

T. C
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI

ERGENLERİN PSİKOLOJİK BELİRTİ DÜZEYLERİ
VE UYUMLARINI YORDAYAN BAZI DEĞİŞKENLER

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN
DOÇ. DR. MEHMET ENGİN DENİZ

HAZIRLAYAN
CEMİL SARI

KONYA-2008

ÖNSÖZ

Gerek ergenlik gerekse gençlik dönemleri insan yaşamının en güzel, en mutlu ve en güçlü dönemleri olurken, aynı zamanda birer kriz ya da bunalım dönemleridir. Aslında her değişim bir durumdan ötekine geçiş ile eski alışkanlıklardan sıyrılıp yeni koşullara uyma zorunluluğunu getirdiğinden, kendine göre bir zorluk taşımakta, dolayısıyla bir kriz ya da bunalım dönemi olarak adlandırılabilir.

Buna göre, gençlikten orta yaşa, orta yaştan yaşlılığa, öğrencilikten iş yaşamına, iş yaşamından emekliliğe, bekârlıktan evliliğe ve yine evlilikten bekârlığa yahut dulluğa geçişlerin her birinde kendine göre birer kriz ve bunalım dönemleridir. Ancak, gerek biyolojik, gerekse sosyal bakımdan en önemli bir değişiklik sayılan ergenlik ve gençlik dönemleri bunların arasında daha bir belirginlik taşır.

Ergenlik çocuklukla yetişkinlik arasında kalan bir ara dönemdir. Ergenlik dönemi duygusal oluşumların, zihinsel değişimlerin, fiziksel olgunluğun bir bileşimidir. Bu dönemde olanlar heyecanlandırıcı ve canlandırıcı, aynı zamanda da ürkütücü ve karıştırıcıdır. Ergenlik belirli yaşlarla sınırlı olmayan bir dönemdir. Bunun yanı sıra ergenlik kelimesinin yerine gençlikte kullanılmaktadır. Ergenlik; buluş çağına erme sebebi ile biyo-psikolojik bakımdan çocukluğun sonu ile toplum hayatında sorumluluk alma dönemi olan çocukluk ve gençlik arasında kalan 12-24 yaşları arasındaki gruptur.

Bu çalışma ergenlerin psikolojik belirti düzeyleri ve uyumlarını yordayan bazı değişkenlerin (anne-baba tutumu, kardeş sayısı, sosyo-ekonomik durum, öğretmen tutumu, sınıf, sosyal etkinliklere katılma, cinsel eğitim alma, öğrencilerin alan tercihi, ders çalışma ortamı, planlı ders çalışma alışkanlığı ve bir bilgisayara sahip olup olmama) araştırılması amacıyla gerçekleştirilecektir. Araştırmanın bir diğer amacı ise ergenlerin uyumlarının psikolojik belirti düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

Bu araştırmanın planlanmasında ve gerçekleştirilmesinde birçok kişinin katkısı olmuştur.

Başta, araştırmanın bütün aşamalarında bana sonsuz sabır ve anlayış gösteren, beni cesaretlendiren ve her an psikolojik desteklerini aldığım sevgili hocam, değerli tez danışmanım Doç. Dr. Mehmet Engin DENİZ' e sonsuz teşekkür ediyorum.

Yabancı yayınları anlayabilmemde bana destek olan, ümitsizliğe kapıldığım anlarda beni umutlandıran ve teşvik eden sevgili eşim Hülya SARI 'ya, katkılarından dolayı teşekkür ediyorum.

Araştırmanın örneklemini oluşturan ve çalışmaya gönüllü olarak katılan sevgili öğrencilerime ve ailelerine, araştırma sürecinde ihtiyacım olan izinler konusunda bana güvenerek destek olan Okul Müdürüm Sn. Elif GÖKTAŞ'a teşekkür ediyorum.

OCAK 2008

CEMİL SARI

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	i
İÇİNDEKİLER.....	iii
TABLolar LİSTESİ.....	vi
ÖZET	viii
ABSTRACT	x

BÖLÜM I

GİRİŞ	1
I.1. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ	2
I.2. ALT PROBLEMLER.....	3
I.3. SINIRLILIKLAR.....	3

BÖLÜM II

İLGİLİ KURAM VE ARAŞTIRMALAR

ERGENLİK.....	5
II.1. Ergenlik Dönemi Genel Özellikleri.	7
II.1.1. Fiziki Ve Fizyolojik Değişimler	9
II.1.2. Sosyal Değişimler	10
II.2 Ergenlikte Gelişim	12
II.2.1. Toplumsal Gelişim	12
II.2.2. Bedensel ve Cinsel Gelişim	12
II.2. 3. Buluğa Ermenin Psikolojik Boyutları	14

II.2.4. Bedensel Yapıların Ergenler Üzerindeki Etkileri	15
II.2.5. Ergenin Kişilik Gelişimi	17
II.2.6. Ergenlik Döneminde Cinsellik	19
II.3. Ergenlik Döneminde Karşılaşılabilecek Sorunlar	21
II.3.1. Evde Çatışmanın Günlük Olay Haline Gelmesi	21
II.3.2. Soyut Düşünce Gelişiminin Ergen Aile İlişkilerine Etkisi	24
II.3.3. Ergenlerle Çalışanların Dikkat Etmesi Gereken Konular	26
II.3.4. Kuşak Çatışması, Ergen ve Ana Baba Uyumsuzluğu	30
II.3.5. Ergenlik Döneminde Yüksek Duygusallaşma ve En Sık Rastlanan Heyecan Biçimleri.	31
II.4. Ergen ve Aile İle İletişim.	33
II.4.1. Ergenin Aile İçi İlişki ve Sorunları.....	36
II.4.2. Ergenlik Dönemini Problemsiz Geçirmede Aileye Düşen Görevler... ..	38
II.5. Ergenlik ve Okul	39
II.5.1. Ergenin Sosyalleşmesinde Okulun Önemi	39
II.5.2. Ergenlikte Okul-Öğretmen Uyumsuzluğu	39
II.5.3. Orta Dereceli Okul Öğretmenlerine Öneriler	41
II.6. ERGENLİKTE TOPLUMSALLAŞMA	41
II.6.1. Ergenlik Döneminde Anti-Sosyal Davranış	42
II.6.2. Ergenin Kendini Ortaya Koyma Çabası(Benlik Gelişimi)	43
II.6.3. Sosyal Uyum Problemleri	44
II.6.4. Ergenlik döneminde başarılması gereken gelişim görevleri	45
II.6.5. Konuyla ilgili Yapılan Çalışmalar	46

BÖLÜM III

YÖNTEM

III. 1. Evren ve Örneklem.....	52
III. 2. Veri Toplama Araçları.....	54
III. 2. 1. Kişisel Bilgi Formu.....	55
III. 2. 2. Offer Benlik İmgesi Ölçeği	55
III. 2. 3. Kısa Semptom Envanteri	56
III. 2. 4. Benlik Saygısı Ölçeği	57
III. 3. Verilerin Analizi.....	58

BÖLÜM IV

BULGULAR	59
----------------	----

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM	68
SONUÇ ve ÖNERİLER	76
KAYNAKÇA	78
EKLER	87
KSE Kısa Semptom Envanteri	87
Benlik Saygısı Ölçeği	88
OBİÖ Offer Benlik İmgesi Ölçeği	89

TABLolar LİSTESİ

TABLO	SAYFA NO
Tablo 1: Araştırma Grubunu Oluşturan Ergenlerin Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Betimsel İstatistikler	53
Tablo 2: Benlik Saygısının Psikolojik Belirti Puanlarını Açıklama Gücü	59
Tablo 3: Benlik Saygısının Psikolojik Belirti Puanlarını Yordama Gücü	59
Tablo 4: Benlik Saygısının Uyum Puanlarını Açıklama Gücü	60
Tablo 5: Benlik Saygısının Uyum Puanlarını Yordama Gücü	60
Tablo 6: Ergenlerin Benlik Saygısı ile Psikolojik Belirti ve Uyumları Arasındaki İlişkiler	61
Tablo 7: Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirtilerine Ait n , \bar{X} , Ss Değerleri	61
Tablo 8: Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirtilerine Ait Varyans Analizi Bulguları	62
Tablo 9: Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Uyumlarına Ait n , \bar{X} , Ss Değerleri	62
Tablo 10: Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Uyumlarına Ait Varyans Analizi Bulguları	63
Tablo 11: Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Uyumlarına Ait LSD Testi 64 Sonuçları	63
Tablo 12: Cinsiyete Göre Ergenlerin Psikolojik Belirti Puanlarına Ait t-testi Sonuçları	64
Tablo 13: Cinsiyete Göre Ergenlerin Uyum Puanlarına Ait t-testi Sonuçları	64
Tablo 14: Ebeveynle Çatışma Yaşama Durumu Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirti Puanlarına Ait t-testi Sonuçları	65

Tablo 15: Ebeveynle Çatışma Yaşama Durumu Değişkenine Göre Ergenlerin Uyum Puanlarına Ait t-testi Sonuçları	65
Tablo 16: Sigara Kullanma Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirti Puanlarına Ait t-testi Sonuçları	66
Tablo 17: Sigara Kullanma Değişkenine Göre Ergenlerin Uyum Puanlarına Ait t-testi Sonuçları	66
Tablo 18: Ebeveynlerin Anlayışlı Davranması Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirti Puanlarına Ait t-testi Sonuçları	67
Tablo 19: Ebeveynlerin Anlayışlı Davranması Değişkenine Göre Ergenlerin Uyum Puanlarına Ait t-testi Sonuçları	67

ÖZET

Bu araştırma ergenlerin psikolojik belirti düzeyleri ve uyumlarının bazı değişkenler (sınıf, cinsiyet, ebeveynle çatışma yaşama durumu, sigara kullanma ve ebeveynin anlayışlı davranma) açısından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bir diğer amacı ise ergenlerin benlik saygılarının psikolojik belirti ve uyum düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

Ergenlik dönemi insan yaşamındaki en kritik dönemlerden birisidir. Ergen bu dönemde bedensel, duygusal, cinsel ve sosyal gelişim ve değişim içerisinde bulunmaktadır. Bu kritik dönemin sağlıklı bir şekilde geçirilmesi bireylerin ileriki yaşantısını da etkileyecektir. Bu dönemde ailede anne-babalar okulda öğretmenler ergenle olumlu iletişim kurmaları ve onlara karşı anlayışlı olmaları gerekmektedir. Özellikle bu dönem ergenin bir kimlik oluşturduğu dönemdir. Olumlu kimlik kazanması, ergenin kendisine güvenmesi ve sağlıklı kararlar almasına etki edecektir. Dolayısıyla ergenlik döneminde ergenin uyumuna ve psikolojik belirti düzeyine etki eden değişkenlerin belirlenmesi, ergenlere yönelik düzenlenecek etkinlikler ve ergene karşı sergilenecek tutumlar açısından önemli olacaktır. Ayrıca bu araştırma ergenlerin kişisel gelişimlerine uygun ortamların hazırlanabilmesi açısından da önemlidir.

Bu çalışma genel tarama modeli ile yapılacaktır. Tarama modelleri geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır (Karasar, 2000).

Araştırmada bilgi toplama aracı olarak Kısa Bilgi Formu, Kısa Semptom Envanteri (Şahin ve Durak, 1994) Offer Benlik İmgesi Ölçeği (Şahin, 1993) ve Benlik Saygısı Ölçeği (Öner ve Çataktı, 1987) kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini tesadüfi küme örnekleme yoluyla seçilen 9. 10. ve 11. sınıf öğrencilerinden oluşturmaktadır.

Uygulamalar, 2006 – 2007 eğitim öğretim yılında Kocaeli İli Kandıra Anadolu Lisesinde öğrenim görmekte olan ve çalışmaya gönüllü olarak katılan 215 ergen üzerinde yapılmıştır.

Araştırma sonucunda ergenlerin benlik saygısının psikolojik belirti ve uyumları üzerinde önemli düzeyde bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Aynı zamanda ergenlerin benlik saygısı ile psikolojik belirti ve uyumları arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

Araştırmanın diğer bir bulgusu ise ergenlerin sınıf değişkeni açısından psikolojik belirti puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmazken, uyum puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Cinsiyet, ebeveynle çatışma yaşama ve sigara kullanıp kullanmama değişkenleri açısından ergenlerin psikolojik belirti ve uyum puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Ebeveynin anlayışlı davranıp davranmama değişkenine göre ergenlerin psikolojik belirti düzeyleri anlamlı düzeyde farklılaşırken, uyum puanlarında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmamıştır.

ABSTRACT

This study aims to investigate some variables explaining the psychological significance and compliance level of the adolescents such as the parents' attitude, number of siblings, socio-economical condition, teacher's attitude, class, attendance to social activities, sexual education, the students' branch choice, environment for studying and the possession of a personal computer. A further aim of the study is to analyze the compliance of the adolescents with their psychological significance level

The puberty period is one of the most critical periods in the developmental process. Physical, emotional, sexual and social changes occur during this process. Passing this critical period soundly, will affect individuals' life styles in the future. In this period, parents and teachers should communicate with the adolescent positively and feel sympathy towards him / her. It is in this period that the adolescent develops a personal character. His / her creating a positive identity will influence his/her self-confidence and the ability to make good decisions.

Consequently, the fact that the variables which influence the adolescent's psychological significance and compliance in this period are determined will be of importance in terms of the activities that will be aimed at the adolescents and in terms of the attitudes towards them. Furthermore, this study is important in terms of the fact that the environments suitable for their personal development can be prepared.

This study will be carried out by means of general scanning model. Scanning models are the investigation approaches intending to describe a situation that existed or still exists as it is. The individual, event or the object that is the subject of the study is tried to be described in its / his own conditions and as it / s / he is.

In the study, Short Information Form, Short Symptom Inventory (Şahin and Durak, 1994) Offer Ego Image Scale (Şahin, 1993) and Self-Respect Scale (Öner and Çataktı, 1987) are going to be used as a means to collect information. The adolescents at the age group of 15-18 that will be chosen by means of coincidental cluster sampling constitute the sampling of the study.

The applications were carried out on 215 voluntary adolescents going to Kandira Anatolian High school in 2006-07 in the province of Kocaeli.

At the end of the study, the self respect of the adolescents has an important effect on the psychological symptom and compliance. Moreover, there are significant relations between the self respect of the adolescents and psychological symptoms and compliance.

Another finding of the study is; whereas there was not meaningful difference in the psychological significance score of the adolescents concerning the variable of class, there were significant differences in the median of the compliance scores. There were meaningful differences concerning the median scores of gender, generation gap, smoker-nonsmoker variables and their psychological symptoms and compliance. Whereas there were significant differences between the variable understanding/ non-understanding parents and psychological symptom levels of the adolescents, there were no significant differences in their compliance levels.

BÖLÜM I

GİRİŞ

Ergenlik dönemi insan yaşamındaki en kritik dönemlerden birisidir. Ergen bu dönemde bedensel, duygusal, cinsel ve sosyal gelişim ve değişim içerisinde bulunmaktadır. Bu kritik dönemin sağlıklı bir şekilde geçirilmesi bireylerin ileriki yaşantısını da etkileyecektir. Bu dönemde ailede anne-babalar okulda öğretmenler ergenle olumlu iletişim kurmaları ve onlara karşı anlayışlı olmaları gerekmektedir. Özellikle bu dönem ergenin bir kimlik oluşturduğu dönemdir. Olumlu kimlik kazanması, ergenin kendisine güvenmesi ve sağlıklı kararlar almasına etki edecektir.

Ergenlik dönemine ergenler kadar anne babaların da hazırlıklı olması ve uyum sağlaması gerekmektedir. Bu uyum, anne babaların ergenin bedensel değişime bağlı olarak ortaya çıkan değişimler ve bu değişimlerin ergen davranışları üzerindeki etkisini göz ardı etmeden, ergene karşı anlayışlı bir tutum sergilemelerini sağlayacaktır. Onları önyargısız, olduğu gibi kabul etmeli ve uygun davranış modelleri sunabilmeliyiz. Ergen ihmal edildiği duygusuna kapılmamalıdır. Ergenin kendine özgü değerler sistemi oluşturmasına fırsat verilmeli ve anne-babalar kendi yaşantısı sonucu oluşturdukları kalıp yargılarla ergenin davranışlarını değerlendirmemelidir. Ergen anne-baba ilişkisi, ergenin okul başarısı üzerinde de etkili olacaktır. Hoşgörülü, anlayışlı ve destekleyici bir aile ortamı, ergenin okul başarısı üzerinde olumlu bir etki yaratması beklenir. Diğer taraftan sürekli eleştirilen, duyguları önemsizleyen, ailede alınan kararlara ortak edilmeyen ve bunun sonucunda kendisine değer verilmediğini düşünen ergenin bu olumsuzluklar içerisinde derslerinde başarılı olması beklenemez (Deniz, 2006).

Ergenlerin gelişimsel özellikleri dikkate alındığında, bazı psikotik belirtiler gözlemlenebilir. Örneğin ergenlerde sık gözlenen psikolojik belirtiler somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, depresyon, anksiyete bozukluğu, fobik anksiyete ve paranoid düşünceler bunlardan bazılarıdır (Savaşır ve Şahin, 1997).

Ergenlerin psikolojik belirti düzeylerini en aza indirmek ve uyumlarına yardımcı olmak için, benlik saygılarını geliştirici programların düzenlenmesi önemlidir. Benlik saygısı; bireyin kendisini değerlendirmesi sonunda ulaştığı, benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni ya da diğer bir ifadeyle, kendinden memnun olma durumudur (Yavuzer, 2000; Coopersmith, 1967) benlik saygısını, kişiliğin önemli bir boyutu ve olumlu bir kişilik özelliği olarak değerlendirirken, bireyin kendisini yeterli,

önemli, başarılı ve değerli olarak algılama derecesi şeklinde benlik saygısını tanımlamaktadır. Benlik saygısı kuramı düşük benlik saygısının depresyona neden olduğunu ortaya koymaktadır. Bireyler için olumlu benlik saygısı arzusu başlıca güdü ise, böyle bir güdünün hayal kırıklığını da yaşamak kaçınılmazdır. Fakat bunun tam aksine, depresyonun düşük benlik saygısının nedeni olabileceği de belirtilmektedir (Gür, 1996).

I. 1 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin psikolojik belirti düzeyleri ve uyumlarının bazı değişkenler (sınıf, cinsiyet, ebeveynle çatışma yaşama durumu, sigara kullanma ve ebeveynin anlayışlı davranma) açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır? Sorusuna cevap aranmıştır. Araştırmanın bir diğer amacı ise ergenlerin benlik saygıları psikolojik belirti ve uyum düzeylerini anlamlı düzeyde etkilemekte midir? Sorusuna cevap aramaktır.

I. I Araştırmanın Önemi

Ergenler bu dönemde pek çok uyum sorunuyla karşılaşabilir. Özellikle aile ilişkileri, cinsel gelişimine uyum, beden imgesi, duygusal düzey, çevreye uyum ve sosyal ilişkilere uyum sağlaması gerekmektedir. Dolayısıyla ergenlerin uyum düzeylerine destek sağlanması aynı zaman da psikolojik belirti düzeylerinin en aza indirilmesine de katkı sağlayacaktır.

Dolayısıyla ergenlik döneminde ergenin uyumuna ve psikolojik belirti düzeyine etki eden değişkenlerin belirlenmesi, ergenlere yönelik düzenlenecek etkinlikler ve ergene karşı sergilenecek tutumlar açısından önemli olacaktır. Ayrıca bu araştırma ergenlerin kişisel gelişimlerine uygun ortamların hazırlanabilmesi açısından da önemlidir.

I. 2 Alt Problemler

Yukarıdaki genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır.

1. Ergenlerin benlik saygısı düzeyleri, psikolojik belirti ve uyumlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
2. Ergenlerin benlik saygısı ile psikolojik belirti ve uyumları anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
3. Ergenlerin psikolojik belirti düzeyleri puan ortalamaları;
 - a) Sınıf,
 - b) Cinsiyet,
 - c) Ebeveynle çatışma yaşayıp yaşamaması,
 - d) Sigara kullanma davranışı,
 - e) Ebeveyn tutumu değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
4. Ergenlerin uyum puan ortalamaları;
 - a) Sınıf,
 - b) Cinsiyet,
 - c) Ebeveynle çatışma yaşayıp yaşamaması,
 - d) Sigara kullanma davranışı,
 - e) Ebeveyn tutumu değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

I. 3 Sınırlılıklar

1. Ergenlerin psikolojik belirti düzeylerinin ölçümü Kısa Semptom Envanterinden elde edilen verilerle sınırlıdır.
2. Ergenlerin uyum düzeyleri, Offer Benlik İmgesi Ölçeği ve Benlik saygısı Ölçeğinden elde edilen verilerle sınırlıdır.

3. Araştırma sonuçları örnekleme grubundan elde edilen verilerle sınırlı olacaktır
4. Araştırmanın örnekleme 2006–2007 eğitim öğretim yılında Kocaeli İli Kandıra ilçesinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı olan Anadolu Lisesi öğrencileri ile sınırlıdır.

BÖLÜM II

ERGENLİK

Bireylerin uyumları üzerinde önemli bir etkisi olan problem alanlarından belki de en önemlisi “ergenlik dönemi”dir. Bu dönemde hormonal ve bedensel değişikliklerle birlikte bireylerde artık çocuk görüntüsünden yetişkin görüntüsüne doğru bir seyir ortaya çıkmaya başlar. Başlangıçta cinsel açıdan olgunlaşma söz konusudur. Ergenlik dönemine kızlarla erkeklerin giriş yaşları farklıdır. Bu bedensel ve hormonlardaki değişiklikler, ergenin diğer gelişim alanlarını da etkiler. Özellikle bu dönemin başlangıcında birey ne çocuktur ne de yetişkin. Bazen bedensel değişikliklerden dolayı şaşkınlık yaşayabilir. Bunun sonucu duygularında tutarsızlıklar gözlenebilir. Dolayısıyla bu değişim uyum sorunlarının ortaya çıkmasına neden olabilir (Deniz, 2006).

Ergenliğin ilk dönemi, gencin kendi bedeniyle ilgili imgelerinde, öz değerlerinde ruh halinde ve ilişkilerinde önemli etkiler yaratır. Erken olgunlaşan erkekler, sınıf arkadaşlarına kıyasla kendi görünüşlerinden genellikle daha çok tatmin olurlar ve genellikle daha olumlu bir ruh hali içerisindedirler. Buna karşılık erken olgunlaşan kızlar, sınıf arkadaşlarına kıyasla, daha çok depresyon, anksiyete, aile çatışması ve kendi görünüşlerinden tatminsizlik duygusu yaşarlar. Erikson’un kuramına göre, kişisel bir kimlik duygusu oluşturmak, gençlik döneminin başlıca görevidir (Atkinson, Atkinson, Smith, Bem ve Nolen-Hoeksema, 1999).

Bu dönemde sosyal çevreye uyumsuzluktan kaynaklanan zorlanmalar görülmektedir. Uyum güçlükleri zirveye çıkmıştır. Yeni bir kişilik elde etmek için önce kazanmış olduğu her şeyle ilgisini kesmeye karşı büyük bir ihtiyaç duyar. Bu durumu, yeni bir bina yapmak için eski binayı yıkmak istemeye benzetebiliriz. Doğal olarak bu insan inşasında mümkün değildir. Zorlanmalar kaçınılmaz görünse de, ergen iyi yönlendirilirse, bu zamanın akışı içerisinde yerli yerine oturacak ve ergen sonuçta buhran dönemini sorunsuz geçirmiş olacaktır. Ailelerin bu dönemin özelliklerini dikkate alarak çocuklarına karşı sabırlı ve hoşgörülü olmaları gerekmektedir. Anne-babanın çocuklarına karşı tutumlarının, onları etkilediği konusunda araştırma bulguları çoktur. Anne-baba davranışları toplumdaki aileler arasında ve ailenin içinde bulunduğu ekonomik ve kültürel düzeye göre farklılık gösterebilir. Bu davranışlar, çocuğun sosyalleşmesini ve topluma uygun şekilde davranıp davranmamasını etkilemektedir (Çakmaklı, 1991; Kulaksızoğlu, 2001).

Ergenlik dönemine ergenler kadar anne babaların da hazırlıklı olması ve uyum sağlaması gerekmektedir. Bu uyum, anne babaların ergenin bedensel değişime bağlı olarak ortaya çıkan değişimler ve bu değişimlerin ergen davranışları üzerindeki etkisini göz ardı etmeden, ergene karşı anlayışlı bir tutum sergilemelerini sağlayacaktır. Onları önyargısız, olduğu gibi kabul etmeli ve uygun davranış modelleri sunabilmeliyiz. Ergen ihmal edildiği duygusuna kapılmamalıdır. Ergenin kendine özgü değerler sistemi oluşturmaya fırsat verilmeli ve anne-babalar kendi yaşantısı sonucu oluşturdukları kalıp yargılarla ergenin davranışlarını değerlendirmemelidir. Ergen anne-baba ilişkisi, ergenin okul başarısı üzerinde de etkili olacaktır. Hoşgörülü, anlayışlı ve destekleyici bir aile ortamı, ergenin okul başarısı üzerinde olumlu bir etki yaratması beklenir. Diğer taraftan sürekli eleştirilen, duyguları önemsenmeyen, ailede alınan kararlara ortak edilmeyen ve bunun sonucunda kendisine değer verilmediğini düşünen ergenin bu olumsuzluklar içerisinde derslerinde başarılı olması beklenemez (Deniz, 2006).

Ergenlerin gelişimsel özellikleri dikkate alındığında, bazı psikotik belirtiler gözlenebilir. Örneğin ergenlerde sık gözlenen psikolojik belirtiler somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, depresyon, anksiyete bozukluğu, fobik anksiyete ve paranoid düşünceler bunlardan bazılarıdır (Savaşır ve Şahin, 1997).

Depresyon, yaşamın birçok stresine karşı duyulan normal bir tepkidir. Hastalık, sevilen birisinin yitilmesi ve okulda ya da işte başarısızlık depresyon duygusunun en sık yaşandığı durumlar arasında yer almaktadır (Atkinson, Atkinson ve Hilgard, 1995). Depresyon geçirmekte olan ergenlerde sapmalar düşüncelerde, duygularda, davranışlarda ve psikolojide olmak üzere dört biçimde kendini göstermektedir. Depresyon süreci içerisinde kişi kendini kimi zaman rahatlamış, kimi zamanda bunalımlı hissedebilmektedir (Miller, 2002).

Ergenlerin psikolojik belirti düzeylerini en aza indirmek ve uyumlarına yardımcı olmak için, benlik saygılarını geliştirici programların düzenlenmesi önemlidir. Benlik saygısı; bireyin kendisini değerlendirmesi sonunda ulaştığı, benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni ya da diğer bir ifadeyle, kendinden memnun olma durumudur (Yavuzer, 2000, Coopersmith 1967) benlik saygısını, kişiliğin önemli bir boyutu ve olumlu bir kişilik özelliği olarak değerlendirirken, bireyin kendisini yeterli, önemli, başarılı ve değerli olarak algılama derecesi şeklinde benlik saygısını tanımlamaktadır. Benlik saygısı kuramı düşük benlik saygısının depresyona neden olduğunu ortaya koymaktadır. Bireyler için olumlu benlik saygısı arzusu başlıca güdü

ise, böyle bir güdünün hayal kırıklığını da yaşamak kaçınılmazdır. Fakat bunun tam aksine, depresyonun düşük benlik saygısının nedeni olabileceği de belirtilmektedir (Gür, 1996).

Ergenler bu dönemde pek çok uyum sorunuyla karşılaşabilir. Özellikle aile ilişkileri, cinsel gelişimine uyum, beden imgesi, duygusal düzey, çevreye uyum ve sosyal ilişkilere uyum sağlaması gerekmektedir. Dolayısıyla ergenlerin uyum düzeylerine destek sağlanması aynı zaman da psikolojik belirti düzeylerinin en aza indirilmesine de katkı sağlayacaktır.

