>	Düşük <sup>(1)</sup>	26	125,92	12,690	2	<b>,002**</b>	<b>2&gt;1</b>
<b>Ölçeği</b>	Orta <sup>(2)</sup>	342	202,08				<b>3&gt;1</b>
	Yüksek <sup>(3)</sup>	29	228,17				

\*<0,05; \*\*<0,01

Tablo 14’de Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis H testi sonuçları verilmiştir.

Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir ( $H_{(2)} = 12,690$ ;  $p < ,01$ ). Orta ve yüksek düzeyde gelire sahip olduğunu düşünen katılımcıların Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının düşük gelire sahip olduğunu düşünen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Ana Baba Tutum Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği puanlarının algılanan gelir durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p > ,05$ ).

#### 7.4. Ölçeklerin Birbiri Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Yönelik Bulgular

Regresyon analizlerinden geçerli sonuçlara ulaşabilmek için regresyon analizleri öncesinde sağlanması gerekli olan bazı varsayımlar bulunmaktadır (Güriş ve Astar, 2014, Büyüköztürk, 2003; Tabachnick ve Fidell, 2013; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010). Regresyon analizleri uygulanmadan önce gerekli varsayımlar incelenmiş ve sonuçlar Tablo 15’de verilmiştir.

**Tablo 15. Kurgulanan Regresyon Modelleri İçin Regresyon Varsayımlarının Sınanması**

Model	Çoklu Doğrusal Bağlıntı Varsayımı				Otokorelasyon Varsayımı	Artık Değerlerin Normalliği Varsayımı	Artık Değerlerin Ortalaması Varsayımı	Sabit Varyans Varsayımı
	Tolerance	VIF	EV	CI	DW			
Model 1	,825	1,213	,130	4,676	1,921	Çarpıklık: ,202 Basıklık: -,447	.000	$\chi^2(5)=15,88$
Model 2	,758	1,320	,108	5,159	1,792	Çarpıklık: ,175 Basıklık: -,677	.000	$\chi^2(5)=6,352$
Model 3	,758	1,320	,108	5,159	1,808	Çarpıklık: -,168 Basıklık: -,527	.000	$\chi^2(5)=9,528$

İlk olarak çoklu doğrusal bağlantının sınanmasında tolerans değeri, varyans enflasyon faktörü (VIF), özdeğer (eigenvalue) ve koşul indeks (CI) değerleri değerlendirilmiştir. Tolerans değerlerinin 0.,20-1,00 ve VIF değerlerinin 1,00-10,00 arasında olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, öz değerlerin 15'ten, CI değerlerinin de 30'dan az olduğu görülerek çoklu doğrusallığın olmadığı saptanmıştır. Durbin Watson katsayısının 2'ye yakın olduğunda hesaplanmış ve hata terimlerinin bağımsızlığı şartını gerçekleştirdiği belirlenmiştir. Artık değerlerin çarpıklık ve basıklık değerlerin + 1,5 ve - 1,5 aralığında olması sebebiyle normal dağılım koşulunu sağladığı ve ortalamalarının '0' olduğu belirlenmiştir. Son olarak sabit varyans varsayımının incelenmesi amacıyla White testi uygulanmıştır. Analiz sonucunda 2. ve 3. Modeller için sabit varyans varsayımında sağlandığı ancak 1. Model için bu varsayımın sağlanmadığı görülmüştür. 3. Model için uygulanan regresyon analizlerinde bu varsayımın sağlandığı varsayılmıştır. Yordanan ve yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkileri araştırmak için korelasyon katsayılarına bakılmış ve ,90 üzerinde bir korelasyon bulunmadığı görülmüştür (Tablo 15). Tüm regresyon varsayımlarının karşılandığı belirlenerek verilerin regresyon analizine uygun olduğu sonucuna ulaşılmış ve regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir.

**Tablo 16. Öz Şefkat Ölçeği Puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart		t	p
			Hata B	Beta		
Yaşam Doyumu	Sabit	19,989	2,031		9,844	,000
	İzolasyon	-,642	,091	-,352	-7,089	,000**
	Farkındalık	,360	,107	,167	3,364	,001**

R= ,448 R<sup>2</sup>= ,197 Sd:2/394 F: 49,449 p=,000\*\*

\*<0,05; \*\*<0,01

Öz Şefkat Ölçeği puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği puanları üzerindeki yordayıcı etkisini ortaya koymak için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi uygulanırken ‘Stepwise’ yöntemi kullanılmıştır. Regresyon analizine Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının yordayıcıları olarak Öz Şefkat Ölçeği alt boyutu puanı alınmıştır. Kurulan modelin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmüştür. ( $F_{(2-394)} = 49,449$ ,  $p = ,000$ ). İzolasyon ve Farkındalık alt boyutu puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının %19,7’sini açıkladığı belirlenmiştir. Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının yordayıcısı olarak İzolasyon ( $\beta = -,352$ ,  $t = -7,089$ ,  $p = ,000$ ) ve Farkındalık ( $\beta = ,167$ ,  $t = 3,364$ ,  $p = ,001$ ) alt boyutu puanlarının anlamlı parametreler olduğu bulunmuştur.

**Tablo 17. Ana Baba Tutum Ölçeği Puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart		t	p
			Hata B	Beta		
Yaşam Doyumu	Sabit	12,960	2,405		5,390	,000
	Demokratik Tutum	,162	,026	,323	6,189	,000**
	Koruyucu/İstekçi Tutum	-,125	,037	-,173	-3,328	,001**

R= ,435 R<sup>2</sup>= ,185 Sd:2/394 F: 45,972 p=,000\*\*

\*<0,05; \*\*<0,01

Ana Baba Tutum Ölçeği puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği puanları üzerindeki yordayıcı etkisini ortaya koymak için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi uygulanırken ‘Stepwise’ yöntemi kullanılmıştır. Regresyon analizine Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının yordayıcıları olarak Ana Baba Tutum Ölçeği alt boyutu puanları alınmıştır. Kurulan modelin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmüştür. ( $F_{(2-394)} = 45,972, p = ,000$ ). Demokratik Tutum ve Koruyucu/İstekçi Tutum boyutu puanlarının Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının %18,5’ini açıkladığı belirlenmiştir. Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının yordayıcısı olarak Demokratik Tutum ( $\beta = ,323, t = 6,189, p = ,000$ ) ve Koruyucu/İstekçi Tutum ( $\beta = -,173, t = -3,328, p = ,001$ ) puanlarının anlamlı parametreler olduğu bulunmuştur.

**Tablo 18. Ana Baba Tutum Ölçeği Puanlarının Öz Şefkat Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart			
			Hata B	Beta	t	p
Öz Şefkat	Sabit	70,505	6,363		11,080	,000
	Demokratik Tutum	,430	,069	,322	6,188	,000**
	Koruyucu/İstekçi Tutum	-,344	,099	-,180	-3,465	,001**
R= ,439 R <sup>2</sup> = ,189 Sd:2/394 F: 47,131 p=,000**						

\* $<0,05$ ; \*\* $<0,01$

Ana Baba Tutum Ölçeği puanlarının Öz Şefkat Ölçeği puanları üzerindeki yordayıcı etkisini ortaya koymak için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi uygulanırken ‘Stepwise’ yöntemi kullanılmıştır. Regresyon analizine Öz Şefkat Ölçeği puanlarının yordayıcıları olarak Ana Baba Tutum Ölçeği puanları alınmıştır. Kurulan modelin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmüştür. ( $F_{(2-394)} = 47,131, p = ,000$ ). Demokratik Tutum ve Koruyucu/İstekçi Tutum boyutu puanlarının Öz Şefkat Ölçeği puanlarının %18,9’unu açıkladığı belirlenmiştir. Öz Şefkat Ölçeği puanlarının yordayıcısı olarak Demokratik Tutum ( $\beta = ,322, t = 6,188, p = ,000$ ) ve Koruyucu/İstekçi Tutum ( $\beta = -,180, t = -3,465, p = ,001$ ) puanlarının anlamlı parametreler olduğu bulunmuştur.

## 7.5. Ölçeklerin Güvenirlikleri İlgili Bulgular

Öz-Şefkat Ölçeği, Ebeveyn Tutum Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği ve bunların alt boyutlarının iç tutarlılığının hesaplanmasında Cronbach Alfa katsayısı kullanılmıştır. Elde edilen değerlere göre ölçekler oldukça güvenilir bir iç tutarlılığa sahiptir.

