



T.C
ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI

ERGENLERDE BENLİK SAYGISI **VE DİNİ BAŞA ÇIKMA**

Doktora Tezi

Şükran ÇEVİK DEMİR

BURSA 2013



T.C
ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI

ERGENLERDE BENLİK SAYGISI

VE DİNİ BAŞA ÇIKMA

Doktora Tezi

Şükran ÇEVİK DEMİR

Danışman
Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ

BURSA 2013

TEZ ONAY SAYFASI

T. C.
ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Felsefe ve Din bilimleri Anabilim Dalı, Din Psikolojisi Bilim Dalı'nda U2004672 numaralı Şükran Çevik Demir'nin hazırladığı ".Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma." konulu Doktora Tezi ile ilgili tez savunma sınavı, 15./08/ 2013. günü .11.00. - ...13.00...saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin/çalışmasının **başarılı** olduğuna **oybirliği** ile karar verilmiştir.

Prof. Dr. Hayati HONİSİOĞLU
Uludağ Üniversitesi
Üye (Tez Danışmanı ve Sınav Komisyonu Başkanı)
Akademik Unvanı, Adı Soyadı ,
Üniversitesi

Prof. Dr. Veyisel UYSAL
Marmara Univ. Üye
Akademik Unvanı, Adı Soyadı
Üniversitesi
V. uysal

Doç. Dr. İbrahim GÜRSER
Uludağ Univ. Üye
Akademik Unvanı, Adı Soyadı
Üniversitesi

Üye
Akademik Unvanı, Adı Soyadı
Üniversitesi

Prof. Dr. Akın APAK
Üye
Akademik Unvanı, Adı Soyadı
Üniversitesi

Doç. Dr. Ahmet ALTAYSOĞUK

15.08/2013

ÖZET

Yazar	: Şükran ÇEVİK DEMİR
Üniversite	: Uludağ Üniversitesi
Enstitü	: Sosyal Bilimler
Anabilim Dalı	: Felsefe ve Din Bilimleri
Bilim Dalı	: Din Psikolojisi
Tezin Niteliği	: Doktora
Sayfa Sayısı	: XVII + 235
Mezuniyet Tarihi	: .../... /....
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ

ERGENLERDE BENLİK SAYGISI VE DİNİ BAŞA ÇIKMA

Bu araştırmada, ergenlik döneminde benlik saygısı ile dini başa çıkma arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu doğrultuda öncelikle çalışmanın ilk bölümünde, benlik saygısı, ergenlik dönemi benlik saygısı gelişimi, başa çıkma ve dini başa çıkma konuları teorik olarak ele alınmış, araştırmanın konusu, amacı ve önemi üzerinde durulmuştur. Daha sonra ikinci bölümde araştırmanın yöntemine ve konuya ilişkin yapılan anket çalışmasından elde edilen analiz ve değerlendirmelere yer verilmiştir.

Araştırma Bursa'daki 5 farklı ortaöğretim kurumunda öğrenim görmekte olan 578 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. "Dindarlık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma Ölçeği"nden oluşan anket formu, tesadüfi örneklem yolu ile seçilen gruba uygulanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulguların analizi sırasında, t-testi, One way ANOVA, Pearson Korelasyon Analizi gibi istatistiksel analiz teknikleri kullanılmıştır. Demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, okul türü v.b.) ile dindarlık, benlik saygısı, başa çıkma ve dini başa çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ve ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, dindarlık ile benlik saygısı arasında, negatif yönde anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Benlik saygısı ile dini başa çıkma ilişkisine yönelik olarak, benlik saygısı ile olumlu dini başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu, buna karşılık benlik saygısı ile olumsuz dini başa çıkma arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu, dolayısıyla benlik saygısı düzeyi düştükçe olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığının arttığı ortaya konmuştur. Örneklem grubunun dindarlık düzeyi ile hem olumlu ve hem de olumsuz dini başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu; yani dindarlık düzeyi yükseldikçe hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma tarzlarına başvurma düzeyinin de yükseldiği ortaya konmuştur.

Anahtar Sözcükler :

Ergenlik	Benlik Saygısı	Stres ve Etkileri
Baş Çıkma	Dini Baş Çıkma	Dindarlık

ABSTRACT

Name /Surname : Şükran ÇEVİK DEMİR
University : Uludağ University
Institution : Social Science Institution
Field : Felsefe ve Din Bilimleri
Branch : Din Psikolojisi
Degree Awarded : PhD
Page Number : XVII + 235
Degree Date : .../... /2013
Supervisor : Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ

SELF-ESTEEM AND RELIGIOUS COPING IN ADOLESCENCES

In this study, the relation between self-esteem and religious coping at the adolescence was examined. With this aim, in initial part of the study the subject of self-esteem, self-esteem development during adolescent, coping and religious coping were theoretically examined, the subject, aim and the significance of the study were stressed. In the second part, analysis of questionnaire related to the subject and method of the study were given.

The study was applied on 578 students studying in five different secondary schools in Bursa. Questionnaire formed with “Religiosity Scale, Rosenberg Self-esteem Scale, Coping and Religious Coping Scale” was applied to the participants with the method of random sampling.

In the analysis of findings, statistical analysis methods like t-test, One way ANOVA, Pearson Correlation Analysis were used. It was found that there is a significant difference and correlation between demographic variables (gender, age, socio-economic level, type of school, etc.) and religiousness, self-esteem, coping and religious coping. Furthermore, results showed that there is a negative significant difference between religiousness and self-esteem. When the relation between self-esteem and religious coping was considered, it was found that there is a positive significant relation between self-esteem and positive religious coping, on the other hand; there is a negative significant relation between self-esteem and negative religious coping, therefore it was obvious that as the level of self-esteem decreases, the frequency of applying negative religious coping activities increases. It was revealed that there is a positive significant relation between sampling groups’ level of religiosity and both positive and negative religious coping; which indicated that as the level of religiosity increases, the level of practicing both positive and negative religious coping styles increases.

Key words:

Adolescent
Coping

Self-Esteem
Religious Coping

Stress and Its Effects
Religiosity

ÖNSÖZ

İnsanın hayata tutunmasını sağlayan şeylerden biri kendisine verdiği değerdir. İnsanın kendisine değer vermesi, benimsemesi, kabullenmesi anlamına gelen ve benliğin duygusal boyutunu oluşturan benlik saygısı ruh sağlığının bir göstergesidir.

Kişinin kendi kimliği, yetenekleri, sınırları hakkında sahip olduğu bilgi hayatta kontrolün ve anlamın tehdit edildiği durumlarda sorunlarla baş etmede ona güç vermektedir. Bu süreçte bireye güç veren, zorluklar karşısında ayakta kalmasını sağlayan pek çok dinamik vardır. Dini inanç ve değerler de bunlardan biridir. Birey hayatında dine verdiği değer ölçüsünde bir başa çıkma metodu olarak dine başvurabilmekte ve dini referanslar karşılaştıkları olayları anlamlandırmada ve sorunlarla başa çıkmada ona yardımcı olabilmektedir.

Özellikle günümüzde gençliğin bir anlam arayışına girdiği, teknolojik gelişmelerin zirveye ulaşip değişimin hızla yaşandığı bir dönemde gencin kendi kimliğini koruyup, benliğine yönelik olumlu ve olumsuz davranışların farkında olarak bir tutum sergilemesi oldukça zor olmaktadır. Sorunların katlanılamaz ve içinden çıkılmaz olduğu düşüncesi depresyon, isyan ve intiharı beraberinde getirmektedir. Bu doğrultuda sabır, teslimiyet, kanaatkarlık gibi değerlerin gençlerin benlik saygıları ve başa çıkma sürecine etkileri önem kazanmaktadır.

Bu çalışmada, bireyin gelişim dönemleri içinde pek çok değişim ve gelişimin yaşandığı ergenlik döneminde ergenin karşılaştığı problemlerle başa çıkmada kullandığı metotlar nelerdir? Dinin başa çıkma sürecindeki rolü ve benlik saygısı düzeyinin başa çıkma ve dini başa çıkma sürecine etkisi nasıldır? Karşılaşılan olayları “hayra ya da şerre yorma, dua ve ibadet ile Allah’a yönelme veya Allah’ın bir cezası olarak değerlendirme” gibi olumlu ve olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine ne kadar sıklıkla başvurulmaktadır? Benlik saygısı yüksek veya düşük olanlar, olumlu ve olumsuz dini başa çıkma etkinliklerinden hangisine daha çok başvurumaktadırlar? gibi sorular araştırma bulguları çerçevesinde cevaplandırılmaya çalışılmıştır.

Akademik çalışmalarda bir takım zorluklarla karşılaşılması kaçınılmazdır. Bu çalışmada da ortaya çıkan zorluklar karşısında, tezin konusu ile doğru orantılı olarak bir başa çıkma süreci yaşanmış ve bu doğrultuda teorik bilgilerin pratikte nasıl yararlı olduğu görülmüştür.

İşte bu zorlu süreçte, konunun seçiminden bu aşamaya gelinceye kadar bilgisi ve tecrbesi ile her zaman yardımcı olan ve çalışmalarım konusunda beni daima motive eden danışman hocam Prof. Dr. Hayati Hökelekli'ye teşekkürü bir borç bilirim.

Ayrıca zaman zaman görüşleri ile çalışmama ışık tutan Prof. Dr. Veysel Uysal ve Doç.Dr. Ali Ayten'e müteşekkirim. Araştırmanın anket bölümünde SPSS analizlerinde yol gösteren Prof. Dr. Remzi Altunışık'a, Yard. Doç. Dr. Mustafa Otrar'a ve arkadaşım Dr. Gülüşan Göcen'e teşekkürü ederim.

Akademik hayatım boyunca, maddi ve manevi yardımlarını esirgemeyen, duaları ile her zaman yanımda hissettiğim anne-babama da şükranlarımı sunarım. Ayrıca, tezimin son aşamalarında hayatıma katılan özverisi ile beni her zaman destekleyen eşime de teşekkürü ederim. Çalışmamda emeği olan herkese, araştırmaya gönüllü olarak katılan katılımcılara teşekkürü bir borç bilirim.

şükran evik Demir

İstanbul -2013

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
ÖNSÖZ	v
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ	xi

GİRİŞ

ARAŞTIRMADA HAKKINDA GENEL BİLGİLER

1. Araştırmanın Konusu, Önemi ve Amacı	4
2. Hipotezler	7
3. Sayıtlar	7
4. Sınırlılıklar	7
5. Tanımlar	8

BİRİNCİ BÖLÜM TEORİK ÇERÇEVE

1. BENLİK KAVRAMI VE İLİŞKİLİ OLDUĞU DİĞER KAVRAMLAR	10
1.1. BENLİK KAVRAMI	11
1.1.1. Benliğin Gelişimine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar	13
1.2. BENLİK SAYGISI	18
1.2.1. Benlik Saygısının Tanımı	18
1.2.2. Benlik Saygısının Gelişimine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar	21
1.2.3. Benlik Saygısının Önemi	27
1.2.4. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler	28
1.3. ERGENLİKTE BENLİK SAYGISI GELİŞİMİ	32
1.4. BENLİK SAYGISI VE DİN ARASINDAKİ İLİŞKİ VE BU KONUDA YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR	37
2. BAŞA ÇIKMA, DİNİ BAŞA ÇIKMA VE RUH SAĞLIĞI	43
2.1. BAŞA ÇIKMA	43

2.1.1. Stres	43
2.1.1.1. Stresin Kaynakları	44
2.1.1.2. Stresin Sonuçları	46
2.1.2. Başa Çıkma	47
2.1.2.1. Kişi-Olay Etkileşimi	49
2.1.2.2. Değerlendirme	49
2.1.2.3. Başa Çıkma Tarzları	51
2.1.2.4. Başa Çıkmanın Sonuçları	53
2.2. DİNİ BAŞA ÇIKMA	56
2.2.1. Psikolojik Perspektif	56
2.2.2. Dini Perspektif	60
2.3. ERGENLİK VE DİNİ BAŞA ÇIKMA	63
2.4. DİNİ BAŞA ÇIKMA VE RUH SAĞLIĞI İLİŞKİSİ VE BU KONUDA YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR	65

İKİNCİ BÖLÜM [ANKET UYGULAMASI]

1. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ VE UYGULAMASI HAKKINDA GENEL BİLGİLER	71
1.2. YÖNTEM	71
1.2.1. Araştırma Modeli	71
1.2.2. Evren ve Örneklem	72
1.2.3. Ölçme Araçları	73
1.2.3.1. Kişisel Bilgi Formu	73
1.2.3.2. Dini Başa Çıkma Tarzları Ölçeği	74
1.2.3.3. Başa Çıkma Ölçeği	74
1.2.3.4. Benlik Saygısı Ölçeği	77
1.2.3.5. Dindarlık Ölçeği	78
1.2.4. Uygulama ve Verilerin Toplanması	78
1.2.5. Verilerin Analizi ve Yorumlanması	79
2. ARAŞTIRMA BULGULARI VE ANALİZLER	80
2.1. SOSYO DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER İLE İLGİLİ BULGULAR	80
2.2. STRES KAYNAĞI İLE İLGİLİ BULGULAR	84
2.2.1. Stres Kaynağı İle İlgili Bulgular	84
2.2.2. Stres Kaynağının Zamanı İle İlgili Bulgular	85
2.2.3. Stres Kaynağının Etkisi İle İlgili Bulgular	85
2.3. DİNDARLIKLA İLE İLGİLİ BULGULAR	86
2.3.1. Demografik Değişkenler ve Dindarlık İlişkisi	86
2.3.1.1. Cinsiyet ve Dindarlık İlişkisi	87
2.3.1.2. Yaş ve Dindarlık İlişkisi	87
2.3.1.3. Okul Türü ve Dindarlık İlişkisi	88
2.3.1.4. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dindarlık İlişkisi	90

2.3.1.5. Anne Eğitim Düzeyi ve Dindarlık İlişkisi	91
2.3.1.6. Baba Eğitim Düzeyi ve Dindarlık İlişkisi	92
2.4. BENLİK SAYGISI : Genel Profil	93
2.4.1. Benlik Saygısının Demografik Değişkenlerle İlişkisi	93
2.4.1.1. Cinsiyet ve Benlik Saygısı İlişkisi	93
2.4.1.2. Yaş ve Benlik Saygısı İlişkisi	94
2.4.1.3. Okul Türü ve Benlik Saygısı İlişkisi	95
2.4.1.4. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Benlik Saygısı İlişkisi	96
2.4.1.5. Anne Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı İlişkisi	97
2.4.1.6. Baba Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı İlişkisi	98
2.4.2. Stres Verici Olayın Türü ve Benlik Saygısı İlişkisi	99
2.4.3. Benlik Saygısı ile Dindarlık İlişkisi	100
2.4.4. Benlik Saygısı İle Dini Başa Çıkma İlişkisi	100
2.5. BAŞA ÇIKMA	101
2.5.1. Başa Çıkmanın Demografik Değişkenlerle İlişkisi	102
2.5.1.1. Cinsiyet ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	102
2.5.1.2. Yaş ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	104
2.5.1.3. Okul Türü ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	111
2.5.1.4. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	122
2.5.1.5. Anne Eğitim Düzeyi ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	130
2.5.1.6. Baba Eğitim Düzeyi ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	139
2.6. DİNİ BAŞA ÇIKMA	149
2.6.1. Dini Başa Çıkma Alt Ölçeklerinin Demografik Değişkenlerle İlişkisi	150
2.6.1.1. Cinsiyet ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	151
2.6.1.2. Yaş ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	152
2.6.1.3. Okul Türü ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	153
2.6.1.4. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	155
2.6.1.5. Anne Eğitim Düzeyi ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	156
2.6.1.6. Baba-Eğitim Düzeyi ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	158
2.6.2. Stres Verici Olayın Türü ve Etkisi ile Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	160
2.6.3. Dindarlık ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi	163
3. YORUM VE TARTIŞMA	164
3.1. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERLE İLGİLİ YORUMLAR	165
3.2. STRES KAYNAĞI İLE İLGİLİ YORUMLAR	166
3.3. DİNDARLIKLA İLGİLİ YORUMLAR	166
3.3.1. Demografik Değişkenler ve Dindarlık ile İlgili Yorumlar	166
3.4. HİPOTEZLERLE İLGİLİ YORUMLAR	174
3.4.1. Benlik Saygısı ile İlgili Yorumlar	174
3.4.1.1. Demografik Değişkenler ve Benlik Saygısı İle İlgili Yorumlar	175
3.4.1.2. Benlik Saygısı ile Dindarlık Düzeyleri İlişkisine Yönelik Yorumlar	184

3.4.1.3. Benlik Saygısı ile Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisine Yönelik Yorumlar	186
3.4.2. Başa Çıkma Tarzları İle İlgili Yorumlar	187
3.4.2.1. Demografik Değişkenler ve Başa Çıkma Tarzları İle İlgili Yorumlar	187
3.4.3. Dini Başa Çıkma Tarzları ile İlgili Yorumlar	193
3.4.3.1. Demografik Değişkenler ve Dini Başa Çıkma Tarzları İle İlgili Yorumlar	193
3.4.3.2. Dindarlık Düzeyi ile Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisine Yönelik Yorumlar	202
SONUÇ VE ÖNERİLER	205
ÖNERİLER	212
KAYNAKÇA	213
EKLER	231
ANKET FORMU	231
ÖZ GEÇMİŞ	235

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1	Başı Çıkma Alt Ölçekleri ve Maddeleri	76
Tablo 2	Örneklem Grubunun Cinsiyete Göre Dağılımı	80
Tablo 3	Örneklem Grubunun Yaşı Göre Dağılımı	81
Tablo 4	Örneklem Grubunun Sınıfa Göre Dağılımı	81
Tablo 5	Örneklem Grubunun Okul Türüne Göre Dağılımı	82
Tablo 6	Örneklem Grubunun Sosyo-Ekonomik Duruma Göre Dağılımı	82
Tablo 7	Örneklem Grubunun Anne Eğitim Durumuna Göre Dağılımı	83
Tablo 8	Örneklem Grubunun Baba Eğitim Durumuna Göre Dağılımı	83
Tablo 9	Örneklem Grubunun Yaşadığı Stresli Olaya Göre Dağılımı	84
Tablo 10	Yaşanan Stresli Olayın Zamanına Göre Dağılım	85
Tablo 11	Yaşanan Stresli Olayın Etkisine Göre Dağılım	85
Tablo 12	Dindarlık Eğilimine Göre Dağılım	86
Tablo 13	Cinsiyet ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	87
Tablo 14	Cinsiyet ve Dindarlık Arasındaki Farklılaşmaya Yönelik Sonuçlar (Bağımsız T testi)	87
Tablo 15	Yaş ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	87
Tablo 16	Yaş ve Dindarlık Arasındaki Farklılaşmaya Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Scheffe testi)	88
Tablo 17	Okul Türü ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	88
Tablo 18	Okul Türü ve Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tamhane T 2 testi)	89
Tablo 19	Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	90
Tablo 20	Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe testi)	90
Tablo 21	Anne Eğitim Düzeyi ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	91
Tablo 22	Anne Eğitim Düzeyi ve Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 testi)	91
Tablo 23	Baba Eğitim Düzeyi ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	92
Tablo 24	Baba Eğitim Düzeyi ve Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 Testi)	92
Tablo 25	Örneklem Grubunun Benlik Saygısı Düzeylerine Göre Dağılımı	93
Tablo 26	Cinsiyet ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	93
Tablo 27	Cinsiyet ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılaşmaya Yönelik Sonuçlar (Bağımsız T testi)	94
Tablo 28	Yaş ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	94

Tablo 29	Yaş ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA).....	94
Tablo 30	Okul Türü ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	95
Tablo 31	Okul Türü ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tamhanene's T2 testi).....	95
Tablo 32	Sosyo-Ekonomik Düzey ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar.....	96
Tablo 33	Sosyo-Ekonomik Düzey ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Scheffe Testi).....	96
Tablo 34	Anne Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar.....	97
Tablo 35	Anne Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA).....	97
Tablo 36	Baba Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	98
Tablo 37	Baba Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tukey Testi)	98
Tablo 38	Yaşanan Olayın Türü ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	99
Tablo 39	Yaşanan Olayın Türü ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tukey Testi)	99
Tablo 40	Benlik Saygısı ile Dindarlık Düzeyleri Arasındaki İlişki [Pearson Korelasyon].....	100
Tablo 41	Benlik Saygısı ile Dini Başa Çıkma Düzeyleri Arasındaki İlişki [Pearson Korelasyon].....	100
Tablo 42	Genel Grup Bazında Başa Çıkma Tüm Alt Boyutları Ortalama ve Standart Sapmaları	101
Tablo 43	Cinsiyet ve Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Bağımsız T testi)	102
Tablo 44	Yaş ve Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	104
Tablo 45	Yaş ve Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar.....	104
Tablo 46	Yaş ve Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	105
Tablo 47	Yaş ve Planlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	105
Tablo 48	Yaş ve Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	105
Tablo 49	Yaş ve Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	106
Tablo 50	Yaş ve Sosyal Destek Arama –Enstrümental- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar ..	106
Tablo 51	Yaş ve Sosyal Destek Arama –Enstrümental- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	106
Tablo 52	Yaş ve Sosyal Destek Arama –Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar.....	107
Tablo 53	Yaş ve Sosyal Destek Arama –Duygusal- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar ...	107
Tablo 54	Yaş ve Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	107
Tablo 55	Yaş ve Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	108
Tablo 56	Yaş ve Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar.....	108
Tablo 57	Yaş ve Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	108
Tablo 58	Yaş ve Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar ...	109