Ergenlik dönemi insan yaşamındaki en kritik dönemlerden birisidir. Ergen bu dönemde bedensel, duygusal, cinsel ve sosyal gelişim ve değişim içerisinde bulunmaktadır. Bu kritik dönemin sağlıklı bir şekilde geçirilmesi bireylerin ileriki yaşantısını da etkileyecektir. Bu dönemde ailede anne-babalar okulda öğretmenler ergenle olumlu iletişim kurmaları ve onlara karşı anlayışlı olmaları gerekmektedir. Özellikle bu dönem ergenin bir kimlik oluşturduğu dönemdir. Olumlu kimlik kazanması, ergenin kendisine güvenmesi ve sağlıklı kararlar almasına etki edecektir.

Dolayısıyla ergenlik döneminde ergenin uyumuna ve psikolojik belirti düzeyine etki eden değişkenlerin belirlenmesi, ergenlere yönelik düzenlenecek etkinlikler ve ergene karşı sergilenecek tutumlar açısından önemli olacaktır. Ayrıca bu araştırma ergenlerin kişisel gelişimlerine uygun ortamların hazırlanabilmesi açısından da önemlidir. (Gür, 1996).

II. 1. Ergenlik Dönemi Genel Özellikleri

İnsanoğlu doğumu ile ölümü arasındaki ömür çizgisi içinde farklı dönemlerden geçmekte ve beden yapısına göre, içinde bulunduğu yaşa göre bu dönemlerde farklı özellikler göstermektedir.

İnsan hayatı genel olarak çocukluk, gençlik, yetişkinlik, orta yaşlılık, yaşlılık ve ihtiyarlık olmak üzere altı evreye ayrılabilir. Bu evrelerden diğerine geçişte kesin yaş sınırları yoktur. Bununla beraber gelişimde belirli ve ardışık seyir izlenir. Bu gelişme seyri bütün insanlar için aynıdır. Gelişme sırasında geçilmesi gereken basamaklar atlanamaz. Bir önceki gelişme aşaması bir sonrakine basamak teşkil eder. İnsanın bütün yönleri ile nasıl biri olacağı, saçının, teninin ve göz rengi, mizacı veya kişilik özellikleri, duygusal tepkileri, boyu ve kilosu veya zihinsel özellikleri soyundan aldığı mirasa ve

içinde yaşadığı çevre şartlarına bağlıdır. Genel olarak “buluğa erme” çocukluktan ergenliğe geçişin bir işareti olarak kabul edilmektedir. Değişik ırklara mensup, farklı iklim ve beslenme şartlarında yetişen çocukların buluğa erme yaşları da farklıdır. Çocukluk döneminin sonlarında ve gençlik döneminin başlarında görülen boy artışının gençlik dönemine geçişte önemli bir belirti olduğu kabul edilirse, boy artış hızının en yüksek olduğu yaşlar kızlar için 11-12, erkekler için 13-15'tir. (Neyzi ve Alp, 1977)

Kızlar için 11-13,erkekler için 13-15 yaşları buluğa erme dönemi olarak kabul edilir. Bilindiği gibi cinsel değişme ve gelişmenin olduğu, cinsel özelliklerin kazanıldığı dönem buluş dönemidir. Bu dönem aynı zamanda ergenliğin başlarıdır. Buluş çağındaki gencin vücudunda, boyunu ve yapısını değiştiren hızlı değişiklikler olur, zihinsel yapısında ve ilgilerinde gelişme görülür, her iki cins de fiziksel ve hormonal olarak cinsel gelişmelerini tamamlarlar. Kızlar erkekler göre iki yıl kadar önce gençliğin başlangıcı olan buluş çağına girerler. Erkeklerin seksüel olarak olgunlaşmaları ortalama 13 yaşlarında başlayıp iki yıl kadar sürdüğü halde, kızlar 11-12 yaşlarında buluş çağına girerler ve erkekler göre daha kısa bir zaman sürecinde cinsel olgunluğa ulaşırlar. (Hurlock, 1955).

Buluşdan sonra kızlar için 14-16,erkekler için 15-17 yaşlar arası ergenliğin ortalığı olarak düşünülebilir. Bu yaşlar arasındaki gençler buluşdaki hızlı değişimleri kısmen arkada bırakırlar ve 16-17 yaşlarına doğru hem yaşları hem de okudukları sınıf seviyesi yüzünden gelecekle ilgili önemli kararlar almak durumunda kalırlar. 16-17 yaşlarından sonra ergenlik döneminin sonları yaşanır. Üniversite yıllarına karşılık gelen bu yıllarda dengelik artar. Genç, karşılaştığı sorunları ele alma ve onlarla baş etme konusunda daha uyumludur. Yetişkinlerde gence karşı gösterdikleri tavırlarında daha az müdahaleci davranmaktadırlar. (Hurlock, 1955).

Hemen bütün toplumlarda gençlik çağı fırtınalı geçen bir dönem olarak gösterilmektedir. Ergenlerdeki sorunlar ve çatışmalar birbirinden çok farklı nedenlere bağlı olarak ortaya çıkmakla beraber, bunları ergenlik sırasında meydana gelen bedensel,cinsel,duygusal,sosyal ve kişisel gelişimlerin gençte yarattığı farklılaşmaya bağlı olarak açıklamak mümkündür.

Ergenlik ve bu süreci kapsayan problemler yüzyıllardır varola gelmiş, bireysel ve sosyal olumsuzluklara neden olabilecek bir dönemdir. Özellikle son yıllarda gerek ailelerin ve gerekse eğitim kurumlarının ergene verdiği önem, ergenin bu dönemi nasıl sorunsuz atlatabileceği konusunda da araştırmaları beraberinde getirmiştir. Çünkü

modern pedagoji bu dönemi aşılamayan olumsuz ve davranış kalıplarının, insanı bir ömür boyu etkisi altında bıraktığını bilmektedir. (Chapman, 1999)

O halde nedir ergenlik? Ergenlik dönemi çeşitli şekillerde belirtilmektedir. Genel hatlarıyla ; ergenlik çocukluktan çıkıp, yetişkinliğe geçiş arasındaki süreci içine alır. Yaş olarak ise genellikle 12 – 21 yaşları arasındaki dönemdir. Bu dönemde tek bir tem yoktur. Çünkü vücudun fiziki – fizyolojik olarak hızlı bir gelişime girmesi sonucu, öncelikle ilgiyi birincil ve ikincil cinsiyet organları çekerken, aynı zamanda fizyolojik değişikliklerde ilgiyi çekmektedir. (Chapman, 1999)

Ergenliğe has temel tarz ise, yeni bir kimlik (ego-benlik) duygusu kazanmaya çalışması, aynı zamanda sosyal düzendeki yerinin ve rolünün ne olacağına ilişkin bir duygu geliştirmesidir. Bu dönemde temel etkileşimler ve biçimlere göre ergen, toplum içerisinde kendine model olabilecek kimselerle özdeşleşerek onlar gibi olmak ister. Ergen genellikle mantık yerine kendi zevklerine, görüşlerine uygun, beğendiği kimseleri model alır. Aynı zamanda bu dönemde akran gruplarıyla da etkileşimde bulunur (Compas, Orosan ve Grant, 1993).

Bu dönem çok çeşitli boyutlarıyla (fizyolojik, psikolojik, sosyal) kendini ortaya koyduğundan; ana hatlarıyla sınırlandırma yapılacak olursa:

II. 1. 1. Fiziki ve Fizyolojik Değişmeler

Bu dönemde fiziki büyüme hızının arttığı görülür. Bunlar 1. derecede cinsiyet özelliklerinin kazanılması (cinsiyet organlarının büyüüp gelişmesi), 2. Derecede cinsiyet özelliklerinin kazanılması (göğüslerin büyümesi, ses tonu ve deri dokusunun değişmesi ; yüzde tüylenmeler), vücut organlarının değişmesi (kol, bacak, boyun ; baş ve gövdeye göre daha hızlı büyür), yüz organlarının değişmesi ile boy ve kilodaki hızlı artışıdır. Organizmanın fiziki olarak gelişmesi neticesinde erkeklerde gece boşalmaları, kızlarda ise ayhali (regl) başlar (Compas, Orosan ve Grant, 1993).

Bedensel gelişimindeki bu değişim ergenin davranışlarını da doğrudan ilgilendirir. Hızlı büyüme ve bedendeki değişmelere, yorgunluk ve huzursuzluk gibi belirtiler de katılır. Hatta bu belirtiler abartılır. Çünkü çocuğun o güne kadar görev ve sorumlulukları değişmiştir ve bu ona ağır gelmektedir. Yorgunluk şikâyetleri ardından sinirlilik ve huzursuzluk da görülür. Sindirim sisteminde düzensizlikler, iştah dalgalanmaları olur. Bunlar hem hormonlarındaki değişikliklere göre hem de iç

organlarındaki büyümelere bağlıdır. Halsizlik, baş ve sırt ağrıları, bitkinlik hissi görülür (Compas, Orosan ve Grant, 1993).

Hormonlar vücudun kimyasal dengesinde etkili olur ve pek çok davranışını doğrudan etkiler ve genel anlamda ergende şu olumsuz öğeler görülür:

Yalnızlık isteği	- Karşı cinse yönelmiş zıtlık
Çalışmaya karşı isteksizlik	- Duygusallığın artması
Can sıkıntısı	- Kendine güvensizlik
Huzursuzluk	- Cinsellikle fazla uğraşma
Toplumsal zıtlık	- Aşırı çekingenlik
Otoriteye karşı direniş	- Hayal dünyasında kaçma

II. 1. 2. Sosyal Değişmeler

Ergenin fiziki ve fizyolojik değişime uğraması sonucunda, toplum içindeki rolü de değişir. daha önceki çocuksu davranışlar uygun yerini yetişkin davranışlarına bırakır. Ergen kendi kişiliğine kavuşabilmek için, önce ana-baba etkisinden sıyrılmaya çalışır. Onları dolaylı ve açık olarak eleştirir. Ergen bir yandan ana-baba etkisinden sıyrılmaya çalışırken, öte yandan kendilerine yeni modeller seçerler. Bunlar bir öğretmen, bir sporcu veya bir siyasi lider olabilir. Ergen hayran olduğu bu kişilere her yönden benzemek ister. Ergen duygularındaki değişkenlik nedeniyle, bir süre sonra kendisine yeni bir model seçer ve onunla özdeşim kurar. Ergenin duygularındaki değişkenlik genellikle kimlik değişimi tamamlanıncaya kadar sürer (Compas, Orosan ve Grant, 1993).

Bu dönem ergenin sosyal olaylara ilgisi artar. Birçok kimseyle kavgaya girer. çeşitli olaylar hakkında görüş bildirmekten zevk duyar. Aynı zamanda gürültülü müzikten hoşlanır. Süse ve giyime merak sarar. Akran gruplarıyla birlikte eğlencelere ve gezilere katılmaktan zevk alır. Ergenin toplumdaki rolünün değişmesi birçok problemi de beraberinde getiri. Bu problemlerin ergeni bunaltması, onda can sıkıntısı, huzursuzluk, davranışlarında ve çevresine uyumda ahenksizlik, çalışırken ya da oynarken çabuk yorulması sonucu çalışma isteksizliği yaratır. Gerek aile içinde, gerekse çevrede bazı faaliyetlere katılmayarak onlarla çekişme-itişme içine girerler. Her an

kavga ve dargınlıklara hazırdır. Sosyal zıtlıklar içindedir. Bebekliğinden beri diğer insanlarla olmaya can atarken, bu dönemde arkadaşlarına küser, onlardan kopar, gruptan ayrılır ve yalnız kalmak ister. Yalnızlık isteği onu bazı faaliyetlere katılmaktan alı koyar (Cowan, 2000).

Ergen olumsuz diyebileceğimiz duyguları genellikle üç şekilde yaşamayı tercih etmektedir. Birincisi, yetişkin sorumluluğunu ve rolünü üstlenemeyen ergen bu zorlanmadan dolayı çok az sorumluluk gerektiren ve kendisini güven içinde hissettiği çocukluk yıllarını yaşamaya devam eder. İkinci olarak, ergen gereğinden fazla olgunlaşır. Bir çok problemi çözerken olgun bir kimsenin kimliğine bürünür. Yaşından büyük sorumluluk gösterir. Üçüncü olarak ise, ailesi yakın çevresi tarafından destek bulamayan ergen mistik eğilimlere katılmayı tercih eder. Ergen mistik eğilimlere katılmakla, toplumdaki rolünü belirlemiş olur. Katıldığı eğilim görüş, fikir, tutum ve tavırlarını ön eleştirisiz kabul eder. Yani kendisinden nasıl olması isteniyorsa öyle olur (Cowan, 2000).

Her üç durumda da ergen kendisini yaşamaz ve bu durum yalnızlığa yol açar. Kendisini yaşamayan ergenin bir kimlik geliştirmesi mümkün değildir. Ergenin gerek çocuk kalmayı tercih etmesi, gerek olgun bir bir kişinin kimliğine bürünmesi, gerekse mistik eğilimlere katılmasının altında yatan sebep, problemleri ile baş edemeyen ergenin kendisini yapayalnız hissetmesi halidir. Kimlik duygusunu geliştiremeyen ergen, ben kimim sorusuna olumlu bir cevap bulamayarak, nereye yöneleceğini ve toplumdaki rolünün ne olacağını kestiremeyecek demektir. Bu durumda kimlik duygusu geliştiremeyen ergen, arkadaş seçiminde yanılığara düşecektir. Bunalımlı, başarısız, kişiliksiz olmasından dolayı, akran grupları dâhil çevresi tarafından reddedilecektir. Çevrenin bu tutumu karşısında ergen toplumda kendisini yalnız hissetmeye başlayacaktır.

II. 2. ERGENLİKTE GELİŞİM

II. 2. 1. Toplumsal Gelişim

Bebeklik ile başlayıp çocukluk ile başlayan toplumsallaşma ergenlik döneminde de ergenin evden kopmak istemesi ve ergenin topluma açılmak istemesi ile devam eder. Staub bir çocuğun olumlu toplumsal davranışının en önemli habercisinin anne baba ve çocuk arasındaki sıcak, koruyucu ve sevgi dolu bir ilişkinin varlığı olduğunu ifade eder. (Staub, 2002) Olumlu toplumsal davranış daha önce içselleştirilmiş değerlerin sonucudur. Olumlu bir toplumsal davranışta bulunma süreci pekiştirici olarak kendi kendini sürdürme eğilimindedir. Toplumsal öğrenme kuramına göre, çocuk yetiştirilirken anne babanın uyguladığı disiplin türü, çocukluk döneminde kontrolleri içselleştirme yeteneğinin geliştirilmesinde önemlidir. (Jersild, 1983; Dönmez, 1975).

II. 2. 2. Bedensel ve Cinsel Gelişim

Fiziksel değişiklikler ergenlik döneminde ortaya çıkan psikolojik ve sosyal değişikliğin başlatıcısı ve düzenleyicisi olduğu için büyük önem taşır. Ergenlik dönemi, buluş çağı belirtileri ile başlar. Buluşa ermek kişinin üreme yeteneğini kazanması anlamına gelir. Buluş çağındaki gencin vücudunda boyunu ve yapısını değiştiren hızlı değişiklikler olur, zihinsel yapısında ve ilgilerinde gelişmeler görülür, her iki cins de fizyolojik olarak cinsel gelişimlerini tamamlarlar (Kulaksızoğlu, 1998). Buluş çağında ortaya çıkan fiziksel değişiklikler şu şekilde özetlenebilir:

Buluş çağı başlangıcı, birbiri ile etkileşim içinde olan bir dizi genetik ve çevresel faktörce belirlenir ve bu nedenle bireyden bireye ve cinsiyete göre farklılık gösterir. Kızlar için 11-13, erkekler için 13-15 buluşa erme yaşı olarak kabul edilir. Kızlarda fiziksel değişiklikler erkeklerden iki yıl kadar önce başlar, ancak her iki cins de, cinsel açıdan fiziksel olgunluğa aşağı yukarı benzer yaşlarda ulaşırlar (Kulaksızoğlu, 1998; Özbay ve Öztürk, 1992).

Kız ve erkeklerde cinsel olgunlaşmanın başladığını gösteren birincil ve ikincil olarak adlandırılan cinsiyet özellikleri görülür: Birincil Cinsiyet özellikleri üreme organlarındaki gelişmeleri içerir. İkincil Cinsiyet özellikleri ise kız ve erkeklerin beden yapısındaki değişikliklerdir. Birincil cinsiyet özellikleri: Kızlarda buluş çağının en

önemli göstergesi ilk adet kanaması olarak kabul edilir. İlk adet kanamasından yaklaşık bir yıl sonra yumurta üretimi başlar. (Kulaksızoglu, 1998; Özbay ve Öztürk, 1992).

11-14 yaşlarında görülür. Buluş sırasında dış cinsel organlarda önemli değişiklik gösterir. Majör ve minör libialar (iç ve dış dudaklar), klitoris, vajinal kanal büyür ve özellikle klitoris uyarılmaya daha hassas hale gelir (Kulaksızoglu, 1998; Özbay ve Öztürk, 1992). Erkeklerde de dış cinsel organlar yani penis ve skortum (testisleri taşıyan torba) büyür. Bu değişiklik erkek buluş çağının en önemli göstergesidir (12-13 yas). Bunun yanı sıra penise spermlerin aktarımını sağlayan prostat bezleri oluşur. Üreme organlarındaki olgunlaşma sonucu ile ilk gece bosalmaları yaşanır (Gander ve Gardiner, 1993; Kulaksızoglu, 1998; Özbay ve Öztürk, 1992).

İkincil cinsiyet özellikleri: Kızlarda; bulgunun ilk görünür ve en önemli belirtisi, 8-13 yaşları arasında göğüsteki tomurcukların ortaya çıkmasıdır. Adet kanaması bundan yaklaşık bir yıl sonra gerçekleşir. Cinsel organ çevresindeki kıllanmalar genellikle memelerin gelişiminden kısa bir süre sonra başlar ve bir ya da iki yıl sonra koltukaltı kılları belirir. Bu dönemde ayrıca, omuzlar daralır ve yuvarlaklaşır, kalça genişleyerek vücut yapısı şekillenir (Gander ve Gardiner,1993; Özbay ve Öztürk, 1992).

Erkeklerde; en önemli ikincil cinsiyet belirtileri ise, beden biçimi ve sakaldır.

Vücut ve yüz erkeksi bir görünüm alır. Omuzlar geniş, kalça dar ve gövde nisbeten uzundur. Aynı dönemde önce penis çevresi kıllanması ve yaklaşık iki yıl kadar sonra da koltukaltı ve yüzde kıllanma başlar (Gander ve Gardiner, 1993; Kulaksızoglu, 1998; Özbay ve Öztürk, 1992).

Her iki cinsiyette görülen diğer fiziksel değişiklikler: Boy uzamasının kızlarda en hızlı olduğu dönem 11-14, erkeklerde 13-16 yaşları arasındadır. Yağ bezlerinin aktivitesinin artmaya başlamasından dolayı sivilce sorunu ortaya çıkabilir. Erkeklerde kas kütleindeki, kızlarda ise yağ dokusundaki artış daha fazla olur. Kilo artışı boy uzama ile paralellik gösterir. Ayrıca gırtlak büyümesi nedeniyle her iki cinste de ses kalınlaşması gerçekleşir. Erkeklerde belirgin olan bu değişiklik kendini ses önce alçalması sonra da derinleşmesi şeklinde gösterir, 13-14 yaşlarında ses tonu da olgunlaşmaya başlar (Eichorn, 1995; Özbay ve Öztürk, 1992, Yavuzer, 1993).

18-20 yaşlarında artık her iki cins için de fiziksel ve cinsel gelişim tamamlanmış olur (Özbay ve Öztürk, 1992). Ancak, fiziksel ve bedensel gelişim

ilgiliaktarılan tüm bilgiler ortalama degerler çerçevesindedir ve bireysel farklılıklar söz konusudur.

Kız ve erkek çocukların buluga geçişleri biyolojik olarak dönüm noktası olduğu için hayatları bir çok yönden etkilenmektedir. Bu etkiler aşağıda ele alınmıştır.

II. 2. 3. Buluğa ermenin psikolojik boyutları

Kisinin bedenindeki değişiklikler, nasıl davrandığını ve neler hissettğini etkilediği gibi, nasıl görüldüğü de diğer insanların ona karşı davranışını etkiler. Ergenin vücudundaki değişiklikler ve bu değişikliklerin kendi alıştığı kontrolün dışına çıkması; bazen utanma, suçluluk duygusu, korkma ve hatta panik yasamalarına neden olmaktadır (Özbay ve Öztürk, 1992).

Çocukluktan yetişkinliğe başarılı bir geçiş, biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimin bir arada olması ile gerçekleşir. Gençlik döneminde biyolojik, psikolojik ve cinsel gelişimin dengeli gerçekleşmesi de bu anlamda pek çok faktöre bağlıdır. Bunlardan biri ve en önemlisi de ailedir. Gençin kendisinin, ailesinin ve toplumun cinsel konular karşısında takındığı tavır, onun sosyal gelişimini büyük ölçüde etkilemektedir (Ünver, Tolan, Bulut ve Dağdas, 1986).

Akranlarından önce ya da sonra buluga erme kız ve erkeklerin aileleri ve arkadaşları arasında ve çevrelerinde farklı biçimlerde değerlendirilmelerine yol açar (Tan, 1992).

Bir yanda bedendeki değişiklikler gencin kendini algılamasını değiştirirken diğer yandan da çevredekilerin genci algılaması da bu dönemde değişmeye başlar. Gençin fiziksel gelişim hızı, karşılaşacağı tutumları belirleyen önemli bir faktördür. Gençin çevresindeki kişilerin kendisine karşı değişen davranışlarını uyum sağlaması gerekir. Çevre gençlerden belli davranışları bekler ve genç de bu beklentiler uygun davranışlar sergilemek için kendini zorunlu hisseder. Bu da ergenin kişilik gelişimi etkiler (Özbay ve Öztürk, 1992).

Anne-baba ve diğer yetişkinler çocukların gelişmiş fiziksel yapısına bakarak onlara daha olgun şekilde davranırlar. Kendisine olgun, yetişkinmiş gibi davranılan ergen de çevresine yetişkinmiş gibi tepkiler verir (Kulaksızoğlu, 1998).

Kız ve erkek çocukların erken ya da geç gelişmesi cinsiyetleri dolayısıyla birbirinden farklı etkiler yaratır. Kız çocuğunun yasıtlarından erken gelişmesi ile ilgili iki görüş bulunmaktadır: İlki olumlu etkisinden bahsetmektedir: Erken gelişen kızın yasıtları tarafından hayranlıkla karşılanması ve kendisinden büyük kişilerle olgun ilişkiler kurması ve olumlu benlik kavramına sahip olabilmelerini sağlar (Gander ve Gandiner, 1993). İkincisi ise, olumsuz etkisidir: Erken gelişim, anne-baba ve çevrenin çocukluk dönemini tam yaşamamış çocuktan genç kız tavrı beklemesine yol açar. Ancak ergen, bu beklentiyi gerçekleştirecek ruh haline sahip olmadığı için uyum problemi yasar. Erken gelişen kız çocukları genç kızlardan beklenen sorumluluk ve görevlerle yüz yüze kalırlar. Yani erken olgunlaşmak kızlar için bazı zorlukları da beraberinde getirebilmektedir (Kulaksızoglu, 1998).

Erkek çocuklarda yasıtlarından erken gelişmesi avantaj olabilmektedir. Erken gelişen erkek çocuk, ailesi ve çevresi tarafından çabuk kabullenilmekte ve benimsenmektedir. Bu tip çocuklar daha çabuk bağımsız olmayı öğrenmekte ve yasıtları arasında lider vasfı kazanmaktadır. Bu ergenlerin özgüvenlerinin daha yüksek olacağı düşünülmektedir (Kulaksızoglu, 1998).

Geç gelişen kız ve erkek çocuklarına ise, fiziksel görünüşleri nedeniyle aile ve çevreleri tarafından korunmaya muhtaçlanmış gibi davranılır. Genellikle fiziksel olarak geç gelişim kız ve erkekleri üzmetmektedir. Geç gelişen çocukların çevrelerinden gördükleri tavırlar, kendilerini farklı, zayıf ve yetersiz gibi algılamalarına ve olumsuz benlik geliştirmelerine yol açar. Geç gelişenlerin akranları ile ortak yanları gittikçe azaldığından sosyal ilişki kurmaları güçleşir. Bu durumda olan çocukların sosyal ilişkileri de zedelenir; akran grubuna girmek, grupta benimsenmek zorlaşmaktadır (Kulaksızoglu, 1998).

Genç bu dönemde anne-babası ve çevresindeki yetişkinler tarafından ne tam yetişkin ne de çocuk olarak algılanmaktadır. Anne-baba ile yetişkinler, gençlerin neler yapabilecekleri ve neleri yapamayacakları konusunda birbirinden farklı fikir ve yaklaşımlar ileri sürmektedir (Özby ve Öztürk, 1992)

II. 2. 4. Bedensel Yapıların Ergenler Üzerindeki Etkileri

Ergenlik çağındaki gençlerin yaşadıkları evlerin çoğunda dikkati çeken tartışma konularından biri, gençlerin ayna önünde geçirdikleri zamandır. Sürekli dış

görünüŖü inceleyerek saatlerce saçına Ŗekil vermeye çalıŖan, yüzündeki sivilceyi örtmek için uğraŖan gençlerin benzer davranıŖları, ailenin diğer üyelerinin zaman zaman sabırlarını taşıyarak öfkelenmelerine neden olur. (Dacey ve Kenny, 1994)

Ergenlik döneminde ortaya çıkan düşünce sisteminde ve duygusal yapıdaki değişikliklere bağlı olarak gençler dikkatlerini kendi üstlerine, öteki dönemlere oranla çok daha fazla yoğunlaştırırlar.

Çevrelerindeki hemen herkesin de kendileriyle ilgilendiklerine inanırlar. Onlara göre giysilerindeki bir uygunsuzluk, görünüşlerindeki bir değişiklik çevrelerin hemen dikkatini çekecektir. Ergenlik çağına has bu “ben merkezci” düşünce yapısı beraberinde, ergenlik çağındaki gençlerin az ya da çok hemen hepsinde gözlenen, dıŖ görünüşlerinin yeterince iyi olmadığına iliŖkin kaygıları da getirir. Önceki gelişim dönemlerinde pek Ŗikâyetçi olmadıkları boyları, kiloları ciltlerindeki bozukluklar gibi birçok Ŗeyden yakınmaya başlarlar. Ergenlik döneminde, çocukluk dönemlerinde rastlanmayan bir hızla beden yapısındaki oranlarda, dıŖ görünümünde değişiklikler ortaya çıkar. Ana-babaları, öğretmenleri kendilerine karşı uygun tutumlar gösteren ergenlik çağındaki gençler, kendilerinde olan değişmeleri kolayca kabullenebilirler. Ancak gençlerin hepsi çevrelerindeki yetişkinlerden destek almaya aynı Ŗansa sahip değillerdir ve bedenlerindeki hızlı değişme ayak uydurmakta güçlük çekerler. Bazıları “ çevre tarafından kabul edilebilmek için, en önemli Ŗey dıŖ görünüştür” gibi hatalı düşüncelere kapılırlar. Kabul görmek için, dıŖ görünüşlerini, reklamlarda, filmlerde, gençlik dergilerinde gördükleri yada akranları arasında popüler olduklarını düşündüklerini modellere benzetmeye çalıŖırlar. Bununla birlikte bu çaba genellikle geçicidir; gençlerin çoğu ergenlik dönemlerinin sonlarına doğru ben merkezci düşünceden de sıyrılmalarına bağlı olarak ve göreceli olarak daha bağımsız ve daha tutarlı bir dıŖ görünüşü benimsemeye başlarlar (Dowdy ve Kliewer, 1998).

