



**T.C.**

**BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN SOSYAL DESTEK,  
BAĞLANMA VE NEZAKET ARASINDAKİ İLİŞKİLER**

**DOKTORA TEZİ**

**Meltem YILDIZ  
0000-0002-4535-6903**

**BURSA-2022**





**T.C.**

**BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN SOSYAL DESTEK,  
BAĞLANMA VE NEZAKET ARASINDAKİ İLİŞKİLER**

**DOKTORA TEZİ**

**Meltem YILDIZ**  
**0000-0002-4535-6903**

**Danışman**  
**Prof. Dr. Jale ELDELEKLİOĞLU**

**BURSA-2022**

## **BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK**

Bu çalışmadaki tüm bilgilerin akademik ve etik kurallara uygun bir şekilde elde edildiğini beyan ederim.

**Meltem YILDIZ**

08/06/2022

## TEZ YAZIM KILAVUZU'NA UYGUNLUK ONAYI

“Lise Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek, Bağlanma Ve Nezaket Arasındaki İlişkiler” adlı doktora tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanmıştır.

Tezi Hazırlayan  
Meltem YILDIZ

Danışman  
Prof.Dr. Jale ELDELEKLİOĞLU

Eğitim Bilimleri ABD Başkanı  
Prof. Dr. Sedat YÜKSEL



**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**YÜKSEK LİSANS/DOKTORA BENZERLİK YAZILIM RAPORU**

**BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ve REHBERLİK ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA**

Tarih: 01/05./2022

Tez Başlığı / Konusu: Lise Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek, Bağlanma ve Nezaket Arasındaki İlişkiler  
Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 110 sayfalık kısmına ilişkin, 01/05/2022 tarihinde şahsım tarafından *Turnitin* adlı intihal (benzerlik) tespit programından (Turnitin)\* aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan özgünlük raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 9 'dur.

Uygulanan filtrelemeler:

- 1- Kaynakça hariç
- 2- Alıntılar hariç/dahil
- 3- 5 kelimededen daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Özgünlük Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve bu Uygulama Esasları'nda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal (benzerlik) içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

01.05.2022

**Adı Soyadı:** Meltem YILDIZ  
**Öğrenci No:** 811621001  
**Anabilim Dalı:** Eğitim Bilimleri  
**Programı:** Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik  
**Statüsü:**  Y.Lisans  Doktora

**Danışman**  
Prof. Dr. Jale ELDELEKLIÖĞLU  
01.05.2022

**T.C.**  
**BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE**

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı'nda 811621001 numaralı Meltem YILDIZ'ın hazırladığı "Lise Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek, Bağlanma ve Nezaket Arasındaki İlişkiler" konulu doktora çalışması ile ilgili tez savunma sınavı, 08/06/2022 günü 11.00-12.00 saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonucunda adayın tezinin/çalışmasının **(başarılı)** olduğuna **(oy birliği)** ile karar verilmiştir.

Sınav Komisyonu Başkanı  
Tez Danışmanı  
Prof. Dr. Jale ELDELEKLİOĞLU  
Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye  
Prof. Dr. Rahşan S. ÇETİNKAYA  
Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye  
Prof. Dr. Nuran BAYRAM ARLI  
Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye  
Prof. Dr. Sırrı AKBABA  
Üsküdar Üniversitesi

Üye  
Doç. Dr. Eyüp ÇELİK  
Sakarya Üniversitesi

## ÖZET

Yazar Adı Soyadı	Meltem YILDIZ
Üniversite	Bursa Uludağ Üniversitesi
Enstitü	Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Anabilim Dalı	Eğitim Bilimleri
Bilim Dalı	Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik
Tezin Niteliği	Doktora Tezi
Sayfa Sayısı	xiii + 160
Mezuniyet Tarihi	8 Haziran 2022
Tez Danışmanı	Prof. Dr. Jale ELDELEKLİOĞLU

### LİSE ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN SOSYAL DESTEK, BAĞLANMA VE NEZAKET ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Bu çalışmanın amacı lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanma ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkileri ortaya koymaktır. Çalışmada ayrıca algılanan sosyal desteğin, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanmanın ve nezaket karakter gücünün cinsiyete göre anlamlı farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Bu kapsamda araştırmanın çalışma grubu 2020-2021 eğitim öğretim yılında Bursa ilinde öğrenim gören 499 kadın (%74) ve 177 erkek (%26) olmak üzere toplam 676 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmanın verileri; “Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-R”, “Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş Formu” ve “Karakter Güçleri Gençlik Envanteri” ile toplanmıştır. Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeylerinin, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanmalarının ve nezaket karakter gücünün cinsiyetlerine göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla ‘Bağımsız Örneklem için t Testi’ yapılmıştır. Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla “Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Analizi” ve bu değişkenler arası ilişkileri betimlemeye yönelik Yol Analizi kullanılmıştır. Analizler sonucunda arkadaşta algılanan sosyal desteğin, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanmanın ve nezaket karakter gücünün cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Korelasyon analizi sonucunda lise öğrencilerinin ailelerinden, arkadaşlarından ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek



düzeyleri, ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücü arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Yapılan yol analizi sonucunda en iyi modelin; lise öğrencilerinin ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanmalarının gerek doğrudan gerek de nezaketin kısmi aracılığıyla arkadaş, aile ve öğretmenden algılanan sosyal desteği yordamasına ilişkin model olduğu görülmüştür. Bootstrapping işlemi sonrasında da dolaylı yordama ilişkilerinin de anlamlı olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgular, ilgili alanyazın bağlamında tartışılmıştır.

***Anahtar Sözcükler: Algılanan sosyal destek, bağlanma, nezaket karakter gücü***

## ABSTRACT

Name and Surname	Meltem YILDIZ
University	Bursa Uludag University
Institution	Institute of Educational Sciences
Field	Educational Sciences
Branch	Psychological Counseling and Guidance
Degree Awarded	PhD
Page Number	xiii + 160
Degree Date	8 June 2022
Supervisor	Prof. Dr. Jale ELDELEKLİOĞLU

### **RELATIONS BETWEEN PERCEIVED SOCIAL SUPPORT, ATTACHMENT AND KINDNESS IN HIGH SCHOOL STUDENTS**

The aim of this study is to reveal the relationships between perceived social support, secure attachment to parents and peers, and kindness character strength in high school students. The study also examined whether perceived social support, secure attachment to parents and peers, and kindness character strength differed significantly by gender. In this context, the study group of the research consists of a total of 676 high school students, 499 females (74%) and 177 males (26%) studying in Bursa in the 2020-2021 academic year. The data of the research; it was collected with the “Perceived Social Support Scale-R”, “Inventory of Parent and Peer Attachment -Revised Form” and “Values in Action Inventory of Strengths for Youth (VIA-Youth)”. In order to determine whether the perceived social support levels of high school students, their secure attachment to parents and peers, and their kindness character strength differ significantly according to their gender, the 't-Test for Independent Samples' was conducted. "Pearson Product Moments Correlation Analysis" and Path Analysis to describe the relationships between these variables were used to determine the relationships between high school students' perceived social support levels, secure attachment to parents and friends, and kindness character strength. As a result of the analyzes, it was determined that the perceived social support from the friend, the secure attachment to the parent and the peer, and the kindness character strength differed significantly according to gender. As a

result of the correlation analysis, positive and significant relationships were found between high school students' perceived social support levels from their families, friends and teachers, their secure attachment to parents and peers, and the strength of their kindness character. As a result of the path analysis, the best model; it has been observed that high school students' secure attachment to parents and peers is a model for predicting perceived social support from friends, family, and teachers, either directly or partially through kindness. It was observed that indirect prediction relations were also significant after the bootstrapping process. The findings are discussed in the context of the relevant literature.

***Keywords: Attachment, kindness character strength, perceived social support***

## İÇİNDEKİLER

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK.....	iii
TEZ YAZIM KILAVUZUNA UYGUNLUK ONAYI.....	iv
BENZERLİK YAZILIM RAPORU.....	v
JÜRİ ÜYELERİ İMZA SAYFASI.....	vi
ÖZET.....	vii
ABSTRACT.....	ix
İÇİNDEKİLER.....	xi
TABLolar LİSTESİ.....	xv
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xvi

## BİRİNCİ BÖLÜM

### GİRİŞ

1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	4
1.3. Araştırma Soruları.....	6
1.4. Araştırmanın Önemi.....	7
1.5. Varsayımlar.....	9
1.6. Sınırlılıklar.....	9
1.7. Tanımlar.....	9

## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE

1.8. Algılanan Sosyal Destek.....	10
1.8.1. Algılanan Sosyal Destek Kavramının Tanımı.....	10
1.8.2. Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar.....	16
1.8.3. Algılanan Sosyal Desteğin Gelişimi.....	17
1.8.4. Algılanan Sosyal Destek Kaynakları.....	19
1.8.4.1. Aileden Algılanan Sosyal Destek.....	20
1.8.4.2. Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek.....	21
1.8.4.3. Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek.....	22
1.8.5. Algılanan Sosyal Destekle İlişkili Faktörler.....	24
1.8.6. Algılanan Sosyal Desteğin Fonksiyonları.....	26
1.9. Bağlanma.....	29
1.9.1. Bağlanmanın Kavramının Tanımı.....	29
1.9.2. Bağlanma İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar.....	31

1.9.3. İçsel Çalışma Modelleri.....	37
1.9.4. Bağlanmanın Gelişimi.....	38
1.9.5. Ebeveyne Bağlanma.....	41
1.9.6. Arkadaşa Bağlanma.....	43
1.9.7. Bağlanma İle İlişkili Faktörler.....	45
1.9.8. Bağlanmanın Fonksiyonları.....	47
1.10. Nezaket.....	49
1.10.1. Bir Karakter Gücü Olarak Nezaket.....	49
1.10.2. Nezaketin Bileşenleri.....	53
1.10.3. Nezaket İle İlişkili Kavramlar.....	56
1.10.4. Nezaketin Gelişimi.....	60
1.10.5. Nezaket İle İlişkili Faktörler.....	61
1.10.6. Nezaketin Fonksiyonları.....	62
1.11. Yol Analizi için Oluşturulan Teorik Modeldeki Değişkenler Arasındaki İlişkiler.....	63
1.11.1. Aileden Algılanan Sosyal Destek ile Arkadaştan ve Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkiler.....	63
1.11.2. Algılanan Sosyal Destek ile Bağlanma Arasındaki İlişkiler.....	64
1.11.3. Algılanan Sosyal Destek İle Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkiler.....	65
1.11.4. Ebeveyne Bağlanma ile Arkadaşa Bağlanma Arasındaki İlişkiler.....	66
1.11.5. Bağlanma ile Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkiler.....	67
1.12. İlgili Araştırmalar.....	68
1.12.1. Algılanan Sosyal Destekle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar.....	68
1.12.2. Algılanan Sosyal Destekle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar.....	70
1.12.3. Bağlanma İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar.....	71
1.12.4. Bağlanma İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar.....	72
1.12.5. Nezaket Karakter Gücü İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar.....	73
1.12.6. Nezaket Karakter Gücü İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar.....	73

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

1.13. Araştırmanın Modeli.....	76
1.14. Araştırma Grubu.....	77
1.15. Veri Toplama Araçları.....	77

1.15.1.	Kişisel Bilgi Formu.....	77
1.15.2.	Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-R.....	77
1.15.3.	Ebeveyne ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş Formu....	78
1.15.4.	Karakter Güçleri Gençlik Envanteri.....	79
1.16.	Veri Toplama Süreci.....	80
1.17.	Verilerin Analizi.....	81
1.17.1.	Varsayımlar.....	82
1.17.1.1.	Normallik.....	83
1.17.1.2.	Uç Değerler.....	85
1.17.1.3.	Kayıp Veri.....	85
1.17.1.4.	Çoklu Bağlantılılık.....	85

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

### **BULGULAR**

1.18.	Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları Ve Nezaket Karakter Gücünün Cinsiyete Göre Anlamlı Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular.....	86
1.19.	Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları Ve Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular.....	87
1.20.	Lise Öğrencilerinin Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları, Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Ve Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkileri Betimlemeye Yönelik Yol Analizi Bulguları.....	88

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

### **TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER**

1.21.	Tartışma ve Sonuç.....	94
1.21.1.	Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları ve Nezaket Karakter Gücünün Cinsiyete Göre Anlamlı Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması.....	94

1.21.2.	Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları Ve Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkilere Dair Bulguların Tartışılması.....	98
1.21.3.	Lise Öğrencilerinin Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanma, Algılanan Sosyal Destek Düzey Ve Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkileri Betimlemeye Yönelik Yol Analizine Dair Bulguların Tartışılması.....	98
1.21.3.1.	Doğrudan Yordama Gücü Bulgularına İlişkin Tartışma.....	99
1.21.3.2.	Dolaylı Yordama Gücü Bulgularına İlişkin Tartışma.....	106
1.22.	Öneriler.....	110
	KAYNAKÇA.....	113
	EKLER.....	146
	ÖZ GEÇMİŞ.....	157

## Tablolar Listesi

<i>Tablo</i>	<i>Sayfa</i>
1. Araştırma Grubuna Ait Demografik Bilgiler.....	77
2. Uyum İndeksleri ve Kabul Edilebilir Eşik Değerleri.....	82
3. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler.....	83
4. Modeldeki Gözlenen Değişkenlere Ait Çok Değişkenli Normal Dağılım Sonuçları.....	84
5. Modeldeki Gözlenen Değişkenlere Ait Çoklu Doğrusal Bağlantı Sonuçları.....	85
6. Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları Ve Nezaket Karakter Gücünün Cinsiyete Göre Anlamlı Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular.....	86
7. Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları Ve Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular.....	87
8. Modelin Uyum İndeks Değerleri.....	90
9. Model Parametrelerinin Standartlaştırılmamış Ve Standartlaştırılmış Regresyon Katsayıları ve Hipotez Testi Sonuçları.....	90
10. Nezaket Nihai Modelindeki Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Yordama Güçleri.....	91



## Şekiller Listesi

<i>Şekil</i>	<i>Sayfa</i>
1. Nezaket Karakter Gücü İle İlgili Kurulan Teorik Model.....	5
2. Nezaket Karakter Gücü İle İlgili Nihai Model .....	89

# 1. BÖLÜM

## GİRİŞ

Tezin bu bölümünde sırasıyla problem durumu, araştırmanın amacı, araştırma soruları, araştırmanın önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve tanımlar yer almaktadır.

### 1.1.Problem Durumu

Ergenlik döneminde algılanan sosyal destek; stresle başa çıkmak için kritik olan ve yaşamın bu hassas döneminde psikolojik iyi oluşla ilişkilendirilen birincil kişilerarası kaynaktır. Algılanan sosyal destek, bireyin destek ihtiyacının karşılandığına inanma derecesidir (Prociano ve Heller, 1983). Güvenlik ve koruma sağlamanın yanı sıra sıkıntılı zamanlarda kişinin yaşadığı yüklerden kurtulmasına olanak tanır (Pace, Zappulla ve Di Maggio, 2016). Ergenlik döneminde, aile ve arkadaş desteği en güçlü destek kaynakları olarak ortaya çıkar, bunu öğretmen desteği izler (Rueger, Malecki, Pyun, Aycock ve Coyle, 2016). Bu destek kaynaklarından yeterli desteği alamadıklarında ergenler problemlerini ya tek başlarına ya da yanlış kişilerin yardımıyla çözmeye çalışırlar veya uygun olmayan çözüm yollarına yönelebilirler (Yıldırım, 1999).

Ailesinden sosyal destek gören bireyler sevilme ve değer görme duygularını tadar. İleride kurduğu ilişkilerinde de bu sosyal destek algısının etkileri görülebilir (Tunç-Omar, 2019). Aile tarafından desteklendiğini algılayan birey, sağlam bir kişilik oluşturarak daha pozitif bir sosyal çevre geliştirip, arkadaş ve sosyal çevreleriyle çok daha iyi ilişkilere sahip olur. Arkadaşlıkların ve ebeveynlerle ilişkilerin ergenlerin hayatındaki önemi göz önüne alındığında, bu ilişkilerin birbirleriyle etkileşebileceği düşünülmektedir (Turgut, 2015). Çocuğun ailesiyle olan ilişkisinin arkadaş ve öğretmenleriyle olan ilişkisine genellendiği düşünülmektedir (Tai, 2017). Öğretmenlerden algılanan sosyal destek çerçevesinde alınan güdüleyici mesajlar da sosyal destek sağlayan ailenin mesajlarını pekiştirir (Turgut, 2015).

Cinsiyet algılanan sosyal destek düzeyinin belirlenmesinde önemli bir yere sahiptir. Bu konuda yapılan çalışmalarda kadınların arkadaşlarından ve öğretmenlerinden, erkeklerin ise ailelerinden daha yüksek düzeyde algılanan sosyal destek algıladıkları belirlenmiştir (Aliyev ve Tunç, 2017; Körük, 2016; Özgür, 2014). Bazı araştırmalarda ise aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma tespit edilmemiştir (Çeçen, 2008; Demirtaş, 2007; Gündoğan, 2016). Cinsiyete yönelik olarak algılanan sosyal destek düzeylerinin farklılık gösterip göstermediğine ilişkin alanyazında birbirinden farklı sonuçlar bulunmaktadır.

Öğretmenleriyle aileleriyle ve okul arkadaşlarıyla iyi ilişkiler kurabilen ergenler ruh sağlığı, akademik başarısı, sosyal ilişkilerde özgüven yönünden daha olumlu ilerlemeler kaydetmektedirler. Aile ve çevre desteğini hissetmeye en fazla ihtiyaç duyulan yaşam dönemi olarak nitelendirilen ergenlikte aileleri ve arkadaşları ve öğretmenleri tarafından desteklenmeleri; öğrencilerin birbirleriyle sağlıklı ilişkiler içinde olmalarına katkı sağlar (Tunç-Omar, 2019). Özellikle ergenlik döneminde psikolojik sağlık açısından önemli bir yere sahip olan algılanan sosyal desteğin bu üç kaynağı arasındaki ilişkiler alanyazında yeterince ele alınmamıştır. Bu nedenle mevcut çalışmada bu üç sosyal destek kaynağının birbirleriyle ilişkilerini ortaya koyan bir model önerisi sunulmuştur. Üç sosyal destek kaynağından algılanan destek düzeyinin cinsiyete göre farklılaşma durumu ile ilgili literatürdeki farklı sonuçlara ilişkin belirsizliği giderebilmek amacıyla mevcut çalışmada cinsiyet değişkeni de ele alınmıştır.

Algılanan sosyal desteğin gelişimsel öncülleri, ilk sosyal destek ilişkisi olarak kavramsallaştırılan erken bağlanma deneyimidir. Bağlanma kuramına göre, bireyin temel bakım verenleriyle ilk etkileşimi, yaşam boyu sosyal davranışlarına ve sosyal beklentilerine rehberlik etmeye hizmet eden içsel çalışma modelleri olarak içselleştirilir (Thompson, 1999). Olumlu içsel çalışma modellerinin bir sonucu olan güven bağlanma sürekli olarak ulaşılabilir ve çocuğun ihtiyaçlarına yanıt veren bir bağlanma figürüyle etkileşimden meydana gelir. Bu etkileşim, çocuğun bağlanma figürünü güvenli bir sığınak ve keşfetmek için güvenli bir üs olarak kullanmasına izin verir (Aspelmeier ve Kerns, 2003).

Bir içsel çalışma modeli, zaman içinde farklı bağlanma figürleriyle olan deneyimlerle biçimlenir (Buist ve diğerleri, 2004). Birincil bağlanma figürü olan ebeveynlere bağlanma ergenlerin duygusal problemler yaşıyorken sığınabilecekleri koruyucu ve güvenli bir sığınak işlevi görür (Barsano, 2005). Araştırmalar ebeveyne bağlanmanın arkadaşına bağlanmanın temeli olarak hizmet ettiğini ortaya koymuştur (Liu ve Wang, 2021). Ebeveyne güvenli bağlanan ergenler daha kaliteli arkadaşına bağlanma geliştirmektedirler (Özen, 2003). Arkadaşına bağlanma güven, sıcaklık kişisel düşünce ve duyguların paylaşımı gibi unsurları içeren arkadaşlar arasındaki duygusal bağ anlamına gelir (Armsden and Greenberg 1987). Arkadaşına güvenli bağlanma, olumlu benlik değeri ve benlik saygısı duygularını içeren sağlıklı psikolojik işleyişi destekler (Wentzel ve diğerleri, 2009).

Araştırmalar ergenlerin ebeveynlerine ve arkadaşlarına güvenli bağlanmalarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğine ilişkin farklı sonuçlar ortaya koymuştur. Bazı çalışmalarda kadınların ebeveynlerine (Matsushima ve Shiomi, 2003; O’Koon, 1997) bazılarında da arkadaşlarına daha güvenli bağlandıkları belirtilmiştir (Katmer, 2018; Yazıcı,

2019). Başka çalışmalarda ise ebeveyne ve arkadaşına bağlanmada cinsiyete göre anlamlı farklılık saptanmamıştır (Çam ve Keskin, 2007; Çetin, 2015).

Güvenli bağlanmaya sahip ergenler daha iyi duygu düzenleme, kimlik gelişimi, akademik başarı gibi bir çok sosyo-duygusal fayda elde ederler (Arslan, 2008). Algılanan sosyal destek de bunlardan biridir. Alan yazında bağlanmanın algılanan sosyal destek ile ilişkisini ortaya koyan çalışmalar mevcuttur. Ancak ebeveyn ile arkadaşına güvenli bağlanmanın aile, arkadaş ve öğretmeden algılanan sosyal desteği yordama durumunu ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle ebeveyn ile arkadaşına güvenli bağlanma ile aile, arkadaş ve öğretmeden algılanan sosyal destek arasındaki ilişkileri betimlemek için bir model oluşturulmuştur. Ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanmanın cinsiyete göre farklılaşma durumu ile ilgili literatürdeki farklı sonuçlara ilişkin belirsizliği giderebilmek amacıyla mevcut çalışmada cinsiyet değişkeni de ele alınmıştır.

Nezaket karakter gücü, diğer insanlara karşı iyi davranmaya yönelik yaygın eğilimi tanımlar. Şefkatli olmak ve başkalarının refahı için endişe duymak, başkalarına iyilik yapmak, başkalarıyla ilgilenmek ve hayır işleri yapmak olarak tanımlanır (Peterson ve Seligman, 2004). Sosyal destek, başkalarının gözünde önemli bir kişi olma, önemsenme ve sevilme, insan olarak saygı görme ve gerektiğinde yardım edecek ve dinleyebilecek birine sahip olma duygusudur (Eldeleklioğlu, 2006). Nezaket karakter gücü de kişinin yaşlıları tarafından kabul görmesiyle ilgilidir. Arkadaşları tarafından reddedilen çocuklar, sosyal olarak kabul edilen yaşlılarına kıyasla nezaket davranışlarını daha az göstermeye eğilimlidirler (Haslip, Allen-Handy ve Donaldson, 2019).

Nezaketin duygu boyutu içinde yer alan şefkat ve davranış boyutu içinde yer alan prososyal davranışlar ile bağlanma arasındaki ilişkileri ortaya koyan çalışmalar mevcuttur. Bağlanma araştırmaları, kendini kabul etme ve başkalarına karşı şefkat duymanın; çocukluktan başlayarak kişinin ihtiyaçlarına ve yardım/destek tekliflerine duyarlı olan diğer insanlarla yakın ilişkilerinden doğduğunu gösteren geniş bir literatür oluşturmuştur. Öz-şefkatin ve başkalarını önemsemenin ortak kökleri, doğru empati ve prososyal davranışı modelleyen bakım verenlerle güvenli ilişkilerde yatar (Shaver, Mikulincer, Sahdra ve Gross, 2016b). Araştırmacılar, ergenlik döneminde ebeveynlerle sıcak, besleyici ilişkilerin prososyal davranışı teşvik ettiğine ve saldırgan davranışı azalttığına yönelik deneysel kanıtlar bulmuşlardır (Laible, Carlo ve Roesch, 2004). Ayrıca arkadaşlarıyla güvenli bağlanma ilişkisi kuran ergenlerin prososyal davranışlarda bulunma olasılıkları daha yüksek olduğu görülmüştür (Shaver ve diğerleri, 2016b).

İlgili alan yazında empati kurma, prososyal davranışlar ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkileri ortaya koyan çalışmalar mevcut olmakla birlikte nezaket karakter gücünün üç sosyal destek kaynağını yordama durumuna ilişkin çalışmalara rastlanmamıştır. Bu nedenle mevcut çalışmada oluşturulan modele nezaket karakter gücü de eklenerek aile, arkadaş ve öğretmeden algılanan sosyal desteği yordama durumu incelenmiştir. Ayrıca alan yazında olumlu ebeveynlik uygulamalarının, ebeveyn sıcaklığının prososyal davranışı ve empati gelişimini yordadığını ortaya koyan çalışmalar mevcut olmakla birlikte ebeveyne ile arkadaşta güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücünü yordama durumunu ele alan çalışmalara rastlanmamıştır. Mevcut çalışmada oluşturulan modelde ebeveyn ile arkadaşta güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücünü yordama durumu da ele alınmıştır.

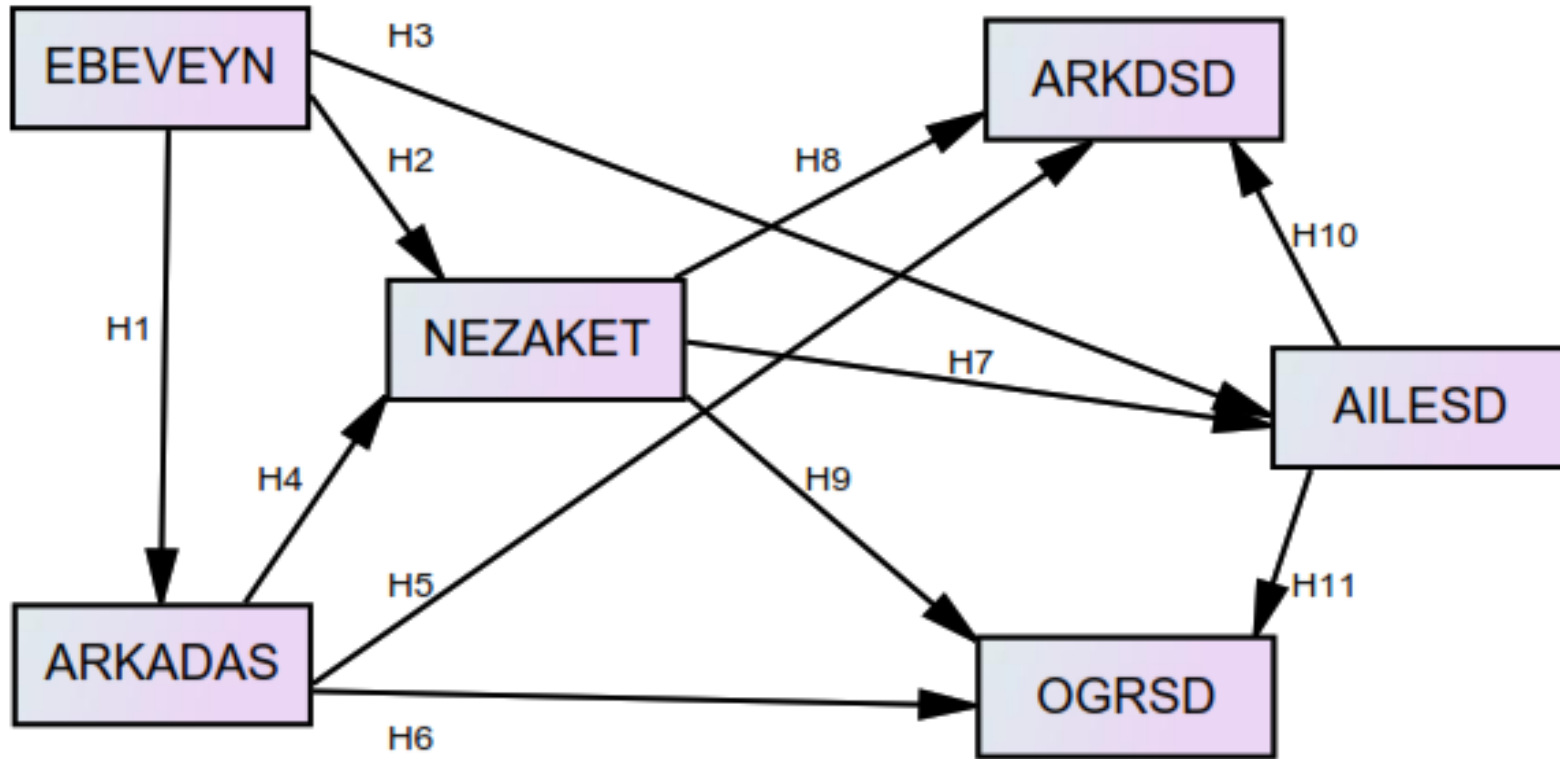
Bir kişinin algıladığı sosyal desteğe yönelik değerlendirmesini, tutumlarını ve tepkilerini; bağlanma ile ilişkili olabilecek diğer kişilik ve karakter boyutları (örneğin, nezaket) şekillendirebilir (Florian ve diğerleri, 1995). Güvenli bağlanan ergenlerin, empati gelişimi için gerekli olan sosyal-duygusal becerilere daha kolay sahip olmaları ve bu becerileri güvensiz bağlanarlardan daha erken geliştirmeleri beklenir. Güvenli bağlanan gençler, ilişkilerinde daha fazla destek arama davranışına girerler. Arkadaşlarından destek arama davranışının onların empatik desteğini etkili bir şekilde ortaya çıkardığı ölçüde, arkadaşlıkları güçlenebilir. İkili destek arama-sağlama süreci erdemli bir döngüde pekiştirilebilir (Stern ve diğerleri, 2021). Alan yazındaki bu açıklamalara bakıldığında bağlanmanın algılanan sosyal desteği yordamasında nezaket karakter gücünün aracılık edebileceği düşünülmüştür. Bu nedenle mevcut çalışmada ebeveyn ile arkadaşta güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücü vasıtasıyla aile, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal desteği yordama durumu oluşturulan modelde irdelenmiştir. Bu sayede ergenlerin sosyal destek algılarında güvenli bağlanmayı destekleyebilecek faktörlerin ortaya çıkarılmasına katkı sağlamak hedeflenmiştir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmanın amacı lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek, ebeveyn ile arkadaşta güvenli bağlanma ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkileri ortaya koymaktır. Bu kapsamda ebeveyn ile arkadaşta güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücü aracılığı ile lise öğrencilerinin aile, arkadaş ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri üzerindeki yordama gücünü incelemek üzere, ilgili alanyazın kapsamında önerilen teorik model Şekil 1’de sunulmuştur.

Şekil 1

*Nezaket karakter gücü ile ilgili kurulan teorik model<sup>1</sup>*



<sup>1</sup> EBEVEYN: Ebeveyne güvenli bağlanma, ARKADAS: Arkadaşa güvenli bağlanma, Nezaket: Nezaket karakter gücü, ARKDSD: Arkadaştan algılanan sosyal destek, OGRSD: Öğretmenden algılanan sosyal destek, AILESD: Aileden algılanan sosyal destek

Yukarıdaki teorik modelde yer alan her bir yolun açıklaması şu şekildedir:

H1: Lise öğrencilerinin ebeveyne güvenli bağlanmalarının arkadaşta güvenli bağlanmalarını yordama gücü

H2: Lise öğrencilerinin ebeveyne güvenli bağlanmalarının nezaket karakter gücünü yordama gücü

H3: Lise öğrencilerinin ebeveyne güvenli bağlanmalarının aileden algıladıkları sosyal destek düzeylerini yordama gücü

H4: Lise öğrencilerinin arkadaşta güvenli bağlanmalarının nezaket karakter gücünü yordama gücü

H5: Lise öğrencilerinin arkadaşta güvenli bağlanmalarının arkadaşta algılanan sosyal destek düzeyini yordama gücü

H6: Lise öğrencilerinin arkadaşta güvenli bağlanmalarının öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini yordama gücü

H7: Lise öğrencilerinin nezaket karakter güçlerinin aileden algılanan sosyal destek düzeyini yordama gücü

H8: Lise öğrencilerinin nezaket karakter güçlerinin arkadaşta algılanan sosyal destek düzeyini yordama gücü

H9: Lise öğrencilerinin nezaket karakter güçlerinin öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini yordama gücü

H10: Lise öğrencilerinin aileden algılanan sosyal destek düzeyinin arkadaşta algılanan sosyal destek düzeyini yordama gücü

H11: Lise öğrencilerinin aileden algılanan sosyal destek düzeyinin öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini yordama gücü

### **1.3. Araştırma Soruları**

Araştırmanın amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri, ebeveyn ile arkadaşta güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücü cinsiyete göre anlamlı farklılaşmakta mıdır?

2. Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri, ebeveyn ile arkadaşta güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücü arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler var mıdır?

3. Lise öğrencilerinin ebeveyne güvenli bağlanmaları arkadaşta güvenli bağlanmalarını, nezaket karakter gücünü ve aileden algıladıkları sosyal destek düzeylerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

4. Lise öğrencilerinin arkadaşına güvenli bağlanmalarının nezaket karakter gücünü, arkadaşından ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeylerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

5. Lise öğrencilerinin nezaket karakter gücünün aileden, arkadaşından ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

6. Lise öğrencilerinin aileden algılanan sosyal destek düzeyinin arkadaşından ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

#### **1.4. Araştırmanın Önemi**

Ergenlerin algıladıkları sosyal destek düzeyi azaldıkça ruhsal belirtileri artmakta, kaygı düzeyleri artmakta, benlik saygıları düşmektedir. Algıladıkları sosyal destek düzeyinin düşük olması kendilerini daha yalnız ve depresif hissetmelerine neden olmaktadır (Tunç-Omar, 2019). Özellikle ergenlik döneminde ruh sağlığını koruyucu bir faktör görevi gören algılanan sosyal destek kavramı önemi itibarıyla bir çok araştırmaya konu olmuştur. Bunların başında bağlanma ile ilgili araştırmalar gelmektedir. Lane 'e göre (2013) sosyal destek ve bağlanma arasındaki ilişki sıklıkla araştırma odağı olmuş ve olmaya da devam etmektedir. Bağlanma deneyiminin etkileri, diğer insanların potansiyel olarak destekleyici davranışlarına ve destek sağlama isteğine ve/veya yeteneğine verilen yorumlara ve tepkilere kadar uzanabilir. Daha olumlu deneyime ve dolayısıyla olumlu içsel çalışma modellerine sahip olan bireyin, davranışları destekleyici olarak yorumlaması ve başkalarına destek sağlaması daha olasıdır (Thompson, 1999).

Olumlu içsel çalışma modellerinin bir yansıması olan güvenli bağlanma deneyimine sahip kişilerin yüksek düzeyde algılanan sosyal desteğe sahip olmaları beklenirken, güvensiz bağlanma deneyimi yaşayanların destek duygusundan yoksun olmaları beklenir (B. R. Sarason, Pierce ve I. G. Sarason, 1990). Yapılan çalışmalar bireyin güvenli ya da güvensiz bağlanmaya sahip olmasının, sosyal desteği etkileyen sosyal davranışlarla ve bu davranışları yöneten benlik ve diğerleri hakkındaki tutumlarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Yüksek sosyal destek, benlik ve diğerleri için olumlu bir içsel çalışma modeli ile ilişkilendirilir, ancak olumsuz bir içsel çalışma modeli daha düşük miktarda algılanan sosyal destekle ilişkilidir (Coble, Gantt ve Mallinckrodt, 1996). Yetişkinlerde güvenli/ güvensiz bağlanmanın algılanan sosyal destek üzerindeki etkisi yeterince araştırılmıştır ancak ergenlerde bu konu ihmal edilmiştir (Chen ve diğerleri, 2017).

Berscheid (2006), insanların tüm yaşamları boyunca insan ilişkileri ağı içinde yaşadıklarını, davranışların çoğunun insan ilişkileri bağlamında gerçekleştiği gerçeğini unutmalarından dolayı insan davranışlarını anlamının zarar gördüğünü iddia etmektedir.



Karakter güçleri hem kişisel uyum ve işleyişi hem de sosyal bağları destekler (Booker ve Perlin, 2020). Çok sayıda karakter gücüne sahip bireyler daha iyi kişiler arası ilişkilere, yeni olasılıklara daha açık olmaya ve daha fazla kişisel güce sahiptir. Bu da onların kişiler arası ilişkilerinde daha belirgin bir rol oynamalarına ve daha iyi sosyal desteğe sahip olmalarına olanak tanır. Bu nedenle, karakter güçleri ile sosyal destek ilişkili olabilir (Xie ve diğerleri, 2020). Örneğin kişiler arası ilişkilerde ortaya çıkmasıyla tanımlanan karakter güçleri arkadaş edinmeyi ve sosyal desteği artırabilir (H. Ekşi, Demirci, Kaya ve F. Ekşi, 2017). Ancak literatürde nezaket karakter gücünün sosyal destekle ilişkisini özel olarak ele alan bir çalışmaya henüz rastlanmamıştır.

Bağlanma, çocukların ve ergenlerin karakter güçleri ile yakından bağlantılıdır. Literatürdeki araştırmalarda da hangi psikososyal çevresel faktörlerin karakter güçlerini geliştirmeye yardımcı olduğu incelenmiş ve psikososyal çevrenin temel bileşenleri olan olumlu ebeveynlik ve bağlanmanın, çocukların karakter güçleri ile güçlü bir şekilde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, ergenlerin ebeveyn ve arkadaşına bağlanma ilişkilerinin karakter güçlerine katkıda bulunup bulunmadığı veya nasıl katkıda bulunduğu tam olarak anlaşılamamıştır (Liu ve Wang, 2021). Yapılan bir deneysel çalışmada; güvenli bağlanmanın bencilliği azalttığına, dikkati diğerlerinin sıkıntısına yönlendirmeyi ve sıkıntılı bir diğerinin bakış açısını almayı sağladığına, özgecil davranışta bulunmaya izin verdiğine dair sonuçlar elde edilmiştir. Ancak ebeveyn ve arkadaşına bağlanmanın nezaketle olan ilişkisi ele alınmamıştır (Mikulincer, Shaver ve Pereg, 2003).

Özellikle pandemi döneminde stresle baş etmedeki önemi daha net görülen algılanan sosyal destek kavramının daha iyi anlaşılması için bu çalışmada ebeveyn ile arkadaşına güvenli bağlanma ve nezaket karakter gücünü içine alan bir model oluşturulmuştur. Bu modelle ebeveyn ile arkadaşına güvenli bağlanmanın ve nezaket karakter gücünün aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteği doğrudan açıklayıp açıklamadığı incelenmiştir. Ayrıca oluşturulan modelde ayrıca ebeveyn ile arkadaşına güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücü vasıtasıyla aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteği yordama durumu da ele alınmıştır. Bu sayede ergenlerde farklı kaynaklardan elde edilen sosyal desteğin farklı bağlanma figürleriyle kurulan güvenli bağlanma ilişkisinden ve kişinin kendisinin sahip olduğu nezaket karakter gücünden etkilenme durumu hakkında bilgiler elde edilmiştir. Nezaket karakter gücünün güvenli bağlanmanın algılanan sosyal destek üzerindeki yordayıcı gücünü etkileme durumu hakkında da sonuçlara ulaşılmıştır. Bu bilgiler ve sonuçlar sayesinde ergenlerde algılanan sosyal destek kavramını besleyen faktörler hakkında alan yazına katkı yapmak amaçlanmıştır. Ayrıca oluşturulan modelde iki farklı bağlanma figürünün nezaketi

açıklama durumu da incelenmiştir. Böylece araştırma sonuçlarının; ergenlikte farklı bağlanma figürlerine güvenli bağlanmanın nezaketi açıklama durumunu ortaya koyarak karakter güçleri literatürüne katkı sağlaması beklenmektedir.

### 1.5. Varsayımlar

- Araştırmaya katılan öğrencilerin uygulanan ölçeklere doğru ve samimi bir şekilde yanıt verdikleri varsayılmıştır.
- Pandemi nedeniyle evde aileleriyle daha çok yüzyüze vakit geçirip arkadaş ve öğretmenleriyle daha az vakit geçirmeleri nedeniyle lise öğrencilerinin aile, arkadaş ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri farklı şekillerde etkilenmiş olabilir. Ancak mevcut çalışmada lise öğrencilerinin üç kaynaktan algıladıkları sosyal destek düzeylerinin pandemi koşullarından eşit miktarda etkilendiği varsayılmıştır.

### 1.6. Sınırlılıklar

- Bu araştırmanın çalışma grubu 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Bursa'da eğitimine devam eden anadolu lisesi öğrencileriyle sınırlıdır.
- Çalışmada ele alınan değişkenler, öz bildirim dayalı ölçme araçlarının ölçümleriyle sınırlıdır.
- Pandemi koşulları nedeniyle veri toplama süreci sadece online formlarla toplanan veriyle sınırlıdır.
- Nezaket kavramı karakter güçleri kapsamında ele alınmıştır.

### 1.7. Tanımlar

**Algılanan Sosyal Destek:** Bireyin destek, bilgi ve geri bildirim ihtiyaçlarının karşılandığına inanma derecesidir (Procidano ve Heller, 1983).

**Bağlanma:** Bireylerin kendileri için önemli gördükleri kişilere yönelik geliştirdikleri güçlü duygusal bağlardır (Bowlby, 1969, 1973, 1980).

**Nezaket:** Diğer insanlara karşı nazik, şefkatli olma ve onların iyi oluşu için endişe duyma, onlara iyilik yapma ve onlarla ilgilenme, iyi işler yapma yönündeki yaygın eğilimi tanımlar (Peterson ve Seligman, 2004).

## 2. BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE

Tezin bu bölümünde sırasıyla algılanan sosyal destek, bağlanma ve nezaket karakter gücü konusunda kuramsal açıklamalar ve sonrasında bu kavramlarla ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalar sunulmuştur.

#### 2.1. Algılanan Sosyal Destek

**2.1.1. Algılanan Sosyal Destek Kavramının Tanımı:** 1970'li yıllardan bu yana sosyal destek kavramı pek çok araştırmaya konu olmuştur (Arslan, 2009). Sosyal destek, resmi olan veya olmayan ilişkiler vasıtasıyla alınan teselli, yardım veya bilgidir (Florian ve diğerleri, 1995). Bireyin diğer kişilerden, gruplardan ve daha büyük topluluklardan sosyal bağlar yoluyla edindiği destektir (Lin, Simeone, Ensel ve Kuo, 1979). Çoğu araştırmacı, sosyal desteğin birleşik bir yapı olduğu fikrini desteklemeyi bırakmıştır. Bunun yerine onun, her biri psikolojik işlevsellik için farklı etkileri olabilecek birkaç farklı boyuttan oluştuğunu öne sürmüşlerdir. Sosyal desteğin; algılanan ve alınan destek olarak ayrımı deneysel olarak onaylanmıştır. (Herzberg, 1998).

Alınan sosyal destek, bireyin sosyal çevresi tarafından kendisine sunulan davranış ve eylemlerdir. Algılanan sosyal destek kişilerin sosyal ilişkilerine karşı benimsedikleri bilişsel değerlendirme şeklidir (Barut, 2019). Bu ayrımı yorumlamanın yararlı bir yolu; algılanan desteğin sosyal desteğin bilişsel yönlerini, alınan desteğin ise davranışsal yönlerini temsil etmesidir. Algılanan destek, zaman içinde nispeten sabit kalma eğilimindedir. Her iki yapının öz bildirim ölçümlerini kullanan sekiz çalışmanın incelemesinde, hiçbiri algılanan ve alınan destek arasında %21'den fazla ortak varyans bildirmemiştir (Körük, 2016). Algılanan destek, çoğu teorisyen tarafından zaman içinde ve belirli ilişkiler arasında sabit kalan küresel bir yapı olarak görülürken, alınan destek tipik olarak belirli değiş tokuşların niceliği ve kalitesi açısından tanımlanır; bu nedenle zaman ve durumlar arasında daha büyük ölçüde değişmesi beklenir (Herzberg ve diğerleri, 1999). Algılanan desteğin bireylerin bellek süreçlerine etkisi nedeniyle alınan ve algılanan destek arasındaki ilişkiyi yorumlamak zordur (Lakey ve Drew, 1997).

Algılanan desteğin alınan desteğe göre daha işlevsel olduğu ileri sürülmektedir (Barut, 2019). Algılanan sosyal destek özellikle önemli olabilir, çünkü sosyal desteğin olumlu etkileri kişinin desteğin varlığını kabul etmesiyle mümkündür (House, 1981). Bazen alınan sosyal destek verme biçimleri stres içindeki birey için durumun daha da kötüleşmesine yol açabilir. Bu yüzden alınan sosyal destek her zaman destekleyici olmayabilir (Barut, 2019). Ayrıca bireyin aldığı sosyal destek başkaları tarafından sunulan kadar değil, algıladığı kadardır. Bu

nedenle algılanan destek öncelikle algılayanın kişiliğini yansıtabilir. Ayrıca, algılanan destek, alınan desteğe göre yakınlık gibi genel ilişki nitelikleriyle daha yakından ilişkidir (Pierce, Lakey, I. G. Sarason, B. R. Sarason ve Joseph, 1997b). Algılanan sosyal destek, araştırmalarda genellikle sosyal desteğin kalitesinin iyi bir göstergesi olarak kullanılmaktadır (Wills ve Shinar, 2000). Algılanan sosyal destek ölçekleri daha kapsamlı ampirik desteğe sahip olduğundan, çalışmalar da bu ölçeklerin kullanılmasının sağlam ve ölçülü bir seçim olduğunu öne sürmektedir. Ancak, özellikle önemli olanın sosyal desteğin algılanan mevcudiyetinden ziyade algılanan yeterliliği olabileceği eklenmelidir. Mevcut olarak algılanan destek, yeterli olarak değerlendirilmeyebilir ve bu nedenle bireyi olumlu yönde etkileyebilir (Dilly, 2005).

Bireyin mevcut desteğe ilişkin öznel algısının daha doğrudan bir ölçüsü olduğu için, sosyal desteğin farklı kategorizasyonları ve boyutları içinde, çoğu araştırmacı algılanan sosyal desteği psikolojik sağlık sonuçlarının en güçlü yordayıcısı olarak bulmuştur (Wang, 2014). Algılanan desteğin, alınan desteğe göre daha düşük düzeyde psikolojik semptomatoloji ile ilişkili olduğu daha tutarlı bir şekilde gösterilmiştir (Wills ve Shinar, 2000). Ayrıca algılanan sosyal destek, alınan sosyal desteğe göre psikolojik iyi oluşun daha iyi bir yordayıcısıdır (Leppma, 2011). Algılanan sosyal destek kişinin çevresindeki desteğe erişebilme ve ondan yararlanabilme yeteneğidir. Süreç içinde destek kaynaklarına yönelik bireysel bir değerlendirmedir (Yavuz, 2015). Bireylerin önemsendiklerine ve yardıma değer olduklarına, çevresindekilerin sıkıntılı zamanlarda erişebilir olduklarına ve içinde buldukları ilişkilerin türü ve kalitesinden memnun olduklarına dair öznel inançlarıdır. Bir dizi çalışma, mevcut sosyal destek algılarının, yeni tanışılan kişilerden sağlanan destek algısını etkileyerek yeni bağlamlara genelleştirilebileceğini göstermiştir (Pierce, Baldwin ve Lydon 1997a). Örneğin, Lakey ve Dickinson (1994) üniversiteye başlayan öğrencilerle ilgili bir çalışmada, öğrencilerin aile çevrelerine ilişkin algılarının, üniversitedeki ilk sömestreden sonra kampüs arkadaşlarından sağlanan destek algılarını yordadığını bulmuştur (Lakey ve Dickinson, 1994).

Algılanan sosyal desteğin gerçekleşmesi için bazı koşulların sağlanması gerekmektedir. Bunlar; bireyin sosyal desteği ihtiyaç olarak algılaması, sosyal desteğin ulaşılabilir olması, sosyal desteğin kullanımına ilişkin bireyin farkındalık sahibi olmasıdır (Aliyev ve Tunç, 2017). Bu anlayış, yalnızca algılanan sosyal desteğin bilişsel temellerinin değil, aynı zamanda onu ortaya çıkaran süreçlerin de tanımlanmasını gerektirir. Sosyal destek algılarının bilişsel temellerini anlama ihtiyacı, insanların sosyal çevrelerindeki gerçek değişikliklere rağmen sosyal destek alma beklentilerinin sabit kaldığına dair kanıtlarla özellikle dikkat çekicidir. Algılanan sosyal destek mevcudiyetinin bilişsel belirleyicilerini ve

etkilerini kavramsallaştırırken, yalnızca kişinin edindiği destekle ilgili bilgilerin farklı türlerini değil, aynı zamanda bu bilgilere baktığı perspektifi de dikkate almak önemlidir (Mankowski ve Wyer JR, 1997).

Algılanan sosyal desteğin yapısı, bilişsel değerlendirmenin insan psikolojisinde oynadığı önemli rolle tutarlıdır (Wang, 2014). Sosyal-bilişsel yaklaşımlar, algılanan desteği öncelikle doğası gereği bilişsel olarak kavramsallaştırır ve bu nedenle çok çeşitli yerleşik süreçlerden etkilenmesi gerekir (Lakey ve Drew, 1997). Yapılan araştırmalar, algılanan sosyal desteğin, yükleme tarzı, kontrol odağı veya ilişkisel şemalar gibi bilişsel kişilik değişkenlerinin işleyişinin sonucu olduğunu göstermiştir. Bu değişkenler, alınan destek davranışlarının algılanan destekleyiciliğini, destekleyici davranışların hatırlanma kolaylığını ve ayrıca bireylerin destekleyici olmayan davranışlar için sağladıkları yüklemeleri etkiler (Moreira ve diğerleri, 2003). Örneğin, algılanan destek muhtemelen bellekte çok genel, özellik benzeri terimlerle temsil edilir ve muhtemelen orijinal yargıları oluşturan davranışların anılarından oldukça farklıdır. Çoğu zaman, insanlar destek kararları verirken bu davranışlara atıfta bulunmazlar. Bu yargılar, hem bellekteki destek kavramlarının (örneğin algılanan destek) kronik erişilebilirliğinden hem de sosyal çevreden anlık olarak hazırlanmalarından etkilenir. Algılanan destek, sosyal bilgi işleme üzerinde devam eden etkileri olan bilişsel yapılar halinde düzenlenir. Örneğin, destek şemaları dikkati, yorumlamayı, hafızayı ve destekle ilgili bilgilerin işlenmesinin verimliliğini etkiler (Lakey ve Drew, 1997).

Algılanan sosyal desteğin yedi bileşeni mevcuttur ve bu bileşenler birbiriyle bağlantılıdır: Destek şeması, destekleyici ilişkiler, destekleyici işlemler, destekleyici davranış, destek arama, destek hazırlığı, destek alma. Destek şemaları, kişinin ihtiyaç duyması halinde yardım sağlamada sosyal çevrenin geleceğine ilişkin beklentilerini kapsar. Bunlar Bowlby'nin (1980) sosyal etkileşimle ilgili bilgi işlemeyi etkileyen içsel çalışma modelleri kavramına benzerdir (Pierce, B. R. Sarason, I. G. Sarason, Joseph ve Henderson, 1996). Pierce, B.R. Sarason ve I.G. Sarason (1992) destekleyici işlemlerin değerlendirilmesinin büyük ölçüde alıcıların destek şemalarına ve alıcı ile sağlayıcı arasındaki ilişkinin kalitesine bağlı olduğunu belirtir (Pierce ve diğerleri, 1992). Ebeveynleriyle etkileşimleri destekleyici, duyarlı ve uyumlu olan çocuklar ihtiyaçlarına, diğerlerinin genel olarak destek sağlamaya istekli olduklarına dair olumlu beklentilere sahiptirler. Destek ihtiyaçları karşılanmayan çocuklar, diğerlerinin destek ihtiyaçlarını karşılama konusunda isteksiz veya yetersiz olduklarına dair genel bir görüş geliştirirler. Bu yaklaşım, insanların başkaları hakkında, gelecekteki davranışlarına ilişkin beklentileri ve motivasyonları ve niyetleri hakkındaki varsayımları içeren zengin ve ayrıntılı şemalar geliştirdiğini gösteren kişi algısı ve sosyal şemalar üzerine

yapılan araştırmalarla tutarlıdır. Örneğın, algılanan sosyal desteği yüksek olan bireyler, yeni destekleyici uyaranları, algılanan sosyal desteği düşük olanlardan önemli ölçüde daha yararlı olarak yorumlarlar. Algılanan sosyal desteği yüksek kişilerin, yani diğerlerinin destekleyici olmasını bekleyenlerin, yeni sosyal ortamlarda destekleyici ilişkiler yaratması ve böylece diğerlerinin muhtemelen destekleyici olacağına dair beklentilerini daha da teyit etmesi gibi karşılıklı süreçler işliyor gibi görünmektedir. Destek şemaları, potansiyel destek sağlayıcıların yanıtlarını da etkiler (Pierce ve diğerleri, 1996).

Destekleyici ilişkiler, her iki katılımcının da birbirini karşılıklı olarak desteklemek için gösterdikleri çabalar açısından kavramsallaştırılır. Tipik olarak araştırılan iki farklı rol olan destek sağlayıcı ve destek alıcı birbiriyle bağlantılıdır (Pierce ve diğerleri, 1996). Çeşitli araştırmalardan elde edilen sonuçlar, bireylerin, özellikle destek değiş tokuşları iki katılımcı arasında eşit olarak dağıtıldığında, sağladıkları ve sosyal destek aldıkları ilişkilerde daha yüksek düzeyde memnuniyet yaşadıklarını açıkça ortaya koymaktadır (Cutrona ve Suhr, 1994). Katılımcılar arasında değiş tokuş edilen destekleyici veya destekleyici olmayan işlemlerin modeli, her bir katılımcının zaman içinde ilişkilerinin doğasına göre oluşturduğu ilişkiye özgü şemaları şekillendirmeye hizmet eder (Pierce ve diğerleri, 1996).

Destekleyici işlemler, en az iki kişi arasındaki davranışsal değişimleri içerir. Destekleyici işlemler; potansiyel destek alıcının başka bir kişiden destek alma çabalarını, sağlayıcı tarafından destekleyici davranışların ortaya konulmasını, destek almaya çalışan kişi tarafından destekleyici davranışların alınmasını içerir. Tüm destekleyici etkileşimler bu unsurların her birini içermeyebilir. Destekleyici davranış, destekleyici olduğu tespit edilen davranıştır. Sosyal destekleyici davranışın belirli işlevlerini değerlendirmek için geliştirilen araçlar, destekleyici işlevlerin sayısı ve içeriği açısından farklı sonuçlar vermiştir. Çeşitli araştırmacılar tarafından önerilen kategorik şemalar önemli ölçüde farklılık gösterse de, çoğu iki genel destek davranışı arasında ayırım yapar: Duygusal destek ve araçsal destek. Duygusal destek bireyin önemsendiğini ve sevildiğini bildiren davranışları kapsar. Araçsal destek ise göreve yönelik başa çıkma çabalarında yardım sağlayan davranışları içerir. Son derece geniş bir davranış yelpazesini potansiyel olarak destekleyici olarak tanımlamak mümkündür. Destekleyici davranışın tanımları, dikkate alınacak davranışların kapsamı, sağlayıcı tarafından destekleyici olması amaçlanan veya alıcı tarafından destekleyici olarak algılanan etkileşimlerle sınırlandırılmalıdır. Destekleyici davranış tanımlarının, potansiyel olarak destekleyici davranış sağlayan (veya sağlamayan) kişilerin amaç ve niyetlerinin yanı sıra, potansiyel olarak destekleyici davranışı alan (veya almayan) kişiler tarafından yapılan değerlendirmeleri dikkate alması gerekir (Pierce ve diğerleri, 1996).

Destek arama davranışı, başkalarından destekleyici davranış ortaya çıkarmanın sonucu olan herhangi bir sosyal etkileşim olarak tanımlanabilir. Destek arama davranışlarının yapısı, potansiyel alıcının destek sağlamaya yönelik eylemleriyle sınırlandırılmalıdır. Destek arama girişimleri doğrudan veya dolaylı olabilir. Destek arayabilen ve destek alabilen bireylerin hayatta, ihtiyaç duyduklarında yardım alamayanlardan daha iyi durumda olduklarına şüphe yoktur. Başkalarından destek almaya yönelik doğrudan girişimler, yardım için açık taleplerde bulunmayı içerir; Dolaylı girişimler, aslında yardım istemeden kişinin destek ihtiyacını iletmeye odaklanır (örneğin, potansiyel bir destek sağlayıcının dikkatini kişinin yardım ihtiyacına çekmek amacıyla sıkıntı göstererek). Destek aramak için doğrudan veya dolaylı yöntemlerin kullanılıp kullanılmadığı ve iki yöntemden hangisinin destekleyici davranışa yol açacağı, büyük ölçüde destek arayan kişinin karşılaştığı durumun türüne bağlıdır (Pierce ve diğerleri, 1996). Milgram ve Palti (1993), kültürel olarak dezavantajlı 52 İsraili genç üzerinde yaptıkları çalışmalarında dayanıklı çocukların diğerlerine kıyasla arkadaşlarından ve çevrelerindeki yetişkinlerden sosyal destek aramayı ve almayı kolaylaştıran kişisel özelliklere sahip olduklarını tespit etmişlerdir. Bu bulgu, düşük destek arama düzeylerinin daha düşük destek alma düzeyleriyle ilişkili olduğunu gösteren diğer kanıtlar ışığında özellikle önemlidir (Searcy ve Eisenberg, 1992). Burleson ve Kunkel (1996) sosyal destek sürecine katkıda bulunan bir faktörün, bir kişinin destekleyici işlemleri müzakere etmesini sağlayan sosyal beceriler olabileceğini öne sürerler. Bu becerilerin kazanılması, ailede çocuklar, ebeveynleri ve kardeşleri arasındaki erken etkileşimlerle başlar. Bu beceriler daha sonra arkadaşlar ve diğer aile dışı üyelerle etkileşimlere genelleştirilir (Burleson ve Kunkel, 1996).

Algılanan sosyal desteğin altıncı bileşeni olan destek hazırlığı sürecinde birkaç önemli adım yer almaktadır. İlk adım olarak, potansiyel destek sağlayıcı, başka bir kişinin yardım istediğini veya yardıma ihtiyacı olduğunu algılamalıdır. Sağlayıcı ayrıca, potansiyel alıcının zorlukla başa çıkmak için kişisel kaynaklarını da değerlendirmelidir. Sağlayıcının potansiyel alıcının kaynaklarıyla ilgili tahmini, o kişinin kişisel başa çıkma repertuarının yanı sıra kişinin ağındaki diğer kişilerin yardım sağlama olasılığının bir değerlendirmesini içerir. Elbette, potansiyel sağlayıcı kendi yardımının gerekli olduğunu belirlediğinde süreç sona ermez. Sağlayıcı daha sonra ne tür bir destek sağlayacağına karar vermelidir. Bu değerlendirme, kısmen, potansiyel alıcının belirli bir destek türü için ifade ettiği arzusuna (potansiyel alıcı bu bilgiyi iletmişse) dayanmaktadır (Pierce ve diğerleri, 1996).

