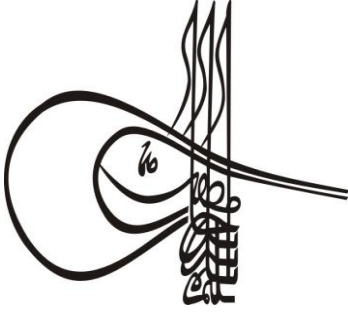




Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic

Volume 11/14 Summer 2016, p. 333-348

DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.9725>

ISSN: 1308-2140, ANKARA-TURKEY

Article Info/Makale Bilgisi

✍ Received/Geliş: 19.06.2016

✓ Accepted/Kabul: 20.09.2016

✍ Referees/Hakemler: Prof. Dr. Rengin KARACA – Doç. Dr. Firdevs SAVI ÇAKAR

This article was checked by iThenticate.

ERGENLERİN RUHSAL BELİRTİLERİ İLE DUYGUSAL ÖZ-YETERLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ*

*Fatma Ebru İKİZ** - Özge SAKARYA ÇINKI****

ÖZET

Ergenlik döneminde gençler hem bedensel değişimlere uyum sağlama, hem kendini tanıma, hem de mesleki ve akademik sorumlulukları karşısında anksiyete, hostilite, somatizasyon, kendi benliğini olumsuz değerlendirme eğilimi ve hatta depresyon yaşayabilmektedir. Gençlerin bu belirtileri ne düzeyde deneyimledikleri ve bunları etkileyen faktörlerin araştırılması koruyucu ve önleyici psikolojik danışmanlık ve rehberlik çalışmaları geliştirilmesi için önemli görülmektedir. Bu araştırmanın amacı, ergenlerin ruhsal belirti düzeyleri ile duygusal öz-yeterlik düzeylerinin birbirleriyle ve çeşitli demografik faktörlerle ilişkilerinin incelenmesidir. Betimsel yöntem ile yürütülen bu araştırmanın örneklemini helen okullarının onuncu ve onbirinci sınıflarında okumakta olan seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilmiş 300 (198 bayan, 102 bay) öğrenci oluşturmaktadır. Veriler araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formunun yanı sıra, Kısa Semptom Envanteri (KSE), Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği (DÖYÖ) ile toplanmıştır. Veriler SPSS 15,0 istatistik paket programından yararlanılarak çözümlenmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine göre ruhsal belirtiler ve duygusal öz-yeterlik alt ölçek puanlarına yönelik karşılaştırmalarda t-testi ve MANOVA (multivariate ANOVA) testleri, ayrıca değişkenler arasındaki ilişkileri saptamak için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi kullanılmıştır. Bu çalışmada sonuçlara göre ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri arttıkça depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite düzeylerinin azaldığı saptanmıştır. Sonuçların değişik demografik özelliklere göre farklılaştığı saptanmıştır.

* Bu çalışma Doç.Dr. F. Ebru İkiz danışmanlığında Özge Sakarya Çinkı tarafından yürütülen yüksek lisans tez çalışmasından üretilmiştir.

** Doç. Dr. Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Anabilim Dalı, El-mek: ikizef@gmail.com

*** PDR Danışman, MEB, El-mek: ozge_sakarya@hotmail.com

Anahtar Kelimeler: Duygusal öz-yeterlik, ruhsal belirtiler, ergen.

INVESTIGATION OF THE MENTAL SYMPTOMS AND EMOTIONAL SELF-EFFICACY LEVELS OF ADOLESCENTS

ABSTRACT

In adolescence, people try to adopt to their bodily changes, they try to assume their self-competencies, they have to achieve academical and vocational responsibilities. Thus adolescents may experience anxiety, hostility, somatization even depression and also may develop negative self-concept. It is thought to be important to determine the levels of mental symptoms of adolescents and the effective variables in order to develop preventive psychological counseling and guidance practices. The aim of this study was to investigate the relations between the levels of mental symptoms and the levels of emotional self-efficacy of adolescents. The levels of these variables also searched for demographic variables. This research is based on descriptive method. Sample consisted of 300 high school students (198 girls and 102 boys) selected by random sampling method from tenth and eleventh grade students. Data were collected by Emotional Self-Efficacy Scale, Brief Symptom Inventory with a questionnaire which was prepared by the researcher to determine demographic characteristics. Data were analysed by Statistical package SPSS 15.0 software; according to statistical results, t-test, MANOVA (multivariate ANOVA) and the Pearson Product Moment Correlation analysis were used to analyze the data. Results showed that there is a statistically significant negative correlation between the mental symptoms and emotional self-efficacy levels of adolescents. It is determined that when emotional self-efficacy levels increase, depression, anxiety, negative self-perception, somatization, hostility levels of adolescents decrease.

STRUCTURED ABSTRACT

INTRODUCTION: Adolescence, the transition from childhood to adulthood is quite long and is regarded as a transitional period filled with challenges. Adolescent recognize a foreign hand in the body and sometimes tired in dealing with changes in emotions when dealing with frightening physical changes, thus the fatigue of the adolescent is proposed to disrupt the harmony within (Jacobs, Blecker, Constantino, 2003; e.g. Kent, 2007: 33-65). The self-efficacy beliefs of adolescents have a regulatory function because adolescent can believe that he/she is not enough for anything. Thus especially for individuals in adolescence, positive beliefs and feelings on self-efficacy are indicated as important and healthy (Caprara, Barbaranelli, Pastorelli, Cervone, 1998; 751-763).

Emotional self-efficacy is thought to have a high protective function for mental health in adolescence. Adolescents who have competence to cope with negative emotions, will have higher self-confidence and may overcome these negative emotions more easily (Willemse, 2008; 132).

Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 11/ 14 Summer 2016

The individual who have high emotional self-efficacy beliefs, can create appropriate behaviors to manage the changes in living conditions. In order to carry out this appropriate behaviors, the individual attributes to cognitive and behavioral self-regulation.

PURPOSE: The overall objective of the study was to determine the relationship between emotional self-efficacy levels and mental health symptoms of adolescents. Besides, the effects of gender, age, birth order, mother's education level, father's education level, employment statues of mothers, employment statues of fathers, socio-economic levels, living place, school success, mothers' attitude, fathers' attitude, get professional help, get help from school psychological counseling and guidance service, satisfaction from life were investigated. For this purpose, problem statements are given below:

1- Are there significant differences between the mental health symptoms and the emotional self-efficacy levels of adolescents according to gender, age and birth order?

2- Are there significant differences between the mental health symptoms and the emotional self-efficacy levels of adolescents according to mother's education level, father's education level, employment statues of mothers, employment statues of fathers, mothers' attitude and fathers' attitude?

3- Are there significant differences between the mental health symptoms and the emotional self-efficacy levels of adolescents according to socio-economic levels, living place, school success and satisfaction from life?

4- Are there significant differences between the mental health symptoms and the emotional self-efficacy levels of adolescents according to experience professional help and get help from school psychological counseling and guidance service?

5- Is there a significant relationship between emotional self-efficacy levels and mental health symptoms of adolescents?

METHOD: This study depends on descriptive method. The sample of this study consisted of 300 high school students (198 girls and 102 boys). They are selected from tenth and eleventh grade students of Bergama, Buca, Bornova high schools by random sampling method through the academic year 2011-2012. Data were collected by Emotional Self-Efficacy Scale, Brief Symptom Inventory with a questionnaire which was prepared by the researcher to determine demographic characteristics. Data were analysed by Statistical package SPSS 15.0 software; according to statistical results, t-test, MANOVA (multivariate ANOVA) and the Pearson Product Moment Correlation analysis were used to analyze the data.