Olumlu bir beden imgesi geliŖtirmek oldukça uzun bir zaman ve deneyim gerektirmektedir. Ergen, değişik kalıp ve tutumları deneye deneye, çocuklardaki kimliğinden daha farklı bir benlik kavramı geliŖtirmeye başlar. “Bireyin kendisi, fiziksel ve sosyal çevresiyle olan etkileŖimleri sonucu sahip olduğu kendine ait birtakım duygu, değer ve kavramlar sistemi” olarak tanımlanabilecek benlik kavramının, birey tarafından olumlu olarak algılanmasının ve algılanan benliğin kabul edilmesinin ruh sağlığı üzerindeki önemi büyüktür. (Kılıçcı, 2000) Olumlu bir benlik kavramına sahip olmada beden imgesinin olumlu olmasının da önemi büyüktür.

Yapılan araştırmalar kızlarda fiziksel olarak çekici olma; erkeklerde atletik bir vücut tapısı ile olumlu benlik algısına sahip olma arasında olumlu ilişki olduğunu göstermektedir. (Lerner ve Karabenick, 1974) Olumsuz bir beden imgesine sahip olan, örneğın çok kilolu ergenler, olumlu bir benlik geliştirmede sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Olumsuz bir beden imgesi, yani gencin kendini güzel / yakışıklı olarak algılamaması, benlik kavramının da olumsuzluğuna yol açmakta mıdır?

Bu soruya verilebilecek bir yanıt “bu durumun nedeni gençlerin dış görünüşünden değil, davranışlarının niteliğinden kaynaklanmaktadır.” biçiminde başlayabilir. Gençlerin dış görünüşlerinden değil, davranışlarının niteliğinden kaynaklanmaktadır” biçiminde başlayabilir. Gençlerin dış görünüşlerini beğenmemeleri dış görünüşleri yüzünden “alay edilecekleri” korkusuyla arkadaş gruplarına katılmaktan kaçınmaları, bir süre sonra onların arkadaş grupları tarafından da unutulmaya başlamalarına yol açabilir (Görker, Korkmazlar, Durukan ve Aydoğdu, 2004).

Ancak genç artık aranmamaya başlanmasını, davranışlarına değil de dış görünüşüne bağlayabilir. “Dış görünüşüm nedeniyle hiç kimse benden hoşlanmıyor, bu yüzden beni aramıyorlar” biçimindeki mantıkdışı / irrasyonel bir düşünce biçimi, beraberinde başka bir mantık dışı düşünceyi getirebilir. Genç “hiç kimse benden hoşlanmıyor, beni sevmiyor, o halde ben sevmeye değer bir insan değilim.” biçimindeki yanlış sonuçlara varabilir. Böyle hatalı bir mantık işleyişi, bireyin kendini değersiz olarak görmesi sonucuna yol açabilir. Böylece de benlik kavramının olumlu olması güçleşir. Aslında temelde olumsuz beden algısından kaynaklanan “reddedilme korkusu” bazen çok ciddi boyutlara ulaşarak, gencin tamamıyla içine kapanıp, bütün sosyal etkinliklerden kaçınmasına kadar uzanabilir (Görker, Korkmazlar, Durukan ve Aydoğdu, 2004).

II. 2. 5. Ergenin Kişilik Gelişimi

Ergenlik dönemi bütün gençler için aynı geçmiyor elbette. Bazı çocuklarda ergenlik belirtileri hiçbir zorluk yaratmadan oluşuyor. Ama bazıları derinden etkileniyor ve tam bir bunalım yaşıyorlar.

Psikanaliz yöntemini bulan Sigmund Freud ‘a göre genital dönem, yani ergenlik yılları, içgüdüsel enerjinin yeniden genital bölgede harekete geçtiğı bir dönemdir. Freud, çocukluk süresince kurulmuş olan id, ego ve süperego arasındaki

dengein yeniden bozulduğunu söylemektedir. Cinsel dürtüler gencin, çocukluk döneminde yaşadığı fallik dönemdeki çatışmaları yeniden yaşamasına yol açmaktadır (Görker, Korkmazlar, Durukan ve Aydoğdu, 2004).

İnsan davranışları konusunda bir başka uzman olan Erik Erikson ‘a göre yetişkinliğe sağlıklı geçişin en önemli koşulu kimlik kazanmadır. Kimliğin oluşması süreci ergenlikten çok önce başlar ve önceki dönemlerde başarılı sonuçlar alınmış olması, yetişkin kimliğine geçişi de kolaylaştırmaktadır. Toplum içinde kendi seçtiği ideolojiye uygun bir rol bulursa kimlik kazanmaktadır. Bunu başaramayan ergenlerdeyse kimlik krizi devam etmektedir. Pek çok denemeyle bu kriz çözülmezse, ergen kimlik kargaşasına düşebilmekte ya da olumsuz bir kimlik geliştirebilmektedir (Görker, Korkmazlar, Durukan ve Aydoğdu, 2004).

Psikologlar, yaptıkları çalışmalarla ergenlerde 4 farklı kimlik statüsü olduğunu belirlemişler. Bunlar, erken bağlanmış, kargaşalı, kararsız ve başarılı kimlik statüleri. Erken bağlanmış kimlik statüsündeki ergenler, bir karar alma sürecinden geçmemiş, kimlikle ilgili tüm kararları genellikle ebeveynleri belirlenmiş gençler. Yetişkinliğe geçiş pürüzsüz ve çatışmasız yaşıyor. Kargaşalı kimlik statüsündeki ergenlerse bir kriz yaşamıyorlar ve mesleki rol seçimiyle ilgili olarak da bir güdüleri bulunmuyor. Bunlar bir kimliğe bağlanmaktan tamamen kaçınma eğilimindedir. Kararsızlarsa bir kimlik krizi yaşıyorlar; kaygıları yüksek ve karar alma süreci uzun süre devam ediyor; bu nedenle ergenlerin, kendileriyle en ilgili oldukları statü. Başarılı kimlik statüsündekiler ise kimlik krizini atlatmış ve kimliğe bağlanmayı gerçekleştirmiş ergenler (Grotevant ve Adams, 1995).

Ergenlikte görülen en yaygın davranışlardan biri, gençlerin kendi başlarına hareket etmek istemeleridir. Bağımsızlığa gereksinim duyan gençler için ev, çoğu zaman anlaşılmaazlığın ve çatışmaların ortaya çıktığı bir yer görülmeye başlanıyor. Anne babanın çocuğunun gözünde ideal olma niteliklerini kaybettiği dönem yine bu dönem. ” Annem babam her şeyi bilir” düşüncesinin yerini yavaş yavaş “annem babam nereden bilecek, onların dönemi geçmişte kalmış, ben onlardan daha iyi bilirim” gibi düşünceler alıyor. Evde yaşanan çatışmalar çok sık ve şiddetli olmaya başlamışsa, gençlerin, kendilerinin istenmedikleri düşüncesine kapılmaları da mümkün. Bunun yanında ergenlik çağındakilerin, bedenlerinin yeni görüntüsüne henüz alışkın olmamaları, kendilerini mutsuz hissetmelerine neden olabilecek bir başka etken olarak karşımıza çıkabiliyor. Yeni görünüşleri, bürünmek istedikleri ideal görünüş

olmayabiliyor. Kendilerini fazla uzun, fazla kısa, şişman, çirkin, bulabiliyorlar. Bu da bazı gençleri dikkat çekmek ya da farklı görünmek isteğiyle giyimiyle, makyajıyla, saç rengi ya da Ergenlik döneminde duygularda farklılaşma, iniş çıkışlar yaşanabilmektedir. Gençler birgün çok mutluysen, ertesi gün çok üzgün olabiliyorlar (Grotevant ve Adams, 1995).

Ergenlik dönemi, genellikle kızlarda ve erkeklerde farklı olan ilk cinsel deneyimlerin yaşandığı dönemdir. Kızların kendini beğendirmeye çalıştığı, erkeklerinse pek tanımadıkları yeni bedenlerini tanımaya çalıştıkları bu dönemde, utangaçlık ya da sıkı geleneklere bağlılık, bu konunun aile içinde ya da gençler arasında konuşulmasına engel olmaktadır. Bu da gençlerin dürtülerinden utanç duymasına ve hayallere sığınmasına neden olmaktadır. Çevreye olan ilgilerini kesip, kendilerini hayallere veren gençler, böylece kendilerini tatmin etmeye tanışıyorlar. (Hamacheck, 1995)

II. 2. 6. Ergenlik Döneminde Cinsellik

Ergen cinselliği, ergenlikten olgunluğa kadar süren dönemdeki insan cinsel yaşamının bir görünümü olarak tanımlanabilir. Bu görünüm içinde ;

1. Cinsel organların, cinsel etkinliğe hazırlığı
2. Bedenin değişik bölümlerinin cinsel uyarımı
3. Cinsel uyanma ve orgazm
4. Çoğalma

gibi olgulardan birini ya da bunların herhangi bir birleşimini amaçlayan davranış, tutum ve duygu koşulları girer. Pratik açıdan, olağan ergen cinselliği yaklaşık olarak 12-21 takvim yaşları arasındaki insan cinsel yaşamının koşullarını konu alır. Söz konusu dönem 12-17 yaşlar arası ön ergenlik ve 17-21 yaşlar arası son ergenlik olmak üzere ikiye ayrılır (Hamacheck, 1995).

Ergenlik döneminde gencin hem fiziksel hem de duygusal açıdan değiştiğini-geliştiğini biliyoruz. Sağlıklı olan bir genç bu dönemde cinsel açıdan da gelişir. Ve bir takım ilkler yaşar. Bu cinsel deneyimler –gelişimler kızlarda ve erkeklerde ciddi bir farklılık göstermez. (bu fark fizyolojik olmaktan ziyade toplumsal baskılar sonucudur.)Genellikle karşı cinse duyulan ilgi-istek ve mastürbasyon temeline dayalı olan ergen cinselliği, aslında hassas bir geçiş dönemidir. Özellikle ebeveynler unutmamalıdır ki, bu

her gencin yaşaması gereken fizyolojik bir süreçtir. Bu dönemde ergen ya da onun bu tür aktivasyonlarını engellemek, aşağılamak ya da en sık yapılan şekliyle suçlamak, gençte tamiri zor izler bırakabilir. Kendini suçlu ve hata yapan biri gözüyle gören genç ya cinsel aktivasyonunu tamamen bilinç altına iter ve hiçbir ihtiyacı yokmuş gibi davranır veya sapkın davranışlarıyla adeta kendini suçlayanlardan intikam alır (Jacobs, Bleeker ve Constantino, 2003).

Bu durumu en sağlıklı çözüme oluşturacak kişiler yine ebeveynlerdir. Anne kız çocuğa baba ise erkek çocuğa sağlıklı bir model olmalı, onları bu dönemde yalnız bırakmamalı, destek çıkmalıdır. Cinselliğin doğal bir süreç olduğunu gencin bundan dolayı korkup, kendini suçlamaması gerektiği ergene anlatılmalıdır. Onun kaygıları azaltılmaya çalışmalı ve sağlıklı cinsel bilgiler verilmelidir (Jacobs, Bleeker ve Constantino, 2003).

Ergenin cinsel davranışları ile ilgili daha doğrusu bu davranışlara yönlendiren bir takım dış etkenler vardır.

1. Kültür: Kültür gence cinselliği yaşama sınırlarını çizer. Nereye kadar kabullenir olacağını, nereden sonra aşağılanacağını belirler.
2. Din: Dinin yasak koyucu müeyyideleri cinselliğin sınırlarını belirleyici niteliktedir.
3. Çevre
4. Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi

II. 3. ERGENLİK DÖNEMİNDE KARŞILAŞILABİLECEK SORUNLAR

Ergenlerin en hassas olduğu nokta güç kullanarak hükmedilmeye çalışılmasıdır. Ergen anne ve babalarından büyüdüğünü kabul etmelerini ve bu konuda tutarlı davranmalarını bekler. Böyle durumlarda ergen kendini anlaşılmamış ve engellenmiş hisseder. Bu dönem yoğun bir eleştirme, inceleme, karşılaştırma dönemidir. Kardeşler arası çatışma yaşar. Kardeşlerinden kendilerini anlamalarını büyüdüklerini fark ederek saygı göstermelerini beklerler. Anne babalar ergenlik döneminde çocuklarının kendilerinden uzaklaştıklarını hissederler ve üzürlüdür. Aslında ebeveynlerine her zamankinden daha fazla bağlıdır (Gençtan, 1995).

Başarı ergenlik döneminde düşebilir. Nedeni dağılan bilgiyi toparlayamamak, ders çalışmak için gerekli motivasyonu sağlayamamaktır. Sürekli hayal kurmaktan, kendilerini verememekten şikâyet ederler. Ancak nedenini anlayamazlar. Ergenler ilgi odağı olmaktan hoşlanırlar. Ergenler heyecanlı ve acelecidirler. Öğretmenlerde kişilik ve bilgi birikimine dikkat ederler (Gençtan, 1995).

II. 3. 1. Evde Çatışmanın Günlük Olay Haline Gelmesi

Aksi ve ters konuşan bir adolesanla yaşamak pek çok ailenin yaşadığı bir durumdur. Bu problemin nedeni aile işlevlerinde kronik sorunlar olabilir. Aile ilişkileri gergin ve sorunlu olduğunda, ebeveynlerin soğuk ilgisiz olduğu durumlarda ortaya çıkabilir. Ancak sıradan bir ailede bu durum ortaya çıktığında genelde ebeveynler çocuklarının neden kavgacı, terbiyesiz uyumsuz bir tavır içine girdiğini anlamakta zorluk çekerler. Özel bir sorunu olduğunu düşünürler. (Gençtan, 1995) Bu gerçekte böyle olabilir ancak yine de aile ilişkileri olumsuz etkilenir ve bir kısır döngü ortaya çıkar. Ergen kendi kimliğini kişisel otonomisini korumaya çalışırken kendi beğenileri ve inançlarını olumlu bir şekilde ortaya koyacak becerilere ve kendine güvene sahip olmayabilir (Roberts ve Bengston, 1993).

Bunun yerine olumsuz bir kimlik benimser. Kendini söylenen her şeyi reddederek ortay koyar. Ebeveynlerinin davranışlarını giyimini, inançlarını küçümser, onları sıkıcı, aptalca, gibi tanımlar. Aynı zamanda kendi fikirlerini de ortaya koymakta isteksizdir çünkü onlar tarafından beğenilmeme ya da aşağılanmayı göze alamaz. Bu tavır karşısında ebeveynler de kendilerini saldırı altında hissederler ve saldırgan bir tepki ile karşılık verirler. Bu da ergenin benlik saygısını daha da azaltır ve savunucu

tutumunu pekiştirir. Kendi konumunu netleştirmek yerine başkalarını eleştirme yolunu seçer. Bu süreç ergen ve ailenin geri kalanı arasında bir nefret duygusu gelişmesine neden olur. Olumlu davranışlar kırıncı bir şekilde reddedileceği korkusuyla ortaya konmamaya başlar. Sonu gelmez tartışmalar ortaya çıkar. Eğer ebeveynler ya da ergen yeterli tartışma becerisine sahip değilse tartışma büyür. Sinirlilik ve tartışmacılık altta yatan duygusal zorluğu gizler. Bazen bu tavrın altında yatan depresyon ortaya çıkmaz. Ergen üzüntü ve kaygılarını böylece gizler çünkü bu zayıflığının göstergesi olacaktır (Roberts ve Bengston, 1993).

Bu tür durumlar: Evde sorun olduğunda (boşanma, çatışma, aşırı sorumluluk vb.) Okulda sorun olduğunda (sevilmeme, zorbalığa maruz kalma, akademik başarısızlık, sınav stresi, yorgunluk vb.) Başkalarıyla sorunlar yaşandığında (akran grubu standartlarından geri kalma, Ebeveynin ruhsal sorunu olduğunda, Psikiyatrik sorunlar olduğunda (dismorfofobik korkular, obsesyonlar, anoreksi, madde kullanımı, hipokondriasis, depresyon vb) ortaya çıkar. Aileler kontrol etme ve duygusal destek sağlama boyutunu bir araya getirirken farklı özellikler gösterirler. Becker, bu iki boyutta ailelerin tutumlarını göstermek üzere aşağıdaki şemayı gündeme getirmiştir: Baumrind'in bu model çerçevesinde geliştirdiği ebeveyn tutumlarını iki boyut çerçevesinde sınıflayan sistem günümüzde de geçerliliğini korumaktadır. (Gençtan, 1995) Buna göre otoriter ebeveynler ergenin kurallara uyumunu zor kullanarak sağlarlar, buna karşılık yetkin ebeveynler mantıksal açıklamalar kullanırlar ve otonomiye de izin verecek şekilde tartışmalara izin verirler. Ancak aşırı izin verici veya şımartıcı ebeveynlerden farklı olarak çocuğun seçimi ile ilgili sorumluluğu kendileri alır ve veto hakkını saklı tutarlar. Bu biçimdeki ebeveynlik demokratik olarak da adlandırılır. Bu tür tutum ebeveynin şefkatli davranışı ile birleştirildiğinde yapılan araştırmalar göstermiştir ki bağımsızlık, arkadaşça davranma, yaratıcılık ve girişkenlik beslenmektedir. (Becker, 1975).

Bunun tersine otoriterlik sevgi azlığı ile birleştiğinde bu tür evler uyumu, düzenliliği, muhafazakârlığı ve bağımlılığı destekler. Ergen, düşmanlık duygularını içselleştirir ve aşırı anksiyeteli ve nörotik olur. Aşırı izin verici evler kontrolsüz ergen davranışlarını ortaya çıkarır. Bu ergenlerde alkol ve madde kullanımı daha sıktır. Ebeveynler otoriteyi ele almaktan kaçınırlar ve sorumlu davranışa örnek teşkil edemezler. Aşırı Disiplin: Aşırı verici koruyucu tutumun yanı sıra, aşırı disiplinli ve denetimli tutumlar da çocuk için sakıncalıdır. Çocuğa sevgi, bir bebek gibi verildiği ve

bakıldığı halde, kendisinden beklentiler yüksek düzeydedir. Bu beklenti sevgi ile beraber sunulduğundan çocuklar tarafından kolay benimsenir ve benliğe girilir (Gençtan, 1995).

Bazen çocukta bu sindirme ileriye gider kendi kendisine aşırı kontrol koyar, böylece kendini sürekli eleştiren, özgüveni düşük, kolay arkadaş ilişkileri kuramayan ergenler yetişir (Baumrind, 1991).

İlgisiz Tutum: Aşırı itici, ilgisiz ve aşırı disiplinsiz bir ebeveyn tutumunda ergen sorunlarına yol açmaktadır. Bu tutumla disiplinsizlik söz konusudur; ancak disiplinsizliğin nedeni sorumsuzluk ve ilgisizliktir. Disiplin; ilgilenme ve ergenle aynı yaşantıyı paylaşmakla uygulanır. Bu tutumda sevginin yetersiz oluşu aşırı iticiliğe neden olur. Çocuk ve ebeveyn aynı evi paylaşan ebeveyn gibidir. Sevmeyen, ilgi duymayan bakım ve koruma sorumluluğu olmayan ebeveyn çocuğun hazır olmadığı bir çağda kendi kendisine yetmesini ve bir an önce bağımsız olmasını isteyecektir. Buna reddedici tutum da denebilir.

Yapılan çalışmalarda özellikle annenin itici-uzak tutumunun varlığında anne-çocuk ilişkisinin azaldığı, bunun özellikle ergen depresyonlarıyla ilişkisi olduğu görülmüştür (Baumrind, 1991; Becker, 1975).

Özgüven: Ebeveynin özellikle babanın demokratik ve destekleyici tutumlarının yetersizliği, hatalı aile tutumlarına verilebilecek diğer bir örnektir.

Bunula ilgili olarak yaşanan aile içi çatışma ve geçimsizlik, babanın katı ve anneye yardımcı olmayan davranışları da ergenlerde depresyon, düşük özgüven davranış bozukluklarına yol açmaktadır.

Bu tür ailelerde anne – baba ayrılıkları, boşanmalar daha çok yaşanıyor. Tek ebeveyn ile büyüyen çocuklarda diğer çocuklara göre depresyon, intihar girişimi, alkol, uyuşturucu, madde kullanımı gibi sorunlar oldukça yüksek düzeydedir (Baumrind, 1991; Becker, 1975).

Çocuğun sağlıklı gelişimi yalnızca olumlu tutumlara bağlı değildir. Çocuk olumsuz tutumlarla da karşılaşır, bununla baş etmeyi öğrenir. Ancak çocuktaki esneklik sınırsız değildir. Uyum; yapılması güç olan, süreklilik gösteren, olumsuz aile ortamı ve tutumları, ruhsal gelişimi engelleyebilir ya da saptırabilir. Bu nedenle ergen terapilerinde aile görüşmeleri ve hatalı tutumların düzeltilmesi özel bir önem taşımaktadır.

Sorunlu ergenler sıklıkla kendilerinin dinlenmediğinden, insanların değil onlarla konuştuğundan, kendilerini açıklamalarına izin verilmediğinden yakınmalarına şaşmamak gerek. Çünkü otoriter tutumlar bu tartışmalara izin vermez, bu nedenle de ergenin soyut düşünce gelişimini desteklemezler.

Eğer ebeveyn mantıksal bir tartışma yöntemi kullanırsa ergenin onu örnek alma olasılığı artar. Aşırı otoriter ya da aşırı izin verici tutumlar ise yakınlığı azaltır ve ebeveynlerin yaklaşımlarının ve görüşlerinin toptan reddedilmesine neden olur (Berzonsky, 2000).

II. 3. 2. Soyut Düşünce Gelişiminin Ergen Aile İlişkilerine Etkisi

Ergenlik döneminde soyut düşünce gelişimi ile birlikte ergenler erişkinlerle kendi terimleriyle tartışabilmeye başlarlar. Kanunlar ve kuralların ardında yatan prensipleri anlarlar, çocukca bir kabullenmeden etik kuralları anlama, başkalarının istekleri ve algılarını anlama ve kendilerini başkaları ile karşılaştırma olanağına kavuşurlar. Soyut düşünce idealizm ve felsefi düşünceyi olanaklı kılar. Daha sözel ve zeki ergenler bu becerilerini yazarak veya tartışarak ortaya koyarlar. Dünya, kendisi, yaşamın amacı gibi konularda fikirleri gelişir. Ergenin düşüncelerini dinleyen, önem veren ve saygı gösteren ebeveynler bu becerinin gelişimini desteklemiş olurlar. Ergenlik dönemiyle birlikte aile ile ilgili kararlar alınırken ergenin de fikrinin alınması daha da önem kazanır. Son karar ve sorumluluk ebeveynde de olsa kendi fikrinin alınması ergenin aile işlerine katılımını arttıracaktır (Berkem ve Güvenç, 1996).

Ergenin konuşması sırasında ebeveynin ilgili ve meraklı oluşu, gencin fikirlerini anlamaya çalışması önemlidir. İlgisizlik, meraksızlık, aşağılama ve alaycılık gibi tutumlar ergenin tamamen yeni görüş ve ilişkilere kapanmasına ve ebeveynleriyle iletişiminin azalmasına neden olur (Berkem ve Güvenç, 1996).

Yapılan çalışmalar yetkin ebeveyn çocuklarının okul başarısının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıcı bu çocukların benlik saygısı daha yüksek, arkadaş ilişkilerinde daha doyumlu olan çocuklar olduğu bulunmuştur. Aile ilişkilerinde sorun yaşayan ergenler ise arkadaşları ile daha çok zaman geçirmekte, onlara daha fazla bağımlı olmakta buna karşın arkadaş ilişkilerinde daha fazla sorun yaşamaktadır. Ailelerinin kendileriyle ilgilenmediği, onlar tarafından beğenilmedikleri ya da kabul edilmedikleri duygusu yaşayan bu çocuklar duygusal doyum için arkadaşlarına yönelme

ve olumsuz davranış özellikleri olan gruplar içine girme eğilimi daha fazla olan çocuklardır (Berkem ve Güvenç, 1996).

Anne-Baba Farkları

Ergenin anne baba ile ilişkileri bu dönemde farklılaşır. Ergen ve ebeveyn ilişkilerine dört ayrı ilişki biçiminde bakmak gerekir. Çünkü anne-kız, anne-oğul, baba-kız, baba-oğul ilişki türlerinin her biri farklı özellikleri gösterir (Josselson, 1987).

Annelerle ilişkiler hem kızlar hem erkekler için daha eşitlikçi, babalarla ilişkiler daha az eşitlikçi ve tartışmalara daha açıktır. Baba oğul ilişkisinde babalar yargılayıcı ve kapalı olarak algılanır, erkek çocuk bu algıya kendisi de babasına karşı yargılayıcı ve kapalı davranarak tepki verir. Anne oğul ilişkileri ise daha açık, dürüst ve her iki tarafın da kendisinin sevildiğini hissettiği ilişkilere (Josselson, 1987).

Kızların babalarıyla ilişkilerinde babalar, uzak, yakınlık ve kabullenmeden yoksun olarak algılanmaktadır. Anneler ise kızlarının gereksinimlerini hem duygusal hem de maddi olarak karşılamakta ve aynı biçimde karşılık görmektedirler. Baba kız ilişkisi baba oğul ilişkisine göre daha sınırlı ve uzaktır. Bulgular gençlerin babalarını çocukken gördükleri biçimde görmeyi sürdürdüklerini onların onayına gereksinim duyduklarını ve babalarını kendilerinin de bir üyesi olmaya hazırlandıkları topluma ilişkin iş ve kariyer gibi konularda bilgileri olan insanlar olarak düşündüklerini göstermiştir (Josselson, 1987). Babalar da kızları ve oğullarını geleceğin yetişkinleri olarak görür ve en çok gelecekteki işlevleriyle ilgilenirler. Babalar gencin günlük uğraşlarıyla pek az ilgilenirler. Bu da gençlerin babaları pek az tanıyabilmesine neden olur. Anneler ise çocuklarıyla sürekli ilişkiindedirler. Bu ilgi yalnızca geleceğe odaklı değildir. Anneler, sırdaşlık eder ve empatik bir ilişki kurarlar. Genel olarak anneler ergenin duygusal gereksinimlerini karşılamak açısından daha büyük rol üstlenirler, baba ise entellüktüel gelişimi daha fazla destekleyici rol üstlenir. Bu eğilimin tüm dünyada yaygın bir durum olduğunu gösteren çalışmalar vardır. Ergenlerle çalışanların bu farkları bilmeleri ve aile içindeki rol paylaşımının yararını aileye da anlatmaları gerekebilir (Josselson, 1987).

II. 3. 3. Ergenlerle Çalışanların Dikkat Etmesi Gereken Konular

Ergenlerle çalışırken profesyonellerin dikkat edeceği bir konu da ergen ailesini eleştirse bile bu eleştirileri dinlemekle yetinmek ve aileyi eleştirmemektir. Çünkü ergenler ailelerini kendilerinden başka kimsenin eleştirmesini kabul etmezler (Bird ve Haris, 2002).

Ebeveynlere ise aşağıdaki konularda yardımcı olmak ve beceri kazandırmak amaçlanmalıdır: Ebeveyn ergen bağımlıyı güçlendirme, Beklenen davranışlarla ilgili net yönergeler oluşturma, Bu yönergelere uyum sağlamama durumunda ortaya çıkacak sonuçları net olarak anlatma, Öfke kontrolü, Aile içi çatışmaları azaltma, Ergenin günlük aile işlerine katılımını artırma (Bird ve Haris, 2002).

Aile sorunları varsa bunları anlamak, güven ve iletişim sorunlarını, ortaya çıkarmak gerekir. Eğer ergenin sorunları varsa bunlar anlaşılmalıdır. Ailenin ve ergenin bu sorunla elbirliğiyle nasıl mücadele edeceği üzerinde durulmalıdır. Problemin netleştirilmesi ve her iki tarafın da durumu anlaması genelde ergenin sıkıntılarının anlaşılmasını sağlar. Burada hekimin taraf tutmamaya dikkat etmesi gerekir. Problemlerle başa çıkma için görev ya da sorumluluklar verilebilir. Karşılıklı olumlu yönleri belirtmek, anlaşma yapmak, kişilerin kendilerini olumlu şekilde ifade etmelerini ve beklentilerini dile getirmelerini sağlamak yararlı olacaktır. Burada öncelikle ergenin ve ebeveynlerin benlik saygısını yerine getirmek amaç olmalıdır (Bird ve Haris, 2002).