**Tablo 19. Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği İçin Cronbach's Alfa Güvenirlik Analizi Sonuçları**

Ölçekler	Cronbach's Alfa
Öz Sevecenlik	,852
Öz Yargılama	,864
Paylaşım Bilincinde Olma	,782
İzolasyon	,809
Farkındalık	,774
Aşırı Özdeşleşme	,817
ÖŞÖ- Toplam	,941
Demokratik Tutum	,958
Koruyucu/İstekçi Tutum	,853
Otoriter Tutum	,887
Yaşam Doyumu Ölçeği	,892

Tablo 19'de Ana Baba Tutum Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği için Cronbach's Alfa güvenirlik analizi sonuçları verilmiştir.

Öz Şevkat Ölçeği Öz Sevecenlik, Öz Yargılama, Paylaşım Bilincinde Olma, İzolasyon, Farkındalık, Aşırı Özdeşleşme alt boyutları ve ölçek toplam puanı için Cronbach's Alfa güvenirlik katsayısı sırasıyla ,852; ,864; ,782; ,809; ,774; ,817 ve ,941 olarak hesaplanmıştır. Ana Baba Tutum Ölçeği Demokratik Tutum, Koruyucu/İstekçi Tutum ve Otoriter Tutum boyutları için Cronbach's Alfa güvenirlik katsayıları sırasıyla ,958; ,853 ve ,887 olarak hesaplanmıştır. Yaşam Doyumu Ölçeği için Cronbach's Alfa güvenirlik katsayıları sırasıyla,892 olarak hesaplanmıştır.

## SEKİZİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA

Bu araştırma, geç ergenlik dönemindeki bireylerin ebeveyn tutumları ile öz şefkat düzeyleri ve yaşam doyumu değişkenleri arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılmıştır. Bu amaçla yapılan analizler sonucunda elde edilen korelasyon verileri incelendiğinde öz şefkat ölçeğinin alt boyutlarından olan 'öz sevecenlik' ve 'farkındalık' alt boyutları ile Ebeveyn Tutum Ölçeğinin demokratik alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyonlar olmasının yanı sıra Ebeveyn Tutum Ölçeğinin 'koruyucu ve istekçi tutum' ve 'otoriter tutum' alt boyutları ile Öz şefkat Ölçeğinin 'öz yargılama', 'aşırı özdeşleşme' ve 'izolasyon' alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda Ebeveyn Tutum Ölçeğinin 'demokratik' alt boyutu ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon olduğu görülmüştür.

Bu bulgulardan yola çıkarak 'Algılanan ebeveyn tutumu öz şefkat ve yaşam doyumu üzerinde etkilidir.' hipotezi sınanmış olup araştırma kapsamında yapılan analizler göstermektedir ki bireyin algıladığı olumlu anne baba algısı ve yaşam doyumu ve öz şefkat düzeyi üzerinde etki göstermektedir. Ebeveyn Tutum Ölçeğinin 'demokratik' alt boyutuna yönelik puan artışının algılanan öz şefkatin ve yaşam doyumunu yordadığı görülmüştür. Bu bulguya ulaşılmasındaki temel dinamik, demokratik bir aile ortamında yetişen bireylerin olumsuz davranış kalıplarına maruz kalmadan yetiştirilmiş olmaları düşünülmektedir. Bireylerin erken yaşantılarındaki olumlu aile yapısı kimlik gelişiminin en yoğun olarak gerçekleştiği ergenlik döneminde öz şefkat düzeylerini ve yaşam doyumlarını olumlu ölçüde etkileyebileceğini söylemek mümkündür. Nitekim öz şefkat (self compassion) kavramı bireyin kendini yargılamadan, eleştirmeden kendine şefkat göstermesi olarak tanımlanmaktadır. İnsanların davranışlarını sosyal etkileşim içinde kazandıklarını düşündüğümüzde yargılanarak, eleştirilerek ve korkutularak yetiştirilen bireylerin bu davranış kalıplarını rol model olarak içselleştiklerini ve kendilerine bu şekilde davranarak öz şefkatlerini zedeledikleri söylenebilir.

Literatür incelendiğinde araştırmanın bulgularını destekleyen araştırmalara rastlanılmıştır. Bayar(2016)'ın üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmasında öz şefkat ile anne baba tutumu arasındaki ilişkinin verilerine göre

demokratik aile ortamında yetişen katılımcıların öz şefkat puanları daha yüksek bulunmuştur. Özyeşil (2011)'in yapmış olduğu çalışmada da çocukluk döneminde anne ve baba tutumlarının demokratik olduğu bireylerin öz şefkat puanlarının anne baba tutumlarının koruyucu ve otoriter olan bireylerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çelebi (2018), lise öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelediği araştırmasında aile ile olan ilişkilerden duyulan memnuniyet ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde güçlü (.65) bir ilişki olduğunu bulgulamıştır. Erdim (2019)'in 9. ve 11. sınıf öğrencilerinde algılanan anne baba tutumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasının bulgularına göre, algılanan anne baba tutumlarıyla öğrencilerin yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir. Bu ilişkiye göre; ebeveynlerin demokratik tutumunun çocukların yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediğini, otoriter tutumun ise yaşam doyumunu azalttığı belirtilmiştir.

Araştırmanın bulguları anne babanın birliktelik durumuna göre değerlendirildiğinde ebeveynlerin birliktelik durumunun araştırmadaki değişkenlerle anlamlı bir ilişkisi olmadığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde araştırmanın bulguları literatürdeki benzer değişkenli çalışmaların bulgusundan farklılık gösterdiği araştırmalara rastlanılmıştır. Örneğin, Antaramian ve arkadaşlarının (2008) ergenlerin yaşam doyumunu inceledikleri araştırmada, boşanmış ailelerde yaşayan ergenlerin yaşam doyumunun diğerlerine göre daha az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çivitçi ve Çivitçi'nin (2009) yaptığı araştırma bulgularına göre ise, yalnızlığın yaşam doyumunu üzerindeki olumsuz etkisi, anne-babası boşanmış olan ergenlerde daha fazla olduğu görülmüştür. Öte yandan Akyol (2013), yaptığı çalışmanın sonucunda boşanmış aileye sahip ergenlerde boşanmanın üzerinden geçen süreye göre yaşam doyumunun anlamlı bir fark yaratacağını belirtmiştir. Bu sonuç araştırmadaki bulguların literatürden farklı olmasının temel dayanaklarından birini oluşturmaktadır. Ayrıca araştırmada boşanmış aileye sahip katılımcı sayısının çok az olması da (30) bu sonuç üzerine etki edebileceği düşünülmektedir.

Demografik değişkenler açısından veriler incelendiğinde yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaşmadığı görülmüştür. Ayrıca katılımcıların öz şefkat düzeylerinin de cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Cinsiyet değişkenine göre literatür incelendiğinde farklı araştırma bulgularına rastlanılmıştır. Örneğin, Karakulak (2017)'in üniversite son sınıf öğrencilerinin geleceğe karşı

belirsizlik ve kaygı düzeyinin yaşam doyumu üzerindeki etkisini incelediği araştırmasında yaşam doyumunun kadınlarda erkeklerden daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde Aydiner (2011)'in Sakarya Üniversitesinde eğitimlerine devam eden öğrencileri örneklem olarak aldığı araştırmasında çeşitli değişkenlerin yaşam doyumları üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda cinsiyet faktörünün yaşam doyumu üzerinde etkisi belirlenmiş ve kadınların yaşam doyum düzeylerinin erkeklerinkinden yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öz şefkat düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığına yönelik bulgularımızla ilgili literatür çalışması yapıldığında, araştırmanın bulgularını destekleyen sonuçlara rastlanılmıştır; Asıcı ve Karaca (2014) tarafından yürütülen öğretmen adayları ile yapılan bir araştırmada öz şefkat değişkeninin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde ikiz ve Totan (2012)'in üniversite öğrencileri üzerinde yürüttükleri çalışmalarında da öz şefkate ilişkin faktörlerin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın değişkenleri babanın eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık oluşturmazken; annenin eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmüştür. Bu bulgu toplumumuzun ataerkil yapısından dolayı çocukluk döneminde bakım verenin genelde anne olması ya da anne ile geçirilen zamanın baba ile geçirilen zamana kıyasla daha fazla olması ihtimalinden kaynaklanabilir. Ebeveyn tutumlarının alt boyutlarından olan demokratik boyutun, anne eğitim düzeyi yüksek olan kişilerde artış gösterirken; bir diğer alt boyut olan otoriter tutumun da anne eğitim düzeyi düşük olan kişilerde artış gösterdiği görülmüştür. Ayrıca Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının anne eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. Annesi Ortaöğretim, Lise ve Üniversite düzeyinde eğitim gören katılımcıların Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının annesi okur-yazar olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Öz şefkat düzeyinin ise ebeveynlerin eğitim düzeyi ile anlamlı bir ilişkisinin olmadığı görülmüştür. Bu bulgular değerlendirildiğinde annenin eğitim düzeyinin artması çocuğunun gelişim dönemlerinin farkında olmasına, özellikle ergenlik döneminde çocuklarının duygu ve düşünce dünyasını anlayışla karşılayıp bilinçli bir tutum sergilemelerine olanak verir. Bu açıdan değerlendirildiğinde değişkenlerin eğitim düzeyi ile ilişkili olması beklenen bir sonuç olduğu söylenebilir.