Alıcı tarafından istenen ve bir ağ üyesi tarafından sağlanan desteğin türündeki tutarsızlıklar, özellikle, sağlanan desteğin kısa veya uzun vadeli sonuçlarıyla ilgili olarak alıcı ve sağlayıcı farklı hedeflere sahip olduğunda ortaya çıkar. Tutarsızlıklar, sağlayıcılar ve

alıcılar destekleyici işlemleri hakkında iletişim kuramadıklarında ve koordine edemediklerinde de ortaya çıkabilir. Sağlanacak desteğin türüyle ilgili kararın bir kısmı, kuşkusuz, sağlayıcının belirli yardım türlerini sağlama konusundaki istekliliğini değerlendirmesini içerir. Veya sağlayıcı, yardım etme arzusuna rağmen, diğer kişiye yardım etmeyi zorlaştıran veya imkansız kılan önemli kişisel zorluklarla uğraşıyor olabilir. Bir eylem planı belirledikten sonra, sağlayıcı hala yardım sağlama görevi ile karşı karşıyadır. Zamanlama, destekleyici işlemin önemli bir özelliğidir. Başa çıkma sürecinde çok erken dönemde ortaya çıkan destekleyici davranışlar, bireyin gelecekte yardım ihtiyacını azaltabilecek kişisel başa çıkma becerilerini geliştirmesini engelleyebilir; tersine, başa çıkma sürecinde geç verilen destek, bireyin kişisel başarısızlık yaşamasını önlemek için çok geç gelebilir. Destek aramada olduğu gibi, sosyal beceriler destekleyici davranışların sağlanmasında önemli bir rol oynayabilir (Pierce ve diğerleri, 1996).

Algılanan sosyal desteğin son bileşeni olan destekleyici davranışın alınması birkaç adımı içerir. Destek işleminin bu aşaması, alıcı için; başka bir kişinin başa çıkma çabalarını kolaylaştırabilecek destekleyici davranışlar sergilediğini fark ettiğinde başlar. Başka bir deyişle, destek alma, bireyin potansiyel olarak destekleyici davranışın bir ağ üyesi tarafından sağlandığını algılamasını gerektiren bilinçli bir eylemdir. Alıcı, özellikle, o kişiden yardım istediğinde veya geçmişte o kişiden yardım aldığı anda, sağlayıcının destekleyici çabalarını fark edebilir. Alıcının açıkça yardım talep etmemiş olmasının, başkalarından destek almayı beklemeyeceği anlamına gelmez (Pierce ve diğerleri, 1996). Destekleyici davranış kişilerarası bir bağlamda ortaya çıkar ve bu bağlam alıcıların potansiyel olarak destekleyici davranışa ilişkin değerlendirmelerini güçlü bir şekilde etkiler (Pierce ve diğerleri, 1992). Asıl mesele, sağlayıcıların ve alıcıların potansiyel olarak destekleyici işlemlerine ilişkin benzer (veya farklı) algılara sahip oldukları mekanizmalarla ilgili olacak şekilde konunun yeniden şekillendirilmesi gerekir. Potansiyel alıcının, sağlayıcının destekleyici davranış sergilemeye istekli olduğunu veya bunu gerçekleştirdiğini algıladığını varsayarsak, alıcı yine de sunulan desteği kullanıp kullanmayacağına karar vermelidir. Bu karar en az iki nedenle verilebilir (Pierce ve diğerleri, 1996). Birincisi, potansiyel alıcı, destek sağlayıcıdan yararlanmış gibi algılanmayla ilgili damgalanma konusunda endişeli olabilir (Martin ve Martin, 1978). İkincisi, sağlayıcı tarafından sunulan potansiyel olarak destekleyici davranış, alıcının belirli bir desteğe yönelik algılanan ihtiyacına uymayabilir. Bu nedenle alıcı, sunulan desteği kullanacaksa, başa çıkma stratejisinde önemli revizyonlar yapmak zorunda kalabilir. Eşleşmeyen desteğin sağlanması (yani, alıcı tarafından istenen destek türünden farklı destek),



özellikle alıcı, desteği kullanması durumunda üstlenebileceği yükümlülükler konusunda kararsız hissettiğinde sorunlu olabilir (Pierce ve diğerleri, 1996).

Mevcut literatür gözden geçirildiğinde, algılanan sosyal desteğin küresel algılanan ve ilişkilere özgü algılanan olarak iki bağımsız türü olabileceği ileri sürülmüştür. Küresel algılanan sosyal destek kişinin desteğin mevcudiyetine ilişkin görüşlere yatkınlığını yansıtan özellik benzeri bir yapıya karşılık gelir. Çeşitli ilişkilerdeki destek algılarının basitçe toplanmasıyla elde edilmez. Küresel algılanan sosyal destek bilişsel kişilik değişkenleri ile ve varsayımsal yardım davranışlarının destekleyiciliğini yorumlamadaki önyargularla daha güçlü bir şekilde ilişkilidir. Oysa ilişkilere özgü algılanan sosyal destek içinde bulunduğu ilişki içinde gelecekte destek alma olasılığı hakkında farklı beklentilere yol açan benzersiz deneyimleri yansıtır. Bu nedenle, farklı bireylerle heterojen ilişkilerin destek derecelerinde farklılık göstermesi muhtemeldir (Wang, 2014). Ayrıca Davis, Morris ve Kraus (1998), iki farklı algılanan sosyal destek türünün, iyi oluşa bağımsız benzersiz katkıları olduğunu bulmuşlardır.

**2.1.2. Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar:** Sosyal destek ile ilgili iki baskın teorik bakış açısı vardır: Stresle başa çıkma ve sosyal inşa bakış açısı. Çoğu araştırmacı, bireylerin stresle baş etmelerine yardımcı olmada sosyal desteğin önemini tartışmıştır. Örneğin, bir kişi stresli bir sağlık olayı yaşadığında, yararlı kaynaklar veya tavsiyeler sağlamak gibi diğerlerinin destekleyici eylemleri veya yardımın mevcut olduğuna dair inancı, kişinin stres düzeyinin düşmesine ve baş etme performansının artmasına yardımcı olabilir. Sosyal inşa bakış açısı ise, bireyin dünya algısının kendi sosyal bağlamını yansıttığını ve nihai gerçekliği yansıtmayabileceği varsayımına dayanır (Chen, 2017). Sosyal inşa bakış açısı, bireyin sosyal destek davranışı kavramsallaştırmasının farklı olabileceğini gösterir. Bu bakış açısına göre aslanan; kişinin nasıl hissettiğine ilişkin bir fark yaratan bireyin algıladığı sosyal destektir (Norris ve Kaniasty, 1996).

Sosyal destekle ilgili alan kuramı, stres tamponlama modeli ve temel etki modeli gibi birkaç temel kuram vardır (Guo, 2020). Bu kuramların açıklamalarına aşağıda yer verilmiştir:

**Kurt Lewin'in Alan Kuramı:** Lewin (1997) bireyin yaşam alanını; belirli bir zamanda davranışını etkileyen etmenlerin tümü olarak tanımlar (Lewin, 1997). Bireyin davranışını ise çevre ile bireyin fonksiyonu olarak açıklar. Ona göre yaşam alanı tek başına davranışla ilgili durumlarla sınırlıdır. Bu durumlar bireyi tanımlayanlar ve çevreyi tanımlayanlar olarak ikiye ayrılır. Davranış tanımındaki çevre kavramını fiziksel çevreden ayırır. Psikolojik çevreye ağırlık verir. Ona göre psikolojik çevrenin tüm öğeleri davranışı etkiler. Davranış bu psikolojik çevrede yer alan değişimdir. Ona göre olumsuz davranışları ortadan kaldırmak ve

yeni olumlu davranışları kazandırmak için psikolojik çevreyi düzenlemek gerekir. Kişinin sosyal destek sistemi bu psikolojik çevrede bulunur (Yıldırım,1997).

**Stres Tamponlama Modeli:** Stres tamponlama modeli uyum sürecinde stres ve sosyal destek arasında belirli bir ilişkiyi betimler. Sosyal destek, stresörlerin uyum süreci üzerindeki olumsuz etkisini azaltır. Bu modele göre; sosyal destek kaynakları bireyi stresin olumsuz etkilerinden koruma görevi üstlenir (Guo, 2020). Stresörler biriktikçe, bireyin bu tür taleplerle başa çıkma yeteneği, hem psikolojik hem de fizyolojik kaynaklarını tüketerek ve dolayısıyla psikolojik sıkıntı veya bozukluğun ortaya çıkma olasılığını artırarak aşırı yüklenebilir (Thoits, 1995). Bununla birlikte, aile bağları, arkadaşlıklar ve destekleyici öğretmen-öğrenci ilişkileri, kaygı ve depresyon gibi birçok ruh sağlığı sorununa karşı psikolojik engeller olarak hizmet etme potansiyeline sahiptir (Cohen ve Willis, 1985). Bu model, etkili desteğin bireyi stresli olaylar meydana geldiğinde olumsuz etkilerden koruduğunu savunur (Gable ve Gosnel, 2011).

**Temel Etki Modeli:** Stresin varlığından bağımsız olarak uyumu teşvik etmede sosyal desteğin rolünü vurgular. Bu nedenle, birey stres yaşasın ya da yaşamasin sosyal desteğin varlığının önemli olduğu varsayılır. Bireyin olumlu duygular yaşaması, yaşamına bir yön vermesi ve kendini değerli hissetmesi bakımından sosyal destek kaynakları kişiye katkı sağlar. Sosyal kaynaklar olumlu gelişime katkı sunmanın yanında olumsuz deneyimlerden de bireyin uzak durmasına yardım eder (Guo, 2020). Temel etki modeli, etkili sosyal desteğin iyilik hali üzerinde doğrudan bir etkisi olduğunu savunur. Daha fazla sosyal bağına sahip olduğunu bildiren kişilerin, hiçbir stres etkeni olmadığında bile, daha az sosyal bağına sahip olanlardan daha fazla öznel iyi oluş bildirdiğini öne sürer (Gable ve Gosnel, 2011).

**2.1.3. Algılanan Sosyal Desteğin Gelişimi:** Sosyal desteğin mevcudiyetine ilişkin algılar kısmen gelişimin erken aşamalarında meydana gelen deneyimlerden etkilenir (Mankowski ve Wyer JR, 1997). Genel olarak, aile küçük çocuklar için birincil sosyal destek kaynağıdır. Bununla birlikte, çocuklar olgunlaştıkça, sosyal ağları diğerlerini (örn.büyükanne ve büyükbabalar, arkadaşlar, kardeşler ve öğretmenler) içerecek şekilde genişler (Win, 1998). Furman ve Buhrmester (1985), ergenliğe yaklaşan çocukların ebeveynleriyle olan ilişkilerini oldukça tatmin edici ve onlar için çok önemli olarak algılamaya devam ettiklerini buldular. Yaptıkları çalışmanın sonucunda dördüncü sınıfların aileyi en aktif destek sağlayıcıları olarak değerlendirdiklerini tespit ettiler. Yedinci sınıf öğrencileri, ailelerini destek sağlama konusunda hemcins arkadaşlarına benzer gördüklerini saptadılar. Onuncu sınıf öğrencilerinin ise, ailelerini hemcins arkadaşlarından biraz daha düşük olarak değerlendirdiklerini ortaya koydular (Furman ve Buhrmester, 1985). Öğretmenler genellikle çocukların sosyal ağlarında

güçlü figürler olarak algılanmazlar. Bununla birlikte orta çocukluk döneminde bilgi kaynakları olarak önemini korurlar. Geç çocukluk ve erken ergenlik döneminde araçsal yardım sağlamak için orta derecede önemlidirler (Win, 1998).

Yaşam stresi (örneğin, gelişimsel görevlerin üstesinden gelme stresi) çocukluk boyunca ve erken ergenlik döneminde istikrarlı bir şekilde arttığı için, sosyal destek özellikle ergenlik döneminde önemli hale gelir. Sosyal desteğin ergenin duygusal ve psikolojik gelişimi üzerinde olumlu bir etkisi olduğu kabul edilir ve bu etki yaşam boyu sürebilir. Ergenler için başlıca sosyal destek kaynakları genellikle duygusal olarak destekleyici ilişkiler kurdukları arkadaşları ve aileleridir (Liu, 1996). Furman ve Buhrmester (1985), ergenin sosyal ekolojisinin, artan sayıda ilişkiden oluştuğuna dikkat çeker. Beklendiği gibi, ergenlik döneminde sosyal destekte bir kayma yaşanır: Algılanan aile desteği azalır ve algılanan arkadaş desteği artar. En önemli değişiklikler ortalama olarak 16 yaşından önce meydana gelir. Bu süreç erkeklerde daha uzun sürer veya kızlara göre daha geç gerçekleşir (Furman ve Buhrmester, 1985). Aile desteğinin önemi ergenlik döneminde zayıflar. Ayrıca aile desteği kızlar için erkeklere göre daha güçlü bir etkiye sahiptir (Helsen, Vollebergh ve Meeus, 2000).

Ergenliğe girerken, arkadaş sahibi olmak ve bir gruba dahil olmak önemli endişeler haline gelir. Arkadaş ilişkileri kurma işi zamanlarının çoğunu tüketmeye başlar. Bir ergenin günlük etkileşimleri yetişkinlerden ziyade büyük ölçüde arkadaşlarıyla olduğundan, yakın arkadaşlarıyla güvenli bir ilişkiye sahip olmak, stresle yüzleşmede muhtemelen koruyucu bir faktördür. Arkadaşlığın kalitesi, ergene yeni etkinliklerde bulunma, yeni ve farklı ihtiyaçları karşılama ve yeni başa çıkma tepkileri sergileme fırsatı verir (Liu, 1996). Arkadaş grubu ilişkilerinin ergen gelişimi için özel bir önemi olmasına rağmen, aile ilişkileri, özellikle destekleyici ilişkiler, ergenin genel iyi oluşu üzerinde etkili olmaya devam etmektedir (Cotterell, 1992). Aile ve arkadaşların yanı sıra ergenler zamanlarının çoğunu okulda geçirirler. Öğretmenler bu nedenle ergen gelişimini etkiler. Algılanan yüksek öğretmen desteği ergenler arasında daha fazla psikolojik iyi oluş, benlik saygısı, sosyal uyum daha az sıklıkta depresif belirtiler ile ilişkilendirilmiştir (Lebacqz ve diğerleri, 2019).

Ergenlik döneminde algılanan duygusal desteğin miktarı ile ilgili olarak ne beklenmesi gerektiği literatürde net değildir. Bazı araştırmalar, arkadaşlardan algılanan duygusal desteğin orta çocukluktan ergenliğe doğru arttığını belirtirken, diğer araştırmalar sabit kaldığını gösterir. Benzer tutarsızlıklar, aileden algılanan destek üzerine yapılan çalışmalarda da görülmektedir. Bazı araştırmalar ergenlik döneminde sabit kaldığını belirtirken, diğer çalışmalar ise aile desteğinin azaldığını bulmuştur. Mevcut araştırmalar

öğretmen desteği için zamanla bir azalma olduğunu gösterirken, sınıf arkadaşı desteğinin birkaç değişiklik geçirdiği görülmektedir (Bokhorst, Sumter ve Westenberg, 2010).

Çocukların ailelerini arkadaşlarından daha destekleyici olarak algıladıkları açık olsa da, ergenlik çalışmaları daha az tutarlı bir model sağlar. Bazı araştırmalar, arkadaşların ergenlik döneminde aslında ailelerinden daha destekleyici hale geldiğini gösterirken, diğerleri aile ve arkadaş desteğinin eşit düzeyde olduğunu bulmuştur. Ayrıca öğretmen desteği için diğer destek kaynaklarıyla karşılaştırıldığında tutarsız sonuçlar bildirilmiştir (Bokhorst ve diğerleri, 2010). Furman ve Buhrmester'in (1992) çalışmasında öğretmen desteği en az öne çıkarken, Harter'ın (1985) aile, arkadaş, sınıf arkadaşı ve öğretmenlerin karşılaştırıldığı çalışmasında diğer destek sağlayıcılarla neredeyse eşit düzeyde olduğu bulunmuştur. Öğretmen desteğinin azalması özellikle ilkokuldan ortaokula geçişte dikkat çekicidir. (Borhorst ve diğerleri, 2009).

**2.1.4. Algılanan Sosyal Destek Kaynakları:** Bireyin psikolojik ve fizyolojik iyi oluşuna destek sunan kaynağın nereden sağlandığı sosyal desteğin algılanmasında önemli bir konudur (Tunç-Omar, 2019). Araştırmalar tutarlı bir şekilde gençlerin bir dizi kaynaktan sosyal destek aldıklarını ve her kaynaktan alınan sosyal desteğin faydalı sonuçlarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Mevcut teori ve araştırmalar, tüm sosyal destek kaynaklarının aynı sonuçlara sahip olmadığını öne sürer. Örneğin, aile ve arkadaşlar gibi alternatif destek sağlayıcılar, ergenleri farklı şekillerde etkiler. Desteğin etkililiği üzerindeki iki önemli faktör, destek sağlayıcının ve desteği alıcının özellikleridir (White, 2009).

Gençler için birincil sosyal destek kaynağı, genellikle yaşın bir işlevi olarak değişir. Birey çocuklukta, öncelikle ailesinden destek arama eğilimindedir. Orta çocukluktan ergenliğe geçerken arkadaşlarından gelen destek giderek daha önemli hale gelir. Ek olarak, yaşça daha büyük ergenler tipik olarak tüm kaynaklardan genç ergenlere göre daha az destek bildirmektedir. Bununla birlikte, gençlerin ailelerinden arkadaşlarından farklı sosyal yardımlar aldıklarını bildirdiği göz önüne alındığında, her iki destek kaynağı da pozitif gençlik gelişimi için önemlidir (White, 2009).

Çocuklar olgunlaştıkça, sosyal gelişimlerinin odak noktası ebeveynlerden arkadaşları, diğer yetişkinleri ve okulları içerecek şekilde değişir; bu nedenle okulda geliştirilen sosyal ilişkiler, ergenlikte giderek daha önemli hale gelir (Lee ve Burkam, 2003). Bu nedenle ergen popülasyonlarında öğretmen desteğinin önemi, literatürde belgelenmiştir. Öğretmen desteği, ortaokul öğrencilerinin genel okula bağlılığının önemli bir yordayıcısıdır (Yoon ve Carcarmo, 2007). Ayrıca, öğretmen desteği, ortaokul öğrencilerinde, ailenin ve arkadaşların ötesinde, benzersiz bir şekilde okul memnuniyetini öngörmektedir (DeSantis-King, Huebner, Suldo ve

Valois, 2006). Bu nedenle, ilkokul çağındaki öğrenciler için aile desteği daha belirgin görünse de, destekleyici öğretmen-öğrenci ilişkilerinin önemi, ergenlerin olumlu sonuçlar elde etmesinde daha kritik bir rol oynar (White, 2009).

Bu çalışmada üç ana destek kaynağına odaklanılmıştır: Aile, arkadaş, öğretmen. Bu destek kaynaklarına ilişkin ayrıntılı bilgilere aşağıdaki başlıklarda yer verilmiştir.

**2.1.4.1. Aileden Algılanan Sosyal Destek:** Son 50 yılda yayınlanan çok sayıda araştırma ve inceleme makalesi, aile desteğinin çocukların ve ergenlerin yaşamlarında oynadığı önemli role dair kanıtlar sunmaktadır. Aile desteği, ebeveyn tarafından çocuğa karşı ifade edilen bakım, kabul ve yardım jestleri veya eylemleri anlamına gelir. Ebeveyn-çocuk ilişkisi, sosyal ve psikolojik gelişimin gerçekleştiği bağlam olarak hizmet ettiğinden, çocukluk döneminde aileden alınan desteğin önemli ve kalıcı olumlu etkileri olduğu düşünülür. Ebeveynler çocuklara ilgili ve destekleyici bir ortam sağlarsa, çocuklar bu öğrenme deneyimini genelleyebilir. Yaşlandıkça, sosyal desteğin kolayca bulunabileceği ortamları arayabilirler. Tersine, ebeveynler ne yardımcı ne de müsait değilse, çocuklar yaşam boyu diğerlerinden uzaklaşma ve diğerlerinden kaçınma kalıpları geliştirebilirler. Bir başka deyişle, ebeveyn-çocuk ilişkisi, kişinin yaşam boyu sosyal ilişkiler ve sosyal destek ağının gelişen yapısını, kalitesini etkileyebilir (White, 2009).

Algılanan aile desteğinin yaş ilerledikçe azaldığı gösterilmiş olsa da, çoğunlukla diğer destek kaynaklarıyla orantılı seviyelerde kalır. Hatta aile desteğinin çocuğun sosyal gelişiminin ayrılmaz bir parçası olduğuna dair bazı kanıtlar vardır ki aile desteği eksikliğinin algılanan arkadaş desteği düzeylerini büyük ölçüde etkilediğini ortaya koyar (Bokhorst ve diğerleri, 2010). Yalnızca yüksek düzeyde aile desteği yaşamak değil, aynı zamanda aileden birden fazla türde destek almak da önemlidir. Erken ergenlerin yaşamlarında en sık görülen kaynaklardan sağlanan destek türlerini inceleyen bir araştırmada aile tarafından sağlanan desteğin önemine ilişkin destekleyici sonuçlar elde ettiler. Aileden sağlanan destekte; duygusal destek ve bilgi desteğinin hem değerlendirme hem de araçsal destekten önemli ölçüde daha fazla olduğunu belirlediler. Bahsedilen dört sosyal destek türünü de, ailelerinden alan öğrencilerin kişisel iyi oluşlarının önemli ölçüde daha yüksek olduğunu buldular (Clary, 2014).

Ergenlerin aileleri ile ilişkileri birkaç faktöre bağlıdır: Aile sistemi üyelerinin mizacı, anne-baba arasındaki ilişkinin kalitesi, ebeveynlik tarzı veya ebeveynlerin okul meseleleriyle ne kadar ilgilendikleri (Anderman, 2012). Ergenlik döneminde olumlu benlik saygısı ve öz yeterliliği sürdürmek için sürekli ve güvenilir aile desteği ve bakımı gereklidir (Thompson, 2008). Destekleyici ebeveynlik, gençler arasında daha olumlu yaşam doyumuyla

ilişkilidir (Suldo ve Huebner, 2004). Aileden alınan destek düzeyi arttıkça bireylerin stresle başa çıkma düzeyleri artmaktadır. Ergenlerde aileden algılanan sosyal destek düzeyleri arttıkça sosyal problem çözme puanları da artmaktadır. Artan aile desteği ayrıca akademik başarıda artışla da ilişkilendirilmiştir (Traş ve Arslan, 2013). Malecki ve Demaray (2003) ise aile desteğinin bir öğrencinin kişisel uyumu ile önemli ölçüde ilişkili olduğunu bulmuşlardır (Malecki ve Demaray, 2003).

Düşük aile desteği, çocuklarda ve ergenlerde davranış sorunları ile ilişkilendirilmiştir (Deschamps, 2016). Hoy, Thalji, Frey, Kuzia ve Suldo'nun (2012) lise öğrencileri üzerinde yapmış oldukları araştırmalarına göre ortalama ve düşük düzeyde aile desteğine sahip olanlarda, artan zorbalık ve daha düşük mutluluk düzeyi tespit etmişlerdir (Hoy ve diğerleri, 2012). Erken ergenlik çağındaki çocuklarda sosyal desteğin bir boylamsal analizinde; yıl boyunca ölçülen aile destek düzeylerinin, çocuklarda ölçülen klinik uyumsuzluk (yani, sosyal stres, kaygı, somatizasyon, atipiklik ve kontrol odağı) düzeylerini öngördüğü tespit edilmiştir. Ailelerinden destek görmeyen çocukların gelecekte depresif belirtiler yaşama olasılıkları daha yüksektir (Clary, 2014).

**2.1.4.2. Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek:** Arkadaştan alınan destek; arkadaş ilişkilerinde empati, karşılıklı saygı, paylaşılan sorumluluk ve neyin yararlı olduğu konusunda anlaşma ile karakterize edilen yardım ve desteğin sağlanması ve alınması anlamına gelir (Mead, Hilton ve Curtis, 2001). Bireyler erken çocukluk döneminden orta çocukluk ve ergenlik dönemine geçerken, ev dışında giderek daha fazla zaman harcayarak sınıf arkadaşları ve/veya akranları da dahil olmak üzere başkalarıyla etkileşime girer ve ilişkiler geliştirirler. Ergenlik dönemi, cinsellik ve romantik ilişkilerin ortaya çıkması ile birlikte arkadaş ilişkilerine önemli boyutlar ekler (Brooks-Gunn, 1991). Ayrıca, bazı araştırmacılar ergenliğin, özellikle de geç ergenliğin, özerklik ihtiyaçlarının ebeveynlere bağımlılık ihtiyaçlarından daha belirgin olduğu bir dönem olduğunu iddia eder (White, Speisman ve Costos, 1983).

Okul bağlamında, ergenler okullarındaki en yaşlı ve fiziksel olarak en olgun olanlardan, en genç ve fiziksel olarak en az gelişmiş olana geçtiklerinden liseye geçiş özellikle zor olabilir. Öğrenciler ortaokuldan daha büyük liseye geçerken arkadaş grupları sıklıkla bozulabilir ve yeniden organize edilebilir (B.M. Newman, P.R. Newman, Griffen, O'Connor ve Spas, 2007). Arkadaşlık ilişkileri; ergenlerin arkadaşlarıyla daha olgun ilişkiler kurmalarını ve yetişkinliğe doğru ilerlerken kendilerini hayata tam olarak katılmaya hazırlamak için ebeveynlerden duygusal bağımsızlık kazanmalarını sağlayan beceriler kazandıkları önemli bir bağlam oluşturur. Ergenin destek gördüğü arkadaş grubunun niteliği de ergen için farklı sonuçlar ortaya çıkarır. Arkadaşların birey üzerindeki olumsuz etkisi,

seçim süreçlerine atfedilir. Gençler, arkadaşlarını tutumlarına göre seçerler ve böylece olumsuz tutumları güçlendirirler. Öte yandan, gençler başkalarıyla temas halindeyken olumsuz tutumlar öğrenirler ve bu da sorunlu davranışlara yol açabilir. Bu nedenle, bu ilişkilerde olumlu bir kimlik ve sosyal tanınma oluşturmak ve sürdürmek için çoklu ilişkileri başarılı bir şekilde koordine etmeleri gerekir (Steinebach, Schaer ve Knafla, 2019).

Araştırmalar, arkadaş desteğinin çocuklar ve ergenler için koruyucu bir zihinsel sağlık işlevi gördüğünü öne sürer. Ergenlik dönemindeki arkadaş ilişkileri, belirli grup davranışlarını pekiştirme ve akran baskısı gibi birçok önemli işleve hizmet eder (Brown ve Larson, 2009). Arkadaşlarının kendilerini desteklediğini ve önemseydiğini algılayan öğrenciler akademik uğraşlarla ilgilenme ve meşgul olma eğilimindeyken, arkadaşlarıyla ilişkilerini olumlu ve destekleyici olarak algılamayan öğrenciler motivasyonel ve akademik sorunlar için risk altında olma eğilimindedir (Wentzel, 2005). Destekleyici arkadaş ilişkileri daha düşük depresyon ve kaygı oranları, daha az arkadaş mağduriyeti ile ilişkilidir. Ayrıca daha düşük okulu bırakma oranları ile bağlantılıdır (White, 2009).

Destekleyici olmayan arkadaş ilişkileri, artan depresyon semptomları ile ilişkilidir. Ayrıca intihar düşüncesi gibi olumsuz sonuçlarla birlikte ortaya çıkar (White, 2009). Arkadaşı olmayan veya sosyal olarak reddedilenler sıklıkla yalnız, duygusal olarak sıkıntılı ve depresif hissettiklerini bildirirler. Bu olumsuz duygulanım biçimlerinin aynı zamanda okula, akademik performansa karşı olumsuz tutumlarla, okuldan kaçmaya ve düşük düzeyde sınıf katılımına yol açması da muhtemeldir (Wentzel, Baker ve Russell, 2009).

**2.1.4.3. Öğretmenlerden Algılanan Sosyal Destek:** Öğretmen desteği, öğrencilerin öğretmenleri tarafından desteklendiğini, saygı duyulduğunu ve değer verildiğini hissetme derecesi olarak tanımlanır. Literatür sürekli olarak olumlu, destekleyici öğretmen-öğrenci ilişkilerinin arzu edilen sosyo-duygusal, davranışsal ve akademik sonuçları teşvik etmek için temel olduğunu göstermiştir. Öğretmenler, dinleyerek, ilgi göstererek, geri bildirim sağlayarak ve başarıları ve prososyal davranışları fark ederek destekleyici ilişkiler geliştirir. Öğretmenlerle olumlu ilişkilere duyulan ihtiyaç, yalnızca ilköğretim çağındaki öğrencilerin sağlıklı gelişimi ve akademik başarıları için gerekli bir bileşen değildir. Bu tür ilişkiler ortaokul ve lise öğrencileri için de faydalıdır (White, 2009). Aile desteğine benzer şekilde, öğretmenlerden algılanan destek seviyeleri, algılanan arkadaş desteği arttıkça erken ergenlik ve ergenlik boyunca bir azalma eğilimi gösterir. Algılanan belirli destek türleri açısından, öğretmenin bilgilendirme desteğinin sıklığı; duygusal, değerlendirme ve araçsal destekten önemli ölçüde daha sık meydana gelir. Benzer şekilde öğretmen değerlendirme desteği araçsal

destekten önemli ölçüde daha fazla gerçekleşir. Bireyler öğretmenden algıladığı bilgi desteğini, diğer üç destek türünden daha önemli olarak görür (Clary, 2014).

Algılanan öğretmen desteğinin etkilerine ilişkin bulgular biraz sınırlı olsa da, özellikle diğer destek kaynaklarıyla birlikte kullanıldığında, öğretmen desteğinin öğrenci çıktıları üzerinde olumlu etkileri olduğuna dair bazı kanıtlar vardır. Ancak öğretmen ve öğrenci arasındaki güçlü ilişkinin öğrencinin evindeki sosyal destek eksikliğini telafi edebileceğini varsaymak gerçekçi olmayabilir (Clary, 2014). Öte yandan öğretmenlerden alınan olumlu mesajlar ebeveynlerden alınan mesajları destekleyebilir. Öğretmen-öğrenci ilişkisinde öne çıkan noktalar; öğrencinin olumlu sonuçlara ulaşabileceğine inanç, bu inancı tekrarlı ve tutarlı bir şekilde ona iletme, olumsuz davranışların erken işaretlerini fark etme ve başa çıkma stratejilerini devreye sokma, okulla ve evle ilgili sorunlarını aktif dinleme, öğrencinin kendisinin iyi bir geleceği olacağına ve amaçlarına ulaşabileceğine inanmasına yardım etmedir. Buna göre öğrencilerine sıcak ve kabul edici davranan, riskli ve yanlış davranışlar hakkında samimi rehberlik sağlayan öğretmenler onları olumlu olarak en fazla etkileyenlerdir (Turgut, 2015).

Öğretmenlerden gelen sosyal desteğin öğrencilerin ders çalışmaya katılımına katkıda bulunduğunu gösteren çok sayıda kanıt vardır. Örneğin, sıcaklık ve kabul veya başka bir deyişle duygusal destek ile karakterize edilen bir öğretmen-öğrenci ilişkisi, öğrenme sevinci ve daha fazla akademik başarı da dahil olmak üzere artan çalışmaya katılım seviyeleri ile ilişkilidir (Rautanen, Soini, Pietarinen ve Pyhaltö, 2021). Akın ve Ceyhan'ın (2005) lise öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmalarının sonucuna göre ise öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyinin yüksek olması öğrencilerin kendilerini kabul düzeylerini artırmaktadır (Akın ve Ceyhan, 2005). Öğretmenlere daha fazla bağlılık bildiren lise öğrencilerinin daha düşük oranda duygusal sıkıntı, intihar düşüncesi, intihar davranışı, şiddet, madde kötüye kullanımı ve erken cinsel aktivite sergiledikleri araştırmalarla ortaya konulmuştur (White, 2009). Destekleyici öğretmen ilişkilerinin ergenler için kariyer ve akademik arayışlar üzerindeki etkisi de büyüktür (Arias, 2013). Destekleyici öğretmenler gençleri gelecekleri hakkında düşünmeye, hedefler belirlemeye ve hedeflere ulaşmak için çalışmaya teşvik eder. Öğretmenlerle ihtiyaç duyulan destekleyici ilişkiler, akademik başarının yanı sıra öz-yeterlik ve öz-düzenleme gibi diğer sosyo-duygusal becerileri de destekler. Sosyal destek ihtiyacı karşılanan gençler, arkadaşlarıyla etkileşimlerinde daha etkilidir, çatışmalarla daha iyi baş edebilirler (Shubert, 2018).

Çeşitli nedenlerle, bu ilişkiler her zaman öğrencilerin akademik çabalarına yardımcı olmak için kullanabilecekleri anlamlı ve destekleyici kaynaklara dönüşmez. Öğrenciler



öğretmenlerinin destekleyici kaynaklarını her zaman eşit şekilde kullanamayabilirler. Ayrıca öğretmenleriyle daha zayıf sosyal bağlar kurduklarında öğrencilerin kendilerini yabancılaşmış hissetme olasılıkları daha yüksektir. Bu ilişkiler olumsuz olarak algılandığında, birey üzerinde genellikle zararlı etkileri vardır. Örneğin, sık çatışma ile karakterize edilen ilişkiler, daha yüksek düzeyde saldırganlık ile ilişkilidir (Arias, 2013). Mezun olmadan liseden ayrılan öğrenciler, genellikle bunun bir nedeni olarak sosyal destek eksikliğini gösterirler. Ayrıca lise öğrencileri için problem davranış ile okuldan aldığı sosyal desteği olumsuz algılaması arasında güçlü bir ilişki vardır (Deschamps, 2016). Öğrencilerin içselleştirme semptomlarında öğretmen desteğinin rolünü destekleyen çalışmalar vardır. Diğer çalışmaların gösterdiği gibi, öğretmen desteğinin nasıl işlediğine dair en doğru resim için aile desteği eğilimlerini öğretmen desteğiyle birlikte düşünmek önemli olabilir (Clary, 2014).

**2.1.5. Algılanan Sosyal Destekle İlişkili Faktörler:** Kişilik, hem başkalarıyla geliştirdikleri destekleyici ilişkiler hem de bu ilişkiler bağlamında yer alan potansiyel olarak destekleyici işlemler açısından, bireylerin sosyal çevrenin önemli özelliklerini değerlendirme biçimini etkiler (Pierce ve diğerleri, 1997b). Algılanan sosyal desteğin zaman ve durumlar karşısında sabit olduğunu gösteren kanıtlar, araştırmacıları bu algılarda kişilik faktörlerinin olası rolü hakkında spekülasyon yapmaya yöneltmiştir. Bu noktada, sosyal destekle ilgisi nedeniyle en çok araştırmaya konu olan kişilik özellikleri; araçsallık, dışavurumculuk, androjenlik, içe dönüklük-dışadönüklük ve düşmanlıktır. Özetle, kişilik özelliklerindeki bireysel farklılıkların algılanan desteğe katkıda bulunduğu söylenebilir (Procidano ve Smith,1997). Algılanan sosyal destek konularındaki bireysel farklılıkların başlıca nedenleri arasında kişilik faktörleri gelse de, genetik faktörlerin de rol oynayabileceğine dair yakın zamanda kanıtlar vardır (Mikulincer ve Shaver, 2009).

Cinsiyete bağlı kişilik özellikleri ve cinsiyet rollerinin uygunluğu, sosyal destek literatüründe bildirilen cinsiyet farklılıklarına ilişkin bazı tutarlı bulgular vardır. Kadınların daha yüksek algılanan sosyal desteğe, daha etkili destek arama becerilerine sahip olduklarını, açıkça destek arama olasılıklarının daha yüksek olduğunu ve daha işlevsel destek ağları kurma eğiliminde olduklarını bildirilmektedir (Procidano ve Smith,1997). 12-24 yaşları arasındaki 2918 ergenden oluşan Hollandalı örneklem üzerinde yapılan bir çalışma, her iki grup eşit miktarda aile desteği bildirmiş olsa da, kızların arkadaşlarından erkeklerden önemli ölçüde daha fazla destek algıladıkları ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada, yaş kalıpları da cinsiyete bağlıydı. Erkek çocuklar için aile desteği azalırken, arkadaş desteği 12-17 yaşları arasında arttı. Her iki destek kaynağı da 17 yaşından sonra sabit kaldı. Kızlar için aile desteği 12 yaşından 14'e kadar düştü, ardından sabit kaldı. Arkadaş desteği 12'den 17'ye kadar yükseldi,

ardından biraz azaldı ve 18 yaşından itibaren sabit kaldı. İki destek kaynağının karşılaştırılması, 12 yaşındaki kız ve erkek çocukların ailelerinden arkadaşlardan daha fazla destek algıladıklarını, 18 yaşından itibaren ise iki destek türü arasında hiçbir fark bulunmadığını gösterdi. Ayrıca, 15 ila 17 yaş dönem boyunca, arkadaş desteği yalnızca kızlarda geçici olarak aile desteğini aştı (Helsen ve diğerleri, 2000).

Yaş farklılıkları algılanan sosyal desteğin düzeyi ve türünü de bir değer olarak ayırt eder. Yaşamın erken dönemlerinde ebeveynler çocuklara materyal, sosyal ve duygusal destek sağlar. Küçük çocuklar arkadaş desteğine değer vermeye başlarlar, ancak aynı zamanda aileyi hala ana sosyal destek kaynağı olarak görürler. Erken ergenlik döneminde, arkadaş grubu desteği giderek daha önemli hale gelir ve aile desteğinin öneminin önüne geçmeye başlar. İnsanlar hayat yolculuklarında ilerlemeye başladıklarında, sosyal destek kaynakları sadece aileyi ve arkadaşları değil, aynı zamanda iş arkadaşları ve önemli kişileri de içerir. Sonuç olarak, bireylerin gelişim düzeylerine göre farklı sosyal destek kaynaklarına olan ihtiyaçlarını anlamak kritik öneme sahiptir (Chen, 2017).

Gelişim dönemi, algılanan desteğin kökenleri, doğası ve etkilerinin daha kapsamlı olarak incelenmesi gereken bir diğer önemli bağlamdır. Psikososyal gelişimin aşamalarıyla ilgili teori, yaşam boyu algılanan destek için önemli olan farklı kaynaklar ve destek sağlama türleri hakkında hipotezler sunar. Örneğin, Erikson'ın "Suçluluğa Karşı Girişim" aşamasında (3-5 yaş), çocukların çevreyi keşfetme ve eylem yoluyla bir yeterlilik ve başarı duygusu geliştirme fırsatı özellikle belirgindir. Bu nedenle, ebeveyn bakımı ve özerklik desteğinin belirli tezahürleri arasındaki denge, çocukların algılanan desteği, inisiyatifi ve öz-yeterliği için özellikle önemlidir. "Kimliğe Karşı Rol Karmaşası" aşaması, özerklik desteğinin farklı bir tezahürünü gerektirir. İçinde bulunulan gelişim dönemi; destek deneyimlerinde veya normatif olmayan sosyal ağlarda görülen süreksizlikler, aile düzensizliği ve/veya stresli yaşam olaylarıyla ilgili psikolojik uyumsuzluk riski altındaki kişilerin uyum sonuçlarını anlamak için özellikle önemlidir (Prociano ve Smith,1997).

Sosyal destek, kişinin kültürel değerlerinden etkilenir ve insanların hayatında çeşitli roller oynar. Kültürel topluluklar, aidiyet ve bağlılık için erişilebilir ve anlamlı fırsatlar sağlayarak, sosyal ağ geçişi veya kesintisine rağmen, muhtemelen destek algılarında sürekliliği artırmaya hizmet eder (Prociano ve Smith,1997). Kim, Sherman ve Taylor (2008) sosyal desteğin kültürel farklılıklarını yeni bir bakış açısıyla inceler. Bireyci kültürlerden gelen insanların sosyal destek ararken daha az dikkatli olabileceklerine dikkat çekerler. Kültürel varsayımlarına göre, bireyler kişisel iyi oluşu korumak için proaktif bir rol üstlenebilir ve aynı zamanda diğerleri, sağlamak istedikleri desteğin düzeyine karar verme

özgürlüğüne sahiptir. Bu nedenle ruhsal bir sıkıntı ya da zor bir durum yaşadıklarında destek istemeleri doğaldır. Buna karşılık, kolektivist bir kültürel geçmişe sahip insanlar, sosyal ağlarına ne söyleyecekleri konusunda daha dikkatli davranırlar. Sosyal/aile odaklı bir toplumda yetişen bireyler, kasıtlı olarak başkalarını kişisel yüklerinden bunalmış hissettirmek veya sosyal yükümlülükleri paylaşmak istemezler (Kim ve diğerleri, 2008).

Batılı bireyler büyük ölçüde açık sosyal desteği kullanırlar çünkü streslerini paylaşmakta ve konuşmakta kendilerini rahat hissederler ve streslerinin ilişkiyi nasıl etkileyeceği konusunda daha az temkinlidirler. Kolektivist kültürden gelenler örtük sosyal desteği daha fazla kullanırlar çünkü onların aktif olarak destek isterken hissedecekleri ekstra stresi ve sosyal gruba ek yük getirmeyle ilgili endişelerini ortadan kaldırır. Örtük sosyal desteğe benzer şekilde, algılanan sosyal destek de benzer bir anlama sahiptir. Araştırmacılar, belirli koşullar altında sosyal destek algısının kolektivist kültürden gelen bireyler için alınan sosyal desteğe göre daha güçlü ve faydalı olduğunu öne sürerler. Yardım ararken artan zihinsel sıkıntı olasılığını açıklayan bir neden, kolektivist kültürden gelenlerin sosyal uyumu bir öncelik olarak görmeleridir. Sonuç olarak, bireysel destek aramak uyumu azaltabilir ve başkalarından uygunsuz sosyal taleplerde bulunabilir. Ek olarak, kolektivist kültürden gelenler için kendini kısıtlama, kendini beğenmişlikten daha önemlidir; bu nedenle onlar gerçek duygularını kendilerine saklayarak duygusal olmamaya çalışırlar. Sıkıntılarını başkalarıyla paylaşmak konusunda daha ketumdurlar. Ancak, kendileri için çok fazla talep edilmemiş sosyal destek olduğuna inandıran da aile ve sosyal yönelimli kültürdür (Chen, 2017).

Ev, okul ve işyeri gibi belirli sosyal ortamlar, karşılık gelen stres türleri, belirli destek ve destek olmayan kaynaklar ve belirli uyum sonuçları ile benzersiz şekilde ilişkilendirilen ortamlardır. Sosyal ortamlar arasında ayırım yapmak, araştırmacılara algılanan desteğin kökenleri, doğası ve yaşam doyumu ve sıkıntı gibi hem bağlama özel hem de genel uyum sonuçlarına katkısı hakkında çok özel sorular sormak için bir yapı sağlar (Procidano ve Smith, 1997).

Kişinin sosyo ekonomik durumu ile sosyal ilişkilerin kalitesi arasında pozitif bir ilişki vardır. Daha geniş bir örneklem tabanı ile yapılan başka bir çalışma, sosyal sınıflar ve yakın ilişkiler arasında önemli bir fark gözlemlenmediğine dair çelişkili bir sonuç ortaya koyar. Bu tutarsız sonuçlar, sosyal destek ile kişinin sosyo ekonomik durumu arasında karma ilişkilerin ortaya çıktığı bulgusu ile örtüşür (Chen, 2017).

**2.1.6. Algılanan Sosyal Desteğin Fonksiyonları:** Sosyal desteğin olumlu etkilerini açıklamak için iki mekanizma öne sürülmüştür. İlk açıklama, bireylerin bilişsel

değerlendirmelerine odaklanır. İkinci açıklama, öz-belirleme teorisine dayanır. Bilişsel değerlendirme sürecine odaklanma, stres ve başa çıkma literatürüne dayanmaktadır. İnsanların stresle başa çıkma yeteneklerindeki farklılıklar, bir kişinin stresörlerle karşılaşması ve tepkileri arasında meydana gelen bilişsel süreçlerle açıklanır. Özellikle, bir bireyin bilişsel değerlendirmesi veya bir durumu değerlendirmesi, tepkilerini ve başa çıkma becerilerini etkiler. Sosyal destek, bireylerin birincil veya ikincil bilişsel değerlendirmelerini etkiler. Birincil değerlendirme, durumun kişinin iyiliği için önemini değerlendirmede yer alan bilişsel süreçleri ifade eder. Başkalarının destek sağlayacağı algısı, durumu yeniden tanımlayabilir ve durumun sunduğu tehdit algısını azaltabilir. İkincil değerlendirme, tehdit edici veya zorlayıcı durumları yönetmek için neler yapılabileceğini değerlendirmede yer alan bilişsel süreçleri ifade eder (Dilly, 2005).

Algılanan sosyal destek strese verilen fizyolojik değil, psikolojik tepkileri hafifletebilir (Stanton ve Campbell, 2014). Yapılan araştırmalara dayanarak, bir bireyin belirli bir stresli yaşam olayıyla başa çıkmak için sosyal destekten yararlanabilmesi için en az üç koşulun gereklidir: (1) Çevre; işlevsel tiplerin desteğini sunmalıdır ve olayın başa çıkma gereksinimleriyle eşleşen ilişki kaynaklarından oluşmalıdır; (2) birey destekleyici ilişkilere girmek, yakınlık kurmak ve stres etkeniyle başa çıkmak için ihtiyaç duyulan belirli sosyal destek türlerini devreye sokmak için gerekli sosyal becerilere sahip olmalıdır; ve (3) birey bu becerileri uygulamak için kişilik eğilimine ve istekliliğine sahip olmalıdır (Coble ve diğerleri, 1996).

Sosyal desteği anlamak için ikinci bir mekanizma, insan motivasyonu ile ilgili teorilerden gelir. Öz-belirleme teorisi, üç temel psikolojik ihtiyacın olduğunu varsayar: İlişki, özerklik ve yeterlilik. Sosyal destek bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını, özellikle de ilişkili olma ve özerklik ihtiyaçlarını karşılayabilir (Dilly, 2005). Sandler, Miller, Short ve Wolchik (1989), stres ve desteğin çocukların uyumunu etkileyebileceğini söyler. Ona göre sosyal ilişkiler güvenlik duygusu, kontrol algıları ve benlik saygısı olmak üzere üç süreci vurgulamaktadır (Sandler ve diğerleri, 1989).

Sosyal destek, başa çıkmanın başlıca kaynağı olarak görülmektedir. Sosyal destek başa çıkma süreçleri üzerindeki doğrudan veya dolaylı etkisi yoluyla uyumu teşvik edebilir. Daha fazla algılanan sosyal desteğe sahip kişiler, durumları daha az stresli olarak değerlendirebilir ve bu nedenle uzun süreli başa çıkma çabalarına daha az ihtiyaç duyarlar. Ayrıca, diğer başa çıkma çabaları etkisiz olduğunda desteğin mevcut olduğunu kabul etmek, bireyleri desteğe başvurmak zorunda kalmadan stresi yönetmek için yaratıcı çabalara girişme konusunda özgürleştirir (Ptacek, 1996).

Araştırmacılar sürekli olarak hem fiziksel hem de psikolojik sonuçlarla sosyal destek ve sağlık arasındaki ilişkiyi ortaya koymuşlardır (Guo, 2020).Yüzden fazla ampirik araştırmada, sosyal destek, hem başlangıçta hastalık olasılığını hem de zaten hasta olan kişilerde iyileşme sürecini etkileyen her türden sağlık risklerinin azalmasına bağlanmıştır. (Taylor, Dickerson ve Klein, 2002). Algılanan desteğin mevcudiyeti, stresli zamanlarda kaygı ve depresyonun azalması, hastalıklara daha olumlu uyum ile ilişkilendirilmiştir (Gable ve Gosnel, 2011).

Algılanan sosyal destek, ruh sağlığı sorunlarına karşı koruyucu bir faktör olarak hizmet eder. İnsanlar sosyal ağlarından iyi bir destek algıladıklarında, algılanan sosyal desteği düşük olan diğerlerine göre daha az psikolojik sorun yaşayacaklardır. Sosyal ağlarından destek düzeylerinin düşük olduğunu bildiren bireyler daha yüksek düzeyde kaygı ve depresyon bildirirler. Sosyal destek düzeyleri ile içselleştirme davranışları arasında anlamlı negatif ilişkiler bulunmuştur (Filasteen, 2018).

Çocuklarda ve ergenlerde davranış sorunları, düşük aile desteği ile ilişkilendirilmiştir (Deschamps, 2016). Aile sosyal desteği ergenler arasında daha az alkol kullanımı ile ilişkilendirilmiştir. Düşük madde kullanımı seviyeleri, daha az psikolojik olumsuzluk, daha az yeme bozukluğu, daha az davranış bozukluğu ve okul kurallarını ihlalle ilişkilidir (Araque, 2006). Aile ve arkadaşan algılanan sosyal desteğin azalması ergenlerde ruhsal belirtilerde artışla ve kaygı düzeyinin yükselmesiyle ilişkilendirilmiştir (Tunç-Omar, 2019). Öğretmen desteğinde azalma algılayan bireylerin depresif belirtilerinde artış ve öz saygılarında düşüş görülür (Turgut, 2015).

Ergenlik döneminde, aile ve arkadaş sosyal desteği, daha yüksek benlik saygısı ile ilişkilidir. Kişinin arkadaşlarından algıladığı sosyal destek, daha fazla sosyal yeterlilik ve akran kabulü ile ilişkilidir (Araque, 2006). Öğrencilerin öğretmenlerden, ailesinden, arkadaşlardan gelen sosyal destek raporları, bu kaynaklardan güçlü sosyal destek aldıklarında öğrenmeyle olumlu ama mütevazı bir şekilde ilişkili olduklarını ortaya koyar (Deschamps, 2016). Aileden gelen destek, mutluluğu ve sağlığı teşvik eder; Bunun nedeni, ilişkinin kişinin yakınlık ve ait olma ihtiyaçlarını karşılayabilmesi, olumsuz duyguların neden olduğu stres durumunu hafifletmesi ve kişinin zorluklarla güvenle yüzleşmesine yardımcı olmasıdır (Li ve Liu, 2016). Aileden algılanan sosyal destek ergenlerde yüksek öz -saygı ve öz değerle, daha az agresif çatışma çözme stratejileriyle, daha iyi kişiler arası ilişkilerle, daha fazla okul görevleriyle meşgul olmaya motivasyon, katılım ve akademik performansla ilişkilidir (Araque,2006). Öğretmenleri tarafından sevildiklerinde ve öğretmenlerinin onları önemseydiğini algıladıklarında ve sosyal ve akademik sorunlara yardımcı olmaya hazır

olduklarında; olumlu sosyal davranış, motivasyon ve akademik başarı biçimleri sergileme eğilimindedirler (Deschamps, 2016).

Hangi tür desteğin en verimli ve hangi destek kaynağının en etkili olduğu büyük ölçüde durumlara ve gelişim aşamalarına bağlıdır (Liu, 1996). Güçlü aile, arkadaşlar ve toplum desteği, psikolojik sağlamlıkla ilgili koruyucu faktörlerdir. Öğretmenlerden, arkadaşlardan ve aileden alınan sosyal desteğin benlik kavramı, öz-yeterlik, okula bağlılık, akademik başarı, okula uyum, akademik yeterlilik, yaşam doyumu, okul doyumu ve iyilik hali gibi çıktılarının olumlu etkisi desteklenmiştir. Sosyal desteğin kaynağı ne olursa olsun, sosyal desteğin yaşam doyumuna etki etmesi önemli bir fonksiyonudur (Tomas, Gutierrez, Pastor ve Sancho, 2020).

Bireyin algıladığı sosyal destek düzeyinde güvenli bağlanmaya sahip olup olmamalarının etkili olduğunu ortaya koyan birçok araştırma mevcuttur. Bu araştırmaların sonuçları özetle; güvenli bağlanmaya sahip bireylerin kendileri için sosyal desteğin mevcut olduğundan emin ve algıladıkları sosyal destekten memnun olma eğiliminde olduklarını göstermiştir. Ayrıca güvensiz bağlanmaya sahip bireylerin daha az sosyal destek algıladıklarını, bu destek düzeyinden de daha az memnun olduklarını ve ihtiyaç duyduklarını söyledikleri ile aldıklarını söyledikleri sosyal destek arasında büyük bir fark olduğunu bildirdiklerini ortaya koymuştur (Collins ve Feeney, 2004). Bu kapsamda algılanan sosyal destek kavramıyla ilişkisini daha iyi anlamak için bağlanma kavramı ile ilgili literatürdeki bilgiler aşağıda sunulmuştur.

## **2.2. Bağlanma**

**2.2.1. Bağlanmanın Kavramının Tanımı:** Bağlanma davranış sistemi, primat bebeklerin, özellikle yeni veya öngörülemeyen ortamlarda temel bakım verenlerine yakınlığı sürdürme veya bir tehdit ortaya çıktığında onlara sarılmaya yönelik gözlemlenebilir eğilimlerini açıklamak için öne sürülmüştür (Bowlby, 1969; 1982). İnsan açısından bakıldığında bağlanma sistemi yaşamın ilk aylarında yavaş yavaş ortaya çıkar. Bir bebeği tanıdık bakım verenine yönlendirerek; tehditlere ve korkulara tepki olarak ona yaklaştırarak; bakım verenin korumasına, desteğine ve yatırılmasına tepki olarak bebeğin güvenlik duygusunu düzenleyerek yeterince olgunlaşır. Bağlanma bakım veren ile bebek arasındaki biyolojik temele dayalı bir bağ ile başlar (Shaver ve diğerleri, 2016a).

Başlanma belirli bir sosyo-duygusal bağ olarak tanımlanır ve diğer sosyal bağ türlerinden ayrılır (Bowlby, 1969; 1982). Bağlanma davranışı beslenme davranışından ve cinsel davranıştan ayrı, insan yaşamında eşit derecede öneme sahip bir davranış sınıfı olarak kabul edilir. Bunun özünde çocuksu olan ya da patolojik olan bir yan bulunmamaktadır

(Bowlby, 2014). Bağlanma sisteminin evrimleşmesinin ve insan doğasının bu kadar derinlerine kök salmış halde kalmasının ana nedeni, insanoğlu atalarının karşılaştığı en zor uyum problemlerinden birine (Sosyal ve fiziksel gelişimin en tehlikeli yıllarında hayatta kalma olasılığının nasıl artırılacağı) iyi bir çözüm sunmuş olmasıdır (Simpson ve Belsky, 2016).

Bağlanma bağının dört tanımlayıcı özelliği vardır: Yakınlığı sürdürme, ayrılık sıkıntısı, güvenli sığınak ve güvenli üs. Bir bağlanma bağı oluştuktan sonra, bu özellikler bir bebeğin temel bakım verene (genellikle anneye) ilişkin açık davranışında kolayca gözlemlenebilir. Temel bakım veren bebek için; sosyal ve fiziksel dünya ile etkileşime girdiği güvenli bir sığınak görevi görür. Bebek temel bakım verenin yakınlığını ve müsaitliğini sürekli olarak izler. Herhangi bir nedenle tehlike sezerse ya da endişe duyarsa, bir rahatlık ve güvenli bir sığınak olarak temel bakım verene sığınır. Temel bakım verenden ayrılmalar potansiyel bir tehlikeye işaret ettiğinden, bebek bunlara itiraz eder. Ayrıma sinyallerinde bebek sıkıntıya girer. Temel bakım vereni yeterince yakın ve duyarlı olarak algıladığı sürece, bebek çevresini keşfetmeye motive olur. Teoride, bağlanma ve keşfetme arasındaki bu dinamik denge, yaşam boyu davranışın ayrılmaz bir parçasıdır. Bununla birlikte, olgunlaşmanın bir fonksiyonu olarak değişiklikler yaşanabilir (Zeifman ve Hazan, 2016).

Zaman ve mesafe bakımından bağlanma figüründen uzaklaşma gibi öngörülebilir bir değişiklik bebek büyüdükçe daha kolay tolere edilebilir. (Zeifman ve Hazan, 2016). 12 aylık bir bebek, bakım vereninden kısa süreli ayrılıkların sonucu olarak 36 aylık bir bebeğe göre daha fazla sıkıntı belirtisi gösterir (Marvin, Britner ve Russell, 2016). Geç çocukluk veya erken ergenlik döneminde, genellikle gereksiz yere üzülmeye daha uzun ayrılıklar tolere edilir. Beklenmedik ve/veya uzun süreli bakım verenin bulunmaması durumu dışında ayrılık sıkıntısı daha az belirgindir. Çocukların ayrılıklara tahammül etme yeteneğindeki büyümenin temeli bilişseldir. Yetişkinler ilişkilerine, başkalarını zihinsel olarak temsil etme (ve onlar hakkında hayal kurma) konusunda iyi gelişmiş bir yetenekle başlar. Bu da bebek ve yetişkin bağlanma dinamikleri arasında önemli farklılıklara yol açar (Zeifman ve Hazan, 2016).

Bağlanmanın ilk boyutu; bireyin destek ve yakınlık için bağlanma figüründen faydalanmasını ifade eden davranış boyutudur. Bağlanmanın davranışsal boyutu, bireyin bilişsel olgunlaşmasına bağlı olarak gelişimsel değişikliklere daha açıktır. Bağlanmanın ikinci boyutu, bireyin içsel çalışma modelinin bir parçası olan duygusal olarak şekillendirilmiş bilişsel beklentileri yansıtan duygusal-bilişsel boyutudur (Buist, Dekovic, Meeus ve van-Aken, 2004). Bebekle bağlanma figürü arasında oluşan bu bağ bireyin ileriki yaşlarda zihinsel yapısında içsel çalışma modellerinin oluşmasına temel oluşturur (Bowlby, 1973). Bireyin

içsel çalışma modeli; benliğinin, bağlanma figürünün ve onunla ilişkisinin zihinsel bir temsildir (Colin, 1996). Bir içsel çalışma modeli, zaman içinde farklı bağlanma figürleriyle olan deneyimler yoluyla şekillenir (Buist ve diğerleri, 2004). Bu geçmiş deneyimler, bağlanma figürlerinin onun ihtiyaçlarına karşı duyarlılıkları hakkında beklentiler oluşturmasının temelidir (Bowlby, 1982). Bir kişinin içsel çalışma modeli yeni ilişkilerle ilgili beklentileri yönlendirici bir güç olarak görülebilir ve genellikle ergenlik boyunca az çok istikrarlıdır. Kararlılığından dolayı, duygusal-bilişsel boyut, ergen işlevselliğini davranışsal boyuttan daha fazla yordamaktadır (Buist ve diğerleri, 2004).