Tablo 59	Yaş ve Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Farklılığı Yönelik Sonuçlar	109
Tablo 60	Yaş ve Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar.....	109
Tablo 61	Yaş ve Yadsıma Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar	110
Tablo 62	Yaş ve Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	110
Tablo 63	Yaş ve Kabullenme Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar.....	110
Tablo 64	Yaş ve Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar.....	111
Tablo 65	Yaş ve Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar	111
Tablo 66	Okul Türü ve Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar.....	111
Tablo 67	Okul Türü ve Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar	112
Tablo 68	Okul Türü ve Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	112
Tablo 69	Okul Türü ve Planlama Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe testi)	112
Tablo 70	Okul Türü ve Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	113
Tablo 71	Okul Türü ve Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe testi).....	113
Tablo 72	Okul Türü ve Sosyal Destek Arama –Enstrümental-Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	114
Tablo 73	Okul Türü ve Sosyal Destek Arama –Enstrümental- Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar	114
Tablo 74	Okul Türü ve Sosyal Destek Arama –Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	115
Tablo 75	Okul Türü ve Sosyal Destek Arama –Duygusal- Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar	115
Tablo 76	Okul Türü ve Duygulara Odaklanma ve Duyguları ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	116
Tablo 77	Okul Türü ve Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene’s T2 Testi).....	116
Tablo 78	Okul Türü ve Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar.....	117
Tablo 79	Okul Türü ve Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar	117
Tablo 80	Okul Türü ve Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	118
Tablo 81	Okul Türü ve Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar	118
Tablo 82	Okul Türü ve Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	119
Tablo 83	Okul Türü ve Yadsıma Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi).....	119
Tablo 84	Okul Türü ve Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	120
Tablo 85	Okul Türü ve Kabullenme Arasındaki Farklılığı Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene’s T2 Testi)	120
Tablo 86	Okul Türü ve Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	121

Tablo 87	Okul Türü ve Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 Testi).....	121
Tablo 88	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	122
Tablo 89	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA)	122
Tablo 90	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	122
Tablo 91	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Planlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	123
Tablo 92	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	123
Tablo 93	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	123
Tablo 94	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Sosyal Destek Arama-Enstrümental- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	124
Tablo 95	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Sosyal Destek Arama-Enstrümental- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar.....	124
Tablo 96	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	125
Tablo 97	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	125
Tablo 98	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	125
Tablo 99	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi)	126
Tablo 100	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	126
Tablo 101	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	127
Tablo 102	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	127
Tablo 103	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar.....	127
Tablo 104	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar.....	128
Tablo 105	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Yadsıma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	128
Tablo 106	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	128
Tablo 107	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Kabullenme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar.....	129
Tablo 108	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	129
Tablo 109	Sosyo-Ekonomik Düzey ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	129
Tablo 110	Anne Eğitim Düzeyi ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	130
Tablo 111	Anne Eğitim Düzeyi ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar...	130
Tablo 112	Anne Eğitim Düzeyi ile Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	131

Tablo 113 Anne Eğitim Düzeyi ile Planlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	131
Tablo 114 Anne Eğitim Düzeyi ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	132
Tablo 115 Anne Eğitim Düzeyi ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tukey Testi)	132
Tablo 116 Anne Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Enstrümental- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	133
Tablo 117 Anne Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Enstrümental- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	133
Tablo 118 Anne Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	133
Tablo 119 Anne Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	134
Tablo 120 Anne Eğitim Düzeyi ile Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	134
Tablo 121 Anne Eğitim Düzeyi ile Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	134
Tablo 122 Anne Eğitim Düzeyi ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	135
Tablo 123 Anne Eğitim Düzeyi ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 Testi)	135
Tablo 124 Anne Eğitim Düzeyi ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	136
Tablo 125 Anne Eğitim Düzeyi ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumla Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	136
Tablo 126 Anne Eğitim Düzeyi ile Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	137
Tablo 127 Anne Eğitim Düzeyi ile Yadsıma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi)	137
Tablo 128 Anne Eğitim Düzeyi ile Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	138
Tablo 129 Anne Eğitim Düzeyi ile Kabullenme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	138
Tablo 130 Anne Eğitim Düzeyi ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar ..	138
Tablo 131 Anne Eğitim Düzeyi ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tamhanene's T2 Testi)	139
Tablo 132 Baba Eğitim Düzeyi ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	139
Tablo 133 Baba Eğitim Düzeyi ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar ...	140
Tablo 134 Baba Eğitim Düzeyi ile Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	140
Tablo 135 Baba Eğitim Düzeyi ile Planlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	140
Tablo 136 Baba Eğitim Düzeyi ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	141
Tablo 137 Baba Eğitim Düzeyi ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Scheffe Testi)	141

Tablo 138 Baba Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama-Enstrümental- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	142
Tablo 139 Baba Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama-Enstrümental- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	142
Tablo 140 Baba Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	143
Tablo 141 Baba Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	143
Tablo 142 Baba Eğitim Düzeyi ile Duygulara Odaklanma Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	144
Tablo 143 Baba Eğitim Düzeyi ile Duygulara Odaklanma Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	144
Tablo 144 Baba Eğitim Düzeyi ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	145
Tablo 145 Baba Eğitim Düzeyi ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	145
Tablo 146 Baba Eğitim Düzeyi ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	146
Tablo 147 Baba Eğitim Düzeyi ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	146
Tablo 148 Baba Eğitim Düzeyi ile Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	147
Tablo 149 Baba Eğitim Düzeyi ile Yadsıma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	147
Tablo 150 Baba Eğitim Düzeyi ile Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	147
Tablo 151 Baba Eğitim Düzeyi ile Kabullenme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & LSD Testi)	148
Tablo 152 Baba Eğitim Düzeyi ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar ..	148
Tablo 153 Baba Eğitim Düzeyi ile Alkol/ İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar	149
Tablo 154 Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma Maddelerinin Dağılımı	150
Tablo 155 Cinsiyet ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	151
Tablo 156 Cinsiyet ve Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılaşmaya Yönelik Sonuçlar (Bağımsız T testi)	151
Tablo 157 Yaş ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	152
Tablo 158 Yaş ve Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi)	152
Tablo 159 Okul Türü ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	153
Tablo 160 Okul Türü ve Dini Başa Çıkma ve Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 testi)	154
Tablo 161 Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar ..	155
Tablo 162 Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dini Başa Çıkma ve Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi)	155
Tablo 163 Anne Eğitim Düzeyi ve Dini Başa çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	156

Tablo 164 Anne Eğitim Düzeyi ve Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tamhanene's T2 testi)	157
Tablo 165 Baba Eğitim Düzeyi ve Dini Başa çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	158
Tablo 166 Baba Eğitim Düzeyi ve Dini Başa çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Scheffe Testi).....	159
Tablo 167 Yaşanan Stresli Olayın Türü ile Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	160
Tablo 168 Yaşanan Stresli Olayın Türü ile Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tukey Testi).....	161
Tablo 169 Yaşanan Stresli Olayın Etkisi ile Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar	162
Tablo 170 Yaşanan Stresli Olayın Etkisi ile Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tukey Testi).....	162
Tablo 171 Dindarlık ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişki [Pearson Korelasyon].....	163

GİRİŞ

Benlik bilgisi nasıl edinilir? Kendimizi nasıl tanımlarız? soruları hem ilk benlik kuramcılarını hem de çağdaş benlik araştırmacılarını, benlik bilgisinin kaynağının ne olduğunu belirlemeye sevketmiştir.

Benlik, insanın kendi kişiliğine yönelik kanılarının bir toplamı, insanın kendisini tanıma ve değerlendirme biçimidir. Bu yönüyle benlik karmaşık bir yapıya sahip olup kalıtım ve çevrenin etkisi ile şekillenmektedir.¹ Bu yapıyı oluşturan öğelerin çözümlenmesi için insanın kendine özgü özellikleri iyi tanınması gerekmektedir. Bu doğrultuda birey, yaşamı boyunca çevresindeki varlıklara ve nesnelere karşı bir tutum geliştirmeye başladığı gibi, aynı zamanda kendi benliğine yönelik tutum geliştirmeye başlamaktadır. Bireyin kendi benliğine yönelik geliştirdiği bu tutum, benlik saygısının oluşumunu sağlamaktadır. İnsanların kendilerine yönelik ne oldukları ya da ne olmadıklarına dair değerlendirmeleri benlik saygısını (self-esteem) oluşturmaktadır

Benlik saygısı insanın bilişsel, duyuşsal, davranışsal ve motivasyonel boyutları üzerinde önemli etkisi olan bir kavramdır. Bu yönüyle benlik saygısı, çocukluk döneminden itibaren oluşmaya başlamakta ve bireyin tüm yaşantısını etkilemektedir.

Benlik saygısı konusunda yapılan birçok çalışma, benlik saygısı ile fiziksel görünüm, okul başarısı, anne-baba ilişkileri, akran grupları arasında sosyal kabul, depresyon, intihar girişimi, başa çıkma ve din gibi pek çok konu arasında doğrudan ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda elde edilen sonuçlar, benlik saygısının uyumluluk, rekabet, başarı, stresli olaylarla başa çıkma ve nedensel yüklemelerde bulunma gibi hayatın farklı alanlarında etkili olduğunu ortaya koymaktadır.²

¹ Nicholas Emler, **Self-Esteem: The Cost and Causes of Low Self- Worth**, New York Publishing, New York, 2001, p.59

² Bkz. A. Delongis- S. Folkman-R.S. Lazarus, "The Impact of Daily Stress on Health and Mood: Psychological and Social Resources as Mediators", **Journal of Personality and Social Psychology**, 1988, 54; R.Erol-U. Orth, "Self-Esteem Development From Age 14 to 30 Years: A Longitudinal Study", **Journal of Personality And Social Psychology**, 2011, 101 (3), pp.607-619.

Kişinin okul ve iş yaşamındaki başarısını, anne, baba ve arkadaş gibi çevresindeki bireylerle ilişkilerini etkilediği gibi, olumlu ya da olumsuz bir biçimde şekillenmesinde aile, çevre gibi pek çok faktör de etkili olmaktadır. Benlik saygısı bu ilişkilerden de etkilenmektedir. Dinamik bir yapıya sahip olan ve yaşam boyu gelişim gösteren benlik ve benlik saygısı, özellikle ergenlik döneminde önem kazanmaktadır.

Ergenlik dönemi, biyolojik, psikolojik ve sosyal alanda yaşanan köklü değişimler nedeniyle insan hayatında en kritik gelişim dönemi olarak kabul edilir. Bu dönemde kimlik oluşumu süreciyle birlikte bilişsel gelişimde hızlanma, dürtüsel gereksinimlerde ve duygu yoğunluğunda artma, meslek seçimi, karşı cinsle ilişki kurma, anne-babadan bağımsızlık kazanma gibi nedenlerle ergenler, bu döneme özgü ciddi zorluklar ve çatışmalar yaşayabilmektedirler.³ Bu doğrultuda ergenin fiziksel, bilişsel ve sosyal yapısı geliştikçe benliğine yönelik fikirleri de gelişmekte ve değişmektedir. Fakat bu değişim ve gelişimler anlık olarak meydana gelmemesi yönüyle, genel bir kişilik özelliği olarak yerleşebilmektedir.

Günümüzde sosyal, kültürel ve ekonomik koşulların hızlı değişimi, duyguların yoğun ve tepkilerin aşırı olduğu ergenlik döneminin, daha zor geçmesine neden olabilmektedir. Bu bağlamda, benlik saygısı gelişimi özellikle ergenlik döneminde karşılaşılan durumları anlamlandırmada büyük bir öneme sahiptir.

İnsanlar yaşamları boyunca, fiziksel ya da duygusal anlamda sıkıntılar yaşamaktadırlar. Yaşanan bu zor durumlara anlam vermede ya da çözüm bulmada farklı farklı başa çıkma yöntemlerini kullanmakta ve bazı kaynaklardan destek almaktadırlar. İşte insanların zor durumlarla mücadelelerinde, onlara en büyük desteği veren değerlerin başında din gelmektedir.

Dinin öğretileri insanın doğuştan getirdiği ve sonradan kazandığı özelliklerle birleşerek bir değer ve anlamlar sistemi oluşturur. Dini öğretiler ile insanın bireysel ve sosyo-kültürel özellikleri birbirlerini karşılıklı olarak etkilemektedir.

Bütün bu bilgilerden hareketle, bu çalışma sosyal bilimlerin pek çok alanında kullanılan benlik saygısının, özellikle ergenlik döneminde ergenleri zorlayan birtakım olaylarla başa çıkmada, dini başa çıkma tarzları ile olan ilişkisini ortaya koyma yönünde bir araştırma niteliğindedir. Ergenlik dönemine atfedilen özel önem, kimlik gelişimi

³ Laurence Steinberg, **Ergenlik**, Yay. Haz., Figen Çok, İmge Kitabevi, İstanbul, 20007, ss.333-334.

doğrultusunda benlik saygısının bu dönemde çocukluk dönemine göre daha soyut ve tutarlı bir şekil alması ve ergenin davranışlarını pek çok yönden olumlu ve olumsuz şekillerde etkilemesindendir.

Ergenin kendisine verdiği değeri ve sahip olduğu özelliklerden hoşnut olup olmama durumunu ifade eden benlik saygının, hangi içsel tecrübelerden ve çevresel şartlardan etkilendiğini, dinin bu konuda benlik saygısını yükseltici bir fonksiyonunun olup olmadığını tespit etme, bu çerçevede dini değerlerin (sabır, şükür, tevekkül v.b.) ergenin karşılaştığı olaylarla başa çıkmada ne derece etkili olduğunu belirleme düşüncesi bu çalışmanın yapılmasına sevk etmiştir.

Modern yaşamla birlikte sosyal ve bireysel ilişkilerin daha yüzeysel olduğu bir dönemde kimliğini arayan, benlik bilincini ve benlik saygısını kazanmaya çalışan gençliğe dinin ve dini değerlerin sağladığı katkıyı ortaya çıkarmak araştırmanın amaçlarından birini oluşturmaktadır. Çünkü bu değerlerden uzak olarak oluşmaya çalışılan bir benlik ve benlik saygısı zaman zaman doyumsuzluk, bencillik gibi “narsistik kişilik” özellikler ile şekilenmekte ve herhangi zor bir durumla karşılaşıldığında bireyin benlik saygısını olumsuz yöne etkileyen yetersizlik, güvensizlik, umutsuzluk, intihar girişimi gibi duyguların ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir. Ergenin bu süreçte benlik gelişimine olumlu yönde katkılar sağlayacak kaynaklardan destek alması ruh sağlığını koruyucu bir öneme sahiptir. İşte bu noktada, ergenin benlik gelişimine olumlu katkılar sağlayacak kaynaklardan biri de dindir.

Bu doğrultuda ergenlik döneminde benlik saygısı ile stresli hayat olaylarıyla karşı karşıya kalındığında ergenin, din veya maneviyatından kaynaklanan bilişsel veya davranışsal başa çıkma yöntemlerini kullanması yani dinî kaynakların, başa çıkma sürecine katılması arasında bir ilişki olup olmadığının tespiti araştırmanın temel problemini oluşturmaktadır.

Literatür araştırması sonucunda ergenlerde benlik saygısı ile stres verici durumlarla başa çıkma,⁴ ergenlerde dindarlık ve benlik saygısı⁵ ayrıca dini başa çıkma metodu olarak

⁴ U. Orth- R.W. Robins- K.H. Widaman, “Life Span Development of Self-Esteem and Its Effect on Important Life Outcomes”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 2012, 102, (6), pp.1271-1288; “Çalışan Gençlerde Benlik Saygısı, İletişim Becerileri ve Stresle Baş Etme”, **TAF Preventive Medicine Bulletin**, 2009, 8 (1), ss.17-26; Nesrin Hisli Şahin- Nejat Basım v.d., “Kişiler Arası Çatışma Çözme Yaklaşımlarında Kendilik Algısı ve Kontrol Odağı”, **Türk Psikiyari Dergisi**, 2009, 20 (2), ss.153-163.

⁵ Christopher Bagley- Kanka Mallick, “Self Esteem and Religiosity: Comparision of 13 to 15 Year Old Students in Catholic and Public Junior High Schoos”, **Canadian Journal of Education**, 1997, 22 (1), pp.89-92; Betül Çapar, Farklı Orta Öğretim Öğrencilerinde Dindarlık İle Benlik saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Estitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İzmir, 2008.

olarak dua ve ruh sağılığı,⁶ dini başa çıkma ve hayat memnuniyeti⁷ arasındaki ilişkiye yönelik gerek yurt dışında gerekse ülkemizde yapılan çalışmalar olmasına rağmen benlik saygısı ve dini başa çıkma ilişkisini doğrudan ölçen çalışmalara rastlanılmamıştır.

Mevcut literatür araştırması sonucunda bu konudaki çalışmaların eksikliği, bizi bu çalışmanın yapılmasına yönlendirmiş ayrıca bu çalışmadan elde edilen verilerin bu konudaki araştırmalara kaynak teşkil edeceği düşünülmektedir.

“Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma” konulu bu araştırmada, öncelikle konu psikoloji ve din psikolojisi altında yapılan çalışmalar ışığında teorik olarak ortaya konmuş daha sonra da konuyla ilgili yapılan anket çalışmasının veri ve analizlerine ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorum ve değerlendirmelere yer verilmiştir.

ARAŞTIRMADA HAKKINDA GENEL BİLGİLER

1. Araştırmanın Konusu, Önemi ve Amacı

İnsanın yaşamı boyunca kendisini derinden etkileyen, stres oluşturan bir takım olaylarla ve acılarla karşılaşması kaçınılmaz bir durumdur. İnsan, bu felaketlerle başa çıktığı, onlarla mücadele edip, bir çıkış noktası bulduğu sürece hayata yeniden sarılmakta ve hayatı yeniden anlamlandırmaktadır.

İnsanın, başına gelen veya çevresinde oluşan olayları, daha genel bir ifade ile hayatı ve evreni anlamlandırma çabası, ona hayatını kontrol etme, olaylara yön verme veya olabilecek tahmin edebilme yeteneği kazandırır. Bu çaba, insanın doğası gereği kendisinde var olan “anlam arayışı”ndan kaynaklanmaktadır.⁸ İnsanlar başlarına gelen kötü olayları, yaşadıkları olumsuz tecrübeleri “bunun benim için anlamı ne?” sorusunu sorarak bir başa çıkma ve bunları bir neden ve kaynağa atfetme mekanizması içerisine girerler. Bu süreci motive eden üç unsur vardır. Bunlar: 1) Olayları anlama ve açıklama ihtiyacı, 2) Olayları tahmin ve kontrol etme ihtiyacı 3) Öz benliğini ve öz saygısını koruma, sürdürme ve

⁶ Alijan Amiryani- Molk Meyan- Bahman Ekbari, “The Relationship Between Religious Orientation (pray) with Self-Esteem and Assertiveness in Student” **Journal of Basic and Applied Scientific Research**, 2012, 2 (3), pp.2966-2969; Asude Arıcı, “Ergenlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua”, **Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde), (ed.) Hayati Hökelekli, Dem Yayınları, İstanbul, 2006, ss.529-557.

⁷ Ali Ayten- Gülüşan Göcen, v.d., “ Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi”, **Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, 2012, 2 (12), ss.45-79.