Araştırmanın bulguları kardeş sayısına göre değerlendirildiğinde, Ebeveyn Tutum Ölçeğinin Otoriter Tutum alt boyutu puanlarının kardeş sayısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir; diğer bir deyişle kardeş sayısı dört ve üstü olan katılımcıların daha fazla kardeşe sahip olan katılımcıların Otoriter Tutum boyutu puanlarının kardeşi olmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca Ana Baba Tutum Ölçeği, Demokratik Tutum ve Koruyucu/İstekçi Tutum boyutları, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Öz Şefkat Ölçeği puanlarının kardeş sayısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p>.05$ ). Literatür incelendiğinde araştırmanın bulgularını destekleyen sonuçlara rastlanılmıştır. (Bkz. Çivitci, 2009; Çopur ve ark., 2007; Demiriz ve Öğretir, 2007) Bu bulgulardan yola çıkarak çocuk sayısının artması beraberinde ebeveynlere daha fazla sorumluluk getirmektedir. Bu artan sorumluluk durumu, ebeveynlerin otoriter bir tutum sergilemesine neden olduğu söylenebilir. Bunun yanı sıra ailede çocuk sayısının artması, bir taraftan aile içinde ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliğini olumsuz anlamda etkileyebilirken; diğer taraftan çocukların kendilerini bir birey olarak değerli algılamalarını zorlaştırdığını ve aile ortamındaki beraber geçirilen zamanda daha az doyum elde etmesinde etkili olduğu söylenilebilir.

Araştırmanın sonuçlarına göre, arkadaşlık ilişkileri ile yaşam doyumunu ve öz şefkat arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. İyi arkadaşlık ilişkilerine sahip olduğunu düşünen katılımcıların Yaşam Doyumu puanlarının orta ve kötü arkadaşlık ilişkilerine sahip olduğunu düşünen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde araştırmanın bulgularını destekleyen sonuçlara ulaşılmıştır (Bkz. Nickerson ve Nagle, 2005; Paterson, Field ve Pryor, 1994; Buhrmester, 1990) Ergenlik döneminde bireylerin ilişkilerinin doğası değişmektedir. Bu dönemde ergenler içinde buldukları gelişim döneminin bir sonucu olarak yaşadıklarını ebeveynlerinden ziyade akranları ile paylaşmak istemektedir. Bu paylaşım ortak bir zeminde gerçekleşmektedir. Bu bağlamda nitelikli akran ilişkileri kuran, akranları tarafından kabul ve onay gören ergenin onlarla vakit geçirmek istemesi yaşam doyumunu üzerinde pozitif anlamda etki gösterdiği söylenebilir.

Ayrıca araştırmada arkadaşlık ilişkileri ile öz şefkat arasında da anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. İyi arkadaşlık ilişkilerine sahip olduğunu düşünen katılımcıların Öz Şefkat Ölçeği puanlarının orta arkadaşlık ilişkilerine sahip olduğunu düşünen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Ergenlerin kişilerarası

yeterlikleri arttıgında kendilerini daha kabul edici hissedebilmektedirler. Diğ er bir deyiş le ergenin dış çevresinden yakınlık, şefkat, güven ve ilgi görmesi durumunda kendi içsel yaşantısında da bunu hissedebileceğ i ve bu sebeple öz şefkatin artacağı söylenebilir.

Ayrıca Ebeveyn Tutum ölçeğ inin arkadaşlık ilişkileri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiğ i görülmüştür. 'Demokratik' tutum puanı yüksek olan katılımcılar, arkadaşlık ilişkilerini 'iyi' ve 'orta' olarak tanımlarken; 'otoriter' tutum boyutu yüksek olan katılımcılar, arkadaşlık ilişkilerini 'kötü' olarak tanımladıkları görülmüştür. Her ne kadar ergenlerin bu dönemde arkadaşları ile ilişkileri artış gösterse de ergenler duygusal olarak ebeveynlerine ihtiyaç duymaktadırlar. Ergenlerin ebeveynleri ile kurdukları duygusal ilişki diğ er sosyal alanlarda kurdukları ilişkilerin doğ asını etkileyebileceğ ini söylenebilir.

Öte yandan araştırmada gelir durumunun ebeveyn tutumları ve öz şefkat ile anlamlı bir ilişkisi bulunmazken; Yaşam Doyumu Ölçeğ i puanlarının algılanan gelir durumu değ işkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir ( $H_{(2)} = 12,690$ ;  $p < ,01$ ). Orta ve yüksek düzeyde gelire sahip olduğunu düşünen katılımcıların Yaşam Doyumu Ölçeğ i puanlarının düşük gelire sahip olduğunu düşünen katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğ inde ülkemizde öz şefkat ile algılanan sosyoekonomik düzey arasındaki ilişkiyi araştıran araştırmaya rastlanmazken; yaşam doyumu ile algılanan sosyoekonomik düzey arasındaki ilişkiyi araştıran sınırlı sayıda çalışmaya rastlanılmıştır. Dost (2007)'un üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu üzerine yaptığ ı araştırmanın bulguları arasında algılanan sosyoekonomik düzeyini yüksek olarak belirten katılımcıların düşük olarak belirtenlere göre daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu görülmüştür. Yurtdışında yapılan çalışmalara baktığımızda, Avrupa, Amerika ülkeleri ve Avustralya gibi gelişmiş ülkelerde yaşayanların yaşam doyumunun, Orta-Doğ u Avrupa, Asya ve Afrika gibi gelişmemiş ülkelerde yaşayanlara göre daha yüksek olduğunu belirten araştırmalara rastlanılmıştır (Dorahy ve ark 2000, Oishi ve Diener 2003, Wardle ve ark. 2004). Bireyler, kendilerini maddi olarak yeterli ve güvende hissettiklerinde maddi kaygılarının azalmasının yanı sıra yaşamın diğ er alanlarına yönelik kendilerine haz veren etkinliklerle uğraşmaya daha fazla zaman bulabilirler bu da yaşam doyumu artırıcı etkide bulunabilir. Diğ er yandan günlerinin büyük çoğunluğ unu yaşamlarını kazanarak geçiren kişilerin hem bedensel

ve zihinsel olarak yorgunluğun hem de kalan sınırlı vaktin bir sonucu olarak haz alacakları etkinliklerin kapsamı daralacaktır. Bu durumlar yaşam doyumunu azaltan etkenler olarak değerlendirilebilir.



## SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada geç ergenlik döneminde anne baba tutumun ile z Őekfat ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular neticesinde elde edilen sonuçlara göre;

1. Algılanan anne-baba tutumu ile z Őekfat arasında ilişki vardır.
2. Algılanan z Őekfat ile yaşam doyumunu arasında pozitif bir ilişki vardır.
3. Yaşam doyumunu cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır.
4. Arkadaşlık ilişkileri yaşam doyumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.
5. Algılanan ebeveyn tutumları annenin eēitim durumuna göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır.
6. Algılanan ebeveyn tutumları babanın eēitim durumuna göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır.
7. Algılanan yaşam doyumunu annenin eēitim durumuna göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır.
8. Algılanan z Őekfat düzeyi annenin eēitim durumuna göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır.
9. Algılanan ebeveyn tutumları kardeş sayısına göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır.
10. Algılanan yaşam doyumunu sosyoekonomik düzeye göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır.
11. Algılanan anne-baba tutumu ile yaşam doyumunu arasında ilişki vardır.
12. z Őekfat düzeyi algılanan gelir durumuna göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Bu araştırmada ortaya çıkan bulgular göz önüne alınarak gelecekte yapılacak çalışmalara ve uygulamalara ışık tutmak amacıyla araştırmacı ve uygulayıcılara yönelik birtakım öneriler ifade edilmiştir.