RESULTS: According to the findings, there is a statistically significant relationship in a negative direction between emotional self-efficacy levels and mental health symptoms of adolescents. Results showed that;

1-When analyzed by gender, it was found that emotional understanding self-efficacy levels and depression levels of girls are higher

Turkish Studies

than boys. According to age, adolescents who are 15 years old experience more depression than the 16th years old adolescents.

2-Participants whose mothers are graduated from university, have higher emotional regulation levels of self and the others; participants whose mothers are graduated from elementary school, have higher emotional ability to facilitate thought levels. According to employment status of mothers, there aren't significant differences between the mental health symptoms and the emotional self-efficacy levels of adolescents. Adolescents whose fathers' have a job, have higher emotional regulation levels of self-efficacy; however, adolescents whose fathers' don't have a job, have high anxiety, depression and somatization levels. Adolescents who perceive their mothers' attitudes as neglecting and protective, have high levels of anxiety, negative self-perception, depression and somatization; who perceive their mothers' attitudes as authoritative, have high levels of negative self-perception. Adolescents who perceive their fathers' attitudes as authoritative, authoritarian and permissive, have high levels of emotional ability to facilitate thought self-efficacy, have low levels of depression; however, adolescents who perceive their fathers' attitudes as neglecting, have high levels of anxiety, depression, negative self-perception and hostility. These findings are supported by Arslan & Kabasakal (2013) asserting that parenting styles and attitudes of each parent towards their children have important affects on their development.

3- Adolescents who perceive their socio-economic level as high, have higher levels of emotional ability to facilitate thought self-efficacy and emotional perception and expression self-efficacy. Adolescents who perceive their socio-economic level as low, experience higher anxiety, depression, negative self-perception and somatization levels. The hostility levels of adolescents who live in urban areas, are higher than the adolescents who live in city. The increase in the perceptions of school success results in decrease in negative self-perception levels of adolescents. If the adolescents have high school success, it has been found that self-perception become more positive. These finding is supported by the results of Eriş & İkiz (2013) 's study indicated that adolescents whose level of school success were low, their levels of self-esteem were low, too.

Adolescents, who indicated that they were mostly satisfied from their life in general, had higher emotional regulation levels of self and the others, emotional perception and expression self-efficacy and emotional ability to facilitate thought self-efficacy were also higher, and levels of somatization and hostile were lower. Adolescents who were rarely satisfied their lives in general, had high levels of anxiety, depression and negative self-perception.

4- Adolescents, who have high levels of anxiety, negative self-perception and somatization, are more apt to get professional help and who have high negative self-perception levels, get more help from school psychological counseling and guidance services than the others.

5-In case adolescents' levels of emotional self-efficacy, levels on its subscales as emotional regulation, emotional ability to facilitate thought, emotional understanding and emotional perception and expression

Turkish Studies

increase, depression, anxiety, negative self-perception, somatization and hostility levels decrease.

CONCLUSIONS AND SUGGESTIONS: Present study investigated the relationship between mental health symptoms and emotional self-efficacy. Moreover, the effects of some demographic characteristics of adolescents were investigated. Results indicated that many mental health symptoms can be minimized by increasing the level of emotional self-efficacy in adolescents. Investigating these relations in a wider population and considering cultural differences are suggested.

Keywords: Emotional self-efficacy, mental health symptoms, adolescent

GİRİŞ

Ruh sağlığı, kişinin kendi kendisiyle ve çevresi ile dinamik bir denge ve uyum içinde olması olarak ifade edilmektedir (Yörükoğlu, 2004). Ergenlik dönemi ruh sağlığı (Eriş ve İkiz, 2013), davranış sorunları (Savi Cakar ve Karaca, 2010) ve sosyal destek sistemleri araştırmacıların ilgi odağı olmuştur (İkiz ve Savi Cakar, 2010; İkiz ve Savi Cakar, 2012). Çünkü ergenlik dönemi, çocukluktan erişkinliğe geçişte oldukça uzun ve zorluklar ile dolu bir geçiş dönemi olarak ele alınmaktadır. Başlangıç ve bitiş zamanları kesin sınırlarla belirli olmamakla birlikte genelde 10-20 yaşları arasındaki yaşam evresini ergenlik dönemi olarak kabul edildiği görülmektedir (Steinberg, 2002). Bu dönemin belirgin özelliğinin çok yönlü hızlı bir büyüme ve gelişme görülmesi olduğu ortaya konmaktadır. Ergen bir yandan bedeninde tanımadığı, kendisine yabancı ve bazen de ürkütücü olan fiziksel değişimler ile uğraşırken bir yanda da duygularındaki değişikliklerle uğraşarak yorulmakta ve bu yorgunluğun ergenin çevresi ile olan uyumunu bozduğu öne sürülmektedir (Jacobs, Blecker, Constantino, 2003; akt. Kent, 2007: 33-65). Bu çalışmada da ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki ve bu düzeyleri belirleyebileceğine inanılan demografik değişkenlerin etkisi incelenmektedir.

Erken ergenlik döneminde bireylerin, görünür bir şekilde zıt özellikleri olduğu ileri sürülmektedir. Okul gibi bazı akademik çevrelerde içe dönük olurken, ev gibi bazı sosyal çevrelerde dışa dönük olabilmekte, bu durum tipik olarak “huysuzluk” olarak nitelendirilmektedir. Ergenlerin bir gün kendileriyle ilgili iyi hissederken başka bir gün kendilerinden nefret edebildikleri ifade edilmektedir. Bu zıt özellikleri onlarda strese ve karışıklığa sebep olabilmekte ve onları “gerçek” kişiliklerinin hangisi olduğu sorusuna yönelttiği ileri sürülmektedir (Jacobs, Blecker, Constantino, 2003; akt. Kent, 2007: 33-65). Ergen, yeni roller ve sorumluluklarla yüz yüze kalmakta; yetişkinlerle, yaşlılarıyla ve toplumla ilişkilerini yeniden gözden geçirmektedir. Bu sürecin, ergenin, sağlığını ve ilişkilerini tehlikeye sokan riskler içeren davranışlara yönelmenin benimsenmesiyle ilerleyebileceği de görülmektedir (Carr-Gregg, Enderby ve Grover, 2004; 23-24).

Ergenlikte görülebilen ve bu çalışma kapsamında incelenen ruhsal belirtilerden anksiyete, normal ve anormal koşullarda ortaya çıkan, uyanıklık artışı, otonomik etkinlik, bedensel değişiklik duyumları, koşullu yanıtlar, kendini kötü hissetme gibi bilişsel değerlendirmeleri içeren karmaşık bir duygu durumu olarak tanımlanmaktadır (Tezcan, 2000:79). Depresyon ise, yoğun üzüntülü bir duygu durumu içinde; düşünce, konuşma ve hareketlerde yavaşlama ve durgunluk yaşaması ile bağlı olarak; değersizlik, güçsüzlük, isteksizlik, karamsarlık duygu ve düşünceleri ile fizyolojik işlevlerde de yavaşlama gibi belirtileri içeren bir sendrom olarak tanımlanmaktadır (Öztürk, 1997:224). Olumsuz benlik, bireyin kendini başkalarıyla karşılaştırdığında kişisel yetersizlik ve küçüklük duygularına kapılarak kendini başarısız, değersiz görme ve suçluluk duyguları gibi belirtileri içeren kendilik

algısıdır (Atasayar, 2011:18). Somatizasyon ruhsal sıkıntıları fiziksel hastalıklara atfetme, tıbbi yardım arama, ancak bulgular tarafından açıklanamayan semptomlar olarak tanımlanmaktadır (Lipowski, 1988;1358-1368). Hostilite ise, insanları zararlı görme, diğerlerine karşı olma görüşüyle paralel, diğerlerinin kendi olumsuzluklarının kaynağı olduğuna dair beklenti içinde olarak onların motivasyonu ve değerini düşürmeye yönelik bilişsel özelliklerdir (Smith, 1994: 152).