⁸ Victor Frankl, **Man’s Search for Meaning**, Washington, SQare Press, 1984, p.121.

güçlendirme ihtiyacıdır. Aslında bütün bunlar, kişinin öz güvenini ve öz saygısını koruyup güçlendirmesine yardımcı olan mekanizmalardır.⁹

Bireyin, kendisini zor durumda bırakan, stres yaratan bir olayı açıklama ve başa çıkma biçimi, bilimsel, felsefî, dini veya başka türden olabilir. Ancak son zamanlarda yapılan araştırmalar, din ve ruh sağlığı arasında pozitif bir ilişkinin olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle Amerika’da son dönemlerde yapılan çalışmalarla psikoloji ile teoloji arasında büyük bir yakınlaşma meydana gelmiş, dinin insanın ruh sağlığı üzerinde olumlu etkilerinin olduğu ortaya konmuştur. Dini inanç ve pratikler doğrultusunda gelişen değerler; dürüst ve samimi olmak, kimlik ve kişisel sorumluluk duygusu kazanmak, belli amaçlara sahip olmak, stres ve krizlerle başa çıkma konusunda yardımcı olmak, kendi kendine karar verebilme yeteneği kazanmak v.b. gibi ruh sağlığını olumlu yönde etkileyecek birçok davranışın gelişmesine katkıda bulunmaktadır.¹⁰

Din psikologlarına göre, insanı derinden etkileyen olay ve durumları algılama, kabullenme ve başa çıkma davranışlarında özellikle dini inanç ve tutumların önemli bir etkisi vardır. “İnsanı acz ve çaresizlik içinde bırakan tehlikeler ve felâketler karşısında tabiatüstü bir varlığa ve ilâhi yardıma sığınma eğiliminin kendiliğinden ortaya çıkması sık sık müşâhede edilen bir durumdur.” Örneğin, hastalık, ölüm, tabiî felâketler v.b. olaylar, herhangi bir şekilde bireyi etkilediği zaman, dini yüklemeler daha yoğun olarak ortaya çıkmaktadır.¹¹

İnsanın gelişim dönemleri içerisinde bio-psiko-sosyal yönden pek çok yeni oluşumun meydana geldiği ve bazı psikologlar tarafından “stres ve fırtına” dönemi¹² olarak adlandırılan ergenlik döneminde, ergenlerin karşılaştığı stres, felâket, duygusal sorunları v.b nasıl anlamlandırdıklarını, bunlarla nasıl başa çıktıklarını, bu durumun benlik saygılarını nasıl etkilediğini ve bunun dini inanç ve tutumlarla ilişkisini ortaya koymak bu araştırmanın başlıca problemini oluşturmaktadır.

⁹ Bernard Spilka, et.al., “A General Attribution Theory for the Psychology of Religion”, (in) B. Spilka- D. N. McIntosh (ed), **The Psychology of Religion: Theoretical Approaches**, Boulder, Westview Press, 1997, s.156

¹⁰ Bkz. G. Nils Holm, **Din Psikolojisine Giriş**, çev. Abdülkerim Bahadır, İnsan Yay., İstanbul, 2004, ss.141-144; Vicky Genia, “Seküler Psikoterapistler ve Dindar Danışanlar: Mesleki Mülâhazalar ve Öneriler” (çev.Üzeyir Ok), **İslami Araştırmalar Dergisi**, 12 (1), 1999, ss.78-83; B. Spilka, D.N. McIntosh, (ed), **The Psychology of Religion: Theoretical Approaches**, Boulder, Westview Press, 1997, s.57

¹¹ Bkz. Hökelekli, **Din Psikolojisi**, s.87; Holm; a.g.e., s.61.

¹² Bkz. Judith Gallatin, “Ergenlik Kuramları”, çev. Nermin Çelen, F. James Adams, **Ergenliği Anlamak** (içinde), Der. Bekir Onur, İmge Kitabevi, Ankara, 1995, s.52

Bu araştırma kapsamında sorulacak sorulardan bazıları şunlardır; ergenlik döneminde dini inançlar, bir başa çıkma mekanizması ve manevi bir güç kaynağı olarak insanın psikolojik hayatına ve benlik saygısına olumlu katkılarda bulunabilir mi? Dini başa çıkma ve benlik saygısı arasında nasıl bir ilişki vardır?

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin son yıllarda karşılaştıkları sevilen birinin ölümü, hastalık, depresyon, ekonomik sıkıntılar v.b. gibi kendilerini derinden etkileyen olayları ve durumları nasıl algıladıkları, neye atfettikleri ve ne tür bir kabullenme ve başa çıkma mekanizması geliştirdiklerini inceleyerek, dini inanç ve tutumların bu konulardaki etkilerini ve benlik saygısı ile ilişkisini ortaya koymaya çalışmaktır.

Ayrıca bir takım demografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, öğrenim durumu, anne-babanın eğitim düzeyi v.b.), ergenlerin benlik saygıları ve dini başa çıkma tarzları ile ilişkisi incelenecektir.

Bu çalışma, başa çıkma teorisinin kabul ettiği bir model içerisinde gerçekleştirilecektir. Bu model, stres kaynağı, değerlendirme, başa çıkma etkinlikleri ve sonuçları içermektedir.¹³ Stres kaynağı olarak, önemli hayat olayları; başa çıkma etkinlikleri olarak, dini başa çıkma ve başa çıkma etkinlikleri; sonuç olarak ise; benlik saygısı üzerindeki etkileri ele alınacaktır.

Son yıllarda kişiliği etkileyen güçlü bir faktör olarak kabul edilen benlik kavramı, psikologlar tarafından büyük bir ilgi ile incelenmeye başlanmıştır. Bu bağlamda, benlik saygısının korunmasının, ruh sağlığı açısından oldukça önemli olduğu ortaya çıkmıştır. Ergenlik döneminde, benlik kavramı ve benlik saygısı, ergenin benliğini oluşturan temel yapılardır. Ergenlikte kazanılan kimlik duygusu, benlik saygısı ile paralel olarak gelişmektedir. Bu yapıların olumlu yönde gelişimi hem ergenin iç dünyası hem de olayları anlamlandırma biçimi ile ilgilidir.¹⁴ Bu nedenle, bu dönemde ergeni derinden etkileyen önemli olaylar ve durumlarla başa çıkmada, dini inanç ve tutumların etkisini din ve ruh sağlığı ilişkisi açısından belirlemek bu çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

¹³ Geniş bilgi için bkz., I. Kenneth Pargament, “Tanrım Bana Yardım Et: Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru”, çev. Ahmet Albayrak, **Tabula Rasa-Felsefe Teolojisi**, 2003, 3 (9), ss.206-238.

¹⁴ Adnan Kulaksızoğlu, **Ergenlik Psikolojisi**, 6. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2004, ss.113-116; Betül Aydın, **Çocuk ve Ergen Psikolojisi**, Marmara Üniv. Vakfı Yay., İstanbul, 1997, s.175.

2. Hipotezler

1. Ergenlik döneminde, dini başa çıkma tarzları ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.(Temel Hipotez)
2. Benlik saygısı düşük olan ergenlerin bir kısmı, olumlu dini başa çıkma, bir kısmı da olumsuz dini başa çıkma tarzlarını kullanmaktadır.
3. Dindarlık düzeyi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Dindarlık düzeyi yükseldikçe benlik saygısı düzeyi de yükselmektedir.
4. Dindarlık düzeyi ile olumlu dini başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Ergenlerde dindarlık düzeyi yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma düzeyi de yükselmektedir.
5. Dini başa çıkma tarzları, demografik değişkenlere göre (yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, anne-babanın eğitim düzeyi v.b.), değişmektedir.
6. Dini başa çıkma tarzları, yaşanan stresli olayın özelliklerine göre değişmektedir.
7. Başa çıkma tarzları, demografik değişkenlere göre, değişmektedir.
8. Benlik saygısı, demografik değişkenlere göre, değişmektedir.

3. Sayıtlar

1. Örneklemenin, evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.
2. Örneklemi oluşturan bireylerin, ölçeklerdeki maddelere verecekleri cevapların güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
3. Araştırmada kullanılacak ölçme araçlarının, ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

4. Sınırlılıklar

1. Bu araştırmadan elde edilen bulgular, 2010-2011 eğitim-öğretim yılı ile sınırlıdır.
2. Araştırmada ergenlik dönemi, orta öğretim yaşı olan 14 ve altı ile 18 yaşları arası ile sınırlıdır.
3. Araştırmanın bulguları, örneklemi oluşturan Bursa'daki söz konusu edilen okullarda eğitim-öğretim gören öğrencilerle sınırlıdır.
4. Araştırmadan elde edilen bulgular, deneklerin ölçeklere verecekleri yanıtlar ile sınırlıdır.
5. Bu araştırma ile ölçülmek istenen dini başa çıkma düzeyleri, "Dini Başa çıkma Tarzları Ölçeği"nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

6. Bu araştırma ile ölçülmek istenen başa çıkma düzeyleri, “Başa çıkma Ölçeği”nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
7. Araştırmada öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği”nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
8. Örneklem grubunun dindarlık düzeyleri, “Dindarlık Ölçeği”nin ölçtüğü boyutlarla sınırlıdır.

5. Tanımlar

Ergenlik Dönemi (Adolescence Period)

İnsanın gelişim dönemleri içerisinde, çocukluk ile yetişkinlik arasında yer alan ve bio-psiko-sosyol alanlarda pek çok değişim ve gelişimi içeren bir geçiş dönemidir. Yaş olarak ergenliğin ne zaman başlayıp ne zaman bittiği konusunda görüş birliği olmamakla birlikte, bu dönem, yaklaşık olarak 12-14 yaşlarında başlamakta ve 18-21 yaşları arasında son bulmaktadır.¹⁵

Benlik Saygısı (Self-Esteem)

Bireyin kendisini algılamasına ilişkin bir kavram olan benlik saygısı, kendini benimseme, onaylama, kendine değer verme, güven ve saygı duyma; kendi değerine ilişkin değerlendirmeyi içermektedir.¹⁶

Psikoloji ve Psikiyatri literatüründe benlik saygısı, değişik terimlerle ifade dilmektedir. “Self-esteem”, “self-respect”, “self-confidence”, ve “self-regard” kavramları ile ifade edilmektedir.¹⁷ Bu terimlerin Türkçe’deki kavramsal karşılıkları eş anlam taşımakta, “benlik saygısı”, “öz-saygı”, “kendilik saygısı”, “özdeğerlilik duygusu” gibi kavramlarla ifade edilmektedir.¹⁸ Bu çalışmada, “self-esteem”, benlik saygısı anlamında kullanılacaktır.

¹⁵ Kulaksızoğlu,a.g.e., s.32-34; Atalay Yörükoğlu, **Gençlik Çağı**, 7. Baskı, Özgür Yayınları, İstanbul, 1985, s.13.

¹⁶ Budak, **Psikoloji Sözlüğü**, Bilim ve Sanat Yay., Ankara, 2000, s.585.

¹⁷ Belgin Ayvayışık-Adnan Erkuş, **Psikoloji Terimleri Sözlüğü**, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara, 2000, ss. 162-164.

¹⁸ Bkz.Tülay Seyhan Maşrabacı, Hacettepe Üniversitesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), H.Ü. Sos. Bil.Enst., Ankara, 1994, ss.14-15, Yurdagül Mehmetoğlu, **Erişkin Bireyin Kendilik Bilinci ve Din Eğitimi**, Rağbet Yay., İstanbul, 2001, s.101-102.

Başa Çıkma (Coping)

Bireyin belli stres durumlarında genellikle kullandığı ya da benzer durumlarda zaman içinde tekrarladığı bilişsel ya da davranışsal olarak sorunlarla baş etme yöntemleridir. Kısaca bireyin, stres oluşturan durumlarla uğraşma sürecine denir.¹⁹

Dini Başa Çıkma (Religious Coping)

Bireyin, stres meydana getiren olay veya durumlarla karşılaştığında din veya maneviyattan kaynaklanan bilişsel ve davranışsal teknikleri kullanması olarak tanımlanabilir.²⁰

¹⁹ Acar Baltaş- Zuhul Baltaş, **Stres ve Başa Çıkma Yolları**, 19. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul,1999, s.139

²⁰ Pargament, a.g.m., s.214-219.

BİRİNCİ BÖLÜM

TEORİK ÇERÇEVE

“Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma” konulu araştırmanın teorik çerçevesi oluşturulurken, öncelikle benlik ve benlik saygısının tanımı, benlik saygısının gelişimi ve bu süreçte etkili olan etkenler ergenlik döneminin gelişimsel özellikleri çerçevesinde ele alınmıştır. Daha sonra stres ve stres kaynakları tanımlanmış, bu çerçevede stresle başa çıkma metodları ve dinin başa çıkma sürecindeki etkileri ve ergenlik dönemi ilişkisi yapılan çalışmaların ışığında ortaya konmaya çalışılmıştır.

1. BENLİK KAVRAMI VE İLİŞKİLİ OLDUĞU DİĞER KAVRAMLAR

Benlik, sosyal bilimlerin değişik alanlarında ele alınan konuların başında gelmektedir. Benlik kavramı (self concept),²¹ yaklaşık son yarım asırdır en çok tartışılan psikoloji kavramlarından biridir. Bu yönüyle benlik, sosyal bilimlerin diğer alanlarında ve pek çok psikolojik kuramda önemle üzerinde durulan bir kavram olmuştur.

Benlik, psikoloji bilminde kişilik konusu içerisinde ele alınmaktadır. Benlik ve kişilik arasında gelişme ve yapı bakımından kesin sınır çizmek zordur. Benlik, sıklıkla kişilikle ilgili bir kavram olarak ele alınmıştır. Bireyin kişiliğini oluşturan temel yapılardan biri olarak görülmüştür.²² Bu nedenle benlikle kişilik arasında doğrudan bir ilişki vardır. Benlik ve kişilik iç içe olmakla birlikte, kişilikten farklı özellikler taşımaktadır. Benlik, bireyin kişiliğine dair kanılarından oluşmaktadır. Bireyin kendine ait özellikleri, yetenekleri, değer yargıları ve ideallerine ilişkin yargılarının dinamik örüntüsü, kendi

²¹ Türkçe’de “self concept”’in karşılığı olarak “benlik kavramı” teriminin yanı sıra “kendilik kavramı” ve “öz kavram” terimleri de kullanılmaktadır. Birçok çalışmada olduğu gibi bu çalışmada da, “benlik kavramı” teriminin kullanımı tercih edilmiştir. Bu çalışmalardan bazıları için bakınız, Adem Şahin, **Ergenlerde Dindarlık ve Benlik**, Adal Ofset, Konya, 2007; ss.90-91; Hasan Bacanlı, **Sosyal İlişkilerde Benlik / Kendini Ayarlamının Psikolojisi**, Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, İstanbul, 1997, s.14.

²² Frederick Rhodewalt & Benjamin Petersen, “The Self and Social Behavior: The Fragile Self and Interpersonal Self Regulation” (in) **Personality and Social Behavior**, Edited by Frederick Rhodewalt, Psychology Press, New York, 2008, s.49.

kişiliğine yönelik düşünceleri ve kendi kendini görüş tarzıdır.²³ Bu anlamda benlik, kişiliğin öznel yanını oluşturmaktadır. İnsanın kendisi hakkında sahip olduğu özel algıların çok boyutlu bir birleşimidir. Bu yönüyle benlik, kişilik gibi anlaşılması güç, karmaşık bir kavramdır.

1.1. BENLİK KAVRAMI

Benlik konusunda değişik alanlarda pek çok çalışma yapılmakla birlikte, gerek tanımı gerekse yapısı konusunda fikir birliğine ulaşılamamıştır. Benlikle ilgili değişik terimlerin kullanıldığı görülmektedir.

Benliği ifade etmek için, ben (ego, I), benlik, kendilik (self), benlik kavramı, kendilik kavramı, öz kavramı (self-concept), benlik saygısı (self-esteem), benlik tasarımı (self-representation), benlik algısı (self-perception), kendini değerlendirme (self-evaluation), kendini kabul (self-acceptance) v.b. değişik kavramlar kullanılmıştır.²⁴

Self'in Türkçe karşılığı olarak, “öz”, “kendilik”, “benlik” sözcükleri kullanılmaktadır. “Benlik” ve “öz” sözcükleri “self”in anlamını kısmen karşılamaktaysa da Türkçe’de “self” ile ilgili terimlerin ifade edilmesinde bazen “benlik” bazen de “öz” bazen de “kendilik” kavramları kullanılmaktadır.

Bunlar içinde en yaygın olarak kullanılan benlik kavramı (self-concept), en genel anlamı ile kişinin kendisi hakkında sahip olduğu düşünceleri ve algıları ifade etmektedir. Bireyin farkında olduğu yani algılayabildiği yönü veya parçasıdır. Başka bir ifade ile, kişinin bilinçli bir şekilde kendi varoluşu olarak adlandırabildiklerinin toplamıdır. Kişinin “ben” veya “benim” olarak ifade ettikleridir. Kendi kişiliğine ilişkin kanılar toplamı, insanın kendisini tanıma ve değerlendirme biçimidir.²⁵

Bu yönüyle benlik kavramı; 1) benlik bilgisi (self knowlege) ve 2) benlik değerlendirmesini (self-appraisal) içermektedir. İnsanın kendisiyle ilgili ulaştığı yargıların, kanıların bir birleşimidir.²⁶ Bu bağlamda, “Ben kimim?” sorusu ile tanımlanan benlik

²³ H. Markus- E. Wurf, “The Dinamic Self Concept: A Social Psychological Perspective, **Annual Review of Psychology**, 1987, 38, pp.299-337.

²⁴ Bkz.Emler, a.g.e., p. 61.

²⁵ Tanımlar için bakınız, Saul Meleod, **The Self Concept in Psychology**, 2008, Retriewed from <http://www.simlypsychologyorg/self-concept.html>; Selçuk Budak, a.g.e., s.123; Jones Richard Nelson, **Danışma Psikolojisi Kuramları**, çev. Fusun Akkoyun -Veli Duyan- v.d., Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul, 1982, s.21.

²⁶ M. Bong- R.E. Clark, “Comparision Between Self Concept and Self Efficacy in Academic Motivation Resarch”, **Educational Psychologist**, 1999, 34 (3), pp.139-153.

bilgisi ile “Kim olduğuma dair ulaştığım kanılar nedir?” şeklindeki benlik değerlendirmesini ifade etmek için benlik kavramı (self concept) kullanılmaktadır.²⁷

Yörükoğlu, “benlik” ile “benlik kavramı”nı birbiri üstüne konmuş bir çember ile dikdörtgene benzetmektedir. Çember benliği, dikdörtgen de onun üstüne konmuş benlik kavramını simgeler. Her ikisinin çakıştığı alan benlik ile benlik kavramının uygunluk gösterdiği alandır. Dikdörtgenin çemberde örtmediği alan ise, benliğin kavranamayan, algılanamayan bölümleridir. Dikdörtgenin köşelerinin çemberden taşan parçaları ise, kişinin kendini olduğundan değişik algıladığı bölümleri belirtir.²⁸

Denilebilir ki benlik kavramı, bireyin fiziksel, duygusal, psikomotor, zihinsel v.b. yönlerden kendisi hakkında geliştirdiği görüş ve kendisine ilişkin kabul edebileceği, farkında olduğu kanıların tümüdür. Bu yönüyle bireyin kendisine yönelik söyleyebilecekleri ve kendisi hakkında sahip olduğu tutum, duygu, algı, değer ve davranışlara ilişkin görüşünü oluşturmaktadır.²⁹ Yani kişinin kimliği, yetenekleri, değer yargıları, idealleri v.b. gibi kendisi hakkında algılayabildiği görüşlerin, duyguların ve tutumların tamamı, kendi benliğine ilişkin tanımı ve zihinsel tablosudur. Bireyin kendisi ile ilgili olarak kafasında çizdiği görünümüdür.

Sonuç olarak benlik (self), bireyi oluşturan tüm özelliklerin karmaşık bir örüntüsü iken; benlik kavramı (self concept), kişinin kendisi hakkındaki görüşünü içermektedir.

Benlik tanımında araştırmacılar arasında tam bir fikir birliği oluşmadığı gibi benliğin yapısı konusunda da değişik görüşler yer almaktadır. Bazı araştırmacılar (Loveinger), benliği “dürtü kontrolü, kişiler arası ilişkiler, bilinçli ön kabuller ve bilşisel fonksiyonlar”ı kapsayan tek boyutlu bir ana özellik olarak görmüştür.³⁰ Marsh, Bryn & Shavelson’a göre ise benlik, fiziksel görünüş, akademik başarı, anne-baba ve eş ilişkisi gibi alanlarla ilişkili çok boyutlu bir yapıya sahiptir.³¹

²⁷ D. Jennifer Campbell, Loirence F. Lavalley, “Who Am I? The Role Of Self-Concept Confusion in Understanding The Bahavior of People with Low Self-Esteem”, (in) **Self –Esteem: The Puzzle of Low Self Regard**, (ed.), Rof. F. Baumeister, Plenium Press, New York, 1993, p.4.

²⁸ Yörükoğlu, a.g.e., s.102.

²⁹ H. Markus, “Self Knowledge: An Expounded View”, **Journal of Personality**, 1983, 51, pp.543-565.

³⁰ Bkz.Jane Kroger, “Ego Development in Adolescence: Loveinger’s Paradigm”, (in) **Identity in Adolescence: The Balance Between Self and Other**, Jane Kroger, Routledge, New York, 1996, pp.116-117.