Bağlanma çalışmalarında önemli bir teorik konu, bağlanma kalitesindeki farklılıkların açıklanmasıdır. Literatür üç olası açıklama sunar. İlk olarak, bağlanma kalitesindeki farklılıklar, bağlanma bildiren kişinin özellikleriyle açıklanabilir (Buist ve diğerleri, 2004). Bu teorik önermeye göre, bağlanmanın kalitesi bireyin bir özelliğidir. İkincisi, bağlanmanın niteliğindeki farklılıklar, bağlanma figürünün özellikleriyle açıklanabilir. Bowlby (1969,1982) insanların empati, merhamet ve bakım için doğal görünen kapasitesini açıklamak için bir bakım veren davranış sisteminin varlığını öne sürer (Bowlby, 1969; 1982). Bakım veren davranış sistemi; çocuklarının savunmasızlık ve ihtiyaç belirtilerine duyarlı bir şekilde yanıt veren ebeveynlerin davranışlarında belirgin olan özellikleri içerir. Bu özellikler ebeveyn davranışlarıyla sınırlı değildir, aynı zamanda çocukların ve yetişkinlerin, acı çeken veya ihtiyacı olan diğer insanlarla karşılaştıklarında endişe duymaya ve genellikle bu acıyı hafifletmek veya başkalarının ihtiyaçlarına cevap vermek için motive olmaya yönelik gözlemlenebilir eğilimlerinde de belirgindir. Bir kişinin gelişimsel geçmişinde, evrensel olarak mevcut bağlanma davranış sisteminin parametreleri bakım verenlerin davranışlarına yanıt olarak değiştirilir. Aynı deneyimler bakım veren davranış sistemini de etkiler (Shaver ve diğerleri, 2016a). Bağlanma figürlerinin özelliklerinin (örneğin, duyarlılık ve cevap verme) bebeklerin bağlanma kalitesindeki farklılıklarla güçlü bir şekilde ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bağlanma kalitesiyle ilgili üçüncü açıklama, belirli bağlanma ilişkisinin özellikleriyle ilgilidir. Çocuklar olgunlaştıkça ergenlikte ve daha sonra yetişkinlikte, ebeveynlerin yanı sıra arkadaşlar ve romantik partnerler gibi diğer bağlanma figürleri önem kazanır (Buist ve diğerleri, 2004).

**2.2.2. Bağlanma İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar:** Bağlanma araştırmalarının geleneksel kapsamının ilk genişlemesi, bağlanmanın incelendiği gelişim dönemiyle ilgilidir. Geleneksel bebek bağlanma araştırmalarına ek olarak, yıllar içinde daha fazla araştırmacı bağlanmayı yaşam boyu bakış açısıyla incelemiştir. Bağlanma araştırmasının geleneksel kapsamının ikinci defa genişlemesi, incelenen bağlanma figürleriyle ilgilidir. Yaşam boyu



bağlanma perspektifinin ardından, olası bağlanma figürlerinin çeşitliliği de genişledi. Birkaç çalışma, bebek bağlanma kalitesinin ilişkiye özgü olduğunu bulmuştur. Yani bebekler annelerine yüksek kalitede, babalarına düşük kalitede (veya tam tersi) bağlanma gösterebilirler. Bu nedenle babalar olası bağlanma figürleri olarak dahil edilmiştir (Buist ve diğerleri, 2004). Bu doğrultuda aşağıda bağlanma kavramıyla ilgili kuramsal yaklaşımlara değinilmiştir:

***Darwin'in Bağlanma Hakkındaki Görüşleri:*** Darwin bir bağlanma teorisyenidir. Darwin, insanın sosyal doğasının ne ölçüde seçim baskılarının bir ürünü olduğunu tam olarak değerlendiren ilk bilim insanıdır (Simpson ve Belsky, 2016). Darwin'e göre yüz ve bedendeki ifade hareketleri, kökeni ne olursa olsun, insan sağlığı için çok büyük öneme sahiptir. Onlar anne-çocuk arasındaki iletişimin ilk araçları olarak hizmet ederler. Çocuk onaylanmaya gülümser ve bu, çocuğa doğru yolda devam etme cesareti verir. İçgüdülerin her türün iyiliği için bedensel yapı kadar önemli olduğunu vurgular. Anne ve yeni doğan arasındaki içgüdüsel yakınlık, türün adapte olmasında önemli bir faktördür (Bowlby, 2020a).

***Psikanalitik Görüş:*** Bağlanma ile ilgili dört ana teori psikanalitik literatürde bulunmaktadır:(1) Bebek, bir insan figürüne özellikle anneye ilgili ve bağlı olduğundan dolayı bu annenin bebeğin fizyolojik ihtiyaçlarını gidermesinin ve bebeğin zamanla annesinin doyum kaynağı olduğunu öğrenmesinin sonucudur. Bu nesne ilişkilerinin Sahte Sevgi Teorisi'dir. (2) Bebeklerde içsel olarak; kendilerini insan memesine bağlama, onu emme ve oral yoldan sahip olma eğilimi vardır. Memeye bağlanan bebek zamanla bir annenin var olduğunu ve ona ilgisi olduğunu öğrenir. (3) Bebeklerin insana yapışma ve temasta bulunmaya yönelik yerleşik eğilimleri vardır. Bu anlamda yiyecek ve sıcaklık ihtiyacı gibi birincil ihtiyaçtan farklı olarak bağımsız bir nesneye ihtiyacı vardır. (4) Bebekler, rahimden çıkarılmalarına kızarlar ve oraya dönmeye çabalarlar. İlk teori Freud'dan itibaren tamamı olmasa bile birçok psikanalitik yazınının temelinde yatar (Bowlby, 2020a). Bireyler arasında bağlar gelişir, çünkü bir birey bebeklikte yemek ve yetişkinlikte cinsellik gibi kimi güdülerini giderebilmek için, diğer bir insanın gerekliliğini keşfeder. Bu türden bir teori iki tür güdüyü kabul eder: Birincil ve ikincil. Yiyecek ile cinselliği birincil ve "bağımlılık" ile diğer kişisel ilişkileri ikincil olarak sınıflandırır. Nesne ilişkileri teorisyenleri (Balint, Fairbairn, Guntrip, Klein, Winnicott) bu formülasyonu düzenlemeye çalışmışlarsa da ağızcılık ve gerileme kavramları devam etmiştir (Bowlby, 2014).

***Lorenz'in Çalışmaları:*** Lorenz (1970) kaz ve ördek yavruları ile gerçekleştirdiği deneysel çalışmaları sonucunda "mühürleme" kavramını ortaya atmıştır (Lorenz, 1970). Mühürleme başta her ne faaliyet gösterirse gösterebilir yavru bir kuşun bağlanma davranışının,

tercihli ve sabit biçimde bir ayırt edici figüre yönelmiş olması anlamına gelir. Mühürleme; yaşam döngüsünün sadece kısa ve önemli bir döneminde oluşur. Geri dönüşsüzdür ve bireysellik üstü öğrenilmektedir. Genetik kodda yavrunun mühürleneceği bellidir ancak kime bağlanacağı net olmadığından bir kısmı öğrenme sürecini içerir (Yiğit, 2020). Mühürleme ile ilgili daha önceki açıklamalarında Lorenz onun bir türünün de memelilerde oluştuğunu kesin bir şekilde redder (Bowlby, 2020a).

**Harlow'un Çalışmaları:** Harlow (1958) kukla anneler üzerinde büyüyen al yanaklı maymun yavruları üzerinde çalışmalar yürütmüştür (Harlow, 1958). Bu çalışmalarında genç bir maymunun yemek sağlamayan ancak yumuşak olan ve yapışmak için rahatlık sunan kuklaya yapışmayı tercih ettiğini ortaya koymuştur (Bowlby, 2014). Bu çalışmalarda yavrunun bakım verene olan sevgisinin fizyolojik bir durumdan ziyade duygusal bir durum olduğu ileri sürülmüştür. Harlow maternal yoksunluk ve izolasyon yöntemlerini kullanarak temas rahatlığının gelişim üzerindeki etkisini de incelemiştir. Çalışmasında annelerinden ayrılan ve laboratuvar ortamında büyütülen al yanaklı maymun yavrularını akranlarıyla aynı kafese yerleştirmiştir. Sosyal izolasyona maruz kalan yavrularda rahatsızlık belirtileri gözlemlenmiştir. İzole edilen yavrular tekrar gruba dahil edildiklerinde grupla nasıl etkileşim kuracakları konusunda emin olamadıklarını tespit etmiştir (Yiğit, 2020).

**Ainsworth ve Meslektaşlarının Çalışmaları:** Mary Ainsworth temel fiziksel ve psikolojik ihtiyaçların tatmin edilmesinden ve ihtiyaçların gelecekteki tatmininin risk altında olmadığı bilgisinden kaynaklanan güvenlik ve rahatlık hissinin küçük bir çocuk için birincil güvenlik kaynağı olması gerektiğini iddia eder. Ainsworth'un 1967'de gözlemlediği gibi, çocuk hem tanıdık hem de yabancı ortamlarda yerel çevreyi keşfetmek için bakım vereni bir üs olarak kullanır. Ayrıca, sıkıntılı, tehdit altında veya basitçe sıkıldığında, bakım vereniyle yakınlık ve temas genellikle "sistemi" daha dengeli bir duruma getirerek çocuğun keşfetmeye devam etmesine izin verir. Belirli bir bakıcı etrafında organize edilen bağlanma ve keşfedici davranış dengesine "güvenli üs" ve "güvenli sığınak" fenomenleri olarak atıfta bulunulur (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 2015).

1967'deki alan çalışması, Ainsworth'u, farklı çocuk-anne ikililerini karakterize eden güvenli üs davranış kalıplarındaki farklılıkların, bir güvenlik kaynağı olarak bağlanma ilişkisinin etkinliğindeki farklılıkları yansıttığına ikna etti (Ainsworth ve diğerleri, 2015). Güvenli üs davranışının organizasyonundaki farklılıklar evde bariz olmasına rağmen, "Yabancı Ortam" prosedüründe çocuğun ayrılma ve yeniden birleşme olaylarına niteliksel olarak farklı tepkileri ile ayırt edildiler (Vaughn ve Bost, 2016). Ainsworth ve diğerleri (2015), evdeki çocuk-anne etkileşimlerinin doğal gözlemlerine dayanarak, Yabancı Ortam'da

görülen güvenli üs davranışındaki farklılıkların, yaşamın ilk yılında anne-bebek etkileşiminin niteliklerinden tahmin edilebileceğini savunur (Ainsworth ve diğerleri, 2015). Bu nedenle, bağlanma davranışı organizasyonundaki bireysel farklılıklar, çocuğun bağlanma davranış sisteminin etkileşimli ortamın karakteristik niteliklerine uyumunu yansıtır. Tipik olarak çocuklarının iletişimsel sinyallerine duyarlı bir şekilde yanıt veren bakım verenlerin çocukları güvenli bir şekilde bağlanır (Vaughn ve Bost, 2016).

**Bowlby'nin Bağlanma Kuramı:** 1950'de İngiliz psikiyatrist John Bowlby, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından savaşta yetim kalan çocukların zihinsel sağlıklarını rapor etmesi için davet edilir. Raporun ortaya koyduğu sonuç, normal gelişimin bakım veren en az bir yetişkin ile "sıcak ve sürekli bir ilişki" gerektirdiğidir. Duygusal bağların önemini vurgulayan WHO raporu, yetimhanelerdeki ve yatılı bakım evlerindeki çocuklara yönelik muamelelerde büyük değişikliklere neden olur, ancak önemli sorular cevapsız kalır. Bowlby hayatının sonraki yirmi yılını bu soruların cevaplarını aramaya adanır. Bu arayış onu psikanalitik eğitiminden çok uzaktaki bilim alanlarına yöneltir. Darwin'in doğal seçilim yoluyla evrim teorisi, nesne ilişkileri teorisi, kontrol sistemleri teorisi, evrimsel biyoloji, etoloji ve bilişsel psikoloji alanlarından gelen fikirleri entegre eden Bowlby, bugün bağlanma teorisi olarak bilinen yaşam boyu sosyal ve kişilik gelişimi kuramının büyük bir sentezini geliştirir. Darwin'den ilham alan Bowlby, bağlanma sisteminin evrimsel tarih boyunca doğal seleksiyon yoluyla birçok türe genetik olarak "eklendiğine" inanır (Simpson ve Belsky, 2016).

Bağlanma teorisinin iki temel bileşeni vardır: (1) İnsanlarda bağlanmanın tipik veya türe özgü kalıplarını ve aşamalarını açıklayan normatif bir bileşen (örneğin, "Bağlanma bağları nasıl ve neden oluşur?") ve (2) Tipik veya normal kalıplardan ve aşamalardan sapmaları açıklayan bireysel farklılık bileşeni (örneğin, "Farklı bağlanma kalıpları nasıl ve neden var?") (Bowlby, 2014). Bağlanma teorisinin genel özellikleri şunlardır:

- Spesifik olma: Bağlanma davranışı, genellikle açık biçimde bir tercih sırasıyla, bir veya birkaç spesifik bireye yöneliktir (Bowlby, 2014).
- Süre: Bir bağlanma ilişkisi genellikle yaşam döngüsünün büyük bir kısmı boyunca sürer. Ergenlikte erken dönem bağlanmaları zayıflayabilir ve yenileriyle tamamlanabilir. Bazı vakalarda onlarla yer değiştirilebilirlerse de erken dönem bağlanmaları kolay kolay terk edilmez ve çoğunlukla devam eder (Bowlby, 2014).
- Duygusal Bağlanma: En yoğun duyguların pek çoğu bağlanma ilişkilerinin kurulması, korunması, bozulması ve yenilenmesi sırasında ortaya çıkar. Benzer şekilde, kayıp tehdidi anksiyeteyi açığa çıkartır. Gerçek bir kayıp ise üzüntünün ortaya çıkışına neden olur. Bu durumların her ikisinin de öfkeyi açığa çıkartmaları da olasıdır (Bowlby, 2014).

- **Ontojeni:** İnsan yavrularının büyük bir çoğunluğunda tercih edilen bir bireye yönelik bağlanma davranışı yaşamın ilk dokuz ayı içerisinde gelişir. Bir bebek bir kişiyle ne kadar çok sosyal etkileşim yaşıyorsa, o kişiye bağlanma olasılığı da o oranda yüksek olur. Bu nedenle, bir çocuğa asıl kim annelik ediyorsa, o kişi temel bağlanma figürü olur. Bağlanma davranışı, üçüncü yılın yaklaşık olarak sonlarına kadar kolaylıkla harekete geçebilir halde devam eder. Sağlıklı bir gelişimde, bundan sonra gitgide daha az ortaya çıkmaya başlayacaktır (Bowlby, 2014).

- **Öğrenme:** Bağlanmanın gelişiminde tanıdık olanı yabancından ayırt etmeyi öğrenmek temel süreç olduğundan, deneysel psikologlar tarafından kullanılan geleneksel ödüllerin ve cezaların çok az etkisi bulunmaktadır. Aslında, bağlanma figürü tarafından tekrarlayan biçimde cezalandırılmaya rağmen bir bağlanma gelişebilir (Bowlby, 2014).

- **Organizasyon:** Başlangıçta bağlanma davranışı oldukça basit bir sırada organize olmuş tepkilerle harekete geçer. İlk yılın sonundan itibaren giderek artan oranda çok yönlü dalgalanan ve hem çevrenin hem de kendiliğın temsili modellerini içeren davranışsal sistemlerle harekete geçer. Bu sistemler belirli bazı koşullarla aktive olur ve belirli bazı koşullarda sona erer. Harekete geçirici koşullar arasında yabancılık, açlık, yorgunluk ve korkutucu olan her şey yer alır. Sona erdirici koşullar da, anne-figürünün görünümü veya sesi, özellikle de onunla olan mutlu etkileşimlerdir. Bağlanma davranışı güçlü bir biçimde harekete geçtiğinde sona erdirilmesi için dokunmak veya anneye yapışmak ve/veya onun tarafından kucaklanmak gerekecektir. Bunun aksine, anne figürü oradayken veya nerede olduğu iyi biliniyorken, bir çocuk bağlanma davranışını kesecek ve bunun yerine çevresini keşfedecektir (Bowlby, 2014).

- **Biyolojik İşlev:** Bağlanma davranışı neredeyse tüm memeli türlerinin yavrularında ortaya çıkar ve bu türlerin bir grubunda da yetişkin yaşamı boyunca sürer. Türler arasında detaylarda pek çok farklılık bulunsa da, olgun olmayan bir canlının tercih edilen bir yetişkine, neredeyse her zaman anneye olan yakınlığını koruması bir kuraldır. Bu tür bir davranış hayatta kalma değerine sahiptir (Bowlby, 2014).

Tüm insan kültürlerinde ve çoğu primat türünde, genç ve savunmasız bebekler, daha güçlü, daha yaşlı ve daha akıllı bakım verenlerinden ayrıldıktan sonra belirli bir tepki dizisi sergiler. Ayrılmanın hemen ardından, çoğu bebek, bakım verenlerini ararken tipik olarak ağlayarak, çığlık atarak ve öfke nöbetleri geçirerek ayrılığı protesto eder. Bowlby, bakım veren yokluğunun erken evrelerinde şiddetli protestonun hayatta kalmayı desteklemek için iyi bir başlangıç stratejisi olduğunu tahmin eder. Yoğun protestolar genellikle bakım verenlerin dikkatini, evrimsel tarih boyunca, gözetimsiz bırakılırsa yaralanmaya veya yırtıcılığa açık

olabilecek bebeklere çeker. Yüksek sesle ve ısrarlı protestolar bakım verenini geri getiremezse, bebekler ikinci bir aşamaya girerler. Umutsuzluk aşamasında hareketleri azalır ve susarlar. Evrimsel bir bakış açısından Bowlby, umutsuzluğun hayatta kalmayı teşvik etmek için iyi bir “ikinci” strateji olduğunu ileri sürer (Simpson ve Belsky, 2016).

Bebeğin güvenlik ihtiyaçları bakım veren tarafından karşılandığında, bağlanma sistemi homeostatik seviyelere geri döner. Sonuç olarak, bebek bağlanma ile ilişkili olmayan etkinliklere (örneğin keşif veya oyun) geri dönebilir (Aspelmeier ve Kerns, 2003). Bowlby’ye göre, umutsuzluk döneminden sonra, bakım verenleriyle tekrar bir araya gelmeyen bebekler üçüncü bir aşamaya girerler: Ayrılma. Bu aşamada bebek, bakım veren olmadan normal aktiviteye devam etmeye başlar, bağımsız ve kendine güvenen bir şekilde davranmayı öğrenir. Bowlby ayrılmanın işlevinin yeni bakım verenlerle duygusal bağların oluşmasına izin vermek olduğunu varsayar. Yeni bağlar kurulmadan önce önceki bakım verenlerle olan duygusal bağların bırakılması gerektiğini düşünür. Evrimsel açıdan bakıldığında, ayrılma, bebeklerin eski duygusal bağları atmasına ve hayatta kalmak için gerekli olan dikkati ve kaynakları sağlamaya istekli olabilecek bakım verenlerle yenilerini oluşturma sürecine başlamasına izin verir (Simpson ve Belsky, 2016).

Ebeveynlerin veya bakım verenlerin davranışı bağlanma davranışının tamamlayıcısıdır. Bakım verenin rolleri, öncelikle, istendiği şekilde ve zamanda ulaşılabilir ve tepki vermeye hazır olmak, ikinci olarak da bakım verdiği çocuğun veya daha yaşlı kişinin başını derde sokacak olma olasılığına karşı öngörülü bir şekilde müdahalede bulunmaktır. Burada kuramın dikkat çektiği iki ana nokta bulunmaktadır: (a) Ona ne derecede güvenli bir zemin sağladığı ve (b) buradan keşfetmeye yönelmesi için onu ne derecede desteklediğidir (Bowlby, 2014).

Bowlby, her aşamayı karakterize eden bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerin doğuştan gelen bir bağlanma sisteminin işleyişini ortaya koyduğuna inanır (Simpson ve Belsky, 2016). Bu sistemin “beşikten mezara” kadar yaşam süresi boyunca işlediğini iddia eder (Bowlby, 1979). Bağlanma ilk olarak bebeklik döneminde geliştirilse de, bireyler yetişkinliğe kadar güvenli bir temele ihtiyaç duymaya devam ederler (Bowlby, 1989). Birey tarafından gösterilen bağlanma davranışı örüntüleri, kısmen onun o andaki yaşına, cinsiyetine ve koşullarına, kısmen de yaşamının erken dönemlerindeki bağlanma figürüyle olan deneyimlerine bağlıdır (Bowlby, 2014). Bu deneyimler içsel çalışma modelleri olarak adlandırılan zihinsel temsillerin temelini atar. Bu zihinsel temsiller, başlangıçta, bakım verenin yanıt verebilirliğine ilişkin anlık tahminleri mümkün kılar. Daha sonra bireylerin, yeni ilişkilerinden elde ettikleri deneyimleri, geçmiş deneyimleri ve bağlanma stillerinden

kaynaklanan beklentileriyle tutarlı olarak yeniden yapılandırdıkları bir filtre görevi görmeye başlar (Thompson, 2016). İçsel çalışma modelleriyle ilgili ayrıntılı kuramsal bilgi aşağıdaki başlıkta sunulmuştur.

**2.2.3. İçsel Çalışma Modelleri:** Bowlby, küçük çocukların; arkadaşlıklar ve romantik ilişkiler de dahil olmak üzere gelecekteki yakın ilişkileri için kılavuz veya prototip olarak hizmet eden ebeveynleriyle ilişkilerinin içsel çalışma modellerini oluşturduklarını öne sürer. İçsel çalışma modelleri; bireyin ilişkilerle ilgili deneyimlerini ve beklentilerini özetleyen bilinçli ve/veya bilinçsiz şemalar, senaryolar veya kurallar dizisidir (Nosko, Tieu, Lawford ve Pratt, 2011). İçsel çalışma modelleri hem açık bağlanma davranışında hem de bakım verenin yokluğunda çocuğa bağlanma ilişkisini korumak için bir temel sunar (Vaughn ve Bost, 2016). İçsel çalışma modellerinin, iletişim süreçlerinde tekrarlanan etkileşim kalıpları yoluyla aşırı öğrenildikleri ve bu nedenle otomatik bir şekilde işlev gördükleri varsayılır. İçsel çalışma modelleri, ebeveyn-çocuk ilişkisi bağlamında hatırlama ve dikkat süreçlerini etkiler (Aspelmeier ve Kerns, 2003). İçsel çalışma modellerinin dikkati yönlendirmeye, yeni bilgileri düzenlemeye ve filtrelemeye, belirsiz sosyal uyaranlarla ilgili geçmiş deneyimlerin erişilebilirliğini belirlemeye de hizmet eder (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

İçsel çalışma modelleri; bebeklikteki bağlanmayı yetişkinlik de dahil olmak üzere daha sonraki yaşlardaki bağlanmaya dayandıran baskın bir açıklayıcı mekanizma olmuştur (Aspelmeier ve Kerns, 2003). Bağlanma teorisinin merkezi bir nosyonu; benlik ve diğerlerinin erken çalışma modellerinin, kişisel ve kişilerarası işlevselliğe rehberlik etmeye devam ettikleri yetişkinliğe taşınmasıdır. Geliştirildikten sonra, bu modeller etkinleştirilecek ve bağlanma sistemi etkinleştirildiğinde davranışı yönlendirmek için kullanılacaktır. Elbette, içsel çalışma modelleri aile içinde olduğu kadar dışarıda da deneyimler tarafından şekillendirilecektir. Bu modeller, bireyler gelişip olgunlaştıkça sürekli detaylandırılmaya, iyileştirilmeye ve değişikliğe açıktır (Ognibene ve Collins, 1998).

Ebeveyn bakımının devam eden hassasiyeti, özellikle içsel çalışma modellerinin henüz ilkel olduğu ve kişiliğin şekillenmekte olduğu ilk yıllarda önemlidir. Bağlanma figürünün duyarlı, yanıt verebilir olmasına duyulan güven en az iki değişkene bağlıdır: (a) Bakım verenin genellikle yardım çağrılarına yanıt veren, koruyucu bir insan olarak düşünülüp düşünülmemesine, (b) kişinin kendilik algısına, kendini herhangi birinin özellikle de bakım verenin yardım etmek üzere yanıt vereceği türden bir kişi olarak değerlendirilip değerlendirilmemesine. Sonuç olarak bakım veren modeli ve kendilik modelinin birbirini tamamlayan ve onaylayan şekilde geliştiği söylenebilir (Bowlby, 2020b). Bu bağlamda, ebeveyn-çocuk ilişkisinin devam eden uyumu, bebeklik döneminde güvenli bir bağlanma ile

daha sonraki kişilik gelişimi ve içsel çalışma modelleri arasında bir köprü oluşturabilir (Thompson, 2016).

İçsel çalışma modelleri bebeklerin bakım verenlerinin erişilebilirliği ve yanıt verebilirliği konusundaki beklentilerine dayanmaktadır. Bu beklentiler, bağlanma figürlerinin daha geniş temsillerine, ilişkisel deneyimlerin yorumlarına, başkalarıyla nasıl etkileşime geçileceğine ilişkin yönergelere ve hatta ilişkisel ortaklar olarak bireyin kendisi hakkındaki inançlarına dönüşür. Bu zihinsel temsiller, başlangıçta, bakım verenin yanıt verebilirliğine ilişkin anlık tahminleri mümkün kılar (Thompson, 2016). Bağlanmanın erken güvenli prototipi, gelişimsel sonuçları tahmin etmede sonraki deneyimlerin kalitesi ile etkileşime girer. Bağlanmanın oluşumu normatif bir olay olmasına rağmen, ebeveyn-çocuk bağlanmasında, bakım verenin güvenli bir üs olarak işlev görme derecesindeki değişiklikleri yansıtan bireysel farklılıklar vardır (Sroufe ve Waters, 1977). Bu nedenle, bağlanma davranışındaki veya bağlanma tarzındaki bireysel farklılıkların, içsel çalışma modellerindeki temel farklılıkları yansıttığı düşünülmektedir (Main, Kaplan ve Cassidy, 1985).

Gelecekteki yakın ilişkileri anlamak için güvenli prototipler, çocuklukta hassas ve duyarlı bağlanma figürleri tarafından sağlanır (Griffith, 2004). Bağlanma figürleri tutarlı bir şekilde duyarlı olan çocuklar, başkalarının inanılır ve güvenilir olduğuna, benliğinin değerli, sevgiye ve desteğe layık olduğuna inanmaya başlar (Ognibene ve Collins, 1998). Güvenli bağlanan çocuklar, ebeveyn-çocuk ilişkisinde daha fazla özerklik ve daha etkili iletişim sergileme eğilimindedir ve ayrılıktan sonra kolay teselli edilirler (Bowlby, 1973). Güvenli içsel çalışma modellerine sahip çocukların, bağlanmayla ilgili duygulanım, bellek ve planlara serbestçe erişimleri vardır (Main ve diğerleri, 1985). Güvenli bağlanan çocukların ikinci yıl boyunca anneleriyle paylaşılan görevler sırasında daha fazla coşku, uyum, olumlu etki ve daha az hayal kırıklığı ve saldırganlık gösterdikleri bir dizi kesitsel ve boylamsal çalışmada ortaya konulmuştur (Thompson, 2016).

Bağlanma figürleri ya tutarsız tepki veren ya da sürekli tepkisiz olan bireyler, hem kendileri hem de başkaları hakkında daha karamsar modeller geliştirebilirler (Ognibene ve Collins, 1998). Kaygılı ve kaçınan tipler de dahil olmak üzere güvensiz prototipler, ya tutarsız ya da bakım verenin tepkisinin tam eksikliği ile oluşur. Kaygılı bağlanan çocuklar, ebeveynleriyle tekrar bir araya geldiklerinde sıklıkla protesto veya itiraz davranışları sergilerler. Kaçınan bağlanan çocuklar ise, yeniden bir araya geldiklerinde ebeveynlerinden ayrılma veya kopma davranışları gösterirler (Nosko ve diğerleri, 2011).

**2.2.4. Bağlanmanın Gelişimi:** Bağlanma sistemi doğuştan gelse de bağlanma bağlarının gelişmesi zaman alır. Bowlby'ye göre, bağlanma eğilimleri insanlarda dört aşamada

gelişir. Doğum ile iki-üç ay arasında gerçekleşen ilk aşamada, bebekler tek bir bağlanma figürü için güçlü tercihler sergilemeden çok çeşitli sosyal uyaranlara ve insanlara tepki verirler (Simpson ve Belsky, 2016). Süreç, başlangıçta bakım verenin kasıtlı eylemleri ve bebeğin refleksif davranışları (örneğin ağlama, emme, sarılma) ile sürdürülen fiziksel yakınlık ile başlar (Zeifman ve Hazan, 2016). İki-üç ay ile yaklaşık yedi ay arasındaki ikinci evrede, bebekler sosyal duyarlılıkta daha fazla ayırım sergilerler. Örneğin, bakım verenleri ve aile üyelerini yabancılardan ayırmaya, seçici olarak belirli kişileri tercih etmeye ve bağlanma davranışlarını belirli bağlanma figürlerine yönlendirmeye başlarlar (Simpson ve Belsky, 2016). Zamanla bebek, bakım vereni rahatlık ve sıkıntının hafifletilmesiyle (yani onu güvenli bir sığınak olarak görmeye) ilişkilendirmeyi öğrenir (Zeifman ve Hazan, 2016).

Yedi aylıktan kabaca üç yaşına kadar uzanan üçüncü evrede, çocuklar yakınlık aramada ve sosyal teması başlatmada daha aktif bir rol oynarlar (Simpson ve Belsky, 2016). Yaklaşık sekiz aylıkken bebek, ayrılıkları protesto etmeye ve keşif sırasında bakım vereni bir güvenli üs olarak kullanmaya başlar (Zeifman ve Hazan, 2016). Bu aşamada, kendisi ve diğer önemli kişiler hakkında içsel çalışma modelleri geliştirmeye başlarlar. Bu aynı zamanda, bağlanmanın üç temel işlevinin çocuğun davranışında ilk kez görüldüğü zamandır: Yakınlığı koruma, güvenli sığınak ve güvenli üs. Bu aşamadaki çocuklar bağlanma figürlerinden uzun süreli ayrılıklar yaşarlarsa, ayrılığa tepki vermenin üç aşamasını deneyimlerler: Protesto, umutsuzluk ve kopma (Simpson ve Belsky, 2016).

Üç yaş civarında başlayan dördüncü aşama; bağlanma figürleriyle amaca göre düzeltilmiş bir ortaklığa işaret eden davranışların başlangıcına işaret eder. Dil becerilerinin ve zihin kuramı yeteneklerinin daha da gelişmesi göz önüne alındığında, çocuklar dünyayı etkileşim partnerlerinin perspektifinden görmeye başlar. Bu durum, ortaklarının amaçlarını, planlarını ve isteklerini kendi karar verme süreçlerine dahil etmelerini sağlar. Bu süreç ortak plan ve faaliyetlerin müzakeresi ile sonuçlanır (Simpson ve Belsky, 2016).

Bağlanmanın tanımlayıcı özellikleri aynı anda değil, sırayla ortaya çıkar. Bağlanma oluşturma ve aktarma süreçleri, bağlanma özelliklerinin sıralı eklenmesini içerir (Hazan ve Zeifman, 1994). Araştırmalar, bağlanma sınıflandırmalarının bebeklik döneminde ve bebeklikten erken çocukluğa kadar nispeten sabit olduğunu göstermektedir. Stabilitate ile ilgili olarak Bowlby, bağlanma organizasyonunda zaman içinde sürekliliğe doğru bir eğilim olduğunu ve içsel çalışma modellerinin bebeklikten sonra revizyona nispeten dirençli olabileceğini öne sürer. Bununla birlikte, Bowlby, özellikle bir bireyin deneyimleri ile içsel çalışma modelleri arasındaki uyumsuzluk büyük hale geldiğinde, eski modeller artık kullanışlı



olmadığında, mevcut modelleri ayarlama ihtiyacına yol açan koşulların ortaya çıkabileceğini belirtir (McElhaney, Allen, Stephenson ve Hare, 2009).

Ergenlik, bağlanma ilişkilerinin belirgin şekilde değiştiği bir yaşam dönemidir. Ergen bağlanmasıyla ilgilenen pek çok çalışmada; bu dönemde bağlanmanın ergenin inançları, hisleri, yakın arkadaşlıkları çerçevesinde şekillendiğini ortaya koyar (Çam ve Keskin, 2007). Araştırmalar, ergenlikte ebeveyne bağlanmadan arkadaşına bağlanmaya geçişte erken dönemdeki bağlanma yaşantılarının bu süreci kolaylaştırdığını gösterir (Colin, 1996). Armsden ve Greenberg, ergen ebeveyne ve arkadaşına bağlanmasını üç boyuta odaklanarak incelemeyi önerirler: (1) Güven; ergenlerin, ebeveyn ve arkadaşlarının onların ihtiyaç ve isteklerini anladığı ve saygı duyduğuna dair inancı; (2) İletişim; ergenlerin ebeveynlerinin ve arkadaşlarının duygusal durumlarına duyarlı olduklarına ilişkin algıları ile ilgili ve onlarla katılımın ve sözlü iletişimin kapsamını ve kalitesini değerlendirmesi; (3) Yabancılaşma; ergenlerin ebeveynleri ve arkadaşlarıyla olan bağlanma ilişkilerinde yaşadıkları tecrit, öfke ve kopukluk duyguları (Gorrese ve Buggieri, 2012).

Ergenlik döneminde, bağlanma sisteminin aktivasyonu gerçek fiziksel güvenlikten ziyade “hissedilen güvenlik”e yöneliktir. Bu hissedilen güvenlik, çoğu zaman bağlanma figürünün gerçek fiziksel varlığı olmaksızın, çeşitli şekillerde elde edilebilir. Bu nedenle, fiziksel korumaya ve bakım verenlere yakınlığa verilen önem olgunluk arttıkça azalmaktadır. Bu azalma, kısmen daha büyük çocuklar ve ergenlerin bağlanma figürlerinin fiziksel varlığı olmadan hissedilen güveni sağlayabilmeleri ve kısmen de olgunluk düzeylerinin çevreleriyle kendi başlarına daha yetenekli bir şekilde etkileşime girmelerine izin vermesinden kaynaklanmaktadır (McElhaney ve diğerleri, 2009).

Ergenler, ebeveynleri ile fiziksel olarak zaman geçirme isteklerinde görece bir azalma gösterirken, aynı zamanda ebeveyn-ergen ilişkisinde duygusal olumsuzluk ve ayrılımda bir artış meydana gelir. Erken ergenlik döneminden başlayarak, gençler ebeveynleri yerine arkadaşlarıyla zaman geçirmeyi tercih etmeye başlarlar (McElhaney ve diğerleri, 2009). Benzer şekilde, ergenler ebeveynlerinden gelen duygusal desteğe olan ihtiyaçlarının azaldığını ve problemlerini çözmelerine yardımcı olmak için ebeveynlerine daha az bağımlı olduklarını ifade ederler (Steinberg ve Silverberg, 1986). Bu nedenle, gençler ebeveynlerinden daha özerk hale geldikçe, en azından bir şekilde ebeveynlerinden ayrılırlar. Arkadaşlık ve destek için arkadaşlarına ve romantik partnerlere giderek daha fazla yönelirler (McElhaney ve diğerleri, 2009).

Arkadaşların, romantik partnerlerin ve bakım verenlerin ergenlerin bağlanma hiyerarşilerindeki göreceli konumları yalnızca ergenin gelişim aşamasına değil, aynı zamanda

ergenin karşılaştığı belirli stres etkenine de bağlıdır. Acil olmayan stres durumlarında, destek için genellikle arkadaşlar ebeveynlere tercih edilir (Zeifman ve Hazan, 2008). Ergenliğin ortalarında, arkadaşlarla etkileşimler, yaşamlarının geri kalanında hizmet edecekleri işlevlerin birçoğunu üstlenmeye başlar - önemli yakınlık kaynakları, sosyal davranış hakkında geri bildirim, sosyal etki ve bilgi ve nihayetinde bağlanma ilişkileri ve yaşam boyu ortaklıklar. Orta ve geç ergenlik döneminde, ergenler duygusal destek için en iyi arkadaşlara veya romantik partnerlere ebeveynlerden daha sık güvendiklerini bildirirler (McElhaney ve diğerleri, 2009). Geç ergenlik döneminde bireyler, ebeveyn-çocuk ilişkilerinden arkadaş ilişkilerine bağlanma işlevlerini aktarmaya başlarlar ve böylece romantik partnerler bağlanma figürleri olarak hizmet etmeye başlar (Hazan ve Ziefman, 1999). Bu dönemdeki ergenlerin, romantik bir partneri birincil bağlanma figürü olarak tanımlaması genç ergenlere göre daha olasıdır (Rosenthal, 2007).

Güvenli bağlanmaya sahip ergenler, bir dizi sosyo-duygusal fayda elde ederler. En dikkate değer pozitif çağrışımlardan ikisi, benlik kavramı ve duygusal düzenlemeyle ilgilidir. Spesifik olarak, ebeveynlerine güvenli bir şekilde bağlanan ergenler daha yüksek düzeyde kimlik gelişimi sergileme eğilimindedir (Shumaker, Deutsch ve Brennkemeyer, 2009). Güvenli bağlanan ergenler, çatışma bağlamında duygularını düzenlemede daha başarılıdır (Kobak Cole, Ferenz-Gillies ve Fleming, 1993). Tipik olarak yeni deneyimlerin ve artan bakış açısı almanın bağlanma güvenliğine doğru bir itme ile sonuçlanacağı varsayılırken, ergenlik dönemindeki olumsuz deneyimlerin zaman içinde bağlanma güvenliğindeki düşümlere katkıda bulunması da mümkündür (Allen, McElhaney, Kuperminc ve Jodl, 2004).

Bağlanma güvenliğindeki olumsuz değişimler, dışsal stresörler (yoksulluk), anne-ergen ilişkisinde özerklik gelişimi etrafındaki çatışmalar ve ergenlerin depresif semptom düzeyleri tarafından yordandığıdır (Allen ve diğerleri, 2004.). Güvensiz bağlanma yaşayan bir ergen, ilişkileri güvenilmez ve dünyayı düşmanca bir yer olarak görür. Kişilerarası etkileşimler sırasında olumsuz tepki verme eğilimi vardır. Özünde, dünyayı düşmanca gören ergenlerin olumsuz ipuçlarına odaklanması ve dolayısıyla bunlara sapkın davranışlarla yanıt vermesi daha olasıdır. (Shumaker ve diğerleri, 2009). Sonuç olarak, güvensiz bağlanan ergenlerin, gelecekteki ilişkilerinde arkadaşlarından sosyal geri çekilme, aşırı pasiflik veya artan saldırgan davranış sergileme olasılıkları daha yüksektir (Rubin, Bukowski ve Parker, 1998).

**2.2.5. Ebeveyne Bağlanma:** Ergenlik, ebeveyne bağlanma için özellikle önemli bir dönemdir (Barsano, 2005). Bowlby'e göre, çocuklar olgunlaştıkça, ebeveynlere bağlanma hayatlarının önemli bir yönü olmaya devam eder (Ainsworth, 1989). Ergenler için, yetkin

müttefikler olarak ebeveynler, onlarla açık ve etkili bir şekilde iletişim kurabilir ve büyümeleri için destekleyici bir bağlam sağlayabilir (Liu ve Wang, 2021).

Ebeveynlerle ilişkiler değiştikçe ve arkadaşlarla ilişkiler önem kazandıkça, bağlanma kalıpları da değişebilir (Gorrese ve Ruggieri, 2012). Ergenlik döneminde ya daha az belirgin ya da alternatif olarak daha yoğun hale gelebilir. Bazı gençler ebeveynlerinden giderek uzaklaşır ve romantik partnerler ya da arkadaşlarıyla ilişkilerine daha fazla önem verir. Bazı, ergenler ise ebeveynlerine yoğun bir şekilde bağlı hale gelebilir, başkalarına bağlanmada ya beceriksiz ya da isteksiz olabilirler (Albert, 2003). Ancak, araştırmalar ebeveyne bağlanmanın arkadaşla bağlanmanın temeli olarak hizmet ettiğini göstermiştir (Liu ve Wang, 2021).

Ergenlik döneminde arkadaşlarla bağlar geliştikçe, ebeveynler çocuklarına değerleri ve bilgileri ileterek ve duygusal yardım sunarak vazgeçilmez destek sağlamaya devam ederler (Coleman ve Hendrey, 1999). Bu nedenle, bir yön duygusu veya özerklik geliştirmek için ebeveynlerin idealize edilmesi gereklidir. Ergenler hala ebeveynlerini önemli yaşam seçimleri, özellikle de aynı cinsiyetten ebeveynlerini ilgili referans noktaları olarak güçlü bir şekilde kullanırlar (Buist, Dekovic, Meeus ve van-Aken, 2002). Ebeveynlerle ilişkiler, ergenlik döneminde önemli bir destek ve öz saygı kaynağı olmaya devam eder. Özellikle üniversiteye girmek veya evden uzaklaşmak gibi geçişler sırasında önemlidir (Erwin, 1998). Ergenler ayrıca eğitim hedefleri ve mesleki seçimler dahil olmak üzere önemli yaşam kararları için ebeveynlerinden destek alma eğilimindedir (Sebald, 1989). Ebeveyne bağlanma ergenlerin duygusal sıkıntı içindeyken geri çekilebilecekleri koruyucu ve güvenli bir temel işlevi görür (Barsano, 2005). Yaşça daha büyük ergenlerin daha genç ergenlere kıyasla ebeveynleriyle ilişkilerinde daha fazla özerklik yaşadıkları gösterilmiş olsa da her iki grup da ebeveynlerle ilişkilerinde aynı düzeyde sıcaklık ve yakınlık yaşar (Maysel, Wiseman ve Hai, 1998).

Ebeveyne güvenli bağlanma ancak aile içindeki işbirliği ve etkileşimin yoğun olduğu aile çevresinde gelişmektedir. Ebeveyne güvenli bağlanma; ergene benliğini oluşturmasında ve geliştirmesinde, benlik saygısını artırmasında ve kimliğini yapılandırmasında destek verir (Çam ve Keskin, 2007). Ebeveyne güvenli bağlanan ergenler, ergen ve ebeveyn arasında anlaşmazlıklar ortaya çıktığında, sözlü tartışmanın aksine, genellikle ebeveyni ile daha etkili iletişim kurabilir ve problem çözme becerilerini daha fazla ortaya koyabilirler (Bretherton ve Munholland, 1999). Walker ve Greene (1986), ebeveyne bağlanmanın benlik saygısına olan etkisinin erken ergenlikten geç ergenliğe kadar değişmediğini bulmuşlardır (Walker ve Greene, 1986).

Ebeveyne güvensiz bağlanan ergenler aile içerisinde problemler yaşarlar. Çünkü güvensiz bağlanmanın nedeni çoğunlukla ebeveynlerin ergenin bireyselliğine engel olmaya yönelik eğilimleridir. Ergenler bu eğilimleri tehdit olarak görüp ebeveynleriyle çatışmaya girerler (Çam ve Keskin, 2007). Ergenin otonomisi ebeveyne bağlanmayı olumsuz etkiliyor gibi görünse de aksine ergenlik boyunca devam eden güvenli ilişkiler kurmaya yönelme şeklinde bağlanma ile ilişkilidir (Allen ve Land, 1999). Daha düşük kaliteli ebeveyn bağlılığına sahip ergenler, sosyal olarak daha az yetkin olma ve daha düşük düzeyde arkadaşlık kalitesi bildirme eğilimindedir (Liu ve Wang, 2021).

Araştırmalar, ergenlerin ebeveyne bağlanmalarında cinsiyet farklılıklarına ilişkin çelişkili bulgular ortaya koymuştur. Bazı araştırmalar, kadınların ebeveynlerine erkeklere göre daha güvenli bağlanma bildirme eğiliminde olduğunu bulmuştur. Bu bulguyla ilgili olarak, kadınların erkeklere kıyasla ebeveynlerine bağlanmalarında daha yüksek düzeyde bağlılık, doyum ve iletişim yaşadıkları da gösterilmiştir. Başka bir araştırma, daha az güvenli ebeveyn bağlanması bildiren ergenlerin erkek olma olasılığının daha yüksek olduğunu, daha güvenli ebeveyn bağlanması olan ergenlerin ise kadın olma olasılığının daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bu çalışmaların aksine, birkaç araştırma ya ergenlerin ebeveynleri ile algıladıkları bağlanma ilişkilerinde cinsiyet farklılıkları bulmayı başaramadı ya da alternatif olarak erkeklerin daha güvenli ebeveyn bağlanması olduğunu bildirdi. Birlikte ele alındığında, daha geçerli bağlanma değerlendirmeleri içeren ve bağlanma bağlarının hem erkek hem de kadın yönlerini örnekleyen araştırmalar, kadınların erkeklerden daha güvenli ebeveyn bağlanması bildirme eğiliminde olduğunu ortaya koymaktadır (Albert, 2003).

**2.2.6. Arkadaşa Bağlanma:** Ergenlikte bağlanma davranışları ve ilgileri ebeveynlerden çok arkadaşlara yönelmeye başlar (Arslan, 2008). Arkadaşa bağlanma işlevsel olarak ebeveyne bağlanmadan farklı bir davranış sistemi tarafından düzenlenir (Zeifman ve Hazan, 2016). Ergenlik dönemindeki arkadaşla bağlanma ilişkileri; güç ve kontrolden cinsiyet ve cinselliğe, ilişkilerde rahatlık sağlamak için artan karşılıklı kapasiteye kadar çeşitli yeni konuların ön plana çıkması nedeniyle çocukluktakinden önemli ölçüde farklıdır. Ergenlik döneminde arkadaş ilişkilerinin çok önemli hale geldiği göz önüne alındığında, ergenlere duygusal ve sosyal destek sağlayan arkadaşlarla bağlanma ilişkisi kurulur. Yakın arkadaşlar ana açıklama ve yakınlık kaynağı haline gelirler (Gorrese ve Ruggieri, 2012). Arkadaşlar özellikle yakın ve destekleyici olduklarında, bağlanma figürleri olabilirler (Albert, 2003).

Ergen-ebeveyn bağı gibi, arkadaş ilişkileri de ergenlere bir kabul duygusu ve duygusal yakınlık sağlayabilir (Seiffge-Krenke, 1995). Arkadaş ilişkilerinin güven veren ve destek sağlayan yönleri, bebeklik ve erken çocukluk döneminde ebeveyn tarafından yönlendirilen

güvenli sığınak davranışına işlevsel olarak benzer görünür (Zeifman ve Hazan, 2016). Aslında, güvenli bağlanmanın temel özelliklerinin çoğu, ergenlik öncesi ve ergenlik dönemine kadar ortaya çıkmaz (Barsano, 2005). Erken ve orta çocuklukta arkadaşlıklardan farklı olarak, ergen arkadaş ilişkileri, çatışmaları ele alma ve sorunları müzakere etme yeteneği gibi daha fazla karmaşıklıkla karakterize edilir. Ergen arkadaşlıkları, bireylere yakınlık ve kimlik oluşumu ile ilgili konuları tartışmak için bir temel sağlar. Bu bağlar aynı zamanda artan bir sadakat, karşılıklı anlayış ve yakınlık duygusuyla da karakterize edilir. Ergenler, kendilerini ifşa etmelerinin gizli tutulacağını ve kendilerine karşı kullanılmayacağını anlayarak, arkadaşlıklarını en içlerindeki duygu ve sırlarını tartışabilecekleri güvenli bir sığınak olarak görmeye başlarlar (Albert, 2003).

Orta ergenlik döneminde, gençler arkadaşlarıyla daha yakın ilişkiler geliştirirler ve rahatlık için onlara giderek daha fazla yönelirler (Buhrmester ve Furman, 1987). Bu dönemde yakın arkadaşlar, yakınlık ve kendini açmanın ana kaynağı haline gelirler. Hem duygusal hem de sosyal desteğin kilit sağlayıcılarıdır (Wilkinson, 2004). Bazen özellikle uzun süreli bir romantik ilişkiye dahil olmayan genç insanlar için birincil bağlanma figürü olarak hizmet ederler (Fraley ve Davis, 1997). Geç ergenlik döneminde ise arkadaşlar, duygusal destek kaynakları olarak ebeveynlere tercih edilmeye başlanır (Steinberg ve Silverberg, 1986).

Güvenilir, sevecen bir birey olarak içsel bir çalışma modeli geliştiren ergenlerin, arkadaşlarına güçlü, güvenilir ve samimi bağlanma geliştirmeleri daha olasıdır (Albert, 2003). Araştırmalar sürekli olarak arkadaşlarına güvenli bağlanan bireylerin arkadaş ilişkilerinde daha fazla sosyal destek, daha fazla yakınlık, sevgi, güvenilir ittifak, arkadaşlık, memnuniyet ve çatışma ve düşmanlık gibi daha az olumsuz etkileşim algıladıklarını gösterir (Laible, 2007). Arkadaşa güvenli bağlanma, olumlu benlik değeri ve benlik saygısı duyguları dahil olmak üzere sağlıklı psikolojik işleyişi destekler (Wentzel ve diğerleri, 2009). Arkadaşlarla yakın ilişkiler algılanan öz değer, yüksek düzeyde sempati, bakış açısı alma ve olumlu sosyal davranış, depresyon ve saldırganlık gibi duygusal ve davranışsal problemlerin riskinin azalması ile de ilişkilendirilir (Laible, Carlo ve Raffaelli, 2000). Genel olarak, destekleyici arkadaş ilişkileri; sağlıklı psikolojik uyumda, öz-değeri geliştirmede ve geç ergenlik döneminde depresyon ve strese karşı koruyucu araçsal bir rol oynar (Albert, 2003).

Ergenlikte arkadaşla güvenli bağlanma karşılıklı anlayış, güven ve iyi iletişim kalitesine dayanır. Buna karşılık, güvensiz içsel çalışma modellerine sahip ergenler, sosyal problemler geliştirme ve arkadaşları tarafından sevilme açısından daha büyük risk altındadır (Albert, 2003). Arkadaşa güvensiz bağlanma, arkadaş grubundan yabancılaşma ve

izolasyon hissi ile karakterizedir. Bu nedenle, arkadaşlarını ne destekleyici ne de güvenilir olarak algılayan ve genellikle arkadaş grubundan soyutlanmış hisseden ergenler, duygusal ve davranışsal zorluklar sergileme eğilimindedir (Shoeps ve diğerleri, 2020).

Araştırmalar, arkadaşla bağlanma miktarının hem erkek hem de kız ergenler için benzer olmasına rağmen, arkadaşla bağlanma kalitesinin kızlarda erkek ergenlere göre daha iyi olduğunu gösterir (Barsano, 2005). Kadınların erkeklere göre daha güvenli arkadaş bağlanmaları bildirme eğiliminde olduğu bulgusu için kapsamlı ve tutarlı bir destek vardır. Bu sonuç kalıbına dayanarak, Armsden ve Greenberg, araştırmacıların erkeklerde kadınlara karşı arkadaşla bağlanmayı incelemek için ayrı normlar kullanmasını önerir. Bu farkı açıklamak için gerekçeler sunar. Kadınların erkeklere göre daha güvenli arkadaş bağlanma bağları bildirme örüntüsü kültürel ve toplumsal normlara göre yorumlanır (Albert, 2003). Yani toplumsal kurallar, sağlıklı uyumu teşvik etmek için kadınları başkalarıyla önemli ilişkiler geliştirmeye ve sürdürmeye teşvik eder. Kadınlar, bağlanma ilişkileri aramak ve başkalarıyla bağlantı duygularını sürdürmek için sosyalleşebilir. Erkekler ise tam tersine, genellikle bağımsızlıklarını ve ayrı bir benlik duygusunu sürdürmeye teşvik edilirler (Allen ve Stoltenberg, 1995). Bu sosyalleşmenin bir sonucu olarak, kadınların arkadaşlarıyla olan yakın ilişkilerine erkeklere göre daha fazla değer vermeleri ve başkalarıyla olan duygusal bağlantılarını kimliklerine ve benlik algılarına dahil etmeleri muhtemeldir (Nada-Raja, McGee ve Stanton, 1992). Kadınların ve erkeklerin sosyalleşme biçimindeki bu farklılık, kadınların neden genellikle erkeklere göre daha güvenli arkadaşla bağlanma bildirdiklerini açıklamaya yardımcı olabilir (Albert, 2003).

**2.2.7. Bağlanma İle İlişkili Faktörler:** Bağlanma güvenliğini sağlayan hassas bakımın sağlanması, çocuğun duygusal ve davranışsal ipuçlarının doğru bir şekilde okunmasını, zamanında ve empatik bir şekilde yanıtlanmasını gerektirdiğinden bakım verenin psikolojik özelliklerinin çocuğun bağlanma güvenliği ile ilgili olmasını beklemek için teorik gerekçeler vardır (Fearon ve Belsky, 2016). Ebeveynin psikolojik sağlığı ve iyi oluşu, ebeveynlik ve evlilik/romantik partner ilişkilerinin kalitesi önemli faktörlerdir. Buna göre, iyi oluş ve evlilik kalitesi ne kadar yüksek olursa ebeveynlik o kadar hassas, duyarlı, teşvik edici ve daha az düşmanca olma eğilimindedir (Simpson ve Belsky, 2016).

Bebekler sıkıntıya yatkınlık açısından doğuştan farklılık gösterse de, mizaç sınıflandırmaları bağlanma sınıflandırmalarını ön görmezken, bakım verenin duyarlılığını tahmin eder (Vaughn, Lefever, Seifer ve Barglow, 1989). Bununla birlikte, asabi mizaçları olan bebekleri yatıştırmak daha zordur ve ortalama bakım veren duyarlılığından daha

fazlasına ihtiyaç duyarlar. Sonuç olarak, bu tür bebekler güvensiz bağlanma geliştirme riski altındadır (van den Boom, 1995).

Genetik, bağlanma modellerinde varyasyonların oluşmasında sadece küçük bir rol oynar. Davranış genetiği çalışmaları çoğu ikiz ve evlat edinme çalışmasında çevrenin; genç yaşta bağlanma güvenliği ve bağlanma ilişkisinin düzensizliğinin varyansını açıklamada büyük rolünü belgeler (Bakermans-Kranenburg ve Van Ijzeendorn, 2016). Bebeklik ve çocukluk dönemindeki bağlanma süreçleri üzerine yapılan araştırmalar, yoksulluk, sosyoekonomik durum ve ırk/etnik azınlık statüsü ve ekonomik risk faktörleri arasında açık bağlantılar olduğunu göstermektedir. Araştırmacılar, bu tür faktörlerin, ebeveyn duyarlılığı ve çocuğa kötü muamele dahil olmak üzere diğer ilişkili değişken sınıfları aracılığıyla bağlanma ilişkilerini etkilediğini öne sürmüşlerdir. Benzer şekilde, ergenlik döneminde, hem ırk/etnik azınlık statüsü hem de sosyo-ekonomik durum, bağlanmanın güvensizliğine karşı güvenlikle ilişkilendirilmiştir. Tüm sosyoekonomik ve irksal gruplarda, bağlanma güvenliği olumlu sonuçlarla ilişkilidir (McElhaney ve diğerleri, 2009).

Gelişim psikolojisinde cinsiyet farklılıklarını test etmek yaygındır ve bağlanma araştırmacıları da bu geleneği izlemiştir. Ancak kelimenin tam anlamıyla yüzlerce çalışma, bağlanma sınıflandırmalarında veya öncüllerinde cinsiyet farkı olmadığını bildirdikten sonra, cinsiyetin bağlanmayla alakasız olduğu yaygın olarak kabul edilmiştir. Ancak, sonraki çalışmalar aksini önerir. Daha geniş alanda bağlanma araştırmacıları çok düşük sosyoekonomik statü, üvey babanın varlığı, tam gün gündüz bakımı ve kötü muamele gibi faktörlerin, erkek çocuklarda güvensiz bağlanma olasılığını arttırdığını ortaya koymuştur. Buna ek olarak, uzun süreli izleme çalışmalarının sonuçları, erkeklerin daha saldırgan ve kadınların daha bağımlı olması gibi, güvensiz bağlanmanın davranışsal sekellerinin de farklılaştığını göstermiştir. Başka bir çalışmanın sonuçları da cinsiyet rolleri ile bağlanma arasında bir etkileşim olduğunu ortaya koymuştur (Peterson ve Seligman, 2004).

Bağlanmadaki kültürel farklılıkların olasılığı, gelişimciler tarafından kapsamlı bir şekilde araştırılmıştır. “Yabancı Ortam” paradigmasının tanıtılmasından kısa bir süre sonra, onun kültürler arası geçerliliği hakkında sorular ortaya çıktı. Altı ülkede (Almanya, İsrail, Japonya, Hollanda, İsveç ve Amerika Birleşik Devletleri) Yabancı Ortam çalışmalarından elde edilen verilerin meta-analizleri yapıldı. Bu analizlerin sonucunda güvenli bağlanmanın, genel olarak kalıcı bir model olduğu ortaya konuldu (Peterson ve Seligman, 2004). Güvenli bağlanma, kültürler arasında yaygın bir örüntü olmasına rağmen, güvensiz bağlanma örüntülerinin dağılımında kültürler arası farklılıklar olduğuna dair raporlar bulunmaktadır. Spesifik olarak, kararsızlık İsrail ve Japonya’da kaçınmadan daha yaygındır. Almanya ve

Hollanda'da bunun tersi gözlemlenmektedir. Bu tür farklılıklar, ebeveynlik uygulamalarındaki ilgili varyasyonlara karşılık geliyor gibi görünmektedir. Spesifik olarak, daha uzak bakım vermenin norm olduğu kültürlerde, güvensiz bağlanmanın kaçınma biçimini alması daha olasıdır; daha yakın bakım vermenin norm olduğu yerlerde, güvensizlik daha yaygın olarak kararsız tiptedir (Colin, 1996).

**2.2.8. Bağlanmanın Fonksiyonları:** Güvenli bağlanan ergenler, kalıcı, tatmin edici, güven ve yakınlık ile karakterize edilen sosyal bağlar kurma konusunda daha yeteneklidirler. Bu becerilerin her ikisi de daha iyi psikolojik uyum ve fiziksel sağlığı öngörür (Peterson ve Seligman, 2004). Güvenli bağlanmaya sahip ergenler; benlik değerlendirmeleri, psikolojik belirtiler, problem davranışlar ve akademik başarı açısından en avantajlı gruptur. Yapılan bir çalışmada güvenli bağlanan ergenlerin, güvensiz bağlananlara göre daha az saldırgan, kaygılı ve daha fazla psikolojik sağlamlığa sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca güvenli bağlanan ergenlerin, ailelerinden daha fazla destek aldıkları ortaya konmuştur (Arslan, 2008).

Güvenli bağlanma, keşfetme ve kimlik gelişimini destekler. Güvenli bağlanmaya sahip olan bireylerin sosyal becerileri iyi düzeydedir (Arslan, 2008). Güvenli içsel çalışma modellerinin, başkalarıyla ilişkilere ilişkin olumlu beklentiler sağlaması beklenir ve ayrıca bu ilişkilerdeki duygulanım ve davranışlara rehberlik etmesi istenir. Ergenlikte güvenli bağlanma, genel arkadaşlık kalitesi, popülerlik ve sosyal kabul gibi daha geniş sosyal yeterlilik ölçüleriyle ve ayrıca arkadaşlarla yakın arkadaşlıklar içinde işlev görmeye bağlantılıdır (McElhaney ve diğerleri, 2009).