Çocuk ve ergenler 7 yaştan 17 yaşa kadar, depresif duygu durum, zevk alamama, konsantrasyon problemleri ve intihar düşüncesine sahip olmaları açısından yetişkinlere benzedikleri ileri sürülmektedir. Ergenler ile yetişkinler arasında belirtilerin farklılaştığı, çocuk ve ergenlerde intihar denemesinin ve suçlu davranışların daha yüksek oranda görülmesine karşın erişkinlerde uyku ve yeme problemleri, paralelinde kilo yitiminin görüldüğü, özellikle sabahları erken saatlerde bile depresyonun görüldüğü belirtilmektedir. Erişkinlerde olduğu gibi çocuklarda ve ergenlerde depresyonun tekrar görülme olasılığının yüksek olduğu ifade edilmektedir. Ergenlerde depresyon oranının ,özellikle kızlarda yüksek olması sebebiyle (%7-13), erişkinlerle kıyaslanabilir durumda olduğu vurgulanmaktadır (Angold ve Rutter, 1992; Kashani at al.,1987; akt. Davison ve Neale, 2004; akt. Kent, 2007).

Ergenlerde depresyona yol açan en önde gelen yaşantılara dikkat edildiğinde en fazla göze çarpan unsurların arkadaş grubundan dışlanma, yetersiz beslenme, ekonomik sıkıntılar yaşama, aile içinde sorunlar yaşama, akademik kaygılar içinde olma, karşı cinsle ilişkilerde sıkıntılar yaşama, kaza ve/veya hastalıklar geçirme olarak sıralandığı ileri sürülmektedir (Tubrid ve Corry,2007; 98).

Ergenin duygusal tepkileri abartılı olabilmekte ve aynı olaya aynı tepkiyi vermeyebilmekte, ani duygusal değişiklikler yaşamakta, sevincini, öfkesini ve nefretini frenlemekte zorlanabilmektedir. Hayata bakışı bazen keskin ve tavizsiz olabilmektedir. Eleştirmeyi sevse de eleştirilmekten nefret etmektedir. Ergenler, nasihati hiç sevmemekte ve özellikle “bizim zamanımızda“ ile başlayan cümlelerden bir hayli sıkılmaktadırlar. Ergenin dünyası kimseye anlatılmayacak kadar gizemli ve kutsal olduğu düşünülmektedir. Evde ses tonu yükselen ergenin, tepkilerinde de aynı yükselmeyi fark etmek mümkündür. Saygı sınırlarını zorlayan bu reaksiyonlar, karşı reaksiyon aldığı anda sinme yerine alevlenmektedir (Carr-Gregg, Enderby ve Grover, 2004: 601-604). Bu durum onların duygularını anlama ve yönetmede mevcut durumlarının tespit edilmesi ihtiyacını hissettirmektedir.

Yaşamın farklı evrelerinde, o evrede yaşaması muhtemel ihtiyaç ve sorunların göğüslenmesinde düzenleyici bir fonksiyonu olduğuna inanılan kişisel olarak yeterli olmaya ilişkin olumlu inançların, özellikle ergenlik dönemindeki bireylerde, bu evreyi sağlıklı bir şekilde geçirebilmelerinde daha bir önem kazandığı ileri sürülmektedir (Caprara, Barbaranelli, Pastorelli, Cervone, 1998; 751–763).

Öz-yeterlik, insanların belirlemiş oldukları performansı elde etmek için gerekli olan eylemi gerçekleştirme ve organize etme kapasitesi ile ilgili yargılardır (Bandura, 1986:396). Duygusal öz-yeterlik ise, duyguyla ilişkili öze yönelik algılanan yetenekler kapsamında duyguları algılama, anlama, duyguları düzenleme ve duyguları düşüncüyü destekleyici olarak kullanma, bunların değerlendirilmesi ve bağlantılı bir inancın gelişmesidir (Totan, İkiz ve Karaca, 2010). Ergenlik döneminde ruh sağlığının korunmasında duygusal öz-yeterliğin yüksek olmasının önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir. Ergen, özellikle olumsuz duygular ile başa çıkma yeterliğine sahip oldukça kendisine olan güveninin artacağı ve bu olumsuz duygularının üstesinden daha kolay gelebileceği ileri sürülmektedir (Willemse,2008;132).

Düşük duygusal öz-yeterliğin ergenlerde anksiyete ve depresyona yol açtığı (Valois, Umstattd, Zullig ve Paxton, 2008:321-327); okul bitirme ve başladığı işi sürdürme gibi önemli yaşam hedeflerin elde edilmesinde engel olabileceği (Muris, 2002: 337-348); somatizasyonun duygusal

farkındalık ve duyguları sözel olarak ifade edebilme alanlarında yetersizlikle gözlendiği (Mikolajczak, Limunet ve Menil,2006; Fidanoglu, 2007; Koçak, 2003); hatta mizaç ve kaygı bozukluklarının uyumsuz duyuşsal durumlara sahip olma örnekleri olarak ele alınabileceği (Schutte, Malouff, Simunek, Hollander ve McKenley, 2002:38); duygu farkındalığından ve yönetebilmekten yoksunluğun dürtü kontrolüne ilişkin bozulmalara (Matthews, Zeidner ve Roberts, 2002) örneğin hostileteye neden olabileceği ileri sürülmektedir.

Duygusal öz-yeterlik inancının yüksek olması, değişen yaşam koşullarını yönetmeye uygun davranışlar bütünü yaratabilmesi ve bu davranışları yürütebilmesi amacıyla bireyin, bilişsel ve davranışsal öz-düzenlemeye yöneldiğini ortaya koymaktadır. Bireyin, kendi hatalarına ilişkin değerlendirmelerinin onun kendine ve çevresine yönelik algısını, inancını ve yaşam sevincini yok ederek yıkıcı olmamasını sağlamaktadır. Bir başka deyişle, yüksek düzeyde duygusal öz-yeterlik algısının bireyin ruh sağlığını koruyucu bir işlev üstlendiği vurgulanmaktadır (Sahranç, 2007; 102). Okul başarısı daha yüksek olanların (Telef,2011); şehirde büyüyenlerin (Sezer, İşgör, Özpolat ve Sezer, 2006) duygusal öz-yeterlik düzeylerinin yüksek olduğu ileri sürülmektedir. Anababa tutumlarına göre bakıldığında ergenlerin algıladığı sosyal desteğin duygusal yaşantılarını adlandırma ve yönlendirmede büyük öneme sahip olduğu ortaya konmaktadır (Schacter, 1964). İşsiz ebeveyne sahip çocukların (Arulmani, Laar ve Easton, 2001), babası çalışmayan ergenlerin (Telef, 2011) duygusal işlevsellik açısından performanslarının daha yetersiz olduğu ileri sürülmektedir. Dahası gelir düzeyi arttıkça yeterlik algılarının yükseldiği (Vardarlı,2005; Telef, 2011) belirtilmektedir.