³¹ H.W. Marsh- B.M. Byrn- R. Shavelson, “A Multifaceted Academic Self-concept: Its Hierarchical Structure and Its Relation Academic Achievement”, **Journal of Educational Psychology**, 1988, 80, pp.366-380.

Bu çok boyutluluğu sebebiyle “benlik yapısı”, “algılanan benlik”, “fenomonolojik benlik” veya yalnızca “benlik” olarak ifade edilen benlik kavramı, bireyin kendisini ayırt etmesini ve tanımlamasını sağlayan pek çok benlik kavramı (benlik imgesi, benlik tasarımı, benlik bilinci) ile yakından ilişkilidir.³²

Benlik kavramı hem bedensel hem de psikolojik özellikleri içermektedir. Bireyin fiziksel görünümüyle bağlantılı olan benlik kavramı, psikolojik benlik kavramından önce oluşmaktadır. Çoğunun ilk olarak kendisini çevresinden ve başka insanlardan ayrı görmesi ve bunu fark etmesi ile başlamaktadır.³³ Düşüncelerin, duyguların ve duyuların üzerine kurulan psikolojik benlik kavramı daha sonra oluşmaktadır. Çocuk büyüdükçe her iki benlik kavramı bütünleşmekte ve çocuk kendini bir bütün olarak algılamaktadır.

Yapılan tanımlardan hareketle benliğin bazı önemli özellikleri tespit edilmiştir. Benlik kavramı, organize edilmiş bir bütündür; çok boyutludur; hiyerarşik bir yapıdadır; değerlendirme sürecini içermektedir; değişmekle birlikte sürekliliği olan bir yapıdadır. Benlik nasıl tanımlanırsa tanımlansın zihinsel özelliklerimizle bağlantılı olduğu bir gerçektir.³⁴ Benlik insan davranışlarını, bilişsel, duyuşsal, motivasyonel yönden ve en önemlisi kişiler arası ilişkiler açısından koordine eden bir merkezdir.³⁵

1.1.1. Benliğin Gelişimine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

Ego ve self kavramı, psikoloji biliminde uzun zaman ihmal edilmiştir. Bunun sebeplerinden biri, ego ve self’in kişiliğin açıklanması, anlaşılması ve öğrenilmesi zor bir yönünü oluşturmalarıdır. İkincisi ise, tarihsel gelişim süreci açısından, pozitif bir bilim olma çabası içerisinde olan psikolojinin, daha çok kendisine gözlemlenebilen davranışları konu edinmesinden kaynaklanmaktadır.³⁶

Geçmiş yüzyıllarda benlik ve self ile daha çok felsefe ilgilenmiştir. Özellikle felsefede daha çok bilginin öznesi ve nesnesi olan benlik şeklinde iki yönüyle öne çıkmıştır

³² Nelson, a.g.e., s.26.

³³ Valerian J. Derlaga- Barbara A. Winstead-Warren H. Janes, **Personality: Contemporary Theory and Research**, Nelson-Hall Publishers, Chicago, 1991, p.352

³⁴ Richard J. Riding, **Self Perception**, Greenwood Publishing Group, Westport, 2001, s.244.

³⁵ Rhodewalt – Peterson, a.g.e., s.49.

³⁶ Rita L. Atkinson- Richard C. Atkinson, et al., **Introduction to Psychology**, Tenth edition, Copyright, 1990, pp.16-21.

(Descartes, Kant, v.b.)³⁷. Böyle felsefi bir konu ise o dönem psikoloji ilminin tam anlamıyla ilgi alanına girmemiştir.

Filozofların dışında, sosyologlar da kültürü incelerken benlik kavramı üzerinde durmuşlardır. Sosyal benlik kavramı ile, bireyin başkalarına tanıttığı özelliklerin toplamını ifade etmişlerdir. Mead, bireyin benlik kavramının yakın çevresindeki kişilerin ona bakış açılarına göre şekillendiğini ileri sürmektedir. Ona göre benlik, bireyin yakın çevresinin birey hakkındaki görüşlerinin ve değerlendirmelerinin birey tarafından özümsemesiyle oluşmaktadır.³⁸

19.y.y. sonlarından itibaren, yapısalcılık, işlevselcilik, davranışçılık, psikanaliz gibi birçok psikoloji ekolü doğrultusunda, insan davranışlarını ve onun altında yatan sebepleri açıklamak amacıyla pek çok kuramsal teori geliştirilmiştir. Bunlardan her biri de ortaya çıktıkları dönemin felsefi ve bilimsel bakış açısından etkilenmiştir.

Fonksiyonel (işlevsel) psikolojinin öncüsü W.James, Amerikan psikolojisinin gelişiminde önemli bir yere sahip olmuştur. 1878’de yazmış olduğu “The Principles of Psychology” adlı eserinin büyük bir bölümünü, “Benlik Bilinci” (The Consciousness of Self) konusuna ayırmıştır.³⁹

W. James, benliği; “bilinen ben” (The me) ve “bilen ben” (the I) olarak ikiye ayırmaktadır. Bilinen ben “emprical ego” olarak adlandırılıp bireyin görünen yapısını oluşturmaktadır. Maddi, toplumsal ve duygusal olmak üzere üç unsurdan oluşmaktadır. “Bilen ben” ise, insanın bilinçli yani düşünen yanıdır. James’e göre benlik, en geniş anlamıyla bir kişiye ait olan her şeyi içermektedir. James, ayrıca benliği maddi benlik, sosyal benlik ve ruhî benlik olmak üzere üçe ayırır. Maddi benlik ile bedenimiz, en yakın çevremiz ve ailemiz; sosyal benlik ile insanların başkaları tarafından tanınması ve aynı

³⁷ Ben bilgisini ve benliğin varlığını ispat etmeyi varlığın çıkış noktası yapan Descartes, ünlü “Cogito” argümanı ile, kendimize ilişkin bilgimizin ilk ve kesin bilgi olduğunu ileri sürmüştür. Descartes, benliğin nesne yönünden çok, özne yönüne vurgu yapmıştır. Kant, Descartes’in “Cogito” argümanının bize sadece var olduğumuzu gösterdiğini belirtir ve üç tür benlikten söz eder. Zamanda yer alan, neden etki mekanizmasına uğrayan dolayısıyla hakkında bilgi sahibi olabildiğimiz “fenomenal” benliğin yanı sıra, hakkında hiç bilgi sahibi olamayacağımız daha çok ahlak ve özgürlük alanında kendisini gösteren “numenal” benlikten söz eder. Kant, bunlara “Transandantal” ya da “düşünen benlik” dediği benlik türünü ilave eder. Transandantal benlik hakkında bilgi sahibi olamasak da, saf, değişmeyen, orijinal bilince “transandantal ben bilinci” adını verir. Geniş bilgi için bkz. Şahabettin Yalçın, “Ben Neyim?”, **Beytulhikme an İnternational Journal of Philosophy**, Vol. I, Issue, 2, 2011, pp. 27-38.

³⁸ Rina S. Onorata- John C. Turner, Self “The “I”, The “Me”, and The “Us”: The Psychological Group and Self-Concept Maintenance and Change”, (in) **Individual Self, Relational Self, Collective Self**, (edited) Constantine Sedikides and Mariynn B. Brewer, Sheridan Books, USA, 2001, p.150.

³⁹ Bkz. William James, **The Principles of Psychology**, Dover Publications, New York, 1918, pp.291-403

zamanda başkaları üzerinde etkili olması kastedilmektedir. Ruhi benlik ise, subjektif olan derûnî yönümüzü oluşturmaktadır.⁴⁰ Vicdan, irade gibi kavramların bundan beslendiğini söylenebilir.

Böylece, geçmiş yüzyıllarda daha çok felsefenin ilgilendiği (Kant, Moore v.b.), özellikle beden ve ruh, fanilik ve ebedilik gibi konuların açıklanmasında bahsedilen benlik ve self, artık psikolojinin bir konusu olmaya başlamıştır. Buradan hareketle psikolojinin benlikle ilgilenme tarihini, 1878'lere götürebiliriz. W. James de benlik konusunu ayrıntılı bir şekilde ele alan ilk psikolog olarak kabul edilebilir.⁴¹

Benlik kavramı, birçok psikoloji kuramında açık olarak yer almamıştır. Psikanalitik kuramda “benlik” terimi, “ego” anlamında kullanılmıştır. Ferud’a göre, “ego” kişiliğimizin bilinçli yanıdır, gerçeklik ilkesinin egemenliğindedir ve gerçek dünya ile iletişimimizi sağlar. Kişiliğin yürütme organı olup, hangi içgüdülere ne şekilde doyum sağlanması gerektiğine karar verir, ihtiyacın giderilmesi için uygun nesne bulununcaya kadar gerilimin boşalmasını erteler. Kimi dürtüleri bastırarak veya erteleyerek, kimi dürtülerin de gerçekleşmesine izin vererek doyuma ulaşmaya çalışan benlik (ego), bir çok önemli işlevi yerine getirirken bir yandan da, “id”in, “süperego”nun ve dış dünyanın birbiriyle çatışma durumunda meydana çıkan istekleri arasında uzlaşmayı sağlamaktadır.⁴²

Psikanaliz kuramına göre benlik (ego), içten gelen dürtüleri dizginleyemezse, kişinin çevreyle olan uyumu bozulur. Ego, bu fonksiyonunu yerine getirirken, kişinin psikolojik bütünlüğünü sürdürmek ve öz değerini korumak için bir takım savunma mekanizmalarını kullanmaktadır.⁴³ Psikanalitik ekolde, James’in değindiği benliğin sosyallik boyutuna, süperego kavramıyla değinildiği görülmektedir fakat bu yapı, sosyal benliğe bir yapı oluşturmaz.

Freud’dan sonra gelen ve “ego-analistleri” olarak anılan grup, yapısal kişilik kuramına önemli boyutlar katmıştır.⁴⁴ Hartman’ın düşüncelerinin giderek içgüdüsel enerjiden bağımsızlaşması, “ego özerkliği” kavramı ve uyum yetenekleri konusundaki ısrarı daha güçlü bir ego psikolojisinin geliştirilmesine ve egonun dış dünya ile ilişki

⁴⁰ James, a.g.e., pp.291-294.

⁴¹ Rhodewalt & Peterson, a.g.e.,s.50.

⁴² Sigmund Freud, **The Essentials of Psycho-Analysis**, Translated James Strachey, Penguin Books, England, 1991, pp.435-436.

⁴³ Freud, **The Ego and Id**, WW. Norton Company, U.S.A., 1960, pp.11-17.

⁴⁴ Engin Geçtan, **Psikanaliz ve Sonrası**, 4. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul,1990, s.77.

içindeki etkin rolünün anlaşılmasına yol açmıştır.⁴⁵ Onun bu kavrama getirdiği en önemli katkının, dürtüler ve çatışmalardan bağımsız olarak gelişen özerk ego işlevlerinin varlığını ileri sürmesi olabilir. Dolayısıyla ego analistleri, egonun bilişsel işlevlerine önem vermiş ve psikanalitik kuramın psikanaliz dışı -psikoloji, sosyoloji, kültürel antropoloji gibi alanlarda uygulanabilmesi için pek çok varsayımın oluşmasına imkan sağlamıştır.⁴⁶

Ego ve self terimleri sıklıkla birlikte kullanılmakla beraber,⁴⁷ Hartman'ın çalışmalarıyla ben (ego) ve benlik (self) terimlerinin kullanışları birbirinden kesin olarak ayrılmıştır. “Benlik”(self), “ben”den (ego) daha geniş çerçeveli bir yapı olarak ele alınmıştır.⁴⁸

Jung'a göre self, kişiliğin bütünü demektir. Self, bir arketiptir. Kişilik yapısındaki tüm sistemler bu nokta etrafında bir bütün oluşturur. Self, bütün bu sistemleri birlik ve denge halinde tutar. Kişisel eşsizliğimizin aracı olan bilincimiz, kolektif bilinçdışı ile yüzleşince bu yüzleşme krizlerden yoksun değildir. Bu karşıtlıktan başlayarak iki psişik sistemin-bilinç ve bilinçdışı- her ikisine de uygun düşen bir orta nokta kanalıyla birleşmesine yol açan arketipsel imge, özbendir. Bu, Jung'un kendini gerçekleştirme yolundaki son duraktır.⁴⁹

Hümanistik felsefeye gelindiğinde ise daha çok bireyin kişilik, benlik gibi kavramlar konusunda bilinçlenmesi ve davranış değiştirmesi üzerinde durulmaktadır.

Sullivan, kişiliği sosyal ilişkiler içerisinde ele aldığı için benliği de bu bağlamda değerlendirmektedir. İnsanın incelenmesi yerine ilişkilerin incelenmesi gerektiğine vurgu yapar. Kişilik bir ya da birden fazla kişi ile kurulan ilişkiler çerçevesinde oluşmaktadır. Sullivan “yansıtılmalı değerlendirme” (reflected appraisal) kavramı⁵⁰ ile benlik gelişiminde özellikle ilk çocukluk yıllarında çocuğun anne ile olan ilişkilerinin daha sonraki yıllarda ise bireyin diğer insanlarla ilişkilerinin önemini vurgular. Sullivan'a göre çocuğun sağlıklı benlik gelişimi annenin ilgi ve iyi niyetine bağlıdır. Benlik kavramı, kabul edilme ve

⁴⁵ Heinz Hartmann, **Ego Psychology and The Problem of Adaptation**, translated, David Rapaport, International Universities Press, New York, 1961, pp.7-8.

⁴⁶ Geçtan, a.g.e., ss. 77-78.

⁴⁷ Bkz. Hasan Tan, “Akademik Psikolojide Ego veya Benlik (self) Kavramı”, **Hacettepe Sosyal ve Beşeri İlimler Dergisi**, C.III, S.1; Ankara,1970, s. 3.

⁴⁸ Bkz. Hartmann, a.g.e., pp.52-53

⁴⁹ Carl G. Jung, **The Archetypes and The Collective Unconscious**, Princeton University Press, New York, 1969, pp.165, 303- 304.

⁵⁰ Bkz.Yansıtılmalı değerlendirme (Reflected Appraisal): Kişinin kendine ilişkin değerlendirmesinin, başkalarının onu nasıl değerlendirdiklerine ilişkin algısına dayalı olarak şekillenmesi. Bkz. Budak, a.g.e., s.825.

reddedilme davranışları çerçevesinde ödül ve ceza yöntemiyle oluşmaktadır. Ödül getiren , hoş karşılaşılan ilişkiler sonucu “iyi ben”, hoş karşılanmayan durumlar sonucu “kötü ben” oluşur. Çocuk annesinin değerlerini benimseyerek ortaya çıkacak olan anksiyeteden kaçınmış olur.

Sullivan’ın benlik tanımı, kuramında önemli kavramlardan biri olan “anksiyete” kavramıyla da bağlantılıdır. Anksiyete sonucu gelişen dinamizme, “benlik” ya da “benlik sistemi” adı verilir. Yaşamın başlangıcında anksiyete anneden çocuğa geçer. Daha sonraki yıllarda ise, bireyin güvenliği tehlikeye girdiği zaman ortaya çıkan duygudur. Ona göre benlik, değerlendirmeler sonucu oluşur. Başkalarının kişi hakkında söylediklerinin, tepkiye dönüştürülmüş halidir. Kendini iyi görme konusundaki yüksek kaygıyla ilgilidir.⁵¹

Allport, kişilik kuramını geliştirirken benliğin önemini vurgulayan kuramcılardan biridir. Ancak benlik (self), kavramını kullanmamış, onun yerine benlik kavramına alternatif olarak getirdiği “proprium”⁵² kavramını kullanmıştır. Bu terim Ona göre, kişiliğin bebeklikten başlayarak giderek örgütlenen, kişilik sisteminin çekirdeğini oluşturan, bilen, duyan aynı zamanda sürekli gelişme içinde olan dinamik bir yapıdır. Allport’a göre benlik kavramı, bireyin kendini oluşturma gücü, bireyin kendisine özgü olan, “işte bu benim” dediği yönüdür.⁵³

Rogers’ın kişilik teorisindeki en önemli kavram, benliktir. Benlik, “ben’i” karakterize eden düşüncelerin, algıların ve değerlerin tümüdür.⁵⁴ Ayrıca benlik kişinin “ben” ve “benim” olarak iafe ettiklerinin farkındalığını da içerir. Rogers’e göre, birey her yaşantıyı benlik kavramıyla ilişki içerisinde değerlendirir. İnsanlar benlik imgeleriyle tutarlı şekilde davranmak isterler. Tutarlı olmayan yaşantı ve hisler, bireyi rahatsız edicidir. Birey benlik imgesiyle tutarsız olduğu zaman ne kadar çok yaşantı alanını inkar etmek zorunda kalırsa, benlik ve gerçeklik arasındaki uçurum o kadar büyük olacak dolayısıyla anksiyete potansiyeli de bir o kadar artacaktır. Ona göre, bireyin kendisi ile ilgili düşüncelerini etkileyen iki faktör vardır. Bunlardan biri, bireyin kendisine bakış açısı; diğeri ise çevresidir. Benlik imajı, olumlu ve olumsuz çevre ile oluşmaktadır.⁵⁵

⁵¹ Harry Stack Sullivan, **Conception of Modern Psychiatry**, W. W. Norton & Company, 1953, pp.20-23.

⁵² Bkz.Proprium: Latince bir kelime olup benlik, hissettiğim, bildiğim ben anlamlarına gelmektedir. Belgin Ayvaşık- Adnan Erkuş- v.d., **Psikoloji Terimleri Sözlüğü**, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara, 2000, s. 144.

⁵³ Gordon W. Allport, **Personality and Social Encounter**, Beacon Press, Boston, U.S.A., 1960, pp.51-52.

⁵⁴ Carl Rogers, **On Becoming a Person: A Trapist’s View of Psychotherapy**, Houghton Mifflin Company, Boston, 1961, pp.256-258.

⁵⁵ Carl Rogers, **Cilient –Centered Therapy: It’s Current Practise Implications and Theory**, Houghton Mifflin Company, U.S.A., 1951, pp.136-137.

Sosyal psikolojik yaklaşımlara göre ise, bireyin kendisine bakış açısı, daha çok çevresinin etkisi ile oluşmaktadır. Baumeister'e göre, sosyal roller ve kültürel beklentilerin hepsi benliğin şekillenmesinde rol oynamaktadır.⁵⁶

1.2. BENLİK SAYGISI

1.2.1. Benlik Saygısının Tanımı

Bireyin benlik sisteminin temel unsurları, kendinden hoşlanma ve temel yeterliliği hakkındaki inançları içermektedir.⁵⁷ Psikolojik sağlıkla yakından ilişkisi olan benlik saygısı, bireyin sahip olduğu yetenek ve kapasiteleri kabullenmesi ve kendine değer vermesine yönelik bir değerlendirmeyi içermektedir.⁵⁸ Kişinin kendisini benimseyip değer vermesi, güven ve saygı duyması anlamlarına gelen benlik saygısı bir anlamda, sıcak ve samimi bir tutum içerisinde olmak ve kişinin karşısındakine değer vermesi anlamına gelen saygının, kişinin kendisine yönelmesi anlamına gelmektedir.

Psikoloji ve psikiyatri literatüründe benlik saygısı, farklı terimlerle ifade edilmektedir. Daha çok “self-esteem” kavramı ile ifade edilen benlik saygısı, ayrıca “self-respect”, “self-regard” “self-confidence” kavramlarıyla da ifade edilmektedir.⁵⁹ Tüm bu terimlerin Türkçe'deki karşılığı, benlik saygısı, öz saygı, kendilik saygısı, öz değerlilik duygusu olarak ifade edilmektedir. Kendini önemli görme, kendini kabul gibi kavramlarla betimlenen ya da bu kavramları içeren bir üst kavram olarak düşünülebilir. Benlik saygısı, öz güven, benliği kabul, değerlilik duygularının toplamını oluşturmaktadır. Ayrıca, benlik saygısı, izzet-i nefis, şeref, haysiyet duygusu anlamlarına da gelmektedir. Bu kavramlar, temel olarak öz, kendilik, benlik anlamlarına gelen “self’e” yönelik kavramlar olmaktadır.

Benlik saygısı (self-esteem) en genel anlamıyla, bireyin kendini değerlendirmesi sonucu, ulaştığı olumlu ya da olumsuz duygu durumudur.⁶⁰ Olumlu ya da olumsuz olabilmekte ve koşullara, duruma ve gelişmelere göre değişmektedir. Statik bir yapıda olmayıp, benlik sisteminin diğer unsurları gibi, dinamik bir yapıya sahiptir. Bireyin kendini

⁵⁶ R.F. Baumeister, “Self and Identity: An Introduction”, (in) **Advanced Social Psychology**, (ed.) A. Tesser, McGraw-Hill, Boston, 1995, pp.51-97.