Ergenler kendilerini dünyanın merkezinde görürler. Düşünce, duygu ve davranışlarına odaklanma eğilimleri vardır. Hayali bir izleyici kitlesinin söyledikleri, yaptıkları ve hissettikleri her şeyi izlediğini, dünyanın merkezinde yer aldıklarını düşünürler. Kendi sorunlarının başka herkesinkinden daha önemli ve görünür olduğundan emindirler. Ebeveynler bu aptalca görünen duygulara kayıtsız kalmamalı ve çocuklarının kabul edilme arzularını önemsediklerini ve kabul ettiklerini göstermelidirler (Browne, 1998).

Ergen yaşadığı biyolojik ve psikolojik değişimlerle birlikte sosyal yaşamında da çeşitli farklılaşmalar gösterir. En belirgin değişim, ergenin aile ile geçirdiği zamanın azalması ve bu zamanın arkadaşlara adanmasıdır. Arkadaş grubu içerisindeki ergen kendini yetişkin kontrolünden ve rehberliğinden soyutlamaya çalışır. Ergen ilk olarak kendi cinsinden arkadaşları tercih ederken ilerleyen dönemlerde karşı cinsle olan ilgisinin artmasıyla karşı cinsle arkadaşlıklarını da geliştirir (Browne, 1998).

Bu dönemde ergenlerin riskli davranışlarda buldukları sıkça gözlemlenmektedir. Mantıklı risk alma yeni ilişkiler kurmakta güvene ve sosyal durumlarda ergenin kendini yeterli hissetmesine yol açar. Ama bazı riskli davranışların olumsuz sonuçları olur. Birkaç yıl öncesine göre daha akıllı olsalar da ergenler tehlikeli ve düşüncesizce şeyler yapabilirler (Boykin ve Allen, 2001). Bir yetişkinin içgörüsüyle hareket etmezler. Özel olduklarını düşünür ve başkalarını kaygılandırarak kuralların kendilerini bağlamadığını düşünürler. Bu benmerkezci ve umursamaz tavır onları riskli davranışlara yönlendirebilir. Madde ve alkol kullanımı, güvenli olmayan cinsel pratikler ve kendini yaralama davranışı ergenler arasında en sık görülen riskli davranışlardandır (Boykin ve Allen, 2001).

Bu davranışların yeterli anne-baba gözetimi olmayan ergenlerde daha fazla görüldüğü ortaya çıkmıştır. Bu süreçten etkilenen bir başka ilişki de ebeveyn ve ergen arasındaki ilişkidir. Genel olarak arkadaşlarıyla daha fazla vakit geçirmeyi tercih eden ergen ebeveynlerinden uzaklaşır ve sorunlarına çare bulmak için arkadaşlarına başvurmayı tercih eder. Ebeveyn-ergen ilişkisinin güç ve otorite açısından asimetrik olduğunu fark eden ergen bu asimetriden rahatsızlık duymaya ve daha simetrik bir ilişki kurabildiği arkadaşlarıyla birlikte olmaya başlar (Bizarro, 2005). Ebeveyn-ergen ilişkisindeki değişiklikler ve bunların boyutu birçok etkene bağlıdır. Bunlardan ilki ebeveyn-ergen çatışmalarının içeriği ve şiddetidir. Laursen ve arkadaşları (1998) yaptıkları bir çalışmada ebeveyn-ergen çatışmalarının en çok erken ergenlik dönemlerinde sıklaştığını ve daha sonra azaldığını göstermişlerdir. Bunun yanında bu çatışmalar en çok erken ve orta ergenlik dönemleri arasında şiddetlenmektedir. Bu dönem ebeveynlerin çocuklarının arkadaşlarıyla fazla vakit geçirmeye başladığını fark ettikleri ve endişe duymaya başladıkları döneme denk gelmektedir (Cole ve Cole, 2001).

Ebeveynler çocuklarının kendilerinden uzaklaşarak kopmaya başladıklarını sezdiklerinde bunu kabullenemeyip onu anlamak yerine yargılamayı ve suçlamayı tercih ederler. Bu da çatışmaları daha da körükler. Çatışmaların bir başka sebebi de ergenlerin yetişkinliğe adım atarken ebeveynlerinin onlara aşladığı gerçekleri ve tercihleri sorgulamaya başlamalarıdır. Ergen kendi doğrularını bulup kendi tercihlerini uygulamak isterken bir yandan da hala ailelerine bağımlı oldukları gerçeğiyle yaşamak zorundadırlar. Bu da onları bir çıkmaza sürükler. Ergen bağımsızlığı için savaş verirken aynı zamanda bu bağımsızlığın beraberinde getirdiği ve ailesi tarafından ona yüklenen

sorumlulukları da yerine getirmek zorunda kalır. Bu da ebeveyn-ergen çatışmalarının başlıca konusudur (Cole ve Cole, 2001).

Bir ergenin dili ailesiyle girdiği tartışmalarda genelde sivri ve saygısız olsa da bunun olgun davranışa bir adım atma çabası olduğu bilinmelidir. Çocuğun dışlarının çıkması veya yürümeği öğrenmesi gibi bireysel düşüncelerini ifade etmeyi öğrenmesi de gelişiminde bir mihenk taşıdır. Bir zaman anne-babasını tüm bilginin kaynağı olarak gören çocuk gitmiş ve kendi kararlarını kendi almak isteyen ve anne-babasının onu anlayamayacağını düşünen birisi gelmiştir. Ergenlik döneminde ebeveynin etkisi ergenin yaşamındaki birçok noktada devam etmektedir. Bunlardan biri ergenin arkadaşlık ilişkileridir. Fuligni ve Eccles'in (1993) gerçekleştirdikleri bir çalışmada şu sonuca ulaşmışlardır: Ergenlerin arkadaşlarıyla geçirdikleri zamanın ve onlardan aldıkları tavsiyelerin miktarı değişen ebeveyn davranışlarıyla ilişkilidir. Ebeveynler ergenlik döneminde çocuklarına ne kadar sıkı ve katı bir yaklaşım uygularlarsa, çocuk o kadar arkadaşlarına dönmektedir. Çocuk aile ilişkilerinde ve kararlarında rahatlıkla kendi düşüncelerini ifade edebiliyorsa, arkadaşlarına yönelimi azalmaktadır. Aynı zamanda, çocuklarının davranışların ve eve giriş çıkışlarını gözetim altında tutan ebeveynlerin çocuklarının, bunu yapmayan ebeveynlerin çocuklarına nazaran daha az arkadaş yöneliminde buldukları da ortaya çıkmıştır. Holmbeck ve arkadaşlarının (1995) yaptığı bir başka çalışmada ergenin gelişimde pozitif sonuçlar doğuracak Açık davranış standartları koymak, Sağlam ama zorlayıcı olmayan kurallar uygulamak, Çocukları tutarlı bir şekilde disipline sokmak, Alınan kararların neye dayandığını açıklamak, Münakaşa konularının gerçekten tartışılmasına izin vermek, Fazla koruyucu olmadan çocuğun davranışlarını gözlem altına almak, Sıcak bir aile ortamı sağlamak, Sosyal beceriler kazanması adına çocuğa bilgi ve yardım sağlamak, Çocuğun değişen şartlarına esnek bir şekilde karşılık vermek.

Ergen anne-babaları, çocuklarının kendisini ayrı biri olarak görmesine ve inşa etmesine izin vermelilerdir. Ebeveynin görevi çocuklarını izlemek ve korumak, ergenin görevi ise kim olduğunu ve niçin yaşadığını bulmaktır. Bazen bunu bir arkadaş grubuna dâhil olarak da gerçekleştirebilir. Bu durumda anne-babanın yapabileceği en iyi şey çocuklarının arkadaşlarını tanımaya çalışmak, onlarla daha fazla vakit geçirmek ve bir güven ilişkisi kurmaktır (Kimmel ve Weiner, 1985).

Anne-baba, ergenlik döneminde çocuklarının yanında olduklarını hissettirmeli, sevgi, saygı, ilgi ve destek göstermelidirler. Ergene tartışma-düşünme yoluyla hatalarını

öğrenebilmesi için fırsat tanınmalıdır. Kişisel bir değer sistemi geliştirmesine izin vermelidirler. Ortaya çıkan olgun ve özerk davranışı desteklemeli ve ergeni kutlamak ve övmek için fırsat yaratmalıdır. Ebeveynler bu dönemde çocuklarını etiketlememeli, yargılamamalı ve küçümsememelidirler. Bu dönemde hassas olan ergen küçümsendiğini hissederse kolayca incinebilir. Ergen, çatışmalar ve tartışmalar sırasında yetişkin olduğunu göstermek amacıyla kaba bir dil kullanabilir. Anne-baba bu durumda sağlam durmalı ve çocuklarına onu anlamaya çalıştıklarını hissettirirken aynı zamanda ergenin bu tür davranışlarını hoş karşılamadıklarını uygun bir dille anlatmalıdır. (Kimmel ve Weiner, 1985).

Ebeveynler çocuklarıyla girdikleri tartışmalarda değerlerine sahip çıkmalıdırlar. Neyin uzlaşılabilir, neyin uzlaşılmaz olduğunu önceden bilmek ve bunlardan vazgeçmemek daha verimli olur. Böylece ergen ebeveyn ile tartışmaya girmenin onu pes ettiremeyeceğini öğrenir ve tartışmalardan uzak durur. Dekovic, Buist ve Reitz'in (2004) bir çalışmasında da görülmektedir ki ebeveyn ile kurulan sıcak ve yakın bir ilişki ergenlerde daha sonra gelişebilecek psikolojik sorunlar için bir koruyucu faktör görevi görmektedir.

Ergenlik dönemi ergen için fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal birçok değişikliğin yer aldığı bir süreçtir. Bu dönemde ergenin ebeveynleriyle olan ilişkisi onun yetişkinliğe geçişinde önemli rol oynar. Bu kritik dönemi başarılı bir şekilde atlatan ebeveyn ve ergen bundan sonra karşılaşacakları zorlukların altından daha kolay kalkacaklardır. Anne, baba olmanın eğitimini almadık. Deneme yanılma yoluyla, çevremizde gördüğümüz anne, babalarımızdan öğrendiğimiz kadarıyla eğittik, yetiştirdik, topluma kazandırdık çocuklarımızı. Hata yaptığımız da oldu hatalarımızı da kabul ettik ama ne de olsa insandık. Bizimde sorunlarımız vardı hayat zordu zira” bir çok anne babanın sözleridir bunlar. Çocuklarını severler, onlar için ellerinden gelen her şeyi yaparlar. Buna rağmen, yeterli olamadıklarını başa çıkmada zorlandıklarını hissettikleri zamanlar olur. Bazı iletişim engelleri farkında olunmadan tekrarlanır ve anne baba çocuk ilişkilerini içinden çıkılmaz hale getirir (Konopka, 1980).

Gençlik dönemi hem fizyolojik hem de psikolojik bir gelişimin yaşandığı zor bir dönemdir. Bu dönemde karşılaşılan hatalı tutumlar, aile içi çatışmalar, gençlerde görülen psikolojik sorunları arttırmaktadır. Bu tutumlardan biri annenin aşırı koruyucu tutumlarıdır. Bu tutum aşırı kontrol, müdahalecilik çocuktan bağımlı, faal ve çalışkan

olmasını isteme annenin son derece fedakar olması ve çocuğun da bunu kabullenmesi gereğine inanma olarak açıklanabilir (Konopka, 1980).

II. 3. 4. Kuşak Çatışması, Ergen ve Ana – Baba Uyumsuzluğu

Çocukluktan yetişkinliğe geçişte, yani ergenlik döneminde; ergenin çözmesi gereken en önemli sorunlardan birisi, bilinç dışındaki ana-baba kavramlarında yapmak zorunda olduğu değişikliklerdir. Bu yalın bir bağımsızlık dürtüsünden öte çocuğun davranışlarına o güne dek rehberlik etmiş olan dayanakların önemli ölçüde değiştirilmesi gereğini de içerir. Çocuk güvenini, ana-babasının her şeyi bilen ve her şeyin üstesinden gelebilen kişiler olduğu inancından alır. Eğer çocuğun yaşantıları ana-babayı bu kavramlarla birlikte algılamasını engeller nitelikteyse anksiyete ve güvensizlik duyguları belirir. Ergenlik çağına ulaşan çocuk ana-babasının güçlü imgelerini yıkmaya çalışırken, ilk adım olarak, onların yerine geçecek başka kişiler arar. Ancak bir süre sonra, aradığını bu yolla bulamayacağını farkına varır. Giderek yetişkinliğe ulaşmak için gerekli olan gücü ve bilgeliği kendi içinde yaratma zorunluluğunu kabul etmeye başlar (Kulaksızoğlu, 2001).

Bu dönem süresinde ana-baba ergenin gözünde geçici olarak gücünü yitirir. Bu durumda ergen yalancı önderlerin güç gösterilerine kolayca kapılabilir. Davranışlarını başkalarının denetiminden çıkarıp otorite etkisinden sıyrılmak için ergenin çok çaba göstermesi ve sürekli denemelerde bulunması gerekir. Bu deneylerin başarıyla sonuçlanmasıyla yetişkin yaşamın temeli atılmış olur. Burada üzerinde durulması gereken konu ise bu süreci atlatırken bir kuşak çatışmasına sahne olması ya da en az zararla atlarmaya çalışmasıdır (Kulaksızoğlu, 2001).

Bu dönemde ergen için iki olumsuz durum vardır. ilki anne ile baba arasındaki anlaşmazlıklara tanık olmak, ikincisi ise bizzat kendilerinin anne ve babayla anlaşmazlık yaşamalarıdır. Geçimsizlikleri, kavga ve tartışmaları seyretmek (anne ile baba arasındaki) ergen için yaralayıcıdır. Anne babanın bu eylemi karşısında eleştireci bir tutumu olan ergen onların tartışmalarını tüm yetişkinlere özgü bir durum olarak kabul edilebilir. Bazen anne-baba anlaşmazlığı ergende iki olumsuz tepki yaratır. Önce bir terk edilme duygusu, sonra geleneksel eğitimin o kadar övdüğü aileye özgü rol, uygulamada hiçbir şeye karşı değildir. Bu durumun en sık görülen sonucu gencin

olgunlaşmasında bir engellemeyle ortaya çıkarlar. Çocuksu duygusal bağların sürdüğüne de tanık olunabilir (Kulaksızoğlu, 2001).

Bazense otorite ahlaki bir uyarı olmaktan çıkar. Çünkü ana – babaların ergen karşısındaki davranışlarında karasızlık vardır. Bu durumda ergen, yetişkinlerin davranışlarında akılcı bir ilke olmadığını düşünür ve onları tutarsızlıkla damgalar. Yine sevginin çocuklar arasında eşit dağıtılmaması da aile ve ergen arasında kutuplaşmalara yol açar (Kulaksızoğlu, 2001).

Ergenler geleceğin yetişkinleri olarak bir takım haklara sahiptirler. Oysa ana-baba ya da çevredeki yetişkinlerin çoğu, ergenin kişiliğini yetişkin otoritesinin uygulandığı bir nesne olarak görür. Oysa ergeni toplumun tanıdığı uygarlık haklarından yararlanması gereken bir kişi olarak tanımak gerekir. Ana babalar genellikle çocukların olgunlaşmasına bilinçdışı bir biçimde karşı koyar. Bu nedenle ergenin toplumla ilişkiye girmesi onları rahatsız eder. aile dışındaki yaşam ergene olumsuzluklar yumağı gibi sunulur. Böylece onu kendilerine bağımlı kılmaya çalışırlar (Manning, 2002).

Aileler ergen hakkında yargıya varırken genellikle kendi ön yargılarını devreye sokarlar. Onları anlamak yerine, yargılamayı ve yanlış olduklarını söylemeyi tercih ederler. İşte bu da zaten patlamaya hazır olan genç ve ebeveyn arasında ciddi çatışmalara yol açar.

Unutulmaması gereken bir şey vardır; ailenin ergenlik sırasında çocukta meydana gelen değişimlere karşı çıkmasının altında yatan en önemli neden, bu değişimlerin çocuk ile aile arasındaki kopmanın başlangıcı olmasıdır. Anne-baba bunu kabullenemez. Oysa bu yaşaması gereken bir süreçtir ve YAŞANMAK ZORUNDADIR. Baskı, psikolojik savaş, küskünlük vs. yöntemler bu sürecin kalıcı izler bırakmasına sebep olur. Anne-baba ergenin davranışlarını ne kadar çok kötüleyip eleştirir ve engellerse karşılığında o kadar nefret kazanır (Manning, 2002).

II. 3. 5. Ergenlik Döneminde En Sık Rastlanan Heyecan Biçimleri

Korku: Ergenlikte korku tepkisi bir anlamda çocukluktakiyle eşdeğerdir. Genç bireyler için özellikle “bilinmeyen” şeyler korkunun doğmasına temel nedendir. Ergenin ilgilendiği faaliyetlerin sonucunu kestirememesi de korkuya neden olabilir. Ergenlikte tüm duygusal konularda bireyin kendini kontrol edebilme alışkanlığını kazanabilmesi önemlidir (Öztürk, 1994).

Ergenlikte korku Üç Temel Nuktada incelenebilir:

1. Objelere Karşı Duyulan Korkular: Yılan, köpek, uçak, fırtına, ateş gibi objelere karşı duyulan korkular.
2. Sosyal İlişkilerden Duyulan Korkular: Diğer insanlarla tanışmak, alaycı kimselerle bir arada olmak, topluluk önünde konuşmak ya da çoğunluğu büyüklerden oluşan bir gruba katılmak, gençlerde korku meydana getirebilir. Bu tür sosyal korku, utangaçlık ya da şaşkınlık şeklinde görülür.
3. Ergenin Kendisi İle İlgili Korkuları: Yoksulluk, ölüm, kendisinin veya ailesinden bir bireyin ciddi bir hastalığa tutulması, okulda ya da işinde başarısızlığa uğraması gençte korku oluşturabilir. Genç korku durumunda kaçma ya da (vücudun kaskatı kesilmesi, titreyip şaşırması, terlemesi gibi bedensel tepkiyle yanıt verir. Yaş ilerledikçe, çevresiyle olan ilişkilerin artması sonucu korkuların giderek azaldığı görülür (Öztürk, 1994).

Endişe:

Endişeler gerçek nedenden çok, hayali nedenlerden oluşan korku tipleridir. Korkulan durumun zihinsel düzeyde prova edilerek yinelenmesidir. Genellikle korkudan daha uzun sürerler. Burada gelecekte beklenen durumlardan duyulan gerilim halleri söz konusudur. Endişe, geçmişte bireye doyum sağlamayan bazı olaylar üzerine, oluşabildiği gibi, bireyin başarmak istediği geleceğe yönelik faaliyetlerini de içerebilir. (Öztürk, 1994) Orta ve lise öğrencileri özellikle çeşitli okul sorunları hakkında, dış görünüş ve arkadaşları arasında popüler olmama, endişe yaratan diğer konular arasında sayılabilir.

Öfke: Ergenlik döneminde öfkeye neden olan uyarımlar genellikle sosyal kaynaklıdır. Ergenle alay edilmesi, ona yalan söylenmesi öfkeyi oluşturan başlıca nedenlerdir.

Duygusal Kırıklıklar: Bir arzu ya da amacın önüne çıkan dış veya iç engeller ergene kırıklıkların oluşumuna yol açar. Bu durumların çok azında öfke, ama hepsinde sıkıntı hali görülür. Ergen kırıklığını sosyal çevrenin kabul edebileceği bir davranış biçimde belli eder. Bireyin kırıklık anında göstereceği tepki onun yaşına, toplumsal geçmişine, deneyimlerine ve kendisine kırıklık yaratan nedeni algılayış biçimine

bağlıdır. Gencin arzularını gerçekleştirmesini etkileyen faktörleri beş grupta toplayabiliriz.

1. Biyolojik yetersizlikler: Bireyin arzuları, biyolojik kapasite ve yeteneklerinin çok üstündedir.
2. Yetersiz alışkanlık, yetenek ve beceriler: ergenlik döneminde birey tam bir uyum gösterebilmek için gerekli olan alışkanlık, yetenek ve becerilerden yoksundur.
3. Çevresel yetersizlik ve tehlikeler: Maddi yetersizlikler, sosyal merkezlerden uzak olmak, arkadaşı gibi davranmasını engelleyen okul ve ailelerin kural ve disiplinleri, gencin kırıklığa uğramasına neden olur.
4. Ergende biyolojik ve psikolojik gereksinimlerden doğan karmaşık istek, nefret, tercihlerle dolu tavırların yarattığı bir ruhsal durum egemendir. Ancak huzurlu bir aile ortamında duygusal bakımdan sağlam bir yapı içinde, bu arzular rahat bir şekilde karşılanırsa çevreye uyum kolaylaşır (Roberts ve Bengston, 1993).

II. 4. ERGEN ve AİLE İLE İLETİŞİM

Ergenlik döneminde ergenin tamamlaması gereken gelişimsel görevlerden birisi de aileden psikolojik bağımsızlaşma sürecidir. Bu süreç ergenin aileden ayrılmasını değil ancak ailesi ile bağlarını sürdürürken kendisine ait duygu ve düşünceleri ayrıştırabilmesi, kendi değer yargılarını, yaşam görüşünü beğenilerini oluşturabilme sürecidir. Bu sürecin fırtınalı bir süreç olduğu, kuşak çatışmasının yaşandığı şeklinde bir çok görüş olmakla birlikte yapılan ampirik çalışmalar ergen-ebeveyn çatışmasının her aile için geçerli bir durum olmadığını göstermektedir. Ergenler ve ebeveynleri arasında sanıldığı gibi sürekli tartışma olmaz (Hoffman, Cole ve Martin, 2000).

Örneğin Rutter ve arkadaşları “Isle of Wight” çalışmasında ergenlerin 2/3’ünün ebeveynleriyle karşı görüşte olduklarının hiç olmadığını söylemişlerdir. Ebeveynlerin ise yalnızca %18’i ergenlerle tartıştıklarını bildirmişlerdir. Genelde tartışmalar giyim kuşam veya eve geliş saati ile ilgilidir. Oğulları olanların %24’ü kızların %9’u iletişim sorunlarından ve %12’si ergenin fiziksel olarak uzak durduğundan söz etmişlerdir. 16

yaşındakilerin %88'i anneleri ile iyi geçindiklerini ve %77'si ise babaları ile iyi geçindiklerini söylemişlerdir (Rutter, 1998).

Sonuç olarak çoğu ergenin ebeveynlerine güvendiği ve hayranlık duyduğu ebeveynin onaylamamasından arkadaşlarının onaylamamasına göre daha fazla etkilendiği, yarısının ana babalarının kendilerini anladığını düşündüğü ana babalarla ufak tartışmalar dışında önemli sorun yaşamadığı ancak yine de çoğunun ebeveynlerini eski moda ve aşırı kısıtlayıcı olarak tanımladığı bulunmuştur (Rutter, 1998).

Yabancılaşma ise ergenin ebeveyninden uzaklaşması, istenmediği hissi yaşamasıdır ki genelde aşırı izin verici veya aşırı otoriter evlerde görülür. Ergenle çalışanların yaptığı bir hata özellikle depresif ve davranım bozukluğu ergenler tarafından ifade edilen: ebeveynlerinin haksızlık yaptığı, anlaşılmaz oldukları, hoşgörüsüz oldukları gibi yakınmaları tüm ergenlere yansıtılmalarıdır. Araştırmalar disiplinle ilgili, giyim kuşama ilgili önemsiz tartışmalar dışında ergenler ve anne babaları arasında kuşak çatışması varlığını doğrulamamaktadır.

Genelde temel değerler arasında fark yoktur. Ergenlerin çoğu ebeveynleri ile gurur duyar, evde zaman geçirmekten hoşlanır. Sosyal değerler konusunda aşırı çatışma yaşamazlar evden ayrılma yavaş gelişen bir süreçtir (Rutter, 1998).

Rutter'a göre ergenler önemli değer yargıları ve prensipler söz konusu olduğunda yine ebeveynlerinin yönlendirmesine gereksinim duyarlar ancak ilgi alanları, modalar, giyim kuşam boş zaman değerlendirme gibi gençlere ilişkin aktiviteler söz konusu olduğunda yaşlılarından etkilenirler. Başkaldıran ergen fikri yalnızca bir dış görünüşten ibarettir.

Türkiye'de yapılan çalışmalarda da benzer bulgular ortaya çıkması bu görüşü destekler niteliktedir. Ülkemizin değer yargıları açısından hızlı bir değişiklik geçiriyor olması ergenlerle ana-babalar arasında uyumsuzluk oranını kısmen arttırmakla birlikte ergenlerin yarısından çoğunun ana-baba ilişkilerinin olumlu olduğunu düşündürmektedir. Ankara ve Adana'daki 12-21 yaş grubu toplum örneklerini ele alan bir çalışmada ergenlerin aileleri ile ilişkileri ile ilgili verdikleri oranlar bunun bir göstergesidir. Bu çalışmada aşağıdaki ifadeleri kullanan ergenlerin oranı aşağıda gösterildiği gibidir: (Özgen, 1999).

Kendimi ailemin bir üyesi gibi hissetmiyorum: K:%15, E: %19 Ailem beni başkalarıyla kıyaslar: K:%28, E:%40 Bana güvendiklerini hissediyorum: K:%68,

E:%61 Bana hep çocuk muamelesi yapıyorlar: K:%1,E:%15 Ailem isteklerimi olumsuz karşılar: K:%6, E:%10 Ailenin Gelişimsel Görevleri: Ergenlik dönemine giren çocuğu olan ailelerin de baş etmesi gereken bir gelişimsel kriz vardır. Bu da aile sınırlarının esnekliğini ergenin yeni gereksinimlerine uygun biçimde değiştirmek, buna karşılık ergenle bağlarını korumak ve ergeni olası risklere karşı koruyacak biçimde kurallar koymaktır. Bu dengeyi kurmak gerçekten de kolay olmayabilir. Özellikle hızlı değişen toplumlarda aileler referans noktaları bulmakta zorluk çekerler. Bir yandan medyadan ve arkadaş çevresinde gelen farklı mesajlar, bir yandan ergenin istekleri ve değişimi, toplumsal değişim hızı nedeniyle kendi ebeveynlerini referans alamamaları ailelerin oldukça kafasını karıştırır (Özgen, 1999).

Ergen gelişiminde aile bağları, ebeveynlerin nasıl modeller olduğu ve karşılıklı etkileşimin önemi herkes tarafından kabul edilmektedir. Yalnızca aile bağları gelişimi etkilemez gelişim de ailenin yaşamını etkiler. Aileler kendi üyelerinin otonomisine ne ölçüde izin verecekleri konusunda büyük farklar gösterirler. Bir uçta yeni gelişimleri alkışlayan aileler vardır. Diğer uçta ise ergenin gelişimi ve aileden uzaklaşacak olmasından çok rahatsız olan aileler vardır. Bu değişiklikler tek bir üyeyi ya da tüm aileyi sarsabilir. Yakın duygusal bağlar tehdit edilebilir, eski katı güç yapısı değişim göstermek zorunda kalabilir ya da ailenin katı ahlaki inançları şüpheli bir ergen tarafından sarsılabilir ve sorgulanabilir. (Özgen, 1999) Bu dönemdeki sorunlarla başa çıkmak, sağlıklı gelişimi desteklemek için ailelerin gereksinimleri şöyle sıralanabilir:

- Ergenlikteki normal gelişimsel değişiklikler konusunda bilgi sahibi olmak.

Ergenlik yılları boyunca etkili ebeveynlik yapabilmek için gereken becerileri kazanmak ve böylece ergenin değişen gereksinimlerine yanıt verebilmek.

Ergenlik dönemi boyunca ergen çocuklarının değiştiği gibi kendileri ve ailelerinin de değişimden geçtiğini anlamak, bu değişim konusunda bilgilenmek (Samastı ve Zülfikar, 1997).