### **Araştırmacılara Yönelik Öneriler**

1. Öncelikle ilgili çalışma özel ve devlet üniversitelerinde okuyan 264 kadın, 133 erkek, toplamda 397 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Aynı çalışma daha geniş bir örneklem grubu ve farklı yaş grupları ile çalışılabilir.
2. Yapılan çalışma geç ergenlik dönemindeki bir örneklem üzerinde uygulanmış olup aynı değişkenler ilk ve orta ergenlik dönemlerine de uygulanabilir.
3. Çalışmada ergenlerin ebeveyn tutumları, öz Őekfat ve yaşam doyumu düzeyleri sırasıyla Ebeveyn Tutum Ölçeği (Kuzgun,1973), Öz Őekfat Ölçeği (Deniz, Kesici ve Sümer (2008) ve Yaşam Doyumu Ölçeği (Köker,1991) ile ölçülmeye çalışılmıştır. Literatüre farklı bilgi çeşitliliği sunması açısından ve elde edilen bulguların desteklenmesi ya da desteklenmemesi yönünde yapılacak benzer değişkenli araştırmalarda aynı nitelikteki farklı ölçekler kullanılarak da araştırma yapılabilir.
4. İleride yapılacak araştırmalarda çalışmada kullanılan Sosyodemografik Bilgi Formundaki sorular genişletilerek farklı değişkenler açısından da değerlendirilerek ilgili çalışma ve değişkenler arasındaki ilişki derinleştirilebilir.
5. Çalışmanın örnekleminde kadın ve erkek katılımcı sayıları dengeli belirlenememiştir. 264 kadın öğrenciye karşılık 133 erkek öğrencinin katılımcı olmasının bu araştırmanın sınırlılığıdır. İleride yapılacak benzer araştırmada örnekleminde katılımcıların cinsiyet dağılımlarının sayıca yakın ya da eşit olmasının, araştırmanın güvenirlilik ve verimliliği açısından faydalı olacağı düşünölmektedir.
6. Ülkemizde öz Őekfat ve yaşam doyumuna yönelik sınırlı sayıda araştırma vardır. Farklı yaş grubu ve değişkenlerle bu kavramların ilişkisinin incelendiği yeni araştırmalarla literatür bu anlamda desteklenebilir.

### **Uygulayıcılara Yönelik Öneriler**

7. Bulgulardan ve literatür incelemesinden göröldüğü üzere öz Őekfat, bireyin sosyal hayatındaki birçok değişken üzerinde önemli rol oynamaktadır. Bu araştırmalar göz önünde tutularak alanda çalışan uzmanlar tarafından öz Őekfat kavramının önemini vurgulamak amacıyla çeşitli seminer, eğitim veya grup çalışmaları düzenlenmesi etkili olabilir.

8. Okullarda çalışan rehber öğretmenler, gerek bireysel gerek sınıf ortamında öğrencilerin öz şefkatini arttırıcı etkinlikler düzenlemeleri öğrencilerin kendilerine yönelik duygu ve düşünceleri üzerinde işlevsel bir etkide bulunabilir.

9. Rehber öğretmenler ya da psikologlar tarafından daha erken yaşlardan başlanarak bireylerin yaşam doyumlarını arttırmaya yönelik çalışmalar düzenlemeleri bireylerin yaşam algılarını olumlu anlamda inşa etmeleri noktasında destekleyici olabilir.

10. Araştırmada önemi belirtildiği üzere ebeveyn tutumlarının alt boyutlarının bireyin yaşamının ilk yıllarında kendine ve hayata karşı algısının şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu önemine istinaden alanda çalışan psikologların ve rehber öğretmenlerin başta ebeveyn adayları olmak üzere ebeveynleri bilinçlendirilmeleri adına eğitimler, seminerler ve organizasyonların düzenlenmeleri etkili ve işlevsel olabileceği düşünülmektedir.

11. Ebeveyn tutumlarının çocuklar üzerindeki öneminden dolayı rehber öğretmenlerin ve psikologların ebeveynlere yönelik bilgilendirici rol üstlenmeleri, ebeveyn tutumları üzerine broşür ve bültenler hazırlamaları, farkındalığı artırma noktasında işlevsel olabilir.

12. Araştırmanın sonuçlarından yola çıkarak ebeveynlerin çocuklarına küçük yaştan başlayarak güçlü yanları ve olumlu özelliklerini vurgulamaları gerekmektedir. Sürekli çocukların olumsuz davranışlar üzerine odaklanmak o davranışı pekiştirerek daha fazla yapılmasına zemin hazırlayacaktır. Ayrıca erken yaşlardan itibaren çocuğu sürekli eleştiren bir tutum içerisinde olmak çocuğun kendine yönelik öz şefkat düzeyini negatif olarak etkileyecektir. Çocukların ve gençlerin Olumlu davranışları üzerinde yoğunlaşmak bu davranışların güçlenmesine ve gelişmesine yardımcı olacaktır.

13. Ergenliğin çalkantılı ve çatışmaya uygun doğası göz önüne alındığında ebeveynlerin göstereceği ilgi, sevgi ve anlayışlı bir yaklaşım çatışmayı yumuşatabilir ve sevgi içinde yaşanabilir. Ayrıca ebeveynlerin evde aldıkları kararlarda ergenlere de söz hakkı vermeleri, onların özerklik girişimlerine saygı göstermeleri kendilerine yönelik algılarında pozitif bir etki yaratacaktır.

14. Çalışmada 18-24 yaş arası bireyler katılımcı olarak alınmıştır. Bu yaş grubundaki bireylerin büyük kesimi üniversite eğitimlerini şehir dışında ailelerinden uzaktaki yurtlarda geçirmektedirler. Bahsi geçen bu yurtlarda öğrencilere her daim psikolojik

destek sunacak, bilgi ve becerilerini geliştirecek, motivasyonlarını arttıracak ve toplumdaki diğer bireylerle sosyal iletişimlerini geliştirecek psikologların olması önem arz etmektedir.

15. Sosyal boyutta ele alındığında Aile ve Sosyal Politikalar bakanlığının öncülüğünde toplumun her kesimine ebeveyn tutumlarının, bireylerin yaşam doyumlarının öneminin vurgulanmasına ve öz şefkat düzeylerinin artırılmasına yönelik organizasyonlar yapılması önem arz etmektedir.



## KAYNAKÇA

Adler, A. (2012). *Bireysel Psikoloji*. Çev. Çelebi, C. İstanbul:Altınpost Yayınları.

Adler, A. (2013). *İnsan Doğasını Anlama*. İzmir:İlya İzmir Yayınevi

Akyol, S. U. (2013). *Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yalnızlık yaşam doyumu sosyal destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, Denizli.

Akyol, Ö. (2011). *Ergenlerde iletişim becerilerinin yordayıcıları olarak öz-duyarlılık ve mizah tarzları*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.

Akkaya, Ç. (2011). *Ortaöğretim Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek ve Öz-Duyarlılık Düzeyleri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Alpoğuz, D. U. (2014). *Algılanan Anne-Baba Tutumlarının İlköğretim Öğrencilerinin Okumaya Yönelik Tutumlarına ve Türkçe Dersi Akademik Başarılarına Etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Eğitim Fakültesi Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir.

Alver, B. (2013). *Psikolojiye Giriş*. Coşkun, H. (Ed.) İstanbul:Lisans Yayıncılık, 2. Baskı.

Antramian, S. (2008). Adolescent Life Satisfaction. *Appliedpsychology an internatiolreview*, 57, 112-126, <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00357.x>

Anur, H. (2014). *Anne-babaların yaşam tutumu ile çocukların öğrenilmiş çaresizlik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.

Arcan, K. (2006). *Özel Okullara Giden Lise Düzeyindeki Ergenlerin, Akademik Başarıları İle Algıladıkları Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Arı, R. (2003). *Gelişim ve Öğrenme*. Konya:Atlas Kitabevi.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480 ,DOI: 10.1037//0003-066X.55.5.469.

Arnet, J. J. (2006). G. Stanley Hall's Adolescence: Brilliance and Nonsense. *History of Psychology*, 9(3), 186–197, DOI: 10.1037/1093-4510.9.3.186



Asıcı, E. ve Karaca, R. (2014). Öğretmen Adaylarında Affetme Özelliği ve Öz-Duyarlık. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 27, 489-505.

Aslantürk, Z. ve Amman, T. (2000). *Sosyoloji*. İstanbul:Kaknüs Yayınları.

Astar, M. ve Güriş, S. (2015). *SPSS ile İstatistik*. Ankara: Der Yayınları.