⁵⁷ Rhodewalt - Petersan, a.g.e., s.61.

⁵⁸ Matthew McKay-Patrick Fanning, **Self-Esteem**, New Harbinger Publications, U.S.A., 2000, pp.1-2.

⁵⁹ Bkz. Emler, a.g.e., p.61.

⁶⁰ Budak, a.g.e., s.585; Erhan Arda- Necla Kılıç Gedik-v.d., **Sosyal Bilimler El Sözlüğü**, Alfa Yayınları, İstanbul, 2003, s.75.

düzenleme (self-regulation) sürecinin bir sonucu olarak gelişen oluşumdur ve benlik sisteminde önemli bir denetleme görevine sahiptir.⁶¹

Kişinin yeti ve güçlerinin iyi bir değerlendirmesine dayanan, sahip olduğu yetenek ve kapasiteleri olumlu görmesi ile yaşanan daha çok olumlu bir benlik algısını içeren benlik saygısı, kendini yargılama ve değerlendirme sonucu ortaya çıkan bir histir. Yani bireyin kendisini, bir nesne olarak ele alıp, onu değerlendirmesi sonucu kendisi hakkında ulaştığı bir duygu durumudur.⁶² Kendisini gururlu değerli, gayretli, etkin ve başarılı hissetmesidir. Kişinin kendini değerlendirmesiyle ulaştığı, bir beğenme duygusudur.⁶³

Bu doğrultuda benlik saygısının oluşumunda, benlik kavramının (self-concept), beğenilip benimsenmesi durumu etkili olmaktadır. Benlik saygısı esas itibarıyla benlik kavramının bir parçasıdır. Benlik kavramı, bireyin sahip olduğu özellikleri (bedensel özellikler, zeka, yetenek ve kabiliyetler v.b.) hakkında bir farkındalığı içerirken; benlik saygısı ise, bireyin sahip oldukları ve algıladıklarıyla ilgili duygu ve düşünceleri yani bu durumdan hoşnut olup olmamayı içermektedir.

Kişinin kendisini beğenmesi ve kendi benliğine saygı duyması için üstün niteliklere sahip olması gerekmez. Çünkü benlik saygısı, bireyin kendisini olduğundan aşağı ya da üstün görmeden kendisinden memnun olması durumudur. Kendini değerli, olumlu, beğenilmeye ve sevmeye değer bulmaktır. Bu yönüyle benlik saygısı, kendini olduğu gibi kabullenmeyi, kendine güvenmeyi sağlayan olumlu bir ruh halidir.

Kendini değerlendirme daha çok bilişsel yollarla yapılmasına karşın, bu değerlendirmede daha çok duyuşsal ve coşkusal süreçlerin etkili olduğu kabul edilmektedir.⁶⁴ Dolayısıyla benlik saygısı, benliğin duygusal boyutunu oluşturmaktadır.

Kişinin kendisini değerlendirme biçimi, her zaman açık ve net olmayabilir. Kişi herhangi bir konuda kendisiyle ilgili açık ve net bir değerlendirmeye sahip iken, başka bir konuda kendisi ile ilgili bu kadar açık ve kesin bir değerlendirmeye sahip olmayabilir.⁶⁵ Bu

⁶¹ Rhodewalt - Petersan, a.g.e.,s.61.

⁶² Naime Doğru- Reşat Peker, “Öz Saygı Geliştirme Programının Lise Dokuzuncu Sınıf Öğrencilerinin Öz Saygı Düzeylerine Etkisi”, **Uludağ Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2004, C. 17, S.2, ss.31-328.

⁶³ W. Damon- D. Hart, “The Development of Self Understanding From Infancy Trough Adolescent” **Child Development**, 1982, ss.841-864.

⁶⁴ D.E., Hameçek, “Ergen Benliğinin Psikolojisi ve Gelişimi”, **Ergenliği Anlamak** (içinde), Ed. F. Adams, Yay. Haz. Bekir Onur, çev. Ö.H. Ersever, İmge Kitabevi, Ankara, 1995, s. 111-152.

⁶⁵ Betül Aydın, “Benlik Kavramı ve Ben Şemaları”, **M.Ü.A.E.F.D.**, İstanbul, 1996, S.8, s.42.

durumda, kişinin kendisinden veya çevresinden kaynaklanan pek çok faktör etkili olabilmektedir.

Bir kişi kendisini, güzel veya çirkin, uzun veya kısa, çalışkan veya tembel, iyi veya kötü gibi birtakım özelliklerle tanımlayabilir. Kişinin tanımladığı bu özellikler, yaşantılardan elde ettiği genellemelerdir ve normal bir durumdur.⁶⁶ Burada dikkat edilmesi gereken asıl konu benlik saygısının, benlik kavramının şişirilmesi ile oluşan sahte benlik saygısı ile karıştırılmamasıdır. Benlik kavramının aşırı abartılmasıyla oluşan bu durum aslında temel güvensizliği kapatmak için geliştirilmiş bir savunma mekanizması olarak değerlendirilebilir.⁶⁷

Günlük konuşmalarda kendine saygı duymak kavramı çok sık kullanılsa da, araştırmacılar bu kavramı tanımlayıp ölçmeye çalışırken, bazı zorluklarla karşılaşmışlardır. Bu zorluklardan biri kişinin kendisiyle ilgili hissettiklerinin bir durumdan diğerine değişiklik göstermesidir. Bazen birey yapması gerektiği şekilde davranmadığında kendisine kızar ya da karşıdaki kişi davranışını beğenirse kendisi hakkında olumlu duygulara kapılır. Ancak duygulardaki bu dalgalanmaları kişinin kendisine duyduğu saygıyla karıştırmamalıdır. Bu dalgalanmalar yani iniş çıkışlar “kendine değer verme” duygularıyla ilgilidir ve çok çabuk değişebilmektedir. Kendine duyulan saygı ise, daha kararlı öz değerlendirmelerle ilgilidir.⁶⁸

Araştırmacılar, bazı insanların kendilerini daha olumlu değerlendirmeye yatkın olduğunu ileri sürerler. Bu bireyler, kötü bir gün geçirseler ya da kendileriyle ilgili hayal kırıklığına uğrasalar bile genel olarak kendilerini severler, kendileri hakkında olumlu duygu ve düşüncelere sahip olurlar. Bu tür insanların benlik saygıları diğerlerine göre daha yüksektir.⁶⁹

Yüksek benlik saygısı kişinin kendisi hakkındaki tutarlı ve güçlü bir şekilde sahip olduğu olumlu özellikleri içermekte, düşük benlik saygısı ise daha çok kendisi hakkında sahip olduğu olumsuz özellikleri içermektedir.⁷⁰

⁶⁶ Yıldız Kuzgun, “Psikolojide İnsancı Yaklaşım”, **Eğitim Bilimleri Dergisi**, C.18, S.1, Ankara, 1985, s. 6

⁶⁷ Yörükoğlu, a.g.e., s.105.

⁶⁸ Jerry M. Burger, **Kişilik**, çev. İ.Deniz Erguvan Sarıoğlu, Kaknüs Yay., İstanbul, 2006, s.487.

⁶⁹ Jerry, a.g.e., s.487.

⁷⁰ D. Jennifer Campbell- Loirence F. Lavellee, “Who Am I? The Role of Self-Concept Confusion in Understanding The Behavior of People with Low Self-Esteem”, (in) **Self-Esteem: The Puzzle of Low Self Regard**, (ed.), R.F. Baumeister, Plenum Press, pp.9-10.

İnsanlar genel olarak kendileri hakkındaki olumsuz değerlendirmelerden acı duyarlar, olumlu değerlendirmelerden ise memnun olurlar. Baumeister ve arkadaşlarına göre, benlik saygısı düşük ve yüksek olanların kensini sunum şekilleri farklı olmaktadır. Benlik saygısı yüksek olanlar, risk alabilme, sahip olduğu özelliklere odaklanabilme ve onları titizlikle kullanabilme kapasitesine sahiptir. Buna karşılık düşük benlik saygısına sahip olan kişiler risk alamama, sahip olduğu kötü özelliklere odaklanma, stratejik planlardan kaçınma ve sahip olduğu potansiyeli kullanma konusunda isteksiz olma gibi özelliklere sahiptirler.⁷¹

1.2.2. Benlik Saygısının Gelişimine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

Benlik saygısı ile ilgili kuramsal yaklaşımlar, kişilik kuramcılarının, psikiyatristlerin ve sosyal bilimcilerin benlik saygısının ilişkili olduğu etkenler hakkındaki görüşleri çerçevesinde oluşmuştur. Bu konu hakkında ileri sürülen fikirler, konuyla ilgili kuramsal bir çatı oluşturmuştur. Bu konuya vurgu yapan ilk psikolog ve sosyologlar arasında William James, George Herbert Mead ve Charles Cooley sayılabilir.

İnsanların benlik algıları çerçevesinde ne oldukları ya da ne olmadıklarına yönelik değerlendirmeleri, William James'ten bu yana, benlik saygısı (self-esteem) kavramıyla ifade edilmektedir.

James'e göre benlik saygısı, isteklerimiz ile başardıklarımız arasındaki orantı ile oluşmaktadır. Buna göre benlik saygısı ne tamamen başarılar, ne de istek ve amaçlar tarafından belirlenmekte kişinin kendisiyle barışıklık derecesi ve başarılarının isteklerine olan oranıyla belirlendiğini ileri sürmüştür.⁷²

Klasik psikanalitik kuramda benlik saygısı, libido teorisi ve özsevi (narsizm) yönünden açıklanmaktadır. Freud'a göre yeni doğan bebeğin tüm libidinal yatırımları kendisinin iyi olduğunu hissettiği denge durumunu korumaya yönelmiştir. Bu narsistik ego libidosunun bir kısmı daha sonra nesne (obje) libidosuna dönüşmekte, ancak libidonun bir kısmı yine narsistik libido olarak korunmaktadır. Bu bağlamda söz konusu narsizmin

⁷¹ R.F., Baumeister- D.M. Tice- D.G. Hutton, "Self Presentational Motivation and Personality Differences in Self-Esteem", **Journal Personality**, 1989, 57, pp. 547-579.

⁷² James, a.g.e., p.310.

iyi entegre edilmesi, çocuktaki “iyi olma” duygusunun benlik saygısı olarak gelişmesinde gerekli bir faktör olmaktadır.⁷³

Psikanalitik kuramda benlik saygısı gelişimi, süperegö gelişimi ile yakından ilgilidir. Süperegö geliştikçe, benlik saygısını içinden düzenleme görevini üzerine alır. Artık kendisinden hoşnut olmanın tek yolu, başkaları tarafından sevilmiş olmak değil; doğru olanı yapmış olma duygusu da gereklidir. Süper ego tarafından cezalandırılma son derece acı verici bir benlik saygısı azalmasına sebep olur. Ego, süperegoya karşı suçluluk duyduğunda benlik saygısı düşmektedir.⁷⁴

Daha sonra gelen kuramcılar, benlik saygısı ile ilgili değişik görüşler ortaya atmışlardır.

Alfred Adler’e göre benlik saygısı, aşağılık duygusundan üstünlük duygusuna geçişi temsil eder. İnsan, fiziksel ve ruhsal eksikliklerini, bunu izleyen yetersizlik duygusunu psikolojik olarak gidermeye çalışır. Benlik saygısı, kişiyi özellikle çocukluk döneminde hissedilen birtakım eksiklik duygularından kurtarmaktadır. Adler’e göre, çocuğun aile içindeki durumu ve doğum sırası da benlik saygısı üzerinde etkilidir.⁷⁵

Otto Rank; benlik saygısının çocuğun büyüme sürecindeki birleşme-ayrılma, benzerlik-farklılık kutuplaşmalarıyla ilişkili olduğu görüşündedir. Birey başka kişilerle birlikte iken onlara benzediğini fark eder. Bu birliktelikte diğer kişide kendi yansımasını görmesi ile benlik saygısının ortaya çıktığını savunur.⁷⁶

Sullivan’a göre benlik saygısı, kişiler arası ilişkilere göre belirlenmektedir. Birey, yaşamının ilk dönemlerinden itibaren başlangıçta aile üyeleri arasında daha sonra da diğer insanlarla olan ilişkilerinde küçük düşürülmekten ve güçsüz olmaktan kurtulma yoluna gitmektedir. Bu durum benlik saygısının oluşumunu sağlamaktadır. Birey benlik sistemleri içinde (self system), kaygıdan kaçınabilmek için ya da etkisini azaltmak için kendini koruyucu bazı uyum süreçleri oluşturarak iyi ben ve kötü ben kavramlarını oluşturur.

⁷³ Sigmund Freud, **On Metapsychology: The Theory of Psychoanalyses**, translated James Strachey, Penguin Books, England, 1991, pp.93-95.

⁷⁴ Freud, a.g.e., pp.374-375.

⁷⁵ Alfred Adler, **Kusursuzluk Çabası Yetersizlik Duygusu**, Haz. Ahmet Aydoğan, İz Yayıncılık, İstanbul, 2005, s.21.

⁷⁶ M.F. Weiner, “Other Psychodynamic Schools”, (in) **Comprehensive Textbook of Psychiatry**, Ed. H.I. Kaplan- B.J. Sadock, Baltimore Imprint, William & Wilkins, 1985, pp.451-458.

Yasaklanan davranış biçimleri “kötü ben’i” oluştururken, desteklenen davranış biçimleri “iyi ben’i” oluşturmaktadır.⁷⁷

Ego analistçilerinin başında gelen Erik Erikson, benlik saygısının kökenini, gelişim dönemlerinden birini oluşturan “temel güvene karşı güvensizlik” duygularıyla ilişkilendirir. Bu dönemde çocuğun kazandığı içsel aynılık ve süreklilik duygusu benlik saygısının oluşumunda etkili olmaktadır. Daha sonraki dönemlerde de bireyin, kendi üzerinde kontrol kurduğunun fark edilmesi benlik saygısının artmasında etkili olmaktadır. Daha erken dönemlerde benlik saygısının ortaya çıkmasını sağlayan içsel aynılık ve süreklilik duygusu ergenlik döneminde yerini başkaları tarafından yapılan değerlendirmelerin aynılık ve sürekliliği ile uyuşması sonucunda benlik kimliği (ego identitii) duygusunun gelişimine bırakmaktadır.⁷⁸

Carl Rogers kişilik kuramında benlik ile ideal benliğin uyumundan söz eder. Bireyin nasıl bir insan olmak istediği yolundaki düşünceleri ideal benliği oluşturmaktadır. Gerçek benlik ideal benliğe ne kadar yakınsa birey o kadar kendini gerçekleştirmiş ve mutlu olur.⁷⁹ Bu iki benlik arasındaki ilişki bireyin kişiliğinin oluşmasında rol oynamaktadır. Ona göre kişiler önce kendilerini gerçek benliklerine, daha sonra da olmak istedikleri ideal benliklerine göre değerlendirmektedir. Bu ikisi arasındaki ilişki ideal benlik farklılığını göstermektedir ki, farklılık büyük ise düşük benlik saygısı ortaya çıkmaktadır.⁸⁰

Nesne ilişkileri kuramcıları, benliğin kişiler arası tabiatına vurgu yaparak, benliğin ilk çocukluk döneminde çocuk için birinci derecede önemli olan kişilerle duygusal etkileşimi sonucunda geliştiğini ileri sürmektedirler. Buna göre, bebeklik döneminde “iyi ilişkilerin” içselleştirilmesinin “iyi ben “ ve “iyi anne” organizasyonunu oluşturarak benlik saygısına olumlu etkilerinin olacağını ifade etmektedirler.⁸¹

Kendilik psikoloji kuramı da, benlik saygısını, self’in bir özelliği olarak ele almıştır. Benlik saygısının gelişimini bebeklik döneminde annenin çocukla uygun bir yansıtıcı (mirroring) ilişki içinde olmasına bağlamaktadır. Annenin çocuğun narsistik

⁷⁷ Sullivan, a.g.e., pp.142-143.

⁷⁸ E.H. Erikson, **İnsanın Sekiz Çağı**, çev. Bedirhan T. Üstün, Vedat Şar, Sevinç Matbaası, Ankara,1984, ss.1-30.

⁷⁹ Rogers, **Cilient- Centered Therapy**, pp.141-142.

⁸⁰ Atkinson, et al., a.g.e., pp.523-534.

⁸¹ Pervin A. Lawrence, **The Science of Personality**, Copyright John Wiley & Sons, U.S.A., 1996, pp.243-244.

eğilimli ilişkilerine kabul edici bir tarzda karşılık vermesi benlik saygısının gelişimine ve gerçekçi yönde kanalizetmesini sağlar.⁸²

Horney de, benlik gelişiminin bir süreç olduğunu ileri sürerek özseverliğin, diğer insanların bireyi değerli görmesi ile oluşan benlik şişmesi olduğunu ileri sürmüştür. Ayrıca, kişinin kendisini değerlendirme sürecinde, ideal benliğin kişinin kapasitesi ve yeteneklerine uygun olarak belirlenmesi gerektiğini, aksi takdirde anksiyetenin ortaya çıkacağını belirtmiştir.⁸³

Bazı yazarlar, benlik saygısının insanın temel bir ihtiyacı olduğunu ve gelişimin tüm sahalarında bireyin hayatını etkileyen en önemli değişkenlerden biri olduğunu ileri sürmektedirler. Örneğin; Battle, benlik saygısının kişinin başarı örüntüleri, becerileri, diğer insanlarla olan ilişkileri ve ruh sağlığı gibi faktörlerden etkilendiğini belirtmektedir.⁸⁴

Benlik saygısı ile ilgilenen araştırmacılar daha çok bu kavramın öz (self), benlik imgeleri (self-image) ve kişinin kendini değerlendirmesiyle ilgili yönleri üzerinde durmuşlardır. Eisnitz, benlik saygısının benlik imgelerinin baskın olan iyi yönlerinden kaynaklandığını söyler. Bu, kişinin kendisine bakış tarzı ve bakmayı istediği şekil açısından değerlendirildiğinde benlik saygısı öz ve kimlik oluşumunun temelini oluşturmaktadır. Eisnitz, ayrıca benlik saygısının oluşumu için dış objelere gereksinim duyulacağını belirtmektedir.⁸⁵

Arieti'ye göre benlik saygısı, benlik imgesinin bir parçasıdır. O, kendilik imgesinin; beden imgesi, öz kimlik (self-identity) duygusu ve benlik saygısı olmak üzere üç kısımdan oluştuğunu ileri sürmektedir.⁸⁶

Hauser'e göre benlik saygısı, kişinin kendi değerinin, kendi düşünce ve duygularına verdiği önemin değerlendirilmesidir. Bu değerlendirme sonucu oluşan benlik saygısı,

⁸² H. Kohut, **The Analysis Of the Self**, International University Press, New York, 1971, s.185-200.

⁸³ Karen Horney, **Çağımızın Tedirgin İnsanı**, çev. Ayda Yörük, Tur Yayınları, İstanbul, 1980, ss.161-183.

⁸⁴ J. Battle,- L. Jarratt -S. Smit, - D. Precht, Relations Among Self Esteem, Depression and Anxiety of Children, **Psychological Reports**,1988, 62, pp.999-1005.

⁸⁵ Bkz.Fusun Çuhadaroğlu, Adolesanlarda Benlik Saygısı, Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fak. Psikiyatri bölümü (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi), Ankara, 1986, ss.8-9.

⁸⁶ S. Arieti, "The Cognitive- Volitional School", **American Handbook of Psychiatry** (in), Ed. S. Arieti, Basic Books, 1975, ss. 877-903.

kendilik imgesinin entegrasyonu ve kendilik imgesinin sürekliliği gibi kendilik fenomenini oluşturan unsurlardan biridir.⁸⁷

Bu tanımlardan anlaşılacağı gibi, benlik saygısı; kişinin kendini kabullenmesi ve değerlendirmesi yani kendini değerli ya da değersiz olarak nitelendirmesi ile oluşmaktadır.