Ergenlik dönemine giren çocuğu olan ailelerin de belirli görevleri yerine getirmeleri gerekmektedir. Ailelerin bu dönemdeki görevleri şöyle sıralanabilir:

Ergenin bedenindeki değişikliklere rağmen kimlik olarak aynı kişi olduğuna dair bir devamlılık duygusu oluşturmasını desteklemek. Sorumluluk ve otonomi verirken aşamalı bir yaklaşım izlemek ve bebeksi kılmamak ancak erişkinliğe erken bir başlangıca da zorlamamak.

Aile sistemi içinde cinsellikle ilgili belirgin sınırlar olmasını sağlayarak evlilikteki cinselliğin evlilik içinde kalmasını, ergenin cinsel gelişimini etkilememesini sağlamak. Disiplin ve kural koyma ile ilgili kurallarda yaşa uygun düzenlemeler yapmak ancak kurallardan vazgeçmemek, özellikle saldırganlık cinsel davranışlar, risk alıcı davranışları kontrol etmek ancak bir yandan gencin özeline saygı göstermek. (Parman, 1998)

Ev dışındaki dünya ile ilgili uygun bilgi vermek. Hangi davranışların Kabul edilebilir olduğunu öğretmek. Kendini tanıtmaya ve karşılıklı anlaşmalar yapabilmeyi içeren sosyal beceriler kazandırmak.

Ergen yeni stiller ve tarzlar denerken gerçekçi bir biçimde geribildirim vermek ancak bunu yaparken benlik saygısını zedelememek, bir miktar deney yapmasını tolere etmek. Akran grubunun standartlarına (güvenli olduğu sürece) izin vermek ebeveynlerin eleştirisinden uzak bir biçimde arkadaşlıklarını yürütmesini desteklemek. Felaketlerde kurtarıcı olmaya hazır olmak. Büyük olan ergenin evden suçluluk duymadan ayrılabilmesine izin vermek (Parman, 1998).

Kısaca; Ebeveynlerin görevinin ergenin gelişimsel görevlerini yerine getirmesini desteklemek olduğu söylenebilir. Bunu başarmak için gereken özelliklerin küçük çocuk yetiştirirken gerekenden çok farkı yoktur. Sıcak, ergen merkezli bir yaklaşım, akli başında ve duyarlı bir bakış açısı ile ergenin görüş açısını anlamaya çalışmak, demokrat ve izin verici bir kontrol sahibi olmak ve hem disiplin konularında tutarlı olmak hem de kişi olarak iyi örnek olmaktır (Parman, 1998).

II. 4. 1. Ergenin Aile İçi İlişki ve Sorunları

Ergenin davranışlarına rehberlik edecek değerleri kazanması ve sosyal yönden sorumluluklarını öğrenmesi konusunda yardıma gereksinimi vardır. Bu gereksinimi karşılayan ve ergenin yaşamında etkili olan toplumsal kurum ailedir.

Ergen yaşadığı toplumda kendi görev ve statüsü hakkında açık seçik bir fikre sahip değildir. Kendisine yetişkin görev sorumluluklarının verilmemesi ve statü belirsizliği ergeni mutsuz kılar. Statü belirleyici olarak aile, çocuğun toplumsal durumunu ve toplum içinde o yere gelebilmesi için üstlenmesi gereken rolü saptamaktadır (Kulaksızoğlu, 2001).

Aile bireyleri arasında etkileşim ve iletişim ergenin kişilik yapısını biçimlendirmede çok büyük çok derin etkisi vardır. Ailede otoritenin türü, yaşamsal bir etken olarak ortaya çıkar. Davranışların ergenin üzerindeki etkiler, ana-babanın ergene uyguladıkları baskının derecesine bağlıdır. Bu kuvvet gösterisi yetkeci ailelerde ana-babalar kuralları koyar, diğerlerinin de bunlara uyması beklenir, kurallara aykırı davranışlar sert bir disiplinle karşılanır, onlara inanılır, itaat edilir, saygı gösterilir. Çoğu zaman suçlulukla ya da başkaldırıyla sonuçlanır. İzin verici ailelerde ise çok az kural vardır, hiç olmayabilir de ana-babalar bilerek ya da hiç ilgilenmeyerek ergenlere aşağı yukarı hoşuna gittiği gibi davranma olanağı tanırırlar. Disiplin ortaya çıktığında çoğunlukla kararsızdır ve önceden kestirilemez. Ergen üzerindeki etkileri çok açık değildir. Böylesi koşullarda bazı ergenlerin çok iyi olduğunu, bazılarında da düşük benlik saygısı geliştirdiği gözlenmiştir. Bir de demokratik aileler vardır. Bu ailede yetkileri ellerinde tutarken ve uyulacak kuralları koyarken, ergenlere farklı olma, kendi davranışlarının sorumluluğunu üstlenme ve daha fazla karar verme olanakları verilir. Disiplin, katı cezadan çok akıllı yürütmeyi, kendine güven ve yüksek akademik güdü gibi davranışları gösterir (Kulaksızoğlu, 2001).

Özetle ana-babanın yöntemleri bir ergenin bağımsızlığı gerçekleştirme yeteneğini büyük ölçüde etkilemektedir. Ana-baba yetkecilik ya da izin vericilik uçlarında yer aldığı zaman çocuklarıyla ilişkilerini güçlükler saracaktır. Demokratik yaklaşım olumlu bir benlik kavramını ve bağımsızlığı kolaylaştırır. Bunlar izin verici ailelerde ortaya çıkabilir. Yetkecilikte de amaçlara doğru ilerlemeye büyük ölçüde engel olur (Kulaksızoğlu, 2001).

Ana-babanın duygusal sorunları, evlilik ilişkilerinde başarılı olamamaları, ergenin aile içinde sürekli kavga ve çekişmeye tanık olması, aşırı koruma, bir çocuğu diğerinden ayırarak sevmek, bazı çocuklarının uyum bozukluklarını görememe ergeni karmaşa, iç çatışmaya ve ya suç davranışına itebilir. Bunların dışında anne ve babaların kendi gelişim dönemlerini dikkate alarak, ergenleri evden ve okuldan kaçmaya iten davranış ve uyum bozukluklarına neden olur (Kulaksızoğlu, 2001).

Ergenlik döneminde kurallara karşı çıkışlara intihar girişimlerine, duygusal taşkınlık ve tedirginlik hallerine sık sık rastlanır. Örneğin, genç kız ve erkeklerde intihar girişimlerinin en çok görüldüğü yaşlar 17 ve 18'dir (Kulaksızoğlu, 2001).

Anne-baba ergene karşı davranışlarında düzenleme yapmalıdır. Bu amaçla;

Ergen hiçbir zaman başkalarının önünde eleştirilmemeli, davranışları başkalarinkine karşılaştırılmamalıdır.

Ergen karşısında yetişkin her zaman tarafsız ve güçlü olmaya çalışmalı, ergenin haklarıyla sorumlulukları arasındaki dengeyi kolaylıkla kurabilmelidir.

Anne-babını fikirlerine saygı duyma, gencin ne derece göreviyse, onların fikirlerinde tam bir anlaşmaya ulaşmış olmalarını beklemek de hakkıdır.

Ergen, kültürüne özgü toplumsal değerleri kendi arkadaş grubu içinde yaşarak öğreneceğinden, anne ve babalar, kendileriyle olan bağların zayıflayacağı endişesiyle arkadaş ilişkilerini engellemektedir (Kulaksızoğlu, 2001).

II. 4. 2. Ergenlik Dönemini Problemsiz Geçirmede Aileye Düşen Görevler

1. Anne-baba kendi arasındaki problemleri ve anlaşmazlıkları ergenden izole ortamlarda tartışıp sonuca ulaştırmalıdır. Ergenin önünde oluşan tartışma ve kavgalar onun ilerideki hayatını etkileyecek kadar olumsuz sonuçlara yol açar.

Sevilmediği ve terk edileceği hissine kapılan ergen bu duyguları üzerinden uzun süre atamaz.

2. Anne ve baba ergen konusunda (okul hayatı, sosyal-psikolojik dünyası vs.) tutarlı ve kararlı tavırlar sergilemelidir. Aksi halde tutarsızlık ergende otorite boşluğu ve uyum güçlüğü oluşturabilir.

3. Anne-baba çocuklar arasında eşit sevgi ve ilgi dağılımı yapmalıdır. Aksi durum özellikle ergenlerde ağır sonuçlara yol açar. (evden kaçma, intihar teşebbüsü vs.)

4. Aile ergeni sevdiğini ve değer verdiğini her davranışıyla gence sergilemelidir. Onun kararlarına saygılı davranmalıdır.

5. Ergenin olumsuz davranışlarını değerlendirirken bile, aile onu yargılamak yerine anlamaya çalışmalıdır.

6. Ergenin, ailesi tarafından onure edilmesi ve başarılarının takdir edilmesi onda güven ve değerlilik duygusu geliştirir. Aile buna azami özen göstermelidir. (Adams ve Gallatin, 1995)

II. 5. ERGENLİK ve OKUL

II. 5. 1. Ergenin Sosyalleşmesinde Okulun Önemi

Okulun temel işlevlerinin başında, kültür değerlerini genç kuşaklara aktarmanın yanı sıra onların içinde yaşadığı kültüre uyum göstermelerini sağlamak gerekir. Ergenlik dönemindeki duygusal gerginlik ve ilgilerin farklılaşması, bir yönden bireyin çalışma gücünü azaltıp dengesizliğe neden olurken, bir yandan da dikkatin belirli bir konu üzerinde yoğunlaşmasını engeller ve okulda başarısız kılabilir. Bu nedenle okuldaki öğretmenin işlevi ve sorumluluğu büyüktür. Öğretmen bu gerginliği azaltan, ergenlik dönemi ve sorunlarını bilen, ergenin özel sorunlarına eğilebilen bir birey olmalıdır. Ergen ana-baba etkisinden kurtulduğunda, anne-babasının yerine koyacağı bir modele gereksinim duyar. İşte öğretmen çoğu kez bu görevi üstlenmek durumundadır. Okul faaliyetleri her öğrencinin katılabileceği bir biçimde düzenlenmeli öğrencilerin ilgi, beceri ve liderlik alanlarının saptanmasına ortam hazırlanmalıdır. (Durak, 2005)

Okuldaki eğitim programı, ergenin özelliklerini dikkate alarak hazırlandığı, öğretim programı zenginleştirildiği ve grup tartışmalarına yer verildiği takdirde, bu uyum ve çaba olumlu yolda desteklenebilir (Durak, 2005).

II. 5. 2. Ergenlikte Okul-Öğretmen Uyumsuzluğu

Ergen için okul verdiği eğitimle bir tutulamaz, tümüyle önemlidir. Öğretmenin fiziksel yapısı, ahlaki kişiliği, davranışı, arkadaşlarıyla ilişkileri, okulun mimari yapısı, sınıfların düzeni. Bütün bunlar okul yaşamını oluşturur.

Okul başarısı nadiren sadece zihinsel yeteneklerin sonucudur. Başarısızlık nadiren gerçek bir yeteneksizliğe tekabül eder. Birçok araştırma bunu göstermiştir. Kötü randımanın nedeni,okula ya da öğretmene bağlı çatışmalar, yani zihin dışı etkenlerdir (Eichorn ve Adams, 1995).

Yine yapılan araştırmalara göre, öğrencilerin yarıya yakını 11-12 yaşından itibaren verilen öğretime uyum sağlayamamaktadır. Hatta üstün yetenekliler arasında dahi % 30 u okula uyum sağlamada güçlük çekmektedir. Sosyo-ekonomik etkenlerde işin içine girmekte ve işçi ya da köylü çocuklarında uyumsuzluk daha sık olmaktadır.

Okula uyum güçlüğü çeken erkek çocuklar genelde 11-14 yaşlar arasında, kız çocukları da 14-18 yaş arasında daha belirgindir (Eichorn ve Adams, 1995).

Eichorn, okul başarısıyla zeka arasındaki ilişkileri saptamak amacıyla her iki cinsten denekler üzerinde bir araştırma yaptı. Araştırmada zeka Terman testiyle ölçüldü, okul başarısı da bütün yıl sonu notlarının ortalamasıyla belirlendi. Bu iki etken arasında çok zayıf bir korelasyon saptandı. Okul başarısı çok zayıf bir oranda gerçek zekaya bağlıdır. Zekâyı da çevre koşulları ve özellikle ergenliğe özgü kaygı ve güvensizlikler etkiler (Eichorn ve Adams, 1995).

Okul, başarıyı değerlendirme tekniği ile de ergeni rahatsız edebilir. Not vermenin keyfi ya da adaletli olup olmadığını bilmek söz konusu değildir. Gençler bu sistemi değersiz bulurlar. Önemli olanda budur. Okul başarısı ve uyumsuzluğu birçok araştırmanın olmuş ve başarısızlığın bir ceza görünümü aldığı, daha başarılı olmak için bir cesaretlendirme olmadığı görülmüştür (Eichorn ve Adams, 1995).

Okul-ergen uyumsuzluğunun bir diğer boyutuysa programlardır. Okul programları düzenli biçimde güçleşir. Oysa ergenin zihinsel olgunlaşması ne düzenlidir nede tüm yeteneklerde eşlenmiştir. Böylece okul onları aşan anlatım araçları empoze ederek bazı öğrencileri engeller ve başarısızlığa uğratar.

Okula ya da öğretmene bağlı olmadan, ergenin kişiliğine bağlı diğer etkenlerde okul yaşamını bozabilir. Bunlardan biri kişinin kendi idealini gerçekleştirmekte karşılaştığı pratik güçlüktür. Gerçeklik kişisel duyguların doyumuna nadiren imkân verdiği için ergenlerin birçoğu engellenme duygusu hissederler. Bu engellenme çeşitli nedenlerle çok güçlü olursa tepkileri sadece duygusal alanda değil, zihinsel alanda da görülür. Önce öğrenme isteğini etkileyen bir kenetlenme ortaya çıkar. Çabaların yararsızlığını gören genç okul ortamının tümüne karşı bir düşmanlık duyar. Bu durumda başarısızlık önce ve özellikle ergenin en yetenekli olduğu konularda ortaya çıkar (Eichorn ve Adams, 1995).

Okul öncelikle ve özellikle öğretmen yoluyla öğrenci üzerinde etkide bulunur. Ergenler kendilerini ve öğretmen arasında nesnel bir psikolojik bir bağın kurulması için gerekli niteliklere çok önem verirler. Öğretmen tarafından anlaşılma ve tanınma gereksinmesi, sadece bir yetişkin tarafından basit bir değerlendirme isteği değil daha çok başka bir kişi tarafından tanınarak ve anlaşılarak kendini tanıma ve anlama isteğidir. Öğrencilerini gerçekten çok güçlü şekilde etkileyen öğretmen vardır. Bu etkiler ergeni

rahatsız edebilir. Çünkü işlenen konular üzerinde onun kendi başına kişisel bir tanı edinmesine engel olur. Öte yandan öğretmenin çok hoşgörülü ve babacan tutumu da öğrencilerde güven yaratmaz, güven arayan ergen öğretmenin zayıflığında hiçbir dayanak noktası bulamaz. Son bir sorundan tek öğretmenli okuldan, çok öğretmenli bir okula geçiştir. Aniden çok çeşitli etkilere maruz kaldığını hissetmek ergen için kaygı ve uyumsuzluk kaynağı olabilir (Hamacheck ve Adams, 1995).

II. 5. 3. Orta Dereceli Okul Öğretmenlerine Öneriler

Her gelişim döneminin beraberinde getirdiği, organizmanın uyum sağlamasını ve özümsemesini gerektiren değişiklikler vardır. Uyum sağlanması gereken değişiklikler, ergenlik döneminde en üst düzeye ulaşır. Bu dönemde gencin çevresindekilerden destek sağlanmaması kendisinde oluşan değişiklikleri özümlemesini zorlaştırır (Durak ve Batıgün, 2005).

Ergenlik döneminde fiziksel değişme ve gelişmelerin hızlı olduğu vücut hatlarının netleşmeye başladığı, yine vücudun kılınmaya başladığı, duygusal yaşantıların yoğunlaştığı bir ara dönemdir. Kendi kendine ben kimim, kime benzemeliyim, başkalarına nasıl görünmeliyim gibi sorular sorduğu dönemdir (Durak ve Batıgün, 2005).

II. 6. ERGENLİKTE TOPLUMSALLAŞMA

Hollingshead, ergenliği “ bireyin içinde bulunduğu toplumun onu artık çocuk gibi görmeyi bıraktığı, fakat ona henüz yetişkin statüsünü, rolünü ve işlevini tümüyle vermediği yaşam dönemi” olarak nitelendirir.

Ergen toplumda prestij kazanmaya ve statü sahibi olmaya ihtiyaç duyar. Toplumsal uyum geniş ölçüde bu ihtiyacın karşılanmasına bağlıdır. Ergenlik yılları, bir anlamda toplumsal gelişim ve uyum-uyumsuzluk yılları olarak da değerlendirilebilir. Toplumsal uyum zamanla kazanılmaktadır. Bu uyum ergenlik döneminde bazı deneyimlerle gelişir. Bu devrede birey kendi cinsinden oluşturduğu faaliyetlerini düzenlemeye çalışır (Yavuzer, 1992).

11-20 yaş dilimleri arasındaki, ergenlik çağı kişiliğin toplumsal nitelik kazandığı bir arayış dönemidir. Bu arayış içinde ergen kim olduğunu, neye değer

vereceğini, kime bağlanıp inanacağını, amacını bulmaya çalışır. Çevresinde daima “onun gibi olmak” istediği kişiler arar. Böylece özdeşleşerek kişiliğine biçim verirken, yetiştiği çevrenin ekonomik ve sosyal-kültürel koşullarının etkisi altında, sorumluluk ve özerklik arasında denge kurmak ister (Yavuzer, 1992).

Zamanla karşı cinse karşı duyulan husumet yerini ilgi alır. Bu ilgi genelde erkeklerde 16 yaş sonrasında gelişir. Ergenlik dönemi sonunda toplumsal davranışlarda olgunlaşma ve grupta genişleme görülür. Bu dönemde bireye ait olduğu gruba fazla önem verir. Grup normlarına uymak için büyük çaba harcar. Bu uyum yalnızca dış görünüş ve davranışları değil aynı zamanda fikirleri de kapsar. Birey genel olarak benimsemediğini beğenmez, yapmadığını yapmaz. Grup normlarından ayrılmaktan çekinir. O grup standartları doğrultusunda, gereksinme ve isteklerine doyum sağlamak amacıyla sürekli faaliyet girişimlerinde bulunur. Buna karşın Havighurst, ergenin iç dünyasında kişisel duygu ve davranışlarında bağımsız olduğunu söylemektedir. Ergen değişen ve gelişen kişiliği içinde, çevrede yeni değerler aramaya, kişiliğin olgunlaşmasında rol oynayan özdeşleşme özerklik, sorumluluk kavramlarına yanıt bulmaya çalışır. Bu kavramlar gence kişilik kazandırır, toplumda ilişkilerini biçimlendirir, toplumdaki yerini ve rolünü oluşturur. O halde gencin kişiliğini başka bir deyişle duygu-düşünce tutum ve eylemini değerlendirmek, ancak onun içinde yaşadığı ya da içinden çıktığı çevreyi tanımak, bu çevre içinde sözü edilen temel kavramların ne şekilde geliştiğini bilmekle olur (Havighurst, 1952).

II. 6. 1. Ergenlik Döneminde Anti - sosyal Davranış

Ülkemizde suçların yaklaşık yarısını, 25 yaşın altındaki çocuk ve ergenlerin işlemiş olması ve ileri yaşlarda suç işleyenlerin büyük bir bölümünün, çocuklu ve ergenlik dönemlerinde de suç işlemiş olmaları, sorunun önemini daha da artırmaktadır. İstatistiklerin çocuk suçlarının en çok 14 yaşında işlendiğini göstermesi, zorlu ergenlik dönemi ile suç arasında dinamik bir ilişkinin varlığını göstermektedir. Ülkemizde işlenen suç türünün en çok “şahsa karşı” olduğu bunu “cinsel” suçlara, “mala karşı” işlenen suç türlerinin izlediği belirlenmiştir (Öztürk ve Kılıç, 1994).

Araştırmalarda gençlerin evden kaçmalarına, dolayısıyla anti-sosyal davranışa ilk adımlarını atmalarına neden olan en büyük etken %59 oranında baba baskısı olduğu

kanıtlanmıştır. Kısacası evden kaçmanın kökeninde, aile içinde psiko-sosyal etkileşim yetersizliği ve ergenlik döneminin özellikleri yer almaktadır (Öztürk ve Kılıç, 1994).

II. 6. 2. Ergenin Kendini Ortaya Koyma Çabası (Benlik Gelişimi)

Ergenlerin kendi benlik kavramlarını tanımaları ve kabul etmeleri onlar için önemli bir gereksinimdir. Ergenin gelişen benlik kavramı, onun kendi benliğini değerli ve yeterli bulma duygularıyla yakından ilgilidir. Ergenin benlik kavramı, onun içinde bulunduğu anı ve gelecekteki tepkilerini etkileyen, kökleri geçmişe dayanan bir bütündür. Benlik kavramı, bireyin çeşitli yaşantıları algılaması sonucu oluşur. Dolayısıyla farklı ekonomik ve sosyal düzeyleri içeren toplumlarda farklı düzeylerden gelen ergenler farklı benlik kavramlarına sahip olacaklardır (Yavuzer, 1992).

Benlik kavramı düzeyi düşük olan bireylerin davranışları ile, kendilerine uygun bir benlik geliştirebilmiş olan bireylerin davranışları birbirinden farklıdır. Ergenlik döneminde geliştirilen benlik kavramının düzeyinin düşük olması, daha sonraki yıllarda bireyin kendi benliğini kabul etmemesine yol açabilmektedir. Bu da ardından saldırgan ya da içe dönük davranışları getirebilir (Yavuzer, 1992).

Bireylerin uyum sağlamaları konusunda yapılan çalışmalar kendi benlik kavramlarını kabul etme düzeyleri düşük olan kişilerin benlik kavramlarını kabul etme düzeyleri yüksek olan kişilerden daha fazla toplumsal baskılara boyun eğdiğini göstermiştir.

Ergenlerin benlik kavramları ile fiziksel benlik kavramları birbirleriyle yakından ilişkilidir. Böylece ergenlik dönemindeki büyüme nedeniyle hem erkekler hem de kızlar fazlasıyla kendi görüntüleriyle ilgilidirler. Özellikle genç kızlar, yeni saç modelleri ve giysiler denemek amacıyla zamanlarının büyük bir kısmını aynanın önünde geçirirler (Yavuzer, 1992).

Giysiler, benliğin simgesi haline gelir; vitrinler-moda gösterileri ve dükkanlar onlar için yeni anlamlar taşır. Bir zamanlar anası, babası ya da arkadaşları tarafından uyarılmadan kişisel görünümüne göstermeyen erkek, ergenlik döneminde görünümüne özen göstermeye başlar.

II. 6. 3. Sosyal Uyum Problemleri

Sosyal uyum sosyal gelişim sürecinin bir uzantısıdır. Dolayısıyla sosyal gelişim gelişimin diğer yönlerinden ayrı düşünülemez. Yani duygusal gelişim, fizyolojik değişimler, zihinsel etkinlikler ve benlik kavramı ile olan ilişkisi ergenlik döneminde kız ve erkeklerde gözlenebilir (Yörükoglu, 1993).

Ergenlikteki en önemli gelişim görevlerinden birisi ergenin kendi yaşındaki arkadaşlarıyla birlikte yaşamayı öğrenmesidir. Ergenler arkadaşlarından onay görme ve akranlarıyla iyi ilişkiler kurmada değişik yöntemler kullanırlar. Davranışta sosyal örüntülerin gelişebilmesi için en önemli nokta ergenlerin grup etkinliklerinde bulunmalarıdır. Başarılı olabilmeleri için ya basit-doğrudan hareketi amaçlamalıdır ya da birbirlerini anlayabilmek için değişik toplumsal yaşantılardan geçmelidirler. Her ikisini de gerçekleştirebilmek içinde sosyal etkileşim gereklidir. Bu da başkalarını anlamayı ve onlarla birlikte bir şeyler yürütebilmeyi öğrenmenin tek yoludur (Yörükoglu, 1993).

Sosyal uyum boyutunda kız ve erkek ergenlerde cinsiyetlerine uygun tavırlar sergilemesi kaçınılmazdır. Yalnız kızların bir bölümü karşı cins rolünü (erkek) benimseme eğiliminde erkeklere oranla daha yatkındır. Böylesi durumda kızlar argo konuşur, giyim tarzı erkeksidir, tepkiler kabadır vs. davranış altında yatan nedense toplumsal açıdan erkek ve erkeksi davranışların kabul ve onay görmesi, kadın (kız) davranış örüntülerinin sosyal baskı altında tutulmasıdır. Ergen bu tarz erkeksi davranışlarla daha kolay kabul ve onay göreceği düşüncesindedir (Yörükoglu, 1993).

Ergenlik dönemini kapsayan sosyal uyum sürecinde, ergenin bir takım uyumsuz hatta patolojik davranış bozuklukları sergilediği sıkça görülen bir durumdur. Kimi ergen bu uyumsuzluk sürecini daha az yıpratıcı etkilerle atlarken, bir kısmı bu kadar şanslı olmayabilir. Gerek içinde bulunulan toplumun ölçüleri, gerekse aile-okul kıskacında anlaşılmayan genç ya içe kapanır kendine zarar verir. (intihara kadar uzanan bir süreç), ya çeşitli gruplaşmalarda toplumsal yaralara yol açar şiddet ve kaba kuvvet batağına düşer veya da çeşitli bağımlılık yapıcı maddelere, sonuçta da cinsel sapmalar kadar sürüklenir (Yörükoglu,1993).

II. 6. 4. Ergenlik döneminde başarılması gereken gelişim görevleri:

Cinsel rolü kabullenme: ona göre davranışlar geliştirme, duygusal bağımsızlığını kazanma, kendi başına karar verebilme, Arkadaşlık yeteneklerini geliştirebilmesi, Çatışan değerleri uzlaştırma, Meslek seçimini yapabilme, öz kimliğine ulaşabilme ve bunu kabullenme...

Ergenliğin ilk yıllarında birey ne çocuktur nede gençtir. Ergenliğin ilk yıllarında kişi çelişkili tutarsız davranışlar ortaya koyarken ergenliğin son yıllarında daha tutarlı ve belirgin davranış örüntüleri geliştirmeye başlamıştır. Eğer bir kimse bebeklik çağından başlayarak ergenlik yıllarına kadar getirdiği kişilik yapısında temel güven duygusu yerine suçluluk, başarı yerine yetersizlik duygusuyla yoğrulmuş bir benlik geliştirdiyse bu yapı ergenlik çağının doğal bunalımları sırasında çok fazla zorlanacaktır (Eichorn, 1995).

Ergenliğin ilk yıllarında anne ve baba çocukları hakkında genellikle şöyle konuştukları görülmüştür. Asi ve hırçın, evde huysuz, durgun, dalgın, sorumsuz, kendi başına buyruk, alıngan, karamsar vs.

Bu olumsuz davranışlar benlik yapısının bir zorlama karşısında bulunduğunu göstermektedir. Bu zorlanmaların daha çok bağımsızlığa duyulan gereksinimin artışı ve cinsel uyanıştan kaynaklandığı söylenebilir (Ekşi,1990).

Vücut enerjisinin büyük bir kısmını cinsel büyüme ve olgunlaşmaya sarf ettiğinden ergenin büyük bir kısmını cinsel büyüme ve olgunlaşmaya sarf ettiğinden ergenin dengeli beslenmesi gerekir. Ergende açlık dürtüleri sık hissedildiğinden bunu bastırmak için abur cubur yeme eğilimi artmaktadır. Bazı çocuklarda ergenliğin ilk yıllarında yüz ve bedenin bazı kısımlarının simetrisini kaybetme görünümünün geçici olacağı konusunda çocukların kaygısı giderilmelidir (Ekşi, 1990).

Ergen yıllarında görülen ve çocukların çok şikâyet ettikleri terlemelerin sağlıksız işareti olmadığı ama beden temizliği yönünden özen ve itina isteyen bir durum olduğu konusunda onlar bilinçlendirilmelidir. Bazı ergenlerin gelişen bedenlerinin utanç veya psikolojik rahatsızlık duymaları mümkündür. Bunun sonucu onlarda sakarlık artmakta, kambur oturma, kartal yürüme gibi alışkanlıkları gelişmektedir (Gallatin ve Adams, 1995).