Hem öz değerlendirmeye, hem görüşmeye hem de gözleme dayalı araştırmalar, güvenli bağlanan gençlerin arkadaşlarıyla yüksek düzeyde olumlu sosyal ilişkiler sürdürme davranışlarının yanı sıra düşük düzeyde olumsuzluk sergilediklerini ortaya koyar (McElhaney ve diğerleri, 2009). Sınır bozucu bir ortak problem çözme görevi üzerinde çalışması istendiğinde; güvenli bağlanan gençler, arkadaşlarını görmezden gelmek veya önerilerini tartışmadan reddetmek gibi daha az yıkıcı davranışlarda bulunur (Zimmermann, Maier, Winter ve Grossmann, 2001). Güvenli bağlanan ergenler ayrıca arkadaşlarının yanında olmayı istemek (yakınlık arayışı), rahatlık ve destek için onlara dönebilmek (güvenli sığınak) dahil bağlanma işlevlerini yerine getirmek için arkadaşlarına daha fazla güvenebilirler (McElhaney ve diğerleri, 2009).

Hem bağlanma açısından güvenli zihin durumu hem de bağlanmanın kendi kendine bildirilen güvenliği, daha net, daha doğru ve daha uygun duygusal ifadeler; duygusal değerlendirmeler ve davranışlarda daha fazla esnekliğin yanı sıra duyguları ifade etme istekliliğinin artmasıyla bağlantılıdır. Bağlanma güvenliğinin, hem olumlu hem de olumsuz



duyguları özgürce algılama ve deneyimlemenin yanı sıra açıkça ifade etme ve iletişim kurma yeteneği ile ilişkili olduğu düşünülür. Geç ergenlikte, güvenli ruh halleri, romantik bir partnerle sonraki etkileşimlerin kalitesiyle de bağlantılıdır. Bu tür etkileşimler, fikirleri ifade etme istekliliği, çatışmayı çözme yeteneği ve diğer kişide karşılıklı ilgi ve zevk ile karakterizedir. Son araştırmalar, güvenli bağlanan bireylerin ilişki stres etkenleriyle başa çıkarken daha uyumlu stratejiler kullandıklarını öne sürmektedir (McElhaney ve diğerleri, 2009).

Güvenli bağlanan gençler zaman içinde hem aktif hem de içsel başa çıkma stratejilerinde büyük gelişimsel kazanımlar gösterir. Bağlanma ile ilgili güvenli zihin durumları, stresli sosyal durumlara değerlendirme ve tepkiler üretmede daha fazla esneklikle de ilişkilidir. Güvenli bağlanan gençler, kendilerini daha iyi algılayabilir, etiketleyebilir ve ifade edebilirler. Aynı zamanda zor duygusal deneyimleri yönetmede daha uzadırlar. Genellikle başkalarından destek aramayı içeren aktif başa çıkma stratejilerine girme eğilimindedirler (McElhaney ve diğerleri, 2009). Birçok araştırma, daha güvenli bağlanan kişilerin stresli olayları daha iyimser değerlendirdiğini, başkaları hakkında daha olumlu görüşlere sahip olduğunu ve daha yüksek benlik saygısına sahip olduğunu göstermiştir (Mikulincer ve Shaver, 2009).

Yayımlanmış ebeveyn ve arkadaşla bağlanma çalışmaları, ergenlerin hem ebeveynlerine hem de arkadaşlarına güvenli bağlanmalarının daha yüksek benlik saygısı, daha fazla yaşam doyumu, daha iyi uyum, daha az psikolojik sıkıntı ve daha fazla algılanan sosyal destek ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca ebeveyne ve arkadaşla güvenli bağlanma, ergenlerin sıkıntı ve aşırı uyarılabilirlik duygularını azaltır (Barsano, 2005). Ayrıca, ebeveynleriyle güvenli bağlanma ilişkisi geliştiren ergenlerin sosyal becerilerinin daha iyi, genel yaşam doyumu ve benlik saygısı düzeyleri ise daha yüksektir (Rice, 1990).

Güvenli bağlanmaya sahip olma durumunun bireyin yardım etme davranışlarında etkili olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmaların sonuçları; güvensiz bağlanmanın bireylerin, başkalarının sorunlarına empatiyle cevap verme ve onlara gerekli özeni gösterme eğilimlerini etkilediğini ortaya koymuştur. Ayrıca güvenli bağlanmaya sahip bireylerin başkalarına yardım etme ve destek sağlama becerilerine sahip olduklarını çünkü bağlanma figürlerinden benzer davranışları gözlemlediklerini ileri sürmüştür (Mubarique, 2016). Nezaketin duygusal boyutunu içeren empati ve davranışsal boyutunu içeren prososyal eylemlerle bağlanmanın ilişkili olduğunu gösteren bu çalışmalar bağlanma ile nezaketin de ilişkili olduğu düşüncesini akıllara getirmektedir. Bu kapsamda bağlanma kavramıyla

ilişkinini daha iyi anlamak için nezaket kavramı ile ilgili literatürdeki bilgiler aşağıda sunulmuştur.

## 2. 3. Nezaket

**2.3.1. Bir Karakter Gücü Olarak Nezaket:** Karakter güçleri; pozitif psikoloji akımının ve otantik mutluluğun ortaya çıkışının bel kemiğidir (Seligman 2002). Karakter güçleri, ahlaki açıdan arzu edilen özelliklerdir. Bunlar erdemlerle aynı hizada ancak aynı zamanda onlardan biraz farklıdır (Rashid ve diğerleri, 2013). Erdemler ahlak filozofları ve din düşünürleri tarafından değer verilen temel özellikler olarak kabul edilir. Karakter güçleri; erdemlerden birini veya diğerini sergilemek için bireylerin kullandıkları çeşitli yollardır (Peterson ve Seligman, 2004).

Karakter güçlerini belirlemek için yurt dışında yapılan çalışmalar sonucunda birçok farklı sınıflandırma ortaya çıktı. Bunlardan en bilineni VIA Karakter Güçleri ve Erdemler Sınıflandırılmasıdır. (Niemiec, 2012). Peterson ve Seligman (2004), VIA Karakter Güçleri ve Erdemler Sınıflandırmasında iyi karakterin tek bir yapıdan ziyade onu oluşturan bileşenlerin bir profiliyle daha iyi anlaşılabilirliği fikrinden yola çıktılar. İyi karakterin çok boyutluluğunu belirtmek için her bir bileşenine karakter güçleri adını verdiler (Park ve Peterson, 2009). Erdemleri tanımlayan bileşenlere karşılık gelebilecek karakter güçlerini belirlemek için on iki ölçüt tanımladılar: Evrensellik, tamamlayıcılık, ahlaki açıdan değerlilik, başkalarını küçültmez, uygun bir zıttının olmaması, kişisel özelliklere benzerlik, ölçülebilirlik, ayırt edicilik, kusursuz örnekler, dehaler, seçici yokluk, kurumlar (Park ve Peterson, 2008).

Park ve Peterson (2003) bu ölçütleri literatür araştırması ve bilimsel tartışmalar sonucunda belirlemiş oldukları aday karakter güçlerine uyguladıklarında altı erdem altında düzenlenmiş yirmi dört karakter gücünü belirlediler:

1. Cesaret erdemi: (1) Dürüstlük, (2) Cesur Olma, (3) Sebatkârlık, (4) Yaşam Coşkusu
2. Adil Olma erdemi: (5) Hakkaniyet, (6) Liderlik, (7) Sorumluluk
3. İnsaniyet erdemi: (8) Nezaket, (9) Sevme ve Sevilme, (10) Sosyal Zekâ
4. Ölçülülük erdemi: (11) Affetme, (12) Alçakgönüllülük, (13) Tedbirlilik, (14) Özdenetim
5. Aşkınlık erdemi: (15) Estetik ve Mükemmelliğin Takdiri, (16) Minnettarlık, (17) Umut, (18) Mizah, (19) Maneviyat
6. Bilgelik erdemi: (20) Özgünlük, (21) Merak, (22) Açık-fikirlilik, (23) Öğrenmeye Açık Oluş, (24) Çok Yönlü Bakış Açısı (Park ve Peterson 2003).

Bu çalışmada ele alınan nezaket karakter gücü insaniyet erdemi altında yer almaktadır. VIA Karakter Güçleri ve Erdemler Sınıflandırmasındaki altı ana erdemden biri olan insaniyet; arkadaş edinme gibi insan ilişkileri kurma ve sürdürmeyle ilgili olmayı içeren kişiler arası karakter güçlerini içerir. İnsaniyet güçleri olarak da isimlendirilen insaniyet erdemi içinde yer alan karakter güçleri; topluluk içindeki bağların oluşmasına ve güçlenmesine önemli düzeyde katkı sağlar (McGovern, 2012). Adalet erdemi altındaki karakter güçleriyle birbirine karıştırılan bu karakter güçleri daha çok kişiler arası ve bire-bir ilişkilerde ortaya çıkmaları nedeniyle onlardan ayrılır (Peterson ve Seligman, 2004).

İnsaniyet erdemi altında yer alan sevgi, nezaket ve sosyal zeka karakter güçleri tipik olarak hayatın sosyal yönüyle yüksek düzeyde ilişkilidir. Bu karakter güçleri insan ilişkilerinin gelişmesine katkı sağlamalarının yanında bireyi daha insancıl bir hale getirirler (Mo, 2019). İnsaniyet güçleri; kişiler arası ilişkilerde ideal sonuçların elde edilmesinde pay sahibidir. (Shoshani ve Slone, 2013). Bu karakter güçleri ayrıca akran kabulünde de etkilidirler (Wagner, Gander, Proyer ve Ruch, 2019).

VIA Karakter Güçleri ve Erdemler Sınıflandırmasına göre nezaket; diğer insanlara karşı nazik olma, şefkatli olma ve onların iyi oluşuyla ilgilenme, onlar için iyilik yapma, iyi işler yapma ve onlarla ilgilenme yönündeki yaygın eğilimi ifade eder. Karakter güçleri bakış açısı nezaketi insaniyet erdemini düşünceler, duygular ve davranışlarla ortaya çıkaran bir kavram olarak betimler. Nezaket karakter gücüne sahip bireyler üç özgeci özelliği kişiliklerinde barındırırlar: Empati/Sempati, Ahlaki Akıl Yürütme ve Sosyal Sorumluluk. Ayrıca bu karakter gücüne sahip kişiler aşağıdaki görüşleri benimserler:

- Diğerleri de benim kadar önemli.
- Bütün insanlar eşit değerdedir.
- Sıcak ve cömert davranmak, başkalarına güven ve neşe getirir.
- Vermek almaktan daha önemlidir.
- Sevgi ve nezaketle başkalarına iyilik yapmak, yaşamının en iyi yoludur.
- Minnettar olanların yanında olmayanlarla da ilgilenirim.
- Evrenin merkezi değilim, ortak bir insanlığın parçasıyım.
- Acı çeken insanların şefkate ihtiyacı vardır.
- İhtiyacı olan insanlara ilgi göstermek gerekir.
- Sadece aile ve arkadaşlara değil, herkese yardım etmek önemlidir (Peterson ve Seligman, 2004).

Nezaket, sağlıklı bir insan yaşamı için hayati önem taşıyan sosyal ilişkiler kurmanın ve sürdürmenin ayrılmaz bir parçasıdır (Binfet ve Passmore, 2019). Başkalarına fayda

sağlayan, dışarıdan verilen ödül veya cezalar tarafından motive edilmeyen herhangi bir gönüllü eylemdir (Eisenberg, 1986). Başkaları için olduğu kadar bireyin kendi için de belirli bir duyarlılığı yansıtır. Hem başkaları hem de benlik için derin bir endişe ve şefkat içerir. Bu nedenle insan onurunun takdirini yansıtır. İnsan yaşamının değerliliğini ve kusurluluğun güzelliğini anlamanın yanı sıra, diğerlerine ve onların haysiyetine karşı saygı duymayı da içerir. Nezaketin içerdiği empatik duruş kişinin; başkalarının duygusal durumlarının, kendi içsel durumunun ve benliği ile diğerleri arasındaki ilişkinin farkında olmasını gerektirir. Nazik olmak, bireyin kendisinin ve başkalarının büyümesine, dönüşmesine yardım etmesi demektir. Bu sevecen tutum; duygular, düşünceler ve eylemler yoluyla ifade edilebilir. Bu nedenle, nezaket çok yönlüdür ve insan yaşamı boyunca gelişir (Malti, 2020).

Nezaket duygu ve niyette olumlu bir benlik iddiasını ifade eder. Birey şefkat duygusu vasıtasıyla yardımsever ve özenli bir şekilde hareket ettiğinde, bu davranış bir nezaket eylemi haline gelir. Nezaket olumlu ilişkileri teşvik eden bir aktivite olarak da tanımlanabilir. Bazen bir kişinin diğerine fayda sağladığı gerçeğinden çıkarılan bir motivasyondur (Binfet, 2015). Başka bir tanıma göre ise; nezaket, bireyleri insanlığın bütünlüğüne, her zaman iyi şeyler yapmayı düşünmeye, insanların iyi olmak için yetiştirilebileceğine inanmaya sevk eden genel bir kişilik türüdür (Bich, Oanh, Huong ve Binh, 2018). Tek bir operasyonel tanımı olmamasına rağmen, tüm tanımlar ortak bir temayı yansıtır: Nezaket hem prososyal eylemleri hem de başkaları odaklı motivasyonu içerir (Knafo ve Israel, 2012).

Nezaketin sınırları yoktur; hem fiziksel hem de kavramsal olarak sınırları aşar. Somut değildir fakat başkalarına karşı vicdanlı davranma ve iyi işler yapma ile kendini gösterir (Bich ve diğerleri, 2018). Bir başkasına karşı nazik olmanın ne demek olduğunu kişi deneyimlediğinde, hem kendisiyle diğeri arasındaki benzerlikleri hem de takdir edebileceği benzersizliği anlamaya başlar. Bu, diğerini kendisinin bir parçası olarak hissetmeyi ifade eder. Bu nedenle benlikle ilişkilidir. Aynı zamanda diğerinin bireyselliğini ve özerkliğini de kabul etmeyi gerektirir (Malti, 2020).

Peterson ve Seligman'a göre (2004) nezaket karakter gücü iki farklı şekilde ortaya çıkar. İlki yabancılar için yapılan küçük eylemlerdir (örneğin, bebeği olan bir anne için otobüste yer vermek; koridorda yanından geçilen birine gülümsemek vb.). İkincisi ise aile üyelerine ve arkadaşlara anlamı büyük hediyeler sunmaktır (kemik iliği veya organ bağışlamak, afet mağdurlarına evini açmak vb.) (Peterson ve Seligman, 2004).

Baldwin ve Baldwin (1970) nezaket olarak değerlendirilebilecek davranışlar için bir takım kriterler belirlemiştir. Bu kapsamda oluşturdukları on ölçüt diğer prososyal davranışlar

arasından nazik davranışın belirlenmesinde fayda sağlar: Niyet, seçim, itaat, özveri, zorunluluk veya yükümlülük, alış-veriş/ karlılık, rüşvet, yapılan iyiliğin önemi, faydaların eşitlenmesi, yapılan iyiliğe karşılık (Kılıç, 2020).

Peterson ve Seligman (2004), erdemleri tanımlayan bileşenlere karşılık gelebilecek karakter güçlerini belirlemek için seçilen ölçütlere göre nezaket kavramını incelemiştir:

**1. Evrensellik:** Nezaket hem Batı hem de Doğu felsefi gelenekleri için bir erdem ve övgüye değer bir kavram olarak ele alınmıştır (Malti, 2020). Doğu ve Batı'da nezaket anlayışı farklılık gösterse de son zamanlarda dünyanın iki tarafı bu konuda insan doğasında iyi şeyler yapmak olarak tanımlanabileceği ve eğitilebilir olduğu görüşünde birleşme eğilimi göstermektedir (Bich ve diğerleri, 2018).

**2. Tamamlayıcılık:** Bu karakter gücü, derinden tatmin edicidir. Birinin çocuklarıyla veya genç meslektaşlarla ilgilenmek, bireyin kendini tam ve memnun hissetmesini sağlar (Peterson ve Seligman, 2004). Ayrıca nezaketin iç huzura ve sağlığa katkıda bulunabileceğine dair kanıtlar vardır (Post ve Neimark, 2007).

**3. Ahlaki Açıdan Değerlilik:** Nezaket ahlaki olarak değerlidir. Gençlerle iyi bir insanın özellikleri hakkında yapılan bir röportajda, genellikle gelen örnekler nezaket ve cömertlik ile ilgili olmuştur (Peterson ve Seligman, 2004).

**4. Başkalarını Küçültmeye Çalışmaz:** Nazik bireyler, eylemleriyle başkalarını küçültmezler. Aksine başkalarına prososyal eylemlerde bulunmaları için ilham verebilirler (Dosssett, 2011) .

**5. Uygun Bir Zıttının Olmaması:** Nezaketin zıt anlamlısı olarak tercih edilen terimler bencillik, cimrilik ve kötü ruhluluktur. Biri cimri, bencil veya küçük hesaplar peşinde koşan biri olarak tanımlandığında, cömertlik, ilgi ve şefkat eylemlerinden kaçındığı kastedilir. Bu nedenle nezaketin uygun bir zıttı yoktur (Peterson ve Seligman, 2004).

**6. Kişisel Özelliklere Benzerlik:** Nezaket kişilik özelliklerine benzer. Sosyal psikologlar özgeci eylemler üzerindeki durumsal etkileri kapsamlı bir şekilde incelemiş olsalar da özgeciliği bir kişilik özelliği olarak da eşit derecede araştırmışlardır. İnsanlar bir özgecilik boyutu boyunca düzenlenebilirler ve yerleşimleri çeşitli alanlardaki davranışlarıyla bağlantılıdır (Peterson ve Seligman, 2004).

**7. Ölçülebilirlik:** Bir özellik olarak nezaket, fedakarlık ve prososyal davranış ölçütlerinin çoğu, öz bildirimle dayanmaktadır. Bir kişinin kendi özgeci eğilimlerine ilişkin öz bildirimlerinin, çoğu sosyal ortamda cömert, yardımsever ve verici olarak görülmenin bariz sosyal arzu edilirliliği nedeniyle bozulmaya eğilimli olabilir. Bu nedenle bu tür öz bildirimlerin, bilgi veren raporlar veya gerçek özgeci davranış gözlemleri gibi diğer ölçme

yöntemleriyle ne ölçüde desteklendiğini düşünmek gerekir. Nezaket ile ilgili yeterli geçerlik ve güvenilirlik puanlarına sahip, farklı dillere çevrilmiş ölçme araçlarından bazıları şunlardır: Costa ve McCrae'nin (1992) NEO-PI-R ölçeğinin Özgeci Yön alt ölçeği; Rushton ve diğerlerinin (1981) Özgeci Öz Bildirim Ölçeği (Peterson ve Seligman, 2004).

**8. Ayırt Edicilik:** Nezaket, bazı niteliklere ihtiyaç duysa da diğer karakter güçlerine bölünememesinin bazı nedenleri vardır: İlk olarak; nezaket, sevgi ile köken benzerliğine sahiptir. Özgeci sevgi, sürekli cömertlik ve şefkatle eş anlamlı olarak kullanılır. İkinci neden, sosyal zeka, adalet ve sorumluluk gibi karakter güçleri, ne gerekli ne de yeterli olmasalar da nezakete katkıda bulunabilirler (Peterson ve Seligman, 2004).

**9. Kusursuz Örnekler:** Nezaketin kusursuz örneklerini belirlemek kolaydır. Çok sayıda yardım kuruluşunun kurulmasına destek olan birçok isim kusursuz örnekler olarak sunulabilir (Peterson ve Seligman, 2004).

**10. Dehalar:** Nezaket dâhilerini tanımlamak da kolaydır. Hepimizin elinde başkaları için küçük ama dokunaklı iyilikler yapan, oyuncaklarını daha az şanslı çocuklara veren, sosyal yardım kuruluşları için bağış toplayan, başıboş kedi ve köpeklerle uğraşan ya da evden çıkamayan komşuları için alış-veriş yapan, erken gelişmiş cömert çocuklara dair örnekler vardır (Peterson ve Seligman, 2004).

**11. Seçici Yokluk:** Tıpkı kusursuz örnekleri ve dehaları belirlemek gibi nezaketin olmadığı durum ve kişileri belirlemek de zor değildir. Çıkılan beş yıldızlı tatilin çok pahalı olduğunu her fırsatta belirten arkadaşlar, uygun olmayan yorumlarla her fırsatta fikirlerini beyan eden akrabalar bunlardan birkaçıdır (Peterson ve Seligman, 2004).

**12. Kurumlar:** Nezaket geliştirmeye yönelik toplumsal ritüeller temelinde; çocuklara ev işlerinde görevler vermek, oyuncakları ve kullanılmayan eşyaları paylaşmak, evde pişen yemekleri yaşlı ve hasta komşularla paylaşmak gibi ebeveyn öğütlerini içerir. Okullarda eğitsel kol faaliyetleri ve lisans eğitimindeki topluma hizmet dersinin birçok amacı vardır, ancak nezaketi artırmak en önemlilerinden biridir (Peterson ve Seligman, 2004).

Bütün bu kriterlerden hiç birinde nezaket kavramı dışlanmamıştır. Bu nedenle bir karakter gücü olarak nezaket sınıflandırma içinde yerini almıştır (Peterson ve Seligman, 2004).

**2.3.2. Nezaketin Bileşenleri:** Nezaketin üç temel bileşeni vardır: 1) nazik duygular, 2) nazik düşünceler ve 3) nazik davranışlar. Bu bileşenlerin her biri başkalarına veya bireyin kendisine yönelik olabilir. Bu üç bileşen, nezaketin nihai ifadesi olan şefkat ve yardımseverlik deneyimini ifade eder ve buna yol açar. Nazik duygular ve nazik düşünceler, hem doğrudan hem de şefkat yoluyla dolaylı olarak davranışsal düzeyde bir nezaket ifadesini meydana

getirir. Bu üç bileşenden her biri günlük yaşam aktivitelerine ne kadar çok entegre olursa, nezaket bireyin hem kendisi hem de başkaları için daha fazla dönüştürücü güce sahip olacaktır (Malti, 2020).

Nazik duygular; ya diğer yönelimli sempati, empati ve saygı duygularını ya da kişinin idealleri ve etik ilkeleri doğrultusunda hareket ettikten sonra gurur duyma ya da yanlış yapmaktan etik suçluluk hissetme gibi içsel yönelimli duyguları ifade eder. Empati bir başkasıyla benzer veya aynı duyguyu deneyimlemeyi içerir (Malti, 2020). Sempati, diğeri için endişe duygularını ifade eder, ancak diğeriyle aynı veya benzer bir duyguyu deneyimlemeyi gerektirmez. Hem empati hem de sempati, yaşanan duygunun bireyin kendisiyle değil diğeriyle ilgili olduğu anlayışını içerir (Hoffman, 2000). Değer biçme-saygı, iyiliklerine dayalı olarak başkalarına karşı bir duygu olarak kavramsallaştırılır. Saygınlık, tipik olarak doğası gereği etik olan bir kişinin karakterinin niteliklerinin olumlu bir şekilde tanınması anlamına gelir. Bu tür bir saygı, en çok günlük yaşamda, birinden saygıyı hak eden biri olarak bahsedildiğinde anılır. Bireyin kendisi için de uygulanabilir. Örneğin bir çocuk nazik davranışlarda bulunduğunu fark ettiğinde, bu benlik saygısı duygularını ortaya çıkarabilir (Malti, 2020).

Sıklıkla incelenen bir diğer nazik duygu, kişinin kendi yanlış davranışından duyduğu üzüntüdür. Bu tür üzüntü, bireyin kendi suçları ve/veya önemseydiği etik normları ihlalini takiben gelişir. Bu bağlamlarda, bir çocuk etik standartları ihlal ettiğine inandığında veya bunu fark ettiğinde ve bu suçun sorumluluğunu üstlendiğinde üzüntü ortaya çıkar. Yanlış bir şey yapma konusundaki bu tür üzüntü duyguları, kişinin kendi eylemlerinin başkalarını incitmiş olabileceğinin farkına varmasının bir sonucu olarak gelişir. Bu nedenle, şefkat veya nezaketin yol gösterici ilkesine ilişkin içselleştirilmiş bir anlayışı ve bunlara uyumu yansıtır (Malti, 2020).

Nazik düşünceler bireyin başkalarının bakış açılarını ve görüşlerini kendi bakış açısına entegre etme ve anlama konusunda yaşadığı aktif bir süreci yansıtır. Ayrıca, benliğin her bakış açısının göreliliğini kavraması ve çeşitli bakış açılarını sentezlemesi için gerekli olan öz-yansıtıcı bir bileşen içerir. Bu sayede bireylerin düşünce çeşitliliğinde ve yeni deneyimlere açık olma düzeylerinde artış meydana gelir (Malti, 2020). Nazik düşüncelerin bireyin kendine yönelik olanlarının başında öz-yansıtma gelmektedir. Öz-yansıtma, kişinin kendi duyguları, arzuları ve davranışları da dahil olmak üzere kendini gözleme ve düşünme yeteneğidir. Gelişimi büyük ölçüde çocukların artan öz farkındalığına dayanmaktadır (Hoffman, 2000). Bu içebakış kapasitesi, kişisel gelişim ve benlik ile diğerleri arasındaki aynılığın artan bir şekilde anlaşılması için gereklidir (Malti, 2020).

Nazik düşünce türlerinin başında gelen perspektif alma, bir duruma kişinin olağan bakış açısından farklı bir bakış açısından bakmasıdır. Bu tür sosyal-bilişsel kapasiteler, nezaketin doğrudan bir ifadesi değildir. Ancak nazik duyguların, güdülerin ve davranışların oluşumu ve gelişiminin altında yatarlar ve bunlarla iç içedirler (Malti, 2016). Perspektif alma sayesinde, bireyin kendi eylemleri ve bunların çevresini nasıl etkilediğinin yanı sıra başkalarıyla ve onların iyi oluşuyla nasıl ilişki kurduğuna dair farkındalığı genişler. Ayrıca benliğin ve diğerlerinin içsel durumlarının nasıl benzer olduğunun giderek daha fazla farkına varır (Hoffman, 2000).

Nezaketin üçüncü bileşeni olan davranış boyutu ile ilgili araştırmalara bakıldığında gelişim araştırmalarının büyük çoğunluğunun, diğerlerine yönelik prososyal eylem eğilimlerine odaklandığı göze çarpar. Bu nedenle nazik eylemler çoğunlukla başkaları odaklı davranışlarla tanımlanır. Bu davranışlar, basit prososyal davranışları (başka birine yardım etmek, işbirliği yapmak veya rahatlatmak gibi) veya daha karmaşık ve genellikle daha maliyetli prososyal davranışları (ayrımcılığa maruz kalan insanları paylaşmak veya onları dahil etmek gibi) içerebilir (Malti, 2020).

Kendine yönelik nazik eylemler ise, bireyin kendisine özen gösteren davranışlar sergilemesi gibi kendisine yardımcı olan davranışları tanımlar (Malti, 2020). Bireyin kendine yönelik prososyal davranışları, kişinin kendi sınırlamalarına veya yetersizlik duygularına karşı belirli bir nezaketi, kişinin kapasitesini anlamasını ve kendine özgü niteliklerini takdir etmesini ifade eden çeşitli öz-bakım davranışlarını ifade eder (Neff, 2011).

Nezaketin üç bileşeni birbirinden ayrı faaliyette bulunmaz. Nezaketin gelişiminde de ortaya konulmasında da üç bileşen iç içedir. Sosyal-bilişsel kurama göre, perspektif alma ve bilişsel farklılaşmadaki artışlar muhtemelen prososyal davranışları kolaylaştıracaktır. Nazik düşünceler, duygusal deneyimin davranışa dönüştürülmesini kolaylaştırarak nezaket alanındaki duygu-davranış bağlantılarının altında yatabilir (Malti, 2020).

Öz-yansıtma ve bilinçli farkındalık, nazik duyguların ve nazik eylemlerin oluşumunun ve bu tür eylemlerin değişmesinin itici gücü olabilir. Hem başkalarına hem de içe yönelik duygular şefkati besleyebilir ve bu nedenle prososyal davranışları kolaylaştırabilir (Malti, 2020). Nazik duyguların gelişiminin belirli akıl yürütme türleri ile ilişkili olduğu ve her ikisinin de nazik davranışlarla bağlantılı olduğunu gösteren kanıtlar vardır. Örneğin, bir araştırma yanlış yapma konusundaki hem sempati hem de üzüntünün zamanla prososyal davranışla ilişkili olduğunu gösterdi (Malti, Gummerum, Keller ve Buchmann, 2009).

Otake, Shimai, Tanaka-Matsumi, Otsui ve Fredrickson'a (2006) göre, nezaket karakter gücünde de üç bileşen(duygu, düşünce, davranış) mevcuttur. Onlara göre bir kişide nezaket



karakter gücünün varlığından söz etmek için kişinin sadece günlük olarak nazik eylemler gerçekleştirmesi yeterli bir kriter değildir. Sürekli olarak nazik eylemler gerçekleştirdiğini ve başkalarına her gün yardım ettiğini fark etmesi gerekir. Bunun yanı sıra, nazik olmayı ve günlük yaşamda başkalarına yardım etmeyi sürekli istediğini aklında tutması beklenir. Nezaket sadece davranışı değil, aynı zamanda farklı kişisel nitelikleri (arkadaş canlısı, özverili ve cömert) ve özgeci kişilik özelliklerini de (empati/sempati, ahlaki akıl yürütme, sosyal sorumluluk) içerir. Ayrıca, nazik bir insan nazik davranmaya motive olur, bu özelliği kendinde tanır. Nazik davranışları günlük olarak yapar ve bundan zevk alır (Otake ve diğerleri, 2006).

**2.3.3. Nezaket İle İlişkili Kavramlar:** Nezaket; cömertlik, ilgi, şefkat ve özgeci sevgi gibi benliğin diğerlerine karşı ortak bir yönelimini gösteren, birbiriyle yakından ilişkili terimler ağını içerir. Bu terimler, bencil veya karşılık bekleme motivasyonu olmadan yardım etme davranışlarını kolaylaştırdığına inanılan insan yaşamının içsel değerine ilişkin ortak bir inancı paylaşır (Peterson ve Seligman, 2004). Bir kişinin nezaketi; sevgisinde, paylaşımında, sempatisinde, merhametinde; affetmesinde, hoşgörüsünde; dayanışmasında, sorumluluk sahibi davranışlarında, minnettarlığında, çevredeki insanlarla ilişkilerinde gösterdiği saygısında ifade bulabilir (Bich ve diğerleri, 2018). Yapılan araştırmalar büyük ölçüde özgecilik, prososyal davranış, sempati, sevgi, minnettarlık ve şefkat gibi yapıları ve duyguları inceleyen çalışmalar altında toplanmış olsa da nezaketin ayrı bir yapı olarak ortaya çıktığına dair birçok araştırma vardır (Binfet ve Passmore, 2019).

Nezaket, daha geniş kapsamlı prososyal yapının bir yönü olarak görülebilir. Bununla birlikte nezaket, prososyal davranış tanımından farklıdır. Çünkü bunlar başkalarına odaklı bir motivasyonel duruşa bağlıdır (Cotney ve Banerjee, 2019). Nezaketle arasında bir karışıklık olmadığından emin olmak için aşağıda tanımlanacak ve açıklanacak dört kavram şunlardır: Prososyal davranış, özgeci davranış, hayırsever davranış ve prososyal kişilik.

Prososyal davranış, genel olarak başkaları için fayda sağlayan gönüllü, kasıtlı davranıştır. Günü belirsizdir ve olumlu, olumsuz veya her ikisi birden olabilir. Bireylerin prososyal davranışlarının altında yatan motivasyonları ayırt etmek genellikle zordur. Bu durum özgeci davranışları özgeci olmayan prososyal davranışlardan ayırt etmeyi neredeyse imkansız hale getirebilir. Bu nedenle, terim hem özgeci hem de özgeci olmayan prososyal eylemleri ifade edebilir (Eisenberg ve Miller, 1987). Nezaket, prososyal davranıştan beş şekilde farklılaşır:

1. Nezaket sahibi bir bireyin güdüsünün özgeci olduğu bilinirken, prososyal davranış terimi kullanıldığında bireyin motivasyonu bilinmez.

2. Nazik insanlar işlerini günlük olarak gerçekleştirirler. Ancak prososyal davranış sıklık belirtmez.

3. Nazik bireyler iyi işlerinden zevk alırken, prososyal davranışın tanımı davranışın icracı üzerindeki etkisinden hiç bahsetmez.

4. Nezaket, prososyal davranış kavramı gibi yalnızca davranışsal bir bileşeni değil, aynı zamanda bir kişilik bileşenini de kapsar.

5. Nezaket, benzersiz kişisel nitelikleri içerir ama prososyal davranış içermez.

Sonuç olarak, prososyal davranış, bir başkasına fayda sağlayan davranışı tanımlamak için kullanılan çok daha genel bir terimken, nezaket daha spesifiktir ve bir kişinin davranışını, benzersiz kişisel niteliklerini ve kişilik özelliklerini tanımlar (Kalpakoff, 2019).

Özgeci davranış, prososyal davranışın bir alt türü olarak tanımlanır. Dışsal ödüller alma veya dışarıdan gelen caydırıcı uyaranlardan veya cezalardan kaçınma beklentisiyle yapılmayan, bir başkasına fayda sağlamayı amaçlayan gönüllü bir davranıştır. Teorik tartışmaların çoğunda, özgeci motive edilmiş prososyal davranış, kavramsal olarak empati veya sempati ile ilişkilendirilmiştir. Kişisel sıkıntı, empati, sempati veya başka bir faktörün belirli bir prososyal davranışı motive edip etmediğini ayırt etmek genellikle zordur. Bununla birlikte, özgeci olarak veya egoist olarak motive edilmiş prososyal davranış arasında ayırım yapmak için olası bir yöntem vardır. Buna göre, özgeci bir bireyin amacı kendisinin değil, bir başkasının sıkıntısını hafifletmektir (Eisenberg ve Miller, 1987).

Yardım etmemenin psikolojik bir bedeli vardır. Potansiyel yardımcının, yardım etmeden durumdan kaçması için asgari bir ödül vardır. Öte yandan, bir kişi bencilce motive olmuşsa -yani, kendi kişisel sıkıntısını azaltmayı amaçlıyorsa- kaçınma hem bir seçenek hem de bir meydan okuma değilse, caydırıcı durumdan kaçmaktan ziyade yardım ederek bu amaca daha zahmetsizce ulaşılabilir. Bu nedenle, sempati ve kişisel olumsuz duygular, bireyin uyarılma yaratan durumdan zahmetsizce kaçabileceği durumlarda çeşitli prososyal davranış kalıplarına yol açmalıdır (Eisenberg ve Miller, 1987). Ayrıca, pahalı paylaşma eylemi gibi planlanmamış prososyal davranışların, bir isteğe yanıt olarak ortaya çıkan prososyal davranışların aksine, daha özgeci olarak motive olma eğilimindedir. Tepki ne kadar az doğalsa, potansiyel olumsuz sonuçları değerlendirmek ve kişilerarası baskılara boyun eğmek için o kadar çok zaman vardır (Eisenberg, Cameron, Tryon ve Dodez, 1981).

Bireyler de herhangi bir kazanç beklentisi olmadan başkalarına yardım etmek amacıyla gönüllü eylemlerde bulunmayı ifade eden özgeci davranışa benzese de nezaket ondan farklıdır. Nezaketi özgeci davranıştan farklı bir kavram yapan dört özelliği vardır:

1. Nazik bireyler eylemlerini günlük olarak gerçekleştirirken, özgeci davranış tanımını sıklığı belirtmez.
2. Nazik bireyler iyi işlerinden zevk alır. Ancak özgeci davranışın tanımı, icracı üzerindeki etkiden hiç bahsetmez.
3. Nezaket davranışsal bileşeni yansıtır, ancak aynı zamanda bir kişilik bileşenini de içerir.
4. Nazik bireyler benzersiz kişisel niteliklere (yani, arkadaş canlısı, özverili ve cömert) sahipken, özgeci davranışlarda kişisel nitelikler bulunmaz.

Sonuç olarak, özgeci davranış, nezaketi oluşturan şeyin bir parçasıdır (davranış bileşeni). Ancak nezaketin diğer bileşenlerini (sıklık, kişisel nitelikler ve kişilik özellikleri) kapsamaz (Kalpakoff, 2019).

Hayırsever davranış, bireyin başkalarına yardım etmek amacıyla kendi zamanını veya parasını vermeyi seçmesini ifade eder. Genellikle kar amacı gütmeyen yardım kuruluşları bağlamında kullanılır. Hayırsever davranışların kâr amacı gütmeyen kuruluşlar tarafından geliştirilmesinin bir yolu, bağışçıları tanımaktır. Sık sık bağış kabul eden ajansların bağışçıları için tanıma programları oluşturması yaygındır. Tanınma, bağışçının hayırsever davranışlarının en az bir kişi tarafından fark edileceğine dair açık beklentisi olarak tanımlanabilir (Winterich, Mittal ve Aquino, 2013). Araştırmalar, tanınmanın, ahlaki kimliği içselleştirmede düşük ve ahlaki kimlik simgeleştirmede yüksek olarak tanımlanan bireylerde daha yüksek miktarda hayırsever davranışa yol açtığını göstermiştir. Şaşırtıcı bir şekilde, ahlaki kimliği içselleştirmede yüksek olarak tanımlanan bireyler, sembolleştirmelerine bakılmaksızın tanınmadan etkilenmezler. Bu tanınma, gizliden (örneğin, teşekkür kartı) halka açık olana (örneğin, bağışçının onuruna adlandırılan bina) kadar geniş bir aralıkta olabilir. Genel olarak, bir bireyin hayırsever davranışını tanımak, sosyal olarak ahlaki kimliğini güçlendirir ve sonuç olarak ahlakını onun için doğrular (Kalpakoff, 2019). Nezaket hayırsever davranıştan beş özelliğiyle farklılaşır:

1. Nazik bir bireyin güdüsünün özgeci olduğu bilinirken, hayırsever davranışın güdüsü belirtilmemiştir.
2. Nazik bireyler hareketlerini günlük olarak gerçekleştirirken, hayırseverlik davranışının tanımı sıklığını içermez.
3. Nazik bireyler sadece yaptıkları iyi işlerden zevk alırken, hayırsever davranışın bağış yapan kişi üzerindeki etkisi, onun ahlaki kimliğini güçlendirmesidir.
4. Nezaket, hayırsever davranış gibi yalnızca davranışsal bir bileşeni değil, aynı zamanda bir kişilik bileşenini de kapsar.

5. Nazik bireyler benzersiz kişisel niteliklere sahiptir (arkadaş canlısı, özverili ve cömert).

Sonuç olarak, hayırsever davranış, daha çok bağış bağlamında kullanılan daha genel bir terim iken, nezaket daha spesifiktir ve belirli bir insan tipini tanımlar (Kalpakoff, 2019).

Prososyal kişilik; bireyin başkalarının hakları ve iyi oluşu hakkında düşünmesi, başkaları için empati duyması, endişelenmesi ve başkalarına fayda sağlayacak şekilde davranması yönündeki kalıcı yatkınlık eğilimidir. Bu nedenle, prososyal kişilik oldukça kapsayıcıdır. Yukarıdaki tanımdan da anlaşılacağı üzere, bir bireyin prososyal kişiliğe sahip olarak sınıflandırılması için, (a) başkalarının iyi oluşu ve hakları hakkında tutarlı bir şekilde düşünmeyi içeren kalıcı bir karakter özelliğine sahip olması, (b) empati hissetmesi ve başkaları için endişe duyması, (c) başkalarına yardım eden eylemlerde bulunması gerektiği anlaşılmaktadır (Penner, Fritzsche, Craiger ve Freifeld, 1995). Nezakete benzer şekilde, prososyal kişilik oldukça kapsayıcıdır. Bununla birlikte, nezaket beş özelliğiyle prososyal kişilikten farklılaşır:

1. Nazik bireyler günlük olarak eylemlerini gerçekleştirir. Ancak prososyal kişilik tanımı, bu kişiliğe sahip bireylerin başkalarına fayda sağlayacak şekilde davranma eğiliminde olduğunu belirtirken, nezaketin yaptığı gibi kesin sıklığı belirtmez.

2. Nazik bireyler iyilik yapmaktan zevk alır, oysa prososyal kişilikte davranışın birey üzerindeki etkisi belirsizdir.

3. Nezaket hem davranışsal bir bileşeni hem de prososyal kişilik gibi bir kişilik bileşenini kapsar. Bununla birlikte, kişilik bileşenleri birbirinden farklıdır. Nezaketin kişilik bileşenleri şunları içerir: Başkalarına karşı nazik olma motivasyonu, üç özgeci kişilik özelliği (Empati/Sempati, Ahlaki Akıl Yürütme ve Sosyal Sorumluluk), nezaketin farkına varma yeteneği. Öte yandan, davranış bileşeninin yanı sıra prososyal kişilik, başkalarının hakları ve iyiliği hakkında düşünmeye ve başkaları için empati ve endişe duymaya yönelik kalıcı bir eğilimi içerir. Bu nedenle, iki kavram özgeci kişilik özelliklerini paylaşmada benzerdir, ancak nezaket aynı zamanda motivasyon ve tanıma bileşenlerini de içerir.

4. Nazik bireyler benzersiz kişisel niteliklere sahiptir (arkadaş canlısı, özverili ve cömert) ve prososyal kişilik bunları içermez.

Sonuç olarak, prososyal kişilik, hem davranışsal hem de kişilik bileşenlerini içermesi bakımından nezaket kavramına benzer. Bununla birlikte, iki terim kişilik özelliklerinde farklılık gösterir (Kalpakoff, 2019).

Nezaket; prososyal davranış, özgeci davranış, hayırsever davranış ve prososyal kişilik kavramlarına benzese de kendi içinde benzersiz bir kavramdır. VIA Karakter Güçleri ve

Erdemler Sınıflandırmasına göre nezaket, özellikle şefkatli birebir ilişkilerde önemli olan kişiler arası bir güçtür. Onu diğer kavramlardan ayıran dört farklı bileşeni vardır: (a) Nazik bir şekilde davranma - başkaları için hizmet eylemleri gerçekleştirme, (b) özveri ve cömertlik niteliklerine sahip olma - sürekli olarak başkalarını kendi önüne koyma ve bundan zevk alma (örneğin, ne kadar meşgul olursa olsun her zaman bir iyilik yapmaya istekli olmak ve aynı zamanda iyiliği yapmaktan zevk almak), (c) insan hakları görüşüne sahip olma - başkalarının zorunlu amaçlar için değil, yalnızca insan oldukları gerçeğine dayanarak onaylanmaya ve dikkate alınmaya değer olduğuna inanma ve (d) üç özgeci kişilik özelliğini bünyesinde barındırma (Empati/Sempati, Ahlaki Akıl Yürütme ve Sosyal Sorumluluk) (Peterson ve Seligman, 2004).

**2.3.4. Nezaketin Gelişimi:** Yetişkinlerin nezaket ve prososyal davranışların çeşitli yönlerini ne ölçüde sergiledikleri, çocukluk ve ergenlik dönemindeki davranışları temelinde tahmin edilebilir (Eisenberg ve diğerleri, 2002). Nezaketin doğasında gelişimsel olduğu düşünülür, altta yatan motivasyonların bilgisi yaş arttıkça daha olgunlaşır. Erken çocukluk döneminde, çocukların nezaket tanımları duruma özgüdür. Somut niteliklere veya açık eylemlere odaklanırlar. Benmerkezci olma eğilimindedirler. Eylemi çevreleyen bağlamı yüzeysel olarak dikkate alırlar (Lamborn, Fischer ve Pipp, 1994). Gelişim psikologları, çocukların olgunlaştıkça daha farklı bir nezaket görüşüne sahip olduklarını belirtir (Binfet ve Passmore, 2019). Çocuklar olgunlaştıkça, nezaketin neleri gerektirdiğine dair daha farklı bir görüş geliştirirler. Ortaya çıkan fiili davranışa ek olarak açık eylemlerin altında yatan niyetlerin öneminin daha fazla farkına varırlar. Kişilerarası bağlam, kavramların çok daha ayrılmaz bir parçası haline gelir (Lamborn ve diğerleri, 1994).

5-6 yaş arası çocuklarla yapılan bir çalışmada nezaket kavramına ilişkin görüşleri araştırılmıştır. Bu çalışmada çocukların nezaketi; fiziksel yardım sunmak, başkalarına duygusal yardım sağlamak ve paylaşmak olarak algıladıkları ve gösterdikleri ortaya çıkmıştır. Kavram onlar için başkalarına yönelik olumlu davranış ortak temasında birleşmiştir. Ayrıca nezaketin arkadaşlık kurma gibi bazı motivasyonel bileşenlerinin de farkında oldukları saptanmıştır (Binfet ve Gaertner, 2015). Diğer araştırmalar, çocukların nezaketin diğer odaklanmış motivasyonlarını da tanımlayabildiklerini göstermiştir (Recchia, Wainryb, Bourne ve Pasupathi, 2015). Küçük çocuklar, bireylerin içindeki nezaketin istikrarını da fark edebilirler (Lockhart, Chang ve Story, 2002).

Genel olarak, belirgin prososyal eğilimlerin çocukluktan ergenliğe doğru arttığını gösteren bazı kanıtlar vardır (Eisenberg, Spinrad ve Knafo-Noam, 2015). Öz-yansıtma ve perspektif alma kapasiteleri de artan bilişsel kapasiteye bağlı olarak çocukluktan ergenliğe

doğru artar (Malti, 2020). Araştırmalar, ergenlerin ihtiyaçı olanlara yardım etmek için bir zorunluluk hissettiklerini ve diğerlerinde farklı ihtiyaç seviyelerine duyarlı olduklarını ortaya koymuştur (Smetana ve diğerleri, 2009). Ergenlik döneminde, gençler altta yatan niyetleri, değişen bakış açılarını, çatışan güdüleri ve ihtiyaçları içeren karmaşık etkileşim anlayışlarını bütünleştirip organize eder. Sosyo-ahlaki anlayışın altında yatan ahlaki ve kişilerarası akıl yürütme daha gelişmiş hale gelir. Aynı zamanda, ergenler iki veya daha fazla kavram arasındaki ilişkileri bütünleştirme konusunda giderek daha yetenekli hale gelirler (Lamborn ve diğerleri, 1994). Ergenlerin, ihtiyaç düzeyi veya ilişkilerin özellikleri gibi belirli sosyal bağımların nezaketi nasıl etkileyebileceği üzerinde de dşnrlr (Cotney ve Banerjee, 2019).

**2.3.5. Nezaket İle İlişkili Faktörler:** Araştırmalar, nezaketin en yaygın karakter güçlerinden biri olduğunu ve bireyin çevresinden, deneyimlerinden ve cinsiyetinden etkilenmeye açık olduğunu göstermiştir (Dossett, 2011). Cinsiyetin nezakete etkisiyle ilgili geniş literatürü özetleyen bir çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha kolay yardım davranışında buldukları belirlenmiştir. Ancak bu çalışmaların çoğunun, kadınlarda daha yaygın olabilecek bir yardım biçimi olan mevcut ilişkilerdeki nezaket ve özgecilik eylemlerine değil, yabancılara yönelik şövalyelik eylemlerine odaklandığını akılda tutmak gerekir. Kadınlarda diğer insanların yardım etme davranışlarının alıcısı olma olasılığı daha yüksektir. Bu da kadınlarda hem erkeklerden hem de kadınlardan erkeklere göre daha fazla yardım aldığını gösterir (Peterson ve Seligman, 2004).

İkizlerle yapılan araştırmalarda nezaket yatkınlığının %50'sinin genetik faktörlerden olduğu saptanmıştır. Geriye kalan % 50'yi ise etkileyen birçok faktör araştırmalarla tespit edilmeye çalışılmaktadır (Kılıç, 2020). Tarihsel zaman, kültürel gelenekler, sosyal normlar ve değerler yaşam boyunca nezaketin gelişimini şekillendirir (Malti, 2020). Yardım vermede olası kltrlr arası farklılıkları araştıran bir çalışma yapılmıştır. Buna göre Avustralya, Mısır, Kore, in Cumhuriyeti (Tayvan), Amerika Birleşik Devletleri ve Yugoslavya'dan öğrencilerin puanları, katılımcıların elli altı yardım davranışının her birini ne sıklıkta yaptıklarını belirttikleri elli altı maddelik bir ölçekle karşılaştırılmıştır. Farklılıkların yorumlanması zor olsa da bu örneklerde kendi bildirdikleri yardım vermenin ortalama sıklıklarında kltrlr arası farklılıklar için bazı kanıtlar mevcuttur (Johnson ve diğerleri, 1989).

Sosyal-bağımlasal faktörlerin gençlikteki nezaket davranışını etkilediği bilinmektedir. Küçük ocuklar bile ihtiyaçı olan arkadaşlarına yardım edip etmeme konusunda karmaşık kararlar verebilir. Ayrıca ilişkisel bağımlara dayalı prososyal davranışlarında çok seçici

olabilirler. Örneğin, çocukların sevilmeyen arkadaşlarından ziyade beğenilen arkadaşlarıyla eşyalarını paylaşma olasılıkları daha yüksektir (Cotney ve Banerjee, 2019).

Bireyin ahlaki ve sosyal sorumluluk bilinci geliştirme ve empati kurabilme yeteneği doğrudan nezaket düzeyi ile ilişkilidir (Kılıç, 2020). Daha sofistike ve gelişmiş ahlaki akıl yürütme yeteneklerine sahip insanlar, genel olarak başkalarına karşı daha faydalıdır. Diğer odaklı ahlaki bilişlere sahip çocuklar, arkadaşlarına karşı güvenilir bir şekilde daha fazla yardımcı olma eğilimindedir ( Miller, Eisenberg, Shell ve Fabes, 1996). Dürüstlük ve nezaket anlayışı, bireyin yetenekli olduğu perspektif alma derecesinden etkilenir (Selman, 1980).

İhtiyacı olan bir kişiye yardım etmek için özgeci motivasyonun, bireyin ihtiyacı olan kişiye karşı deneyimlediği empatik duygu miktarının bir fonksiyonudur. Buna göre bireyin ihtiyacı olan bir kişiye empati duymadığı durumlarda, özgeci güdü uyarılmış görünmez (Batson, 1990; 1991). Ayrıca, bireyin olumlu duygu durumu nazik davranışlarda bulunmasında etkilidir. Olumlu duygu durumuna sahip bireyler nötr veya olumsuz duygu yaşayanlara oranla daha fazla nazik davranış ortaya koymaya eğilimlidirler (Carlson, Charlin ve Miller,1988).

Büyük beşli kişilik boyutlarından uyumluluk; nezaket, prososyal davranış ve fedakarlık ile en ilişkili kişilik boyutudur. Özgecil eğilimleri yüksek olan insanlar, kişilik bozukluklarını nezaketin engelleyebileceğini düşündüren düzeyde antisosyal ve narsistik kişilik özelliklerini daha seyrek gösterirler (Peterson ve Seligman, 2004). Açık fikirlilik ve benlik-öteki bilgisine sahip olma da nezaketi kolaylaştırır. Çünkü diğer insanlarla paylaşılan her bir duygusal deneyimin içindeki unsurun fark edilmesine yardımcı olur (Malti, 2016).

**2.3.6. Nezaketin Fonksiyonları:** Nezaket, insanlar arasında güven ve kabulü inşa eder, sosyal bağları teşvik eder. Ayrıca vericilere ve alıcılara olumlu sosyal etkileşimin yararlarını sağlar. Yardımcıların kişisel becerilerini ve dolayısıyla kendilerini kullanmalarına ve geliştirmelerine katkıda bulunur (Kerr, O'Donovan ve Pepping, 2014). Nezaketin, sosyal bulaşma gibi daha geniş toplumsal etkileri olduğu düşünülmektedir. İşbirlikçi davranış sosyal ağlar aracılığıyla yayılır. Yabancılardan yardım alanların gelecekte başkalarına yardım etme olasılığı daha yüksektir (Cotney ve Banerjee, 2019).

Bir okul topluluğunun üyeleri arasında paylaşılan nezaket, olumlu okul ikliminin hayati bir bileşeni olarak kabul edilir. Çocuklarda nezaket davranışlarındaki artış zorbalık davranışlarını azaltarak prososyal davranışları geliştirir. Bu sayede akran kabulü ve arkadaş grubu içindeki popülerlik artar. Dördüncü sınıftan sekizinci sınıfa kadar olan öğrencilerden oluşan bir örnekleme yapılan araştırmada okul nezaketi ile yaşam doyumu, prososyal hedefler, sınıf desteği ve akademik öz yeterlilik gibi ilgili kriter değişkenler arasında pozitif

bir ilişki vardır. Ayrıca nezaket yönelimleri akademik başarıya da katkıda bulunur (Datu ve Park, 2019).

Nezaketten kaynaklanan somut sosyal faydalara ek olarak, bazı araştırmalar yardım etme davranışının yardım edenler için birçok zihinsel ve fiziksel sağlık öncülü ile ilişkili olduğunu gösterir. Yaşlı yetişkinlerde yardım faaliyetlerine aktif katılanların katılmayanlara göre daha uzun ömürlü olduklarına dair bulgular mevcuttur (Peterson ve Seligman, 2004). Nezaket, fiziksel ve psikolojik hastalıklardan iyileşmede rol oynar (Peterson, Park ve Seligman, 2006). Başka bir çalışmaya göre geçen yıl içinde gönüllü çalışma yapan bireyler, daha sonra önemli ölçüde daha yüksek mutluluk, yaşam doyumu, ustalık ve fiziksel sağlık seviyeleri, benlik saygısı, kontrol duygusu ve daha düşük düzeyde depresyon bildirdiler. Ek olarak, daha mutlu olan bireyler daha fazla gönüllü iş yapmaya devam etmiştir (Dossett, 2011). Schwartz, Meisenhelder, Yusheng ve Reed (2003) ise, stres, gelir ve baş etme becerileri gibi faktörler kontrol edildiğinde, yardım almanın ve vermenin pozitif ruh sağlığının önemli yordayıcıları olduğunu bulmuşlardır.

Nezaket, sağlıklı sosyal ilişkilere katkıda bulunduğu için sosyal destekle ilişkilidir (Kalpakoff, 2019). Nezaketin şefkat ve prososyal davranış gibi farklı bileşenleri de güvenli bağlanma ile bağlantılıdır (Goetz ve Simon-Thomas, 2017). Güvenli bağlanan bireylerin arkadaşlarından ve ailelerinden daha fazla algılanan sosyal destek bildirdikleri de araştırmalarla ortaya konulmuştur (Bernardon, Babb, Hakim-Larson ve Gragg, 2011). Birbiriyle ilişkili bu üç değişkeni ele alan teorik modelin daha iyi anlaşılması için bu değişkenler ve alt boyutlarının birbirleriyle ilişkisine dair kuramsal bilgiler aşağıda sunulmuştur.

## **2.4. Yol Analizi için Oluşturulan Teorik Modeldeki Değişkenler Arasındaki İlişkiler**

**2.4.1. Aileden Algılanan Sosyal Destek ile Arkadaştan ve Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkiler:** Ailesi ile iyi, destekleyici bir ilişkiye sahip olan genç insanlar, arkadaşlarıyla daha iyi destekleyici ilişkiler kurarlar. Buna karşılık, ailesi ile ilişkilerinde sosyal destek eksikliği yaşayan gençler, arkadaşlarıyla destekleyici ilişkiler kurma konusunda daha az başarılıdır. Bu nedenle, ailesi ile ilişkilerinde destek eksikliğini arkadaşlıklarında telafi edemezler. Arkadaş desteğinin “telafi edememesi”, aile desteğinin eksikliğini önemini gösterir (Helsen ve diğerleri, 2000).

Arkadaşların etkisi belirli alanlarla, özellikle boş zamanlarla sınırlıdır. Ailenin etkisi ise kişisel ilişkiler ve okul açısından daha önemlidir. Ergenler için aile desteği genellikle arkadaş desteğinden daha önemlidir. Aile sosyal desteğinin ergenlerin iyi oluşu üzerindeki etkisi arkadaş desteğinden daha büyüktür. Aile desteği eksikliği algılayan ergenler,



arkadaşları da dahil olmak üzere herhangi birinden sosyal destek alma fırsatından veya yeteneğinden yoksundurlar. Aile desteği eksikliğinin ciddi sonuçları vardır (Van Beest ve Baerveldt, 1999). Yapılan bir çalışmaya göre düşük düzeyde aile desteğine sahip öğrencilerin kolej arkadaşlıklarını, yüksek aile desteğine sahip olanlara göre daha az destekleyici olarak değerlendirdikleri bulunmuştur (Lakey ve Drew, 1997). Benzer şekilde başka bir çalışma geç ergenlerin aile ve arkadaş ilişkilerine ilişkin algıları arasında önemli bir ilişki olduğunu göstermiştir (Foltz, Barber, Weinryb, Morse ve Chittams, 1999). Sonuç olarak, aileden algılanan destek ile arkadaşlardan algılanan destek arasında pozitif yönlü korelasyonlar vardır (Van Beest ve Baerveldt, 1999).

Aile-çocuk ilişkisinin arkadaş ve öğretmen ilişkilerine genellendiği düşünülmektedir (Tai, 2017). Bireylerin birincil bağlanma figürü/figürleri ile deneyimlerine dayalı olarak içsel çalışma modelleri geliştirdiği ve bu modellerin gelecekteki ilişki beklentilerini ve sonraki ilişkilerin gelişimini şekillendirdiğini öne süren bağlanma teorisi ile tutarlı olarak aileden algılanan desteğin öğretmenden algılanan desteği yordadığı tahmin edilmektedir (Kobak ve Sceery, 1988). Ailesini daha az kabul edici algılayan bireyler öğretmenleriyle olan ilişkilerini reddedici olarak değerlendirmeye daha yatkındırlar (Tulviste ve Rohmer, 2010).

**2.4.2. Algılanan Sosyal Destek ile Bağlanma Arasındaki İlişkiler:** Bağlanma kuramının sosyal destek süreçleriyle açık bir bağlantısı vardır. Algılanan sosyal desteğin tanımı ile bağlanmanın tanımının karşılaştırılması, algılanan sosyal desteğin bağlanmanın gözlemlenebilir bir tezahürü olabileceğini düşündürmektedir. (Blain, Thompson ve Whiffen, 1993). Sosyal destek kavramları içinde algılanan sosyal destek, bağlanma teorisinde sunulan içsel çalışma modelleriyle en alakalı olanıdır (Lichtenberger, 1996).