Cinsiyete göre incelendiğinde literatürde hem kızların duygusal öz-yeterliklerinin düşük olduğu (Bacchini ve Magliula,2003) hem de yüksek olduğu yönünde (Williemse, 2008) ve erkeklerin kızlardan daha yüksek olduğuna (Telef, 2011) ilişkin tezat sonuçlar göze çarpmakta ve bu araştırma kapsamında incelenmeye ihtiyaç duyulmaktadır.

Ergenlik dönemindeki ruhsal belirtiler ile ilgili yapılan araştırmaların yetişkinlikte yaşanması muhtemel belirtilerin nedenleri hakkında ipuçları verebileceğine inanılmaktadır (Hetland, Torsheim ve Aaro, 2002;223-230). Muris (2002;340), gelecek çalışmalarda psikopatolojik semptomların değişik tipleri ile öz-yeterliğin boyutları arasındaki özel ilişkilerin daha çok incelenmesinin iyi olacağını belirtmektedir.

Araştırmanın Amacı

Araştırmanın genel amacı; ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bununla birlikte ruhsal belirtiler ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin cinsiyet, yaş, doğum sırası, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, annenin bir işte çalışıp çalışmaması, babanın bir işte çalışıp çalışmaması, sosyo-ekonomik durum, yaşamın geçtiği yer, okul başarısı, anne tutumu, baba tutumu, uzman yardımı alma, okul pdr servisinden yararlanma, hayatından memnun olma değişkenleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığının incelenmesidir. Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1 -Ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri cinsiyete, yaşa, doğum sırasına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

2-Ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri anne ve babanın eğitim durumuna, bir işte çalışıp çalışmalarına, anne ve babanın tutumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3-Ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri ailelerinin sosyo-ekonomik durumuna, yaşamını geçirdiği yere, okul başarısına ve hayatından memnun olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

4-Ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri, uzman yardımı alma ve okul pdr servisinden yararlanma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

5-Ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri ile ruhsal belirtileri arasında anlamlı ilişki bulunmakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırma, ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal öz-yeterlik düzeylerinin bazı değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymayı amaçlayan betimsel tarama modelinde bir çalışmadır.

Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini İzmir ili Bergama, Bornova ve Buca ilçelerindeki ortaöğretim kurumlarında öğrenimlerini sürdüren onuncu ve onbirinci sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Bu çalışmanın örneklemini İzmir İli Bergama, Bornova ve Buca’da onuncu ve onbirinci sınıflarda öğrenimlerini sürdüren 198 kız (%66), 102 erkek (%34) olmak üzere seçkisiz örnekleme yöntemiyle seçilmiş toplam 300 öğrenciden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmaya ait veriler, Şahin ve Durak (1994) tarafından ülkemizde lise öğrencilerine uyarlanan Kısa Semptom Envanteri ile Totan, İkiz ve Karaca (2010) tarafından uyarlaması yapılan Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Kişisel bilgi formu, araştırmacı tarafından hazırlanmış olup, örneklem grubundaki ergenlerle ilgili demografik bilgileri içermektedir.

Kısa Semptom Envanteri (KSE), genel bir psikopatoloji değerlendirmesi yapacak kısa ancak geçerli ve güvenilir olan ölçeklere duyulan ihtiyaç üzerine Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiş Likert tipi kendini değerlendirme türü bir envanterdir. Normal örneklemelerde olduğu gibi çeşitli psikiyatrik ve medikal hastalarda ortaya çıkabilecek bazı psikolojik semptomları yakalamak amacı ile geliştirilmiş çok boyutlu bir semptom tarama ölçeğidir.

Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılan Türkiye uyarlamasında KSE’nin “Anksiyete”, “Depresyon”, “Olumsuz Benlik”, “Somatizasyon” ve “Hostilite” olmak üzere beş faktörden oluştuğu bulunmuştur. Ölçeğin üç ayrı çalışmada, iç tutarlığı toplam puanından elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları .96 ve .95; alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise .55 ile .86 arasında değişmektedir. Derogatis (1992) Batı’ da yapılan araştırmalarda, bu değerin .71 ve .85 arasında olduğunu belirtmektedir (Savaşır ve Şahin, 1997; 148).

Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği (DÖYÖ), Kirk, Shutte ve Hine (2008) duygusal öz-yeterlik ölçeğinin geliştirme çalışmalarında, ölçeğin başlangıç madde havuzu, Mayer ve Salovey (1997) ile Mayer, Salovey ve Caruso’nun (2004) çalışmalarına dayanarak oluşturulmaktadır. Araştırmacıların, ilk basamakta oluşturdukları bu maddelerin bireyin kendisinin ve diğerlerinin duygularını anlaması, düşünceleri kolaylatıcı unsur olarak duyguları kullanma, kendinin ve diğerlerinin duygularını anlama ile kendilerinin ve diğerlerinin duygularını düzenlemek olmak üzere dört ana başlıkta toplandıkları anlaşılmakta, 32 maddeden oluşan beşli Likert tipi (1 hiç değil, 5 çok) bir ölçme aracı meydana getirdikleri belirtilmektedir (Totan, İkiz ve Karaca, 2010).

Güvenirlik çalışmaları sonucunda araştırmacıların, ölçeğin Cronbach alfa katsayısını .96 olarak, 27 katılımcı üzerinde iki hafta arayla yaptıkları test-tekrar test uygulamasına ait korelasyon katsayısını ise .85 olarak hesapladıkları belirtilmektedir. Benzer ve zıt ölçekler üzerinden yapılan geçerlik çalışmasında ölçeğin benzer bir takım ölçekle pozitif yönde, zıt bir takım ölçekle ise negatif

Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 11/ 14 Summer 2016

yönde anlamlı ilişkileri olduğu bulunmaktadır. Bu sonuçlar doğrultusunda araştırmacıların, ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını tamamladıkları anlaşılmaktadır (Totan, İkiz ve Karaca,2010).

Verilerin Toplanması

Araştırmaya ilişkin veri toplama uygulamaları 2011-2012 öğretim yılı ikinci döneminde gerçekleştirilmiştir. Veri toplama uygulamaları araştırmacı tarafından ortalama bir ders saati içinde gerçekleştirilmiştir.

Veri Çözümleme Teknikleri

Kısa Semptom Envanterinden ve Duygusal Öz-yeterlik Ölçeğinden elde edilen verilerin analizinde SPSS 15. paket programı kullanılmıştır. Lise onuncu ve onbirinci sınıf öğrencilerinin ruhsal belirtiler ve duygusal Öz-yeterlik düzeylerine ilişkin puanlarını çeşitli demografik değişkenlere göre test etmek için t-testi, çok değişkenli anova (MANOVA) ve öğrencilerin ruhsal belirtileri ile duygusal Öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testleri kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2005).

BULGULAR

Bu araştırmadan elde edilen bulgular aşağıda sıralanmaktadır.