Kimlik duygusu genç yetişkinlik yıllarında şu gelişim görevlerinin etkisi altında bireyde yerleşme olanağı bulabilmektedir.

Aileden bağımsız olma duygusunun yerleşmesi

Duygusal çelişkileri kabul edebilmeyi öğrenme

Oterite ile ilgili ilişkileri düzenleyebilme

Cinsellikle ilgili psikolojik olgunlaşmaya ulaşma

Kendini güvende hissetme

Topluma ters düştüğü halde ona yabancılaşmayan yada topluma baş kaldıran gençler alkol ve uyuşturucu madde alışkanlığı içinde ya güçsüz benliğinin kendine verdiği acıyı unutmaya çalışmakta yada aşırı bireyselleşme çabası içine düşmektedirler (Gallatin ve Adams, 1995).

II. 6. 5. Konuyla ilgili Yapılan Çalışmalar

Duncan (1971) tutarlı ve sağlam bir disiplin uygulayan ve ancak denetleyen ana-babaların yetiştirdiği çocukların benlik tasarımı yüksek olmakta böylece bu çocuklar kendine güvenli bağımsız kendi başına karar alıp uygulayan ve diğer kişilerle iyi ilişkiler kurabilen bireyler olmaktadır.

Rosalind (1978) ergen ile olan iletişimin benlik kavramına etkisini araştırdığında, ana-babası ile olan olumsuz ilişkisinin olumsuz benlik yapısına sahip olmasına neden olduğunu vurgulamıştır.

Lise öğrencileri üzerinde bir araştırma yapan Landis ve Stone (1952) demokratik ve otoriter ailelerden gelen gençler arasında otoriter ailelerden gelenlerin daha çok problem işaretlendikleri görülmüştür. Otoriter ailelerden gelenlerin evden kaçma isteğine olan iç veya dış çatışmalara, körü körüne otoriteye boyun eğme veya saldırganlık eğilimlerine rastlanmıştır. Demokratik aileden gelen gençlerin ise kararlı bağımsız ve kendi kendini yönetebilen, başarılı bireyler olduklarını bulmuştur.

Kohut, (2000) bu çalışmasında kişisel güç ve benlik saygısının ya da başkaları üzerinde yıkıcı saldırganlığın oluşumundan sorumlu olan kendilik nesnesi deneyimlerini inceledi. Yaşamın erken dönemlerinde kişisel güç ve benlik saygısının gelişmesinde bir başarısızlık, okul çağı çocuğunu ya da ergenin bu kendilik deneyimlerini onlara sağlayacak olan gruplara bağlanmasında bir eğilim yaratabilir. Grup bütünlüğü paylaşılan "narsistik öfke" ile sağlandığında, bu gruplar yok edici güçler haline gelir.

Bu güç hem grup içinde hem de grubun dışında oldukça fazladır. Erken dönemde yaşanan duygusal yoksunluk ve örselenme, nihilizm (hiçlik) ve derin değersizlik hissi yaratır, kişinin kendi yaşamı ve güvenliğine ilişkin aldırma ilişkisi ise yokedici saldırganlığa eğilimi daha da artırır.

Deniz, Avşaroğlu ve Hamarta (2004) bu araştırma da, Selçuk Üniversitesi Öğrenci Psikolojik Danışma Servisine başvuran öğrencilerin psikolojik belirti düzeylerini belirlemek amacıyla gerçekleştirmişlerdir. Çalışma, farklı psikolojik nedenlerle 2003–2004 eğitim-öğretim döneminde Psikolojik Danışma Servisine başvuran öğrencilere SCL–90-R “Belirti Tarama Ölçeği” ve “Öğrenci Kimlik Bilgileri Anketi” uygulanarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma örneklemi 91 kız ve 31 erkek olmak üzere toplam 122 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma sonucuna göre;

1- Kız öğrencilerde somatik, anksiyete, obsesyon ve depresyon belirtileri erkek öğrencilerden yüksek çıkarken, erkeklerde ise paranoid ve öfke belirtileri puan ortalamaları kızlardan yüksek bulunmuştur. Yapılan t testi sonucunda, puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

2- Kazandığı bölümden memnun olup olmama değişkenine göre, psikolojik belirti toplam puan ortalaması, kazandığı bölümden memnun olmayan öğrencilerin 1,64; kazandığı bölümden memnun olanların puan ortalaması ise 1,49 olarak bulunmuştur. Kişiler arası duyarlılık alt boyutunda, kazandığı bölümden memnun olup olmama değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma bulunurken, diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır.

3- Öğrencilerin barındıkları yer açısından puan ortalamaları, istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamasına karşın, öğrencilerin yüksek düzeyde psikolojik belirtiye sahip oldukları görülmüştür.

Bir başka çalışma da Görker, Korkmazlar, Durukan ve Aydoğdu (2004), biyopsikososyal bir değişme ve büyüme süreci içinde olan ergenlerin, hangi ruhsal yakınmalar ile Çocuk ve Ergen Psikiyatrisine başvurdukları ve hangi tanı ölçütlerini karşıladıklarını araştırmak amacıyla bu çalışmayı yapmışlardır. Yöntem: İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı’na 2001-2002 yılları arasında başvuran 12-18 yaş arası 1079 ergen (638 erkek, 441 kız), belirti ve tanılardan geriye dönük olarak incelendi. Bulgular: Tüm olguların başvuru yakınmaları incelendiğinde, 226 belirti saptandı. Bulgular, sıklık sırasına göre cinsiyet farklılıkları gösterse de, en fazla görülen ortak yakınmaların sinirlilik, okul başarısızlığı, tırnak yeme, sıkıntı hissi, içe kapanıklılık, yaşlıları ile

anlaşamama ve kardeş kıskançlığı olduğu görüldü. DSM-IV tanı ölçütlerine göre yapılan değerlendirmelerde 200 ergen tanı almadı. 613 ergen) Eksen I bozukluğu, 203 ergen Eksen II bozukluğu, 63 ergen Eksen III bozukluğu olarak tanı dağılımı gösterdiler. 165 ergen komorbid tanı aldı. Sonuç: Eksen I tanı dağılımlarının yüksek oranda olduğu ergenlerdeki tanıları değerlendirilerek tartışılmıştır. Tanı almayan grubun, DSM-IV tanı ölçütlerini karşılamaması, ergenlerde belirli tanısız değerlendirme içinde sınırlı kalınmayacağı olasılığını düşündürmektedir.

Yine başka bir çalışma da **Jeffries** (2004), ergen ve çocukla iletişimin nasıl kurulacağına dair pratik bilgileri içermenin yanı sıra görsel ve işitsel öğrenme güçlüğü olanlar, hiperaktif ve hipoaktif çocuklar ve bunlara nasıl davranılması gerektiğinden, çocuklarda nasıl davranış değişikliği yaratabileceğine ve güvenlik eğitime ve nasıl etkili bir anne-baba olunabileceğine kadar geniş bir bilgi sunmaktadır.

Öğrencilerin sosyal ekonomik ve kültürel eğitim düzeyinin yüksek olması, yalnız kendileri için değil yaşadıkları toplum içinde önemlidir. Bu nedenle Samiye Erdoğan, Hatice Şimşek Bekir, Sinem Sanlı (2005), Eğitim Fakültesi öğrencilerinin sosyal, ekonomik ve kültürel eğitim düzeyi sorunlarını etkileyen etmenleri incelemek amacıyla bu çalışmayı yapmışlardır. Örneklemi Gazi Üniversitesi eğitim fakültelerinde öğrenim gören birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinden random yoluyla seçilen 295 öğrenciden oluşturmaktadır. Bilgi toplama aracı olarak anket formu kullanılmıştır. Sonuç olarak öğrencilerin sosyal ve kültürel uyum sorunlarında cinsiyetin etkisi önemli bulunmamış, ekonomik uyum sorunu bakımından ise erkek öğrencilerin lehine önemli bulunmuştur. Lise türü ve farklı yerleşim merkezinin ekonomik, sosyal, kültürel uyum sorunlarına etkisinin önemli olmadığı bulunmuştur. Aile tutumunun öğrencilerin sosyal ve ekonomik uyum sorunlarına etkisi önemli bulunmuş, kültürel uyum sorunu bakımından ise önemsiz olduğu saptanmıştır.

Deniz, Avşaroğlu ve Hamarta (2005) bu araştırma da, üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin psikolojik belirti düzeylerini belirlemek ve öğrencilerin psikolojik belirti düzeylerinin cinsiyet, alan tercihi, sosyo-ekonomik gelir düzeyi, ders çalışma ortamı, planlı ders çalışma alışkanlığı, bir bilgisayara sahip olma, bir üniversite hedefinin olma durumu değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemişlerdir. Öğrencilerin psikolojik belirti puanları, SCL-90-R “Belirti Tarama Ölçeği” uygulanarak elde edilmiştir. Bağımsız değişkenlere ilişkin bilgiler “Öğrenci Kimlik Bilgileri Anketi” ile belirlenmiştir. Araştırma örneklemini 93 kız öğrenci ve 109

erkek öğrenci olmak üzere toplam 202 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre;

1. Kız öğrencilerin somatizasyon, anksiyete, obsesyon, depresyon, kişiler arası duyarlılık, psikotik, paranoid, öfke, fobik ve genel psikolojik belirti puan ortalamaları, erkek öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür

2. Sosyo-ekonomik gelir düzeyi açısından, öğrencilerin somatizasyon, öfke alt boyutları ve genel psikolojik belirti puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma bulunurken, diğer alt boyutlarda anlamlı düzeyde bir farklılaşma görülmemiştir.

3. Bir üniversite hedefi olmayan öğrencilerin somatizasyon, anksiyete, obsesyon, depresyon, öfke, fobik ve genel psikolojik belirti puan ortalamaları, bir üniversite hedefi olan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

4. Öğrencilerin alan tercihi, ders çalışma ortamı, planlı ders çalışma alışkanlığı ve bir bilgisayara sahip olup olmama değişkenleri açısından psikolojik belirti alt boyutları ve genel psikolojik belirti puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı görülmüştür .

Temel ve Aksoy (2005), araştırmaların da, Ergen ve Gelişimini, ergenlik döneminde gündeme gelen bedensel değişiklikleri, benlik ve kişilik gelişimini, cinsellik ve cinsiyet rolünün kazanılmasını, ahlâkî, zihinsel ve bilişsel gelişimi, ergen üzerinde aile, akran grupları ve okulun etkisini ve ergenin gelişimini etkileyen sosyal sorunları, kısacası ergenlikle ilgili güncel sorunları aktüel ve pratik bir bakışla incelemişlerdir.

Çalışma: bedensel değişiklikler ve ergen gelişimi, ergenlik döneminde benlik ve kimlik gelişimi, ergenlik döneminde cinsellik ve cinsiyet rolünün kazanılması, ergenlikte zihinsel ve bilişsel gelişim, ahlaki gelişim, ergen gelişiminde ebeveyn ve ailenin etkisi, ergen gelişiminde akran gruplarının etkisi, ergen gelişiminde okulun etkisi, ergenlikte mesleki gelişim, ergen gelişimini etkileyen sosyal sorunlar başlıklarını içeren on bölümden oluşmaktadır.

Deniz, Aydoğan, Çelik ve Hamarta (2006) bu araştırmada ilköğretim öğrencilerinin depresyon ve benlik saygısı düzeyleri çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma grubunu toplam 309 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre M. Engin Deniz, Selcen Aydoğan, Cengiz Çelik ve Erdal Hamarta yetiştirme yurdunda yaşayan ilköğretim öğrencilerinin depresyon düzeylerini ailesinin yanında yaşayan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek bulmuşlardır. İkinci bulgu ise ailesinin yanında yaşayan ilköğretim öğrencilerinin benlik saygısı alt boyutları

(mutluluk, kaygı, popülerite, uyum ve davranış, fiziksel görünüm, zihinsel ve okul durumu) ve toplam benlik saygısı puan ortalamaları yetiştirme yurdunda yaşayan öğrencilerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır.

Deniz (2006) bu çalışmasında, Ergenlerin kişisel gelişimlerinde önemli bir yeri olan kaygı, depresyon, duygusal zeka ve sosyal beceri kavramları ayrıntılı olarak açıklamıştır. Diğer taraftan ergenlik dönemi gelişim özellikleri, ergen anne-baba ve ergen öğretmen ilişkileri üzerinde durmuştur. Ergenlerin psikolojik sorunlar yaşamaması ve uyumlarını artırmak için sosyal beceri davranışlarının önemi üzerinde uygulamalı örneklerle açıklamalarda bulunmuştur.

Avşaroğlu ve Üre bu çalışmalarında, benlik saygısının karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerini ne düzeyde açıkladığını ortaya koymaya çalışmışlardır. Araştırma Selçuk Üniversitesinin farklı fakültelerinde öğrenim görmekte olan 1141 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Araştırmada Melbourne Karar Verme Ölçeği ve Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma da benlik saygısının karar vermede özsaygı, karar vermestilleri ve stresle başa çıkma stillerini anlamlı düzeyde açıkladığı görülmüştür.

Konuyla ilgili yapılan başka bir çalışma da Dilek (2007), farklı eğitim programlarına devam eden lise II. sınıf öğrencilerinin benlik saygısı ile anne-babalarının benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini, 2004-2005 Eğitim-Öğretim yılında Kırşehir ili merkez liselerinde (Meslek, Düz ve Süper/Anadolu liseleri) öğrenimine devam eden 200 lise II. sınıf öğrencisi ve anne-babalarından olmuştur. Öğrencilerin ve annebabalarının benlik saygı düzeyini ölçmek için Güngör'ün geliştirdiği "Benlik Saygısı Envanteri" kullanılmıştır. Ölçek, her cümle için; "bana benziyor" (1) ve "bana benzemiyor" (0) seçeneklerine yer veren 75 sorudan oluşmaktadır. Öğrencilerden ve anne-babalardan, her cümle için kendilerine uygun olanları belirtmeleri istenmiştir. Benlik saygısı sonuçlarının değerlendirilebilmesi ve karşılaştırma yapılabilmesi amacıyla öğrencilerin ve anne-babaların benlik saygısı puanının ortalama ve standart hatası hesaplanmış ve düşük, orta, yüksek olarak, derecelendirilmiştir. Öğrencilerin ve anne-babaların benlik saygısı ilişkisi incelenirken bu değerler dikkate alınmıştır. Anket formunun ilk bölümünde öğrenciler için "Kisisel Bilgiler Formu"na yer verilmiştir. Bu formda öğrencilerin yaşı, cinsiyeti, okulu, babasının ve annesinin öz olup olmadığı, ailede kaç çocuk olduğu, ailede kaçınıcı çocuk olduğu, babasının öğrenim durumu, annesinin öğrenim durumu ve annesinin çalışma

durumu sorulmuştur. Belirlenen okullardaki öğrencilere 200 anket ve kişisel bilgi formu, annelere 200, babalara 200 anket olmak üzere toplam 600 anket dağıtılmıştır. Okul türlerine göre öğrencilerin benlik saygısı ile annenin öğrenim durumu arasında ilişki saptanamamıştır. Okul türlerine göre öğrencilerin benlik saygısı ile babaların öğrenim durumu arasında bir ilişki saptanamamıştır. Okul türlerine göre öğrencilerin benlik saygısı ile annelerinin çalışma durumu arasında Meslek Lisesi okul grubu için ilişki saptanmıştır. Okul türlerine göre öğrencilerin benlik saygısı ile cinsiyetleri arasında ilişki saptanamamıştır. Okul türlerine göre öğrencilerin benlik saygısı ile yaşları arasındaki ilişki saptanamamıştır. Okul Türlerine göre öğrencilerin benlik saygısı ile ailenin sahip olduğu çocuk sayısı arasında ilişki saptanamamıştır. Okul türlerine göre öğrencilerin benlik saygısı ile doğum sırası arasında ilişki saptanamamıştır. Öğrencilerin okudukları okul türüne göre sahip oldukları benlik saygısı arasında ilişki saptanamamıştır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu çalışma genel tarama modeli ile yapılacaktır. Tarama modelleri geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır (Karasar, 2000).

III. 1. Evren ve Örneklem

Evren, araştırma sonuçlarının genellemek istendiği elemanlar bütünüdür. İki tür evren vardır. Birincisi genel evren, diğeri ise çalışma evrenidir. Genel evren, tanımlanması kolay fakat ulaşılması güç ve hatta çoğu zaman olanaksız bir bütündür (Karasar, 1998:109–110). Bu araştırmada evren kavramı ile çalışma grubunu ifade edilmektedir.

Araştırmanın evrenini 2006–2007 eğitim öğretim yılında Kocaeli ili Kandıra ilçesindeki Milli eğitim Bakanlığına bağlı resmi orta öğretim kurumlarında eğitim öğretim gören öğrenciler oluşturmaktadır.

Araştırmanın çalışma grubu ise Anadolu Liselerinden Kandıra Anadolu Lisesidir. Araştırma örnekleme bu okulların tüm sınıf düzeylerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerinden tesadüfî küme örnekleme yöntemi ile seçilmiştir.

Araştırma örnekleme 101'i kız 114'ü erkek olmak üzere toplam 215 öğrenciden oluşmaktadır. Örnekleme oluşturan ergenlerin cinsiyet ve sınıflarına ilişkin sayısal değerler Tablo 1 de verilmiştir.

Tablo 1**Araştırma Grubunu Oluşturan Ergenlerin Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin
Betimsel İstatistikler**

		N	%
Öğrencinin sınıfı	9. sınıf	62	28,8
	10. sınıf	77	35,8
	11. sınıf	76	35,3
Öğrencinin cinsiyeti	Kız	101	47,0
	Erkek	114	53,0
Öğrencinin yaşı	15 yas	86	40,0
	16 yas	80	37,2
	17 yas	49	22,8
Ailenin toplam geliri	500 ytl ye kadar	25	11,8
	500 - 1000 ytl arası	92	43,4
	1000 -1500 ytl arası	78	36,8
	1500 ytl ve üzeri	17	8,0
Kardes sayisi	kardesim yok	12	5,6
	2 kardes	83	38,6
	3 kardes	76	35,3
	4 ve 4 den fazla	44	20,5
Annenin eğitim durumu	okuma-yazması yok	14	6,5
	ilkokul mezunu	123	57,2
	Ortaokul mezunu	43	20,0
	lise mezunu	25	11,6
	Üniversite mezunu	10	4,7

Babanın eğitim durumu	okuma-yazması yok	2	0,9
	ilkokul mezunu	86	40,0
	Ortaokul mezunu	51	23,7
	lise mezunu	43	20,0
	Üniversite mezunu	33	15,3
Anne ve baba ile çatışma yaşama	Evet	46	21,4
	Hayır	169	78,6
Cinsellik konusunda yeterince bilgiliyim	Evet	136	63,3
	Hayır	79	36,7
Öğretmenlerimiz öğrencilere karşı hoşgörülü ve anlayışlıdır	Evet	181	84,2
	Hayır	34	15,8

III. 2. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri araştırmacı tarafından toplanmıştır. Araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, ergenlerin psikolojik belirti düzeyleri ve uyumlarını ölçmek amacıyla “Kısa Semptom Envanteri” (KSE) ile “Offer Benlik İmgesi Ölçeği” daha önceden tesadüfî örnekleme ile belirlenen sınıflardaki öğrencilere aynı anda uygulanmıştır. Araçlar öğrencilere dağıtıldıktan sonra öğrencilere ölçeklerle ilgili yönergeler okunmuş, araştırmanın amacı ile ilgili bilgi verilmiş, soruları cevaplanmıştır. Uygulama yaklaşık 45-50 dakika sürmüştür. Uygulamada Envanter sonuçlarını merak eden öğrencilere rumuz yazmaları halinde yazılı olarak sonuçların ve açıklamanın yapılacağı bildirilmiş olup değerlendirmeler yapıldığında öğrencilerin

anlayabileceği şekilde ölçek puanları ve puanlarının belirttiği özellikleri açıklayan bilgiler öğrencilere sınıf öğrenci panoları yoluyla ulaştırılmıştır. Envanterler 1 aylık bir süre içinde uygulanmıştır.

III. 2. 1. Kişisel Bilgi Formu

Ergenlerle ilgili birtakım değişkenler hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Kişisel Bilgi Formunda öğrencinin cinsiyet, sınıf, dershaneye gidip gitmeme, anne-baba eğitim durumu, sosyoekonomik düzey, anne-baba ile çatışma yaşayıp yaşamaması, karşı cinsle arkadaşlık ilişkileri, sigara kullanma davranışı ve dış görünüşünden memnun olup olmama bulunmaktadır. Etik kurallar ve gerçekçi cevap alabilmek amacıyla araştırma sırasında öğrencilere kimlik bilgilerini içeren sorular yöneltilmemiştir.

III. 2. 2. Offer Benlik İmgesi Ölçeği

Ergenlerin 12 farklı alandaki uyumunu ölçmek amacıyla geliştirilen Kendini değerlendirme türü bir ölçektir. 99 soruluk form ergenlerin benlik imgesini beş boyutta (psikolojik, sosyal, cinsel, ailesel ve baş etme) değerlendirdiği kabul edilmektedir. Ölçek 10 alt ölçekten oluşmuştur ancak bir alt ölçek (bireysel değerler) yeterli iç tutarlılığa ulaşmadığı için çıkarılmıştır. Bu alt ölçekler; Aile ilişkileri, Dürtü kontrolü, Cinsel tutumlar, Ruh sağlığı, Baş etme gücü, Beden imgesi, Duygusal düzey, Çevre uyumu, Meslek ve Eğitim hedefleri, sosyal ilişkiler dir. Bireyin kendi kendine yanıtlayabileceği, uygulanması kolay bir ölçektir. Ergenden her madde için “hiç” ve “çok fazla” olmak üzere altı yanıt seçeneğinden en uygununu seçip, yanıt kâğıdında işaretlenmesi istenir.

Güvenirlilik: Kültürlerarası karşılaştırmaların yapıldığı çalışmalardan sonra, bazı alt ölçeklerin elenmesiyle, 99 soruluk formun, güvenilir olarak 10 alt ölçekten meydana geldiği ve bir alt ölçeğin ise (bireysel değerler), yeterli iç tutarlılığa ulaşamadığı kabul edilmiştir.

Geçerlik: Offer Benlik İmgesi Ölçeği'nin 99 maddelik uluslar arası form ile ilgili geçerlik bilgilerine ulaşamamıştır. 130 maddelik formunun geçerlik bilgileri aşağıda verilmektedir.

Yapı geçerliği: farklı örneklemlerle yapılan çalışmalarda alt ölçeklerin farklı özelliklerine ilişkin oldukları yönünde bulgular saptanmıştır.

Ölçüt bağımlı geçerlik: Offer Benlik İmgesi Ölçeği'nin BELL Envanteri, MMPI ve Tennessee Benlik İmgesi Testi ile korelasyonları, orta ve yüksek düzeyde bulunmuştur. Korelasyon değerleri belirtilmemektedir.

III. 2. 3. Kısa Semptom Envanteri

Psikolojik belirti düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Likert tipi bir ölçektir. . Bireylerin kendi kendilerine cevaplandırabilecekleri bir ölçektir. Ergenlerden her madde için “Hiç yok”,”Biraz var”,”Orta derecede var”,”Epey var” ve “Çok fazla var” seçeneklerinden birini işaretlemesi istenir. Verilen cevaplara 0 ile 4 arasında değişen puanlar verilir. Puan ranjı 0 – 212 dir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin semptomlarının sıklığını gösterir. Kısa Semptom Envanteri SCI – 90 – R ‘nin kısa formudur. 53 madde ve 9 alt ölçek ve 3 global indeksden oluşur.

Alt ölçekler ve global indekslerin içeriği aşağıdaki gibidir:

Somatizasyon (S):2,7,23,29,30,33,ve 37. maddeler

Obsesif-kompulsif bozukluk (OKB):5,15,26,27,32 ve 36. maddeler

Kişilerarası duyarlılık(KD):20,21,22 ve 42. maddeler

Depresyon (D): 9,16,17,18,35 ve 50. maddeler

Anksiyete Bozukluğu (AB): 1,12,19,38,45 ve 49. maddeler

Hostilite(H): 6,13,40,41 ve 46. maddeler

Fobik Anksiyete(FA): 8,28,31,43 ve 47. maddeler

Paranoid Düşünceler(PD): 4,10,24,48 ve 51. maddeler

Psikotizizm (P): 3,14,34,44 ve 53. maddeler

Ek maddeler (EM): 11,25,39 ve 52. maddeler

Rahatsızlık ciddiyeti indeksi: Alt ölçeklerin toplamının 53'e bölünmesi yoluyla elde edilir.

$(S+OKB+KD+D+AB+H+FA+PD+P+EM) / 53$

Belirti toplamı indeksi: 0 olarak işaretlenen maddeler dışındaki tüm maddelerin (pozitif olan tüm değerlerin) 1 olarak kabul edilmesi sonucu elde edilen toplam puandır.

Semptom rahatsızlık indeksi: Alt ölçeklerinin toplamının belirti toplamına bölünmesi ile elde edilir.

$$(S+OKB+KD+D+AB+H+FA+PDP+EM) / \text{Belirti toplamı}$$

Güvenirlilik: *İç Tutarlık:* Üç ayrı çalışma da ölçeğin toplam puanından elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları 0.96 ve 0.95, alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise 0.55 ile 0.86 arasında değişmektedir.

Geçerlilik: *Ölçüt bağımlı geçerlik:* Yapılan üç ayrı çalışma sonucunda Envanterin alt ölçeklerinin ve üç global indeks puanlarının Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile - 0.14 ve - 0.34 arasında, Boyuneğicilik Ölçeği ile 0.16 ve 0.42 arasında , Strese Yatkinlik Ölçeği ile 0.24 ve 0.36 arasında, Offer Yalnızlık Ölçeği ile - 0.34 ve - 0.57 arasında, Beck Depresyon Envanteri ile ise 0.34 ve 0.70 arasında değişen korelasyonlar gösterdiği belirlenmiştir.

Yapı geçerliği: Ölçeğin madde geçerliğini belirleyebilmek amacıyla örneklem, Strese Yatkinlik Ölçeği'nden alınan puanlara göre "Strese yatkin" ve "Strese yatkin olmayan" şeklinde uç gruplara ayrılmış ve 53 maddenin yalnızca üç maddesinin (4,8,26) ayırıcılığının istatistik anlamlılık düzeyine ulaşamadığı görülmüştür. Ölçeğin toplam puanı üzerinden yapılan analiz sonucunda ise ölçeğin bu iki uç grubu anlamlı düzeyde ayırt edebildiği bulunmuştur.

III.2.4. Benlik Saygısı Ölçeği

Ölçek, 1967 yılında ABD'de Ev Piers ve D. B. Haris tarafından geliştirilmiştir. Geliştirilen bu ölçek 1987 yılında Boğaziçi Üniversitesinden Necla Öner ve Melike Çataktı tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 80 soruluk bir testtir. 80 sorudan bireyi tanımlayanlar evet, tanımlamayanlar ise hayır ile cevaplandırılır.

Testin puanlanması yanıt anahtarına göre yapılır; her doğru yanıt 1 puan verilir. Ölçekten alınan yüksek puan bireyin kendisine karşı olumlu, düşük puan ise bireyin kendisine karşı olumsuz düşünce ve duygulara sahip olduğunu gösterir. Ölçeğin kullanımı için özel eğitim gerekmez.