Sosyal destek ile bağlanma arasındaki bağlantı Sarason ve diğerleri (1990) tarafından vurgulanmıştır. Bu yazarlar, algılanan desteği, bebeklik döneminde oluşturulan kendilik ve diğerlerinin içsel çalışma modellerinin bir sonucu olarak görürler ve bunu güvenli bağlanmayla eşlerler. Güvensiz bağlanan kişiler, kendine ve diğerlerine ilişkin yardım davranışı örneklerini daha az destekleyici olarak kodlamaya ve hatırlamaya eğilimli kılan temsillere sahiptir (Sarason ve diğerleri, 1990). Güvenli bağlanmaya sahip kişiler, kaygılı veya kaçınan stile sahip kişilere göre destek ağlarına daha olumlu yönelirler. Güvenli bağlanmanın her iki özelliğine- başkalarına yakın hissetme konusunda rahat olma ve başkalarına güvenebilme- sahip olanlar aldıkları sosyal destek düzeyinden daha fazla memnuniyet bildirirler. Güvensiz bağlanan yani başkalarına yakın olma konusunda ve başkalarının mevcudiyeti konusunda oldukça endişeli olan bireyler, sosyal desteğe değer vermelerine rağmen daha düşük düzeyde bakım ve duygusal yakınlık aldıklarını ifade ederler.

Ayrıca, güvensiz bağlanan bireyler sosyal destek ağlarından daha az memnuniyet bildirdirirler (Collins ve Feeney, 2004).

Güvenli bağlanma, hem arkadaşlardan hem de aileden gelen daha yüksek düzeyde sosyal destekle ilgilidir. Ek olarak, korkulu bağlanma arkadaşlardan daha az algılanan destekle, saplantılı bağlanma aileden daha az destekle bağlantılıdır (Ognibene ve Collins, 1998). Güvenli bağlanan ve yüksek algılanan sosyal destek düzeyine sahip bireyler daha sosyal yönelimli ve sosyal olarak yetkindir. Dolayısıyla kişilerarası problemleri daha azdır (Thompson, 1999). Bağlanma figürlerinin olumsuz temsillerine sahip çocuklar, daha düşük kişilerarası kabul algılarına sahip ve aile/arkadaş desteğine ilişkin daha düşük değerlendirmeler, daha olumsuz/katı yorumlar ve varsayımsal sosyal etkileşimlerde daha olumsuz arkadaş tepkisi beklentileri sergilerler (Liu, 2006).

Güvenli bir ebeveyn-çocuk ilişkisi olan bir ergen için, sıcak ve destekleyici bir öğretmen-öğrenci ilişkisi, bu olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisinin bilişsel bir temsilini sağlayabilir. Ayrıca, tatmin edici olmayan ilişkileri olan gençler, şefkatli yetişkinlerin ilerlemelerine güvenmeyebilir veya onları kabul etmeyebilir (Sargent, 2016). Bireyin öğretmeniyle kurduğu ilişkinin olumlu ya da olumsuz olmasının bakım vereniyle kurduğu ilişkiye bağlı olduğuna ilişkin araştırmalar mevcuttur. Güvenli bağlanmaya sahip bireyler hem ebeveynleriyle hem de öğretmenleriyle olumlu ilişkiler kurarlar (Özdemir, 2012). Güvenli bağlanan ergenler, daha az güvenli bağlanan ergenlere göre öğretmenlerinden daha yüksek düzeyde sosyal destek algırlar (Cotterell, 1992). Larose, Bernier ve Soucy (2005) de birinci sınıf üniversite öğrencilerinde bağlanmayı incelemiş ve güvensiz ebeveyn bağlanmasına sahip olan öğrencilerin, güvenli ebeveyn bağlanmasına sahip olanlara göre danışmanlarıyla ilişkilerinde daha az güvenlik hissettiklerini bulmuşlardır. Jacobsen ve Hofmann'ın (1997) çalışmasına göre ise güvenli bağlanmaya sahip öğrencilerin okulda iyi oldukları alanlardan biri de kendini güvende hissetmedir.

**2.4.3. Algılanan Sosyal Destek İle Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkiler:** Araştırmalar, hem nezaketin hem de prososyal davranışın sosyal destekle ilgili olduğunu ortaya koymuştur. Nezaket sosyal destekle ilgili memnuniyet ile ilişkilidir. Nezaketi teşvik etmenin, bir bireyin ilişki memnuniyetini önemli ölçüde artırabilir ve muhtemelen sosyal destek düzeylerini artırabilir. Araştırmacılar, nezaketin sağlıklı sosyal ilişkilere katkıda bulunabileceğini ve dolayısıyla uyumlu ve önemli bir karakter gücü olduğunu öne sürerler. (Kalpakoff, 2019). Martinez-Marti ve Ruch (2017), sağlıklı ilişkilerin sürdürülmesinde nezaket gibi karakter güçlerinin önemine dikkat çekmiştir. Noronha, da Silva ve Dametto'nun (2019) yaptığı çalışmanın sonucuna göre ise Aile Destek Algısı Envanteri'nin aile özerkliği

alt boyutuyla en güçlü ilişkiye sahip olan karakter güçlerinden biri de nezakettir (Noronha ve diğerleri, 2019).

Diğer hayvanlardan farklı olarak, 18 aylık kadar küçük insanlar, özgeci eylemlere hevesle girerler. Bu durum prososyal davranışların insan sosyal davranışı için benzersiz bir evrimsel avantaja sahip olduğunu düşündürür. Gerçekten de olumlu sosyal davranışın daha sonraki arkadaş kabulü ile güçlü bir pozitif ilişkisi vardır. Bu ilişki muhtemelen çift yönlüdür, çünkü kabul edildiğini hissedilen çocukların başkaları için bir şeyler yapma olasılığı daha yüksektir. Sırayla başkaları için birşeyler yapan çocuklar, arkadaşlarının kabulünü kazanabilirler (Layous, Nelson, Oberle, Schonert-Reichi ve Lyubomirsky, 2012). Bu nedenle, nezaketle hareket etmek daha tatmin edici ilişkiler üretiyorsa, bunun sonunda sosyal destek düzeylerinde bir artışla sonuçlanması makul görünmektedir (Kalpakoff, 2019).

McAdams, Lohrenz ve Montague'nun (2015) araştırmasının sonucuna göre, anoreksiya nervoza geliştirenlerin, nezaketi algılamada zorluk çekme ortak özelliğine sahip olduğu ve kötü niyetliliği tanımlama yeteneğinin iyileşme ile bağlantılı olabileceğini saptadılar. Böylece, nezaketi tanıma yeteneğine sahip olmanın, kişinin sosyal ilişkileri üzerinde çok önemli etkileri olabileceğini ortaya çıkardılar (McAdams ve diğerleri, 2015). O'Connell, O'Shea ve Gallagher (2016), nezaket temelli ve minnettarlık temelli pozitif psikoloji etkinliklerinin arkadaşlarla pozitif sosyal etkileşim yoluyla ilişki memnuniyetini artırıp artırmadığını incelemek amacıyla bir çalışma yürüttüler. Sonuç olarak, nezaket ve minnettarlığı teşvik etmeye odaklanan pozitif psikoloji faaliyetleri yoluyla ilişki memnuniyetini önemli ölçüde iyileştirdiğini saptadılar. Özetle, nezaketin sosyal destek ve ilişki memnuniyeti ile ilişkili olduğunu ortaya koydular (O'Connell ve diğerleri, 2016).

**2.4.4. Ebeveyne Bağlanma ile Arkadaşa Bağlanma Arasındaki İlişkiler:** Ebeveyne bağlanma ile arkadaşla bağlanma arasında güçlü bir bağlantı vardır (Albert, 2003). Çocuklukta arkadaş ilişkilerinin köklerinin aile ilişkilerinde olduğunu gösteren önemli kanıtlar mevcuttur (Tai, 2017). Çocukluk döneminde ebeveynlerle kurulan ilişkinin kalitesi, arkadaş ilişkilerinin kalitesini belirler (Santrock, 2014). Ebeveyne bağlanma kalitesinin güçlü olması bireyin arkadaşlarına bağlanma kalitesiyle önemli ölçüde ilişkilidir (Çam ve Keskin, 2007). Arkadaşlara yakınlık doğrudan ebeveyn-çocuk ilişkisiyle bağlantılı olan içsel çalışma modellerinin kalitesi ile ilgilidir (Dekoriv ve Meeus, 1997).

Bireyin ebeveynleriyle geliştirdiği sıcak, doyurucu ilişki ergenlik döneminde arkadaşlarıyla daha kaliteli ilişkiler kurmasına ve duygusal açıdan doyum sağlamasına olanak tanır (Çam ve Keskin, 2007). Ergenler ebeveynlerinden öğrendikleri ilişki modeli arkadaş ilişkilerine genelleme eğilimindedirler. Çocuklarına sıcak, destekleyici ve kabul edici bağlar

sunan ebeveynler, onlara arkadaşlarıyla aynı türden ilişkiler geliştirmeleri için gereken sosyal yetkinliği ve sosyal becerileri öğretir (Meeus, Oosterwegel ve Vollebergh, 2002). Bu nedenle, arkadaş ilişkileri, hem arkadaşla bağlanma figürlerinin seçimi (ve dolayısıyla arkadaş tarafından verilmesi muhtemel gerçek destek) hem de ergenin sosyal destek arama eğilimi açısından ebeveyn ilişkilerini yansıtabilir (Armsden, 1986).

Ebeveyne güvenli ya da güvensiz bağlanmaya uyumlu olarak ergenlerin, arkadaşla bağlanmalarında da benzer bir kalite bildirme olasılıkları yüksektir (Armsden, 1986). Ebeveyne güvenli bağlanmaya sahip ergenler diğer yaşlılarına göre daha kaliteli arkadaşla bağlanma geliştirmektedirler (Özen, 2003). Elicker, Englund ve Sroufe'nin (1992) çalışmasının sonucuna göre, güvenli bağlanma olarak sınıflandırılan genç ergenlerin duygusal olarak daha sağlıklı, sosyal olarak yetkin ve kendinden emin oldukları ortaya çıkmıştır. Güvenli bağlanan ergenler ayrıca daha popüler, girişken ve prososyal davranışta yetenekli olarak derecelendirilme eğilimindedirler (Elicker ve diğerleri, 1992). Yapılan bir çalışmada ergenlerin arkadaşla bağlanma kalitesinin ebeveyne bağlanma ile ilişkili olabileceği araştırılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre ergenlerde arkadaşla bağlanmayı en çok yordayan değişken ebeveyne bağlanma olarak belirlenmiştir (Günaydın ve Yöndem, 2007).

**2.4.5. Bağlanma ile Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkiler:** Bağlanma teorisi özünde bir prososyal davranış teorisidir. Erken çocukluk döneminde dikkatli, şefkatli ve destekleyici bağlanma figürleriyle etkileşimlerin çocukların başkalarına ilişkin olumlu içsel çalışma modellerini, yaygın güvenlik hislerini ve duygularını tanıma, kabul etme ve düzenleme yeteneklerini nasıl yarattığını ve sağlamlaştırdığını açıklar. Bağlanma teorisi içinde, bakım verme sistemi şefkat ve fedakarlık çalışmalarına bir giriş sağlar. Dahası, bu sistemi anlamak, insanların şefkatini ve etkili özgeciliğini artırmanın yollarını tasarlamak için de bir temel görevi görür (Shaver ve diğerleri, 2016b).

Güvenli bağlanan bireyler yakınlık ve karşılıklı bağlılık konusunda güvensiz bağlananlardan daha rahat hissederler. Böylece diğer insanların yakınlık, sempati ve destek ihtiyaçlarını daha kolay kabul edebilirler. Ayrıca, güvenli bağlanan bireylerin olumlu benlik modeli, kendi duygularını etkin bir şekilde düzenlerken başka bir kişinin ihtiyaçlarını karşılama yetenekleri konusunda daha kendinden emin hissetmelerini sağlar. Güvensiz bağlanma ise benlik kaygısına, kendini korumaya, diğerlerinin ihtiyaçlarını savunmacı bir şekilde reddetmeye, başkalarını anlama ve onlara yardım etmeye yönelik yanlış zamanlanmış veya yanlış yönlendirilmiş çabalara neden olur (Shaver ve diğerleri, 2016b).

Güvenli bağlanmanın içselleştirilmesi, insanların başkalarıyla sempatik empati kurma yeteneğini artırır (Mikulincer ve diğerleri, 2001). Yapılan çalışmalar, duyarlı ve hassas

ebeveynliğin erken ve orta çocukluk döneminde duygu düzenlemeyi öngördüğünü ve bunun da bu gelişim döneminde çocukların prososyal davranışlarını tahmin ettiğini göstermiştir (Shaver ve diğerleri, 2016b). Ebeveynleri ve arkadaşlarıyla güvenli bağlanma ilişkileri olan ergenler, yüksek düzeyde empati ve olumlu sosyal davranışa sahip olma eğilimindedir (Laible ve diğerleri, 2004). On bir ile on altı yaş aralığındaki İngiliz öğrencilerle yapılan bir çalışmada da daha yüksek bağlanma güvenliği puanları daha fazla prososyal davranışla ilişkilendirilmiştir. Ebeveynlerine güvensiz bağlanan ergenler, güvenli bağlananlara göre, yaşlı yetişkinlere bakmak veya kan bağışlamak gibi gönüllü özgecil faaliyetlere daha az dahil olurlar. Kaçınan bağlanmaya sahip ergenler empati konusunda özellikle daha düşük puanlar alırlar (Shaver ve diğerleri, 2016b).

Laible (2007) geç ergenlerde ebeveyn ve arkadaşla bağlanmanın saldırgan ve prososyal davranış üzerindeki eşzamanlı etkisini incelemiştir. Sonuçlar bu yaş grubu için ebeveyn ve arkadaşla bağlanmanın empati ile olan bağlantısı aracılığıyla saldırgan davranışla dolaylı olarak ilişkili olduğunu göstermiştir (Laible, 2007). Başka bir araştırma, lise çağındaki gençler arasında anneye ve arkadaşla güvenli bağlanmanın, kendi bildirdiği olumlu sosyal davranışlarla ilişkili olduğunu bulmuştur (Markiewicz, Doyle ve Brendgen, 2001).

Sıcaklık ve özenle karakterize edilen ebeveynle bağlanma olumlu sosyal davranışları artırır (Mubarique, 2016). Özellikle, olumlu ebeveyn-çocuk bağlanması, ebeveyn sıcaklığı ve olumlu duyguların ifadesi, daha fazla çocuk empatisi ile ilişkilidir. Bu durum çocuklarda ve ergenlik döneminde saldırgan davranışlarda bulunma gibi olumsuz sosyal davranışı daha az öngörmektedir (Suldo, 2009). Thompson ve Gullone (2008), ebeveynlere güvenli bağlanma ölçeğinde daha yüksek puanlar bildiren on iki ila on sekiz yaşındaki ergenlerin daha empatik ve daha fazla prososyal davranışa sahip olduklarını ortaya koymuşlardır (Thompson ve Gullone, 2008).

Güvenli bağlanma, çocukların okula başladıklarında anlamlı arkadaş ilişkileri kurma becerilerine katkıda bulunabilir. Bu ilişkiler prososyal davranışlara katılmak için artan fırsatlar sağlayabilir, bu da arkadaşlarla olumlu etkileşimleri ergenliğe kadar sürdürerek çocukların diğerlerini iyi ve bakıma değer olarak görmelerini güçlendirir. Aksine, güvensiz bağlanan ergenler, muhtemelen prososyal davranışı baltalayan arkadaş davranışları hakkında olumsuz beklentilere ve düşmanca yüklemelere sahiptir (Schoeps, Monaco, Cotoli ve Montoya-Castilla, 2020).

## **2.5. İlgili Araştırmalar**

**2.5.1. Algılanan Sosyal Destekle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar:** Van Beest ve Baerveldt (1999) ergenlerin ailelerinden ve arkadaşlarından aldıkları sosyal destek

arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yaşları on dört ile on altı arasında değişen bin beş yüz yirmi sekiz Hollandalı ortaokul öğrencisi ile çalışmışlardır. Bir anketle öğrencilerden aynı eğitim akışında sosyal destek aldıkları kişileri isimlendirmelerini istemiş ve bu desteğin her kaynağının toplamını saymışlardır. Yaptıkları analizlerin sonucunda aileden algılanan sosyal desteğin arkadaştan algılanan sosyal destekle ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Bulguları ergenlerde algılanan aile desteğinin arkadaş desteğiyle telafi edilemeyeceğini göstermiştir.

Sosyal destek kaynaklarıyla ilgili başka bir çalışmada Bokhorst ve diğerleri (2010) dokuz ile on sekiz yaş arası çocuk ve ergenlerde aile, arkadaşlar, sınıf arkadaşları ve öğretmenlerden algılanan sosyal destek miktarını araştırmışlardır. Yaptıkları analizlerin sonucunda aile ve arkadaşların dokuz ila on beş yaşındakiler tarafından eşit derecede destekleyici olarak algılandığını, ancak on altı ila on sekiz yaşları arasında arkadaş desteğinin aile desteğini aştığını belirlemişlerdir. Sınıf arkadaşları ve öğretmenlerin, daha küçük yaş gruplarında benzer seviyelerde derecelendirildiğini belirlemişlerdir. Ancak, daha büyük yaş gruplarında, sınıf arkadaşlarının aile kadar destekleyici olarak algılandığını, öğretmenlerin daha az destekleyici olarak algılandığını bulmuşlardır. Son olarak, kızların öğretmenlerinden, sınıf arkadaşlarından ve arkadaşlarından erkeklerden daha fazla destek algıladıklarını saptamışlardır.

Roring (2008) üniversite öğrencilerinde bağlanma, algılanan sosyal destek ve sosyal kaygı arasındaki ilişkileri incelemek; sosyal kaygının olası yordayıcıları olarak bağlanma ve sosyal destek algılarını araştırmak ve sosyal destek algılarının, sosyal kaygıyla ilişkili olarak bağlanmayı açıklamasının ötesinde sosyal kaygıya önemli ölçüde katkıda bulunup bulunmadığını araştırmıştır. Arkadaşlardan ve aileden algılanan sosyal desteğin bağlanmayla önemli ölçüde ilişkili olduğunu saptamıştır. Güvenli bağlanmanın hem arkadaşlardan hem de aileden algılanan sosyal desteğin önemli bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur.

Wang (2014) bir grup üniversite öğrencisinde ruh sağlığının önemli yordayıcıları olan algılanan sosyal destek ve bağlanma güvensizliğinin kaynaklarını incelemiştir. Yaptığı analizlerin sonucunda, kadınların her üç kaynaktan da (aile, arkadaşlar ve diğer önemli kişiler) erkeklere göre daha fazla destek bildirdiklerini saptamıştır. Aileden algılanan desteğin erkek öğrencilerin ruh sağlığının en önemli yordayıcısı olduğunu belirlemiştir. Ancak kız öğrencilerin ruh sağlığının en önemli yordayıcısının aile yerine arkadaşlardan algılanan destek olduğunu ortaya koymuştur. Bağlanma güvensizliğinin algılanan sosyal destekten daha iyi bir zihinsel sağlık yordayıcısı olabileceğini bulmuştur. Ayrıca, arkadaşlardan algılanan sosyal desteğin, bağlanmayı kontrol ettikten sonra kadın öğrencilerin ruh sağlığı için önemli bir

yordayıcı olmaya devam ettiğini, ancak erkek öğrenciler için, bağlanmayı kontrol ettikten sonra aileden algılanan sosyal desteğin artık anlamlı olmadığını tespit etmiştir.

Kalpakoff (2019) sosyal destek ve olumlu duygulanımı kontrol ettikten sonra nezaket ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yaptığı analizler sonucunda sosyal destek ve olumlu duygulanımı kontrol ettiğinde nezaket ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişki tespit edememiştir. Psikolojik sağlamlık ve nezaketin sosyal destek ve olumlu duygulanım ile nasıl ilişkisi olduğunu incelemek için ek analizler yapmıştır. Psikolojik sağlamlığın, sosyal destek ile istatistiksel olarak ilişkili olmadığını, ancak pozitif duygulanım ile pozitif olarak ilişkili olduğunu bulmuştur. Nezaketin, sosyal destek ve olumlu duygulanım ile pozitif olarak ilişkili olduğunu saptamıştır. Sosyal destek ve olumlu duygulanımın da önemli ölçüde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

### **2.5.2. Algılanan Sosyal Destekle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar:**

Kahrıman ve Polat (2003) ergenlerin aile ve arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Aileden algılanan sosyal desteğin arkadaştan algılanan sosyal destekle arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit etmişlerdir. Kadın öğrencilerin aileden ve arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek düzeyinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Benzer şekilde sosyal destek kaynaklarından cinsiyete göre farklı düzeyde algılanan sosyal destek miktarıyla ilgili olarak Akkaya (2011) kadın lise öğrencilerinin ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin erkek öğrencilerden daha fazla olduğunu saptamıştır.

Özdemir (2012) kadın ve erkek ortaokul öğrencilerinin algıladıkları öğretmen sosyal desteğinde anlamlı bir farklılık tespit etmemiştir. Yaptığı analizlerin sonucunda öğrencinin anne-babaya güvenli bağlanma düzeyi ile öğretmenden algıladığı sosyal destek düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu belirlemiştir.

Gazioğlu (2015) lise öğrencilerinde başa çıkma stratejilerinin güvenli bağlanma, algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve kişilik özellikleri ile arasındaki yordama ilişkisini incelemiştir. Yaptığı analizlerin sonucunda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere oranla güvenli bağlanma düzeyleri, aile ve arkadaştan algıladıkları sosyal destek düzeyinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Körük (2016) lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal desteğin, sahip oldukları güvensiz bağlanmanın gösterdikleri riskli davranışları yordamasında psikolojik belirtilerin aracı rolünü incelemiştir. Yapmış olduğu analizler sonucunda güvenli ve saplantılı bağlanmada erkek öğrencilerin korkulu bağlanmada ise kadın öğrencilerin daha yüksek puanlar aldıklarını tespit etmiştir. Toplam destek puanı ve aile, arkadaş ve öğretmen desteği puanlarının kadın

öğrencilerde daha yüksek olduğunu saptamıştır. Ayrıca güvensiz bağlanma ile algılanan sosyal destek değişkeni arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

**2.5.3. Bağlanma İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar:** Laible ve diğerleri (2004) empati, saldırganlık ve prososyal davranışın olası aracı rollerini dikkate alarak, geç ergenlik döneminde ebeveyn ve arkadaşla bağlanmanın benlik saygısı üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini incelemişlerdir. Yaptıkları analizlerin sonucunda hem ebeveyne hem de arkadaşla bağlanmanın ergen benlik saygısı ile ilişkili olduğunu ortaya çıkarmışlardır. Ebeveynlerine güvenli bağlanan ergenlerin, güvensiz bağlananlara göre daha yüksek düzeyde benlik saygısı bildirdiklerini bulmuşlardır. Arkadaşlara bağlanma ilişkilerinin de ergenlerin benlik saygısı raporlarıyla önemli ölçüde ilişkili olduğunu saptamışlardır. Yüksek düzeyde empati bildiren ergenlerin, aynı zamanda daha olumlu sosyal davranışlarda bulduklarını ve daha az saldırgan davranışlar sergilediklerini ortaya koymuşlardır.

Mallinckrodt ve Wei (2005) yetişkin kaygılı ve kaçınan bağlanmanın hem algılanan sosyal destek ile önemli ölçüde olumsuz, hem de psikolojik sıkıntı ile olumlu bir şekilde ilişkili olma durumunu incelemişlerdir. Yaptıkları analizlerin sonucunda kaygılı ve kaçınan bağlanmanın hem psikolojik sıkıntı ile pozitif hem de algılanan sosyal destek ile negatif ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır.

Arias (2013) bağlanma, algılanan öğretmen desteği ve okul bağlılığı arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bağlanmayı kontrol ettikten sonra algılanan öğretmen desteğindeki artışların, genel okul bağlılığına karşılık gelen artışları öngördüğünü saptamıştır. Ayrıca anneye bağlanma ile algılanan öğretmen desteği arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.

Ngai (2015) ebeveyn bakımı ve ebeveyn kontrolünün, ergenlerin özgünlük, cesaret, azim, nezaket, sevgi, sosyal zeka, adalet ve öz düzenleme karakter güçlerini nasıl etkilediğini araştırmıştır. Yaptıkları analiz sonucunda ebeveyn bakımının özgünlük, cesaret, sebat, nezaket, sevgi, sosyal zeka, adalet ve öz-düzenleme ile önemli pozitif ilişkilere sahip olduğunu ve ebeveyn kontrolünün yukarıda bahsedilen karakter güçleri ile önemli olumsuz ilişkilere sahip olduğunu bulmuştur.

Liu ve Wang (2021) ebeveyn duygusal sıcaklığının, ebeveyne bağlılığın ve arkadaşla bağlılığın, VIA Karakter Güçleri Gençlik Envanteri tarafından ölçülen ergenlerin karakter güçlerine ortaklaşa nasıl katkıda bulunduğunu araştırmıştır. Yaptıkları analizlerin sonucunda ebeveynin duygusal sıcaklığının, ebeveyne ve arkadaşla bağlanmanın ergenlerin karakter güçlerine önemli katkılar sağladığını ortaya koymuşlardır.



**2.5.4. Bağlanma İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar:** Katmer (2018) ergenlerde arkadaştan algılanan sosyal destek, arkadaşlık kalitesi ve arkadaşla bağlanma değişkenlerinin yalnızlığı yordama durumunu incelemiştir. Yaptığı analizler sonucunda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre algıladıkları arkadaş desteği daha yüksek, arkadaşlarına bağlanmalarının güvenli olma ihtimali daha fazla ve arkadaşlık kalitelerinin de daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca arkadaşla bağlanma, arkadaşlık kalitesi ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek değişkenlerinin birlikte yalnızlığı orta düzeyde anlamlı şekilde yordadığını ortaya koymuştur.

Bayraktar, Sayıl ve Kumru (2009) ebeveyn ve arkadaşla bağlanma, olumlu/olumsuz sosyal davranışlar ile benlik saygısı ve empati arasındaki ilişkilerden yola çıkarak oluşturulmuş bir modeli Türk kültüründe sınımışlardır. Yaptıkları analizlerin sonucunda kadın lise öğrencilerinde ebeveyne bağlanmanın empatik olmayı yordadığını ve beraberinde empatik olmanın olumlu sosyal davranışlarla pozitif, saldırgan davranışlarla negatif yönde ilişkili olduğunu saptamışlardır. Ebeveyne ve arkadaşla bağlanmanın kadın öğrencilerde ilişkili olmadığını, erkek öğrencilerde ise ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir.

Mubarique (2016) ergenlerde empati ve duygu düzenlemenin güvenli bağlanma ile prososyal davranışlar arasındaki ilişkideki aracılık rolünü incelemiştir. Yapmış olduğu analizler sonucunda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre anlamlı derecede daha fazla duygusal ve özgeci prososyal davranış sergilediklerini tespit etmiştir. Ergenlerin anne-babalarına güvenli bağlanma puanları ile empati puanları arasında anlamlı pozitif yönlü ilişki olduğunu saptamıştır. Ayrıca ergenlerin empati düzeylerinin anne-babaya güvenli bağlanma ile hem özgeci hem de duygusal prososyal davranışlar arasındaki ilişkiye anlamlı derecede aracılık ettiğini ortaya koymuştur.

Balışık-Kaya (2019) ergenlerin bağlanma ile empati düzeyleri ve saldırgan davranışları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yaptığı analizler sonucunda annesine ve babasına güvenli bağlanan ergenlerin empatik eğilimlerinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca annesine ve babasına güvenli bağlananlar arasında fiziksel saldırganlık, öfke, sözel saldırganlık ve saldırganlık ölçeği toplam puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptamamıştır.

Akdeniz (2020) ergenlerin yeme tutumunu bağlanma, beden algısı ve öz-şefkat açısından incelemiştir. Yaptığı analizler sonucunda ergenlerin olumsuz yeme tutumları ile kayıtsız bağlanma arasında pozitif yönde; olumsuz yeme tutumları ile olumlu beden algısı ve öz-şefkat düzeyleri arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler tespit etmiştir.

**2.5.5. Nezaket Karakter Gücü İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar:** Lashuk (1997) nezaket eylemleri gerçekleştirmenin, bireyin kendine olan saygısı ve genel olarak diğer insanlara olan saygısı üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Yaptığı analizler sonucunda benlik saygısı düşük olan bireylerin daha fazla nazik davranış sergileme eğiliminde olduğunu tespit etmiştir.

Dossett (2011) minnettarlık, nezaket karakter güçleri ve öznel iyi oluş faktörlerinin arasındaki ilişkiyi ve kişilik faktörlerinin bu ilişki üzerindeki etkisini incelemiştir. Yaptığı analizlerin sonucunda nezaket karakter gücünün yaşam doyumu, pozitif duygulanım ve genel öznel iyi oluş ile anlamlı ve pozitif bir şekilde ilişkili olduğunu, ancak olumsuz duygulanım ile ilişkili olmadığını göstermiştir. Nezaket karakter gücü ile uyumluluk ve vicdanlılık arasında anlamlı bir pozitif ilişki olduğunu tespit etmiştir.

Curry ve diğerleri (2018) nezaket müdahalelerinin öznel iyi oluşu artırdığına dair deneysel kanıtların sistematik bir incelemesini ve meta-analizini yapmışlardır. Çok seviyeli modelleme ile nezaketin bireyin iyi oluşu üzerindeki genel etkisinin küçük ila orta ( $\delta = 0.28$ ) olduğunu ortaya koymuşlardır. Etki büyüklüğünün cinsiyet, yaş, katılımcı tipi, müdahale, kontrol koşulu veya sonuç ölçütü tarafından azaltılmadığını saptamışlardır. Yayın yanlılığına dair hiçbir belirti bulmamışlardır.

Binfet ve Whitehead (2019) ergenlerin bir nezaket müdahalesine katılımının iyi oluşları üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Ön test puanlarını kontrol ettikten sonra, herhangi bir iyi oluş ölçeğinde son testte kontrol ve müdahale grupları arasında anlamlı bir fark bulamamışlardır. Ancak, katılımcıların müdahaleye katılımı (müdahale alımı) analizi üzerine, katılımcıların yarısının ( $n=87$ ) nezaket müdahalesinin %60'ından azını uyguladığını belirlemişlerdir. Müdahaleye daha tam olarak katılan katılımcıların, en iyi sağlık yararlarından faydalandıklarını ortaya koymuşlardır. Bunun, özellikle olumsuz duyguya karşı koyma ve ergenlerin başkalarıyla etkileşime girerken kendilerini nazik olarak görmelerini artırma konusunda geçerli olduğunu belirtmişlerdir.

Lee ve Huang (2021) ortaokul öğrencilerinde okula aidiyet duygusu, okul nezaketi algıları ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkileri incelemiştir. Yaptıkları analiz sonucunda öğrencilerin okula aidiyet duygularının, okul nezaketi ve öğrenci nezaketi ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Öğrencilerin okul nezaketi algıları ile nezaket karakter gücü arasında pozitif bir ilişki bulmuşlardır. Ayrıca kızların erkeklerden daha yüksek düzeyde nezaket karakter gücüne sahip olduklarını saptamışlardır.

**2.5.6. Nezaket Karakter Gücü İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar:** Deveci ve Selanik-Ay (2009) ilköğretim öğrencilerinin günlük yaşamda kullandıkları değerleri

belirleyerek değerler eğitimi çalışmalarının etkilerini ortaya koymaya çalışmışlardır. Yaptıkları analizler sonucunda sorumluluk, çalışkanlık, insan ilişkileri, öz-denetim, ulusal değerler, onurlu olma, temizlik, tutarlılık, hoşgörü, paylaşma, merhamet, dürüstlük, nezaket olmak üzere on üç temaya ulaşmışlardır. Nezaketin öğrencilerin günlük yaşamlarında sıklıkla yer alan değerlerden biri olduğu sonucuna varmışlardır. Ayrıca öğrencilerin günlüklerinde nezaket değeri teması altında başkalarına karşı davranışlarında dikkatli ve nazik olmaya ilişkin ifadelerin yer aldığına dikkat çekmişlerdir.

Oğuz-Duran ve Kaya-Memiş (2017) Okul Nezaket Ölçeği'nin Türk kültürüne uyarlamasını yapmak, cinsiyet ve sınıf düzeyinin okul nezaket algısı ve okula bağlanmaya etkisini incelemek ve ilköğretim öğrencilerinde okula bağlanma ve okul nezaket algısının birbiriyle ilişkisini belirlemek için bir araştırma yapmışlardır. Yaptıkları analizlerin sonucunda Türk kültürüne uyarlamasını yaptıkları Okul Nezaket Ölçeği'nin Türk ilköğretim öğrencileri için kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğuna dair ön kanıt elde etmişlerdir. İlkokul öğrencilerinin okul nezaketi algılarının, bu öğrencilerin okula bağlanma düzeylerinin toplam ve tüm alt boyutlarıyla anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir.

Kaya-Memiş (2018) ilköğretim öğrencilerinin okullarındaki nezakete ilişkin algıları ile psikolojik ve duygusal iyi oluşları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Yaptığı analizlerin sonucunda okul nezaket algısında, psikolojik ve duygusal iyi oluş düzeylerinde cinsiyete göre bir farklılaşma tespit etmemiştir. Ayrıca okul nezaket algısı ile psikolojik ve duygusal iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve okul nezaket algısının psikolojik ve duygusal iyi oluşu anlamlı bir şekilde yordadığını saptamıştır.

Çalışkan (2019) Suriyeli mülteci öğrencilerin bulunduğu ilköğretim okullarında okul nezaketi algısı ve öğrenci kovitalitesini araştırmıştır. Yapmış olduğu analizlerin sonucunda kadın öğrencilerin hem okul nezaketi algılarının hem de öğrenci kovitalite düzeyinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Göçmen gruplarına göre okul nezaketi algıları ve öğrenci kovitalite düzeyinde anlamlı bir farklılaşma bulamamıştır. Son olarak okul nezaket algısının öğrenci kovitalitesi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğunu saptamıştır.

Cellek (2020) güzel ahlakın simgesi olan nezaket kurallarının eğitim süresince yeni nesillere taşınmasının önemini ve gerekliliğini incelemiştir. Nezaket kavramını estetik, ahlak, huy, edep, adap kavramları ile birlikte ele almıştır. Ardından eğitim kavramını; öğretim, ahlak, kültür, sanat kavramları ile incelemiştir. Yaptığı değerlendirmeler sonucunda çocuklara erken yaşlardan itibaren görgü ve nezaket kurallarının öğretilmesi gerektiğini öne sürmüştür.

Nezaket kurallarının kazandırılması sürecinde ebeveyn ve öğretmenlerin rol modeller olarak önemli bir yere sahip olduklarını belirtmiştir.

Değişkenlerle ilgili araştırma sonuçlarına bakıldığında algılanan sosyal destek, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanma ve nezaket değişkenlerinin birbiriyle ilişkili olduğuna dair ipuçları göze çarpmaktadır. Ancak üç değişkeni birlikte ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ayrıca ilgili değişkenlerin ilişkilerini ortaya koyan araştırmaların çoğunda da yetişkin örneklem grubu ile çalışılmıştır. İlgili değişkenlerin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterme durumları da bazı araştırma sonuçlarında yer almıştır. Ancak bu cinsiyet farklılıklarına ilişkin çalışmaların çoğunda ya yetişkin örneklem ile çalışılmış ya da algılanan sosyal destek ve bağlanma gibi kavramlarda aile, arkadaş, öğretmen gibi kaynaklara yönelik ayrıntılı analizlere yer verilmemiştir. Mevcut çalışmada bütün bu ipuçlarından ve eksikliklerden yola çıkılarak lise öğrencilerinde aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal destek, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanma ve nezaket karakter güçleri arasındaki ilişkileri betimlemek için bir teorik model oluşturulmuştur. Bu teorik modelin veri ile sağlamlasının yapılması için yol analizi kullanılmıştır.

### 3. BÖLÜM

#### YÖNTEM

Tezin bu bölümünde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, veri toplanma süreci, veri analizi, geçerlik- güvenirlilik ve etik konuları hakkındaki bilgiler yer almaktadır.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma betimsel bir çalışmadır. Araştırmada basit ilişkisel desenler kapsamında algılanan sosyal destek düzeyleri, ebeveyne ile arkadaşına güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Daha sonra dolaylı etki modeliyle; nezaket karakter gücünün ebeveyne ile arkadaşına güvenli bağlanma ve algılanan sosyal destek düzeylerinin arasındaki ilişkiye aracılık edip etmediği ele alınmıştır.

Betimsel desen türlerinden biri olan ilişkisel araştırma desenleri iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlar (Heppner, Wampold ve Kivlighan, 2008). İlişkisel araştırma desenlerinin analizinde gözlenen değişkenlerin yanı sıra gizil değişkenlerin de hesaba katılması gerekir (Cole, Lazarick ve Howard, 1987). Basit ilişkisel desenler iki değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koyan değerli bilgiler sağlasa da örtük değişkenlerin kullanıldığı araştırmalar korelasyonel ilişkilerden daha isabetli tahminler sunar (Heppner ve diğerleri, 2008). Özellikle psikolojik danışma ve rehberlik alanında insana dair kavramlar arasında birbiri içine geçmiş karmaşık ilişkilerin olduğu göz önüne alındığında ilişkisel desenlerin daha ileri analizlere doğru gelişmesi ihtiyacı doğmuştur.

Araştırmacıların ele aldığı değişkenler arasında daha komplike ilişkileri anlamada kullanabilecekleri iki yaygın araştırma yönteminden birisi aracılık etkisidir (Frazier, Tix, ve Barron, 2004). Aracılık etkisi modeli ister gözlenen değişkenlerle yapılan yol analizi yöntemi, ister gizil ve gözlenen değişkenler arasındaki ilişkiyi eş zamanlı inceleme yöntemi kullanılarak yapılmış istatistiksel analizler yapısal eşitlik modelleri yöntemiyle gerçekleştirilir (Heppner ve diğerleri, 2008).

Bu araştırmada algılanan sosyal destek, ebeveyne ile arkadaşına güvenli bağlanma ve nezaket karakter gücü arasındaki basit ilişkisel durumları Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. İlgili değişkenler arasındaki ilişkileri daha ayrıntılı ele almak için yapılan aracılık etkisi modeli ise yol analizi yöntemiyle yapılmıştır. Yol analizi ile algılanan sosyal destek, ebeveyne ile arkadaşına güvenli bağlanma ve nezaket karakter gücü değişkenleri gözlenen değişken olarak tanımlanıp modele bu şekilde dahil edilmiştir. Yapılan yol analizinde değişkenler arasındaki doğrudan yordama ilişkileri incelenmiştir.

Ayrıca değişkenler arasındaki dolaylı yordama ilişkilerinin anlamlılığını anlamlılığını test etmek için bootstrapping işlemi kullanılmıştır.

### 3.2. Araştırma Grubu

Araştırma grubu; uygun örnekleme yöntemiyle belirlenen 12 anadolu lisesinde öğrenim gören 676 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmanın örnekleme ilişkin bilgiler Tablo 1’de gösterilmiştir.

**Tablo 1**

*Araştırma grubuna ait demografik bilgiler*

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	499	74
	Erkek	177	26
Yaş	15	338	50
	16	225	33.3
	17	97	14.3
	18	16	2.4
Sınıf	9	288	42.6
	10	274	40.5
	11	80	11.8
	12	34	5

Araştırmanın örnekleminin demografik özelliklerine bakıldığında örneklemin % 74’ünün kadın, % 26’sının erkek öğrencilerden oluştuğu görülmektedir. Öğrencilerin % 50’si 15, % 33,3’ü 16, % 14,3’ü 17 ve % 2,4’ü 18 yaşındadır. Örnekleme oluşturan öğrencilerin % 42,6’sı 9. sınıf, % 40,5’i 10.sınıf, % 11,8’i 11. sınıf, % 5’i ise 12. sınıf düzeyindedir.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada lise öğrencilerinin demografik bilgilerini elde etmek için Kişisel Bilgi Formu, algılanan sosyal destek düzeylerini belirlemek için Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-R, ebeveynle arkadaşla güvenli bağlanma düzeylerini belirlemek için Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş Form’u ve nezaket karakter gücünü belirlemek için de Karakter Güçleri Gençlik Envanteri’nden yararlanılmıştır.

**3.3.1. Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından geliştirilen bu formda araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi ile ilgili sorular yer almaktadır.

**3.3.2. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-R:** Bireylerin yaşadığı çevreden gördüğü sosyal desteğe yönelik algısını değerlendirmek amacıyla Yıldırım tarafından 1997 yılında geliştirilmiştir. Ölçekte aile, akraba, arkadaş, öğretmen, toplum alt ölçeklerini içeren toplam

yirmi altı madde bulunmaktadır. Üçlü likert tipi derecelendirme ile yanıt verilen ölçeğin maddelerinin on bir tanesi ters maddedir. Her alt ölçeğin altındaki maddelerin puanlarının toplanması sonucunda o alt ölçeğe ilişkin toplam puan hesaplanmaktadır. Her alt ölçekten elde edilen toplam puanlar yirmi altı ile yetmiş sekiz arasında değişmektedir. Ölçekteki beş alt ölçeğin toplam puanı ile de Genel Sosyal Destek puanı elde edilmektedir. Ölçeğin yakınsak geçerliliği için Harter Çocuklar ve Gençler için Sosyal Destek ölçeği kullanılmıştır. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin toplam puanı ve alt ölçeklerden elde edilen puanları arasında yüksek korelasyonlar bulunmuştur. Ölçeğin tümüne ilişkin iç tutarlılık katsayısı 0.93, aile alt ölçeği için 0.79, akraba alt ölçeği için 0.76, arkadaş alt ölçeği için 0.74, öğretmen alt ölçeği için 0.75 ve toplum alt ölçeği için 0.80 olarak hesaplanmıştır. (Yıldırım, 1997).

Ölçeğin revizyonu Yıldırım tarafından 2004 yılında yapılmıştır. Ölçekte aile desteği, arkadaş desteği ve öğretmen desteği olmak üzere üç alt ölçek bulunmaktadır. Toplam elli maddeden oluşan ölçeğin yirmi maddesi aile desteğini, on üç maddesi arkadaş desteğini, on yedi maddesi ise öğretmen desteğini ölçmektedir. Üçlü likert tipi derecelendirme ile yanıt verilen ölçeğin her bir alt ölçeğinde bir tane ters madde bulunmaktadır (Yıldırım, 2004). Ölçeğin geçerliliğini incelemek amacıyla yapılan analizde tüm ölçeğe ilişkin KMO katsayısı .933 ve Bartlet testi anlamlı çıkmıştır. Alt ölçeklerinde de KMO katsayısı .935 ve .950 arasında bulunmuş ve Bartlet testi anlamlı çıkmıştır. Ölçeğin yakınsak geçerliliği için Beck Depresyon Envanteri ve Gündelik Sıkıntılar Ölçeği kullanılmış ve tahmin edilen yönde anlamlı korelasyonlar bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları ölçeğin tümü için 0.91, aile desteği için 0.83, arkadaş desteği için 0.77 ve öğretmen desteği için 0.83 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar-test güvenilirliği, ölçeğin tümü için 0.93, aile desteği için 0.81, arkadaş desteği için 0.81 ve öğretmen desteği için 0.86 olarak ölçülmüştür. (Ekşisu, 2009).

Ölçme aracına ait ölçüm modeli için doğrulayıcı faktör analizi AMOS 24 ile test edilmiştir. Aile, arkadaş ve öğretmen alt ölçekleri için verinin modele kabul edilebilir uyum gösterdiği tespit edilmiştir. Bu çalışma için Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-R'nin iç tutarlılık katsayıları aile desteği için 0.95, arkadaş desteği için 0.92 ve öğretmen desteği için 0.95 olarak hesaplanmıştır.

### **3.3.3. Ebeveyne ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş Formu:**

Orijinal versiyonu orta ve geç ergenlerde bağlanmayı ölçmek için Armsden ve Greenberg tarafından 1987'de geliştirilmiştir. Envanterde ebeveyne bağlanmayı değerlendiren yirmi sekiz maddenin ve arkadaşlara bağlanmayı değerlendiren yirmi beş maddenin her biri için, katılımcılardan üçlü likert tipi derecelendirme ile yanıt vermeleri istenmektedir. Hem ebeveyn

hem de arkadaş kısmındaki maddeler güven, iletişim ve yabancılaşma alt boyutlarına sahiptir. Envanterin yakınsak geçerliliği için Tennessee Benlik Kavramı Ölçeği'nin aile ve sosyal benlik alt boyutları kullanılmıştır. Envanterin ebeveyn ve arkadaş ölçekleri ile aile ve sosyal benlik alt boyutları arasında orta derecede ilişkiler tespit edilmiştir. Envanterin iç tutarlılık katsayıları için hem ebeveyn hem de arkadaş ölçeklerinde alt ölçekler için 0.72 ile 0.91 arasında değişen Cronbach alfa katsayıları hesaplanmıştır. Envanterin test-tekrar-test güvenilirliği, arkadaşla bağlanma için 0.86 ve ebeveyne bağlanma için 0.93 arasında değişen korelasyon katsayılarıyla rapor edilmiştir. (Armsden ve Greenberg, 1987).

Ebeveyne ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş Formu'nun Türk kültürüne uyarlanmasını Yavuz, Yüksel ve Göksan-Yavuz (2018) 15-17 yaşları arasındaki ergenler üzerinde gerçekleştirmiştir. Envanterin ebeveyne bağlanma kısmında yirmi sekiz, arkadaşla bağlanma kısmında yirmi beş madde bulunmaktadır. Üçlü likert ile değerlendirilen envanterin ebeveyn kısmında on üç, arkadaş kısmında yedi madde ters kodlanmaktadır. Envanterde ebeveyn ve arkadaşla bağlanma başlıklarının her birinden alınan toplam puanların artması güvenli bağlanmaya işaret etmektedir. Ölçeğin geçerliliğini incelemek amacıyla yapılan analizde KMO ölçümü ebeveyn ve arkadaş bağlanma ölçekleri için  $>0.8$  olarak hesaplanmış ve iyi bulunmuştur. Bartlett testi sonucu da  $p<0.001$  bulunmuş ve verilerin faktör analizine uygun olduğu görülmüştür. Yapılan faktör analizi sonucunda Türk kültürüne uyarlaması yapılan envanterin tek faktörlü bir yapısının olduğu belirlenmiştir. Envanterin iç tutarlılık katsayıları için ebeveyn ve arkadaşla bağlanma ölçeklerinin ikisinin de Cronbach alfa katsayıları 0.89 olarak hesaplanmıştır. Envanterin test-tekrar-test güvenilirliği, ebeveyn ve arkadaşla bağlanma ölçekleri için sırasıyla 0.97 ve 0.95 olarak ölçülmüştür (Yavuz ve diğerleri, 2018).

Ölçme aracına ait ölçüm modeli için doğrulayıcı faktör analizi AMOS 24 ile test edilmiştir. Ebeveyne bağlanma ve arkadaşla bağlanma ölçekleri için verinin modele kabul edilebilir uyum gösterdiği tespit edilmiştir. Bu çalışma için Ebeveyne ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş Formu'nun iç tutarlılık katsayıları ebeveyne bağlanma için 0.96, arkadaşla bağlanma için 0.85 olarak bulunmuştur.

**3.3.4. Karakter Güçleri Gençlik Envanteri:** 10-17 yaşlarındaki bireylerde VIA karakter güçleri sınıflamasının belirlediği altı erdem ve onun altında yer alan yirmi dört karakter gücünü belirlemek için Peterson ve Seligman (2004) tarafından geliştirilmiştir. Envanteri uygulama ile ilgili yaptıkları çalışmalar sonucunda on -on yedi yaş arası bireyler için tek bir envanterin yeterli olacağına karar vermişlerdir. Ancak ön ergenlerin benmerkezcilik tutumları nedeniyle çıkan yorumların dikkatli ele alınması gerektiği konusunda da



uygulayıcıları uyarılmışlardır. Envanter ilk etapta yüz seksen iki madde ve beşli likert tipi değerlendirme şeklinde geliştirilmiştir. Ölçeğin kâğıt-kalem uygulama şeklindeki versiyonunda iç tutarlılık katsayıları yaratıcılık. 86, merak. 76, açık fikirlilik. 85, öğrenme sevgisi. 87, bakış açısı. 84, cesur olma. 78, sebatkârlık. 82, dürüstlük. 75, yaşam coşkusu. 73, sevgi. 85, nezaket. 81, sosyal zekâ. 77, sorumluluk. 78, hakkaniyet. 74, liderlik. 84, affetme. 76, alçakgönüllülük. 73, tedbirlilik. 70, özdenetim. 66, estetik ve mükemmelliğin takdiri. 82, minnettarlık. 85, umut. 82, mizah. 81 ve maneviyat. 85 bulunmuştur (Park ve Peterson, 2003; 2004).

Envanterin Türk kültürüne uyarlanması Kabakçı tarafından 2013 yılında lise öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Yapılan uyarlama envanterin yüz doksan sekiz maddelik versiyonuna aittir. Türk kültürüne uyarlanan envanter yüz doksan yedi maddeden oluşmakta ve beşli likert ile değerlendirilmektedir. Yirmi dört alt boyuttan oluşan envanterin her bir alt boyutu bir karakter gücüne karşılık gelmektedir. Envanterin her bir alt boyutundan alınan yüksek puan bireyin ilgili alt boyutun değerlendirdiği karakter gücüne sahip olduğunu göstermektedir. Elli dört ters maddeye sahip olan envanterde her bir karakter gücüne ait alt ölçekler ayrı kullanılabilir (Kabakçı, 2013). Yapı geçerliliği için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda model verilerine dayalı uyum indekslerinin kabul limitlerinin iyi olduğu ve buna göre VIA Karakter Sınıflandırmasındaki altı erdem yapısına iyi düzeyde uyum sağladığı saptanmıştır. Uyum geçerliliği için yapılan analizler sonucunda seçilen 15 karakter gücünün hoşgörü, sorumluluk, barışçılık, saygı, dürüstlük ve dostluk olmak üzere altı farklı değer ile pozitif bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Envanterin iç tutarlık katsayıları merak (.64), alçakgönüllülük (.67) ve sağduyu (.68) dışında. 70'in üzerindedir. Tüm test-tekrar-test güvenilirlik katsayıları  $>.70$  olarak tespit edilmiştir. Erdem boyutları dikkate alındığında araştırma grubundan elde edilen her iki iç tutarlık katsayısı da  $>.80$ 'dir. (Kabakçı, Ergene ve Doğan, 2019).

Bu çalışma kapsamında ilgili envanterin sadece nezaket karakter gücünü değerlendiren alt boyutu kullanılmıştır. Bu nedenle ölçme aracına ait ölçüm modeli için doğrulayıcı faktör analizi yapılmamıştır. Bu çalışmada nezaket karakter gücü alt boyutunun iç tutarlılık katsayısı 0.77 olarak hesaplanmıştır.

### 3.4. Veri Toplama Süreci

Verilerin toplanması için Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan 2 Ekim 2020 tarihinde onay alınmıştır. Daha sonra lise öğrencilerine ölçek uygulamak için Bursa İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden 5 Mart 2021 tarihinde izin alınmıştır. Ölçekler Koronavirüs pandemisi nedeniyle öğrencilere çevrimiçi

uygulanmıştır. Online uygulamanın sağlıklı ilerlemesi için önceden gönüllü bir 10. sınıf öğrencisiyle uygulamadan önce çevrimiçi platformda sorular irdelenmiştir. Soruların anlaşılabilirliği, online uygulamanın tahmini süresi gibi konular tartışılmıştır. Ayrıca Antalya, Denizli, Ankara, Kütahya, Mersin ve Manisa illerinden gönüllü lise öğrencileriyle pilot çevrimiçi ölçek uygulaması yapılmıştır. Online linklerdeki problemler, ölçek maddelerinde tekrar eden durumlar konularında onlardan gelen geri bildirimlerle çevrimiçi ölçek formatına son hali verilmiştir. Bu görüşmelerden elde edilen sonuçlarla son hali verilen çevrimiçi ölçek formları uygulama izni alınan liselerdeki okul müdür ve okul psikolojik danışmanlarıyla paylaşılmıştır. Üç ölçeğin eş zamanlı ve çevrimiçi ortamda uygulamasının yapılacağı bilgisi de okul müdür ve okul psikolojik danışmanlarına sunulmuştur. Okul müdürleri veya okul psikolojik danışmanları tarafından Eğitim Bilişim Ağı (EBA) ve sosyal iletişim kanallarından paylaşılmış olan çevrimiçi ölçek formuyla veri toplama 5 Nisan 2021 'de başlamış, 18 Haziran 2021'de tamamlanmıştır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Bu araştırmada yapılan istatistiksel işlemlerin basamakları şu şekildedir:

1. Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeylerinin, ebeveyne ile arkadaşına güvenli bağlanmalarının ve nezaket karakter gücünün cinsiyetlerine göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla 'Bağımsız Örneklem için t Testi' yapılmıştır.

2. Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri, ebeveyne ile arkadaşına güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla "Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi" kullanılmıştır.

3. Bu araştırmada lise öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyleri, ebeveyne ile arkadaşına güvenli bağlanma ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkiler yol (path) analizi ile incelenmiştir. Yol analizi nedensel modelleme olarak adlandırılmakla birlikte gözlenen değişkenler arasındaki ilişki ağlarını incelemek için kullanılan istatistiksel bir tekniktir (Bayram, 2016). Açıklayıcı değişkenlerin ölçüm hatası olmadığı (veya yalnızca ihmal edilebilir hata içerdiği) varsayılır. Bağımlı değişkenler, model denklemlerinin artık terimlerinde kapsanan ölçüm hatasını, yani açıklayıcı değişkenler tarafından açıklanamayan kısmı içerebilir. Yol analizi modellerinin özel bir özelliği, gizil değişkenler içermemeleridir. (Raykov ve Marcoulides, 2006). Bu çalışmada öncelikle algılanan sosyal destek, bağlanma ve nezaket ile ilgili literatür incelenmiştir. Literatürdeki araştırmaların bulguları incelenmiş ve modelde yer alması düşünülen değişkenler arası ilişkiler belirlenerek bir teorik model

tanımlanmıştır. Teorik modelin elde edilen veriyle doğrulanması için en uygun yöntem olduğu için yol analizi seçilmiştir.

Yol analizinden önce betimsel istatistik ile ilgili analizleri gerçekleştirmek için SPSS 25 programından yararlanılmıştır. Yol analizi ve bootstrapping işleminin gerektirdiği istatistiksel analizleri gerçekleştirmek için ise AMOS 24 programı kullanılmıştır. Parametre kestirim yöntemi olarak asimptotik olarak dağılımdan bağımsız (Asymptotically Distribution Free/ADF) tahmin yöntemi kullanılmıştır. Literatüre dayanarak oluşturulmuş model ile veriden elde edilen modelin birbirine uyumunu değerlendirmek için ki kare istatistiği ( $\chi^2/sd$ ), uyum iyiliği indeksi (GFI), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI), normlandırılmış uyum indeksi (NFI), Tucker ve Lewis indeksi (TLI), standardize edilmiş ortalamaların karekökü (SRMR) ve yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA) incelenmiştir. Modeldeki dolaylı yordama ilişkilerinin anlamlılığına bootstrapping işlemiyle bakılmıştır. Bu uyum indekslerine ilişkin Tablo 2’de yer alan ölçütler baz alınmıştır (Bayram, 2016):

**Tablo 2**

*Uyum indeksleri ve kabul edilebilir eşik değerleri*

Uyum İndeksi	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum
$\chi^2/sd$	$0 \leq \chi^2/sd \leq 2$	$2 < \chi^2/sd \leq 3$
GFI	$0.95 \leq GFI \leq 1.00$	$0.90 \leq GFI < 0.95$
CFI	$0.97 \leq CFI \leq 1.00$	$0.95 \leq CFI < 0.97$
NFI	$0.95 \leq NFI \leq 1.00$	$0.90 \leq NFI < 0.95$
TLI	$0.97 \leq TLI \leq 1.00$	$0.95 \leq TLI < 0.97$
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq 0.05$	$0.05 < RMSEA \leq 0.08$
SRMR	$0 \leq SRMR \leq 0.05$	$0.05 \leq SRMR \leq 0.10$

**3.5.1. Varsayımlar:** Birçok istatistiksel analizde olduğu gibi yol analizinin kullanılması için verinin ve teorik yapısının belirli varsayımları karşılaması beklenmektedir:

**3.5.1.1. Normallik:** Bu araştırmada tek değişkenli normal dağılıma ilişkin veriler Tablo 3’te sunulmuştur.

**Tablo 3***Bağımlı ve bağımsız değişkenlere ilişkin betimleyici istatistikler*

Değişken	N	M	SD	Çarpıklık	Çarpıklığın Hatası	Basıklık	Basıklığın Hatası
AİLESD	676	50.94	9.43	-1.24	.09	.73	.19
ARKDSD	676	34.98	5.19	-1.66	.09	2.58	.19
OGRTSD	676	39.39	8.85	-.57	.09	-.51	.19
EBEVEYNB	676	65.08	13.74	-.71	.09	-.43	.19
ARKADASB	676	61.00	7.25	-1.44	.09	1.88	.19
NEZAKET	676	3.88	.60	-.75	.09	.90	.19

Tablo 3'e bakıldığında değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayıları yaklaşık -2 ile +2 değerleri arasında yer aldığından tek değişkenli normal dağılım gösterdikleri söylenebilir (George ve Mallery,2003).

Bu araştırmada çok değişkenli normal dağılıma ilişkin veriler Tablo 4'te sunulmuştur.

**Tablo 4***Modeldeki gözlenen değişkenlere ait çok değişkenli normal dağılım sonuçları*

Model	Değişken	Min.	Maks.	Çarpıklık	Kritik Oran	Basıklık	Kritik Oran
NEZAKET	EBEVEYNB	28	84	-0.70	-7.47	-0.44	-2.31
	ARKADASB	31	71	-1.43	-15.19	1.85	9.83
	AİLESD	21	60	-1.24	-13.11	0.72	3.82
	ARKDSD	13	39	-1.66	-17.58	2.55	13.55
	OGRTSD	17	51	-0.57	-6.	-0.51	-2.73
	NEZAKET	1.56	5	-0.75	-7.92	0.88	4.69
	Çok Değişkenli					15.39	20.42

Tablo 4'deki çok değişkenli kritik oran değerlerine bakıldığında bu değerlerin mutlak değerce 1.96'dan büyük olduğu dikkati çekmektedir. Bu kritik oran değerleri çok değişkenli basıklığın normalleştirilmiş tahmini olup mutlak değerce 1.96'dan veya 2 'den büyükse çoklu normal dağılım varsayımı ihlaline sebep olur (Bayram,2016). Bunun yanı sıra Kline (2005) mutlak değerce 10'dan daha büyük basıklık değerinde bir problem olduğunu belirtmiştir. Bu sebeple çok değişkenli normal dağılım varsayımı karşılanmamıştır.