1-Cinsiyet anlamlı bir değişken olarak tespit edilmiştir. Tablo 1’de verildiği üzere ergenlerin duyguları düzenleme, destekleme, anlama ve algılama duygusal öz-yeterlikleri ve anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite belirtileri cinsiyete göre incelendiğinde, kızların duygusal anlama öz-yeterlik düzeylerinin ve depresyon oranlarının erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 1:Örneklemin Cinsiyetlerine Göre Ruhsal Belirtileri ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının t-testi Sonuçları

	Boyutlar	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	Ss	t	sd	p	d
Duygusal Öz-yeterlik Alt Boyutları	Düzenleme	Kız	198	32.24	5.34	1.68	298	.09	.009
		Erkek	102	31.10	5.93				
	Destekleme	Kız	198	27.71	4.99	.300	298	.76	.000
		Erkek	102	27.51	6.13				
	Anlama	Kız	198	29.63	5.62	2.09	298	.03*	.010
		Erkek	102	28.16	5.96				
	Algılama	Kız	198	26.29	4.45	1.58	298	.11	.000
		Erkek	102	25.40	4.97				
Ruhsal Belirtiler Alt Boyutları	Anksiyete	Kız	198	14.58	9.38	.032	298	.74	.000
		Erkek	102	14.19	10.59				
	Depresyon	Kız	198	17.51	10.06	2.29	298	.02*	.010
		Erkek	102	14.67	10.25				
	Olumsuz Benlik	Kız	198	13.30	9.08	.047	298	.96	.000
		Erkek	102	13.25	9.76				
	Somatizasyon	Kız	198	8.31	6.62	.96	298	.33	.003
		Erkek	102	7.54	6.47				
	Hostilite	Kız	198	10.78	5.51	.34	298	.73	.000
		Erkek	102	10.54	5.65				

Turkish Studies

* $p < ,050$

Tablo 1'e göre, kızların ($\bar{x}$ = 29.63, ss.= 5,62) erkeklere ($\bar{x}$ = 28,16, ss.= 5.96) oranla anlama duygusal öz-yeterlik düzeyleri daha yüksektir ($t_{298}= 2.09$, $p= ,03$, $d=.01$). Benzer bir sonuç da depresyon alanından elde edilmiştir. Kızların depresyon düzeylerinin ($\bar{x}$ = 17.51 , ss.= 10.06) erkeklere ($\bar{x}$ = 14.67, ss.= 10.25) oranla anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur ($t_{298}= 2.29$, $p= ,02$, $d=.01$). Anlama ve depresyon alanlarındaki cinsiyete dayalı farklılıklara ait etki büyüklükleri incelendiğinde anlama alanındaki farklılığa ait etki büyüklüğünün ($d= .01$) ve depresyon alanında elde edilen etki büyüklüğünün ($d= .01$) düşük düzeyde olduğu görülmektedir.

Yaşa göre yapılan incelemede ise, sadece depresyon alt boyutunda gözlenen anlamlı farklılığa bakıldığında, 15 yaş grubundaki ergenlerin 16 yaş grubundaki ergenlere göre daha fazla depresyon yaşadıkları saptanmıştır [Wilks Lambda (λ)=0.01 ,F (18,578)=1,97, $P<0.05$].

2- Annenin eğitim düzeyine göre duygusal düzenleme ve duygusal destekleme öz-yeterliklerinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Gözlenen anlamlı farklılık incelendiğinde, annesi üniversite mezunu olan ergenlerin, kendisinin ve başkalarının duygularını düzenleme becerilerinin, annesi ilköğretim, ortaokul ve lise mezunu anneleri olan ergenlere göre daha yüksek olduğu; ilköğretim mezunu annesi olan ergenlerin duygularını destekleme düzeylerinin, lise ve üniversite mezunu annesi olan ergenlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. KSE ve DÖYÖ alt boyutları üzerinde yapılan MANOVA sonuçları, ergenlerin annenin eğitim düzeyine göre düzenleme ve destekleme alt boyutlarında anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır [Wilks Lambda (λ)=0.17, F (2,841)=1,25, $p<0.05$].

Ergenlerin sahip oldukları ruhsal belirti ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin babalarının eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>,05$).

Annenin bir işte çalışıp çalışmamasına göre ergenlerin ruhsal belirti ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmadığı ($p> .05$), fakat babası bir işte çalışan ergenlerin duygusal düzenleme öz-yeterliklerinin, babası herhangi bir işte çalışmayan ergenlere göre daha yüksek olduğu; babası herhangi bir işte çalışmayan ergenlerin ise anksiyete, depresyon ve somatizasyon düzeylerinin, babası herhangi bir işte çalışan ergenlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 2: Örneklemenin Babalarının Çalışma Durumuna Göre Ruhsal Belirtileri İle Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının t-testi Sonuçları

Duygusal Öz-yeterlik Alt Boyutları	Boyutlar	BabaÇalışma durumu	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p	d
	Düzenleme	çalışıyor	277	32,06	5,44	2,26	298	,024*	0,012
		çalışmıyor	23	29,34	6,46				
	Destekleme	çalışıyor	277	27,77	5,39	1,40	298	,161	0,000
		çalışmıyor	23	26,13	5,34				
	Anlama	çalışıyor	277	29,18	5,71	,566	298	,572	0,001
		çalışmıyor	23	28,47	6,50				
	Algılama	çalışıyor	277	26,07	4,55	1,02	298	,309	0,003
		çalışmıyor	23	25,04	5,66				
	Ruhsal Belirtiler Alt Boyutları	Anksiyete	çalışıyor	277	14,06	9,55	2,37	298	,018*
çalışmıyor			23	19,08	11,59				
Depresyon		çalışıyor	277	16,05	9,93	2,96	298	,003**	0,028
		çalışmıyor	23	22,52	11,57				
Olumsuz Benlik		çalışıyor	277	13,01	9,31	1,78	298	,075	0,010
		çalışmıyor	23	16,60	8,70				
Somatizasyon		çalışıyor	277	7,77	6,42	2,62	298	,009**	0,022
		Çalışmıyor	23	11,47	7,50				
Hostilite		çalışıyor	27	10,4	5,36	1,67	298	,094	0,009
		çalışmıyor	23	12,56	7,39				

Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 11/ 14 Summer 2016

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

Tablo 2'ye göre, babası herhangi bir işte çalışan ergenlerin ($\bar{x}$ = 32,06, ss.= 5,44) babası herhangi bir işte çalışmayan ergenlere ($\bar{x}$ = 29,34, ss.= 6,46) oranla kendisinin ve başkalarının duygularını düzenleme öz-yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir ($t_{298}= 2,26$, $p= ,02$, $d=.01$). Benzer bir sonuç da anksiyete alanından elde edilmiştir. Babası herhangi bir işte çalışmayan ergenlerin ($\bar{x}$ = 19,08 , ss.= 11,59), babası herhangi bir işte çalışan ergenlere ($\bar{x}$ = 14,06, ss.= 9,55) oranla anksiyete düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($t_{298}= 2,37$, $p= ,01$, $d=.01$). Depresyon alanından elde edilen sonuçlara bakıldığında, babası herhangi bir işte çalışmayan ergenlerin ($\bar{x}$ = 22,52 , ss.= 11,57), babası herhangi bir işte çalışan ergenlere ($\bar{x}$ = 16,05, ss.= 9,93) oranla depresyon düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur ($t_{298}= 2,96$, $p= ,00$, $d=.02$).

Somatizasyon alanından elde edilen sonuçlara bakıldığında ise, babası herhangi bir işte çalışmayan ergenlerin ($\bar{x}$ = 11,47 , ss.= 7,50), babası herhangi bir işte çalışan ergenlere ($\bar{x}$ = 7,77, ss.= 6,42) oranla somatizasyon düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($t_{298}= 2,62$, $p= ,00$, $d=.02$).