Brissett, kişinin kendisi ile ilgili değerlendirmelerinin benlik saygısı ile ilişkisini iki yönden ele almaktadır. Ona göre, benlik saygısı, kendini değerlendirme (self-evaluation) ve öz değerden (self-worth) oluşmaktadır. Kendini değerlendirme, kişinin sosyal yönünü göz önünde bulundurarak yaptığı bilinçli bir çabayı içerirken; öz değer ise, kişinin sahip olduğu sosyal yönü dikkate almadan kendini olduğu gibi kabullenmenin verdiği bir duygu durumudur. Bu bağlamda kendini değerlendirme, benlik saygısının içsel yönünü, öz değer ise, dışsal yönünü oluşturmaktadır.⁸⁸

Rosenberg, benlik saygısının değerler sisteminden oluştuğunu söylemektedir. Ona göre, benlik saygısında sosyal kimlik ve buna bağlı olarak verilmiş veya kazanılmış statü, etnik grup, aile ve çevre faktörleri önemli bir yer tutmaktadır. Bu çerçevede kendini değerlendiren kişi, benliğine olumlu ya da olumsuz atıflarda bulunur. Olumlu bir tutum içindeyse benlik saygısı yüksek; olumsuz bir tutum içindeyse benlik saygısı düşük olmaktadır. Benlik değeri sisteminde bir hiyerarşi söz konusudur. Bu hiyerarşide merkezde kişinin, üstün olduğuna inandığı özellikleri vardır. Diğerleri ise, benliğin daha az önem verilen yönüdür. Kişiler, sosyal statüsü, çevresinin kendisini kabul etme derecesi ve saygı duyması, başarıları v.b. yönlerine göre, üstün oldukları alanlara yönelerek benlik saygılarını yükseltmektedirler.⁸⁹

Coopersmith de, Rosenberg gibi benlik saygısında kişinin kendisini nasıl değerlendirdiğinin önemine vurgu yapmıştır. Buna bağlı olarak kişi kendisini değerli olarak görüp olumlu özellikler atfettiğinde “gerçek” benlik saygısı; değersiz olarak görüp ama bunu kabullenmeyen kişilerde ise “savunucu” benlik saygısından söz etmektedir. Bu değerlendirmeler yani kişinin kendisini değerli ya da değersiz olarak görmesi onun yaşam kalitesini belirlemektedir.⁹⁰

⁸⁷ S.T. Hauser, “The Content and Structure of Adolescent Self Images”, **Archives of General Psychiatry**, Vol.33, 1976, pp.27-32.

⁸⁸ D. Brissett, “Toward a Clarification of Self-Esteem”, **Psychiatry**, Vol.35, 1972, pp. 255-263.

⁸⁹ M. Rosenberg, **Society And The Adolerscent Self İmage**, Princeton Universty, Press, Princeton, 1965, pp.30-31

⁹⁰ S. Coopersmith, **The Antecedents of Self-Esteem**, San Fransisco, W.H. Freeman and Company. 1974.

Yörükoğlu'na göre benlik saygısı; “kişinin kendisini değerlendirmesi sonucu ulaştığı benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni durumunu ifade etmektedir.”⁹¹

Çuhadaroğlu'na göre benlik saygısı ise; kişinin kendisini tanıması ve gerçekçi olarak değerlendirmesi ile kendi yetenek ve güçlerini olduğu gibi kabul edip benimsemesi sonucu oluşan kendisine karşı duyduğu sevgi, saygı, güven ve beğeni duygularını içermektedir. Ona göre hem bir değer hem de bir duygu durumu olan benlik saygısı gerçek ve ideal kendilik imgeleri arasında iniş çıkışlar gösteren bir yapıya sahiptir.⁹² Ayrıca, benlik saygısı kırılgan bir yapıya sahiptir. Benlik saygısının kırılgan bir yapıya sahip olması onun, içsel ve dışsal şartlara bağlı olmasıyla ilgili bir durumdur. Benlik saygısı, ya anne baba sevgisi, akademik performans, başarı v.b. gibi başkaları tarafından empoze edilir ya da kişinin bir değer olarak bunlara sahip olması şeklinde oluşur. Bu durumda benlik saygısı içsel güçlerden kaynaklanmaktadır.⁹³

Benlik saygısı hakkındaki geleneksel kavrasallaştırmalar daha çok benlik saygısının kişinin içsel bir değerlendirmesine dayanması üzerinde durmuşlar, sosyo-psikolojik yaklaşımlar⁹⁴ ise, bunun daha da ötesine geçerek benlik saygısı gelişiminde diğer insanların değerlendirmelerini esas almışlardır.

Bu bağlamda yine benlik saygısı hakkındaki pek çok kavramsallaştırma benlik saygısının ne işe yaradığından çok, ne olduğu ve niçin önemli olduğu ve insanların sahip olduğu benlik saygısı ihtiyacı üzerinde durmuşlardır. Fakat insanların niçin kendilerini iyi hissetmek istediği üzerinde gerektiği gibi durulmamıştır. Psiko-sosyal yaklaşımlara göre insanlar, salt olarak benlik saygısı ihtiyacı içinde değildirler. Benlik saygısı arayışı içindedirler. Bu düşünceye göre insanlar, diğer insanların değerlendirmelerine göre davranışlarını oluşturmaya ve düzenlemeye çalışırlar.⁹⁵

Sonuç olarak, benlik saygısı, benlik değerinden daha kompleks bir yapıya sahiptir. Benlik sisteminin akışı ve öz düzenleme (self-regulation)⁹⁶ ihtiyacı hakkında bilgi vermekte, bu yönüyle benlik sisteminin merkezini oluşturmaktadır.

⁹¹ Yörükoğlu, a.g.e., s.105.

⁹² Çuhadaroğlu, a.g.t.,ss.10-11.

⁹³ Rhodewalt & Peterson, a.g.e., s.52.

⁹⁴ Mark R. Leary- R.F. Baumeister, “The Nature and Function of Self-Esteem: Sociometer Theory”, (in) M.P. Zanna (ed.), **Advances in Experimental Social Psychology**, Academic Press Sandiego, 2000, vol., 32, pp.2-62.

⁹⁵ Mark R. Leary, “The Sociometer, Self-Esteem and Regulation of Interpersonal Behavior”, (in) **Handbook of Self Regulation: Research, Theory and Applications**, (ed.) Roy F. Baumeister- Kathleen D. Vohs, The Guilford Press, New York, 2004, pp.376.

⁹⁶ Öz düzenleme (self-regulation): Bireyin, istenen ve istenmeyen davranışları oluşturan şartları gözlemlemesi buna bağlı olarak arzulanan davranışları yapma, istenmeyen davranışlardan kaçınma sürecini içeren bilişsel olarak kendi davranışlarını pekiştirme ve cezalandırma sürecidir. Bkz. Budak, a.g.e., s.577.

1.2.3. Benlik Saygısının Önemi

Benlik saygısı psikolojide çok vurgulanan bir kavramdır. Bu kavram, kişilik psikolojisi ve gelişim psikolojisinin temelini oluşturmakla birlikte, sosyal psikolojide de önemli bir yere sahiptir. Kişilik gelişimini açıklayan psikolojik kuramlar, bağımsızlığın, özerkliğin, başarının, kendine yeterliğin, kendini geliştirmenin, kendine saygının, kendine güvenin, bireysel kimlik esaslarının üzerinde durmaktadır. Sağlıklı bir ruhsal gelişim için benlik saygısı gelişiminin önemi vurgulanmaktadır.⁹⁷

İnsan kendisini diğer canlılardan farklı kılacak yetenek ve kabiliyete sahip bir varlıktır. Bu yeteneği sayesinde, sahip olduğu özelliklerin farkına varabilir ve kendini tanıma yönünde tutum ve davranışlarda bulunabilir.

Kendini tanımak, ruhsal ve sosyal süreçlerin tanınmasıyla mümkündür. Bunun yolu, bireyin sahip olduğu bireysel özelliklerin farkında olmasından geçer. Duygu, düşünce, tutum ve davranışlarını çözümleyebilen kişi, gerçek gücünü, yeteneklerini ve potansiyellerini keşfeder. Her insanda gizli kalmış, henüz ortaya çıkmamış yetenekler vardır. Kendini tanıyan kişi, bulunduğu durumla bulunmak istediği durum arasında bir değerlendirme yaparak, ulaşılması olanaksız düşlerin peşinden koşup kendisini bunalıma sokmaz. Çünkü insan, diğer varlıklara göre farklıdır. O, aklıyla her şeyden üstündür. Kendisinin, diğer insanların, yaşadığı tecrübelerin bilincinde olup, davranışlarına yön verebilir.⁹⁸ Bu farkındalık, benlik saygısının gelişimi yönünde kişiye yardımcı olmaktadır. Kendini tanıyan kişi, benlik tasarımını da ona uygun biçimde geliştirir ve kendisine değer verir.

İnsanın kendine değer vermesi, kendisini olduğu gibi kabullenmesi sonucu gelişen bir tutumdur. Kendini kabul, insanın gerçeklerle yüzleşmesine yardımcı olur. Kişinin eksik olan bir yönünü görüp onunla yüzleşmesi, eğer beraberinde kabullenme tutumunu getiriyorsa benlik değerini arttırıcı bir unsur olabilir. Çünkü insanın kendisine karşı hoşgörülü olması yani birtakım eksikliklerinin olabileceğini kabul etmesi, diğer insanların kusurlu yanlarını daha kolay kabul etmesini de sağlayacaktır. Bu süreç bilinçli bir çabayı gerektirmekle beraber, bazen çözüm kendiliğinden ortaya çıkabilmektedir. Birey bu

⁹⁷ Çiğdem Kağıtçıbaşı, “Özerk-İlişkisel Benlik: Yeni Bir Sentez”, **Türk Psikoloji Dergisi**, 1996, 11 (37), ss.36-43.

⁹⁸ Özcan Köknel, **Kaygıdan Mutluluğa Kişilik**, 8. Baskı, Altın Kitaplar Yayınevi, 1985, s.7; Erich Fromm, **Sevme Sanatı**, Çev. Yurdanur Salman, 10. Baskı, Payel Yay., İstanbul, 1995, s.16.

süreçte, bir yandan başkalarına bir şeyler verebilmenin gururunu yaşarken diğer yandan da benlik değerindeki yükselmenin mutluluğunu yaşayacaktır.⁹⁹

Benlik saygısının gelişiminde kişinin kendisine öncelik vermesi, kendisini sevmesi önmeli bir yere sahiptir. Ancak bu tür bir sevgiyi, kişinin kendisini beğenmesi ve büyük görmesi anlamına gelen ve ben-merkezci bir tutum olan narsistik “kendini sevmeye”¹⁰⁰ ile karıştırmamak gerekir. Benlik saygısını oluşturan “kendini sevmeye”de bir değer söz konusudur.¹⁰¹ Kişinin kendini sevmeye boyutu, bireyin kendisini öznel olarak değerlendirmesini, bir varlık olarak değerli görmesi ve onaylamasını ifade etmektedir.

Ayrıca her insanda başkaları tarafından takdir edilme, değer verilme isteği vardır. Kişi takdir edilmediğini hissettiği zaman benlik saygısı düzeyinde azalma meydana gelir. Benlik saygısı bu anlamda, kişinin hayatında onu yeni başarı arayışlarına yöneltten motive edici bir güce sahiptir.¹⁰² Buna karşılık, kişi için başkaları tarafından değer verildiğini hissetmek uyumlu bir yaşam için vazgeçilmez bir unsurdur.

Burada göz önünde bulundurulması gereken husus, benlik saygısının dışa ya da içe bağlı olup olmamasıdır. Eğer kendimizi sevmenin ve saygı duymanın ön koşulu başkalarının bizi sevmesi ve sayması ise, bu durumda benlik saygımız dışa bağımlı demektir. Dış kaynaklara dayanan benlik saygısı ise, geçici olabilir. Değerlilik duygumuzu sağlayan dış kaynaklar kaybolduğunda veya değiştiğinde buna bağlı olarak benlik değerimizde de azalma veya kendini değersiz hissetme gibi bir durum ortaya çıkabilir.¹⁰³

Sonuç olarak benlik saygısının önemi, kişiye “kendini sevmeye” boyutu ile kendisini tanıma, “öz-yeterlik” boyutu ile ne yapabileceğinin farkına varma imkan vermesinden kaynaklanmaktadır. Öz-yeterlik sosyal değerlerin dolaylı bir kaynağı iken, kendini sevmeye de kişisel başarıların kaynağını oluşturmaktadır.¹⁰⁴

1.2.4. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

Benlik, birtakım yaşantılar sonucu gelişen bir oluşumdur. Doğduğumuz andan itibaren karşılaştığımız olaylar ve çevremizdeki insanlarla kurduğumuz ilişkiler sonucu

⁹⁹ Geçtan, **İnsan Olmak**, ss.82-83.

¹⁰⁰ Budak, a.g.e., s.528

¹⁰¹ Bedia Akarsu, **Kişi Kavramı ve İnsan Olma Sorunu**, İnkılap Yay., İstanbul,1998, s.73.

¹⁰² Emler, a.g.e.,s.8-9

¹⁰³ C. Güleç, **İnsana Yolculuk**, HYB Yayıncılık, Ankara, 2002, ss.13-14.

¹⁰⁴ Tayfun Doğan- Ali Eryılmaz, “İki Boyutlu Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 33(1), 2013, s.108.

şekillenir. Çocukken benlik gelişimi, kişinin fiziksel sınırlılıklarını fark etmesiyle başlar, psiko-sosyal uyumun karmaşık örüntüsü içinde gelişir. Benliğin gelişiminde kişinin diğer insanlarla kurmuş olduğu ilişkilerin büyük önemi vardır. Önem verdiği kişilerin kendisi hakkındaki olumlu ya da olumsuz düşünceleri benliğin şekillenmesinde etkili olmaktadır. Her yaşantı kişinin benliğine olumlu ya da olumsuz bir şeyler katmaktadır.¹⁰⁵ Bu yaşantılar sonucunda insan, “ben” diyebilen, başkalarından ayrı bir bütün olarak kendisinin farkında olabilen bir varlık haline gelir.

Kişinin kendisi ile ilgili değerlendirmelere dayanan benlik saygısı da bebeklik döneminde gelişmeye başlamaktadır. Çocuğun çevresiyle etkileşimine bağlı olarak, önce anne baba, diğer aile bireyleri ve daha sonra da arkadaş ve öğretmenlerin davranışlarına göre şekillenmektedir.¹⁰⁶ Benlik saygısının olumlu gelişmesi için çocuğun olumlu davranışlarının ödüllendirilmesi, kabul görmesi gerekmektedir. Çünkü benlik saygısı gelişimi çocuğun gelişiminde çok önemli bir süreçtir. Bu süreçte çocuk kendisi hakkında bazı inançlar ve tutumlara sahip olur. Kendisi hakkında sahip olduğu bu kanılar daha sonraki yaşam dönemlerinde kendisi ile ilgili kararlar almasında etkili olmaktadır.

Anne babadan birinin ölümü, boşanma veya ayrı yaşama gibi durumlar çocukların olumsuz benlik kavramı geliştirmelerine sebep olmaktadır. Ayrıca, sosyo-ekonomik ve sosyo-kültürel düzey, anne babanın çocuklarıyla ilgilenme düzeyi, akademik başarı, ailedeki kardeş sayısı, doğum sırası, anne babanın mesleği, sosyal statüsü, psikolojik bir rahatsızlığın olup olmaması, cinsiyet türü ve etnik kimlik değişkenleri benlik ve benlik saygısı gelişimini etkileyen önemli faktörlerdendir.¹⁰⁷

Bireyin kişiliğinin temelleri, aile içinde atılmaktadır. Bir insanın ilişkileri ilk olarak anne babasıyla başlamaktadır. Bireyin anne babasıyla kurduğu ilişkinin izleri onun dünyayı ve olayları algılama biçimini etkilemektedir.¹⁰⁸ Çocuğun benlik kavramı, kendisi için önemli olan büyüklerin ona gösterdiği tutumların, bir yansıması olduğu için eğer çocuk, ailesinden koruma, ilgi, şefkat görürse ve aile içinde yaşadığı tecrübeler olumlu ise, pozitif bir benlik algısı gelişmekte ve dolayısıyla benlik saygısı da yüksek olmaktadır. Ancak çocuk, böyle bir aile ortamından yoksun olarak büyürse kendisi ile ilgili düşünceleri de

¹⁰⁵ Geçtan, a.g.e., s.44.

¹⁰⁶ L. Hechtman, G. Weiss, T. Perlman, Hypractives as Young Adults: Self-esteem and Social Skills. **Can J. Psychiatry**, 1980, 25, pp. 478-483.

¹⁰⁷ Yörükoğlu, a.g.e., s.106.

¹⁰⁸ Geçtan, a.g.e., s.30.

olumsuz olacaktır.¹⁰⁹ Reddedici veya aşırı korumacı bir anne baba tutumu, çocuğun kendini değersiz olarak görmesine sebep olmakta, böyle bir tutum çocuğun ileriki yaşamını da etkilemekte, çocukken doyurulmamış ihtiyaçlarını diğer insanlardan karşılamaya sevketmektedir. Bu bağlamda demokratik anne-baba tutumu, ergenlerde yüksek benlik saygısına; korucuyu ve otoriter anne-baba tutumunun ise düşük benlik saygısına sebep olduğu ortaya konmuştur.¹¹⁰ Bunun yanı sıra, anne babanın işi, eğitim durumu, toplumsal statüsü, gelir durumu da benlik saygısının önemli bir belirleyicidir. Gelir durumu orta ve yüksek olanlar daha az varlıklı akranlarına göre daha yüksek benlik saygısına sahiptirler.¹¹¹

Çevremizdeki insanların bizim davranışlarımız veya kendimiz hakkındaki görüş ve düşünceleri olumlu ise, buna bağlı olarak benlik saygımız yükselmekte, olumsuz ise benlik saygımız düşmektedir. Ancak olumsuz değerlendirmeler eğer yapıcı bir şekilde kullanılırsa zamanla benlik saygısını yükseltici görevi yerine getirebilmektedir.¹¹²

Ergenlerin hepsi, benlik saygısı oluşumunda aynı gelişim aşamalarını geçirmezler. Benlik saygısı gelişiminde cinsiyet farklılıklarının önemli bir etkisi vardır. Özellikle ilk ergenlikte kızların benlik saygıları erkeklere göre daha düşük, benlik bilinci düzeyleri daha yüksek fakat benlik imgeleri ise daha sallantıdadır. Kızların benlik saygılarının daha düşük olması, özellikle kızların fiziksel benlik imgelerine ve akranlarınca kabul edilen benlik imgesi sonucu oluşan benlik saygısına verdikleri önem ile ilgilidir.¹¹³

Günlük yaşamda, kişinin karşılaştığı olaylar onun benlik saygısını etkilemektedir. Buradan hareketle, öz saygısı düşük kişilerin, öz saygısı yüksek olanlara göre kendilerini başkalarının bakış açısına göre değerlendirme eğilimleri daha yüksek olduğu için günlük olaylardan daha çok etkilenmektedirler. Yüksek öz saygıya sahip olan bireyler, bu tür olumsuz olay veya eleştirilerin etkisinde pek fazla kalmamaktadırlar. Benlik saygısı düzeyi yüksek olanlar, diğer pek çok özelliklerinin farkında oldukları için bu tür olumsuz olaylar, öz kavramlarına ciddi anlamda zarar vermemektedir.¹¹⁴

¹⁰⁹ J. Bowlby, "Attachment and Loss", **Attachment**, Vol. I, Penguin Books, England, 1972, pp.252-253.

¹¹⁰ Bkz. Seniye Aktaş, 9. Sınıfta Anne Baba Tutumları ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Selçuk Üniv. Eğitim Bilimleri Enst. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Konya, 2011, s.69.

¹¹¹ Steinberg, a.g.e., s.308.

¹¹² D. Altuğ, **Çocukluktan Yaşlılığa Kendilik Değeri**, Haberal Eğitim Vakfı, Ankara, 2004, s.17.

¹¹³ Steinberg, a.g.e., s.307.

¹¹⁴ R.F. Baumeister, "Understanding Inner Nature of Low Self Esteem", **Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard**, R.F. Baumeister (ed.), Plenum Press, New York, 1993, pp. 201-218.

Ancak şu durumu da göz ardı etmemek gerekir. Kişinin zaman zaman kendisini başkalarının bakış açısına göre değerlendirmesi normal bir durumdur ve öz saygıyı yükseltici bir unsurdur. Çünkü insan tabiatı gereği toplum içine yaşayan ve çevresindeki olaylardan etkilenebilen bir varlıktır. Birey çevresi tarafından, kişisel değeri duygularını artıran onay aldığı zaman memnun olur ve öz saygı düzeyi yükselir. Kişinin öz saygısını yükseltme çabası, kendisini değeri, yeterli ve başkaları tarafından sevilen biri olma ihtiyacından doğar. Bireyin kendinden memnun ve daha etkin olması için öz saygı düzeyinin yüksek olması gereklidir.