III.3. Verilerin Analizi

Araştırmada veri toplamak amacıyla toplam 215 ergene bilgi formu, Kısa Semptom Envanteri, Offer Benlik İmgesi Ölçeği ve Benlik Saygısı Ölçeği uygulanmıştır. Yapılan anket çalışmasında 9, 10 ve 11. sınıflarda okuyan, 15-17 yaş arasında ve 101 kız, 114'ü erkek toplam 215 öğrenciye ulaşılmıştır. Elde edilen veriler bilgisayar ortamında dzenlendikten sonra SPSS programıyla analizleri yapılmıştır. Verilerin gvenirlik ve normallik ön testleri yapıldıktan sonra ilişki ve/veya fark testlerine geçilmiştir. Verilerin analizinde değişkenlere bağlı olarak çoklu regresyon analizi, korelasyon, t testi, Tukey testi ve LSD testi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırma problemlerinin sırasına göre elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 2

Benlik Saygısının Psikolojik Belirti

Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	R²	F	P
Benlik Saygısı	0,338	0,114	27,421	0,000

Benlik saygısının bağımsız değişken olarak denkleme sokulması sonucu regresyon katsayısı 0,338 olarak hesaplanmıştır. Psikolojik belirti puanlarındaki varyansın (değişkenliğin) % 11,4 düzeyinde adı geçen faktörden kaynaklandığı bulunmuştur. Ortaya çıkan 27,421 F değeri benlik saygısının psikolojik belirti düzeylerini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir ($p < 0.001$) Benlik saygısının psikolojik belirtileri yordama gücü tablo 3’de gösterilmiştir.

Tablo 3

Benlik Saygısının Psikolojik Belirti

Puanlarını Yordama Gücü

	Standart Hata	Standardize Edilmiş Beta	t	P
Benlik Saygısı	0,343	-0,338	-5,236	0,000

Tablo 3 incelendiğinde benlik saygısı puanları ($t = -5,236$; $p < 0,001$) psikolojik belirtileri anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir.

Tablo 4

Benlik Saygısının Uyum

Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	R²	F	P
Benlik Saygısı	0,308	0,095	22,261	0,000

Benlik saygısının bağımsız değişken olarak denkleme sokulması sonucu regresyon katsayısı 0,308 olarak hesaplanmıştır. Uyum puanlarındaki varyansın (değişkenliğin) % 9,5 düzeyinde adı geçen faktörden kaynaklandığı bulunmuştur. Ortaya çıkan 22,261 F değeri benlik saygısının uyum düzeylerini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir ($p < 0.001$) Benlik saygısının uyum düzeylerini yordama gücü tablo 5’de gösterilmiştir.

Tablo 5

Benlik Saygısının Uyum

Puanlarını Yordama Gücü

	Standart Hata	Standardize Edilmiş Beta	t	P
Benlik Saygısı	0,433	0,308	4,718	0,000

Tablo 5 incelendiğinde benlik saygısı puanları ($t = 4,718$; $p < 0,001$) uyum düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir.

Tablo 6**Ergenlerin Benlik Saygısı ile Psikolojik Belirti ve Uyumları Arasındaki İlişkiler**

		Psikolojik Belirti	Uyum
Benlik Saygısı	r	-,338	,308
	p	,000	,000
	N	215	215

Ergenlerin benlik saygısı puanları ile psikolojik belirtileri arasında negatif yönlü ($r = -.338$; $p < .001$) uyumları arasında ise pozitif yönlü ($r = .308$; $p < .001$) anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Ergenlerin benlik saygısı yükseldikçe psikolojik belirtileri düzeyleri azalmakta, uyum düzeylerinde ise olumlu bir etki ortaya çıkmaktadır.

Tablo 7**Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirtilerine Ait n, \bar{X} , Ss Değerleri**

Gruplar	n	\bar{X}	Ss
9. Sınıf	62	57,17	33,07
10. Sınıf	77	61,61	32,30
11. Sınıf	76	61,88	33,86

Sınıf değişkenine göre ergenlerin psikolojik belirti puan ortalamaları 9. sınıf öğrencilerinde 57,17; 10. sınıf öğrencilerinde 61,61 ve 11. sınıf öğrencilerinde ise 61,88 olarak hesaplanmıştır. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma olup olmadığının belirlenmesi için yapılan varyans analizi sonuçları tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8

**Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirtilerine Ait Varyans Analizi
Bulguları**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P- Değeri
Gruplar Arasında	923,338	2	461,669	0,422	0,656
Gruplar İçinde	232085,294	212	1094,742		P>0. 05
Toplam	233008,633	214			Önemsiz

Tablo 8 incelendiğinde ergenlerin psikolojik belirti F değeri 0,422 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç 0. 05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 9

Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Uyumlarına Ait n, \bar{X} , Ss Değerleri

Gruplar	n	\bar{X}	Ss
9. Sınıf	62	345,33	33,85
10. Sınıf	77	346,46	36,60
11. Sınıf	76	330,90	49,03

Sınıf değişkenine göre ergenlerin uyum puan ortalamaları 9. sınıf öğrencilerinde 345,33; 10. sınıf öğrencilerinde 346,46 ve 11. sınıf öğrencilerinde ise 330,90 olarak hesaplanmıştır. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma olup olmadığının belirlenmesi için yapılan varyans analizi sonuçları tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10**Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Uyumlarına Ait Varyans Analizi Bulguları**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P- Değeri
Gruplar Arasında	11182,012	2	5591,006	3,367	0,036
Gruplar İçinde	352067,411	212	1660,695		P<0. 05
Toplam	363249,423	214			Önemli

Tablo 10 incelendiğinde ergenlerin uyum puanları F değeri 3,367 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç 0. 05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla LSD testi yapılmış sonuçlar Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11**Sınıf Değişkenine Göre Ergenlerin Uyumlarına Ait LSD Testi Sonuçları**

Değişken	Sınıf (I)	Sınıf (II)	Ortalamalar arası fark	Standart hata	P
Uyum	9. Sınıf	11. Sınıf	14,4308	6,9740	0,040
	10. Sınıf	11. Sınıf	15,5596	6,5893	0,019

Tablo 11 incelendiğinde 9. sınıf ve 10. sınıf öğrencilerinin uyum puan ortalamaları 11. sınıf öğrencilerinin anlamlı düzeyde yüksek hesaplanmıştır.

Tablo 12**Cinsiyete Göre Ergenlerin Psikolojik Belirti Puanlarına Ait t-testi Sonuçları**

Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	P-Değeri
Kız	101	67,49	30,80	3,028	0,003
Erkek	114	54,16	33,73		P<0. 05 Önemli

Tablo 12 incelendiğinde araştırmaya katılan kız öğrencilerin psikolojik belirti puan ortalamaları 67,49 iken erkeklerin puan ortalamaları 54,16 olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan 3,028 t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Tablo 13**Cinsiyete Göre Ergenlerin Uyum Puanlarına Ait t-testi Sonuçları**

Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	P-Değeri
Kız	101	334,64	44,10	-2,005	0,046
Erkek	114	345,95	37,84		P<0. 05 Önemli

Tablo 13 incelendiğinde araştırmaya katılan kız öğrencilerin uyum puan ortalamaları 334,64 iken erkeklerin puan ortalamaları 345,95 olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan -2,005 t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Tablo 14**Ebeveynle Çatışma Yaşama Durumu Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirti Puanlarına Ait t-testi Sonuçları**

Ebeveynle Çatışma	n	\bar{X}	Ss	t	P-Değeri
Evet	46	77,52	33,57	3,937	0,000
Hayır	168	55,81	31,44		P<0. 001 Önemli

Tablo 14'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan ergenlerde ebeveynle çatışma yaşayanların psikolojik belirti puan ortalamaları 77,52 iken çatışma yaşamayanların puan ortalamaları 55,81 olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan 3,937 t değeri 0,001 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Tablo 15**Ebeveynle Çatışma Yaşama Durumu Değişkenine Göre Ergenlerin Uyum Puanlarına Ait t-testi Sonuçları**

Ebeveynle Çatışma	n	\bar{X}	Ss	t	P-Değeri
Evet	46	314,65	45,71	-4,515	0,000
Hayır	168	347,71	37,08		P<0. 001 Önemli

Tablo 15'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan ergenlerde ebeveynle çatışma yaşayanların uyum puan ortalamaları 314,65 iken çatışma yaşamayanların puan ortalamaları 347,71 olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan -4,515 t değeri 0,001 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Tablo 16

Sigara Kullanma Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirti Puanlarına Ait t-testi Sonuçları

Sigara Kullanma	n	\bar{X}	Ss	t	P-Değeri
Evet	37	72,13	28,44	2,666	0,010
Hayır	178	57,99	33,42		P<0. 05 Önemli

Tablo 16 incelendiğinde sigara kullanan ergenlerin psikolojik belirti puan ortalamaları 72,13 iken sigara kullanmayanların puan ortalamaları 57,99 olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan 2,666 t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç sigara kullananların psikolojik belirti düzeylerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Tablo 17

Sigara Kullanma Değişkenine Göre Ergenlerin Uyum Puanlarına Ait t-testi Sonuçları

Sigara Kullanma	n	\bar{X}	Ss	t	P-Değeri
Evet	37	320,32	51,93	-2,731	0,009
Hayır	178	344,86	37,41		P<0. 05 Önemli

Tablo 17 incelendiğinde sigara kullanan ergenlerin uyum puan ortalamaları 320,32 iken sigara kullanmayanların puan ortalamaları 344,86 olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan -2,731 t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç sigara kullananların uyum düzeylerinin düşük olduğuna işaret etmektedir.

Tablo 18**Ebeveynlerin Anlayışlı Davranması Değişkenine Göre Ergenlerin Psikolojik Belirti Puanlarına Ait t-testi Sonuçları**

Ebeveyn Anlayışlı Davranıyor mu?	N	\bar{X}	Ss	t	P-Değeri
Evet	179	56,58	31,36	-3,685	0,001
Hayır	36	79,55	34,66		P<0. 05 Önemli

Tablo 18’de görüldüğü gibi ebeveyni anlayışlı davranan ergenlerin psikolojik belirti puan ortalamaları 56,58 iken anlayışlı davranmayanları puan ortalamaları 79,55 olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan -3,685 t değeri 0,01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Tablo 19**Ebeveynlerin Anlayışlı Davranması Değişkenine Göre Ergenlerin Uyum Puanlarına Ait t-testi Sonuçları**

Ebeveyn Anlayışlı Davranıyor mu?	N	\bar{X}	Ss	t	P-Değeri
Evet	179	342,48	41,75	1,570	0,122
Hayır	36	331,50	37,54		P>0. 05 Önemsiz

Tablo 19’da görüldüğü gibi ebeveyni anlayışlı davranan ergenlerin uyum puan ortalamaları 342,48 iken anlayışlı davranmayanları puan ortalamaları 331,50 olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan 1,570 t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır.

BÖLÜM 5

TARTIŞMA VE YORUM

Ergenlerin Psikolojik Belirti Düzeylerini ve Uyumlarını yordayan anne-baba tutumu, kardeş sayısı, sosyo-ekonomik durum, öğretmen tutumu, sınıf, sosyal etkinliklere katılma, cinsel eğitim alma, öğrencilerin alan tercihi, ders çalışma ortamı, planlı ders çalışma alışkanlığı ve bir bilgisayara sahip olup olmama gibi değişkenlerin ergen üzerindeki etkilerini anlayabilmek için Kısa Semptom Envanteri, Offer Benlik İmgesi Ölçeği ve Benlik Saygısı Ölçeği olmak üzere 3 (üç) ayrı ölçek uygulanmıştır.

Öğrencilerin bilgileri incelendiğinde “öğrencinin sınıfı ve cinsiyeti” dışındaki tüm faktörlerin kendi içlerinde farklılaştıkları görülmektedir. Bu da öğrencilerin belirli bir yönde baskın farklılıkları olduğunu göstermektedir.

Ruth Benedict de bu çalışmaya paralel olarak (1887-1948) ergenin davranışlarının yetistikleri çevreye büyük ölçüde bağlı olduğunu savunmuştur. Benedict'in (1938) belirli ergen davranış ve sorunlarının kültürden kültüre farklılık gösterdiğini ortaya koymuş; ergenlikte stresin yoğun yaşandığı kültürlerin ne gibi ortak özellikleri olduğunu ve bu kültürlerin ergenliğin daha sakin ve sorunsuz yaşandığı diğer kültürle ne gibi sistematik farkları olduğunu araştırmıştır. Çalışmada sosyalleşme, eğitim ve yetistirme şekli üzerinde ve ergenlerin psikolojik uyumları üzerinde odaklanmış; stressiz kültürlerde eğitim ve sosyalleşmenin diğerlerine nazaran kademeli ve sürekli olduğunu ve uyum sorunlarını kültürden kültüre değiştiğini belirlemiştir. Bu da bizim bulgularımızla örtüşmektedir.

Korkut (2004) başa çıkma yollarının kullanımında kişilik özelliklerinin etkili olduğunu gösteren şu araştırmaları aktarmaktadır. Benlik kavramları ve saygıları yeterli olanlar problem çözme ya da sosyal destek arama gibi aktif başa çıkma yollarını tercih ederken aksi nitelikteki grubun, inkâr ya da kaçınma gibi pasif başa çıkma yollarını tercih ettikleri anlaşılmıştır (Smith ve ark. 1992).

Etkisiz bir yöntem olarak kaçınma, düşük kişisel, sosyal ve genel uyuma sahip ergenlerin kullandığı bir başa çıkma stratejisidir. Bu görüş bizim bulgularımızı desteklemektedir.

Araştırmada erkek öğrencilerinin kız öğrencilere göre kişisel uyum puanlarının daha yüksek olduğu, kız ve erkek ergenlerin sosyal uyum puanları arasında bir farklılık olmadığı, erkeklerin genel uyum düzeylerinin kızlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Bu konuda yapılan diğerk çalışmalardan Kızıltan (1984)'ın üniversite öğrencilerinin kişisel ve sosyal uyum düzeylerini etkileyen etmenler konulu araştırmasında cinsiyetlerine göre öğrencilerin sosyal ve genel uyum düzeylerinde önemli fark bulunmamış, kişisel uyum düzeyi bakımından ise farklı cinsteki öğrencilerin uyum düzeyleri arasında, erkek öğrencilerin lehine önemli fark olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlar araştırmamız sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Ancak Sivrikaya (1992) araştırmasında cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin uyum düzeyleri arasında. 05 anlam düzeyinde bir farklılığın olmadığını belirlediğini bildirmiştir. Buda bizim bulgularımızla benzeşmektedir.

Cinsiyete göre kişilik farklılıklarının ölçüldüğü diğerk bazı araştırmalardan ise şu sonuçlar alınmıştır. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Erkeklerin sosyal odaklı mükemmeliyetçilik ve mükemmeliyetçilik toplam puanları kız öğrencilere oranla anlamlı biçimde daha yüksektir (Benk, 2006). Bu konuda Dinç (2001)'in araştırmasındaki sonuçlar ise kızların daha mükemmeliyetçi olduğudur ki bu durum erkek ve kız çocuklarının yetiştirilmesindeki tutum farklılığına bağlanmıştır. Çiğdemoğlu (2006) özsaygı ve dışadönüklük bakımından erkek ve kız öğrenciler arasında anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşmıştır. Aksoy (1992) lise son sınıf öğrencilerinin öz saygı ve denetim odağını etkileyen bazı değişkenler konulu araştırmasında cinsiyetin benlik saygısı üzerinde bir etken olmadığını bulmuştur. (Akt: Uyanık Balat ve Akman, 2004).

Kişilik özelliklerinin sosyoekonomik seviyeye göre farklılaştığı sonuçlarına ulaşan ülkemizde 1990'larda yapılan araştırmalardan aktaran Kulaksızoğlu (1998) üst sosyoekonomik seviye (SES)'deki ergenlerin alt SES'deki ergenlere göre daha olumlu benlik imgesine sahip oldukları, SES'leri yüksek olan ergenlerin, düşük olanlara oranla duygularını kontrol etme, buluğdaki değişikliklere uyum sağlama, cinsiyetle ilgili sorunlarla baş etme, anne baba ile uyumlu ilişkiler kurma konusunda daha başarılı olduklarını alt SES'deki ailelerin çocukları için "eğitimsel beklenti düzeylerinin" üst SES'deki ailelerden düşük olduğunu (Türker, 1997), ergenlerin ailelerinin gelir düzeyi arttıkça özsaygı düzeylerinin yükseldiğini (Güngör, 1989) yani sosyoekonomik seviyeye göre kişilik özelliklerinin farklılaştığını bildirmektedir.

Bu çalışmada benlik saygısı bağımsız değişken olarak denkleme sokulmuştur. Psikolojik belirti puanlarındaki varyansın (değişkenliğin) adı geçen faktörden

kaynaklandığı bulunmuştur. Ortaya çıkan değer benlik saygısının psikolojik belirti düzeylerini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Ortaya çıkan sonuca göre, Benlik saygısı puanlarının psikolojik belirtileri anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir.

Benlik saygısı ergenlik döneminde önem kazanan bir durumdur. Bu dönemde geliştirilen benlik saygısının düşük olması, daha sonraki yıllarda kişinin benliğini kabul etmemesine neden olabilir. Böyle bir durumda içe kapanma ya da saldırganlık gibi davranışlar gözükabilir. (Kulaksızoğlu, 2001).

Benlik saygısını daha iyi kavrayabilmek için şöyle bir örnek verilebilir: Sosyal ilişkiler açısından ergenlik dönemi karşı cinsten kişilerle birlikte keşif yapma dönemidir. Karşı cinsle arkadaşlık benlik saygısı için yüksek düzeyde risk içermektedir. Karşı cinsle ilişki kurmak bu dönemde karmaşık ve şaşırtıcı gelebilir. Tam tersi olarak belli bir zaman içinde bunlardan biri tarafından kabul görmek ve beğenilmek çok önemli bir benlik yükselticidir. (Kulaksızoğlu, 2001).

Kulaksızoğlu (2001) “ Özerk olmayı başarma, ergenler için önemli bir başka benlik saygısı kaynağıdır ve diğer birçok mücadele gibi, kişisel özerklik mücadelesinde evde başlar” der. Ebeveynlerin ergenin bağımsız bir kişilik geliştirmesi için yapmaları gereken pek çok şey vardır. Destekleyici, esnek bir aile sistemi içinde genç, gerçekçi bir özerklik duygusuna ulaşır. Daha sonraki hayatında başarının yakalanmasına yüksek oranda etki eder.

Bu bağlamda bu çalışma da, Benlik saygısı bağımsız değişken olarak denkleme sokulmuştur. Uyum puanlarındaki varyansın (değişkenliğin) adı geçen faktörden kaynaklandığı bulunmuştur. Ortaya çıkan değer benlik saygısının uyum düzeylerini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Harter (1990)’a göre benlik saygısını “bir birey olarak kişi kendisini ne ölçüde sevmekte, kabul etmekte ve kendisine ne ölçüde saygı duymakta” sorusu ile açıklama çalışmıştır. Harter (1990) benlik saygısına ilişkin iki farklı kuramsal görüş sunmaktadır. Bunlardan birincisi, William Cames’in görüşüdür ki burada benlik saygısı bireyin belirli bir alanda algılanan başarısının oranı olarak görülmektedir ki birey burada başarıya odaklanmıştır. İkinci kuramsal görüş C. Horton Cooley’in olup, bu görüşe göre benlik saygısı kişinin kendisi için önemli olan kişilerin kendisini nasıl gördüğüne ilişkin algısıdır. Benlik saygısı ile diğer değişkenler arasındaki ilişkiler yoğun olarak araştırılmıştır. Düşük benlik saygısı, düşük yaşam tatmini, yalnızlık, depresyon,

anksiyete, alınganlık ve sinirlilikle ilişkilidir(Rosenberg, 1985). Yüksek benlik saygısı, ailedeki aitlik algısıyla ilişkisi vardır. Ayrıca yüksek benlik saygısı, okullarda akademik başarı (O'Malley ve Bachman, 1979) ile içsel kontrol, yüksek ailevi kabul ve olumlu kendini çekici bulma duygusu (Griffore, Kallen, Popovich ve Powell, 1990) ile ilişkili bulunmuştur.

Ergenlerin benlik saygısı puanları ile psikolojik belirtileri arasında negatif yönlü, uyumları arasında ise pozitif yönlü anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Ergenlerin benlik saygısı yükseldikçe psikolojik belirtileri düzeyleri azalmakta, uyum düzeylerinde ise olumlu bir etki ortaya çıkmıştır.

Çeşitli araştırmalar benlik saygısının başatme stratejisinin önemli bir değişkeni olduğunu ortaya koymuştur. Örnek araştırmalar yüksek benlik saygısına sahip ergenlerin düşük benlik saygısına sahip olanlara göre sorunlarla daha iyi baş ettiklerini göstermektedir (Harter, 1990).

Harter (1990),Bir araştırmada 11 yaşında okul çağındaki İskoç kızlardan alınan örnekleme benlik saygısının ergenlik zamanı ve bedensel imaj arasındaki ilişkisini incelemiştir. 11-13 yaş grubundaki erken olgunlaşan ve zayıf bedensel imajı(beden ölçüsü ve fiziksel görünüm açısından) olan çocukların düşük benlik saygısının olduğu belirlenmiştir. (Harter,1990). Ayrıca bu yaş grubunda ergenlik zamanı ile fiziksel imajın dolaylı olarak benlik saygısıyla ilişkisi olduğuna dair delillerde sunulmuştur. 13 yaş grubundakilerde de beden ölçüsü ile zayıf bedensel görünüş algısının düşük benlik saygısının kestiricisi olduğu rapor edilmiştir. Sonuç olarak ergenlik zamanı, bedensel imaj ve benlik saygısını etkilemektedir (Harter, 1990).

Başka bir araştırmada gençlerde madde bağımlılığı, erken cinsel ilişki, yeme bozuklukları ve intihar eğilimleri gibi davranışların düşük benlik saygısıyla ilişkisi olduğu genellikle kabul edilmektedir. (Rosenberg, 1985). Bu soruna yönelik yapılan bir çalışmada 9-13 yaşları arasındaki çocukların akademik ve global benlik saygıları ile 15 yaşındaki Yeni Zellanda'lı oldukça büyük örneklem grubundaki gençlerin madde bağımlılığı, erken cinsel ilişki, yeme bozuklukları ve intihar eğilimleri gibi davranışlar arasındaki kestirimci ilişki incelenmiştir. 9-13 yaşlarındaki çocukların global benlik saygısının düzeyleri gençlerin yeme bozuklukları, intihar eğilimi ve çeşitli sağlık sorunlarını kestirmede başarılı olmuştur (Rosenberg, 1985). Fakat benlik saygısının düzeyleri daha sonra madde bağımlılığı ve erken cinsel ilişki sorunlarını kestirmede başarılı olamamıştır.

Örneklere de görüldüğü gibi benlik saygısını etkileyen farklı problemler vardır. Benlik saygısının dayandığı kriterler, aileler, topluluklar, ırklar ve kültürel topluluklara göre farklılık göstermektedir.

Öğrencilerin kişisel uyum düzeylerinin 1, 2 ve 3. sınıf düzeyinde olmalarına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği, ergenlerin sınıf düzeylerine göre sosyal uyum düzeylerinde farklılık olmadığı, ergenlerin sınıf düzeylerine göre genel uyum düzeylerinde farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır.

Lise öğrencilerinin kişilik özelliklerinin sınıf düzeylerine göre farklılaşmadığını bildiren Gökten (2007)'in araştırmasında beş faktör kişilik modelindeki Dışa Dönüklük, Geçimlilik, Sorumluluk ve Duygusal Dengesizlik boyutlarından elde edilen puanları aritmetik ortalamalarında sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Benim yaptığım bu araştırma da Sınıf değişkenine göre ergenlerin psikolojik belirti puan ortalamaları hesaplanmıştır.

Sınıf değişkenine göre ergenlerin uyum puan ortalamaları 9. sınıf öğrencilerinde; 10. sınıf öğrencilerinde ve 11. sınıf öğrencilerinde ayrı ayrı hesaplanmıştır. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma olup olmadığının belirlenmesi için varyans analizi yapılmıştır.

Yapılan varyans analizi sonucunda ergenlerin uyum puanları değeri hesaplanmıştır. Bu sonuç 0.05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

LSD testi sonucunda 9. sınıf ve 10. sınıf öğrencilerinin uyum puan ortalamaları 11. sınıf öğrencilerinin anlamlı düzeyde yüksek hesaplanmıştır. LSD testinin sonucunda da 11. sınıflarda uyum puan ortalamasının 9. ve 10. sınıf ortalamalarından yüksek olmasında 11. sınıfa devam eden öğrencilerde ÖSS 'ye hazırlanma ve bunun getirdiği stres ve sorumluluğun etkisinin olduğunu söylemek daha doğru olacaktır. Bu önemli etken değerlendirmede göz önünde tutulmalıdır.

Araştırmaya katılan kız öğrencilerin psikolojik belirti puan ortalamaları erkeklerin puan ortalamalarından fazla hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış, t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuçlardan anlıyoruz ki; kız öğrenciler için olaylar ve yaşananların kendilerinde bıraktığı psikolojik etki, erkek öğrencilere göre daha fazladır.

Yine elde edilen diğ er bir sonuç; araştırmaya katılan kız öğrencilerin uyum puan ortalamaları erkeklerin puan ortalamalarından daha düşük olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış, t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Ergenler okul, aile ve arkadaşları ile olan sorunlarını davranışları ile gösterirler. Ciddi anlamda iletişim kuramayabilirler; kendilerini ifade etmezler veya ifade etmek istemezler. Ergenlerde ie y nelme, mutsuzluk g r l r. Ergenin kendi odasına kapanarak yalnız kalmak istemesi doğaldır.  nk  ergen aileden uzaklaşmak ister. Ancak bu ciddi boyutlara ulaştığında; ergen tamamen t m çevresine, arkadaşlarına kendini kapattığı anda, "ben mutsuzum ve sorunlarımla baş başa kalıyorum" mesajı verir. Diğ er taraftan ergenler özellikle okulda, çok sık g r ölen yıkıcı davranışlar sergilerler. Bu d önemde ergen aileye karşı çok yoğun tepkiler vermeye başlar ve akademik açıdan yoğun bir d ř ř g r ölebilir. Bunlar ailelerin ve eğitmenlerin çok dikkat etmesi gereken noktalardır. Ergenin yardım çağrısıdır t m yaşananlar (Eroğlu,1998).

Öncelikle ergeni tanımak, ergendeki değişiklikleri g zlemlemek ve g örmek çok önemlidir. Aileler, baskılamak ve eleştirmek yerine normal bir yaklaşım sergilemelidir. Eleştiri ve baskı çocuğun ailesine, okulda yaşadığı sorunlara ve yalnızlığına dair çatışmaları artırır ve genç her şeye tepki vermeye başlar. Oysa karşımızda anlaşılması gereken bir birey vardır. Ergen g öven duygusunu arzular ve kendisine destek olunmasını ister. Özelikle anne babanın desteği ergen için çok önemlidir. Eleştirmek yerine ergenin sergilediği davranışların nedenleri araştırmak daha doğru olacaktır. nemli olan nokta, çerçeveyi belirleyerek ergenin bu ereve içerisinde rahat bir şekilde hareket etmesini sağlamak, olmalıdır.

- Anne babalar ergenlerin kendi kimliklerini ortaya koymalarına izin vermelidirler.
- Ergenin ayrı bir kişilik olduğu kabul edilmelidir. B öylece ergenle iletişim daha sağlıklı olur.
- Ebeveynler gencin duygularını yoğun bir şekilde yaşadığını ve d ř ncelerinin doğru ve kesin olduğuna inandığını unutmamalıdır.
- Anne babasından anlayış g üremeyen, onlarla çatışma içinde olan genç; evde bulamadığı g veni arkadaş çevresinde arar. Arkadaşlarından ayrı

kalmamak için kendisine aykırı gelen düşünceleri, tutumları ve davranışları bile benimseyebilir. Bu sebeple ebeveynler mümkün olduğunca mutlu bir aile ortamı sağlamaya çalışmalıdır.

- Gençlerle iletişimde önemli kurallardan biri de, ebeveynlerin gencin tepkileri ve çelişkili davranışları karşısında soğukkanlı kalabilmeleridir (Eroğlu,1998).