Düzenleme, anksiyete, depresyon ve somatizasyon alanlarındaki babanın çalışma durumuna dayalı farklılıklara ait etki büyüklükleri incelendiğinde, düzenleme alanındaki farklılığa ait etki büyüklüğünün ($d=.01$), depresyon alanında elde edilen etki büyüklüğünün ($d=.01$), alanında elde edilen etki büyüklüğünün ($d=.02$) ve somatizasyon alanında elde edilen etki büyüklüğünün ($d=.02$) düşük düzeyde olduğu bulunmuştur.

Anne tutumunu ilgisiz algılayan ergenlerin anksiyete, depresyon düzeylerinin, olumsuz benlik düzeylerinin ve somatizasyon düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Anne tutumunu koruyucu algılayan ergenlerin ise anksiyete, depresyon ve olumsuz benlik düzeylerinin daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır. Anne tutumunu demokratik algılayanların olumsuz benlik algılarının daha yüksek olduğu saptanmıştır [Wilks Lambda (λ)=0.810, F (6,293) = 1,138, $p<0.05$, $p<0.01$].

Baba tutumunu demokratik, koruyucu, disiplinli ve aşırı hoşgörülü algılayanların, duygusal destekleme öz-yeterliklerinin yüksek olduğu; baba tutumunu ilgisiz algılayan ergenlerin, anksiyete, depresyon, olumsuz benlik ve hostilite düzeylerinin daha yüksek olduğu; demokratik algılayanların, anksiyete ve olumsuz benlik düzeylerinin yüksek olduğu; güven verici algılayanların ise depresyon düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır [Wilks Lambda (λ)=0.778, F (6,293)=1,361, $p<0.05$, $p<0.01$].

3-Ailenin sosyo-ekonomik durumuna göre incelendiğinde, sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olanların, düşük olanlara göre duygusal destekleme ve duygusal algılama öz-yeterliklerinin yüksek olduğu; sosyo ekonomik düzeyi düşük olanların ise orta ve yüksek olanlara göre anksiyete, depresyon, olumsuz benlik ve somatizasyon düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır [Wilks Lambda (λ)=0.92 , F (2,297)=1,36, $P<0.05$]. Yaşamının çoğunu köy ve ilçede geçiren ergenlerin, ilde geçirenlere göre hostilite düzeylerinin yüksek olduğu [Wilks Lambda (λ)=0.897, F (2,297)=1,78, $P<0.01$]; okul başarı düzeyi düşük olan ergenlerin, başarı düzeyi orta ve yüksek olan ergenlere göre olumsuz benlik algı düzeylerinin daha yüksek olduğu; okul başarı düzeyi yükseldikçe benlik algısının da yükseldiği saptanmıştır [Wilks Lambda (λ)=0.936 , F (2,297)=1,079, $P<0.05$].

Ergenlerin hayatlarından memnun olma durumlarına göre hayatlarından çoğunlukla memnun olan ergenlerin, kendisinin ve çevresindekilerin duygularını düzenleme, algılama ve duygularını düşünceyi destekleyici olarak kullanma öz-yeterliklerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Hayatından nadiren memnun olan ergenlerin, anksiyete, depresyon, olumsuz benlik düzeylerinin daha yüksek olduğu; çoğunlukla hayatlarından memnun olanların ise somatizasyon ve hostilite

düzeylerinin daha düşük olduğu saptanmıştır[Wilks Lambda (λ)=0,791,F (3,296)=2,611, $P<0.05$, $p<0.01$].Bu sonuçlar ışığında, genel anlamda hayatından memnun olan ergenlerin olumlu duygusal özellikler, hayatından daha az memnuniyet duyan ergenlerin ise olumsuz ruhsal belirtiler gösterdikleri anlaşılmaktadır.

4-. Anksiyete, olumsuz benlik ve somatizasyon düzeyleri yüksek olan ergenlerin uzman yardımına daha çok başvurdıkları ($t_{298}= 2,873$, $p= ,00$, $d=.02/\bar{x}= 17,21$, $ss.= 10,49$), olumsuz benlik algı düzeyinin yüksek olmasının, ergenleri rehber öğretmenden yardım aramaya daha fazla yönelttiği saptanmıştır[Wilks Lambda (λ)=0,818,F (5,294)=1,309, $P<0.05$].

5- Tablo 3'te görüldüğü üzere, ergenlerin duygusal düzenleme, destekleme, anlama ve algılama öz-yeterlik düzeyleri arttıkça depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilete düzeylerinin azaldığı saptanmıştır.

Tablo 3. Ergenlerin Ruhsal Belirti İle Duygusal Öz-yeterlikleri Arasındaki İlişki

Boyutlar		Düzenleme		Destekleme		Anlama		Algılama	
		R	r2	R	r2	R	r2	R	r2
Ruhsal Belirtiler	Anksiyete	-,13*	,01	-,10*	,07	-,12*	,03	-,06*	,30
	Depresyon	-,19*	,00	-,19*	,00	-,19*	,00	-,11*	,04
	Olumsuz Benlik	-,16*	,00	-,10*	,06	-,13*	,06	-,09*	,08
	Somatizasyon	-,14*	,01	-,12*	,02	-,16*	,00	-,10*	,06
	Hostilite	-,08*	,16	-,08*	,15	-,08*	,12	-,00*	,90

* $p<,008$

Ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleriyle ruhsal belirtileri arasındaki ilişkiler incelenirken birinci tip hatayı engellemek amacıyla Bonferroni yaklaşımı (α /ilişki sayısı) kullanılmıştır (Green ve Salkind, 2008: 264). Bonferroni yaklaşımına göre incelenmek istenen önem düzeyi ($p<,050$) incelenen ilişki sayısına (altı ikili ilişki) bölünmesiyle elde edilen değerin ($,05/6= ,008$) araştırmada önem düzeyi olarak kullanılması gerekmektedir. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi sonucunda ilişki düzeylerinin tümünün ,008'den küçük olduğu gözlemlendiği için elde edilen bulguların tümünün birinci tip hatadan uzak olduğu sonucuna varılmıştır.

Tablo 3'deki ilişki düzeyleri incelendiğinde, ergenlerin duygusal düzenleme öz-yeterliklerinin anksiyete ($r=-,13$, $p<,00$), depresyon ($r=-,19$, $p<,00$), olumsuz benlik ($r=-,16$, $p<,00$), somatizasyon ($r=-,14$, $p<,00$) ve hostilete düzeyleriyle ($r=-,18$, $p<,00$),negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Ergenlerin duyguları düşüncüyü destekleyici olarak kullanma öz-yeterliklerinin anksiyete($r=-,10$, $p<,00$), depresyon ($r=-,19$, $p<,00$),olumsuz benlik ($r=-,10$, $p<,00$), somatizasyon($r=-,12$, $p<,00$) ve hostilete düzeyleriyle ($r=-,08$, $p<,00$) negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ergenlerin duygusal anlama öz-yeterliklerinin anksiyete ($r=-,12$, $p<,00$), depresyon ($r=-,19$, $p<,00$), olumsuz benlik ($r=-,13$, $p<,00$), somatizasyon($r=-,16$, $p<,00$) ve hostilete düzeyleriyle ($r=-,08$, $p<,00$) negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ergenlerin duygusal algılama öz-yeterliklerinin anksiyete ($r=-,06$, $p<,00$), depresyon($r=-,11$, $p<,00$), olumsuz benlik($r=-,09$, $p<,00$), somatizasyon ($r=-,10$, $p<,00$) ve hostilete düzeyleriyle ($r=-,00$, $p<,00$) negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucu elde edilmiştir.