Arkadaş çevresinde kabul edilme ve reddedilme duygusu da benlik saygısını etkilemektedir. Arkadaşları tarafından kabul gören gencin kendine olan güveni artar, kendisini arkadaşları arasında daha rahat ifade edebilir, başkalarının etkisinde daha az kalır. Bu doğrultuda arkadaşları ile daha çok zaman geçiren ergenlerin, diğerlerine oranla benlik saygılarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.¹¹⁵ Arkadaşları tarafından kabul görmeyen gençlerin bir kısmı saldırganlık eğiliminde olurlarken bir kısmı ise, utangaç ve çekingendirler. Depresyona girme eğilimleri daha yüksek olup, akademik başarı anlamında da bir takım zorluklar yaşayabilmektedirler.¹¹⁶

Ergenin benlik gelişiminde okulun ayrı bir önemi vardır. Yapılan çalışmalarda, akademik başarı ve okulda sosyalleşmenin benlik saygısını olumlu yönde etkilediği ortaya konmuştur.¹¹⁷ Ayrıca benlik saygısı yüksek olanların da okulda başarılı olma ihtimalleri daha yüksektir.

Benlik saygısının gelişiminde, içinde yaşanan toplumun kültürel özelliklerinin ve etnik yapısının da önemi büyüktür. Örneğın, Batıda Afrika kökenli Amerikalı gençler, kendi ırklarından öğrencilerin bulunduğu okullara gittiklerinde kendilerini daha iyi ifade edebilmekte ancak beyazların bulundukları okullara gittiklerinde kendileri dışlanmış ve azınlık olarak hissetmekte dolayısıyla düşük benlik saygısına sahip olmaktadır.¹¹⁸

¹¹⁵ Bkz. **Ergen ve Ruhsal Sorunları/Durum Saptama Çalışması**, Haz. Komisyon, Türkiye Bilimler Akademisi Raporları, S.4, Ankara, 2004, s.108.

¹¹⁶ Steinberg, a.g.e., ss.216-217.

¹¹⁷ Bkz. S., Somunoğlu- S. Kısakürek- A. Kuzu, “Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerine ve Başarı Durumlarına Yönelik Bir Araştırma”, **II. Ulusal Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Sempozyumu Sunum ve Poster Bildiri Özetleri**, Düzenleyen,Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, İzmir, 2-4 Eylül, 2007, s.42 (http://web.deu.edu.tr/shmyo_sempozyum/kitap.pdf); Tuğba Kabalcı, Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı, Sınav Kaygısı ve Sosyo-Demografik Değişkenler, Hacettepe Üniv. Sos.Bil. Enst. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, 2008, s.59

¹¹⁸ B.Gray Little-A. Hafdahl, “Factors Influencing Racial Comparisons of Self-Esteem:A Quantitative Review”, *Psychological Bulletin*, 2000, 126, pp.26-54.

1.3. ERGENLİKTE BENLİK SAYGISI GELİŞİMİ

Benlik saygısı insanın yaşamı boyunca gelişim göstermekle birlikte ergenlik döneminde daha önemli hale gelmektedir. Bu dönemde oluşturulmaya çalışılan kimlik gelişimi süreciyle ergenin benliğine yönelik, tanımları ve değerlendirmeleri daha soyut ve tutarlı hale gelir. Kendisine yönelik değerlendirmeleri özellikle fiziksel görünümünden hoşnut olup olamama, akran grupları arasında kabul edilme, akademik başarı gibi pek çok konu ile ilişkili olarak benlik saygısının oluşumunu sağlamaktadır.¹¹⁹

Bilindiği gibi ergenlik dönemi, biyolojik, bilişsel, psikolojik ve toplumsal değişikliklerin yoğun olarak yaşandığı bir dönemdir. Ergenlik, fiziksel görünüşte çarpıcı değişiklikleri beraberinde getirmekle birlikte aynı zamanda ergenin benlik kavramını (self-concept) ve başkalarıyla olan ilişkilerini de değiştirmektedir. Ergenler için, bu dönemin fiziksel değişimlerini yaşamak benlik imgesinde değişimlere ve gerçekten kim olduğunun yeniden değerlendirmesine yol açmaktadır. Ergenlikle birlikte entelektüel yeteneklerin gelişmesiyle ergen, bir takım değerler, sorunlar ve kişiler arası ilişkileri yeniden değerlendirmeye başlamaktadır.

İlk olarak ergen, “ben kimim?” sorusuna yanıt olarak, ergenlik öncesinde “ ben iyiyim” ya da “cana yakınım” ifadesini kullanabilir fakat hangi şartlar altında olduğunu belirtmeyebilir. Ergenlik döneminde ise kendisini tanımlaması biraz daha değişir. “Keyfim yerindeyse iyiyim” ya da “arkadaş grubumla olduğum zaman daha cana yakınım” gibi ifadeler kullanabilir.¹²⁰ Çocuklardan kendilerini tanımlamaları istendiğinde, listeledikleri genel kişilik özellikleri bir alış veriş listesinde rastgele yer alan maddeler gibi, birbirinden oldukça farklıdır. Buna karşılık ergen, farklı yönlerini ortaya çıkarma ve daha mantıklı ve tutarlı bir bütün olarak belirleme eğilimindedir. Benlik kavramları çocukluktan ergenliğe geçişte daha ayırt edici ve düzenlidir.

Ergenliğin ileriki dönemlerinde benlik kavramları ve tanımlamaları da değişmekte, daha soyut anlam kazanmakta ve psikolojik benlik kavramlarına doğru yol almaktadır. Ancak bu değişim bütün ergenlerde bir anda ve dalgalanmalar olmadan oluşmamaktadır. Kişiliklerindeki tutarsızlıkları ve zıtlıkları henüz tam anlamıyla kavrayamayan ergenler,

¹¹⁹ Lars Wichstrom, “Self-Concept Development During Adolescence”, (in) Personality Development During Adolescence: A Cross National and Life Span Perspective, (ed.) Eva Skoe and Anna Lauise Vonder Lippe, Routledge, New York, 1998, pp.99-100.

¹²⁰ Steinberg, a.g.e., ss.296-297.

benlik kavramalarını tanımlamakta ve daha soyut ifadeler içeren psikolojik benlik kavramını oluşturmakta bir takım sorunlar yaşayabilirler.¹²¹

Aslında bazı psikologlar (Evans, Jordan & Cole), daha karmaşık bir benlik yapısı gelişiminin ergenlikte benlik farkındalığının (self-awareness) artmasıyla kendisinin hatalarını ve zayıf yönlerini görmelerine sebep olduğunu, ayrıca daha karmaşık benlik kavramlarına sahip olan ergenlerin daha az depresif olduklarını ileri sürmektedirler. Farklı benlik kavramlarına sahip olma, ergenin gerçek benlik (gerçekten kim olduğu), ideal benlik (ergenin kim olmak istediği) ve korktuğu benlik (ergenlerin kim olmakta korktuğu benlik) arasında bir ayrım yapabilmesini sağlamaktadır. Bu ayrımları yapabilmek kişide bir güdü oluşturmaktadır. Sağlıklı bir benlik kavramına sahip olmanın yolu, korkulan benliği dengede tutmak için ideal benliğe sahip olmak ve ideal benlik ve gerçek benlik arasında dengeli bir mesafe kurmaktır.¹²²

Bu dönemde ergen, kendisinin nasıl biri olduğunu, neye benzediğini, başkalarının kendisi hakkında neler hissettiğini çok merak eder. Bunlara yanıt ararken, benlik algısını araç olarak kullanır. Benlik algısı, ergenin kendisine yaklaşım biçimini belirler. Buradan hareketle değerlendirmeler yaparak kendisi hakkında olumlu ya da olumsuz bakış açısına sahip olmaktadır.¹²³

Son zamanlarda ergenin gelişimiyle ilgili çalışmalar arasında buluş ve etkilerine yönelik araştırmaların önemli bir yere sahip olduğu görülmektedir.¹²⁴ Bu dönemde yaşanan hızlı fiziksel ve cinsel değişimler ve bu değişimlere ergenin yüklediği anlamlar onun duygularını, benlik algısını ve ilişkilerini önemli ölçüde değişikliğe uğratmaktadır. Çocukluktan gençliğe geçmekte olan ergenin, yaşadığı fiziksel, cinsel, bilişsel ve sosyal değişimler oldukça ani, bazen beklenmedik olmakta bütün bu durumlar da ergende stres, korku, uyumsuzluk, duygularda çabuk değişiklik gibi sorunlara yol açabilmektedir.¹²⁵

Buluş dönemindeki ergenlerin, daha çok kendilerinin ve akranlarının hızlı bedensel değişimleri ve büyümeleriyle ilgilendikleri ve bu gözledikleri değişimleri özellikle de

¹²¹ S. Harter, Identity and Self Development, (In) S. Feldman and G.Elliott, ed., **At The Treshold: The Developing Adolescent**, Cambridge, M. A. Harvard University Press,1990, pp. 352-387.

¹²² Steinberg, a.g.e., ss. 298-299.

¹²³ Steinberg, a.g.e., ss.302-303.

¹²⁴ L. Steinberg, & A.S. Morris, "Adolescent Development" **Annual Review of Psychology**, 2001, 52, pp. 83-110

¹²⁵ J. H. Stein, & L. W Reiser, "A Study of White Middle-Class Adolescent Boys Responses to Semenarche" (the First Ejaculation). **Journal of Youth and Adolescence**,1994, 23 (3), pp.373-384

cinsiyet ve cinsel gelişim konularıyla ilgili değişiklikleri anne babalardan daha çok akranlarla paylaşmakta olduğu görülmektedir.¹²⁶ Dolayısıyla ergenler bu dönemde kendilerinin ve akranlarının gelişim özelliklerini değerlendirirken, bazı gelişimsel özelliklerinden hoşnut olmayıp, öz saygılarının bu durumdan olumsuz etkilenmesine sebep olabilmektedirler. Özellikle beden imajına karşı olumsuz tutum, benlik saygısının düşmesine yol açmaktadır.¹²⁷

Ergenlik döneminde 9-11 yaşlarından başlayarak 17-18 yaşlarına kadar sürebilen hızlı fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal değişimlerin ve bunların oluşturduğu kaygı ve stresin, kız ve erkekler üzerinde farklı tepkilere ayrıca benlik saygılarında farklı yönlerde değişimlere yol açtığı bilinmektedir. Ergenlik dönemindeki kızlarda benlik değerinde azalma, kaygıda artma, depresyon, yeme bozuklukları gibi daha içselleştirilmiş tepkiler ortaya çıkarken; erkeklerde saldırganlıkta ve riskli davranışlarda artma gibi dışsallaştırılmış tepkiler daha sıklıkla görülmektedir.¹²⁸ Ergenlik dönemindeki, gelişimsel değişimler konusunda ailede ve okulda önceden bilgilendirilen ergenlerin bu değişimlerle daha iyi başa çıktıkları ve buluşa yönelik daha olumlu tutumlar geliştirdikleri görülmektedir.¹²⁹

Bu bağlamda benlik saygısı yaşa bağlı dalgalanmalar göstermekte ve ayrıca cinsiyete göre değişmektedir. Buluş döneminde erkeklerin benlik saygısındaki azalma kızlardaki kadar belirgin olmamaktadır. Ergenliğe erken girmek kızların benlik saygısını olumsuz yönde, erkeklerinkini ise olumlu yönde etkilemektedir. Kızlarda benlik değerinin 12-13 yaşları arasında azalma göstermesini, bu yaşlarda buluşa girilmesiyle; erkeklerde 14-15 yaşları arasındaki azalmayı ise, ortaokuldan liseye geçiş nedeniyle “küçük sınıf statüsü”ne düşmenin ve dolayısıyla kızların daha büyük sınıflardakilerle ilgilenecek olmalarının oluşturduğu strese bağlamışlardır.¹³⁰

Benlik saygısının düşük veya yüksek olması ergenin hayatını önemli derecede etkilemektedir. Öyle ki, düşük benlik saygısı daha önce de belirtildiği gibi çekingenlik, risk alamama, sorumluluktan kaçma, kendini ifade edememe, olumsuz tecrübelerin etkisinde

¹²⁶ C. Dilorio- M. Keley- et.al., “Communication About Sexual Issues:Mothers, Fathers and Friends”, **Journal of Adolescent Health**, 1999, 24, pp.181-189.

¹²⁷ Naime Doğru- Reşat Peker, a.g.m., s.318.

¹²⁸ H. Chen- D. Mechanic- S. Hansell, “A Longitudinal Study of Self Awareness and Depressed Mood in Adolescence”, **Journal of Youth and Adolescence**, 1998, vol.,27, pp.719-733

¹²⁹ Bkz. Melike Sayıl- Ayşen Güre- v.d. , “Ergenliğe Geçişte Bilgilendirmenin Ergenin Bilgi Düzeyi ve Benlik Algısına Etkisi”, **Türk Psikoloji Dergisi**, 2002, 17 (50), s.48

¹³⁰ Bkz. R. G., Simmons, & F. Rosenberg, “Sex, Sex Roles and Self İmage”, **Journal of Youth and Adolescence**, 1975, 4, pp. 229-258; Wichstrom, a.g.e., pp.118-119.

fazla kalma, kendini başkalarından daha aşağı görme, eleştiriye açık olamama gibi davranışlara sebep olabilmektedir. Bunun aksine yüksek benlik saygısı ise, kendine güvenme, hatalardan ders alma, kendisini başkaları ile kıyaslamak yerine başarılı yönlerini ortaya çıkarma, gerektiğinde risk alabilme ve zorluklar karşısında daha güçlü olmayı sağlamaktadır.¹³¹

Benlik saygısını konu alan çalışmalarda, Rosenberg ve Coopersmith'in çalışmaları önemli bir yere sahiptir. Rosenberg ve Copersmith'in bu konuda oluşturdukları ölçeklerle yurt dışında ve ülkemizde pek çok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmalarda benlik saygısını, etkileyen ve benlik saygısının etkilediği pek çok faktör ortaya konmuştur. Cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, aile (anne-baba tutumları), akademik başarı, stres, sosyal çevre (okul, arkadaş çevresi), din eğitimi bu faktörler arasında yer almaktadır. Bu çalışmalardan bazıları şunlardır;

Çuhadaroğlu'nun (1986), 15-18 yaşları arasındaki ergenlerde benlik saygısını inceleyen çalışmasında, 10 kız ve 10 erkekten oluşan 20'şer kişilik 3 gruba benlik saygısı ölçeği uygulanmış, benlik saygısının gruplara ve cinsiyete göre dağılımını incelemiştir. Kontrol grubuna göre diğer iki grupta benlik saygısının daha düşük olduğu, cinsiyete göre ise kızların benlik saygısının daha düşük olduğu ortaya konmuştur.¹³²

Özkan (1987), benlik saygısını etkileyen etmenleri belirlemek için, farklı fakültelerde öğrenim gören 550 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmasında, benlik saygısının cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, anne-baba eğitim düzeyinden etkilendiğini belirlemiştir. Kızların benlik saygısı düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu, sosyo-ekonomik düzeyi ve anne eğitim düzeyi yüksek olanların benlik saygılarında da yükselme olduğu ortaya konmuştur.¹³³

İkiz (2000) tarafından, benlik saygısı, akademik başarı ve kaygı ilişkisini ölçmek için 184 lise 2. sınıf öğrencisi üzerinde, "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği", "Sürekli Kaygı Ölçeği" kullanarak yapılan çalışmada, cinsiyet ile benlik saygısı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Sosyo-ekonomik düzey ile benlik saygısı arasında anlamlı farklılık tespit edilmiş, sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olanların benlik saygısı puan ortalamalarının da yüksek olduğu ortaya konmuştur.¹³⁴

¹³¹ C. Maxwell - J. Doman, **Etkili İnsan Olmak**, çev. D. Dizman, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2000, s.37.

¹³² Çuhadaroglu, a.g.t., ss.69-74.

¹³³ İ. Özkan, "Benlik Saygısını Etkileyen Etmenler", **Düşünen Adam**, 1994, 7 (3), ss.4-9.

¹³⁴ Ebru İkiz Suner, Farklı Liselerdeki Ergenlerin Benlik Saygısı, Akademik Başarı ve Sürekli Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İzmir, 2000, ss.55-56

Uyanık (2004), farklı liselerde eğitim gören 482 ergen üzerinde, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği”ni kullanarak yaptığı çalışmada, lise öğrencilerinin, cinsiyet, sosyo ekonomik düzey ve devam ettikleri sınıflara göre benlik saygısı düzeylerini incelemiştir. Çalışmada, örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinde farklılık olmadığı, hepsinin yüksek benlik saygısına sahip olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır.¹³⁵

Çankaya (2007), lise I. ve lise II. sınıfta öğrenim gören 500 öğrenci üzerinde, “Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği” ve “Sosyal Durumlarda Kendini Değerlendirme Ölçeği”ni kullanarak yaptığı çalışmada, akademik başarısı yüksek olanların benlik algısı puanlarının da yüksek olduğunu tespit etmiştir ayrıca sosyal kaygısı alt düzeyde olanların benlik saygısı düzeylerinin yüksek olduğunu ortaya koymuştur.¹³⁶

Aktaş’ın (2011), 464 lise 1. sınıf öğrencisi üzerinde “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği” ve “Anne-Baba Tutum Ölçeği”ni kullanarak anne-baba tutumları ve benlik saygısı ilişkisini ölçmeye yönelik çalışmada, demokratik anne-baba tutumu ile yüksek benlik saygısı arasında pozitif, korumacı ve otoriter anne-baba tutumu arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olanların benlik saygılarının da yüksek olduğu ortaya konmuştur.¹³⁷

Çakar & Karataş’ın (2012), 257 ergen üzerinde, “Beck Umutsuzluk Ölçeği” ve “Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği”ni kullanarak, benlik saygısı ile algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkiyi ölçmeye yönelik yaptıkları çalışmada, ergenlerin benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri arasında nedensel ilişki tespit edilmiştir. Benlik saygısı ile umutsuzluk arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu ortaya konmuştur. Benlik saygısı yüksek ergenlerin sosyal destek alma konusunda daha aktif oldukları ve daha az umutsuzluk yaşadıkları tespit edilmiştir.¹³⁸

Sarıçam & Yılmaz v.d. (2013), “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği”, “Temel Yetenek Testi” ve “Atılganlık Düzeyi Ölçeği”ni kullanarak 180 ilköğretim II. kademe

¹³⁵ Gülden Uyanık Balat, “Farklı sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi”, **Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, Cilt.14, S.2, ss.175-183

¹³⁶ B. Çankaya, Lise I. ve II. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Benlik Saygısının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2007, ss.49-50

¹³⁷ Aktaş, a.g.t, ss.45-69

¹³⁸ Firdevs Savi Çakar- Zeynep Karataş, “Ergenlerin Benlik Saygısı, Algıladıkları Sosyal Destek ve Umutsuzluk Düzeyleri: Bir Yapısal Eşitlik Modeli Çalışması”, **Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri**, 12, (4), 2012, ss.2403-2405.

öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada, benlik saygısı ve farklı yetenekler arasında pozitif ilişki tespit etmişler, benlik saygısı düzeyi yükseldikçe örneklem grubunun dil, genel kültür, sayısal, akıl yürütme yeteneği ve atılganlık düzeylerinin yükseldiği, benlik saygısı düştükçe bu yeteneklerin ortaya çıkma düzeyinin de düştüğünü ortaya koymuşlardır.¹³⁹

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, benlik saygısını etkileyen pek çok faktörün olduğu anlaşılmaktadır.

1.4. BENLİK SAYGISI VE DİN ARASINDAKİ İLİŞKİ VE BU KONUDA YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR

Din verdiği bilgilerle, insanın benlik bilincini ve kendisine saygısını arttıran, kişinin kendisini değerli hissetmesini sağlayan bir içeriğe sahiptir.¹⁴⁰ Sunduğu modellerle, bireyin kimliğini oluşturmada ve topluma uyum sağlamasında yardımcı olmaktadır.¹⁴¹

Din ile benlik kavramı ve benlik saygısı arasında ilişki olup olmadığını konu alan pek çok çalışma yapılmıştır. Dinin de içinde olduğu bir çok değişkenin benlik saygısını etkilediği tespit edilmiştir.

Jones ve Francis (1996), benlik saygısı ve dindarlık konusunda yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçların benzerlikleri itibari ile belli başlıklar altında toplanabileceğini belirtmişlerdir.

Bu çalışmaların bazılarında, dindarlık ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Örneğin, Strunk'un (1958), 120 kişilik tesadüfi örneklem grubu üzerinde yaptığı çalışmada, dini değer ölçeğinden yüksek puan alanlarla, benlik kavramı ölçeğinden düşük puan alanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Hanawalt'ın (1963), benlik saygısını ölçmeye yönelik, Yahudi, Katolik ve Protestanlardan oluşan 111 kolejli kız öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada, bu üç grubun benlik saygısı seviyelerinde bir farklılık gözlenmemiştir.