Veri çok değişkenli normal dağılım varsayımını karşılamadığından bu varsayımı gerektirmeyen asimptotik olarak dağılımdan bağımsız (ADF) kestirim yöntemi kullanılmıştır. Bu kestirim yöntemi doğru sonuçlar sunabilmek için büyük örneklem sayılarına ihtiyaç duyar (Kline, 2019). Bu kestirim yönteminde sağlıklı sonuçlar elde edebilmek için en azından tahmin edilen parametre sayısının 10 katından daha fazla sayıda veriye sahip olmak gerekmektedir (Raykov ve Marcoulides, 2000). Byrne'nın (2016) verdiği bir örnekte 47 tahmin edilen parametresi olan bir çalışmada örneklem büyüklüğü en az 470 olmalıdır. Bu örnekteki çalışma için 372 verilik bir örneklem büyüklüğü için ADF kestirim yöntemi doğru sonuçlar vermeyecektir (Byrne, 2016). Belirlenen temel modellerin her birinde tahmin edilen

parametre sayısı 5’ir. Buna göre bu kestirim yöntemini kullanabilmek için en az 500 veriye sahip olmak gerekmektedir. Bu çalışmanın örnek büyüklüğü 676 olduğundan bu kestirim yönteminin kullanımının seçilmesinde herhangi bir engel bulunmamaktadır.

**3.5.1.2. Uç Değerler:** Modellere ilişkin sınama yapıldığında Mahalanobis uzaklığı ile ilgili tablolar incelendiğinde uç değer olarak değerlendirilebilecek bir veriye rastlanmamıştır.

**3.5.1.3. Kayıp Veri:** Online uygulama sonucunda altı yüz yetmiş altı lise öğrencisinden veri toplanmıştır. Online platformdan veri toplandığı için veri setinde kayıp veri bulunmamaktadır.

**3.5.1.4. Çoklu Bağlantılık:**

**Tablo 5**

*Modeldeki gözlenen değişkenlere ait çoklu doğrusal bağlantı sonuçları*

Model	Değişkenler	Doğrusallık	
		Tolerans	VIF
NEZAKET	EBEVEYNB	,22	4,59
	ARKADASB	,25	4,04
	AILESD	,21	4,71
	ARKDSD	,26	3,83
	OGRSD	,74	1,36

Tablo 5’e baktığımızda VIF değerlerinin 10’dan küçük, tolerans değerlerinin de 0.2’den büyük olması sebebiyle değişkenler arasında sorun teşkil edebilecek çoklu doğrusal bağlantı yoktur.

## 4. BÖLÜM

### BULGULAR

Tezin bu bölümünde araştırma amacı doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgulara ilişkin yorumlar sunulmuştur.

#### 4.1. Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları Ve Nezaket Karakter Gücünün Cinsiyete Göre Anlamlı Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeylerinin, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücünün cinsiyetlerine göre anlamlı olarak farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla ‘Bağımsız Örneklem için t Testi’ uygulanmış ve elde edilen bulgular Tablo 6’da verilmiştir.

**Tablo 6**

*Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücünün cinsiyete göre anlamlı farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular*

Değişken	Gruplar	n	$\bar{X}$	SS	t	sd	p	d
AİLESD	Kadın	499	50.74	9.65	-0.98	674	0.33	-
	Erkek	177	51.54	8.78				
ARKDSD	Kadın	499	35.33	5.18	2.93	674	0.00	0.14
	Erkek	177	34.01	5.10				
OGRTSD	Kadın	499	39.62	8.85	1.16	674	0.25	-
	Erkek	177	38.72	8.82				
EBEVEYNB	Kadın	499	64.56	14.17	-1.76	350	0.08	0.15
	Erkek	177	66.54	12.41				
ARKADASB	Kadın	499	61.41	7.26	2.46	674	0.01	0.22
	Erkek	177	59.85	7.11				
NEZAKET	Kadın	499	3.99	0.54	8.19	674	0.00	0.69
	Erkek	177	3.57	0.67				

\*p<0.05, \*\*p<0.01

Tablo 6 incelendiğinde algılanan sosyal destek düzeylerine bakıldığında arkadaştan alınan sosyal destek düzeyinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $t_{(674)}=-2.93$ ,  $p<0.05$ ). Cohen’e göre d için hesaplanan puanın 0.2’den küçük olması etki büyüklüğünün zayıf, 0.5 olması etki büyüklüğünün orta ve 0.8’den büyük olması durumunda etki büyüklüğü kuvvetli olarak değerlendirilebilir (Kılıç, 2014). Arkadaştan algılanan sosyal destek açısından kadın ve erkek öğrenciler arasında zayıf düzeyde etki büyüklüğü olan anlamlı bir fark bulunmuştur. Buna göre kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre arkadaşlarından gördükleri desteğin daha fazla olduğunu düşündükleri ileri sürülebilir.

Bağlanma değişkenine bakıldığında ebeveyne ( $t_{(350)}=-1.76$ ,  $p<0.05$ ) ve arkadaşla güvenli bağlanmanın ( $t_{(674)}=2.46$ ,  $p<0.05$ ) cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği

belirlenmiştir. Ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanma açısından kadın ve erkek öğrenciler arasında zayıf düzeyde etki büyüklüğü olan anlamlı bir fark bulunmuştur. Bulguya bakıldığında erkek öğrencilerin ebeveynlerine daha güvenli bağlandıkları, kadın öğrencilerin ise arkadaşlarına daha güvenli bağlandıkları söylenebilir.

Nezaket karakter gücünün cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ( $t_{(674)}=8.19, p<0.05$ ). Nezaket karakter gücü açısından bakıldığında kadın ve erkek öğrenciler arasında orta düzeyde etki büyüklüğü olan anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadın öğrenciler erkek öğrencilere göre daha fazla nezaket karakter gücüne sahiptir.

#### 4.2. Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları Ve Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri, ebeveyn ile arkadaşına güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla “Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi” uygulanmış ve elde edilen bulgular Tablo 7’de verilmiştir.

**Tablo 7**

*Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri, ebeveyn ile arkadaşına güvenli bağlanmaları ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkilere ilişkin bulgular*

Değişken	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. AİLESD	1					
2. ARKDSD	.36**	1				
3. OGRSD	.48**	.32**	1			
4. EBEVEYNB	.88**	.32**	.46**	1		
5. ARKADASB	.40**	.86**	.36**	.39**	1	
6. NEZAKET	.25**	.38**	.27**	.26**	.40**	1

\* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$

0 ve 0,30 arasındaki korelasyon katsayısı büyüklükleri düşük düzeyde korelasyonu; 0,3 ve 0,7 arasındaki değerler orta düzeyde korelasyonu; 0,7 and 1,0 arasındaki değerler yüksek düzeyde korelasyonu ifade etmektedir (Ratner, 2009). Tablo 7 incelendiğinde aileden algılanan sosyal desteğin; arkadaşından algılanan sosyal destek ( $r = 0.36, p<0.01$ ), öğretmenden algılanan sosyal destek ( $r = 0.48, p<0.01$ ) ve arkadaşına güvenli bağlanma ile ( $r = 0.40, p<0.01$ ) orta düzeyde, ebeveyne güvenli bağlanma ( $r = 0.88, p<0.01$ ) ile yüksek düzeyde, nezaket karakter gücü ( $r = 0.25, p<0.01$ ) ile düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. Arkadaşından algılanan sosyal desteğin; öğretmenden algılanan sosyal destek ( $r = 0.32, p<0.01$ ), ebeveyne güvenli bağlanma ( $r = 0.32, p<0.01$ ) ve nezaket karakter gücü ( $r = 0.38, p<0.01$ ) ile orta düzeyde, arkadaşına güvenli bağlanma ( $r = 0.86, p<0.01$ ) ile yüksek düzeyde ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği tespit edilmiştir. Öğretmenden algılanan



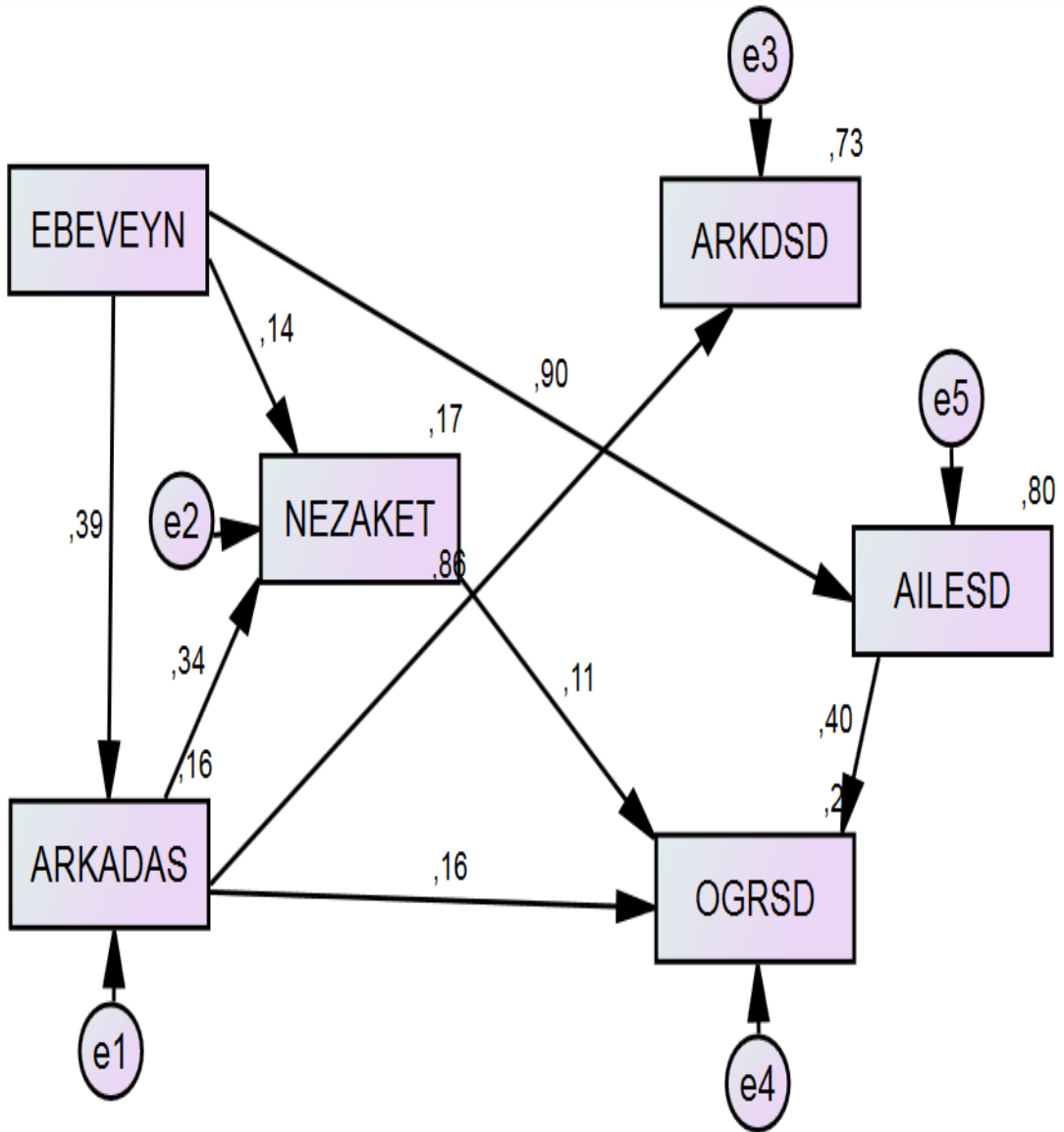
sosyal desteğin; ebeveyne güvenli bağlanma ( $r = 0.46, p < 0.01$ ) ve arkadaşına güvenli bağlanma ( $r = 0.36, p < 0.01$ ) ile orta düzeyde, nezaket karakter gücü ( $r = 0.27, p < 0.01$ ) ile zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği saptanmıştır. Ebeveyne güvenli bağlanmanın; arkadaşına güvenli bağlanma ( $r = 0.39, p < 0.01$ ) ile orta düzeyde ve nezaket karakter gücü ( $r = 0.26, p < 0.01$ ) ile zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. Arkadaşına güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücü ( $r = 0.40, p < 0.01$ ) ile orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki gösterdiği tespit edilmiştir.

#### **4.3. Lise Öğrencilerinin Ebeveyn ile Arkadaşına Güvenli Bağlanmaları, Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Ve Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkileri Betimlemeye Yönelik Yol Analizi Bulguları**

Lise öğrencilerinin ebeveyn ile arkadaşına güvenli bağlanmaları, algılanan sosyal destek düzeyleri ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkileri betimlemeye yönelik yol analizi yöntemi kullanılmıştır. Nihai modele ulaşmak için beş kere analizler yenilenmiştir. Anlamlı olmayan yolların modelden çıkarılması sonucunda uyum indeksleri kabul edilebilir uyum indeksi değerleri arasında yer almıştır. Ebeveyne güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücünü, nezaket karakter gücünün arkadaşından algılanan sosyal desteği, aileden algılanan sosyal desteğin öğretmenden algılanan sosyal desteği yordama gücü katsayıları hariç bütün yordama katsayıları artış göstermiştir. Şekil 4'te nihai model yer almaktadır.

## Şekil 2

Nezaket karakter gücü ile ilgili nihai model



Yapılan analizler sonucunda Şekil 4'teki modelin uyum indeksleri Tablo 8'de sunulmuştur.

**Tablo 8**

*Modelin uyum indeks değerleri*

Uyum İndeksleri	Hesaplanan Uyum İndeksi Değerleri
RMSEA	0.058
$\chi^2/sd$	3.305
GFI	0.981
CFI	0.958
NFI	0.942
TLI	0.909
SRMR	0.0214

Tablo 8'e bakıldığında GFI ve SRMR için hesaplanan değerler iyi uyum aralıkları arasında; CFI, RMSEA ve NFI için hesaplanan değerlerin ise kabul edilebilir uyum aralıklarında yer aldığı görülmektedir. Ayrıca  $\chi^2/sd$  ile TLI uyum indeksleri için hesaplanan değerlerin kabul edilebilir uyum aralıklarında yer almadığı dikkati çekmektedir. Bu değerler; modelin örneklemden elde edilen veri ile kabul edilebilir bir uyum gösterdiği şeklinde yorumlanabilir.

Değişkenler arasında tanımlanan yol katsayılarının anlamlılık durumları Tablo 9'da verilmiştir.

**Tablo 9**

*Model parametrelerinin standartlaştırılmamış ve standartlaştırılmış regresyon katsayıları ve hipotez testi sonuçları*

Hipotezler	Parametre	Standartlaştırılmamış Regresyon Katsayısı	SE	Standartlaştırılmış Regresyon Katsayısı	Hipotez Sonucu
H1	EBEVEYNB → ARKADASB	0.202*	0.021	0.394	Desteklendi
H2	EBEVEYNB → NEZAKET	0.006*	0.002	0.139	Desteklendi
H3	EBEVEYNB → AİLESD	0.611*	0.014	0.897	Desteklendi
H4	ARKADASB → NEZAKET	0.028*	0.004	0.342	Desteklendi
H5	ARKADASB → ARKDS	0.597*	0.019	0.855	Desteklendi
H6	ARKADASB → OGRTSD	0.196*	0.048	0.156	Desteklendi
H7	NEZAKET → AİLESD	0.312	0.341	0.020	Desteklenmedi
H8	NEZAKET → ARKDS	0.278	0.185	0.033	Desteklenmedi
H9	NEZAKET → OGRTSD	1.664*	0.544	0.110	Desteklendi
H10	AİLESD → ARKDS	0.005	0.014	0.009	Desteklenmedi
H11	AİLESD → OGRTSD	0.376*	0.035	0.398	Desteklendi

\* $p \leq 0.05$

Tablo 9'da görüldüğü gibi ebeveyne güvenli bağlanmanın arkadaşça güvenli bağlanma ( $\beta=0.394$ ,  $p \leq 0.05$ ), nezaket karakter gücü ( $\beta=0.139$ ,  $p \leq 0.05$ ) ve aileden algılanan sosyal destek düzeyi üzerindeki yordama gücü ( $\beta=0.897$ ,  $p \leq 0.05$ ) istatistiksel olarak anlamlıdır. Arkadaşça güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücü ( $\beta=0.342$ ,  $p \leq 0.05$ ), arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyi ( $\beta=0.855$ ,  $p \leq 0.05$ ) ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyi

( $\beta=0.156$ ,  $p\leq 0.05$ ) üzerindeki yordama gücü istatistiksel olarak anlamlıdır. Nezaket karakter gücünün sadece öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyi üzerindeki yordama gücü ( $\beta=0.110$ ,  $p\leq 0.05$ ) istatistiksel olarak anlamlıdır. Benzer şekilde aileden algılanan sosyal destek düzeyinin de sadece öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyi ( $\beta=0.398$ ,  $p\leq 0.05$ ) üzerindeki yordama gücü istatistiksel olarak anlamlıdır.

Teorik yapıya en iyi uyum sağlayan bu nihai modelde değişkenler arasındaki toplam etki, direkt etki ve dolaylı etki Tablo 10’da sunulmuştur.

**Tablo 10**

*Nezaket nihai modelindeki doğrudan, dolaylı ve toplam etkiler*

Tahmin Edilen Değişkenler	Tahmin Eden Değişkenler	Standartlaştırılmış Regresyon Katsayıları		
		Doğrudan	Dolaylı	Toplam
ARKADASB ( $R^2=0.155$ )	EBEVEYNB	0.394*	-	0.394*
NEZAKET ( $R^2=0.174$ )	EBEVEYNB	0.139*	0.135*	0.274*
	ARKADASB	0.342*	-	0.342*
AİLESD ( $R^2=0.804$ )	EBEVEYNB	0.897*	-	0.897*
ARKDSD ( $R^2=0.732$ )	EBEVEYNB	-	0.337*	0.337*
	ARKADASB	0.855*	-	0.855*
OGRTSD ( $R^2=0.273$ )	EBEVEYNB	-	0.448*	0.448*
	ARKADASB	0.156*	0.037*	0.193*
	NEZAKET	0.110*	-	0.110*
	AİLESD	0.398*	-	0.398*

\* $p\leq 0.05$

Tablo 10’a bakıldığında arkadaşta güvenli bağlanmayı yordayan ebeveyne güvenli bağlanma bu değişken üzerindeki varyansın % 16’sını açıklayabilmektedir. Ebeveyne güvenli bağlanma arkadaşta güvenli bağlanmayı doğrudan yordamaktadır ve yordama etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır. Kline (2005), Cohen’in (1988), etki büyüklüğü hakkındaki tavsiyelerinden yola çıkarak standartlaştırılmış yol katsayılarının etki büyüklüğü hakkında bir sınıflandırma yapmıştır. Bu sınıflandırmaya göre standartlaştırılmış yol katsayısı 0,10’dan küçük olan değerler küçük etki; 0,30 civarındaki değerler orta düzeyde etki; 0,50’den büyük değerler büyük etki olarak değerlendirilmektedir (Kline, 2005). Buna göre ebeveyn güvenli bağlanmanın arkadaşta güvenli bağlanma üzerinde yaptığı toplam yordama gücü etki büyüklüğü açısından bakıldığında orta düzeydedir ( $\beta=0.394$ ).

Nezaket karakter gücünü yordayan ebeveyne güvenli bağlanma ve arkadaşına güvenli bağlanmanın bu değişken üzerindeki varyansın %17'sini açıkladığı görülmektedir. Değişkenlerden sadece ebeveyne güvenli bağlanma nezaket karakter gücünü hem doğrudan hem de dolaylı olarak yordamaktadır. Değişkenler yapmış oldukları toplam yordama güçleri açısından değerlendirildiğinde, tüm değişkenlerin sahip olduğu yordama güçleri istatistiksel olarak anlamlıdır. Değişkenlerin nezaket karakter gücü üzerine yaptıkları toplam yordama güçleri, etki büyüklükleri açısından incelendiğinde, ebeveyne güvenli bağlanma ( $\beta=0.274$ ) ve arkadaşına güvenli bağlanma ( $\beta=0.342$ ) orta düzeyde etkiye sahiplerdir. Sadece doğrudan yordama güçlerine bakıldığında arkadaşına güvenli bağlanma ( $\beta=0.342$ ) birinci, ebeveyne güvenli bağlanma ( $\beta=0.139$ ) ise ikinci sırada nezaket karakter gücünü yordamaktadır. Dolaylı yordama güçlerini de içine alan toplam yordama gücü açısından bakıldığında da bu sıralama değişmemektedir. Görüldüğü üzere nezaket karakter gücü üzerindeki varyansı belirlemede hem doğrudan hem de dolaylı yordama güçleri rol oynamaktadır.

Tablo 10'da görüldüğü üzere aileden algılanan sosyal destek düzeyini yordayan ebeveyne güvenli bağlanma bu değişken üzerindeki varyansın % 80'sini açıklayabilmektedir. Ebeveyne güvenli bağlanma aileden algılanan sosyal destek düzeyini doğrudan yordamaktadır ve yordama gücü istatistiksel olarak anlamlıdır. Ebeveyn güvenli bağlanmanın aileden algılanan sosyal destek düzeyi üzerinde yaptığı toplam yordama gücü etki büyüklüğü açısından bakıldığında yüksek düzeyde ( $\beta=0.897$ ) etkiye sahiptir.

Arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyini yordayan ebeveyne güvenli bağlanma ve arkadaşına güvenli bağlanmanın bu değişken üzerindeki varyansın %73'ünü açıkladığı görülmektedir. Değişkenlerden hiçbiri arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyini hem doğrudan hem de dolaylı olarak yordamamaktadır. Değişkenler yapmış oldukları toplam yordama güçleri açısından değerlendirildiğinde, tüm değişkenlerin sahip olduğu yordama güçleri istatistiksel olarak anlamlıdır. Değişkenlerin arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyi üzerine yaptıkları toplam yordama güçleri, etki büyüklükleri açısından incelendiğinde, ebeveyne güvenli bağlanma ( $\beta=0.337$ ) orta, arkadaşına güvenli bağlanma ( $\beta=0.855$ ) yüksek düzeyde etkiye sahiplerdir. Toplam yordama güçlerine bakıldığında arkadaşına güvenli bağlanma ( $\beta=0.855$ ) birinci, ebeveyne güvenli bağlanma ( $\beta=0.337$ ) ise ikinci sırada arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyini yordamaktadır. Görüldüğü üzere arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyi üzerindeki varyansı belirlemede hem doğrudan hem de dolaylı yordama güçleri rol oynamaktadır.

Tablo 10'a göre öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini yordayan ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanma, aileden algılanan sosyal destek düzeyi ve nezaket karakter

gücünün bu değişken üzerindeki varyansın %27'sini açıkladığı görülmektedir. Değişkenlerden sadece arkadaşça güvenli bağlanma öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini hem doğrudan hem de dolaylı olarak yordamaktadır. Değişkenler toplam yordama güçleri açısından değerlendirildiğinde tüm değişkenlerin sahip olduğu yordama güçleri istatistiksel olarak anlamlıdır. Değişkenlerin öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyi üzerindeki toplam yordama güçleri, etki büyüklükleri açısından incelendiğinde, ebeveyne güvenli bağlanma ( $\beta=0.448$ ), aileden algılanan sosyal destek düzeyi ( $\beta=0.398$ ), arkadaşça güvenli bağlanma ( $\beta=0.193$ ) ve nezaket karakter gücü ( $\beta=0.110$ ) orta düzeyde etkiye sahiptir. Sadece doğrudan yordama güçlerine bakıldığında aileden algılanan sosyal destek düzeyi ( $\beta=0.398$ ) birinci, arkadaşça güvenli bağlanma ( $\beta=0.156$ ) ikinci ve nezaket karakter gücü ( $\beta=0.110$ ) üçüncü sırada öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini yordamaktadır. Dolaylı yordama güçlerini de içine alan toplam yordama güçleri incelendiğinde ebeveyne güvenli bağlanma ( $\beta=0.448$ ) birinci, aileden algılanan sosyal destek düzeyi ( $\beta=0.398$ ) ikinci, arkadaşça güvenli bağlanma ( $\beta=0.193$ ) üçüncü ve nezaket karakter gücü ( $\beta=0.110$ ) sırada öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini yordamaktadır. Görüldüğü üzere öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyi üzerindeki varyansı belirlemede hem doğrudan hem de dolaylı yordama güçleri rol oynamaktadır.

## 5. BÖLÜM

### TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Tezin bu bölümünde araştırma sorularına ilişkin bulgular tartışılmış ve elde edilen bulgulara yönelik öneriler sunulmuştur.

#### 5.1. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek, ebeveyn ile arkadaşla güvenli bağlanma ve nezaket karakter gücü arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Aşağıda araştırmanın problemlerini test etmek için yapılan istatistiksel analizlerden elde edilen sonuçlar ve bu sonuçlara ilişkin yorumlara yer verilmiştir.

**5.1.1. Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşla Güvenli Bağlanmaları ve Nezaket Karakter Gücünün Cinsiyete Göre Anlamlı Farklaşıp Farklaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması:** Araştırmanın birinci sorusu kapsamında aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş ve sadece arkadaştan algılanan sosyal desteğin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Buna göre kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre arkadaşlarından sağladıkları desteğin daha fazla olduğunu düşündükleri belirlenmiştir. İlgili alan yazına bakıldığında bu sonucu destekleyen çok sayıda araştırma sonucuna ulaşılmıştır. Bunlardan ikisi Cheng ve Chan (2004) ile Rueger, Malecki ve Demaray'ın (2008) çalışmalarıdır. Katmer (2018), Bektaş ve Zabun (2019), Kırçallıoğlu (2019) ve Küçükbasmacı-Yanar'ın (2020) çalışmalarında da kadın öğrencilerin arkadaş desteğinin erkek öğrencilerin arkadaş desteğinden yüksek olduğu bulgusu mevcut çalışmanın sonucunu desteklemektedir. Şencan (2009) ve Kocaman'ın (2017) çalışmaları da; mevcut çalışmanın bulgularını destekleyen aileden algılanan sosyal destek düzeyinin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği bulgusunu ortaya koymuştur. Mevcut çalışmanın sonuçlarına benzer şekilde Akkaya (2011) ve Özdemir (2012) de cinsiyet açısından öğretmen desteğinin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediğini tespit etmiştir. Demirtaş (2007), Çeçen (2008), Gündoğan (2016) ve Tuğrul'un (2021) çalışmalarına göre ise aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan destek düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

İlgili alan yazına bakıldığında kadın öğrencilerin aile, arkadaş ve öğretmenden algıladıkları sosyal destek düzeyinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu ortaya koyan çok sayıda çalışma mevcuttur. Bunlardan ikisi olan Akkaya (2011) ve Turgut'un (2015) çalışmalarına göre ise aileden algılanan destek kadın öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Gazioğlu (2015) ve Duru'nun (2007) çalışmalarında

kadın öğrencilerin ailelerinden ve arkadaşlarından algıladıkları sosyal desteğin erkek öğrencilerden yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Körük'ün (2016) çalışmasında arkadaş desteğinde kadın öğrencilerin lehine bir anlamlı farklılık saptanmıştır. Ayrıca öğretmenden algılanan destekten de kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek puanlar aldıklarını ortaya koymuştur (Körük, 2016). Borhost ve diğerleri (2009), Lam ve diğerleri (2012), Özgür (2014), Rautanen ve diğerlerinin (2021) çalışmalarının sonucuna göre de kadın öğrencilerin öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek düzeylerinin daha fazla olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Wang'ın (2014) çalışmasında da kadınların daha fazla arkadaş, aile ve önemli kişi desteği algıladıkları tespit edilmiştir. Bu çalışmaların sonuçlarından farklı olarak Taysi (2000), Soylu (2002), Aliyev ve Tunç'un (2017) yaptıkları çalışmaların sonucunda ise algılanan sosyal destek düzeyi puanları arasında erkekler lehine sonuçlar elde edilmiştir.

Arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyinde tespit edilen cinsiyete dayalı farklılık, kısmen toplumsal cinsiyet rolleri ve cinsiyet farklılıklarının bireylerin sosyalleşmelerini etkileme biçimiyle açıklanabilir. Erkekler ve kadınlar farklı akran kültürlerinde büyürler: Kadınların akran kültürü ikili ilişkileri, yakınlığı, kendini açmayı ve yakın özel ilişkileri vurgularken; erkekler daha az samimi arkadaşlıklardan oluşan geniş bir çevreye sahip olacak şekilde sosyalleşirler. Bu nedenle ergen erkek ve kadınlar arkadaşlarından farklı seviyelerde sadakat, bağlılık ve anlayış beklemektedir. Kadınlar arkadaşlarının empatik anlayışta yüksek olmasını beklerler. Bu nedenle arkadaşlıkları daha fazla yakınlık ve kendini açma içerir. Ancak erkekler için küçük bir yakın arkadaş ağı daha az görülür. Genellikle erkekler daha bağımsız olmak, duygusal ve ilişkisel ihtiyaçlar üzerinde durmamakla tanımlanan sosyalleşmeye yatkındırlar. Bu bağlamda destek algılarını eksik bildirmiş olabilirler. Kızlar ayrıca ilişkilerin önemini onaylamaya daha istekli olabilirler.

Aileden ve öğretmenden algılanan sosyal destekte cinsiyete dayalı farklılık olmaması pandemi döneminde yaşanan karantina döneminden kaynaklanmış olabilir. Bu dönemde her iki cinsiyetten birey de evde aileleriyle daha çok, online eğitimle öğretmenleriyle daha az etkileşime girmek zorunda kalmışlardır. Bu nedenle normalde aile ve öğretmenleriyle etkileşimlerinde etkili olan cinsiyete dayalı farklılaşmaların bu olağanüstü dönemde etkisini yitirdiği söylenebilir.

Bağlanma değişkeninin cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanmanın cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Buna göre kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre arkadaşlarına, erkek öğrencilerin de kadın öğrencilere göre ebeveynlerine daha güvenli bağlandıkları tespit



edilmiştir. İlgili alan yazına bakıldığında bu sonucu destekleyen çok sayıda araştırma sonucuna ulaşılmıştır. Bunlardan dördü Nelis ve Rae (2009); Richards, McGee, Williams, Welch ve Hancox (2010); Katmer, Buga ve Kaya (2019) ile Bialecka-Pikul ve diğerlerinin (2021) çalışmalarıdır. Günaydın ve Yöndem (2007), Sevinç (2016), Katmer (2018), Yazıcı (2019), Kırçallıoğlu (2019) ile Çalık ve Bal (2020) da, kadınların arkadaşlarına bağlanmada erkeklerden önemli ölçüde daha yüksek puanlar aldıklarını tespit etmişlerdir. Gorrese ve Ruggieri (2012) elliden fazla makaleyi inceleyerek gerçekleştirdikleri meta-analiz çalışmasında kadınların erkeklere göre arkadaşlarına daha fazla bağlandıklarını belirlemişlerdir. Ebeveyne bağlanmayla ilgili Eken (2010) mevcut çalışmanın sonucuna paralel bir şekilde erkeklerin kadınlara oranla annelerine daha ilgili bağlandıklarını ortaya koymuştur. Benzer şekilde Demir (2018) de kadınların ebeveyne bağlanma puanlarının erkek öğrencilere göre düşük olduğunu tespit etmiştir.

İlgili alan yazına bakıldığında kadınların ebeveyne güvenli bağlanmada, erkeklerin ise arkadaşına güvenli bağlanmada daha yüksek puanlar aldığını bildiren çalışmalarla da karşılaşmıştır. Bunlardan biri olan O’Koon’un(1997) çalışmasında erkeklerin kadınlara göre arkadaşlarına daha çok bağlandıkları belirlenmiştir. Matsushima ve Shiomi’nin (2003) Japon üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmalarının sonucunda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre ebeveynlerine daha güvenli bağlandıkları ortaya çıkmıştır.

İlgili alan yazına bakıldığında ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanmada cinsiyete göre anlamlı farklılık tespit etmeyen çalışmalara da rastlanmıştır. Lapsley, Rice ve Fitzgerald (1990), Çam ve Keskin (2007) ile Kanak, Bilbay ve Balta’nın (2017) çalışmalarına göre arkadaşına güvenli bağlanmada cinsiyete göre herhangi bir farklılaşma tespit edilmemiştir. Çetin (2015) ise ebeveyne güvenli bağlanmanın cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını ortaya koymuştur.

Kadınların arkadaşlıkları tipik olarak erkeklerinkinden daha derin ve birbirine daha bağımlıdır. Kadınlar arkadaşlıklarında daha fazla empati ve şefkat, yakın ilişkileri sürdürme arzusu ve yeteneği gösterirler. Erkekler tersine, spor, hobiler veya diğer etkinliklere ilgi duydukları cana yakın bir arkadaşına sahip olmaya nispeten daha fazla vurgu yapma eğilimindedirler. Arkadaşlıklarında işbirliğine daha çok önem verirler. Bu nedenle, kadınlar arkadaşlıklarında erkeklere göre daha fazla yakınlık ve kendini açma bildirirler. Kadınlar, daha fazla bağlanma davranışı sergilemek üzere sosyalleştikleri için, olumsuz içsel çalışma modeline sahip erkeklere göre olumsuz içsel çalışma modeline rağmen arkadaşlarına daha fazla bağlanabilirler. Erkekler için, bağımsızlığı ve başarıyı ilişkilerden daha fazla vurgulayan

olumsuz içsel çalışma modeli ve sosyalleşmenin birleşimi, arkadaşlara daha az güvenli bağlanmaya yol açmış olabilir.

Her kültürde ebeveynler, içinde yaşadıkları toplumun işlevsel olan değer, tutum ve davranışlarını çocuklarına aktarmak amacıyla günlük uygulamalarına yansıtılmaktadırlar. Toplumumuzda da benimsenen kültür yapısının bir yansıması olarak özellikle kız çocukları gerek duygusal gerek fiziksel istismarla eğitilmektedir. Erkek çocuklara nazaran merakları ve özgür davranışları daha çok kısıtlanmaktadır. Ebeveynlerin özellikle kızlarının üzerinde erkeklere oranla daha baskıcı tutum ve katı disiplin yaklaşımları atasözlerimize de yansımıştır (Örn: Kızını dövmeleyen dizini döver). Bunun bir yansıması olarak kadın öğrencilerin ebeveynlerine daha az güvenli bağlandıkları söylenebilir.

Araştırmada nezaket karakter gücünün cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş ve anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Buna göre kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla nezaket karakter gücüne sahip oldukları söylenebilir. İlgili alan yazına bakıldığında bu sonucu destekleyen çok sayıda araştırma sonucuna ulaşılmıştır. Bunlardan üçü Park ve Peterson (2005), Biswas-Diener (2006) ile J. S. Neto, F. Neto ve Furnham'ın (2014) çalışmalarıdır. Shimai, Otake, Park, Peterson ve Seligman'nın (2006) çalışmasında nezaket karakter gücünün kadınlarda erkeklere göre karakter güçleri sıralamasında daha üst basamaklarda yer aldığı bulgusu da, mevcut çalışmanın bulgusunu desteklemektedir. Comunian (1998) erken ergenlik döneminde kızların nezaket puanının erkeklerden daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Heintz, Kramm ve Ruch'un (2019) yaptıkları meta-analiz çalışmasının sonucunda nezaket başta olmak üzere yirmi dört karakter gücünün dördü için kadınların lehine cinsiyet farklılıkları bulunmuştur. Nezaket kavramının alt boyutu olan okul nezaketi ile ilgili Binfet, Gadermann ve Schonert-Reichl (2016) de kadın öğrencilerin okul nezaketi algısının erkek öğrencilere göre daha yüksek düzeyde olduğunu belirtmişlerdir. Nezaketin davranış boyutu ile ilgili olarak Mubarique'nun (2016) çalışması kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre özgecilik gibi daha fazla olumlu sosyal davranış gösterdiklerini ortaya koymuştur. Crossley ve Langdrige'in (2005) çalışması genç kadınların başkalarına yardım etmenin, onları erkeklerden önemli ölçüde daha fazla mutlu eden bir faktör olarak sıraladıklarını göstermiştir.

İlgili alan yazına bakıldığında nezaketin cinsiyete göre anlamlı farklılaşmadığını gösteren çalışmalara da rastlanmıştır. Bunlardan biri olan Mo'nun (2019) Myanmar'lı ergenlerle yaptığı çalışmasına göre; nezaket karakter gücünde cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Oğuz-Duran ve Kaya-Memiş'in (2017)

çalışmasında da kadın ve erkek öğrenciler arasında okul nezaket algısı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır.

Başkalarına karşı yardımsever tutumun kültürden kaynaklanabileceğini, öyle ki kadınların diğer insanlara karşı daha ilgili ve şefkatli olmalarının öğretildiğini öne süren araştırmalar mevcuttur. Bu araştırmaların da vurguladığı gibi kültürün öğrettiği toplumsal cinsiyet rolleri bu karakter gücünün kadınlarda daha yüksek çıkmasında etkili olmuş olabilir. Buna göre toplumsalcı- ataerkil bir yapıya sahip ülkemizdeki gibi kültürlerde kadınlara biçilen cinsiyet rolü daha çok bakım ve ilgi veren bir özellik taşımaktadır. Aileyi çekip çevirmesi istenen kadından her zaman başkalarının iyiliğini düşünmesi ve başkalarına şefkat göstermesi beklenir. Erkeklerle benimsenen cinsiyet rolü ise daha çok başarı ve rekabete dayalıdır. Çocukluktan itibaren seçilen oyuncakların kategorilerinde de bu farklılaşma göze çarpmaktadır. Kız çocuklarına daha çok bebek bakımı, doktor seti gibi şefkate ve duyarlılığa dayalı oyuncaklar alınırken erkek çocuklarına araba, robot gibi oyuncaklar seçilir. Çok küçük yaşlardan itibaren kültürün öğrettiği bu cinsiyet rolleri kadınlarda nezaket karakter gücünün daha fazla gelişmesinde etkili olmuş olabilir.

**5.1.2. Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri, Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanmaları Ve Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkilere Dair Bulguların Tartışılması:** Araştırmanın ikinci sorusu kapsamında yapılan korelasyon analizi sonucunda aileden algılanan sosyal desteğin; arkadaştan algılanan sosyal destek, öğretmenden algılanan sosyal destek ve arkadaşta güvenli bağlanma ile orta düzeyde, ebeveyne güvenli bağlanma ile yüksek düzeyde, nezaket karakter gücü ile düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. Arkadaştan algılanan sosyal desteğin, öğretmenden algılanan sosyal destek, ebeveyne güvenli bağlanma ve nezaket karakter gücü ile orta düzeyde, arkadaşta güvenli bağlanma ile yüksek düzeyde ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği tespit edilmiştir. Öğretmenden algılanan sosyal desteğin; ebeveyne güvenli bağlanma ve arkadaşta güvenli bağlanma ile orta düzeyde, nezaket karakter gücü ile zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği saptanmıştır. Ebeveyne güvenli bağlanmanın; arkadaşta güvenli bağlanma ile orta düzeyde ve nezaket karakter gücü ile zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. Son olarak arkadaşta güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücü ile orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki gösterdiği tespit edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkilere dair bu bulguların tartışılmasına ilişkilerin daha ayrıntılı ele alındığı aracılık analizi bölümünde yer verilmiştir.

**5.1.3. Lise Öğrencilerinin Ebeveyn ile Arkadaşa Güvenli Bağlanma, Algılanan Sosyal Destek Düzey Ve Nezaket Karakter Gücü Arasındaki İlişkileri**

**Betimlemeye Yönelik Yol Analizine Dair Bulguların Tartışılması:** Bulgularda da değinildiği üzere, gerçekleştirilen yol analizlerinde ortaya çıkan nihai modele göre lise öğrencilerinin ebeveyne güvenli bağlanmaları; nezaket, aileden algılanan sosyal destek, arkadaş güvenli bağlanmanın tam aracılığıyla arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteği yordamaktadır. Bu sonuçlardan yola çıkarak ebeveyne güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücü, aileden algılanan sosyal destek ve arkadaşta bağlanmayı doğrudan anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre lise öğrencilerinin ebeveyne güvenli bağlanmalarının aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteği, nezaketi ve arkadaşta güvenli bağlanmayı pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Başka bir deyişle bu çalışmanın sonuçlarının ebeveyne güvenli bağlanmanın artmasıyla karakter güçleri sıralamasında nezaketin daha üst sıralara yerleşmesine, arkadaşta güvenli bağlanmanın ve aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteğin artmasına işaret ettiği söylenebilir.

Bu araştırmada lise öğrencilerinin arkadaşta güvenli bağlanmaları nezaketin kısmi aracılığıyla öğretmenden algılanan sosyal desteği yordamaktadır. Bu sonuçlardan yola çıkarak arkadaşta güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücü, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteği doğrudan anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre lise öğrencilerinin arkadaşta güvenli bağlanmalarının arkadaştan, öğretmenden algılanan sosyal desteği ve nezaketi pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Başka bir deyişle bu çalışmanın sonuçlarının arkadaşta güvenli bağlanmanın artmasıyla karakter güçleri sıralamasında nezaketin daha üst sıralara yerleşmesine, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteğin artmasına işaret ettiği söylenebilir.

**5.1.3.1. Doğrudan Yordama Gücü Bulgularına İlişkin Tartışma:** Modeldeki en güçlü doğrudan yordama gücü ebeveyne güvenli bağlanma ile aileden algılanan sosyal destek arasında belirlenmiştir. Ebeveyne güvenli bağlanma ile aileden algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte ebeveyne güvenli bağlanma düzeyinin artması yüksek düzeydeki aileden algılanan sosyal desteği de yordamaktadır ( $\beta = .90, p < .05$ ). Ebeveyne güvenli bağlanmanın aileden algılanan sosyal desteği artırdığı bulgusu literatürdeki başka araştırma bulgularıyla da desteklenmiştir. Bunlardan ikisi Larose, Boivin ve Poulin (1993) ile Chen ve diğerlerinin (2017) çalışmalarıdır. Blain ve diğerleri (1993) ile Tanrıku'nun (2019) gerçekleştirmiş oldukları çalışmalarda da güvenli bağlanma bildiren geç ergenlerin ailelerinden ve arkadaşlarından yüksek düzeyde algılanan sosyal destek bildirdikleri ortaya çıkmıştır. Benzer bir şekilde Kırçalıoğlu (2019) da ebeveyne güvenli bağlanan bireylerin aile ve arkadaşlarından

algıladıkları sosyal desteğin daha yüksek olduğunu saptamıştır. Szkody ve Mckinney'nin (2019) çalışmasına göre ise herhangi bir ebeveyne güvenli bağlanma sosyal destekle pozitif yönde ilişkidir. Cai ve diğerleri (2017) ile Santini, Koyanagi, Tyrovolas, Mason ve Haro'nun (2015) çalışmaları da ebeveynlere güvenli bağlanmanın mevcut destek algısını artırdığını göstermiştir.

Bu bulgu, bağlanma deneyimleri ile kabul edilme duygusu olarak tanımlanan algılanan sosyal destek arasında gelişimsel bir yol öneren Sarason ve diğerlerinin (1991) kuramsal görüşü ile tutarlıdır. Onlara göre, kendilik ve başkalarının içsel çalışma modelleri ile aileden algılanan sosyal destek arasında bir ilişki vardır (Sarason ve diğerleri, 1991). Ebeveynine güvenli bağlanan bireyler emniyet ve güven duygusunu ilk olarak tattıkları aile ortamından görecekları sosyal destek konusunda güvensiz bağlananlara göre daha olumlu düşünmektedirler. Ebeveynlerine güvenli bağlanan bireyler sahip oldukları olumlu içsel çalışma modelinin bir fonksiyonu olarak sosyal desteği deneyimlerler. Kendilerini sevilebilir ve önemli biri olarak değerlendirmelerini sağlayan olumlu kendilik modeli ile başkalarını güvenilir ve sevilebilir olarak değerlendirdikleri olumlu başkaları modelleri sayesinde çevrelerine daha olumlu yönelim gösterebilirler. Bu sayede güvenli bağlanmaya sahip bireyler çevrelerinden daha fazla destek görebilirler. Ayrıca sosyal ilişkilerindeki yaşantılarını olumlu içsel çalışma modelleri sayesinde daha tatmin edici ve daha olumlu olarak değerlendirebilirler. Güvensiz bağlanan bireyler ise sahip oldukları olumsuz içsel çalışma modelleri nedeniyle yalnızca dünyayı karamsar bir mercekte görmeye eğiliminde değil, aynı zamanda daha az destekleyici sosyal ortamlara sahip oldukları için de düşük sosyal destek yaşayabilirler.

Modeldeki ikinci en güçlü doğrudan yordama gücü arkadaşına güvenli bağlanma ve arkadaşından algılanan sosyal destek arasındadır. Arkadaşına güvenli bağlanma ile arkadaşından algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte arkadaşına güvenli bağlanma düzeyinin artması yüksek düzeydeki arkadaşından algılanan sosyal desteği de yordamaktadır ( $\beta = .86, p < .05$ ). Arkadaşına güvenli bağlanmanın arkadaşından algılanan sosyal desteği artırdığı bulgusu literatürdeki başka araştırma bulgularıyla da desteklenmiştir. Bunlardan dördü Blain ve diğerleri (1993); Harper (1996); Khodarahimi, Hashim ve Mohd-Zaharim (2016) ile Bekir, Arbaş ve Aydın'ın (2018) çalışmalarıdır. Katmer ve diğerlerinin (2019) gerçekleştirmiş oldukları çalışmanın sonucunda da arkadaşına güvenli bağlanma ile arkadaşından algılanan sosyal destek arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Stern ve diğerlerinin (2021) çalışmasında ise arkadaşlarına daha

güvenli bağlanan gençlerin destek arama ve alma olasılığının daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Ergenlikte temel bağlanma figürü olan ebeveynlerden uzaklaşmaya başlayan bireyler bu dönemde arkadaş çevrelerine yoğunlaşırlar. Bu aşamadaki birey; güvenlik, yardım ve kendini geliştirme anlamında arkadaşlarına büyük ölçüde güvenmeye başlar. İhtiyaç duyulan duygusal desteği sağlayan; kendini keşfetme, güvenli ve açık iletişim süreçleri yoluyla başkaları hakkında derin bir anlayış geliştirme için uygun fırsatlar sunan arkadaşlara güvenli bağlanma gerçekleşir. Arkadaşa güvenli bağlanmanın içerdiği olumlu içsel çalışma modelleri, bireyin arkadaşlarından gelen sosyal destek algılarına ilişkin görüşlerini tahmin etmede önemli ölçüde katkıda bulunur. Kendilerini sevilebilir ve önemli biri olarak değerlendirmelerini sağlayan olumlu kendilik modeli ile başkalarını güvenilir ve sevilebilir olarak değerlendirdikleri olumlu başkaları modelleri sayesinde çevrelerine daha olumlu yönelim gösterebilirler. Arkadaş ilişkilerine dair bu olumlu beklentiler bireylerin arkadaş çevresiyle daha olumlu etkileşimler içine girmelerine katkı sağlayabilir. Bu nedenle arkadaşta güvenli bağlanma sayesinde olumlu içsel çalışma modellerine sahip olan bireylerin arkadaşlarından gelen sosyal destek algılarının da yüksek olması beklenebilir. Olumlu içsel çalışma modelleri sayesinde bu bireyler arkadaş çevrelerindeki etkileşimleri daha tatmin edici bulabilirler ve olumlu değerlendirmeye de yatkın olabilirler.

Bu araştırmanın diğer bir bulgusu aileden algılanan sosyal desteğin öğretmenden algılanan sosyal desteği yordamasıdır. Aileden algılanan sosyal destek ile öğretmenden algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte aileden algılanan sosyal desteğin artması yüksek düzeydeki öğretmenden algılanan sosyal desteği de yordamaktadır ( $\beta = .40, p < .05$ ). Aileden algılanan sosyal desteğin öğretmenden algılanan sosyal desteği artırdığı bulgusu Peker ve Eroğlu'nun (2015) lise öğrencileriyle gerçekleştirdikleri çalışmalarında ortaya çıkan algılanan sosyal destek alt boyutlarının birbiriyle pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkilere sahip olduğu bulgusuyla desteklenmiştir. Literatürde benzer başka bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Bu sonuçlar, ailenin ergen gelişimindeki önemi ve ailenin günlük olarak karşı karşıya kaldıkları talepleri ve psikolojik ihtiyaçları karşılama yeteneği açısından açıklanabilir. Aileler; uyum, şefkat ve iletişim özellikleri nedeniyle ergenlerin en büyük destekçisi olarak kabul edilmektedir. Ailelerin çocuk yetiştirmedeki rolü ve görevleri çok açık ve zordur. Aileler çocuklarının her türlü psikolojik ihtiyacını karşılar. Ailesinden yeterli sosyal desteği gören çocuklar kendine güvenen, kendilerini ifade etmekten çekinmeyen bireylerdir. Okul ortamında, sahip oldukları bu olumlu kendini kabul ve sosyal beklentiler sayesinde

öğretmenleriyle de olumlu ilişkiler kurabilirler. Çocuğuna sosyal destek vermeye daha fazla özen gösteren aileler onların akademik durumuyla ilgili de sık sık öğretmenleriyle temasa geçebilirler. Ailesinin bu ilgili tutumu karşısında öğretmenin de öğrenciyle diyalogunu canlı tutmaya çalışabilir. Ayrıca ailesinden yeterli sosyal desteği gören bireyler olumlu sosyal etkileşim kurmaya ve sosyal etkileşimlerini olumlu değerlendirmeye daha yatkın olabilirler. Bu olumlu yaklaşıma sahip bireyler öğretmenleriyle kurdukları sosyal etkileşimlerde de benzer tutumu sürdürebilirler.

Araştırmanın bir diğer bulgusu ebeveyne güvenli bağlanmanın arkadaşına güvenli bağlanmayı yordamasıdır. Ebeveyne güvenli bağlanma ile arkadaşına güvenli bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte ebeveyne güvenli bağlanmanın artması yüksek arkadaşına güvenli bağlanmayı yordamaktadır ( $\beta = .39, p < .05$ ). Ebeveyne güvenli bağlanmanın arkadaşına güvenli bağlanmayı artırdığı bulgusu literatürdeki başka araştırma bulgularıyla da desteklenmiştir. Bunlardan dördü Raja, McGee ve Stanton (1992), Wilkinson (2004), Ulaşan-Özgüle (2011) ile Tai'nin (2017) çalışmalarıdır. Gorrese ve Ruggieri'nin (2012) yapmış oldukları meta-analiz çalışması sonucunda da ebeveynleri ile güvenli ilişkiler bildiren bireylerin, yakın arkadaşlarıyla da güvenli ilişkiler sergileme eğiliminde oldukları tespit edilmiştir. Kayhan'ın (2019) çalışmasına göre de ebeveyne güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça arkadaşına bağlılık ve güven de artmaktadır. Kara da (2020) çalışmasında anneye ve babaya güvenli bağlanma ile arkadaşına bağlanma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Arkadaşlar bu dönemde açıkça önemli olsa da, ergen için arkadaşlık ilişkileri aile bağlarının yerini almaz. Arkadaşlık ilişkileri ebeveynlerle ilişkileri ödünleme görevi görmez. Ergenlerin ebeveynlerine güvenli bağlanmaları, olumlu içsel çalışma modelleri geliştirmelerinin temelini oluşturur. Aile ortamında kendisinin sevilebilir ve önemli biri, başkalarının da güvenilir ve sevilebilir olduğu görüşünü kazanan birey bunu diğer sosyal ilişkilerine genellemeye başlar. Ergenlik döneminde aile ilişkisinden sonra en önemli sosyal ilişki olan arkadaşlık ilişkileri bu olumlu içsel çalışma modellerinin yansımından etkilenir. Bu nedenle aile ortamında ilgi, sevgi ve emniyeti tadan bireyin bunu arkadaşlık ilişkilerine de taşıdığı söylenebilir. Ebeveynlerine güvenli bağlanamayan bireyler ise sahip oldukları olumsuz içsel çalışma modellerinin bir yansıması olarak kendilerini sevilebilir ve önemli biri, başkalarını da güvenilir ve sevilebilir olarak değerlendirmezler. Bu olumsuz değerlendirme eğilimi arkadaşlık ilişkilerine de yansiyabilir. Bu nedenle arkadaşlarına güvenli bağlanamayabilirler.

Araştırmanın diğer bir bulgusu arkadaşta güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücünü yordamasıdır. Arkadaşa güvenli bağlanma ile nezaket karakter gücü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte arkadaşta güvenli bağlanmanın artması karakter güçleri sıralamasında nezaketin üst sıralara taşınmasını yordamaktadır ( $\beta = .34, p < .05$ ). Arkadaşa güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücünü artırdığı bulgusunu destekleyen literatürde doğrudan ilgili başka araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak nezaketin bileşenleri olan empati, özgeci ve prososyal davranış kavramlarıyla ilgili araştırma bulguları mevcut çalışmanın bu bulgusunu destekleyici sonuçlar ortaya koymuştur. Bunlardan biri olan Laible ve diğerlerinin (2004) çalışmasına göre arkadaşlara bağlanma güvenliği, yüksek düzeyde empati ile ilişkidir. Schoeps ve diğerlerinin (2020) çalışmasına göre ise arkadaşlarıyla ilgi ve endişelerini paylaşan, onların görüş ve duygularını kabul ettiğini hisseden ergenler onlara yardım etme ve onlarla ilgilenme konusunda daha fazla eğilim bildirmektedir.

Arkadaşlık ilişkileri bireyin karşısındaki kişinin görüş ve isteklerini dikkate almaya, onu anlamaya çalıştığı bir ortam sağlar. Bu sosyal ilişki türü, başkalarına ilgi ve nezaketi yansıtan davranışların kazanılması için en uygun bağlamı sağlayan eşitlik ve karşılıklılık özellikleri açısından ayırt edicidir. Arkadaşlık ilişkileri bağlamında; oyunlar ve farklı etkileşim durumları vasıtasıyla perspektif alma ve empati kurma ile ilgili denemeler yapılır. Bu sayede birey nezaketin temel bileşenlerini kazanabilir. Arkadaşlık ilişkilerindeki çeşitli davranışların model alınması ve nezaket içeren davranışların arkadaş çevresinde olumlu tepkilerle karşılanması da bireyi nezaket karakter gücünü kullanmaya motive eden durumlar olarak değerlendirilebilir. Ayrıca arkadaşta güvenli bağlanmanın içerdiği olumlu içsel çalışma modellerinin başkalarının sevilebilir ve değer verilebilir olduğu görüşünü yansıtmaları da nezaketin gelişmesinde bir temel görevi görüyor olabilir. Kendisi dışında diğer insanların da kıymetli olduğunu fark etmek bireyin onlara yardım etmek için bir takım faaliyetlerde bulunmasını sağlayabilir. Arkadaşa güvensiz bağlanma ise olumsuz içsel çalışma modellerinin vasıtasıyla başkalarının sevilebilir ve değer verilebilir olarak değerlendirilmediği bir yaklaşımı içerir. Bu nedenle arkadaşta güvensiz bağlanan bireyler başkalarına ilgi ve şefkat göstermede güvenli bağlanan akranlarına göre daha geri planda kalmayı tercih edebilirler.

Araştırmanın bir diğer bulgusu arkadaşta güvenli bağlanmanın öğretmenden algılanan sosyal desteği yordamasıdır. Arkadaşa güvenli bağlanma ile öğretmenden algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte arkadaşta güvenli bağlanmanın artması yüksek düzeyde öğretmenden algılanan sosyal desteği yordamaktadır ( $\beta = .16, p < .05$ ). Arkadaşa güvenli bağlanmanın öğretmenden algılanan



sosyal desteği artırdığı bulgusunu literatürde doğrudan destekleyen araştırma sonuçlarına rastlanmamıştır. Ancak güvenli bağlanma ve öğretmenden algılanan sosyal destekle ilgili çok sayıda çalışma mevcuttur. Bunlardan biri olan Beshara'nın (2005) çalışmasına göre davranışsal zorluklar yaşama olasılığı daha yüksek olan güvensiz bağlanan ergenlerin daha düşük ebeveyn ve öğretmen desteği algılama eğiliminde oldukları belirlenmiştir. Körük (2016) ile Mallinckrodt ve Wei'nin (2005) çalışmalarına göre güvensiz bağlanma ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler mevcuttur. Üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışma sonunda Priel ve Shamaı (1995) ile Shahyad, Besharat, Asadi ve Mirnader (2011) güvenli bağlanmaya sahip kişilerin çevrelerinden daha fazla sosyal destek algıladıklarını ortaya koymuşlardır. Üniversite öğrencileriyle yapılan başka bir çalışmada Collins ve Feeney (2004) güvensiz bağlanmaya sahip kişilerin çevrelerinden gelen sosyal mesajları daha az destekleyici ve işlevsel olarak algıladıkları bu nedenle daha az sosyal destek arayışı içinde olduklarını saptamışlardır.

Arkadaşa güvenli bağlanmaya sahip bireyler olumlu içsel çalışma modelleri sayesinde çevrelerinden destek alabileceklerine ilişkin olumlu görüşlere sahiptir. Bu nedenle çevrelerinden gelen mesajları da daha destekleyici algılama eğilimindedirler. Okul ortamında öğretmenleriyle kurdukları ilişkileri de bu nedenle daha destekleyici algılama eğiliminde oldukları düşünülebilir. Arkadaşa güvensiz bağlanmaya sahip bireyler ise çevrelerinden yeterli desteği alamadıklarını ya da aldıkları desteğin tatmin edici olmadığını bildirmeye yatkındırlar. Bu nedenle öğretmenleriyle olan ilişkilerinin de yetersiz ya da tatmin etmeyen bir nitelik gösterdiğini düşünüyor olabilirler. Arkadaşa güvenli bağlanmanın sağladığı olumlu içsel çalışma modellerinin yanı sıra bu tür arkadaşlık ilişkilerinde deneyimlenen perspektif alma ve empati kurma gibi olumlu davranışlar öğretmenlerle kurulan ilişkilere de yansiyabilir. Öğrencilerinin sahip olduğu bu olumlu özellik ve davranışlar öğretmenlerin onlarla daha fazla etkileşim kurmasına ve rehberlik etmesine katkı sağlıyor olabilir.

Araştırmanın diğer bir bulgusu ebeveyne güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücünü yordamasıdır. Ebeveyne güvenli bağlanma ile nezaket karakter gücü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte ebeveyne güvenli bağlanmanın artması karakter güçleri sıralamasında nezaketin üst sıralara taşınmasını yordamaktadır ( $\beta = .14, p < .05$ ). Ebeveyne güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücünü artırdığı bulgusunu destekleyen literatürde doğrudan ilgili başka bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak nezaketin bileşenleri olan empati, özgeci ve prososyal davranış kavramlarıyla ilgili araştırma bulguları mevcut çalışmanın bu bulgusunu destekleyici sonuçlar ortaya koymuştur. Bunlardan biri olan Dykas, Ziv ve Cassidy'nin (2008) çalışmasına göre güvensiz bağlanan ergenlerin, güvenli

bağlananlara göre sınıf arkadaşları tarafından prososyal birey olarak aday gösterilme olasılıklarının daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Mubarique'nin (2016) çalışmasına göre ise anne babaya güvenli bağlanma ile empati puanları arasında anlamlı pozitif bir ilişki vardır. Mikulincer ve Shaver (2005) bağlanma stillerindeki farklılıkların şefkat ve fedakarlığı nasıl etkilediğini inceledikleri araştırmalarının sonucunda kaygılı ya da kaçınmacı bağlanma puanlarına sahip bireylerin başkalarının ihtiyaçlarına karşı daha az duyarlı olduklarını ortaya koymuşlardır. Çetin'e (2015) göre de olumlu sosyal davranış puanları ile ebeveyne bağlanma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde bir ilişki vardır.