SONUÇ VE TARTIŞMA

Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 11/ 14 Summer 2016

Araştırma bulgularına göre ergenlerin ruhsal belirti düzeyleri ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Ergenlerin duygusal düzenleme, destekleme, anlama ve algılama öz-yeterlik düzeyleri arttıkça depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite düzeylerinin azaldığı saptanmıştır. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, Telef(2010), Muris,(2001) ve Muris(2002)'in araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Sonuçlar, cinsiyetin, yaşın, sosyo-ekonomik düzeyin, anne eğitim düzeyinin, babanın bir işte çalışıp çalışmama durumunun, yaşamın geçtiği yerin, okul başarı düzeyinin, anne tutumunun, baba tutumunun, uzman yardımı alma durumunun, okul PDR servisinden yararlanma durumunun ve genel olarak hayattan memnun olma durumlarının, ergenlerin ruhsal belirtileri ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinde istatistiksel olarak farklılaştığını ortaya koymaktadır. Ergenlerin babalarının eğitim düzeyine ve annelerinin bir işte çalışıp çalışmama durumuna göre ve doğum sırasına göre ruhsal belirtileri ve duygusal öz-yeterlik alt boyutları düzeylerinin farklılaşmadığı saptanmıştır.

Kızların duygusal anlama öz-yeterlik düzeylerinin ve depresyon oranlarının erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, Köksal (2003), Telef ve Karaca (2011)' in cinsiyetle ilgili bulgularıyla da uyum göstermektedir.

Annenin eğitim düzeyi arttıkça ergenlerin duygusal öz-yeterliklerinin güçlendiği, babanın işsizliğinin ergenleri olumsuz etkilediği ve onlarda ruhsal belirtilerin artmasına yol açtığı tespit edilmiştir. Bu bulgu, Vardarlı (2005),Telef ve Karaca (2011)' nın çalışmalarında annesi üniversite mezunu olan ergenlerin öz-yeterliklerinin yüksek olduğu sonucuyla ve Kapıkıran (2008)' in babaları işsiz olan ergenlerin fobik kaygı, kişiler arası duyarlılık ve somatizasyon gibi psikopatolojik belirtileri daha fazla yaşadıkları, işsizliğin öğrencilerin geleceğe yönelik kaygı yaşamalarına, kendilerini daha fazla yetersiz hissetmelerine ve daha fazla bedensel şikâyet belirtmelerine yol açmış olabileceği bulgularıyla uyum göstermektedir. Bu sonuca paralel sosyoekonomik düzeye ilişkin algıların da ergenlerin ruhsal belirtileri ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri üzerinde önemli etkileri olduğu tespit edilmiştir. Sosyo ekonomik düzeyi düşük olanların orta ve yüksek olanlara göre anksiyete, depresyon, olumsuz benlik ve somatizasyon düzeyleri daha yüksektir. Özmen, Özmen ve Dündar (2008) ve Yılmazel ve Günay (2012)'in çalışmalarındaki sosyo-ekonomik düzeyin ergenlerin ruhsal belirtilerine olumsuz yönde etkilediğine dair araştırma bulgularıyla örtüşmektedir. Ayrıca yaşamını uzun süre büyük şehirde geçirmediğini ifade edenlerin hostilite düzeyleri yüksek tespit edilmiştir. Günümüzde gençler için küçük yerde yaşamının öfke ve agresyona yol açtığı, babanın çalışmaması ve ekonomik düzeyin düşük algılanmasının kaygı bozukluklarına yol açtığı söylenebilir.

Bu çalışmada anne ve baba tutumlarının önemli olduğu, ergenleri farklı etkilediği ve ilgisiz tutumun ergenlerin ruh sağlığına en zarar verici tutum olduğu ortaya çıkmaktadır. Anne tutumunu ilgisiz algılayan ergenlerin anksiyete, depresyon, olumsuz benlik ve somatizasyon düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Baba tutumunu ilgisiz algılayan ergenlerin, anksiyete, depresyon, somatizasyon, olumsuz benlik ve hostilite düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgular, Arslan ve Kabasakal (2013)'in çalışma sonucunda yer alan, anne babaların çocuklarına yaklaşım biçimlerinin ve tutumlarının onların gelişimine önemli etkileri bulunduğu yönündeki bulguları destekler niteliktedir.

Okul başarısı ruhsal belirtiler ve duygusal öz-yeterlik düzeyinde önemli bir değişken olarak karşımıza çıkmıştır. Ergen kendini ne kadar başarılı algırsa ruh sağlığı o kadar olumlu etkilenmektedir. Bu bulgu, Eriş ve İkiz (2013)'in çalışmasında yer alan okul başarısı düşük ergenlerin benlik saygılarının düşük olduğu yönündeki araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Hayattan memnun alma düzeyine göre de memnun olanların daha sağlıklı olduğu tespit edilmiştir. Hayatlarından çoğunlukla memnun olan ergenlerin, nadiren memnun olanlara göre kendisinin ve çevresindekilerin duygularını düzenleme, algılama ve duygularını düşüncüyü destekleyici olarak kullanma öz-yeterliklerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Hayatından nadiren memnun olan ergenlerin, anksiyete ve depresyon düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar ışığında, genel anlamda hayatından memnun olan ergenlerin olumlu duygusal özellikler; hayatından daha az memnuniyet duyan ergenlerin ise olumsuz ruhsal belirtiler gösterdikleri anlaşılmaktadır. Bu bulgular (Tekpınar, 2009), Arygle (1994) ve Steawart (1976: 105-108)'in çalışmalarında yer alan hayatından bazen ve nadiren memnun olan ergenlerde anksiyete ve depresyon belirtilerinin daha fazla görüldüğüne dair bulguyu desteklemektedir.

Sonuç olarak bu çalışmada hem duygusal öz-yeterliği ruhsal belirtilerle ilişkilendirerek birbirlerine olan etkileri incelenmiş hem de bu iki değişkenin hangi demografik özelliklerde ne derece farklılık gösterdiğini araştırılmıştır. Sonuçlar ışığında ergenlerdeki duygusal öz-yeterlik düzeyinin yükseltilerek birçok ruhsal belirtinin en aza indirilebileceği görülmektedir.

ÖNERİLER

Ergenlerin duygusal öz-yeterliklerinin daha çok katılımcı ve farklı özellikteki liselerde okuyanları katarak daha geniş bir yelpazedeki katılımcılarla incelenmesinin ve kültürel açıdan farklılıklara değinilmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışma sadece lise öğrencilerinden bilgi alınarak yapılmıştır. Çalışmaya ebeveynlerde dahil edilerek karşılaştırmalı bir çalışma ortaya konulması önerilmektedir.

Okul başarı düzeyi düşük olan öğrencilerin benlik algısını yükseltebilmek adına okul psikolojik danışmanları tarafından amaç belirleme, planlı çalışma, verimli ders çalışma teknikleri konusunda başarıyı arttırmaya yönelik çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Olumsuz anne-baba tutumlarının yer aldığı; ilgi, sevgi ve destekten yoksun gençlerde psikolojik belirtilerin görülmesi oranının arttığı yönündeki bulgular ışığında, ilköğretimden itibaren okul psikolojik danışmanları ya da diğer okul dışı kurumlar, üniversiteler tarafından ailelerin olumlu ana-baba tutumları kazandırılması amacıyla bilgilendirici seminerler, aile rehberliği ve uygulamalı müdahale programları düzenlenmesinin yararlı olacağı önerilmektedir.