Atak, H. (2011). Kimlik Gelişimi ve Kimlik Biçimlenmesi: Kuramsal Bir Değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(1), 163-213.

Atalay, Z. (2018). *Mindfulness: Şimdi ve Burada Bilinçli Farkındalık*. İstanbul: Bilişsel ve Davranışçı Terapiler Serisi Psikonet Yayınları.

Atalay, Z. (2019). *Zorlayıcı Duygu ve Durumlarla Yaşayabilme Sanatı*. İstanbul:İnkılâp Yayınevi.

Avcı, M. (2006). Ergenlikte Toplumsal Uyum Sorunları. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 39-65

Aydiner, B. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlarının Genel Öz-Yeterlik Yaşam Doyumu ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*(Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Aydın Sünbül, Z. (2016). *The Relationship Between Mindfulness And Resilience Among Adolescents: Mediating Role of Self Compassion And Difficulties in Emotion Regulation* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Azizoğlu, G. T. (1993). *Ana baba tutumları ile diğer bazı değişkenlerin lise öğrencilerinin mesleki ilgilerine etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Bahadır, A. (1994). *Ergenlik Döneminde Dini Şüphe ve Tereddütler* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

Bamruind, D. (1971). Harmonious Parents and their preschool children, *Developmental psychology*, 4(1), 99-102, DOI: /10.1037/h0030373.

Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory: Anagentive Perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.

Baumrind D. (2005). Patterns of Parental Authority and Adolescent Autonomy. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 108, 61-69 .<https://doi.org/10.1002/cd.128>.

Baumrind, D. (1966). Effects of Authority Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37 (4) 887-907.

Bayar, Ö. (2016). *Üniversite Öğrencilerinde Öz Şefkatin Yordayıcıları Olarak Bağlanma Tarzı ve Algılanan Sosyal Destek* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Ana Dalı, Ankara.

Beck, J. (2018). *Bilişsel davranışçı terapiye giriş*. Çev. Şahin, M. Ankara: Nobel yayınları.

Berger, P. (1999). *Invitation to Sociology*. England:Penguin Pub.

Bilal, G. (1986). Demokratik ve Otoriter Olarak Algılanan Ana-Baba Tutumların Çocukların Çocukların uyum Düzeylerine etkisi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 11(62), 58-89.

Brief, A. (1993). Integrating Bottom-Up and Top-Down Theories of Subjective Well-Being. *The Case of Health. Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 646-653. DOI:10.1037//0022-3514.64.4.646.

Bronstein, H. M. (2008). *Parenting Styles and their Effects. Infant and Early Childhood Development*. Oxford:Elsevier.

Buhrmester, D. (1990). Intimacy of friendship, interpersonal competence, and adjustment during preadolescence and adolescence. *Child Development*, 61(4), 1101-1111, <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1990.tb02844.x>

Büyüköztürk, Ş. (2003). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 32(32), 470-483.

Cavga, Z. (2020). *Lise öğrencilerinde aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.

Chang, C. M. ve Stewart, S. M. (2003). Life satisfaction, self concept, and family relations in Chinese adolescents and children. *International Journal of Behavioral Development*, 27, 182-189.

Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairiecity: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150, <https://doi.org/10.1007/s11205-004-7526-0>.

Collins, A. W. ve Laursen B. Changing (2004). Relationships, changing youth: Interpersonal contexts of adolescent development, *Journal of Early Adolescence*, 24(1), 55-62, <https://doi.org/10.1177/0272431603260882>.

Curtin, L. (2002). Parental perceptions, early maladaptive schemas and depressive symptoms in young adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26(3), 405-416

Cüceloğlu, D. (2016). *Geliştiren Anne-Baba*. İstanbul:Remzi kitapevi.

Çağdaş, A. ve Şahin, S. Z. (2004). *Anne-Baba Eğitimi*. Konya: Eğitim Kitabevi.

Çelebi, G. Y. ve Çelebi B. (2018). Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Erciyes Journal of Education*, 2 (2), 1-15. DOI: 10.32433/eje.421904.

Çerik, Ş. (2002). Ailelerin Gençlere Karşı Tutumları ve Gençlerin Ailelerinin Tutumlarını Algılayışlarına Yönelik Üniversite Gençliği Üzerinde Bir Araştırma. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 2, 21-36.

Çetinkaya, B. (2004). *Ruhsal Açıdan Sağlıklı Aile Sağlıklı Çocuk*. Ankara: Empati Yayıncılık.

Çivitci, A. (2009). İlköğretim Öğrencilerinde Yaşam Doyumu: Bazı Kişisel ve Ailesel Özelliklerin Rolü. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 29-52.

Çivitçi, N. ve Çivitçi, A. (2009). Anne-babası boşanmış ve boşanmamış olan ergenlerde yalnızlık ve yaşam doyumu. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(2), 493 - 525.

Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.

Çopur, Z., Erkal, S. ve Şafak, Ş. (2007). Annelerin 12 yaş üzeri çocuklarıyla ilişkilerinde yaşadıkları çatışmaların incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-Dergisi*, <http://www.sdergi.hacettepe.edu.tr/serkal.pdf> Erişim tarihi: 23.12.2020.

Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262, DOI:10.17755/esosder.75955.

Demir, E. K. (2007). *Anne-Baba Tutum Ölçeği (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)*. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Demir, M. (2019). *Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri, algılanan stres ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sebahattin zaim üniversitesi, İstanbul.

Demirbaş, M. ve Yağbasan R. (2005). Sosyal Öğrenme Teorisine Dayalı Öğretim Etkinliklerinin, Öğrencilerin Bilimsel Tutumlarının Kalıcılığına Olan Etkisinin İncelenmesi. *Uludağ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 363-382. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/153276>.

Demiriz, S. ve Öğretir, A. D. (2007). Alt ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki 10 yaş çocuklarının anne tutumlarının incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(1), 105-122. Erişim adresi: <https://www.researchgate.net/publication/282729011>.

Deniz, E., Keseci, Ş. ve Sümer, S. (2008). The validity and reliability study of the Turkish version of self compassion scale. *Social Behavior and Personality, Social Behavior and Personality*, 36(9), 1151-1160. Erişim adresi: [https://selfcompassion.org/wpcontent/uploads/publications/Turkish\\_self\\_compassion\\_scale.pdf](https://selfcompassion.org/wpcontent/uploads/publications/Turkish_self_compassion_scale.pdf).

Diener , E. (1995). Factors Predicting The Subjectif Well Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(5), 851-864. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2352-0\\_3](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2352-0_3).

Diener, E. ve Larsen R. J. (1993). *The Experience of Emotional Well-Being*. ed. Lewis, M. ve Haviland, j. M. New York:Guilford.

Dorahy, M. J., Lewis, C. A. ve Schumaker, J. F. (2000). Depression and life satisfaction among Australian, Ghanaian, Nigerian, Northern Irish, and Swazi University Students. *Social Behavior Press*, 15(4) 569-580.

Dost, T. M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(2), 132-143.

Dönmezler, İ. (1999). *Ailede İletişim ve Etkileşim*. İstanbul:Sistem Yayıncılık.

Dusek, j. (1987). *Adolescent Development and Behavior*. New Jersey: Prentice Hall International.

Ekşi, A. (1990). Çocuk, genç, ana babalar. Ankara: Bilgi Yayınevi.

Elkin, Ö. O. (2020). *Üniversite öğrencilerindeki anksiyete, stres, yaşam doyumu düzeyleri ve ilişkili değişkenlerin kız ve erkek öğrenciler arasında karşılaştırması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Elkind, D. (1976). *Child Development and education: A Piagetian Perspective*. New York:Oxford University Press.

Erdim, E. K. (2019). *9. ve 11. sınıf öğrencilerinde algılanan anne baba tutumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Ergenlik Nedir? (16 Ekim 2020). Erişim adresi: <http://www.unesco.org>.

Ergenlik Nedir? (11 Ekim 2020). Erişim adresi: [www.tdk.com.tr](http://www.tdk.com.tr).

Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. New York: W. W. Norton.

Ermış, A. (2019). *Ergenlerin Deizm Algısına Dair Sosyolojik Bir Araştırma (Çankaya Örneği)* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). Öznel İyi Oluşun Cinsiyet, Yaş Grupları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 139-151, Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/200005>.

Feist, J. ve Feist, G. J. (2006). *Theories of personality*, New York: McGraw-Hill.