Güvenli bağlanan bireyler, kişinin savunmasız veya muhtaç bir başkasıyla karşılaştığında izleyeceği bir model sağlayan bağlanma figürlerinin etkili bakımına tanık olmuş, deneyimlemiş ve bunlardan faydalanmıştır. Bakıcılarla olan deneyimlerden genelleştirilmiş, başkalarına ilişkin olumlu içsel çalışma modelleri, diğerlerini sempati ve desteği hak eden kişiler olarak yorumlamayı kolaylaştırır. Güvenli bağlanan bireylerin, sevilme ve bakım görme deneyimlerine dayanan olumlu benlik modelleri, kendi duygularını etkili bir şekilde düzenlerken başka bir kişinin ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri konusunda kendilerine güven duymalarını sağlar. Ayrıca yakınlık ve karşılıklı bağımlılık konusunda kendilerini rahat hissederler, böylece diğer insanların yakınlık, sempati ve destek ihtiyaçlarını kolayca kabul edebilirler. Ancak, güvensiz bağlanan bir kişinin, olumsuz olmasa da savunmasız bir benlik kavramına sahip olması muhtemeldir. Bu da, başkalarının ihmal, sert eleştiri, reddedilme veya kötüye kullanma potansiyeline karşı ihtiyatlı olmasına neden olur. Bağlanma konusunda güvensiz olanlar, etkili bakım vermeyi engelleyebilecek endişeli kendini korumaya eğilimliken, nispeten güvenli olanlar hem kendilerinin hem de başkalarının ihtiyaçlarıyla daha etkin bir şekilde ilgilenebilirler. Güvensiz bağlanmaya sahip bir kişi kendini korumaya, bencilliğe, başkalarının ihtiyaçlarını savunmacı bir şekilde reddetmeye ve başkalarını anlamak ve onlara yardım etmek için yanlış zamanlanmış veya yanlış yönlendirilmiş çabalara eğilimli olabilir.

Modeldeki doğrudan etkilere ilişkin son bulgu nezaket karakter gücünün öğretmenden algılanan sosyal desteği yordamasıdır. Nezaket karakter gücü ile öğretmenden algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte bireyin karakter güçleri sıralamasında üst sıralarda yer alan nezaket karakter gücü yüksek düzeyde öğretmenden algılanan sosyal desteği yordamaktadır ( $\beta = .11, p < .05$ ). Nezaket karakter gücünün öğretmenden algılanan sosyal desteği artırdığı bulgusunu literatürde doğrudan destekleyen araştırma sonuçlarına rastlanmamıştır.

Nezaket karakter gücüne sahip bireyler başkalarına empati ve şefkat ile yaklaşır. Başkalarının sıkıntılarını kendi problemlerinin önüne koyarak onlara çözüm bulmaya çalışır. Derin bir merhamet ve duyarlılığa sahiptirler. Her fırsatta davranışlarıyla da bu yönlerini ortaya koyarlar. Bu bireylerin okul ortamında uyumlu ve şefkatli davranışları öğretmenleri tarafından da kolaylıkla fark edilebilir. Gerek arkadaşlarına yönelik yaptıkları iyilikler gerek de olumlu okul iklimine yaptıkları katkılar öğretmenlerin de onlara destek vermelerini sağlıyor olabilir. Öğretmenler bu desteği; olumlu sosyal davranışlarıyla öne çıkan bu öğrencileri okuldaki diğer öğrencilere örnek göstererek veya bu öğrencilerin aileleriyle onların sahip oldukları olumlu özelliklerini paylaşarak sunabilirler. Bireylerin nezaket karakter gücünü öğretmenleriyle ilişkilerinde ortaya koymaları da bu ilişkiyi pekiştirebilir. Öğrencilerinin kendilerine yönelik iyiliksever tutumları öğretmenlerin onlara rehberlik etmede daha istekli hale gelmelerine neden olabilir.

**5.1.3.2. Dolaylı Yordama Gücü Bulgularına İlişkin Tartışma:** Mevcut çalışmada doğrulanan nihai modelde doğrudan yordama güçlerinin yanı sıra bootstrapping analizi sonrasında dolaylı yordama güçlerinin de anlamlı olduğu saptanmıştır. Ebeveyne güvenli bağlanmanın nezaket karakter gücü üzerindeki yordama gücünün hem doğrudan hem de dolaylı olduğu tespit edilmiştir. Arkadaşa güvenli bağlanmanın ebeveyne güvenli bağlanma ile nezaket arasındaki ilişkiye aracılık ettiği belirlenmiştir ( $\beta = .14, p < .05$ ). Ebeveyne güvenli bağlanma arttıkça arkadaşına güvenli bağlanma artmakta ve arkadaşına güvenli bağlanma arttıkça da nezaket karakter güçleri sınıflandırmasında daha üst basamaklara çıkmaktadır. Markiewicz ve diğerlerinin (2001) çalışmasında orta ve erken ergenlik dönemindeki anneye ve bir arkadaşına güvenli bağlanmanın bireyler arasında kendi bildirdikleri olumlu sosyal davranışlarla ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Laible ve diğerleri (2000), ebeveynlere ve arkadaşlarına daha güvenli bağlanma bildiren 16 yaşındaki bireylerin aynı zamanda en yüksek düzeyde empati ve bakış açısına sahip olduklarını bulmuşlardır. Thompson ve Gullone (2008) ebeveynlere güvenli bağlanma konusunda daha yüksek puanlara sahip 12 ile 18 yaşları arasındaki ergenlerin aynı zamanda daha empatik olduklarını ortaya koymuşlardır. Capuano'nun (2020) çalışmasına göre de tüm bağlanma engellerini aşan tek karakter gücü nezakettir.

Ebeveyne güvenli bağlanmadan elde ettikleri olumlu içsel çalışma modellerini arkadaş ilişkilerine yansıtan bireyler aile ortamında edindikleri başkalarına ve kendilerine ilişkin olumlu kabulü arkadaş ortamına da taşırlar. Arkadaş ortamında kurduğu güvenli bağlanma ile sahip olduğu içsel çalışma modelleri doğrulanan birey olumlu kabulünü yansıtan davranış ve tutumları içeren nezaket karakter gücünü daha çok kullanmaya motive olabilir. Ayrıca

sıkıntılı zamanlarda empatik ve şefkatli bağlanma figürlerine sahip olmak, başkalarına karşı aynı becerilerin gelişimini de teşvik edebilir. Ebeveyn ve arkadaş ortamında deneyimledikleri empati, şefkat ve özgeci davranışı bireyler kendi hayatlarına da entegre edebilirler. Bu nedenle ebeveynleri ve arkadaşlarıyla güvenli ilişkileri olan ergenler, daha az güvenli bağlanan ergenlere göre duygusal olarak daha şefkatli, empatik ve özgecildirler. Bu sayede ebeveyn ve arkadaşlarına güvensiz bağlanan bireylere göre nezaket karakter gücünü daha fazla uygulamaya koyabilirler.

Bu çalışmada nihai modeldeki bir diğer dolaylı yordama arkadaşına güvenli bağlanmanın ebeveyne güvenli bağlanma ile arkadaştan algılanan sosyal destek arasındadır. Başka bir deyişle, lise öğrencilerinde arkadaşına güvenli bağlanma ebeveyne güvenli bağlanma ile arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyi arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir ( $\beta = .34, p < .05$ ). Ebeveyne güvenli bağlanma arttıkça arkadaşına güvenli bağlanma artmakta ve arkadaşına güvenli bağlanma arttıkça da arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyi artmaktadır. Benson, McWey ve Ross'un (2006) yaptıkları meta-analiz çalışmasına göre ebeveyne bağlanma ile arkadaş ilişkisi kalitesi arasında tutarlı ilişki vardır. Silverman'nın (2003) çalışmasına göre güvenli bağlanma daha fazla algılanan ebeveyn ve arkadaş desteğini öngörmektedir. Ayrıca çalışmada kullandığı yapısal eşitlik modelinde korkulu veya saplantılı bağlanan ergenlerin, aile ve arkadaşlarından daha az sosyal destek algıladıklarını ortaya koymuştur (Silverman, 2003). Liu'nun (2006) çalışmasına göre ise ebeveynlere güvenli bağlanan ergenler daha yüksek arkadaş desteği bildirmişlerdir. Kayhan'ın (2019) çalışmasına göre de güvenli bağlanmaya sahip olan ergenler arkadaşlarına kendilerini daha kolay açmaktadırlar. Herzberg ve diğerleri (1999) ise algılanan sosyal desteğin kişinin ebeveynleri ile erken etkileşimlerinden gelişen bir kabul duygusu olduğunu destekleyici araştırma bulguları elde etmişlerdir.

Stresli yaşam olaylarıyla karşı karşıya kaldıklarında ebeveynlerine güvenli bağlanan bireyler, sosyal desteğin daha mevcut ve tatmin edici olduğuna inanma eğiliminde olurlar. Bu bireyler ebeveynlerine güvenli bağlanma sürecinden edindikleri bu olumlu içsel çalışma modellerini arkadaşlık ilişkilerine yansıtırlar. Arkadaşlarıyla kurdukları güvenli bağlanma ilişkisiyle doğrulanan olumlu içsel çalışma modelleriyle de daha olumlu kişiler arası ilişkiler geliştirebilirler. Sahip oldukları olumlu içsel çalışma modelleri vasıtasıyla hem kendilerine hem de çevrelerine ilişkin olumlu değerlendirme yapma eğilimi yüksek olan güvenli bağlanan bireyler bu sayede kişiler arası ilişkilerini daha doyum sağlayıcı ve destekleyici bulabilirler. Güvenli bağlanan gençler yakın arkadaşlarının ihtiyaçlarına daha fazla yanıt verebilir ve onlardan da daha fazla yardım alabilirler. Arkadaş grupları destek çağrılarını yönlendirmek

için güvenli bir üs olarak güvenli bağlanan gençleri kullanma konusunda kendilerini daha rahat hissedebilirler. Ayrıca gençler daha güvenli bağlanan arkadaşları kendilerine çekmeye veya seçmeye de daha eğilimli olabilirler.

Mevcut çalışmada nihai modeldeki diğer dolaylı yordama ilişkileri nezaket karakter gücü, arkadaşta güvenli bağlanma, aileden algılanan sosyal destek, ebeveyne güvenli bağlanma ile öğretmenden algılanan sosyal destek arasındadır. Buna göre lise öğrencilerinde nezaket karakter gücü, arkadaşta güvenli bağlanma ve aileden algılanan sosyal destek; ebeveyne güvenli bağlanma ile öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyi arasındaki ilişkiye aracılık etmektedirler ( $\beta = .45, p < .05$ ). Ebeveyne güvenli bağlanma arttıkça arkadaşta güvenli bağlanma artmakta, aileden algılanan sosyal destek miktarı fazlaşmakta ve nezaket karakter güçleri sıralamasında daha üst basamaklara çıkmaktadır. Daha fazla nezaket karakter gücü, arkadaşta daha güvenli bağlanma ve aileden algılanan sosyal desteğin fazla olması ise öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini artırmaktadır. Arias'ın (2013) çalışmasına göre anneye bağlanma ile algılanan öğretmen desteği arasında pozitif ilişki vardır. Özdemir (2012) ve Sargent'in (2016) çalışmasının sonucuna göre de bireyin anne babaya güvenli bağlanması ile öğretmenden algıladığı sosyal destek düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Webster'ın (2000) çalışmasının sonuçları da ergenlik döneminde arkadaşlardan ve öğretmenlerden daha yüksek düzeyde algılanan destek ile güvenli bağlanmanın ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Tulviste ve Rohner (2010) çalışmalarında, bireyin evde ebeveynleri ile ilişkisini algılayışı ile okulda öğretmeni ile ilişkisini algılayışı arasında bir ilişki olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Buna göre; aileleri tarafından daha az kabul edildiği algısına sahip Estonyalı ergenler, öğretmenleri tarafından daha çok reddedildiklerini algılamaya meyilli olmaktadır (Tulviste ve Rohner, 2010).

Nihai modelde ebeveyne güvenli bağlanma öğretmenden algılanan sosyal desteği doğrudan değil, ayrı ayrı arkadaşta güvenli bağlanma, nezaket ve aileden algılanan sosyal destek vasıtasıyla yordamıştır. Arkadaş güvenli bağlanma aracılığı açısından bakıldığında; ebeveyne güvenli bağlanmadan elde edilen olumlu içsel çalışma modellerinin arkadaşlık ilişkilerine yansıdığı söylenebilir. Birey, arkadaşlarıyla geliştirdiği güvenli bağlanma ilişkileriyle doğruladığı içsel çalışma modellerini okul ortamında öğretmenleriyle olan ilişkilerine genelleysin. Sahip olduğu içsel çalışma modelleri vasıtasıyla çevresinden gördüğü sosyal desteği yeterli ve doyurucu bulma eğilimi yüksek olan birey öğretmeniyle olan ilişkisini de bu çerçevede değerlendirebilir. Hem ebeveynine hem de arkadaşına güvenli bağlanma ilişkisi geliştirmiş olan birey sahip olduğu olumlu kişisel özellikler ve sosyal beceriler nedeniyle de öğretmenlerin rehberliğini kendilerine çekiyor olabilirler. Güvenli

bağlanan bireyler öğretmenlerinin bu ilgisini de olumlu içsel çalışma modelleri nedeniyle daha doyurucu bulabilirler.

Nezaket aracılığı açısından bakıldığında bireyin ebeveyne güvenli bağlanma geliştirdiği aile ortamında deneyimlediği empati, şefkat ve özgeciliği okul ortamına taşınması etkili olmuş olabilir. Güvenli bağlanma geliştiren bireylerin okul ortamında sergiledikleri prososyal davranışlar öğretmenlerin onlarla olumlu ilişkiler geliştirmelerine katkı sağlayabilir. Güvensiz bağlanan bireylere göre de güvenli bağlananlar öğretmenleriyle geliştirdikleri bu ilişkiyi daha olumlu değerlendirebilirler.

Aileden algılanan sosyal destek aracılığı açısından bakıldığında ise ebeveyne güvenli bağlanan bireylerin ailelerinden aldıkları sosyal desteği, sahip oldukları olumlu içsel çalışma modelleri vasıtasıyla daha doyurucu değerlendirmeleriyle açıklanabilir. Aileleriyle olumlu ilişkiler kurabilen güvenli bağlanan bireyler okul ortamında daha az problem davranış sergileyebilir, olumlu okul iklimine daha fazla katkı sağlayabilirler. Ayrıca güvenli bağlanan bireylerin aileleri çocuklarına sundukları sosyal destek kapsamında okul hayatlarıyla da yakından ilgilidirler. Gerek kendi sahip olduğu olumlu özellikler ve sosyal beceriler gerek de ailesinin ilgili tutumu nedeniyle öğretmenler güvenli bağlanan bireylerle daha olumlu ilişkiler içine giriyor olabilirler.

Bu çalışmada nihai modeldeki son dolaylı yordama ilişkisi nezaket karakter gücü, arkadaşta güvenli bağlanma ile öğretmenden algılanan sosyal destek arasındadır. Buna göre lise öğrencilerinde nezaket karakter gücü arkadaşta güvenli bağlanma ile öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyi arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir ( $\beta = .04$ ,  $p < .05$ ). Arkadaşa güvenli bağlanma arttıkça nezaket, karakter güçleri sıralamasında daha üst basamaklara çıkmakta; daha fazla nezaket karakter gücü ise öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyini artırmaktadır. Mevcut bulguyu literatürde doğrudan destekleyen araştırma sonuçlarına rastlanmamıştır.

Arkadaşa güvenli bağlanma; bireyin hem kendine hem de başkalarına ilişkin olumlu tutum ve değerlendirmelerini sağlayan içsel çalışma modellerini pekiştirir. Olumlu içsel çalışma modelleri vasıtasıyla birey hem kendine hem de başkalarına yönelik ilgi, şefkat ve özgeciliği içeren bir takım duygu ve davranışları geliştirir. Arkadaşa güvenli bağlanan bireyler nezaket karakter gücünün içerdiği bu duygu ve davranışları arkadaş ortamında sergileyebilirler. Arkadaşa güvenli bağlanmanın gerçekleştiği ortamında arkadaşların empatik ve şefkatli davranışlarının deneyimlenmesi ve kabul görülüp desteklenen bu davranışların model alınması da nezaket karakter gücünün ortaya çıkmasında etkili olabilir. Gerek arkadaşta güvenli bağlanmada öne çıkan sosyal becerilere sahip olmaları gerek de nezaket karakter

gücünü okul ortamına taşımaları güvenli bağlanan bireylerin öğretmenlerin olumlu ilgisini çekmelerine neden olabilir. Hem arkadaşlarıyla güçlü bağlara sahip olan hem de iyiliksever bir karaktere sahip olan öğrenci öğretmenleri tarafından daha çok desteklenebilir. Öğretmen hem arkadaş ilişkilerinde uyumlu hem de duyarlı ve şefkatli davranan bir öğrenciye daha fazla destek sunmaya çalışabilir. Nezaket karakter gücü vasıtasıyla olumlu okul iklimine katkı yapan güvenli bağlanan bireyler okul ortamında daha az problem davranış sergilerler. Bu da öğretmenlerin bu öğrencilere rehberlik sunmaya daha istekli olmalarına yol açabilir.

## 5.2. Öneriler

Araştırma sonuçları kapsamında, araştırmacılara ve eğitimcilere aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

### *Araştırmacılara Yönelik Öneriler;*

- Mevcut araştırma kapsamında ele alınan değişkenlerin tamamı ilk defa birlikte incelenmiştir. Bu nedenle araştırmada elde edilen modelin genellenebilirliğini elde etmek için benzer kavramlarla tekrar sınındığı başka araştırmalar planlanabilir.
- Mevcut modelin farklı yaş grupları için geçerliliğini test eden araştırmalar gerçekleştirilebilir.
- Araştırmada yer alan değişkenler arasında gerçek nedensellik ilişkilerini ortaya koymak için deneysel çalışmalar yapılabilir.
- Bağlanma ve nezaket karakter gücünün algılanan sosyal destek üzerindeki zamana ve diğer etkenlere bağlı olarak değişip değişmediğini belirlemek için boylamsal çalışmalar gerçekleştirilebilir.
- Nezaket karakter gücünde, ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanmada, aileden, arkadaştan, öğretmenden algılanan sosyal destekte görülen cinsiyet farklılıklarını değerlendirebilmek için bu farkların nedenlerini, gelişimini, değişikliklerini ve sonuçlarını açıklayacak çalışmalar yapılabilir.
- Bu araştırmada nezaket karakter gücünün öğretmenden algılanan sosyal desteği pozitif yönde yordadığı saptanmıştır. Okul terki niyeti ve olumlu okul iklimi ile ilgili mevcut bulgunun kullanılabilceği grupla psikolojik danışma / psiko-eğitim uygulamaları planlanabilir.
- Bu araştırmada aileleriyle yaşayan lise öğrencileri örneklem olarak seçilmiştir. Aynı araştırma sevgi evlerinde yaşayan veya evlatlık alınmış lise öğrencileriyle gerçekleştirilerek elde edilen model sınıanabilir.
- Bu araştırmada ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanmanın hem nezaket karakter gücünü hem de aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteği pozitif

yönde yordadığı saptanmıştır. Bireylerin gerek ebeveynlerine gerek de arkadaşlarına güvenli bağlanma düzeylerini artırmaya yarayabilecek grupla psikolojik danışma / psiko-eğitim uygulamaları yapılabilir.

*Alanda Çalışanlara Yönelik Öneriler;*

- Pandemi döneminde sosyal ilişkilerin ve desteğin önemi daha iyi anlaşılmıştır. Bu dönemin olumsuz etkilerini bireylerin üzerlerinden atabilmeleri için eğitim kurumları, akademisyenler, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları bir araya gelerek bireylerin sosyal becerilerini destekleyerek sosyal ağlarını güçlendirmelerini sağlayan projeler geliştirebilirler. Özellikle sosyal medya üzerinden sosyalleşmeye alışmış olan gençler için açık alanlarda sosyalleşebilecekleri spor ve kültür faaliyetleri düzenlenebilir. Müfredatta yer alan eğitici kol faaliyetleri kapsamında öğrencilerin ürettikleri projeleri ilçe bazında tüm okulların bir araya gelmesi ile sundukları bilim şenlikleri düzenlenebilir. Bu projelerde başta nezaket karakter gücü olmak üzere karakter güçlerinden de faydalanabilirler. Bireylerin öne çıkan karakter güçlerini ortaya koyabilecekleri eğitici kol faaliyetlerine yönelmeleri desteklenebilir. Ayrıca üniversitelerdeki “Topluma Hizmet Uygulamaları” dersine benzer dersler ortaöğretim ders müfredatına eklenerek yaşlılar, kimsesizler ve ihtiyaç sahiplerine yönelik çeşitli sosyal yardım faaliyetleri yürütmeleri için öğrenciler teşvik edilebilir. Hem bağlanma figürü hem de sosyal destek kaynağı olarak ebeveyn ve arkadaş gruplarının da geliştirilecek bu projelerde yer almalarına özen gösterilmelidir.

- Bu çalışma lise öğrencileriyle gerçekleştirilmiştir. Kullanılan değişkenlerin her ne kadar lise öğrencilerinde önemli olduğu düşünülse de literatürde değinildiği üzere bağlanma ve karakter güçlerinin geliştirilmesinde çocukluk dönemi kritik öneme sahiptir. Dolayısıyla anne-babalar, eğitimciler ve yöneticiler, bireylerin güvenli bağlanma düzeylerini ve karakter güçlerini geliştirmeye yönelik ortamlar hazırlayabilir ve böylece bireylerin sosyal destek algılarına katkı sağlayabilirler. Bireylerin güvenli bağlanma geliştirmelerine destek olmak için anne-babalarda olumlu ebeveynlik davranışlarını ve ebeveyn duyarlılığını artırmaya yönelik psiko-eğitim programları ve eğitim seminerleri planlanıp, uygulanabilir. Karakter güçleri ile ilgili olarak ise bireylerin gelişim düzeylerine göre daha kolay kavrayabilecekleri karakter güçlerinden başlanarak hem öğretim hem de rehberlik programında karakter güçlerinin yer alması bir adım olabilir. Bu sayede karakter güçleri ile ilgili farkındalık düzeyleri yükselen bireyler onları günlük yaşamlarında da daha sık kullanabilirler.

- Eğitim kurumları, akademisyenler, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları bir araya gelerek bireylerin sosyal destek algılarını güçlendirmeye yönelik projeler



planlayabilir. En basit şekliyle okullarda öğrencilerin her birinin doğum gününün kutlandığı bir pano hazırlanabilir ya da ilgili kişiyle ilgili herkesin iyi dileklerini sunduğu ve küçük hediyeler verdikleri bir köşe tasarlanabilir. Bu şekilde öğrencilerin kendilerini sosyal olarak izole hissetmelerinin önüne geçilerek sosyal destek algıları güçlenebilir. Bir spor, kültür ya da bilim dalında başarı gösteren öğrencilerin yerel yönetimlerce desteklenmesi ve bu başarının duyulmasına katkı sağlamaları da bireylerin sosyal destek algılarını güçlendirebilir. Bu projelerde ebeveyne ve arkadaşına güvenli bağlanma ile nezaket karakter gücünü arttırabilecek müdahale çalışmaları da eklenebilir. Hali hazırda sivil toplum kuruluşlarına üye olup gönüllü faaliyetlerde bulunan öğrencilerin çalışmalarını okullarında sunmaları, istekli arkadaşlarını kendi faaliyetlerine dahil etmeleri sağlanabilir. Bu tarz gönüllü faaliyetlere katılan öğrencilerin ailelerini desteklemek için çeşitli geri bildirimlerde bulunulabilir.

- Bireylerin sosyal destek algılarında anlamlı katkı sağlayan ebeveyne ve arkadaşına bağlanma ile nezaket karakter gücüne ilişkin bilgileri geniş kitlelere ulaştırmak ve bu kavramlara yönelik farkındalıkları arttırmak için konferans ve seminerler düzenlenebilir. Güvenli bağlanma stilini destekleyici olumlu ebeveynlik uygulamaları ve ebeveyn duyarlılığını artırıcı önerilerin yer aldığı bilgilendirici seminerler en çok televizyon izlenen saatlerde izleyicilere sunulabilir. Aynı şekilde nezaket karakter gücünün sosyal ilişkiler ve toplumsal hayat için önemi de televizyon dışında en çok radyo dinlenen saatlerde kısa ve ilgi çekici bir şekilde dinleyicilere sunulabilir.

## KAYNAKÇA

- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709 – 716. <http://dx.doi.org/10.1037//0003-066x.44.4.709>.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (2015). *Patterns of attachment: Assessed in the strange situation and at home*. Routhledge Taylor & Francis Group. Retrieved from <https://mindsplain.com/wp-content/uploads/2021/01/Ainsworth-Patterns-of-Attachment.pdf>
- Akdeniz, C. (2020). *Ergenlerde yeme tutumunun bağlanma stili, beden algısı ve öz-şefkat açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 628493)
- Akın, Y. D., ve Ceyhan, E. (2005). Resmi ve özel genel lise öğrencilerinin ailelerinden, arkadaşlarından ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri açısından kendini kabul düzeylerinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2: 69-87. [https://app.trdizin.gov.tr/dokumangoruntule?ext=pdf&path=CrnWZGRsXTjRjLjWxD978OSUAL2jXitizhVYmCxNvH4Vjpm9x24Q97XiGizPnWCwqEEEckmZ0EN5fCFaWBUIRzsrFQHqBZjw4yvLwLte09b3dWO2f9vKBQFPeR8qN\\_ZdzPB\\_Nj3mMsKeaQpEHkMJ1hOoVRVm\\_NaqVZW93t1gec8MFbXLUlp7WzB7oJiOKmqoIE9cynZYKZK-OfQOQxAT3ejl7EK2LZSga1byjaU0F4=&contentType=application/pdf](https://app.trdizin.gov.tr/dokumangoruntule?ext=pdf&path=CrnWZGRsXTjRjLjWxD978OSUAL2jXitizhVYmCxNvH4Vjpm9x24Q97XiGizPnWCwqEEEckmZ0EN5fCFaWBUIRzsrFQHqBZjw4yvLwLte09b3dWO2f9vKBQFPeR8qN_ZdzPB_Nj3mMsKeaQpEHkMJ1hOoVRVm_NaqVZW93t1gec8MFbXLUlp7WzB7oJiOKmqoIE9cynZYKZK-OfQOQxAT3ejl7EK2LZSga1byjaU0F4=&contentType=application/pdf) dan alınmıştır.
- Akkaya, Ç. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinde algılanan sosyal destek ve öz-duyarlılık düzeyleri* (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 328022)
- Albert, A.S.B.(2003). *Parental and peer support as predictors of depression and self-esteem among late adolescents: An attachment theory perspective*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 3134006)
- Allen, S.F., & Stoltenberg, C.D. (1995). Psychological separation of older adolescents and young adults from their parents: An investigation of gender differences. *Journal of Counseling and Development*, 73(5), 542-546. <http://dx.doi.org/10.1002/j.1556-6676.1995.tb01791.x>
- Allen, J. P., & Land, D. (1999). Attachment in adolescence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 319 – 335). Guilford.

- Allen, J.P., McElhaney, K.B., Kuperminc, G.P., & Jodl, K. M. (2004). Stability and change in attachment security across adolescence. *Child Development, 75*(6), 1792-1805. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00817.x>
- Aliyev, R., ve Tunç, E. (2017). Ortaokul öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyi ve benlik algılarının incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21*(2), 401-418. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/474046>'dan alınmıştır.
- Anderman, E. M. (2012). Adolescence. In K. R. Harris, S. Graham, & T. Urdan (Eds.), *APA educational psychology handbook: Vol. 3. Application to learning and teaching* (pp. 43–61). American Psychological Association.
- Araque, J. C. (2006). *Positive youth development: Impact of youth -adult connectedness on early adolescents*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 3236479)
- Armsden, G. G. (1986). *Attachment to parents and peers in late adolescence: Relationships to affective status, self-esteem and coping with loss, threat and challenge*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 8613133)
- Armsden, G.C., & Greenberg, M.T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16* (5), 427-454. <http://dx.doi.org/10.1007/BF02202939>
- Arias, S. J. (2013). *Exploring the relationship between attachment, perceived teacher support, and school engagement in truant and non-truant students*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 3594764)
- Arslan, E. (2008). *Bağlanma stilleri açısından ergenlerde Erikson'un psikososyal gelişim dönemleri ve ego kimlik süreçlerinin incelenmesi*. (Doktora Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 211406)
- Arslan, Y. (2009). *Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile sosyal problem çözme arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 234959)
- Aspelmeier, J.E., & Kerns, K. A. (2003). Love and school: Attachment/ exploration dynamics in college. *Journal of Social and Personal Relationships, 20*(1), 5-30. <http://dx.doi.org/10.1177/0265407503020001185>
- Bakermans-Kranenburg, M. J., & van Ijzendoorn, M. H. (2016). Attachment, parenting, and genetics. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.) (pp. 155-179). The Guildford Press.

- Baldwin, C. P., & Baldwin, A. (1970). Children's judgments of kindness. *Child Development*, 41, 29-47. <https://doi.org/10.2307/1127387>
- Balşık-Kaya, N. (2019). *Liseli ergenlerin ebeveyne bağlanma stilleri, empati düzeyleri ve saldırgan davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 540878)
- Barsano, C. A. (2005). *The stability of attachment patterns during adolescence*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 3177403)
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.61.2.226>.
- Barut, B. (2019). *Ergenlerde dijital oyun bağımlılık düzeyi ile algılanan sosyal destek ve duygu düzenleme arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 587057)
- Batson, C. D. (1990). How social an animal? The human capacity for caring. *American Psychologist*, 45, 336-346. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.45.3.336>
- Batson, C. D. (1991). *The altruism question: Toward a social-psychological answer*. Erlbaum.
- Bayraktar, F., Sayıl, M., ve Kumru, A. (2009). Liseli ergenler ve üniversiteli gençlerde benlik saygısı: Ebeveyn ve akrana bağlanma, empati ve psikolojik uyum değişkenlerinin rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24 (63): 48-63. <https://kutuphane.dogus.edu.tr/mvt/pdf.php>'den alınmıştır.
- Bayram, N. (2016). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş: AMOS uygulamaları*. Ezgi Kitabevi.
- Bekir, H., Arbaş, G., ve Aydın, R. (2018). Sosyal dezavantajlı bölgedeki ortaokul öğrencilerinin anneye bağlanma ve sosyal destek algısı. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33: 79-90. <http://dx.doi.org/10.14582/DUZGEF.1885>
- Bektaş, Ö., ve Zabun, E. (2019). Ortaokul öğrencilerinde algılanan sosyal destek. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12 (64), 530- 539. <https://www.sosyalarastirmalar.com/articles/perceived-social-supportby-secondary-school-students.pdf> dan alınmıştır.
- Benson, M.J., McWey, L.M., & Ross, J.J.(2006). Parental attachment and peer relations in adolescence: A meta-analysis. *Research in Human Development*, 3:1, 33-43. [http://dx.doi.org/10.1207/s15427617rhd0301\\_4](http://dx.doi.org/10.1207/s15427617rhd0301_4)

- Bernardon, S., Babb, K.A., Hakim-Larson, J., & Gragg, M. (2011). Loneliness, attachment, and the perception and use of social support in university students. *Canadian Journal of Behavioural Science, 43* (1), 40-51. <http://dx.doi.org/10.1037/a0021199>
- Berscheid, E. (2006). The greatest strength of a human being: other human beings. In L.G. Aspinwall & U.M. Staudinger (Eds.), *A psychology of human strengths* (pp. 47–56). Edita.
- Beshara, G. E.(2005). *Attachment, perceptions of social support, and social integration: Implications for adolescents at risk of school drop out* (Master theses) Retrieved from <https://summit.sfu.ca/item/8996>
- Bialecka-Pikul, M.Stepien-Nycz, M., Szpak, M., Grygiel, P., Bosacki, S., Devine, R.T., & Hughes, C. (2021). Theory of mind and peer attachment in adolescence. *Journal of Research on Adolescence, 31* (4), 1202-1217. <http://dx.doi.org/10.1111/jora.12630>.
- Bich, T. T., Oanh, D. T., Huong, P. T. T., & Binh, N. T. T. (2018). Scientific basis to build criteria for high school students' kindness in Vietnam. *American Journal of Educational Research, 6* (6), 822-827. <http://dx.doi.org/10.12691/education-6-6-35>
- Binfet, J. T. (2015). Not-so random acts of kindness: A guide to intentional kindness in the classroom. *The International Journal of Emotional Education, 7* (2), 49-62. Retrieved from <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1088155.pdf>
- Binfet, J. T. & Gaertner, A. (2015). Children's conceptualizations of kindness at school. *Canadian Children, 40* (3), 27-39. <http://dx.doi.org/10.18357/jcs.v40i3.15167>
- Binfet, J. T., Gadermann, A. M., & Schonert-Reichl, K. A. (2016). Measuring kindness at school: Psychometric properties of a school kindness scale for children and adolescents. *Psychology in the Schools, 53* (2), 111-126. <http://dx.doi.org/10.1002/pits.21889>
- Binfet, J. T., & Passmore, H. A.(2019). The who, what, and where of school kindness: Exploring students' perspectives. *Canadian Journal of School Psychology, 34* (1), 22-37. <http://dx.doi.org/10.1177/0829573517732202>
- Binfet, J. T., & Whitehead, J. (2019). The effect of engagement in a kindness intervention on adolescents' well-being: A randomized controlled trial. *International Journal of Emotional Education, 11* (2): 33-49. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/337632235\\_The\\_effect\\_of\\_engagement\\_in\\_a\\_kindness\\_intervention\\_on\\_adolescents'\\_well-being\\_A\\_randomized\\_controlled\\_trial](https://www.researchgate.net/publication/337632235_The_effect_of_engagement_in_a_kindness_intervention_on_adolescents'_well-being_A_randomized_controlled_trial)

- Biswas-Diener, R. (2006). From the equator to the North Pole: A study of character strengths. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 293–310. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-005-3646-8>
- Blain, M. D., Thompson, J. M., & Whiffen, V. E. (1993). Attachment and perceived social support in late adolescence: The interaction between working models of self and others. *Journal of Adolescent Research*, 8, 226-241. <http://dx.doi.org/10.1177/074355489382006>
- Bokhorst, C. L., Sumter, S. R., & Westenberg, M. (2009). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive? *Social Development*, 19 (2), 417- 426. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-9507.2009.00540.x>
- Booker, J. A., & Perlin, J. D. (2020). Using multiple character strengths to inform young adults' self-compassion: The potential of hope and forgiveness. *The Journal of Positive Psychology*, 16 (3): 379-389. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2020.1716048>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. Tavistock.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss (Vol. 3)*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment (Rev. ed.)*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1989). The role of attachment in personality development and psychopathology. In S. I. Greenspan & G. H. Pollock (Eds.), *The course of life* (Vol. 1, pp. 229–270). International Universities Press.
- Bowlby, J. (2014). *Sevgi bağlarının kurulması ve bozulması*. (Çev. M. Kamer). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları. (Eserin orijinali 1979'da yayımlanmıştır.)
- Bowlby, J. (2020a). *Bağlanma* (Çev. T.V. Soylu). Pinhan Yayıncılık. (Eserin orijinali 1969'da yayımlanmıştır.)
- Bowlby, J. (2020b). *Ayrılma* (Çev. M. Günay). Pinhan Yayıncılık. (Eserin orijinali 1969'da yayımlanmıştır.)
- Brooks-Gunn, J.(1991). How stressful is the transition to adolescence for girls? In M. E. Colten & S. Gore (Eds.), *Adolescent stress: Causes and consequences* (pp. 131-149). Aldine de Gruyter.

- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (1999). Internal working models in attachment relationships. In J. Cassidy, & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 89-111). The Guilford Press.
- Brown, B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. In R.M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (Third Edition, pp. 74-103). John Wiley & Sons.
- Buhrmester, D., & Furman, W. E. (1987). The development of companionship and intimacy. *Child Development*, 58, 1101–1113. <http://dx.doi.org/10.2307/1130550>
- Buist, K. L., Dekovic, M., Meeus, W., & van-Aken, M. A. (2002). Developmental patterns in adolescent attachment to mother, father and sibling. *Journal of Youth and Adolescence*, 31, 167–176. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1015074701280>
- Buist, K. L., Dekovic, M., Meeus, W. H., & van-Aken, M. A. G. (2004). Attachment in adolescence: A social relations model analysis. *Journal of Adolescent Research*, 19, 826-850. <http://dx.doi.org/10.1177/0743558403260109>
- Burleson, B. R., & Kunkel, A. W. (1996). The socialization of emotional support skills in childhood. In G.R. Pierce, I.G. Sarason, & B.R. Sarason (Eds.), *Handbook of social support and the family* (pp.105-140). Springer Science+Business Media, LLC.
- Byrne, B. M. (2016). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming* (3rd ed.). Routledge.
- Cai, W., Pan, Y., Zhang, S., Wei, C., Dong, W., & Deng, G. (2017). Relationship between cognitive emotion regulation, social support, resilience and acute stress responses in Chinese soldiers: Exploring multiple mediation model. *Psychiatry Research*, 256, 71–78. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.018>
- Capuano, A. (2020). *Finding attachment style character strengths through positive art therapy*. (Master theses). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 27963938)
- Carlson, M., Charlin, V., & Miller, N. (1988). Positive mood and helping behavior: A test of six hypotheses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55: 211-229. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.55.2.211>
- Cellek, B. (2020). *Eğitimde nezaketin önemi ve gerekliliği üzerine bir inceleme* (Tez No. 620342) [Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi] YÖK. <https://tez.yok.gov.tr>
- Chen, S. (2017). *Chinese adolescents' emotional intelligence, perceived social support, and resilience*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 10616117)

- Chen, W., Zhang, D., Pan, Y., Hu, T., Liu, G., & Luo, S. (2017). Perceived social support and self-esteem as mediators of the relationship between parental attachment and life satisfaction among Chinese adolescents. *Personality and Individual Differences, 108*: 98-102. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.009>
- Cheng, S. T., & Chan, A. C. M. (2004). The multidimensional scale of perceived social support: Dimensionality and age and gender differences in adolescence. *Personality and Individual Differences, 37*, 1359-1369.
- Clary, M. D. (2014). *Perceived social support from parents and teachers: Relationships with internalizing disorders, school problems, and personal adjustment*. (Master dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 1558631)
- Coble, H. M., Gantt, D. L., & Mallinckrodt, B. (1996). Attachment, social competency, the capacity to use social support. In G.R. Pierce, I.G. Sarason, & B.R. Sarason (Eds.), *Handbook of social support and the family* (pp.141-172). Springer Science+Business Media, LLC.
- Cohen, S., & Willis, T.A. (1985). *Social support and health*. Academic Press.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Lawrence Erlbaum Associates
- Cole, D. A., Lazarick, D.L., & Howard, G.S.(1987). Construct validity and the relation between depression and social skill. *Journal of Counseling Psychology, 34*, 315-321. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.34.3.315>
- Coleman, J.C., & Hendry, L.B. (1999). *The nature of adolescence (3rd Ed.)*. Routledge.
- Colin, V. L. (1996). *Human attachment*. McGraw-Hill.
- Collins, N. L., & Feeney, B.C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support: Evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*(3): 363-383. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.363>
- Comunian, A. L. (1998). The kindness scale. *Psychological Reports, 83*: 1351-1361. <http://dx.doi.org/10.2466/PRO.83.7.1351-1361>
- Cotney, J. L., & Banerjee, R. (2019). Adolescents' conceptualizations of kindness and its links with well-being: A focus group study. *Journal of Social and Personal Relationships, 36*, 599-617. <http://dx.doi.org/10.1177/0265407517738584>.
- Cotterell, J. (1992). The relation of attachments and support to adolescent well-being and school adjustment. *Journal of Adolescent Research, 7*, 28-42. <http://dx.doi.org/10.1177/074355489271003>



- Crossley, A., & Langdrige, D. (2005). Perceived sources of happiness: A network analysis. *Journal of Happiness Studies*, 6 (2), 107-135. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-005-1755-z>
- Curry, O. S., Rowland, L.A., Van Lissa, C.J., Zlotowitz, S., McAllaney, J., & Whitehouse, H. (2018). Happy to help? A systematic review and meta-analysis of the effects of performing acts of kindness on the well-being of the actor. *Journal of Experimental Social Psychology*, 76: 320-329. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jesp.2018.02.014>
- Cutrona, C.E., & Suhr, J.A. (1994). Social support communication in the context of marriage: An analysis of couples' supportive interactions. In B.R. Burleson & T.L. Albrecht (Eds.), *Communication of social support: Messages, interactions, relationships, and community* (pp. 113-135). Sage Publications.
- Çalık, M., ve Bal, F. (2020). Ergenlerde duygusal özerklik, arkadaşla bağlanma ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Metinleri*, 2, 1-12. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1306474>'dan alınmıştır
- Çalışkan, B. (2019). *Suriyeli mülteci, yurt içi göç yaşamış ve göç yaşamamış ilköğrencilerinde öğrenci kovitalitesi ve okul nezaketinin araştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 585227)
- Çam, O., ve Keskin, G. (2007). Bağlanma sürecinin ergen açısından değerlendirilmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 23 (2), 159-172. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/835538>'dan alınmıştır.
- Çeçen, A. R. (2008). Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve ana baba tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-443. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/256309>'dan alınmıştır.
- Çetin, A. (2015). *12-14 yaş arası ergenlerin sosyal beceri düzeyi ile ebeveynlerine bağlanma güvenliği arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 397408)
- Datu, J. A. D., & Park, N. (2019). Perceived school kindness and academic engagement: The mediational roles of achievement goal orientations. *School Psychology International*, 40 (5), 456-473. <http://dx.doi.org/10.1177/0143034319854474>
- Davis, M., Morris, M., & Kraus, L. (1998). Relationship-specific and global perceptions of social support: Associations with wellbeing and attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 468-481. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.74.2.468>

- Dekovic, M., & Meeus, W. (1997). Peer relations in adolescence: Effects of parenting and adolescents' self-concept. *Journal of Adolescence*, 20,163-176. <http://dx.doi.org/10.1006/jado.1996.0074>
- Demir, D. M. (2018). *Lise öğrencilerinin anne baba ilişkileri ve bağlanma durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 524942)
- Demirtaş, A. S. (2007). *İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri ile stresle başa çıkma düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 207036)
- DeSantis King, A.L., Huebner, S., Suldo, S.M., & Valois, R.F. (2006). An ecological view of school satisfaction in adolescence: Linkages between social support and behavior problems. *Applied Research in Quality of Life*, 1, 279-295. <http://dx.doi.org/10.1007/s11482-007-9021-7>
- Deschamps, P. (2016). *The role of individual character strengths in adolescent academic achievement and risky school behavior*(Doctoral dissertation). Retrieved from [https://digitalcommons.wayne.edu/oa\\_dissertations](https://digitalcommons.wayne.edu/oa_dissertations)
- Deveci, H. ve Selanik-Ay, T. (2009). İlköğretim öğrencilerinin günlüklerine göre günlük yaşamda değerler. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2, 167-180. [https://www.okuloncesi.net/upload/dosyalar/20111113/2321/deveci\\_ay.pdf](https://www.okuloncesi.net/upload/dosyalar/20111113/2321/deveci_ay.pdf) den alınmıştır.
- Dilly, L. J. (2005). *The optimal matching of perceived teacher social support to students' daily school stressors*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 3189640)
- Dossett, T. H. (2011). *The influence of the character strengths of gratitude and kindness on subjective well-being*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 3480419)
- Duru, E. (2007). Re-examination of the psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support among Turkish university students. *Social Behavior and Personality*, 35 (4), 443-452. Retrieved from <https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/algılanan-sosyal-destek-olcegi-toad.pdf>
- Dykas, M. J., Ziv, Y., & Cassidy, J. (2008). Attachment and peer relations in adolescence. *Attachment & Human Development*, 10: 2, 123-141. <http://dx.doi.org/10.1080/14616730802113679>

- Eisenberg, N., Cameron, E., Tryon, K., & Dodez, R. (1981). Socialization of prosocial behavior in the preschool classroom. *Developmental Psychology, 17*(6), 773-782. <http://dx.doi.org/10.1037/0012-1649.17.6.773>
- Eisenberg, N. (1986). *Altruistic emotion, cognition and behavior*. Erlbaum.
- Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to pro-social and related behaviors. *Psychological Bulletin, 707*(1), 91-119. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.101.1.91>
- Eisenberg, N., Guthrie, I. K., Cumberland, A., Murphy, B. C., Shepard, S. A., Zhou, Q., et al. (2002). Prosocial development in early adulthood: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 993–1006. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.993>
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Knafo-Noam, A. (2015). Prosocial development. In M. E. Lamb & C. G. Coll (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science, Vol. 3: Socioemotional processes* (pp. 610–656). Wiley.
- Eken, A. (2010). *Ergenlerin anne-babaya bağlanma biçimleri ile öznel iyi oluş durumlarının sosyal yetkinlik beklentileriyle ilişkileri*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 270927)
- Ekşi, H., Demirci, İ., Kaya, Ç., ve Ekşi, F. (2017). Karakter gelişim indeksinin Türk ergenlerdeki psikometrik özellikleri. *Ege Eğitim Dergisi, 18* (2): 476-500. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/360718>'dan alınmıştır.
- Eşkisü, M. (2009). *Lise öğrencilerinin zorbalık düzeyleri ile aile işlevleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 270114)
- Eldeleklioğlu, J. (2006). The relationship between the perceived social support and the level of depression and anxiety in university students. *Educational Sciences: Theory & Practice, 6* (3), 742-752. Retrieved from <https://www.proquest.com/docview/236994009/fulltextPDF/21D4DF91EFBA4994PQ/1?accountid=17219>
- Elicker, J., Englund, M., & Sroufe, L. A. (1992). Predicting peer competence and peer relationships in childhood from early parent-child relationships. In R. Parke & G. Ladd (Eds.), *Family-peer relations: Modes of linkage* (pp. 77-106). Lawrence Erlbaum.
- Erwin, P. (1998). *Friendship in childhood and adolescence*. Routledge.

- Fearon, R.M.P., & Belsky, J.(2016). Precursors of attachment security. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.) (pp. 291-313).The Guildford Press.
- Filasteen, İ. M. N. (2018). *The role of satisfaction with life, social support, psychological problems, love, self-esteem satisfaction with love life and parenting styles in predicting loneliness among Palestinian university students.*(Doctoral dissertation, ). Retrieved from <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/112449/2/270988.pdf>
- Florian, V., Mikulincer, M., & Bucholtz, I. (1995). Effects of adult attachment style on the perception and search for social support. *The Journal of Psychology, 129*(6), 665-676. <http://dx.doi.org/10.1080/00223980.1995.9914937>
- Foltz, C., Barber, J.P., Weinryb, R.M., Morse, J.Q., & Chittams, J. (1999). Consistency of themes across interpersonal relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology, 18*, 204-222. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.1999.18.2.204>
- Fraley, R.C., & Davis, K. E. (1997). Attachment formation and transfer in young adults ' close friendships and romantic relationships. *Personal Relationships,4*,131–144. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1475-6811.1997.tb00135.x>
- Frazier, P.A., Tix, A.P., & Barron, K.E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of Counseling Psychology, 51*, 115-134. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.51.1.115>
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1985). Children's perceptions of the personal relationships in their social networks. *Developmental Psychology, 21*, 1016-1024. <http://dx.doi.org/10.1037/0012-1649.21.6.1016>
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development, 63*, 103-115. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8624.1992.tb03599.x>
- Gable, S. L., & Gosnell, C. L. (2011). The positive side of close relationships. In K. M. Sheldon, T. B. Kashdan & M. F. Steger (Eds.). *Designing positive psychology.* (pp. 265- 279 ). Oxford University Press
- Gazioğlu, E. (2015). *Bağlanma stilleri, algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve kişilik özellikleri bakımından ergenlerin stresle başa çıkma tarzları.* (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 425031)
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference.11.0 update* (4th ed.). Allyn & Bacon.

- Goetz, J. L., & Simon-Thomas, E. (2017). The landscape of compassion: Definitions and scientific approaches. In E. M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron, & J. R. Doty (Eds.), *The Oxford handbook of compassion science* (pp. 3–15). Oxford University Press.
- Gorrese, A., & Ruggieri, R. (2012). Peer attachment: A meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment. *Journal of Youth Adolescence*, *41*: 650-672. <http://dx.doi.org/10.1007/s10964-012-9759-6>.
- Griffith, B. A. (2004). The structure and development of internal working models: An integrated framework for understanding clients and promoting wellness. *Journal of Humanistic Counseling, Education, and Development*, *43*, 163–177. <http://dx.doi.org/10.1002/j.2164-490X.2004.tb00016.x>
- Guo, Y. (2020). *The relationship between adult attachment, perceived social support, and depression in Chinese college students with different life experiences*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 28088295)
- Günaydın, B., ve Yöndem Z. D. (2007). Ergenlerin akran bağlılığının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, *1*(7), 141-153. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/16627>'dan alınmıştır.
- Gündoğan, S. (2016). *Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 436731)
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin (benlik kaygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. (Doktora Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 148307)
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, *13*(12), 673–685. <http://dx.doi.org/10.1037/h0047884>
- Harper, S. C. (1996). The relationship between attachment and perceived social support, self-esteem, and levels of depression in an adolescent foster care population using Bartholomew's model. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 9638435)
- Harter, S. (1985). *Manual for the social support scale for children*. University of Denver.
- Haslip, M. J., Allen-Handy, A., & Donaldson, L. (2019). How do children and teachers demonstrate love, kindness and forgiveness? Findings from an early childhood strength-spotting intervention. *Early Childhood Education Journal*, *47*: 531- 547. <http://dx.doi.org/10.1007/s10643-019-00951-7>

- Hazan, C., & Zeifman, D. (1994). Sex and the psychological tether. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood* (pp. 151–178). Jessica Kingsley Publishers.
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1999). Pair bonds as attachments: Evaluating the evidence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment theory and research* (pp. 336–354). The Guilford Press.
- Heintz, S., Kramm, C., & Ruch, W. (2019). A meta-analysis of gender differences in character strengths and age, nation, and measure as moderators. *The Journal of Positive Psychology*, *14* (1): 103-112. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2017.1414297>
- Helsen, M., Vollebergh, W., & Meeus, W. (2000). Social support from parents and friends and emotional problems in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, *29*, 319–335. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1005147708827>
- Heppner, P.P., Wampold, B.E., & Kivlighan, D.M. (2008). *Psikolojik danışmada araştırma yöntemleri*. (Çev. Ed. D. M. Siyez). Mentis Yayıncılık. (Eserin orijinali 1992’de yayımlanmıştır.)
- Herzberg, D. S. (1998). *Social support in late adolescence: Attachment and transitions among parent and peer influences*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 9905537)
- Herzberg, D. S., Hammen, C., Burge, D., Daley, S. E., Davila, J., & Lindberg, N. (1999). Attachment cognitions predict perceived and enacted social support during late adolescence. *Journal of Adolescent Research*, *14* (4), 387-404. <http://dx.doi.org/10.1177/0743558499144001>
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development. Implications for caring and justice*. Cambridge University Press.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley; Reading.
- Hoy, B., Thalji, A., Frey, M., Kuzia, K., & Suldo, S. M. (2012, February). *Bullying and Students’ Happiness: Social Support As A Protective Factor*. Poster session presented at the National Association of School Psychologists Annual Conference, Philadelphia.
- Jacobsen, T. & Hofmann V. (1997). Children's attachment representations: Longitudinal relations to school behavior and academic competency in middle childhood and adolescence. *Developmental Psychology*, *33*(4), 703-710. <http://dx.doi.org/10.1037/0012-1649.33.4.703>

- Johnson, R. C., Danko, G. P., Darvill, T. J., Bochner, S., Bowers, J. K., Huang, Y.-H., et al. (1989). Cross-cultural assessment of altruism and its correlates. *Personality and Individual Differences, 10*, 855–868. [http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869\(89\)90021-4](http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869(89)90021-4)
- Kabakçı, Ö.F. (2013). *Karakter güçleri açısından pozitif gençlik gelişiminin incelenmesi*. (Doktora Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 339024)
- Kabakçı, Ö.F., Ergene, T., & Doğan, N. (2019). Character strengths in Turkey: Initial adaptation study of values in action inventory of strengths for youth (VIA-Youth) and life satisfaction in young people. *International Journal of Educational Methodology, 5* (3), 489-501. <http://dx.doi.org/10.12973/ijem.5.3.489>
- Kahrıman, İ., ve Polat, S. (2003). Adölesanlarda aileden ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 6* (2): 13-24. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/29193#:~:text=Ad%C3%B6lesanlar%C4%B1n%20benlik%20sayg%C4%B1s%C4%B1%20puan%20ortalamas%C4%B1n,ad%C3%B6lesanlar%C4%B1n%20benlik%20sayg%C4%B1s%C4%B1n%C4%B1n%20y%C3%BCkseldi%C4%9Fi%20saptanm%C4%B1%C5%9Ft%C4%B1r.'dan> alınmıştır.
- Kalpakoff, M. S. (2019). *A positive psychology endeavor: Exploring the relationship between kindness and resilience*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 28391129)
- Kanak, M., Bilbay, A., ve Balta, D. (2017). Ergenlerin akrana bağlanma stillerinin umutsuzluk düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi. *Journal of History Culture and Art Research, 6*(6), 492-503. <http://dx.doi.org/10.7596/taksad.v6i6.1221>
- Kara, B. (2020). *Ergenlerin ebeveyn ve akrana bağlanma düzeyleri ile depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 642532)
- Katmer, A. N. (2018). *Ergenlerde yalnızlığın yordayıcısı olarak algılanan sosyal destek, arkadaşlık kalitesi ve arkadaşla bağlanmanın incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 534477)
- Katmer, A. N., Buga, A., & Kaya, İ. (2019). An investigation of friendship quality, attachment to friends and perceived social support from friends as predictors of loneliness in adolescents. *International Online Journal of Educational Sciences, 11* (4), 211-227. <http://dx.doi.org/10.15345/iojes.2019.04.015>

- Kaya-Memiş, A. (2018). *Okul nezaket algısının ilkökul öğrencilerinin psikolojik ve duygusal iyi oluşları ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 529401)
- Kayhan, B. (2019). *Lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri, akran ilişkileri ve öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi (Mersin ili örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 578488)
- Kerr, S. L., O'Donovan, A. & Pepping, C. A. (2014). Can gratitude and kindness interventions enhance wellbeing in a clinical sample? *Journal of Happiness Studies*, 16, 17-36. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-013-94921>
- Khodarahimi, S., Hashim, I.H.M., & Mohd-Zaharim, N. (2016). Attachment styles, perceived stress and social support in a Malaysian young adult sample. *Psychologica Belgica*, 56 (1), 65–79. <http://dx.doi.org/10.5334/pb.320>
- Kılıç, S. (2014). Etki büyüklüğü. *Journal of Mood Disorders*, 4 (1), 44-6. <https://doi.org/10.5455/jmood.20140228012836>
- Kılıç, S. (2020). Nezaket. Ş. Işık (Editör). *Okulda pozitif psikoloji uygulamaları*. (5. Baskı) (ss. 325-362). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Kırçalıoğlu, M. (2019). *Lise öğrencilerinde siber zorbalık duyarlılığının sosyodemografik özellikler, algılanan sosyal destek ve ebeveyn ve akran ilişkileri açısından değerlendirilmesi: Tekirdağ ili Çerkezköy ilçesi örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 548828)
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). Culture and social support. *American Psychologist*, 63, 518-526. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X>.
- Kline, R.B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling (2nd ed.)*. The Guilford Press.
- Kline, R. B.(2019). *Yapısal eşitlik modellemesinin ilkeleri ve uygulaması* (Çev. Ed. S. Şen). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Knafo, A., & Israel, S. (2012). Empathy, prosocial behavior, and other aspects of kindness. In M. Zenter & R. L. Shiner (Eds.), *Handbook of temperament* (pp. 168–179).The Guildford Press.
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and perception of self and others. *Child Development*, 59, 135–146. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8624.1988.tb03201.x>



- Kobak, R. R., Cole, H. E., Ferenz-Gillies, R., & Fleming, W. S. (1993). Attachment and emotion regulation during mother-teen problem solving: A control theory analysis. *Child Development, 64*, 231–245. <http://dx.doi.org/10.2307/1131448>
- Kocaman, G. (2017). *Lise öğrencilerinin ailelerinden aldıkları sosyal destek düzeyinin belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 484861)
- Körük, S. (2016). *Ergenlerde riskli davranışların güvensiz bağlanma ve algılanan sosyal destek tarafından yordanmasında psikolojik belirtilerin aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 435995)
- Küçükbasmacı-Yanar, Y. (2020). *Ergenlerde problemlili internet kullanımı, algılanan sosyal destek ve insani değerler algısının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi) <https://dspace.gazi.edu.tr/bitstream/handle/20.500.12602/296165/?sequence=1&isAllo wed=y>'dan alınmıştır.
- Laible, D. J., Carlo, G., & Raffaelli, M. (2000). The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence, 29*, 45-59. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1005169004882>
- Laible, D. J., Carlo, G., & Roesch, S. C. (2004). Pathways to self-esteem in late adolescence: The role of parent and peer attachment, empathy, and social behaviors. *Journal of Adolescence, 27*(6), 703-716. <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.05.005>.
- Laible, D. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior. *Personality and Individual Differences, 43*(5), 1185–1197. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2007.03.010>
- Lakey, B., & Dickinson, L. G. (1994). Antecedents of perceived support: Is perceived family environment generalized to new social relationships? *Cognitive Therapy and Research, 18*(1), 39-53. <http://dx.doi.org/10.1007/BF02359394>
- Lakey, B., & Drew, J. B. (1997). A social cognitive perspective on social support. In G.R. Pierce, B. Lakey, I.G. Sarason, & B.R. Sarason (Eds.). *Sourcebook of social support and personality* (pp. 107- 140 ). Springer Science+Business Media, LLC
- Lam, S., Jimerson, S., Kikas, E., Cefai, C., Veiga, F., Nelson, B., Hatzichristou, C., Polychroni, F., Basnett, J., Duck, R., Farrell, P., Liu, Y., Negovan, V., Shin, H., Stanculescu, E., Wong, B., Yang, H., & Zollneritsch, J. (2012). Do girls and boys perceive themselves as equally engaged in school? The results of an international study from 12 countries. *Journal of School Psychology, 50*, 77–94. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jsp.2011.07.004>

- Lamborn, S. D., Fischer, K. W., & Pipp, S. (1994). Constructive criticism and social lies: A developmental sequence for understanding honesty and kindness in social interactions. *Developmental Psychology*, 30, 495–508. <http://dx.doi.org/10.1037/0012-1649.30.4.495>
- Lane, J. A. (2013). *The impact of attachment working models and social support on the subjective and psychological well-being of emerging adults in transition: Testing a theoretical mediation model*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 10306194)
- Lapsley, D. K., Rice, K. G., & Fitzgerald, D. P. (1990). Adolescent attachment, identity, and adjustment to college: Implications for the continuity of adaptation hypothesis. *Journal of Counseling & Development*, 68 (5): 561-565. <http://dx.doi.org/10.1002/j.1556-6676.1990.tb01411.x>
- Larose, S., Boivin, M., & Poulin, F. (March, 1993). *Parent-adolescent attachment and specificity of perceived social support*. Paper presented at 60th the Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development, New Orleans, LA.
- Larose, S., Bernier, A., & Soucy, N. (2005). Attachment as a moderator of the effect of security in mentoring on subsequent perceptions of mentoring and relationship quality with college teachers. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(3), 399-415. <http://dx.doi.org/10.1177/0265407505052443>
- Lashuk, L. R. (1997). *Acts of kindness and their effect on self-esteem and esteem for people in general*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 9815258)
- Layous, K., Nelson, S.K., Oberle, E., Schonert-Reichi, K. A., & Lyubomirsky, S. (2012). Kindness count: Prompting prosocial behavior in preadolescents boosts peer acceptance and well-being. *PLoS ONE* 7(12): e51380. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0051380>
- Lebacqz, T., Dujeu, M., Meroc, E., Moreau, N., Pedroni, C., Godin, I., & Castetbon, K.(2019). Perceived social support from teachers and classmates does not moderate the inverse association between body mass index and health-related quality of life in adolescents. *Quality of Life Research*,28: 895-905. <http://dx.doi.org/10.1007/s11136-018-2079-x>
- Lee, V. E., & Burkam, D. T. (2003). Dropping out of high school: The role of school organization and structure. *American Educational Research Journal*, 40 (2), 353-393. <http://dx.doi.org/10.3102/00028312040002353>

- Lee, C. K. J., & Huang, J. (2021). The relations between students' sense of school belonging, perceptions of school kindness and character strength of kindness. *Journal of School Psychology, 84*: 95-108. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jsp.2020.12.001>
- Leppma, M. (2011). *The effect of loving-kindness mediation on empathy, perceived social support, and problem-solving appraisal in counseling students*. (Doctoral dissertation). Retrieved from <https://stars.library.ucf.edu>
- Lewin, K. (1997). *Resolving social conflicts and field theory in social science*. American Psychological Association. <http://dx.doi.org/10.1037/10269-000>
- Li, T., & Liu, X. (2016). Role of character strengths and stress in psychological symptoms among Chinese secondary vocational school students. *Psychology, 7*, 52-61. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2016.71007>
- Lichtenberger, E. O. (1996). *Communication openness, perceived social support, and ego resiliency: Correlates of internal working models of attachment*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 9626461)
- Lin, N., Simeone, R. S., Ensel, W. M., & Kuo, W. (1979). Social support, stressful life events, and illness: A model and an empirical test. *Journal of Health and Social Behavior, 20* (2), 108-119. <http://dx.doi.org/10.2307/2136433>
- Liu, Y. L. (1996). *The relationship of perceived social support from family and peers to Taiwanese adolescents' coping with different stressors*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 9705895)
- Liu, Y. L. (2006). Paternal/maternal attachment, peer support, social expectations of peer interaction, and depressive symptoms. *Adolescence, 41* (164): 705-721. Retrieved from <https://web.s.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=69db08cc-bec4-478d-a35e-9b7f1ce28f3a%40redis>
- Liu, Q., & Wang, Z. (2021). Associations between parental emotional warmth, parental attachment, peer attachment, and adolescents' character strengths. *Children and Youth Services Review, 120*: 1-9. <http://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105765>
- Lockhart, K. L., Chang, B., & Story, T. (2002). Young children's beliefs about the stability of traits: Protective optimism? *Child Development, 73*, 1408-1430. <http://dx.doi.org/10.1111/1467-8624.00480>
- Lorenz, K. (1970). *Studies in animal and human behavior*. Harvard University Press.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.). *Growing*

- points in attachment theory and research, monographs of the society for research in child development* (Vol. 50) (pp. 66-104). University Of Chicago Press
- Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2003). What type of support do they need? Investigating student adjustment as related to emotional, informational, appraisal, and instrumental support. *School Psychology Quarterly*, *18*, 231-252. <http://dx.doi.org/10.1521/scpq.18.3.231.22576>
- Mallinckrodt, B., & Wei, M. (2005). Attachment, social competencies, social support and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, *52*(3): 358-367. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.52.3.358>
- Malti, T., Gummerum, M., Keller, M., & Buchmann, M. (2009). Children's moral motivation, sympathy, and prosocial behavior. *Child Development*, *80*(2), 442-460. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01271.x>
- Malti, T. (2016). Toward an integrated clinical-developmental model of guilt. *Developmental Review*, *39*, 16-36. <http://dx.doi.org/10.1016/j.dr.2015.11.001>
- Malti, T. (2020). Kindness: A perspective from developmental psychology. *European Journal of Developmental Psychology*, *18* (5), 629-657. <http://dx.doi.org/10.1080/17405629.2020.1837617>
- Mankowski, E. S., & Wyer Jr., R. S. (1997). Cognitive causes and consequences of perceived social support. . In G.R. Pierce, B. Lakey, I.G. Sarason, & B.R. Sarason (Eds.). *Sourcebook of social support and personality* (pp. 107- 140 ). Springer Science+Business Media, LLC
- Markiewicz, D., Doyle, A. B., & Brendgen, M. (2001). The quality of adolescents' friendships: Associations with mothers' interpersonal relationships, attachments to parents and friends, and prosocial behaviors. *Journal of Adolescence*, *24*, 429-445. <http://dx.doi.org/10.1006/jado.2001.0374>.
- Martin, E. P., & Martin, J. M. (1978). *The black extended family*. University of Chicago Press.
- Martinez-Marti, M. L., & Ruch, W. (2017). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self-efficacy, optimism, social support, self-esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, *12*(2), 110-119. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2016.1163403>
- Marvin, R. S., Britner, P. A., & Russell, B.S. (2016). Normative development: The ontogeny of attachment in childhood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.) (pp. 273-290).The Guildford Press.