Okul psikolojik danışmanları tarafından hostilete düzeyi yüksek öğrencilere öfke kontrol beceri eğitimi verilebileceği önerilmektedir.

Ergenlerin duygusal öz-yeterliğinin gelişiminde önemli rolü oynayan ebeveynlerin, anne-baba duygusal öz-yeterliklerini arttırmaya yönelik aile rehberliği programları düzenlenmesi önerilmektedir.

Duygusal öz-yeterliği düşük olan dolayısıyla kendisinin ve başkalarının duygularını anlama, düzenleme, duyguları düşüncüyü destekleyici olarak kullanma ve duyguları algılama öz-yeterliğinde sorun yaşayan ergenleri bu alanda desteklemek için iletişim becerileri, empati, duygusal zeka beceri eğitimi gibi duygusal öz-yeterliği artırıcı çalışmalar yapması önerilmektedir. Bu öneri, Kesicioğlu ve Güven (2014)'in çalışmasında da özellikle iletişim ve empati becerilerini geliştirmenin öz-yeterliliği olumlu etkilediği yönünde desteklenmektedir.

KAYNAKÇA

Argyle, M. (1994). *The psychology of social class*. London, Routledge.

- Arslan,G., Kabasakal,Z. (2013). Ergenlerin problem çözme becerileri ve ana-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Turkish Studies*, 8 / 6. DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.4848,p.33-42>.
- Büyüköztürk, Ş. (2005). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı (İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları ve Yorum)*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Caprara, G. V., Scabini, E., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Regalia, C., Bandura, A. (1998). Impact of adolescents' perceived self-regulatory efficacy on familial communication and antisocial conduct. *European Psychologist*, 3, 125–132.
- Carr-Gregg M. R., Enderby K. C. ve Grover S. R. (2003). Risk-taking behavior of young women in Australia: screening for health risk behaviors. *Medical Journal of Australia*., 178, (12), 601-604.
- Eriş,Y., İkiz, F.E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *Turkish Studies*,8/6. DOI Number:<http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.4726,p.179-193>.
- Hetland, J., Torsheim, T., Aaro, L. E. (2002). subjective health complaints in adolescence: Dimensional structure and variation across gender and age. *Scandinavian Journal of Public Health*, 30(3), 223–230.
- İkiz, F. E., & Savi Çakar, F. (2010). Perceived social support and self-esteem in adolescence. *Procedia Social and Behavioural Science* Volume 5, Pages: 2338–2342. WCPCG-2010.
- İkiz, F. E. & Savi-Çakar, F. (2012). Behavior problems in relation perceived social support, In L. Barış, & Ö. Uzun (Eds), *Psychology of adolescence* (pp. 1-48). New York: Nova Science Publishers, Inc.
- İkiz,E., Karaca,R., Totan,T. (2010). Duygusal öz-yeterlik ölçeğinin türkçeye uyarlanarak tek ve dört faktörlü yapısının psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 71-95.
- Jacobs, J.E.; Blecker M.M. ve Constantino, M.J. (2003). The self-system during childhood and adolescence: Development, influences and implications. *Journal of Psychotherapy Integration*. 1, 33-65.
- Kapıkıran, N. A. (2008). Lise öğrencilerindeki psikopatolojik belirtilerin cinsiyet ve sınıf değişkenleri açısından incelenmesi. <http://egitimdergi.pau.edu.tr> (12 Mart 2013).
- Kent,S. (2007). *14-18 yaş arası çocuklarda kişilik gelişiminin değerlendirilmesi ve ruhsal belirtilerin saptanması*. Yayımlanmamış Tezsiz Yüksek Lisans Projesi, Ankara Üniversitesi.
- Kesicioğlu,O.S., Güven,G. (2014). Okul öncesi öğretmen adaylarının öz-yeterlik düzeyleri ile problem çözme, empati ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Turkish Studies*, 9/5. DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.6784,p.1371-1383>
- Kirk, B. A., Schutte, N. S. ve Hine, D. W. (2008). Development and preliminary validation of an emotional self-efficacy scale. *Personality and Individual Differences*, 45, 432-436.
- Köksal, A. (2003). *Ergenlerde duygusal zeka ve karar verme stratejileri arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Mayer, J. D., Salovey, P.,Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15, 197–215.
- Muris, P. (2001). A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 145–149.

- Muris, P. (2002). Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality and Individual Differences*, 32, 337–348.
- Özmen, E., Özmen, D., Dündar, D.E. (2008). Yoksulluğun ergenlerin ruh sağlığına etkileri. *Türkiye’de Psikiyatri*; 10: 39–46.
- Savi, F., & Akboy, R. (2010a). The relationship between behavioral problems of primary school students in pre-adolescence period and family functionings. *International Journal Of Education Research Teacher Education*, 1(1), 28-41.
- Savi, F., & Akboy, R. (2010b). The relationship between personality traits of parents and parents’ reports of adolescent’s problems. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 5, 152-166.
- Sahranç, Ü. (2007). *Stres kontrolü, genel öz-yeterlik, durumluluk kaygı ve yaşam doyumu ile ilişkili bir akış modeli*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Savaşır, I., Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel davranışçı terapilerde değerlendirme: sık kullanılan ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Stewart, R.A.C. (1976). Satisfaction in stages of the life cycle, levels of general happiness and frequency of peak experience. *Social Behavior and Personality*, 4, 105-108.
- Şahin, N. H., Durak, A. (1994). Kısa semptom envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*. 9 (31), 44–56.
- Şahin, N. H., Batıgün, A. D., Uğurtaş, S. (2002). Kısa semptom envanteri (KSE): ergenler için kullanımının geçerlik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 13 (2), 125–135.
- Tekpınar, P. (2009). Çocukluk Döneminde Duygusal Zeka. *Eğitimde Yansımalar Dergisi*, 14-20.
- Telef, B.B. (2011). *Öz-yeterlikleri farklı ergenlerin psikolojik semptomlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Telef, B.B., Karaca, R. (2011). Ergenlerin öz-yeterliklerinin ve psikolojik semptomlarının incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 16, 499-518.
- Tubridy, A., Corry, M. (2007). *Depresyon hastalık değil bir duygu*. İstanbul: Profil Yayıncılık.
- Vardarlı, G. (2005). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin öz-yeterlik düzeylerinin yordanması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Willemse, M. (2008). *Exporing the relationship between self-efficacy and aggression in a group of adolescents in the peri-urban town of worcester*. Unpublish Master of Art Thesis. University of Stellenbosch.
- Yılmazel G., Günay, O. (2012). *Çorum ili kargı ilçesinde öğrenim gören 12 – 17 yaş arasındaki öğrencilerde ös saygı ve depresyon*. Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi Araştırma Raporu. http://sagens.erciyes.edu.tr/dergi/2012_1/3_gulay.pdf

Citation Information/Kaynakça Bilgisi

- İkiz, F.E. & Sakarya Çinkı, Ö. (2016). “Ergenlerin Ruhsal Belirtileri ile Duygusal Özyeterlik Düzeylerinin İncelenmesi / Investigation of the Mental Symptoms and Emotional Self-Efficacy Levels of Adolescents”, *TURKISH STUDIES -International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic-*, ISSN: 1308-2140, (Prof. Dr. Kamil Veli Nerimanoğlu Armağanı) Volume 11/14 Summer 2016, ANKARA/TURKEY, www.turkishstudies.net, DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.9725>, p. 333-348.

Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 11/ 14 Summer 2016