- Fromm, E. (1965). *Escape From Freedom*. New York.
- Fromm, E. (1995). *Sevme Sanatı*. Çev. Salman, Y. İstanbul:Payel yayınları.
- Fujita, F. (1991). An investigation of the relation between extroversion, neuroticism, positive affect and negative affect. *Master's Thesis, University of Illinois*.
- Geçtan, E. (1981). Çocukluktan Yetişkinliğe Gençlik. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14(1), 91-100, DOI:10.1501/Egifak\_0000000749.
- Geçtan, E. (2012). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul:Metis yayınları.
- Germer, C. ve Neff, K. (2019). *Öz şefkatli farkındalık uygulama rehberi*. Çev. Altun, F. Tarımay, İstanbul: Diyojen yayıncılık.
- Gilman, R. (2001). The Relationship Between Life Satisfaction, Social Interest, and Frequency of Extra Curricular Activities Among Adolescent Students. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6), 749-767, DOI:10.1023/A:1012285729701.
- Ginott, G. H. (2003). *Anne Baba ve Çocuk Arasında*. Çev. Tüfekçi, A. İstanbul: Okuyan us yayınları.
- Gökbüzoğlu, B. (2008). *Ergenlerin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme beceriler arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Gökçedağ, S. (2001). *Lise öğrencilerinin okul başarısı ve kaygı düzeyi üzerinde anne baba tutumlarının etkilerinin belirlenip karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Grotevant, D. H. ve Adams, J. (Ed) (1995). *Ergenliği Anlamak*. Çev. Ersever, H. Ö. İstanbul:İmge Yayınevi.
- Gün, Z. ve Bayraktar, S. (2008). Türkiye'de iç göçün ergenlerin uyumundaki rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19, 167-176.
- Günel, A. (2007). *Farklı anne baba tutumlarının okul öncesi eğitim çağındaki çocukların özgüven duygusunun gelişimine etkisi (Aksaray ili örneği)* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Gündoğar, D., Gül, Uskun, S. E. ve Demirci, S. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordayan Etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10(1), 14-27, Erişim adresi: [www.klinikpsikiyatri.org/jvi.aspx?un=KPD-26895](http://www.klinikpsikiyatri.org/jvi.aspx?un=KPD-26895).
- Gündoğdu, Y. B. (2016). Psikanalitik kişilik kuramlarına göre gelişim ve değişimin imkanı. *Turkish Studies*, 11 (17), 373-404.
- Haktanır, G. ve Baran, G. (1998). Gençlerin Benlik Saygısı Düzeyleri ile Anne Baba Tutumlarını Algılamalarının İncelenmesi. *Çocuk Ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 5( 3), 134-141.

Hamurcu, H. (2011). *Ergenlerin yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluşlarını yordamada psikolojik ihtiyaçlar* (yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Haybron, D. (2004). *Happiness and The Importance of Life Satisfaction*, Department of Philosophy, University of Arizona, Arizona Harris.

Huebner, S. (1998). Further validation of the multidimensional students'life satisfaction scale. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 16, 118-134, Erişim adresi:<https://doi.org/10.1177%2F073428299801600202>.

Hurlock, E. (1987). *Ergenlikte Beden Gelişimi*. Çev. Günce, G. (Ed.Onur,B.) Ankara: Hacettepe Taş Kitapçılık.

İkiz, E. ve Totan, T. (2012). Üniversite öğrencilerinde öz-duyarlık ve duygusal zekânın incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(1), 51-71.

İnanç, B. Y. ve Yerlikaya, H. (2014). *Kişilik Kuramları*. İstanbul:Pegem Akademi.

J. Gander ve W. Gardiner (2001). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. Çev. B. Onur, Ankara: İmge Kitabevi, 4. basım.

Jung, C. G. (1991). *The archetypes and collective unconscious*. London:Routledge.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1981). *Çocuğun Değeri: Türkiye'de Değerler ve Doğurganlık*. İstanbul: Boğaziçi Yayınları.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Autonomy and Relatedness in Cultural Context: Implication for Self and Family. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 36(4) 403-421, Erişim adresi:<https://doi.org/10.1177/0022022105275959>.

Kaya, M. (1997). Ailede Anne-Baba Tutumlarının Çocuğun kimlik ve Benlik Gelişimindeki Rolü. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9(1), 193-202, Erişim adresi:<https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/188683>.

Keskin, U. (2017). Belirli derecelere döneme hatalarının Adler'in bireysel psikoloji ekolu ekseninde incelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 315-330.

Kıcalı, Ü. Ö. (2015). *Öz-şefkat ve tekrarlayıcı düşünmenin olumsuz duygulanım ve depresyon ile ilişkilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2), 231-238, Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/erusosbilder/issue/23750/253040>.

Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*(Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Köknel, Ö. (1982). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. Altın Kitap: İstanbul.

Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul:Remzi Kitabevi.

Kuzgun, Y. (1973). Ana Baba Tutumlarının Bireyin Kendini Gerçekleştirme Düzeyine Etkisi. *Hacettepe Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 5(1)

Lerner, M. R. ve Steinberg, L. (Ed) (2009). *Handbook of Adolescent Psychology*. New York:Wiley.

Mackenzie, J. R. (2001). *Çocuğunuza Sınır Koyma*. Çev. Argüç, H. İstanbul:Yakamoz yayınları.

Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396.

Matbech, A. ve Gumley, A. (2012). Exploring compassion: A meta-analysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 2(6), 545–552, DOI: /10.1016/j.cpr.2012.06.003.

Morsünbül, Ü. (2011). *Ergenlikte özerkliğin ve kimlik Biçimlenmesinin Özel İyi Oluş Üzerindeki Etkisi* (Yayınlanmamış Doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.

Muus, R. E. (1980). *Theories of Adolescence.*; Akt. Yılmaz, T. (2000). *Ergenlikte Risk Alma Davranışlarının İncelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Neff, K. ve McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescent sand young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225-240, DOI:10.1080/15298860902979307

Neff, K. (2003). The development and validation of a scale to measure self compassion. *self and identity*, 2(3), 223-250, DOI: 10.1080/15298860390209035

Neff, K. (2004). Self-Compassion and Psychological Well-being. *Constructivism in the humansciences*, 9(2), 27-38.

Neff, K. (2010). Self compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude to wardone self. *Self and identity Psychology Press*, 2, 85–102, DOI: 10.1080/15298860390129863.

Nickerson, A. B. ve Nagle, R. J. (2005). Parental peer attachment in late childhood and early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 25(2), 223-249, Erişim adresi:<https://doi.org/10.1177/2F0272431604274174>.

Novaro, L. (2001). *Beni gerçekten duyuyor musun?* İstanbul: Remzi kitapevi.

Oishi, S. ve Diener, E. (2003). Culture and Well-Being: The Cycle of Action, Evaluation, and Decision. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(8), 939–949. <https://doi.org/10.1177/0146167203252802>

Omay, Z. M. (2019). *Üniversite öğrencilerinin öz anlayış düzeylerinin hayat memnuniyeti ve dindarlık yönelimleri açısından incelenmesi* (yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, İstanbul.

Orhan, F. ve Dağcı, A. (2015). Ergenlikte dini kimliğin inşası: Sosyal öğrenme kuramı açısından bir değerlendirme. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 7(4), 115 - 132.

Osmanoğlu, D. ve Kaya, H. İ. (2013). Öğretmen Adaylarının Yükseköğretime Dair Memnuniyet Durumları ile Öznel İyi Oluş Durumlarının Değerlendirilmesi: Kafkas Üniversitesi Örneği. *Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12, 47-70.

Ozankaya, Ö. (1996). *Toplumbilim*. İstanbul: Cem Yayınevi.

Öner, U. ve Gümüş, E. (2000). Kurt Lewin ve Alan Kuramı:Lewin'in Çocuk Psikolojisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1(33), 9-27, Erişim adresi:<http://hdl.handle.net/20.500.12575/46682>.

Öz Şefkat nedir? (11 Kasım 2020). Erişim adresi :[www.tdk.com](http://www.tdk.com).

Özel, E. ve Zelyurt, H. (2016). Anne-baba eğitiminin aile çocuk ilişkilerine etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 2016, 16 (36), 9-34, Erişim adresi: <https://doi.org/10.21560/spcd.60151>.

Özer, M. ve Karabulut, Ö. Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatri Dergisi*, 6(2), 72-74, Erişim adresi: [geriatri.dergisi.org/pdf.php?&id=146](http://geriatri.dergisi.org/pdf.php?&id=146)

Özyeşil, Z. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayış Düzeylerinin Bilinçli Farkındalık Kişilik Özellikleri ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Paterson, J. E., Field, J. ve Pryor, J. (1994). Adolescents' perceptions of their attachment relationships with their mothers, fathers, and friends. *Journal of Youth and Adolescence*, 23(5), 579-600, DOI: 10.1007/BF01537737.