- Matsushima, R., & Shiomi, K. (2003). Self-efficacy and interpersonal stress in adolescence. *Social Behavior and Personality an International Journal*, 31 (4), 323-332. <http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2003.31.4.323>
- Mayseless, O., Wiseman, H., & Hai, H. (1998). Adolescents' relationships with father, mother, and same-gender friend. *Journal of Adolescent Research*, 13, 101-123. <http://dx.doi.org/10.1177/0743554898131006>
- McAdams, C. J., Lohrenz, T., & Montague, P. R. (2015). Neural responses to kindness and malevolence differ in illness and recovery in women with anorexia nervosa. *Human Brain Mapping*, 36(12), 5207-5219. <http://dx.doi.org/10.1002/hbm.23005>
- McElhaney, K. B., Allen, J. P., Stephenson, C., & Hare, A. L. (2009). Attachment and autonomy during adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 358- 403). John Wiley & Sons, Inc.
- McGovern, T. (2012). Faculty virtues and character strengths: Reflective exercises for sustained renewal. In J. R. Stowell (Ed.). *The Society for the Teaching of Psychology*. Retrieved from <http://teachpsych.org/ebooks/fvcs2012/index.php>
- Mead, S., Hilton, D., & Curtis, L. (2001). Peer support: A theoretical perspective. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(2), 134-141. <http://dx.doi.org/10.1037/h0095032>
- Meeus, W., Oosterwegel, A., & Vollebergh, W. (2002). Parental and peer attachment and identity development in adolescence. *Journal of Adolescence*, 25: 93-106. <http://dx.doi.org/10.1006/jado.2001.0451>
- Mikulincer, M., Gillath, O., Halevy, V., Avihou, N., Avidan, S. & Eshkoli, N. (2001). Attachment theory and reactions to others' needs: Evidence that activation of the sense of attachment security promotes empathic responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 1205–1224. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.81.6.1205>
- Mikulincer, M. , Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27 (2), 77-102. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1024515519160>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2005). Attachment security, compassion, and altruism. *Current Directions in Psychological Science*, 14 (1), 34–38. <http://dx.doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00330.x>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2009). An attachment and behavioral systems perspective on social support. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26 (1): 7-19. <http://dx.doi.org/10.1177/0265407509105518>

- Miller, P. A., Eisenberg, H., Shell, R., & Fabes, R. A. (1996). Relations of moral reasoning and vicarious emotion to young children's prosocial behavior toward peers and adults. *Developmental Psychology*, 32, 210–219. <http://dx.doi.org/10.1037/0012-1649.32.2.210>
- Milgram, N. A., & Palti, G. (1993). Psychosocial characteristics of resilient children. *Journal of Research in Personality*, 27, 207-221. <http://dx.doi.org/10.1006/jrpe.1993.1015>
- Mo, T. S. (2019). The effect of parenting styles on strengths of humanity: Love, kindness and social intelligence in Myanmar adolescents. *Research on Humanities and Social Sciences*, 9 (8). <http://dx.doi.org/10.7176/RHSS/9-8-05>
- Moreira, J. M., Silva, M. F., Moleiro, C., Aguiar, P., Andrez, M., Bernandes, S., & Afonso, H. (2003). Perceived social support as an offshoot of attachment style. *Personality and Individual Differences*, 34, 485-501. [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00085-5](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00085-5)
- Mubarique, M. (2016). *Ergenlerin anne ve babalarına güvenli bağlanmaları ile olumlu sosyal davranışları arasındaki ilişkide duygu düzenleme ve empatinin aracılık rolünün incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 437351)
- Nada-Raja, S., McGee, R., & Stanton, W.R. (1992). Perceived attachments to parents and peers and psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21(4), 471-485. <http://dx.doi.org/10.1007/BF01537898>
- Neff, K. (2011). *Self-compassion*. William Morrow.
- Nelis, S. M., & Rae, G. (2009). Brief report: Peer attachment in adolescents. *Journal of Adolescence*, 32, 443–447. <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.03.006>.
- Neto, J.S., Neto, F., & Furnham, A. (2014). Gender and psychological correlates of self-rated strengths among youth. *Social Indicators Research*, 118 (1), 315-327. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-013-0417-5>
- Newman, B.M., Newman, P.R., Griffen, S., O'Connor, K., & Spas, J. (2007). The relationship of social support to depressive symptoms during the transition to high school. *Adolescence*, 42(167), 441-459. Retrieved from [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/66616479/The\\_relationship\\_of\\_social\\_support\\_to\\_de20210423-14659-hqv52l-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1646990924&Signature=eB9xb1IwqGqUFs6Zhec8bwXJtVI86gHpSkz~wMVAjHDoTZx0~TZHOP3ym1YVP-wRhbZ8qh8zN~XNtNvyCWSVUZ4MJHqDsM~HGcxr5ta2ieo-](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/66616479/The_relationship_of_social_support_to_de20210423-14659-hqv52l-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1646990924&Signature=eB9xb1IwqGqUFs6Zhec8bwXJtVI86gHpSkz~wMVAjHDoTZx0~TZHOP3ym1YVP-wRhbZ8qh8zN~XNtNvyCWSVUZ4MJHqDsM~HGcxr5ta2ieo-)

Q0xpeJPx65w0ghnHHICYPnv~XKFIoBYF8JuFaioVPGMJfS0furEB5g2TuVMfSsqg~KbRDtqTuP8Fo2TZ-  
 xCoI37dhdrA7p9FICGLdmfE3Uc51eSTKayaXL2bQXwswWXAIC70hKcqiHi6Hh~  
 QKH95fXau74XQFerPxTCoVIZB-  
 QOF9wwjq8DRUWghdLNHDcXzINc3R3qYawHsEhw4TK6vTyhMcbOgf5satw3V6  
 f7Jww\_\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

- Ngai, S. S. (2015). Parental bonding and character strengths among Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Adolescence and Youth, 20* (3): 317-333. <http://dx.doi.org/10.1080/02673843.2015.1007879>
- Niemiec, R.M. (2012). VIA character strengths: Research and practice (The first 10 years). In H. K. Knoop, & A. D. Fave (Eds.), *Well being and cultures: Perspectives from positive psychology* (pp. 11- 29). Springer Science+Business Media.
- Noronha, A.P.P., da Silva, E.N., & Dametto, D.M. (2019). Relations between family support and character strengths in adolescents. *Psico-USF, Bragança Paulista, 24* (4), 625-632. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-82712019240402>
- Norris, F. H., & Kaniasty, K. (1996). Received and perceived social support in times of stress: a test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 498-511. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.71.3.498>.
- Nosko, A., Tieu, T. T., Lawford, H., & Pratt, M. W. (2011). How do I love thee? Let me count the ways: Parenting during adolescence, attachment styles, and romantic narratives in emerging adulthood. *Developmental Psychology, 47* (3), 645-657. <http://dx.doi.org/10.1037/a0021814>
- Ognibene, T. C., & Collins, N. L. (1998). Adult attachment styles, perceived social support and coping strategies. *Journal of Social and Personal Relationships, 15*(3), 323-345. <http://dx.doi.org/10.1177/0265407598153002>
- Oğuz-Duran, N., & Kaya- Memiş, A. (2017). An investigation of the relationship between students' perceived school kindness and school attachment. *The Online Journal of Counseling and Education, 6*(3), 1-13. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/322686463\\_An\\_investigation\\_of\\_the\\_relationship\\_between\\_school\\_kindness\\_and\\_school\\_attachment](https://www.researchgate.net/publication/322686463_An_investigation_of_the_relationship_between_school_kindness_and_school_attachment)
- O'Connell, B. H., O'Shea, D., & Gallagher, S. (2016). Enhancing social relationships through positive psychology activities: A randomised controlled trial. *The Journal of Positive Psychology, 77*(2), 149-162. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2015.1037860>

- O'Koon, J. (1997). Attachment to parents and peers in late adolescence and their relationship with self-image. *Adolescence*, 32, 471-482. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2007.03.010>
- Otake, K., Shimai, S., Tanaka-Matsumi, J., Otsui, K., & Fredrickson, B. (2006). Happy people become happier through kindness: A counting kindness intervention. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 361-375. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-005-3650-z>
- Özdemir, Ç. (2012). *Algılanan öğretmen kabul-reddinin bazı değişkenler (güvenli bağlanma düzeyleri, cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey) açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 314109)
- Özen, D. Ş. (2003). Ergenlerde ebeveyne bağlanma tarzının sosyal cinsiyet rolü ve arkadaşla bağlanma tarzı üzerindeki etkisi. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 11(4),303-309. [https://www.academia.edu/44997358/\\_Ergenlerde\\_ebeveyne\\_ba%C4%9Flanma\\_tarz%C4%B1n%C4%B1n\\_sosyal\\_cinsiyet\\_rol%C3%BC\\_ve\\_arkada%C5%9Fa\\_ba%C4%9Flanma\\_tarz%C4%B1\\_%C3%BCzerindeki\\_etkisi'den\\_alınmıştır](https://www.academia.edu/44997358/_Ergenlerde_ebeveyne_ba%C4%9Flanma_tarz%C4%B1n%C4%B1n_sosyal_cinsiyet_rol%C3%BC_ve_arkada%C5%9Fa_ba%C4%9Flanma_tarz%C4%B1_%C3%BCzerindeki_etkisi'den_alınmıştır).
- Özgür, H. (2014). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve flört davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Mardin Örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 370853)
- Pace, U., Zappulla, C., & Di Maggio, R. (2016). The mediating role of perceived peer support in the relation between quality of attachment and internalizing problems in adolescence: a longitudinal perspective, *Attachment & Human Development*, 18:5, 508-524. <http://dx.doi.org/10.1080/14616734.2016.1198919>
- Park, N., & Peterson, C. (March, 2003). *Assessment of character strengths among youth: The values in action inventory of strengths for youth*. Poster session presented at the Indicators of Positive Development Conference, Washington. Retrieved from [http://childtrends.org/wp-content/uploads/2013/05/Child\\_Trends-2003\\_03\\_12\\_PD\\_PDConfPetersonPark.pdf](http://childtrends.org/wp-content/uploads/2013/05/Child_Trends-2003_03_12_PD_PDConfPetersonPark.pdf)
- Park, N., & Peterson, C. (2005). Assessment of character strengths among youth: The Values in Action Inventory of Character Strengths for Youth. In K. Moore & L. Lippman (Eds.), *Conceptualizing and measuring indicators of positive development: What do children need to flourish?* (pp. 13-24). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.



- Park, N., & Peterson, C. (2008). The cultivation of character strengths. In M. Ferrari & G. Potworowski (Eds.), *Teaching for wisdom: Cross-cultural perspectives on fostering wisdom* (pp. 59–77). Springer Science + Business Media.
- Park, N., & Peterson, C. (2009). Character strengths: Research and practice. *Journal of College and Character*, 10:4,1-10. <http://dx.doi.org/10.2202/1940-1639.1042>
- Peker, A., ve Eroğlu, Y. (2015). Ergenlerde algılanan sosyal destek ve siber zorbalığa eğilim arasındaki ilişkiler: Arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteğin aracı rolü. *International Periodical for The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10 (3), 759-778. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.7693>
- Penner, L. A., Fritzsche, B. A., Craiger, J. P., & Freifeld, T. R. (1995). Measuring the prosocial personality. In J. Butcher & C.D. Spielberger.(Ed.), *Advances in personality assessment (Vol. 10)* ( pp. 147-164). Lawrence Erlbaum Associates
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.
- Peterson, C, Park, N., & Seligman, M. E. P. (2006). Greater strengths of character and recovery from illness. *The Journal of Positive Psychology*, 7(1), 17-26. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760500372739>
- Pierce, G. R., Sarason, B. R., & Sarason, I. G. (1992). General and specific support expectations and stress as predictors of perceived supportiveness: An experimental study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 297-307. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.63.2.297>
- Pierce, G. R., Sarason, B. R., Sarason, I. G., Joseph, H. J., & Henderson, C. A. (1996). Conceptualizing and assessing social support in the context of the family. In G.R. Pierce, I.G. Sarason, & B.R. Sarason (Eds.), *Handbook of social support and the family* (pp.3-23). Springer Science+Business Media, LLC.
- Pierce, T., Baldwin, M.W., & Lydon, J.E. (1997a). A relational schema approach to social support. In G.R. Pierce, B. Lakey, I.G. Sarason, & B.R. Sarason (Eds.), *Sourcebook of social support and personality* (pp. 19-47). Springer Science+Business Media, LLC.
- Pierce, G. R., Lakey, B., Sarason, I. G., Sarason, B. R., & Joseph, H. J. (1997b). Personality and social support processes: A conceptual overview. In G.R. Pierce, B. Lakey, I.G. Sarason, & B.R. Sarason (Eds.), *Sourcebook of social support and personality* (pp.3-18). Springer Science+Business Media, LLC.
- Post, S. G., & Neimark, J. (2007). *Why good things happen to good people*. Broadway Books.

- Priel, B., & Shamai, D. (1995). Attachment style and perceived social support: Effects on affect regulation. *Personality and Individual Differences*, 19(2), 235-241. [http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)91936-T](http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869(95)91936-T)
- Procidano, M. E., & Heller, K. (1983). Measures of perceived social support from friends and from family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology*, 11, 1-24. <http://dx.doi.org/10.1007/BF00898416>
- Procidano, M. E., & Smith, W. W. (1997). Assessing perceived social support: The importance of context. In G.R. Pierce, B. Lakey, I.G. Sarason, & B.R. Sarason (Eds.), *Sourcebook of social support and personality* (pp.93-106). Springer Science+Business Media, LLC.
- Ptacek, J. T. (1996). The role of attachment in perceived support and the stress and coping process In G.R. Pierce, I.G. Sarason, & B.R. Sarason (Eds.), *Handbook of social support and the family* (pp.495-520). Springer Science+Business Media, LLC.
- Raja, S. N., McGee, R., & Stanton, W. R. (1992). Perceived attachments to parents and peers and psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21: 471–485. <http://dx.doi.org/10.1007/BF01537898>.
- Rashid, T., Anjum, A., Lennox, C., Quinlan, D., Niemiec, R.M., Mayerson, D., & Kazemi, F. (2013). Assessment of character strengths in children and adolescents. In C. Proctor, & Linley, P. A. (Eds.), *Research, applications, and interventions for children and adolescents: A positive psychology perspective* (pp. 81-115). Springer Science+Business Media.
- Ratner, B.(2009). The correlation coefficient: Its values range between+ 1/- 1, or do they? *Journal of Targeting, Measurement and Analysis for Marketing*, , 17(2): 139-42. <http://dx.doi.org/10.1057/jt.2009.5>
- Rautanen, P., Soini, T., Pietarinen, J., & Pyhältö, K. (2021). Primary school students' perceived social support in relation to study engagement. *European Journal of Psychology Education*, 36: 653-672. <http://dx.doi.org/10.1007/s10212-020-00492-3>
- Raykov, T., & Marcoulides, G.A. (2006). *A first course in structural equation modeling (2nd ed.)*. Lawrence Erlbaum Associates, publishers.
- Recchia, H. E., Wainryb, C., Bourne, S., & Pasupathi, M. (2015). Children's and adolescents'accounts of helping and hurting others: Lessons about the development of moral agency. *Child Development*, 86, 864–876. <http://dx.doi.org/10.1111/cdev.12349>

- Rice, K. G. (1990). Attachment in adolescence: A narrative and meta-analytic review. *Journal of Youth and Adolescence*, *19*, 511-538. <http://dx.doi.org/10.1007/BF01537478>
- Richards, R., McGee, R., Williams, S. M., Welch, D., & Hancox, R. J. (2010). Adolescent screen time and attachment to parents and peers. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, *164*, 258–262. <http://dx.doi.org/10.1001/archpediatrics.2009.280>.
- Roring, S. A. (2008). *The relationships among adult attachment style, perceived social support, and social anxiety in college students*. (Master theses). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 1457137)
- Rosenthal, N. L.(2007). *Assessment adolescent attachment hierarchies: Individual differences and developmental change*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 3325479)
- Rubin, K. H., Bukowski, W. M., & Parker, J. G. (1998). Peer interactions, relationships, and groups. In W. Damon, & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol.3: Social, emotional, and personality development*. Wiley.
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2008). Gender differences in the relationship between perceived social support and student adjustment during early adolescence. *School Psychology Quarterly*, *23*, 496-514. <http://dx.doi.org/10.1037/1045-3830.23.4.496>
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., Pyun, Y., Aycocock, C., & Coyle, S. (2016). A meta-analytic review of the association between perceived social support and depression in childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, *142*, 1017–1067. <http://dx.doi.org/10.1037/bul0000058>
- Sandler, I.N., Miller, P., Short, J., & Wolchik, S.A. (1989). Social support as a protective factor for children in stress. In D. Belle (Ed.), *Children's social networks and social supports* (pp. 277-307). John Wiley & Sons.
- Santini, Z. I., Koyanagi, A., Tyrovolas, S., Mason, C., & Haro, J. M. (2015). The association between social relationships and depression: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, *175*, 53–65. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2014.12.049>
- Santrock, J. W. (2014). *Ergenlik*. (Çev. Ed. D. M. Siyez,). Nobel Yayınları. (Eserin orijinali 1984'te yayımlanmıştır.)
- Sarason, B. R., Pierce, G. R., & Sarason, I. G. (1990). Social support: the sense of acceptance and the role of relationships. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.), *Social support: An interactional view* (pp. 97–128). Wiley.

- Sarason, B. R., Pierce, G. R., Shearin, E. N., Sarason, I. G., Waltz, J. A. & Poppe L. (1991). Perceived social support and working models of self and actual others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 273-287. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.60.2.273>
- Sargent, E. R. (2016). *Moderating effect of teacher-student bond on the relationship between parent-child attachment and adolescent outcomes*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 10116344)
- Schoeps, K., Monaco, E., Cotoli, A., & Montoya-Castilla, I. (2020). The impact of peer attachment on prosocial behavior, emotional difficulties and conduct problems in adolescence: The mediating role of empathy. *PLoS ONE* 15(1): e0227627. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0227627>
- Schwartz, C., Meisenhelder, J. B., Yusheng, R. & Reed, G. (2003). Altruistic social interest behaviors are associated with better mental health. *Psychosomatic Medicine*, 65, 778–785. <http://dx.doi.org/10.1097/01.psy.0000079378.39062.d4>.
- Searcy, E., & Eisenberg, N. (1992). Defensiveness in response to aid from a sibling. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62,422-433. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.62.3.422>
- Sebald, H. (1989). Adolescents' peer orientation: Changes in the support system during the past three decades. *Adolescence*, 10, 937-946.
- Seiffge-Krenke, I. (1995). *Stress, coping, and relationships in adolescence*. Taylor & Francis Inc.
- Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3–9). Oxford University Press.
- Selman, R. L. (1980). *The growth of interpersonal understanding*. Academic Press.
- Sevinç, G. (2016). *Güvenli bağlanma düzeyi ve benlik kurguları ile üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin uyumu arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 431259)
- Silverman, A. (2003). *Social support as a mediator of attachment style and depression in adolescents*. (Doctoral dissertation). Retrieved from <https://scholar.uwindsor.ca/cgi/viewcontent.cgi?referer=&httpsredir=1&article=8199&context=etd>

- Simpson, J. A., & Belsky, J. (2016). Attachment theory within a modern evolutionary framework. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.) (pp. 91-116). The Guildford Press.
- Shahyad, S., Besharat, M.A., Asadi, M., & Mirnader, A.S. (2011). The relation of attachment and perceived social support with life satisfaction: Structural equation model. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 952-956. <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.03.219>
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2005). Attachment theory and research: Resurrection of the psychodynamic approach to personality. *Journal of Research in Personality*, 39 (1), 22-45. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2004.09.002>
- Shaver, P. R., Mikulincer, M., Gross, J. T., Stern, J. A., & Cassidy, J. (2016a). A lifespan perspective on attachment and care for others: Empathy, altruism, and prosocial behavior. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.) (pp. 878-916). The Guildford Press.
- Shaver, P. R., Mikulincer, M., Sahdra, B., & Gross, J. (2016b). Attachment security as a foundation for kindness toward self and others. In K. W. Brown & M. R. Leary (Eds.), *The Oxford handbook of hypo-egoic phenomena* <http://dx.doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199328079.013.15>
- Shimai, S., Otake, K., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. (2006). Convergence of character strengths in American and Japanese young adults. *Journal of Happiness Studies*, 7, 311. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-005-3647-7>
- Shoshani, A., & Slone, M. (2013). Middle school transition from the strengths perspective: Young adolescents' character strengths, subjective well being, and school adjustment. *Journal of Happiness Studies*, 14: 1163-1181. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-012-9374-y>
- Shubert, J. (2018). *Developmental change in character strengths across childhood and adolescence and in school context*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 10845911)
- Shumaker, D. M., Deutsch, R.M., & Brenninkmeyer, L. (2009). How do I connect? Attachment issues in adolescence. *Journal of Child Custody*, 6: 91-112. <http://dx.doi.org/10.1080/15379410902894866>
- Smetana, J. G., Tasopoulos-Chan, M., Gettman, D. C., Villalobos, M., Campione-Barr, N., & Metzger, A. (2009). Adolescents' and parents' evaluations of helping versus fulfilling

- personal desires in family situations. *Child Development*, 80, 280–294. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01259.x>.
- Soylu, Ö. (2002). *Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin ailelerinden sosyal destek algılayıp algılamama durumlarına göre psikolojik belirtiler yönünden incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 125582)
- Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development*, 48, 1184–1199. <http://dx.doi.org/10.2307/1128475>
- Stanton, S. C. E., & Campbell, L. (2014). Perceived social support moderates the link between attachment anxiety and health outcomes. *PLoS ONE* 9(4): 1-8. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0095358>
- Steinberg, L., & Silverberg, S. B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 57 (4), 841-851. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8624.1986.tb00250.x>.
- Steinebach, C., Schaer, M., & Knafla, I. (2019). Generosity, peer support, and positive development in youth. In C. Steinebach & A. I. Langer (Eds.), *Enhancing resilience in youth: Mindfulness based interventions in positive environments* (pp. 57-78). Springer Science+Business Media, LLC.
- Stern, J. A., Costello, M.A., Kansky, J., Fowler, C., Loeb, E.L., & Allen, J.P. (2021). Here for you: Attachment and the growth of empathic support for friends in adolescence. *Child Development*, 92 (6), 1-16. <http://dx.doi.org/10.1111/cdev.13630>
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2004). The role of life satisfaction in the relationship between authoritative parenting dimensions and adolescent problem behavior. *Social Indicators Research*, 66(1), 165-195. <http://dx.doi.org/10.1023/B:SOCI.0000007498.62080.1e>
- Suldo, S. M. (2009). Parent-child relationships. In R. Gilman, E.S. Huebner & M. J. Furlong (Eds.), *Handbook of positive psychology in schools* (pp. 245-256 ). Routledge Taylor & Francis Group.
- Szkody, E., & McKinney, C. (2019). Social support versus emotion regulation: Mediators of attachment and psychological problems after social exclusion. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 38 (10), 882-905. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2019.38.10.882>
- Şencan, B. (2009). *Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 230582)

- Tai, H. L. (2017). *The role of attachment as a predictor of social and cognitive competence: Peer relations and academic achievement* (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 10119501)
- Tanrikulu, M. (2019). *Ergenlerde internet kullanımı ve bağımlılığıyla ilişkili faktörler: Bağlanma, öz-denetim ve algılanan sosyal destek*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 586340)
- Taylor, S.E., Dickerson, S. S., & Klein, L. C. (2002). Toward a biology of social support. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 556-569). Oxford University Press
- Taysi, E. (2000). *Benlik saygısı arkadaşlardan ve aileden sağlanan sosyal destek: Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışma*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 94707)
- Thoits, P. (1995). Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior* (Special Issue), 53-79. <http://dx.doi.org/10.2307/2626957>
- Thompson, A. D. (1999). *Perceived social support and adult attachment styles: Relationship with view of self, view of others and helping tendencies*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 9933017)
- Thompson, R. A. (2008). Early attachment and later development: Familiar questions, new answers. In J. Cassidy, & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (pp. 348–365) (2nd ed.). Guilford Press
- Thompson, K. L., & Gullone, E. (2008). Prosocial and antisocial behaviors in adolescents: An investigation into associations with attachment and empathy. *Anthrozoös*, 21(2), 123–137. <http://dx.doi.org/10.2752/175303708X305774>
- Thompson, R. A. (2016). Early attachment and later development: Reframing the questions. In J. Cassidy, & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (pp. 330–348) (3rd ed.). Guilford Press
- Tomas, J. M., Gutierrez, M., Pastor, A. M., & Sancho, P. (2020). Perceived social support, school adaption and adolescents' subjective well being. *Child Indicators Research*, 13: 1597-1617. <http://dx.doi.org/10.1007/s12187-020-09717-9>
- Traş, Z., ve Arslan, E. (2013). Ergenlerde sosyal yetkinliğin, algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 12(4), 1133-1140. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/90453>'dan alınmıştır.

- Tuğrul, H. (2021). *Ortaöğretim öğrencilerinin okula bağlılıkları ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 670170)
- Tulviste, T. & Rohner R. (2010). Relationships between perceived teachers' and parental behavior and adolescent outcomes in Estonia. *Cross-Cultural Research*, 44(3): 222-238. <http://dx.doi.org/10.1177/1069397110366797>
- Tunç-Omar, A.(2019). *Sigara kullanan ve kullanmayan ergenlerin, algılanan sosyal destek ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 619473)
- Turgut, Ö. (2015). *Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 395175)
- Ulaşan-Özgüle, E. T. (2011). *Mediating role of self-regulation between parenting, attachment, and adjustment in middle adolescence*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 300587)
- van Beest, M., & Baerveldt, C. (1999). The relationship between adolescents' social support from parents and from peers. *Adolescence*, 34 (133) ,193-202.
- van den Boom, D. C. (1995). Do first-year intervention effects endure? Follow-up during toddlerhood of a sample of Dutch irritable infants. *Child Development*, 66, 1798–1816. <http://dx.doi.org/10.2307/1131911>
- Vaughn, B. E., Lefever, G. B., Seifer, R., & Barglow, P. (1989). Attachment behavior, attachment security, and temperament during infancy. *Child Development*, 60, 728–737. <http://dx.doi.org/10.2307/1130738>
- Vaughn, B. E., & Bost, K. K. (2016). Attachment and temperament as intersecting developmental products and interacting developmental contexts throughout infancy and childhood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.) (pp. 202-222).The Guildford Press.
- Wagner, L., Gander, F., Proyer, R., & Ruch, W. (2019). Character strengths and PERMA: Investigating the relationships of character strengths with a multidimensional framework of well-being. *Applied Research in Quality of Life*, 15 (2), 307-328. <http://dx.doi.org/10.1007/s11482-018-9695-z>
- Walker, L. S., & Greene, J. W. (1986). The social context of adolescent self-esteem. *Journal of Youth and Adolescence*, 15 (4), 315-322. <https://doi.org/10.1007/BF02145728>



- Wang, Q. (2014). *Exploring sources of perceived social support and attachment insecurity that significantly predict mental health among a group of college students*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 3673868)
- Webster, H. L. (2000). *The relationship between parental attachments, perceptions of social supports and depressive symptoms in adolescent boys and girls*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 9961616)
- Wentzel, K. R. (2005). Peer relationships, motivation, and academic performance at school. In A. Elliot & C. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 279–296). Guilford.
- Wentzel, K. R., Baker, S., & Russell, S. (2009). Peer relationships and positive adjustment at school. In R. Gilman, E.S. Huebner & M. J. Furlong (Eds.), *Handbook of positive psychology in schools* (pp. 229-243 ). Routledge Taylor & Francis Group.
- White, K. M., Speisman, J. C., & Costos, D. (1983). Young adults and their parents: Individuation to mutuality. In H. D. Grotevant & C. R Cooper (Eds.), *Adolescent development in the family* (pp. 61-76) .Jossey-Bass.
- White, T. N. (2009). *The influence of perceived social support from parents, classmates, and teachers on early adolescents' mental health*. (Graduate dissertation). Retrieved from <https://digitalcommons.usf.edu/etd/82/>
- Wilkinson, R. B. (2004). The role of parental and peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 33, 479–493. <http://dx.doi.org/10.1023/B:JOYO.0000048063.59425.20>
- Wills, T. A., & Shinar, O. (2000). Measuring perceived and received social support. In S. Cohen, L. G. Underwood, & B. H. Gottlieb (Eds.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* (pp. 86–135). Oxford University Press.
- Win, J. (1998). *Factors that contribute to the utilization of social supports in adolescence*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Digital Dissertations. (AAT 9901839)
- Winterich, K. P., Mittal, V., & Aquino, K. (2013). When does recognition increase charitable behavior? Toward a moral identity-based model. *Journal of Marketing*, 77(3), 121-134. <http://dx.doi.org/10.1509/jm.11.0477>
- Xie, J., Liu, M., Zhong, Z., Zhang, Q., Zhou, J., Wang, L., Ma, K., Ding, S., Zhang, X., Sun, Q., & Cheng, A. S. K. (2020). Relationships among character strengths, self-

- efficacy, social support, depression, and psychological well-being of hospital nurses. *Asian Nursing Research*, 14, 150-157. <http://dx.doi.org/10.1016/j.anr.2020.06.002>
- Yavuz, H. Ç. (2015). *Ekonomik bakımdan dezavantajlı öğrencilerin akademik yılmazlık düzeylerinin bazı koruyucu faktörler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 381798)
- Yavuz, M., Yüksel, N., ve Göksan-Yavuz, B. (2018). Ebeveyne ve arkadaşlara bağlanma envanteri gözden geçirilmiş formunun psikometrik açıdan değerlendirilmesi ve ergenlik depresyonu ile ilişkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 19 (2), 72-79. <https://alpha-psychiatry.com/Content/files/sayilar/108/72-79.pdf> dan alınmıştır.
- Yazıcı, A. (2019). *Ergenlerde duygusal özerklik, eylemlilik ve arkadaşla bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 536727)
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi, güvenilirliği ve geçerliliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81-87. <http://www.efdergi.hacettepe.edu.tr/yonetim/icerik/makaleler/1180-published.pdf> dan alınmıştır.
- Yıldırım, İ. (1999). Sosyal destek programının etkililiği: Deneysel bir çalışma. *Eğitim ve Bilim*, 23 (113), 66-73. <http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/5323/1483>'dan alınmıştır.
- Yıldırım, İ. (2004). Algılanan sosyal destek ölçeğinin revizyonu. *Eurasian Journal of Educational Research*, 17,221236.
- Yiğit, Y. (2020). *Lise öğrencilerinde bağlanma stilleri ile öz-yeterlik arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ulusal Tez Merkezi veritabanından alınmıştır. (Tez No. 628718)
- Yoon, J. S., & Carcamo, A. (2007). Perceived support in school adjustment. *Perceptual and Motor Skills*, 104(3), 1119-1122. <http://dx.doi.org/10.2466/pms.104.4.1119-1122>
- Zeifman, D. M., & Hazan, C. (2008). Pair bonds as attachments: Reevaluating the evidence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed.), (pp. 436-455). The Guilford Press.
- Zeifman, D. M., & Hazan, C. (2016). Pair bonds as attachments: Mounting evidence in support of Bowlby's hypothesis In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.), (pp. 416-434). The Guilford Press.

Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M., & Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25 (4), 331–343. <http://dx.doi.org/10.1080/01650250143000157>

# **EKLER**

**Ek 1: Kişisel Bilgi Formu****KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

*Sayın Katılımcı,*

Bu çalışmada ebeveyn ile arkadaşına bağlanmalarınız ve nezaket düzeyinizin algıladığımız sosyal destek olan ilişkisi araştırılmaktadır. Ebeveyne ile arkadaşına bağlanma, nezaket ve algıladığımız sosyal destek düzeyinizin belirlenmesi amacıyla bu formdaki soruları *sabırla ve içtenlikle* yanıtlayınız. *Bütün sorulara yanıt vermeniz* bu çalışma için çok önemlidir. Herhangi bir soruyu boş bırakırsanız yanıtlarınız değerlendirmeye alınamayacaktır. Sorular kapsamında vermiş olduğunuz bilgiler sadece bilimsel amaçla kullanılacaktır. Çalışmamıza sunduğunuz değerli katkılarınız için teşekkür ederiz.

Arş. Gör. Meltem Yıldız  
Bursa Uludağ Üniversitesi  
[meltemyildiz@uludag.edu.tr](mailto:meltemyildiz@uludag.edu.tr)

**1. Cinsiyetiniz** : ( ) Kadın ( ) Erkek

**2. Yaşınız** : ( ) 15 ( ) 16 ( ) 17 ( ) 18

**3. Sınıf Düzeyiniz** : ( ) 9 ( ) 10 ( ) 11 ( ) 12

**4. Yaşadığınız Şehir :**

**5. Çalışmaya katılmaya istekliyim:** ( ) Evet ( ) Hayır

## Ek 2: Karakter Güçleri Gençlik Envanteri Örnek Maddeler

	<b>K.G.E. GENÇLİK ENVANTERİ</b>	<b>Bana hiç uymuyor</b>	<b>Bana çok az uyuyor</b>	<b>Bana kısmen uyuyor</b>	<b>Bana çoğunlukla uyuyor</b>	<b>Bana tamamen uyuyor</b>
<b>1.</b>	Arkadaşlarım üzülduğünde onları dinler ve rahatlatırım.	1	2	3	4	5
<b>2.</b>		1	2	3	4	5
<b>3.</b>	Çevremdekilerin problemleri olduğunda onlar için çok endişelenirim.	1	2	3	4	5
<b>4.</b>		1	2	3	4	5
<b>5.</b>	Eğer meşgulsem yardıma ihtiyacı olan biri için vakit ayırmam.	1	2	3	4	5

### Ek 3: Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş Formu (EABE-G) Örnek Maddeleri

#### a. Ebeveyn Envanteri

Ebeveynlerinizle (anne ve babanızla) ilişkileriniz hakkında bilgi sahibi olmak istiyoruz. Lütfen her soruyu okuyunuz ve uygun rakamı işaretleyiniz. Lütfen her soruyu cevaplayınız.

	1-Hiç doğru değil	2-Bazen Doğru	3-Her Zaman Doğru
1. Annem ve babam duygularıma saygı gösterir.			
2.			
3. Farklı anne ve babaya sahip olmak isterdim.			
4.			
5. Bir sorunu çözmemde bana yardımcı olmaları konusunda annem ve babama güvenemem.			

#### b. Arkadaş Envanteri

Arkadaşlarınızla ilişkileriniz hakkında bilgi sahibi olmak istiyoruz. Lütfen her soruyu okuyunuz ve uygun rakamı işaretleyiniz. Lütfen her soruyu cevaplayınız.

	1-Hiç doğru değil	2-Bazen Doğru	3-Her Zaman Doğru
1. Endişe ettiğim konularda arkadaşlarımla görüşümü almak hoşuma gider.			
2.			
3. Konuştuğumuz zaman, arkadaşlarımla benim fikirlerimi dinlerler.			
4.			
5. Farklı arkadaşlara sahip olmak isterdim.			

#### Ek 4: Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-R Örnek Maddeleri

##### AİLEM

	Bana U.Değ.	Kıs men	Bana Uygun
1. Bana gerçekten güvenir	( )	( )	( )
2.	( )	( )	( )
3. Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekler	( )	( )	( )
4.	( )	( )	( )
5. Bana doğru tavsiyelerde bulunur	( )	( )	( )

##### ARKADAŞLARIM

	Bana U.Değ.	Kıs men	Bana Uygun
21. Bana gerçekten güvenir	( )	( )	( )
22.	( )	( )	( )
23. Sorunlarımı çözmeme yardım eder	( )	( )	( )
24.	( )	( )	( )
25. Bana gerçekten değer verir	( )	( )	( )

##### ÖĞRETMENLERİM (Hocalarım)

	Bana U.Değ.	Kıs men	Bana Uygun
34. Amaç, ilgi ve yeteneklerim konusunda benimle konuşur	( )	( )	( )
35.	( )	( )	( )
36. Sorunlarımı çözmeme yardım eder	( )	( )	( )
37.	( )	( )	( )
38. Bana gerçekten değer verir	( )	( )	( )



## Ek 5: Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu İzni


**BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ**  
**ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULLARI**  
(Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu)  
**TOPLANTI TUTANAĞI**


**OTURUM TARİHİ**  
02 Ekim 2020


**OTURUM SAYISI**  
2020-07

**KARAR NO 17:** Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürlüğü'nden alınan Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Doktora öğrencisi Meltem YILDIZ'ın "Minnettarlık ve Umut İmza Güçlerine Dayalı Psikoegitim Programının Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi" konulu tez çalışması kapsamında uygulanacak ölçek sorularının incelenmesine geçildi.

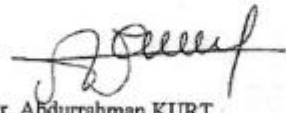
Yapılan görüşmeler sonunda; Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürlüğü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Doktora öğrencisi Meltem YILDIZ'ın "Minnettarlık ve Umut İmza Güçlerine Dayalı Psikoegitim Programının Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi" konulu tez çalışması kapsamında uygulanacak ölçek sorularının, fikri, hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğu başvurucuya ait olmak üzere uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi.

  
Prof. Dr. Feriðan YILMAZ  
Kurul Başkanı

  
Prof. Dr. Abamüslim AKDEMİR  
Üye

  
Prof. Dr. Doğan ŞENYÖZ  
Üye

*Katılmadı*  
Prof. Dr. Ayşe OĞUZLAR  
Üye

  
Prof. Dr. Abdurrahman KURT  
Üye

  
Prof. Gülşay GÖĞÜŞ  
Üye

*A. Furan*  
Prof. Dr. Alev SINAR UĞURLU  
Üye

## Ek 6: Bursa İl Milli Eğitim Müdürlüğü İzni



T.C.  
BURSA VALİLİĞİ  
İl Milli Eğitim Müdürlüğü



Sayı : E-86896125-605.01-21794723  
Konu : Meltem YILDIZ'ın Araştırma İzni

05.03.2021

### MÜDÜRLÜK MAKAMINA

İlgi : Milli Eğitim Bakanlığı'nın Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik İzinleri Yönergesi konulu 21/01/2020 tarih ve 1563891 (2020/2) sayılı Genelgesi.

Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Doktora öğrencisi Meltem YILDIZ'ın "Minnettarlık ve Umut İmza Güçlerine Dayalı Psikoeğitim Programının Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi" konulu tez çalışması, Uludağ Üniversitesi Rektörlüğü Genel Sekreterliğinin 01/03/2021 tarih ve 5904 sayılı yazıları ile bildirilmektedir.

Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Doktora öğrencisi Meltem YILDIZ'ın "Minnettarlık ve Umut İmza Güçlerine Dayalı Psikoeğitim Programının Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi" konulu tez çalışmasını ilimiz Osmangazi, Yıldırım ve Nilüfer ilçelerinde bulunan ekli listedeki liselerde uygulama yapma isteği ilimizde oluşturulan "Araştırma Değerlendirme Komisyonu" tarafından incelenerek değerlendirilmiştir. Araştırma ile ilgili çalışmanın okul/kurumlardaki eğitim öğretim faaliyetleri aksatılmadan, araştırma formlarının aslı okul müdürlüklerince görülerek ve gönüllülük esası ile okul müdürlüklerinin gözetim ve sorumluluğunda ilgi Genelge çerçevesinde uygulanması ayrıca araştırma sonuçlarının Müdürlüğümüz ile paylaşılması komisyonumuzca uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Ahmet UZUN  
İl Milli Eğitim Şube Müdürü

OLUR  
Sabahattin DÜLGER  
Vali a.  
İl Milli Eğitim Müdürü

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Hocahasan Mh. İlkbahar Cad. No:38 ( Yeni Hükümet  
Konağı A Blok) 16050/Osmangazi/BURSA  
Telefon No : (0224) 225 25 78  
Faks : 445 18 10  
İnternet Adresi : <http://bursa.meb.gov.tr>  
E-Posta : [argel6@meb.gov.tr](mailto:argel6@meb.gov.tr)  
Kep Adresi : [meb@hs01.kep.tr](mailto:meb@hs01.kep.tr)

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>  
Bilgi için: Fatih ALTIN  
Unvan : Bilgisayar İşletmeni

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evrakorgu.meb.gov.tr> adresinden: 975d-6b14-334d-99be-5391 koda ile teyit edilebilir.



## Ek 7: Karakter Güçleri Gençlik Envanteri Kullanım İzni-1

Gmail interface showing an email thread. The search bar contains "research@viacharacter.org". The left sidebar shows navigation options like Compose, Less, Chats, Scheduled, All Mail, Spam, Trash, Manage labels, Create new label, Meet, Start a meeting, Join a meeting, and Hangouts.

The email thread consists of two messages:

**Message 1:** From Research Applications Coordinator (research@viacharacter.org) to me, dated Wed, Nov 14, 2018. The subject is "Research Request". The body text reads: "Hi Meltem, Which language do you need the VIA-Youth in? Thank you, Melissa Jermann, Research Applications Coordinator, VIA Institute on Character".

**Message 2:** From MELTEM YILDIZ (meltemyildiz@uludag.edu.tr) to research, dated Fri, Nov 16, 2018. The subject is "Research Request". The body text reads: "Dear Madam Melissa, I need VIA-Youth's Turkish. I'm going to practice paper pencil. I can share the results of the analysis with you after my approval from Bursa Uludağ University Institute of Educational Sciences. Thank you, Res. Asst. Meltem YILDIZ, Uludag University, Faculty of Education, Department of Educational Sciences, Psychological Counseling and Guidance, Gorukle Campus, Bursa / TURKEY".


Gmail interface showing an email thread. The search bar contains "research@viacharacter.org". The left sidebar shows navigation options like Compose, Less, Chats, Scheduled, All Mail, Spam, Trash, Manage labels, Create new label, Meet, Start a meeting, Join a meeting, and Hangouts.





The email thread consists of two messages:


**Message 1:** From Research Applications Coordinator (research@viacharacter.org) to me, dated Sat, Nov 24, 2018. The subject is "Research Request". The body text reads: "Please see the VIA-Youth in Turkish, the Likert scale, and scoring key attached. Melissa Jermann, Research Applications Coordinator, VIA Institute on Character".

**Message 2:** From MELTEM YILDIZ (meltemyildiz@uludag.edu.tr) to research, dated Mon, Nov 26, 2018. The subject is "Research Request". The body text reads: "Thanks, I'll check them out." Below the message, there are three attachments: "VIA-Youth-Turkish...", "Youth-96 Survey &...", and "Likert Scale & Dire...".

## Ek 8: Karakter Güçleri Gençlik Envanteri Kullanım İzni-2





30 of 177

---

**Karakter Güçleri ve Erdemli Oluş Gençlik Envanteri** Inbox x

**MELTEM YILDIZ** <meltemyildiz@uludag.edu.tr>  
to ÖMER, ömer

Ömer Faruk Hocam Merhabalar,

Doktora tezimde ilse öğrencilerinde karakter güçleri üzerine çalışacağım. Sizin için de uygunsu ölçeğinizi çalışmamda kullanmak isterim. Bir örneğini bana göndermeniz mümkünse çok sevinirim. Şimdiden teşekkürler.

İyi çalışmalar.

Fri, Oct 2, 2020, 4:28 PM

---

**Ömer faruk kabakçı** <omerfaruk79@gmail.com>  
to Tuncay, me

Türkisch > English [Translate message](#) Turn off for: Turkish x


Merhaba,

Envantere ilginiz için teşekkür ederiz. Karakter Güçleri ve Erdemli Oluş Gençlik Envanteri (KGE-GE)'nin, hem orijinal geliştirme hem de uyarılama sürecindeki literatüre dayalı ve ilgili kurumsal etik uygulama kuralı ve koşulları ile yaş düzeyi vb. teknik ayrıntılara dikkat edilerek, maddelerinin tamamını herhangi bir yerde online/basılı olarak yayınlamadan ve herhangi bir kişi ve kurumla paylaşmadan ayrıca puanlama anahtarı için de aynı koşullara dikkat edilerek kullanılması kapsamında sözetdiğiniz araştırmanız amaçları doğrultusunda değerlendirilmesi için envanter ekte yer almaktadır. Bilgiendirme amacıyla çalışmanın tez danışmanı ve ortak yazarı Sayın Prof. Dr. Tuncay Ergene'ye de email cc'lenmiştir. Çalışma sonuçlarından haberdar ederseniz seviniz.

İyi çalışmalar,

Ömer Faruk Kabakçı

\*\*\*




Fri, Oct 2, 2020, 10:07 PM

---

**MELTEM YILDIZ** <meltemyildiz@uludag.edu.tr>  
to ömer

Çok teşekkür ederim Ömer Faruk Hocam.


Sat, Oct 3, 2020, 8:51 PM



New meeting

My meetings

---





MELTEM +

---

No recent chats

[Start a new one](#)

## Ek 9: : Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş Formu (EABE-G) Kullanım İzni

Gmail interface showing an email thread. The email is from MELTEM YILDIZ to MESUT YAVUZ, dated Wed, Feb 10, 7:47 PM (14 hours ago). The subject is "Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri- Gözden Geçirilmiş Form Hakkında".

The email content includes:

Meltem Hanım

Tezinizde başarılar dilerim. Ekte ölçek ve ilgili makaleyi bulabilirsiniz

Sorularınızda bana tekrar danışabilirsiniz, iyi günler.

MELTEM YILDIZ <meltemyildiz@uludag.edu.tr>, 10 Şub 2021 Çar, 20:49 tarihinde şunu yazdı:

\*\*\*

Lütfen bu e-postayı yazdırmadan önce çevreye olan etkisini dikkate alınız. Unutmayınız ki, dünyadaki kağıt tüketiminin yarısı kazanırsa, her yıl 8 milyon hektar orman alanı (Ege Bölgesi büyüklüğünde) yok olmaktan kurtulacaktır.

Please take into account the impact on the environment before printing this e-mail. Do not forget that if we reduce our paper consumption by half, every year 8 million hectares of forest (an area the size of Aegean Region in Turkey) will be saved from vanishing.

2 Attachments

ebeveyne-ve-arkad...  
yavuz.pdf

MELTEM YILDIZ <meltemyildiz@uludag.edu.tr> to MESUT +  
9:45 AM (24 minutes ago)


Sayın Doç. Dr. Mesut Yavuz,

Değerli çalışmanızı benimle paylaştığınız için teşekkür ederim.

İyi Çalışmalar Dilerim.

\*\*\*

## Ek 10 : Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-R Kullanım İzni

 Search mail

1 of 6,349

**Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Hakkında** Inbox x

**MELTEM YILDIZ** <meltemyildiz@uludag.edu.tr> Tue, Feb 9, 8:54 PM (14 hours ago) ☆ ↻ ⋮

to iyi ▾

Sayın Prof. Dr. İbrahim Yıldırım,

Ben Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik anabilim dalından araştırma görevlisi Meltem YILDIZ. Tez danışmanım Prof. Dr. Jale Edelekliloğlu ile "Bağlanma ve Algılanan Sosyal Desteğin Ergenlerin Duygusal Karakter Güçlerini Yordama Gücünün İncelenmesi" başlıklı tezim üzerinde çalışmaktayız.

Doktora tezimde ilse öğrencilerinde algılanan sosyal üzerine çalışacağım. Sizin için de uygunsu ölçeğinizi çalışmada kullanmak isterim. Bir örneğini bana göndermeniz mümkünse çok sevinirim. Şimdiden teşekkürler.

İyi çalışmalar.

---

**ibrahim Yıldırım** 11:25 AM (10 minutes ago) ☆ ↻ ⋮

to me ▾

🌐 Turkish ▾ > English ▾ [Translate message](#) Turn off for: Turkish x

Sayın Meltem Yıldız,  
Tez danışmanınız Sayın Prof. Dr. Jale Edelekliloğlu danışmanlığında çalışmayı planladığınız "Bağlanma ve Algılanan Sosyal Desteğin Ergenlerin Duygusal Karakter Güçlerini Yordama Gücünün İncelenmesi" başlıklı tezinizde kullanmanız amacıyla ASDÖ-R ekte göndermiştim. Kolaylıklar ve başarılar dilerim.  
Prof. Dr. İbrahim Yıldırım

Hacettepe University  
The Department of Psychological Counseling and Guidance  
Beytepe-ANKARA

Please, let's consider our responsibility to our nature before printing

MELTEM YILDIZ <meltemyildiz@uludag.edu.tr> : 9 Şub 2021 Sal, 21:55 tarihinde şunu yazdı:

...

**ASDÖ-R-EYLÜL-2007.doc**  
38 KB

📎 📧 📄

No recent chats  
[Start a new one](#)

# ÖZ GEÇMİŞ

<b>ÖZ GEÇMİŞ</b>			
<b>Adı-Soyadı</b>	Meltem YILDIZ		
<b>Bildiği Yabancı Diller</b>	İngilizce		
<b>Eğitim Durumu</b>	<b>Başlama - Bitirme</b>		<b>Kurum Adı</b>
<b>Lise</b>	2005	2009	Ahmet Eren Anadolu Lisesi
<b>Lisans</b>	2009	2013	Eskişehir Osmangazi Üniversitesi
<b>Yüksek Lisans</b>	2014	2016	Bursa Uludağ Üniversitesi
<b>Doktora</b>	2016	2022	Bursa Uludağ Üniversitesi
<b>Çalıştığı Kurum</b>	<b>Başlama - Ayrılma</b>		<b>Çalışılan Kurumun Adı</b>
<b>1.</b>	2014	2022	Bursa Uludağ Üniversitesi
<b>Üye Olduğu Bilimsel ve Meslekî Kuruluşlar</b>	-		
<b>Katıldığı Proje ve Toplantılar</b>	-		
<b>Yayımlar:</b>	<p>Yıldız, M. &amp; Eldeleklioğlu, J. (2021). The relationship between decision-making and intolerance to uncertainty, cognitive flexibility and happiness. <i>Eurasian Journal of Educational Research</i>(91), 38-60.</p> <p>Yıldız, M. &amp; Eldeleklioğlu, J. (2021). Investigation of the prediction status of love styles and gender on attitudes towards dating violence. <i>Journal of Family Counseling and Education</i>, 6(2), 33-58.</p> <p>Yıldız, M., Duru, H., &amp; Eldeleklioğlu, J. (2020). Relationship between parenting styles and multidimensional perfectionism: A meta-analysis study. <i>Educational Sciences: Theory Practise</i>, 20(4), 16-35.</p> <p>Eldeleklioğlu, J. &amp; Yıldız, M. (2020). Expressing emotions, resilience and subjective well-being: An investigation with structural equation modeling. <i>International Education Studies</i>, 13(6), 48-61.</p> <p>Yıldız, M. &amp; Eldeleklioğlu, J. (2020). The relationship between the attitudes of turkish university students towards dating violence with risk-taking behaviors, emotion regulation and emotional autonomy. <i>OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi</i>, 15(23), 13-38.</p> <p>Yıldız, M. &amp; Eldeleklioğlu, J. (2019). Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin ruminasyon ve problem çözme becerileriyle ilişkisi. <i>Kalem Uluslararası Eğitim Ve İnsan Bilimleri Dergisi</i>, 9(1), 27-46.</p> <p>Yıldız, M. &amp; Eldeleklioğlu, J. (2018). Investigation of the school dropout problem at level of primary and secondary schools in</p>		



	<p>Turkey. <i>European Journal of Education Studies</i>, 4(10), 33-48.  Recent Researches in Education, Bölüm adı:(Relationships between violence in romantic relationships of university students, parental attitudes and self-respect) (2018)., Yıldız M. &amp; Eldeleklioğlu, J., Cambridge Scholars Publishing, Editör:Recep Efe, Irina Koleva, Emin Atasoy, Basım sayısı:1, Sayfa Sayısı 700, ISBN:978-1- 5275-1303-7, İngilizce(Bilimsel Kitap).</p>	
<b>Diğer:</b>	<p>Yıldız, M., &amp; Eldeleklioğlu, J. (2022). Karakter güçlerinin çizgi filmlere yansımaları: Rafadan Tayfa örneği. 4. Uluslararası Pozitif Psikoloji Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum)  Yıldız, M., Duru, H., &amp; Eldeleklioğlu, J. (2018). Ana baba tutumları ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiler: Bir meta analiz çalışması. 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum)  Yıldız, M., &amp; Eldeleklioğlu, J. (2018). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde şiddete yönelik tutumlarının aşka ilişkin tutumlarıyla ilişkisi. Vth International Eurasian Educational Research Congress, 1407-1409. (Özet Bildiri/Sözlü Sunum)  Yıldız, M. &amp; Eldeleklioğlu, J. (2017). Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerde şiddetin bazı değişkenlere göre incelenmesi. 3.Uluslararası Farklı Şiddet Boyutları Ve Toplumsal Algı (Özet Bildiri/Sözlü Sunum)</p>	
<b>Tarih İmza Adı-Soyadı</b>		<p>08.06.2022  Meltem Yıldız</p>