Araştırmaya katılan ergenlerde anne-babayla çatışma yaşayanların psikolojik belirti puan ortalamaları 77,52 iken çatışma yaşamayanların puan ortalamaları 55,81 olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan 3,937 t değeri 0,001 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Sonuçlardan da anlaşılacağı gibi anne-babayla çatışma yaşayan ergenin yaşamayana göre daha fazla psikolojik belirtiye sahip olması anne-baba açısından bu çatışma halinin en aza indirme sorumluluğunu ortaya çıkarmıştır.

Araştırmaya katılan ergenlerde anne-babayla çatışma yaşayanların uyum puan ortalamaları çatışma yaşamayanlara göre daha düşük hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış, t değeri 0,001 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Açıkça görülmektedir ki; anne-baba ile çatışma yaşama ergeni olumsuz etkilemekte ve her açıdan uyum sorunu yaşamasına sebep olmaktadır. Anne baba ile çatışma yaşamayan ergenlerin kişisel uyum, sosyal uyum ve genel uyum puanlarının, çatışma yaşayanlara oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yani anne baba ile çatışma yaşayan ergenlerin uyum düzeyleri çatışma yaşamayanlara göre düşüktür.

Ergenlerin uyum düzeylerinin anne baba ile çatışma yaşamadan etkilenip etkilenmediğini direkt inceleyen bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Ancak Jenson ve arkadaşları (2003)'na göre uyumluluk yıkıcı çatışma örüntüleri ile negatif ilişkilidir. Yüksek uyumlu çocuklar manipülasyonda, suçta, fiziksel güç kullanmada düşük uyumlu çocuklardan daha düşük sonuçlar almışlardır (Akt: Küçükbaşol, 2006).

Yine başka bir araştırma bulgusuna göre anlaşılmalı; sigara kullanımının ergen üzerindeki uyum ve psikolojik belirti puanlarını olumsuz etkilemektedir. Sigara kullanan ergenlerin psikolojik belirti puan ortalamaları, sigara kullanmayanların puan ortalamalarından daha yüksek olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınanmış hesaplanan 2,666 t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç sigara kullananların psikolojik belirti düzeylerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Sigara kullanmayan ergenlerin kişisel uyum, sosyal uyum ve genel uyum düzeyleri, sigara kullanan ergenlerden daha yüksektir. Olumsuz bir davranış olan sigara içme ergenlerin düşük uyum düzeylerinden kaynaklanmaktadır. Alikışıfoğlu ve Ercan (2002) bu sonucu destekleyen şu çalışmaları aktarmıştır. Birçok kişisel özellik ergeni madde kullanmaya eğilimli kılar. Kişilik veya mizaç problemleri ile madde bağımlılığı arasında yakın ilişki bulunmuştur (Hogan, 2000, MacKenzie ve Kipke,1998, Heyman, Adger 1997). İsyankârlık, otoriteye direnç, yetersizlik hissi, umutsuzluk, özgürlük ve heyecan arayışı ve yakın ilişkiler kuramama ergeni maddelerde kabul ve teselli arama riskine sokabilir.

Sigara içen ergenlerin içmeyenlere göre okul başarıları düşük bulunmuştur. Dikkatin bir noktada yoğunlaştırılması sigara alışkanlığı olanlarda güç olmaktadır (Köknel, 1997). Depresif belirtiler ile sigara içmeye dönük eylemsel tutum ve öz yönelime dönük tutum arasında da olumlu anlamlı yönde ilişkiler bulundu. (Yazıcı, 2007). Haaga (1992)'nin araştırmasında öz-yeterlik inancı güçlü olan bireylerin sigara içmeye başlama eğilimleri düşükken düşük öz-yeterlik inancına sahip olan bireylerin daha çok sigara içmeye yöneldiği gözlenmiştir (Akt: Yazıcı ve ark, 2007).

Sigara kullanan ergenlerin uyum puan ortalamaları sigara kullanmayanlara göre daha düşük olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınıanmış, t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç sigara kullananların uyum düzeylerinin düşük olduğuna, kullanmayanların yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Ebeveyni anlayışlı davranan ergenlerin psikolojik belirti puan ortalamaları anlayışlı davranmayanlara göre daha düşük olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınıanmış, t değeri 0,01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Anlayışlı ebeveynin ergen için olumlu bir etkiye sahip olduğu bu sonuçlardan açıkça görülmektedir.

Ebeveyni anlayışlı davranan ergenlerin uyum puan ortalamaları anlayışlı davranmayanlara göre daha yüksek olarak hesaplanmıştır. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılık testi t testi ile sınıanmış, t değeri 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Ebeveynin anlayış ve hoşgörüsü ergenin uyumu üzerinde direk bir etkiye sahiptir. Bu yüzden anne-babaya düşen rol, bu konuda ergene karşı sonsuz bir hoşgörü değil, sınırları ergene ve uyum zorluğu çektiği alana göre ayarlanmış bir anlayış olmalıdır.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Benlik saygısı yüksek olan, kendine güvenen, anne-babayla çatışma yaşamayan, anlayışlı ve hoşgörülü bir ebeveyne sahip, sigara kullanmayan ergenlerin psikolojik belirti ve uyum düzeyleri yüksek, aksi durumda olan ergenlerinki ise uyum ve psikolojik belirti düzeyleri düşük çıkmıştır. Başta ergenin kendisi olmak üzere; evde anne-baba, okulda öğretmen, sosyal hayatta arkadaş karşısındaki bireyin bir yetişkin olduğunu unutmamalıdır. Herkes üzerine düşen görevi hakkıyla yaparsa, sorunu enaza indirmek hatta ortadan kaldırmak mümkün olacaktır. Sağlıklı gelecekler için bu sorumluluğu paylaşmak da hepimizin öncelikli ödevidir.

Ergenlerin yaşadıkları sorunların farkına varabilen ve bunlarla başa çıkabilen bireyler olmaları için eğitim kurumları tarafından kişisel ve sosyal uyuma yönelik gelişim programları sunulmalıdır. Çocukluktan itibaren sağlıklı bir gelişim gösterebilecek şekilde yetiştirilen ergenler anne baba ile çatışma yaşamayacak ve uyum düzeyi yüksek bireyler olacaklardır. Anne ve babaların çocukların kişisel ve sosyal uyumu yüksek bir kişilik sahibi olabilmeleri için neler yapmaları gerektiğini çok iyi bilmeleri ve yaşadıkları çatışmaları çözme becerilerini kazanmaları gerekmektedir. Bu nedenle de bireysel ve grup olarak ergenlere sunulan rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin ailelere de sunulması faydalı olacaktır.

Çocukların sağlıklı koşullarda büyümeleri için önce anne ve babaların sigara konusunda kötü örnek olmamak için duyarlı ve istekli olmaları sağlanmalıdır. Ergenlerin sigara içme nedenleri bulunmalı ve bu nedenleri ortadan kaldıracak onların sorunlarını çözebilecek yeterlilikte olmalarını, kişisel uyumları yüksek bireyler haline gelmelerini sağlayacak bireysel ve grup çalışmaları yapılmalıdır.

Anne-baba kendi arasındaki problemleri ve anlaşmazlıkları ergenden izole ortamlarda tartışıp sonuca ulaştırmalıdır. Ergenin önünde oluşan tartışma ve kavgalar onun ilerideki hayatını etkileyecek kadar olumsuz sonuçlara yol açar. Sevilmediği ve terk edileceği hissine kapılan ergen bu duyguları üzerinden uzun süre atamaz.

Aile ergeni sevdiğini ve değer verdiğini her davranışıyla gence sergilemelidir. Onun kararlarına saygılı davranmalıdır. Ergenin olumsuz davranışlarını değerlendirirken bile, aile onu yargılamak yerine anlamaya çalışmalıdır. Ergenin, ailesi tarafından onure edilmesi ve başarılarının takdir edilmesi onda güven ve değerlilik duygusu geliştirir. Aile buna azami özen göstermelidir

Sigara içme, anne baba ile çatışma, ebeveynin hoşgörülü olmaması gibi özelliklerin kişisel, sosyal ve genel uyumun azlığından kaynaklandığını sonucuna ulaşılmıştır. Uyum azaldıkça kaçınmanın artması nedeni ile gençlerle yapılan her türlü önleme ve iyileştirme çalışmalarının sonuçları da her yönden tespit edilmelidir. Çocuk ve ergen gelişiminin sağlıklı olması için psikolojik danışma hizmetleri sistemli ve sürekli sağlanabilmelidir. Elbette ki bunun yapılabilmesi için çocuk ve ergenlerle çalışan psikolojik danışmanların çalışma koşullarının bu hizmeti verebilmelerine imkân vermesi gerekmektedir.

KAYNAKÇA

- Abalı, O. (2004) Ergenlik Dönemi ve Sorunları. Birinci Baskı, İstanbul; Epsilon,; 17-20.
- Adams, J. F. (1995). Ergenliği anlamak. J. F. Adams (Ed) Ergenliği anlamak (13-47) (Çev. A. Dönmez) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi
- Adams, G. (2000). Adolescent development the essential readings. Blackwell Publishers Ltd. UK: Oxford
- Allen, J. P. Hauser, S. T. Eickholt, C. Bell, K. L. & O'Connor, T. G. (1994). Autonomy and relatedness in family interactions and predictors of expressions of negative adolescent affect. Journal of Research of Adolescence 4 (4), 535-552.
- Alikaşifoğlu, M. ve Ercan O. (2002) Ergenlerde Madde Kullanımı. Türk Pediatri Arşivi, 37 (2):066-073. 23. 11. 2007
- Arnett, J. J., & Taber, S. (1994). Adolescence terminable and interminable: When does adolescence end? Journal of Youth and Adolescence, 23, 517-537.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood a theory of development from the late teens through the twenties. American Psychologist, 55, 469-480.
- Atabek, E. (2002). Erken büyüyen çocuklar. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C. ve Hilgard, E. R. (1995). Psikolojiye Giriş. İstanbul: Sosyal Yayınları.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J. ve Nolen-Hoeksema, S. (1999). Psikolojiye Giriş. (Çeviren: Yavuz Alagon). Ankara: Arkadaş Yayınları.
- Avşaroğlu S.& Üre Ö. (2007) *Üniversite Öğrencilerinin karar vermesinin Benlik saygısı açısından İncelenmesi, Doktora Tezi*, Konya.
- Aydın, A. S. (2003) *Ergenlerde Stresle Basaçıkma Tarzları ile Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerini Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul.
- Bachman Jerald G; O'Malley Patrick M, (1979) A Continuing Study of the Lifestyles and Values of Youth, University of Michigan, USA

- Bandura, A (2002). Current Research and Conceptualizations on Stress Responsibility. Aktaran: Öngen, D. Ergenlerde Sorunlarla Basa Çıkma Davranışları. Eğitim ve Bilim, 27(125): 54-61.
- Bauman, L. Mahir, B. (1998). Çocugunuz Ergenlik Çağında. . Üçüncü Baskı. Boyner Holding Yayınları,156-165.
- Baumrind, D (1991) . The Journal of Early Adolescence, Vol. 11, No. 1, 56-95
- Becker, G. (1975), Human Capital, New York: National Bureau of Economic Research
- Benk, A.(2006). *Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçi Kişilik Özelliğinin Psikolojik Belirtilerle İlişkisi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.*
- Berzonsky, M. D. (2000). Theories adolescence. J. Adams (Ed). Adolescent Development: The essential reading. Oxford, UK: Blackwell Published LTD
- Berkem-Güvenç, G. (1996). *Erkek ve kız üniversite öğrencilerinin aile içi etkilesime ilişkin alguları ile toplumsal cinsiyet rolüne ilişkin tutumları arasındaki ilişki. 3P Dergisi, 4 (1), 34-40.*
- Bird, G. W., Haris, R. L. A, (2002) Comparison of Role Starin and Coping Strategies by Gender and Family Structure Among Early Adolescence. Aktaran: Öngen, D. Ergenlerde Sorunlarla Basa Çıkma Davranışları. Eğitim ve Bilim, 27(125): 54-61.
- Browne, D. C. (1998). The relationship between problem disclosure, coping strategies and placement outcome in foster adolescents. Journal of Adolescence, 21, 585– 597
- Boykin McElhaney, K & Allen, J. P. (2001). Autonomy and adolescent functioning: moderating effect of risk. Child Development, 72 (1), 220-235
- Chapman, P. L., Mullis, R. L. (1999) Adolescent Coping Strategies and Self Esteem. Child Study Journal, 29:69-77.

- Cole D. A. , Maxwell, S. E. , Martin, J. M. , Peeke, L. G. , Seroczynski, A. D. , Tram, J. M. , Hoffman, K. B. , Ruiz, M. P. , Jacquez, F. , & Maschman, T. (2001). Age and gender effects in multiple domains of child and adolescent self-concept: A cohort sequential longitudinal design. *Child Development*, 72, 1723-1746
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedent of self- esteem*. W. H. freeman and comp. San. Francisco.
- Compas, B. C, Orosan P. G. & Grant, K. E. (1993). Adolescent stres and coping: implications for psychopatalogy during adolescence. *Journal of Adolescence*, 16 (3), 331-349
- Corman, Louis (1996). Çeviren: Hüseyin PORTAKAL, *Psikanaliz Açısından Çocuk Eğitimi*, Cem Yayınevi, İstanbul,
- Cowan, M. K (2000). *Child and Adolescent Health*. Stanhope M., Lancaster J. *Community Public Health Nursing*. Fifth Edition, USA: Mosby.
- Cüceloglu, D. (1991). *İnsan ve davranışı*. 2. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi A. S.
- Çakmaklı, K. (1991). *Aileler İçin Sosyal Hizmet*. İstanbul: T. C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Çiğdemoğlu, S. (2006). *Lise I. Sınıf Öğrencilerinin Akran Baskısı, Özsaygı ve Dışadönüklük Kişilik Özelliklerinin Okul Türlerine Göre İncelenmesi*. **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**, Ankara Üniversitesi Eğitim Bil. Ens. Ankara.
- Dacey, J. S. & Kenny, M. (1994). *Adolescent development*. USA: Brown & Benchmark Publishers
- David J. Kalen, Robert J. Griffore, Popovich S, Powell V; (1990) *Adolescent Self-Esteem and Locus of Control: A Longitudinal Study of Gender and Age Differences*
- Dekoviç, Buist, KL, Reitz E (2004). *Journal of Youth and Adolescence*.
- Deniz, M. E (2006) . “Kişisel Rehberlik,” (101-143), (Editörler: M. E. Deniz ve A. Erözkan) *Psikolojik Danışma ve Rehberlik*, Tek Ağaç Eylül Yayınları, Ankara.

- Dilek H. (2007) *Farklı Eğitim Programlarına Devam Eden Lise II. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı İle Anne-Babalarının Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Dinç, Y (2001). Predictive Role of Perfectionism on Depressive Symptoms and Anger: Negative Life Events as The Moderator. A Thesis Submitted to the Graduate School of Sciences of the Middle East Technical University.
- Dowdy B. B & Kliewer, W. (1998). Dating, parent-adolescent conflict, and behavioral autonomy. *Journal of Youth and Adolescence*,27 (4), 473-492.
- Dönmez, A (1995). *Ergenliği Anlamak*. Onur, B. Birinci Baskı, Ankara:İmge Kitabevi,13-48
- Duncan, P (1971). " Parantel Attitudes and interactions in Delinquency" *child Development* 42. 1751. 1765. Landis, P. H. ve Stone, C. L (1952). The Relationship of Parental Authourity Pattens of Teenage Adjustments. *Bull. No 538 Dupman, Wash, State Collage of Washington*.
- Durak Batıgün, A. (2005). Türkiye’de ergenlik dönemi araştırmaları: Konu ve yazar dizini (1980-2004). *Türk Psikologlar Derneği Yayınları*, No. 30, Ankara. Detamat.
- Eichorn D. H. (1995). *Biyolojik gelişim*. J. F. Adams (Ed) *Ergenliği anlamak* (81-110) (Çev. Z. Atbasoglu) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi
- Eksi, A. (1990). *Çocuk, genç, ana babalar*. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Erdoğan S, Şimşek B.H & Sanlı S, (2005). *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 16.
- Eroğlu A. H. (1998). *Ergen ve Uyum*.
- Fulgini, AJ, Eccles JS (1993). *Developmental Psychology*.
- Gallatin, J. (1995). *Ergenlik kuramları*. J. F. Adams (Ed) *Ergenliği anlamak* (49-80) (Çev. Nermin Çelen) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi

- Gander, M. J. & Gardiner H. W. (1993). Çocuk ve Ergen Gelisimi. B. Onur (Ed). Ankara: İmge Yayınevi
- Gençtan, E. (1995). Psikanaliz ve sonrası. İstanbul: Remzi Kitabevi A. S.
- Gökten, B. (2007). *Deniz Lisesi Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, Aile Ortamını Algılamaları ve Gelecek Kaygıları Arasındaki İlişki Üzerine Bir İnceleme. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.* Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Görker, I., Korkmazlar, Ü., Durukan, M. ve Aydoğdu, A (2004). Çocuk ve Ergen Psikiyatri Kliniğine Başvuran Ergenlerde Belirti ve Tanı Dağılımı. Klinik Psikiyatri; 7: 103-110.
- Gür,A (1996). *‘Ergenlerde Depresyon Ve Özsaygı Arasındaki İlişki’.* **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.** Ankara: H. Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Grotevant, H. D. (1995). Kisiilik gelisimi. J. F. Adams (Ed) Ergenligi anlamak (153-184) (Çev. Ö. Hakan Ersever) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi
- Haktanır, G. ve Baran, G. (1998). Gençlerin benlik saygısı düzeyleri ile anne baba tutumlarını algılamalarının incelenmesi. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 5 (3), 134-141.
- Hamacheck, D. E. (1995). Ergen benliğinin psikolojisi ve gelisimi. F. Adams (Ed) Ergenligi anlamak (111-151) (Çev. Ö. Hakan Ersever) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi
- Harter S,(1990), Identity and Self Development, At the threshold:The developing adolescent . (pp. 352-387)
- Havighurst, Robert J (1952). Adolescent Character and Personality.
- Hoffman, K. B., Cole, A. D., Martin, J. M., Tram, J & Seroczynski, A. D. (2000). Are the discrepancies between self-and others’ appraisals of competence predictive or reflective of depressive symptoms in children and adolescents: A longitudinal study. Journal of Abnormal Psychology, 109 (4), 651-662

- Hurlock, Elizabeth B, McGraw- Hill (1955). Series Psychology
- Jacobs, J. E., Bleeker, M. M. & Constantino, M. J. (2003). The Self-System During Childhood and Adolescence: Development, Influences, and Implications. *Journal of Psychotherapy Integration*, 13 (1), 33–65.
- Jeffries Mc. Whirter (2004). (Çeviren: Nilüfer Voltan Acar) Ergen ve Çocukla İletişim Ankara.
- Jersild, A. T. (1983). Çocuk Psikolojisi. Günce, G. Dördüncü Baskı. Ankara Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Merkezi Yayınları,593-606.
- Josselson, R. (1987). Finding Herself: Pathways to Identity Development in Women. San-Francisco: Jossey-Bass. Inc. Publishers.
- Karasar, Niyazi (2000). Bilimsel Araştırma Yöntemi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kılıçcı, Y (2000). 6-15 Yaş Öğrencilerinin Gelişimsel Güçleri ve Kişilik Gelişimini Kolaylaştırma, İlköğretimde Rehberlik, Ankara : Nobel Yayın Dağıtım.
- Kızıltan, G. (1984). *Üniversite Öğrencilerinin Kişisel ve Sosyal Uyum Düzeylerini Etkileyen Etmenler (Yayınlanmamış Doktora Tezi)*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Kimmel, D. C., & Weiner, I. B. (1985). Adolescence: A developmental transition. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Kohut H (2000). Analysis of the Self: Systematic Approach to Treatment of Narcissistic Personality Disorders.
- Konopka, G (1980). Coping with Stresses and Strains of Adolescence. Social Development.
- Korkut, F. (2004). Önleyici Rehberlik. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Köknel, Ö. (1997). Kişilik. İstanbul: Altın Kitapları.
- Kulaksızoğlu, A. (2001). Ergenlik Psikolojisi. . İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Küçükbaşol, Ş. (2006). *Kişilik Özellikleri ve Sapkın Davranış Arasındaki İlişkinin 13-17 Yaş Grubu Orta Öğretim Öğrencileri ile Çalışılması*.

Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi. Uludağ Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü: Bursa.

- Laursen A, M Murthy, JF Wakerly (1996). US Patent 5,515,376.
- Lazarus, R. S. (1991). Emotion and Adaptation. USA; Oxford University Press, 112-113.
- Lerner, R. M., Karabenick, L (2004). Hand Book of Adolescent Psychology. Second Edition. John Wiley&Sons. 263-270.
- Manning, M. L. (2002). Havighurst's developmental tasks, young adolescents, and diversity. The Clearing House, 76 (2), 75-77.
- Miller, J. A. (2002). Çocuklarda Depresyon. (Çev: Müjde Işık), İstanbul: Özgür Yayınları.
- Neyzi O, Alp H (1977). **Ergenlik çağının özellikleri 1. (Ergenlik olayının değerlendirilmesi, İstanbul çocuklarında cinsel gelişme) İstanbul Tıp Fakültesi Mecmuası; 40: 187- 215.**
- Offer, D., Ostrov, E., Howard, K. I., and Atkinson, R. (1988). The teenage world
- Özbay, H, Sahin, N, Hınçal, G, Güngör, S., Öztürk, E, Mavili-Aktas, A., Aybas, M ve Göka, E. (1991). Ergenlikte Benlik İmajı: Çalışan ve öğrenci ergenler arasında karşılaştırmalı bir çalışma. 3P Dergisi, 2 (2), 82-95.
- Özgen, C.(1999). **Kız ve erkek lise öğrencilerinin kimlik duyguları ve aile algıları arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi.** Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Öner N. ve Çataktı M. (1987). Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul
- Öztürk-Kılıç, E. (1994). Ergenlik döneminde aile ve arkadaş ilişkileri. Türk Psikiyatri Dergisi, 5 (2), 113-118
- Parman, T. (1998). Ergenlik döneminde cinsellik (Gelişim ve Sorunları). (Ed. Selahattin Erol, Neslihan Rugancı). Ankara: Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Derneği Yayınları: 2

- Roberts, R. E. L., Bengston, V. L. (1993). Relationships parents, self-esteem and psychological well-being in young adulthood. *Social Psychology Quarterly*, 56 (5), 263-277.
- Rosenberg, A (1985). Methodology, theory and the philosophy of science. *Pacific Philosophical Quarterly* 66: 377—393.
- Rutter M, and Ann Le Couteur, Catherine Lord (1998) . Department of Psychiatry, University of Chicago, 5841 S.
- Samastı, Prof. Dr. M. ve Zülfikar, Doç. Dr. B. (1997). *Çocuk Bakım ve Eğitimi*, İşaret Yayınları, İstanbul.
- Savaşır, I. ve Şahin, N. H. (1997). Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları. 4:1-17. Aktaran: Öngen, D. Ergenlerde Sorunlarla Basa Çıkma Davranışları. *Eğitim ve Bilim*, 2002, 27(125): 54-61.
- Sivrikaya, K. (1992). ***Fatih Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Öğrencilerinin Uyum Düzeylerinin Belirlenmesi ve Uyum Düzeyleri Arasındaki Farklılıkların Araştırılması (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)***. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Smiths, D. J. M., & Boeck, P. D. (2006). From BIS/BAS to the big five. *European Journal of Personality*, 20, 255-270.
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994) ***Kısa Semptom Envanteri:Türk gençliği için uyarlanması. Türk Psikoloji Dergisi***, 9(31),44-56
- Tan, H (1992) Psikolojik Danışma ve Rehberlik. İstanbul. Milli Eğitim Basımevi
- Temel F. & Aksoy A.(2005) Ergen ve Gelişim, Nobel Yayınları,Ankara, 2. Baskı
- Uyanık B, Akman G & B (2004).***Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi.Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi***. 14(2): 175–183, Elazığ.
- Ünver, Ö, Tolun,B, Bulut,I, Dağdaş,C. (1986)12-24 Yaş Gençlerin Sosyo-Ekonomik Sorunları (Ed. Nihat Nirun) T. C. MEB Gençlik ve Spor Hizmetleri ve Dairesi Başkanlığı

Yavuzer. Prof. Dr. H. (1992). Çocuk Psikolojisi, Remzi Kitapevi A. Ş., İstanbul.

Yazıcı, H, Çetinkaya B, Kahveci H, & Demirci S (2007). ***Genç Bireylerdeki Depresif Belirtiler ile Sigara İçme Tutumları.*** **Bağımlılık Dergisi,** Cilt:8,Sayı:2,s:79-84.[www. bagimlilikdergisi. com](http://www.bagimlilikdergisi.com)

Yörükoglu, A. (1993). Gençlik Çağı: Ruh sağlığı ve sorunlar. 8. Baskı. İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım LTD. STİ.

EKLER

Kısa Semptom Envanteri (KSE)

Aşağıda, ergenlerin bazen yaşadıkları belirtilerin ve yakınmaların bir listesi verilmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyun. daha sonra o belirtinin SİZDE BUGÜN DAHİL, SON BİR HAFTADIR NE KADAR VAROLDUĞUNU yandaki bölmede uygun olan yerde işaretleyin. Her belirti için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösterin. yanıtlarınızı kurşun kalemle işaretleyin. Eğer fikir değiştirirseniz ilk yanıtınızı silin.

Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin :

Bu belirtiler son bir haftadır sizde ne kadar var?

- | | |
|-------------------|------------------|
| Hiç yok | 3. Epey var |
| Biraz var | 4. Çok fazla var |
| Orta derecede var | |

Örnek Maddeler:

	Çok	Hiç	Fazla	
<i>İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali</i>	0	1	2	3 4
2. Baygınlık, baş dönmesi	0	1	2	3 4
3. Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri	0	1	2	3 4
4. Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu	0	1	2	3 4
5. Olayları hatırlamada güçlük	0	1	2	3 4

Benlik Saygısı Ölçeği

KENDİM HAKKINDA DÜŞÜNCELERİM*

AÇIKLAMA: Aşağıda 80 cümle var. Bunlardan sizi tanımlayanları evet, tanımlamayanları ise hayır ile cevaplandırın. Bazı cümlelerde karar vermek zor olabilir. Yine de lütfen bütün cümleleri cevaplayın. Aynı cümleyi hem evet, hem hayır şeklinde işaretlemeyin. Unutmayın, cümledeki ifade genellikle sizi anlatıyorsa evet, genellikle sizi anlatmıyorsa hayır olarak işaretleyeceksiniz. Cümlenin size uygun olup olmadığını en iyi siz kendiniz bilebilirsiniz. Bunun için kendinizi gerçekten nasıl görüyorsanız aynen öyle cevaplandırın. Cevaplarınızı işaretlerken, buradaki cümlenin numarası ile cevap kâğıdındaki numaranın aynı olmasına dikkat edin.

Örnek Maddeler :

1. İyi resim çizerim.
2. Okul ödevlerimi bitirmem uzun sürer.
3. Ellerimi kullanmada becerikliyimdir.
4. Okulda başarılı bir öğrenciyim.
5. Aile içinde önemli bir yerim vardır.

Offer Benlik İmgesi Ölçeği

Lütfen aşağıdaki her cümleyi dikkatle okuduktan sonra her ifadenin yanındaki kutulardan size en uygun olan birisinin içine (x) işareti koyunuz. Lütfen sadece bir seçeneği işaretleyiniz.

- | | |
|---------------------|--------------------------------|
| 1. Bana çok uygun | 4. Bana pek uygun değil |
| 2. Bana uygun | 5. Bana çoğunlukla uygun değil |
| 3. Bana biraz uygun | 6. Bana hiç uygun değil |

Örnek Maddeler:

1. Başka insanlarla birlikteyken birinin benimle alay edeceğinden korkarım	1	2	3	4	5	6
2. Anne ve babamın gelecekte benimle gurur duyacakları sanıyorum.	1	2	3	4	5	6
3. Sırf “zevk olsun” diye birisine zarar vermeye kalkmam.	1	2	3	4	5	6
4. Kolay tepem atar.	1	2	3	4	5	6
5. Annem ve babam hep başkasının (örneğin kardeşlerimden birinin) tarafımı tutarlar.	1	2	3	4	5	6