Peker, H. (2017). *Din Psikolojisi*. İstanbul:Çamlıca yayınları.

Psikeart (2017). *Ergenlik*. sayı:53, Erişim tarihi: 19.10.2020

Kaltiala-Heino, R., Lintonen, T. ve Rimpelä, A. (2004). Internet addiction? Potentially problematic use of the Internet in a population of 12–18 year-old adolescents. *Addiction Research & Theory*, 12(1), 89-96, DOI:10.1080/1606635031000098796.

Reisenger, Y. ve Turner, L. W. (2003). *Cross-cultural Behaviour in Tourism: Concepts and Analysis*. Elsevier Pub: Oxford/UK.



Rogers, C. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*, Boston: Houghton Mifflin.

Ryan, R. ve Deci, E. (2001). On Happiness And on Hedonic and Human Potentials: A Review of Research Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52 141-166.

Pektaş, S. (2016). *Ergenlerde anne baba tutumlarının kaygı ve depresyona etkisi: Sağlık meslek lisesi ve özel lise öğrencileri üzerinde bir inceleme* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Santrock, W. (2012). *Yaşam Boyu Gelişim*. Çev. Ed. Yüksel, G. İstanbul: Nobel yayınları.

Schafer, R. (1964). The clinical analysis of affects. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 12(2), 275-299.

Schimmack, U. (2008). The Influence of Environment and Personality on the Affective and Cognitive Component of Subjective Well-being. *Social Indicators Research*, 89(1), 41-60, DOI: <https://doi.org/10.1007/s11205-007-9230-3>.

Schwartz, S. J. ve Pantin, H. (2006). Identity development in adolescence and emerging adulthood: The interface of self, context, and culture. In A. Prescott (Ed.), *The concept of self in psychology*. Hauppauge, NY: Nova Science Publishers.

Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. (çev. Kolektif) Ankara: İmge yayınevi.

Steiner, H. (2016). *Ergen Terapisi*, Çev. Özkardeşler, Y. Prestij Yayınları: İstanbul.

Şahin, M. ve Aktaş, A. (2018). Narsisistik özellik öz şefkat ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(6), 362-374, Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/593697>.

Şirin, S. (2019). *Yetişin Çocuklar*. İstanbul: Doğan yayıncılık, 23. Baskı.

Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*, 6th Ed. Northridge, CA: California State University.

Tabachnick, B., Fidell, G. L. S. ve Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson.

Thera, N. (1972). *The Power of Mindfulness*. San Francisco CA: Unity Press.

Thimm, J. C. (2010). Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41(1), 52-59.

Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu*, (yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Türk Dil Kurumu. <http://sozluk.gov.tr> ,Erişim tarihi: 09.11.2020.

Türkdoğan, T. ve Duru, E. (2012). Üniversite Öğrencilerinde Öznel İyi Oluşun Yordanmasında Temel İhtiyaçların Karşılanmasının Rolü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*,12(4), 2429-2446.

Üredi, I. (2005). *Algılanan Anne Baba Tutumlarının İlköğretim 8.Sınıf Öğrencilerinin Öz Düzenleyici Öğrenme Stratejileri ve Motivasyonel İnançları Üzerindeki Etkisi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Wardle, J., Steptoe, A. ve Gulis, G (2004). Depression, perceived control, and life satisfaction in university students from Central-Eastern and Western Europe. *Int. J. Behav. Med.* 11, 27–36, [https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm1101\\_4](https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm1101_4).

Yalom, I. (2018). *Varoluşçu Psikoterapi*. İstanbul: Pegasus Yayınları.

Yavuz, E. (2020). *Olumsuz erken çocukluk dönemi deneyimleri ve aleksitimi arasındaki ilişkide öz-şefkat ve benlik saygısının aracı rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yavuzer, H. (1986). *Ergenlik Çağında Gelişmeyi Etkileyen Güçler*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.

Yavuzer, H. (1990). *Yaygın Ana-Baba Tutumları*. Ana-Baba Okulu İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (1998). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul:Remzi Kitabevi, 16. Basım.

Yavuzer, H. (2007). *Ana-Baba ve Çocuk*. İstanbul:Remzi Kitabevi, 19. Baskı.

Yazgan, Y. (2019). *99 Sayfada Ergenlikten Gençliğe*. İstanbul:Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 5. Basım.

Yetim, Ü. (2001). *Topludan Bireye Mutluluk Resimleri*. İstanbul:Bağlam Yayınları.

Yıldız, S. A. (2004). Ebeveyn Tutumları ve Saldırganlık. *Polis Bilimleri Dergisi*, 6(3-4), 131-150.

Yılmaz, A. (2000). *Eşler arasındaki uyum ve çocuğun algıladığı anne-baba tutumu ile çocukların,ergenlerin ve gençlerin akademik başarıları ve benlik saygıları arasındaki ilişkiler* (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yolcu, M. A. (2015). *Aile sosyo-ekonomik durumu ve ana-baba tutumlarının sınav kaygısı düzeyleri üzerine etkilerinin incelenmesi: Konya örneğinde üniversite*

*sınavına dershaneye giderek hazırlanan öğrencilere bir uygulama* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Young, M. H. ve Miller B. C. (1995). The effect of parental supportive behaviors on life satisfaction of adolescent Off spring. *Journal of Marriage and Family* , 57 (3), 813-822 , DOI:<https://doi.org/10.2307/353934>.

Yörükoğlu, A. (1990). *Gençlik Çağı*. İstanbul: Özgür Yayıncılık.

Yörükoğlu, A. (2007). *Aile ve çocuk*, İstanbul: Özgür Yayınları.



## EKLER

### SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Sevgili öğrenciler, bu araştırma, algılanan ebeveyn tutumları, öz şefkat ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi amacıyla planlanmıştır. Elde edilen veriler yalnız araştırmacı tarafından ve bilimsel amaçlı olarak kullanılacak, kimlik bilgisi verilmeyecektir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyup içtenlikle cevaplayınız. Yanıtsız soru bırakmayınız.

Katılımınız için teşekkür ederim.

**1. Cinsiyetiniz:** 1( )K 2( )E

**2. Kaç kardeşiniz? (Siz dahil belirtiniz)**

**3. Annenizin eğitim durumu:**

1 ( ) Okur yazar değil 2 ( ) Sadece okur yazar 3 ( ) İlköğretim  
4 ( ) Ortaöğretim 5 ( ) Yükseköğretim

**4. Babanızın eğitim durumu:**

1 ( ) Okur yazar değil 2 ( ) Sadece okur yazar 3 ( ) İlköğretim  
4 ( ) Ortaöğretim 5 ( ) Yükseköğretim

**5. Gelir düzeyinizi nasıl tanımlarsınız?** 1( )Düşük 2 ( )Orta 3 ( ) İyi

**6. Akademik başarınızı nasıl tanımlarsınız?** 1)İyi ( ) 2) Orta ( ) 3) Kötü ( )

**7. Arkadaşlık ilişkilerinizi nasıl tanımlarsınız?** 1)İyi ( ) 2) Orta ( ) 3) Kötü ( )

## EK-A

## ÖZ ŞEFKAT ÖLÇEĞİ

		Hiç Bir Zaman	Nadiren	Sık sık	Genellikle	Her Zaman
1	Bir yetersizlik hissettiğimde, kendime bu yetersizlik duygusunun insanların birçoğu tarafından paylaşıldığını hatırlatmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
2	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
3	Bir şey beni üzdüğünde, duygularıma kapılıp giderim.	1	2	3	4	5
4	Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım.	1	2	3	4	5
5	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, kendimi bu başarısızlıkta yalnız hissedirim.	1	2	3	4	5
6	Zor zamanlarımda ihtiyaç duyduğum özen ve şefkati kendime gösteririm.	1	2	3	4	5
7	Gerçekten güç durumlarla karşılaştığımda kendime kaba davranırım.	1	2	3	4	5
8	Başarısızlıklarımı insanlık halinin bir parçası olarak görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
9	Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
10	Kendimi kötü hissettiğimde kötü olan her şeye kafamı takar ve onunla meşgul olurum.	1	2	3	4	5
11	Yetersizliklerim hakkında düşündüğümde, bu kendimi yalnız hissetmeme ve dünyayla bağlantımı koparmama neden olur.	1	2	3	4	5
12	Kendimi çok kötü hissettiğim durumlarda, dünyadaki birçok insanın benzer duygular yaşadığını hatırlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
13	Acı veren olaylar yaşadığımda kendime kibar davranırım.	1	2	3	4	5
14	Kendimi kötü hissettiğimde duygularıma ilgi ve açıklıkla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
15	Sıkıntı çektiğim durumlarda kendime karşı biraz acımasız olabilirim.	1	2	3	4	5
16	Sıkıntı veren bir olay olduğunda olayı mantıksız biçimde abartırım.	1	2	3	4	5
17	Hata ve yetersizliklerimi anlayışla karşılarım.	1	2	3	4	5
18	Acı veren bir şeyler yaşadığımda bu duruma dengeli bir bakış açısıyla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
19	Kendimi üzgün hissettiğimde, diğer insanların çoğunun belki de benden daha mutlu olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
20	Hata ve yetersizliklerime karşı kınayıcı ve yargılayıcı bir tavır takınırım.	1	2	3	4	5
21	Duygusal anlamda acı çektiğim durumlarda kendime sevgiyle yaklaşırım.	1	2	3	4	5
22	Benim için bir şeyler kötüye gittiğinde, bu durumun herkesin yaşayabileceğini ve yaşamın bir parçası olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
23	Bir şeyde başarısızlık yaşadığımda objektif bir bakış açısı takınmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
24	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, yetersizlik duygularıyla kendimi harap ederim.	1	2	3	4	5
25	Zor durumlarla mücadele ettiğimde, diğer insanların daha rahat bir durumda olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
26	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine karşı sabırlı ve hoşgörülü değilimdir.	1	2	3	4	5

**YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ**

Aşağıda 5 cümle ve her bir cümlenin yanında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1’den 7’ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümlenin yanındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak işaretleyiniz. Bu şekilde 5 cümlenin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz.

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1	Hayatım birçok yönden idealimdekine yakın.	1	2	3	4	5	6	7
2	Hayat şartlarım mükemmel.	1	2	3	4	5	6	7
3	Hayatımdan memnunum.	1	2	3	4	5	6	7
4	Hayattan şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim.	1	2	3	4	5	6	7
5	Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmedim.	1	2	3	4	5	6	7

## EK-C

### ANA BABA TUTUM ENVANTERİ

#### AÇIKLAMA:

Bu ölçek anne ve babanızın size karşı tutumunu nasıl algıladığınızı ölçmek amacıyla hazırlanmıştır. Ölçekte 40 tane ifade vardır. Her bir ifade için cevaplar 1'den 5'e kadar sınıflanmıştır. Sizden ricamız, her ifadeyi dikkatle okuyup ifadenin ailenize en uygun olan şikkına bir "X" işareti koyarak cevaplandırmanızdır. Araştırmanın bulgularının geçerliliği açısından cevaplarınızı içten ve dikkatli vermeniz çok önemlidir. Yardımlarınız için çok teşekkür ederim.

Anketi,

Anneme ( )

Babama ( ) göre cevaplandırıyorum.

#### ÖRNEK:

Bana hükmetmeye çalışırdı.

Hiç uygun değil	Çok az uygun	Kısmen uygun	Oldukça uygun	Tamamen uygun
1	2	3	4	5
(X)	( )	( )	( )	( )

	Hiç Uygun Değil	Çok Az Uygun	Kısmen Uygun	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun
	1	2	3	4	5
1. Bana her zaman güven duygusu vermiş ve beni sevdiğini hissettirmiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
2. Çok yönlü biri olarak bütünsel için beni olmaları ölçütünde desteklemiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
3. Her yaptığım için olumlu yanlarını değil kusurlarını görmüş ve beni eleştirmiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
4. İlişkimiz problemlerimi ona açamayacağım kadar rozmidir.	( )	( )	( )	( )	( )
5. Arkadaşlarımı eve çağırmasına izin verir onlara iyi davranır.	( )	( )	( )	( )	( )
6. Çevremindeki çocuklarla beni karşılaştırır, onların benden daha iyi olduklarını söylerdi.	( )	( )	( )	( )	( )
7. Her zaman başına kötü birşey gelecekmış gibi davranır.	( )	( )	( )	( )	( )
8. Bana hükmetmeye çalışır.	( )	( )	( )	( )	( )
9. Her konuda benim fikrimi de almaya özen göstermiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
10. Problemlerimi rahatlıkla konuşabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
11. Evde bir konu tartışırken benim de görüşlerimi söylemem için beni teşvik eder.	( )	( )	( )	( )	( )
12. Bugün bile alışverişe çıktığım zaman, beni kandırabilecekleri endişesiyle kendini de gelmek ister.	( )	( )	( )	( )	( )
13. Benden her zaman gücümün üstünde başarı beklemiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
14. Fiziksel ve duygusal olarak kendisine yakın olmak istediğim zamanlar soğuk ve itici davranır.	( )	( )	( )	( )	( )
15. Yapmamam gereken şeylerin nedenini bana açıklar.	( )	( )	( )	( )	( )
16. Sevmediğim yemekleri bana zorla yedirirdi.	( )	( )	( )	( )	( )
17. Sınavda hep üstün başarı göstermemi istemiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
18. Benim gibi bir evladı olduğu için mutsuz olduğunu düşünüyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
19. Kitaplığımdan itibaren ders çalışma ve okuma alışkanlığı kazanmam konusunda bana yardımcı olmuştur.	( )	( )	( )	( )	( )
20. Birlikte olduğumuz zamanlar ilişkimiz çok arkadaşçadır.	( )	( )	( )	( )	( )



	Uygun Değil 1	Az Uygun 2	Kısmen Uygun 3	Olduça Uygun 4	Tamamen Uygun 5
21. Her gittiği yere beni de götürür, evde yalnız kalmamı istemezdi.	( )	( )	( )	( )	( )
22. Beni kendi emellerine ulaşmak için bir araç olarak göstermiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
23. Cinsiyet konusunda karşılaştığım problemleri kendisine anlatıldığında çok ilgisiz davranırdı.	( )	( )	( )	( )	( )
24. Ona yaklaşmak istediğimde bana sıcak bir şekilde karşılık vermiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
25. Kitçükliğimde bana yeterince vakit ayırır, parka, sinemaya vs götürmeyi ilmal etmezdi.	( )	( )	( )	( )	( )
26. Bana önemli ve değerli bir insan olduğum inancını vermiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
27. Paramı nerelelere harcadığımı ayrıntılı bir şekilde kontrol eder.	( )	( )	( )	( )	( )
28. Her zaman her işte kusursuz olmam gerektiği inancındadır.	( )	( )	( )	( )	( )
29. Cinsel konularda çok tutucu olduğu için onun yanında bu konulara ilgi göstersemem.	( )	( )	( )	( )	( )
30. Benimle genellikle sert tonda ve emrederek konuşur.	( )	( )	( )	( )	( )
31. Kendi istediği mesleği seçmem konusunda beni zorlamıştır.	( )	( )	( )	( )	( )
32. Aile ile ilgili kararlar alınırken benim de fikrimi sorunmıştır.	( )	( )	( )	( )	( )
33. Benim iyiliğimi istediğini, ama benim için iyinin ne olduğum ancak kendisinin bileceğini söyler.	( )	( )	( )	( )	( )
34. Beni yapabileceğimden fazlasını yapmaya zorlar.	( )	( )	( )	( )	( )
35. Beni olduğum gibi kabul etmiştir.	( )	( )	( )	( )	( )
36. Başkalarına benden daha çok önem verir daha nazik davranır.	( )	( )	( )	( )	( )
37. İyi bir iş yaptığımda beni övmekten çok, daha iyisini yapmam gerektiğini söyler.	( )	( )	( )	( )	( )
38. Her zaman nerede olduğum ve ne yaptığımı merak eder.	( )	( )	( )	( )	( )
39. Günlük olaylarla ilgili anlatıklarımı ilgi ile dinler ve bana açıklayıcı cevaplar verir.	( )	( )	( )	( )	( )
40. Okulda başarılı olmam konusunda beni zorlar,					

## ÖZGEÇMİŞ

**İsim/ Soyisim :**Güneş ALTUN

**Doğum Yeri:**

### ÖĞRENİM DURUMU:

2019-2021: Yüksek Lisans, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Psikoloji Anabilim Dalı/ Klinik Psikoloji

2013-2017 :Lisans Eğitimi, Samsun 19 Mayıs Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi,  
Psikoloji.

2014-2017: Ön lisans, Anadolu üniversitesi, İlahiyat Fakültesi.