¹³⁹ Hakan Sarıçam- Elifcan Yılmaz- Arzu Gülbahçe- Ömer Gülbahçe, Mehmet Çardak, "İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Benlik Saygısı, Farklı Yetenek ve Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", **Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi**, 2013, 10 (1), ss. 525-540.

¹⁴⁰ B. Spilka, P. Schaver, & L. Kirkpatrick, "A General Attribution Theory for The Psychology of Religion", **Journal For The Scientific Study of Religion**, 1985, 204 (I), pp.1-18.

¹⁴¹ Hökelekli, a.g.e., s.110.

Heintzelman ve Fehr (1976)'in, "Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği"ni kullanarak 41 Ortodoks kadın ve 41 Ortodoks erkek üzerinde yaptığı çalışmada, iki değişken arasında yani benlik saygısı ve dindarlık arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yine Bahr ve Martin'in (1983), "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği"ni kullanarak lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada da, benlik saygısı ile kiliseye gitme arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Aynı şekilde Gill ve Thomton'un (1989), "Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği"ni kullanarak 16 ile 17 yaşları arasındaki lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada yine iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır¹⁴²

Dindarlık ile benlik saygısı arasında, pozitif ilişki olduğunu ileri süren çalışmalar da vardır;

Strunk'un (1958), yaş ortalaması 16 olan 136 lise öğrencisi üzerinde yaptığı başka bir çalışmada, dindarlık ile benlik algısı arasında pozitif bir ilişki olduğu ortaya konmuştur.

McAlister'in (1982), 40 Evangelist ve Fundamentalist dindar üzerinde yaptığı çalışmada; Krause ve Van Tran (1989)'ın, yaşları 40 ile 50 arasında değişen 511 siyah Amerikalı üzerinde yaptıkları çalışmada benlik saygısı ve dindarlık arasında pozitif ilişki bulunmuştur.

Forst ve Healy'in (1990), "Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği" ile Bahr ve Martin'in "Dini İnanç Ölçeği"ni kullanarak, 204 öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada, dindar olan grubun benlik saygılarının daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Francis'in (2005), yaşları 11-18 arasında değişen 755 ortaöğretim öğrencisi üzerinde, "Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği"ni ve Tanrı imajını ölçmeye yönelik soruları kullanarak yaptığı çalışmada, olumlu Tanrı imajı ile benlik saygısı arasında pozitif ilişki bulunmuştur.¹⁴³

Aynı şekilde Benson ve Spilka (1973), 128 katolik lise öğrencisi üzerinde yaptıkları bir çalışmada, sevgi içeren Tanrı imajı ile benlik saygısı arasında pozitif; reddedici, cezalandırıcı bir Tanrı imajı ile benlik saygısı arasında negatif ilişki olduğunu ortaya koymuştur.¹⁴⁴

¹⁴² Bkz. H. Susan Jones- J. Leslie Francis, " Religiosity and self Esteem During Childhood and Adolescence", **Research in Religious Education**, (in), Ed.Leslie Francis J. and et all., Symth & Helmwys Pub., Georgie/U.S.A., 1996, pp.189-192.

¹⁴³ L. J., Francis, "God Images and Self Esteem a Study Among 11-18 Years-Old", **Research in the Social Scientific Study of Religion**, 2005, 16, pp.113-116

¹⁴⁴ P. Benson,-B. Spilka, "God Image as a Function of Self-Esteem and Locus of Control" **Journal for The Scientific Study of Religion**, 1973, 12, pp.297-310; akt. Francis, a.g.m, p.108

Üçüncü olarak, dindarlık ile benlik saygısı arasında negatif bir ilişki olduğunu gösteren çalışmalar;

Beit –Hallahmi ve Neuo (1987), Hofman tarafından geliştirilen “Self-Concept Ölçeği”ni kullanarak 40 Yahudi üzerinde yaptıkları çalışmada, dindar grubun benlik saygısı puanlarının daha düşük olduğu ortaya koymuşlardır.

“Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği” ile Allport ve Ross’un “İç güdümlü Dindarlık Ölçeği”nin kullanıldığı, Watson, Hood, Morris ve Hall’ın (1985) çalışmalarında, iç güdümlü dindarlık ile benlik saygısı arasında negatif bir ilişki bulunmuştur.¹⁴⁵

Ülkemizde benlik saygısı ve dindarlık ilişkisini doğrudan ele alan çalışmalardan bazıları şunlardır;

Yapıcı’nın (2004), 634 üniversite öğrencisi üzerinde, “Dinin Etkisini Hissetme Ölçeği”, “Dini Yönelim Ölçeği” ve “Öz Saygı Ölçeği”ni kullanarak yaptığı çalışmasında, öz saygı ile dinin etkisini hissetme arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Dinin etkisini hissetme düzeyi arttıkça, öz saygı düzeyi azalmakta; dinin etkisini hissetme düzeyi azaldıkça öz saygı düzeyi artmaktadır. Öz saygı ile iç güdümlü dindarlık eğilimi arasında anlamlı bir ilişki sapmamıştır.¹⁴⁶

Bunun yanı sıra, Yapıcı ve Zengin (2003)’in İlahiyat Fakültesi öğrencileri üzerinde yaptıkları bir çalışmada, dinin etkisini hissetme düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.¹⁴⁷

Yine Yapıcı ve Kayıklık (2005) tarafından 252 üniversite öğrencisi üzerinde, “Dinsel Eğilim Ölçeği” ve Eysenck & Wilson’un çalışmalarından hareket edilerek Yapıcı ve Zengin (2003) tarafından geliştirilen “Öz Saygı Ölçeği” kullanılarak yapılan başka bir çalışmada, iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık eğilimi ile öz saygı arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Aynı şekilde namaz kılma, oruç tutma ve dua etme gibi dini pratiklerle öz sayı arasında da anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bunun yanı sıra öznel dindarlık algısı açısından, “hiç dindar değilim” diyenlerin öz saygılarının, “biraz dindarım”

¹⁴⁵ Araştırma sonuçları için bkz. L. J., Francis, a.g.m., pp.105-106; Jones, at all, a.g.e, pp.191-192

¹⁴⁶ Asım Yapıcı, **Ruh Sağlığı ve Din**, Karahan Yay., 2007, ss.207-208

¹⁴⁷ Asım Yapıcı-Salih Zeki Zengin, “İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Dinin Etkisini Hissetme Düzeyleriyle Psiko-Sosyal Uyumları Arasındaki İlişki”, **Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2003, 3 (2), s.111.

diyenlere göre daha yüksek olduğu ve aralarında istatistiki açıdan anlamlı farklılık bulunduğu tespit edilmiştir. ¹⁴⁸

Eşer'in (2005), 475 üniversite öğrencisi üzerinde “Rosenberg Benlik Saygısı” Ölçeği” ile Fowler tarafından geliştirilen “İman Gelişimi Ölçeği”ni kullanarak yaptığı çalışmada, iman gelişimi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. ¹⁴⁹

Kuşat (2006), 14-18 yaş grupları arasında değişen 410 lise öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği” ile “Zorunlu Seçmeli Allah Kavramı Ölçeği”ni kullanmıştır. Araştırma sonucunda, düşük benlik saygısı ile koruyan, gözeten Tanrı Tasavvuru arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Benlik saygısı düşük olanlar, Allah’ı daha çok cezalandırıcı, bazen affedici olarak değerlendirmektedirler. ¹⁵⁰

Güler (2007), 20 ile 60 yaş arasında değişen 540 yetişkin örneklem üzerinde yaptığı çalışmada, “Tanrı Algısı Anketi” ile “Günahkarlık Duygusu Ölçeği”ni kullanmış, araştırma sonucunda Tanrı algısı ile benlik algısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu tespit etmiştir. Günahkarlık duygusu ile negatif ilişki olduğu ortaya konmuştur. Yani Tanrı’ya yönelik olumlu atıflar artarken benlik algısına yönelik puanlar da artmaktadır. Yine Tanrı’ya yönelik olumlu atıflar artarken günahkarlık duyguları azalmaktadır. ¹⁵¹

Şahin (2005)’in 9-21 yaşları arasında değişen 418 ilköğretim ve lise öğrencisi üzerinde “Offer Benlik İmgesi Ölçeği” ve “Dini Hayat Ölçeği” ni kullanarak yaptığı çalışmada, dindarlık ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Dinin, inanç ($r=10$; $p < 0,05$), davranış ($r=20$; $p < 0,01$) ve bilgi ($r=11$; $p < 0,05$) boyutları ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Benlik saygısı ile dinin duygu boyutu arasında herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir. Ergenlerin dinin inanç, bilgi ve davranışları yükseldikçe, benlik saygısı düzeyleri de yükselmektedir. ¹⁵²

¹⁴⁸ Asım Yapıcı- Hasan Kayıklık, “Ruh Sağlığı Bağlamında Dindarlığın Öz Saygı ve Kaygı İle İlişkisi: Çukurova Üniversitesi Örneği”, **Değerler Eğitimi Dergisi**, 2005, 3 (9), ss.177-206.

¹⁴⁹ Hatice Eşer “Üniversite Öğrencilerinde Dini İnanç ve Benlik Saygısı İlişkisi”, **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde) Ed. Hayati Hökelekli, Dem Yayınları, İstanbul, 2006, ss.492-528.

¹⁵⁰ Ali Kuşat, Ergenlerde Allah Tasavvuru, **Dindarlığın Sosyo-Psikolojisi** (içinde) Edit., Ünver Günay,-Celalettin Çelik, Karahan Kitabevi, Adana, 2006, s.130.

¹⁵¹ Özlem Güler, Tanrı’ya Yönelik Atıflar, Benlik Algısı ve Günahkarlık Duygusu (Yetişkin Örneklem), Ankara Üniv. Sos. Bil. Enst., (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, 2007, s.127.

¹⁵² Adem Şahin, “Ergenlerde Dindarlık ve Benlik Saygısı İlişkisi”, **S.Ü.İ.F.D.**, S.19, Konya, 2005, ss.186-197.

Şahin (2007)'in, 12-21 yaş grupları arasında değişen 552 ilköğretim ve lise öğrencisi üzerinde aynı ölçekleri kullanarak yaptığı başka bir çalışmada, ergenlerin benlik imgesini belirleyen en önemli faktörün dindarlık olduğu tespit edilmiştir. Dindarlık düzeyi yüksek olan ergenlerin, benlik imgesi puanlarının da en yüksek düzeyde olduğu ortaya konmuştur.¹⁵³

Kimter (2008), 632 üniversite öğrencisi üzerinde benlik saygısı ve dindarlık ilişkisini ölçmeye yönelik çalışmada, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği”ni, “İslami Dindarlık Ölçeği”ni¹⁵⁴ ve öznel dindarlıklarını ölçmeye yönelik soruları kullanmıştır. Çalışma sonucunda, örneklem grubunun dini inançlara bağlılık ve onları benimseme düzeyleri ile benlik saygıları arasında pozitif yönde anlamlı ($p < 0,01$) ilişki tespit edilmiştir. Örneklem grubunun, dini hayatın inanç boyutundan aldıkları puan ortalamaları yükseldikçe, benlik saygısı puan ortalamaları da yükselmektedir. Bunun yanı sıra, ibadetleri yerine getirme ve dinin etkisini günlük yaşamda ve sosyal ilişkilerde hissetme ile benlik saygısı arasındaki ilişki anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır ($p > 0,05$). Ayrıca, örneklem grubunun öznel dindarlık algısı ile benlik saygısı puan ortalamaları gruplar arasında farklılık göstermekle birlikte, bu farklılıklar anlamlılık seviyesine ulaşmamıştır ($p > 0,05$).¹⁵⁵

Çapar (2008), “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği” ve “Dini Hayat Ölçeği” kullanılarak İzmir’de farklı liselerde öğrenim gören yaşları 14 ile 18 arasında değişen 555 lise öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, dindarlık ile benlik saygısı arasında anlamlı ($r = -.00$; $p > .05$) ilişki olmadığını ortaya koymuştur.¹⁵⁶

Koç (2008)’un yaptığı çalışmada, benlik kavramı kapsamında, benlik saygısı ve dindarlıkla ilgili bulgulara yer verilmiştir. 475 kişi üzerinde yapılan çalışmada, Allport ve Ross’un “İç GÜdümlü ve Dış GÜdümlü Dindarlık Ölçeği” esas alınarak Gorsuch & Venable tarafından geliştirilen “Her Yaş İçin Uygun Dinsel Eğilim Ölçeği”,¹⁵⁷ ve Elovson

¹⁵³ Şahin, a.g.m., ss. 115-116.

¹⁵⁴ Bkz. Veysel Uysal, “İslami Dindarlık Ölçeği Üzerine Bir Pilot Çalışma”, **İslami Araştırmalar**, VIII., S.4-3, Ankara, 1995, ss.263-271.

¹⁵⁵ Nurten Kimter, Benlik Saygısı ve Dindarlık İlişkisi, Uludağ Üniv. Sos. Bil. Enst., (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Bursa, 2008, s.322-324.

¹⁵⁶ Betül Çapar, Farklı Ortaöğretim Öğrencilerinde Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniv. Sos. Bil. Enst. Felsefe ve Din Bilimleri A.B.D. Din Psikolojisi Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek Lisan Tezi), İzmir, 2008, ss.107-108.

¹⁵⁷ Bkz. R.L. Gorsuch & G.D. Venable, “Development of Age-Universal I-E Scale”, **Journal for the Scientific Study of Religion**, 1983, V.22, pp.181-187.

&Fleming tarafından geliştirilen “Yetişkinlerin Benlik Saygısı Envanteri”¹⁵⁸ kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, örneklemin iç güdümlü dindarlık eğilimi ile benlik saygısının temelini oluşturan, kişisel ve kişiler arası özelliklerine yükledikleri önem ve memnuniyet düzeyi arasında önemli derecede anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İç güdümlü dindarlık düzeyi yüksek olanların kişisel ve kişiler arası özelliklerine yükledikleri önem ve memnuniyet düzeyleri de yüksektir. Ancak örneklem grubunun dış güdümlü dindarlık düzeyi ile kişisel ve kişiler arası özellikler boyutunda idealize edilmiş ve realize edilmiş benlik saygısı anlamında önem ve memnuniyet düzeyleri arasında herhangi bir anlamlı ilişki ($p>0,05$) tespit edilmemiştir.¹⁵⁹

Hem Batı’da hem de ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında bu çalışmaların, bir kısmında dindarlık ile benlik saygısı arasında pozitif ilişki, bir kısmında negatif, diğer bir kısmında ise herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir. Bu sonuçlar dindarlık ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin tek boyutlu olmamasından, sosyo-kültürel çevre farklılıklarından, seçilen örneklem grubunun özelliklerinden, bu konuda kullanılan farklı ölçek türlerinden kaynaklanabilmektedir. Dinin genel anlamda benlik gelişimini olumlu etkilediği görülmektedir. Ancak yanlış bir din eğitimi ile de olumsuz benlik gelişimi ortaya çıkabilmektedir.¹⁶⁰

Özellikle ergenlik döneminde genç, bilişsel gelişimin etkisiyle bir sorgulama süreci içersine girmekte, çocukluk dönemindeki mevcut bilgilerin doğruluğunu gözden geçirmektedir. Bu doğrultuda, ölüm, bedensel eksiklik, sevdiklerini kaybetme gibi acı verici olayları anlamlandırırken bazen Allah’ın varlığı, adaleti, merhameti gibi konuları yeniden sorgular yine bu dönemde kendisinde belirgin olarak ortaya çıkan suçluluk ve günahkarlık duyguları ile Allah’ın kendisini cezalandırdığı düşüncesi ile bir suçluluk ve günahkarlık duygusuna kapılabilmektedir.¹⁶¹

Bu bağlamda, din ve benlik kavramı ilişkisinde özellikle Tanrı algısının önemi büyüktür. Seven, koruyan, yol gösteren ve bağışlayan bir Tanrı algısı kişinin benlik değerini de etkilemektedir. Olumlu Tanrı algısının olumlu benlik algısına yol açtığını

¹⁵⁸ Geniş bilgi için bkz. Mustafa Koç, Yetişkinlik Döneminde Dindarlık ile Benlik kavramı Değişkenleri Arasındaki İlişki, Uludağ Üniv. Sos. Bil. Enst., (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Bursa, 2008, ss.100-101.

¹⁵⁹ Koç, a.g.t., ss.238-239.

¹⁶⁰ Murat Yıldız, “Benlik Kavramı ve Benliğin Gelişiminde Dinin Rolü”, **Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, S.13, 2006, ss.87-126.

¹⁶¹ Naci Kula, “Gençlerde İztirap Düşüncesine Bağlı Dini Krizle Başa Çıkmaya Yönelik Öneriler” **Sosyal Siyaset Kürsüsü**, 12 Haziran, 2008, http://www.sosyalsiyaset.com/documents/genclerde_dini_kriz.htm

ortaya koyan çalışmalar vardır. Cezalandırıcı, bağışlamayan bir Tanrı algısı ve günahkarlık duygusu, düşük benlik saygısı ile ilişkilendirilmiştir.¹⁶² Çünkü, cezalandırıcı bir Tanrı anlayışı, yerine seven, koruyan ve bağışlayan bir Tanrı anlayışı kişinin karşılaştığı olaylarda da pişmanlık ve ümitsizlik yerine sorumluluk alma ve güven duygusunun oluşmasını sağlamaktadır.

Din, insanın kendisine verdiği değeri ve onurunu yükseltici bir fonksiyona sahiptir. Çünkü Allah insanı en güzel şekilde yaratmış,¹⁶³ onu şerefli kılmış ve onurlandırmıştır. Onu kendisine verdiği birtakım özellikler ile yüceltmıştır.¹⁶⁴ İnsan doğuştan onurlu bir varlık olarak doğmuş ve bir takım hak ve özgürlüklere sahip olarak dünyaya gelmiştir. Bu anlamda insanın kendisi özü itibari ile değerlidir. Ayrıca kişinin canı, malı ve onuru koruma altına alınmıştır. Bir başkasının onu küçük görmesi, haksız yere canına, malına ve namusuna yönelik kötü söz ve davranışlarda bulunmasını yasaklamıştır.¹⁶⁵

Bu bağlamda, din insana verdiği değer itibari ile onun benlik saygısını yükseltici bir fonksiyona sahiptir. Dindarlık seviyesi yükseldikçe, benlik saygısı düzeyi de yükselmektedir.¹⁶⁶ Bu doğrultuda dindarlık, benlik saygısı ve psikolojik anlamda kendini iyi hissetme arasında anlamlı bir ilişki vardır.

2. BAŞA ÇIKMA, DİNİ BAŞA ÇIKMA VE RUH SAĞLIĞI

2.1. BAŞA ÇIKMA

2.1.1. Stres

İnsanlar yaşamlarının her anında bedensel, zihinsel ve ruhsal pek çok uyarana karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu uyarılar, kişinin sahip olduğu denge, düzen ve uyumu olumlu ya da olumsuz etkileyebilmektedir. Yaşanan olay kişi için sıkıntı verici bir özelliğe sahipse ve kişinin alıştığı yaşam biçimini sorgulatacak düzeyde ise, birey bu zorlu olayın üstesinden gelmek ve yeniden uyum sağlamak için çaba gösterecektir. İşte bu noktada, stres ve başa çıkma kavramları önem kazanmaktadır.

¹⁶² Bkz. Güler, a.g.t., 2007, s.127.

¹⁶³ Bkz. “Biz, insanı gerçekten en güzel bir biçimde yarattık.” Tin, 95/4

¹⁶⁴ Bkz. “Andolsun ki, biz insanoğlunu şerefli (onurlu) kıldık.” İsra, 17/ 70

¹⁶⁵ Bkz. “ Müslüman kardeşini küçük görmesi kişiye kötülük olarak yeterlidir. Müslümanın her şeyi; kanı, canı ve namusu müslümana haramdır.” Müslim, Birr ve Sıla, 32.

¹⁶⁶ Bkz. Şahin, a.g.m., 2005, s.186-197.

“Stres”, sözcüğü günlük hayatımızda ve bilimsel alanda çok yaygın olarak kullanılmaktadır. Tarihsel olarak Latince “Estrictia” fiilinden türemiş olup “basınç, yüklenme, zorlanma” anlamına gelmektedir.¹⁶⁷

Tıpta “stres” sözcüğü, insanda zorlanma yapan, uyum ve dengeyi bozan, fiziksel, çevresel, psikolojik, toplumsal etkenler, organizmada bu etkenlere karşı gelişen olumsuz değişiklikler ve tepkileri anlatmak için kullanılmaktadır.¹⁶⁸

Sonuç olarak stres, stres yaratıcı durum, bu duruma gösterilen tepki ve değişik ara süreçleri içeren geniş bir kavramdır.

2.1.1.1. Stresin Kaynakları

Strese yol açan etkenlerler oldukça çeşitlidir. Stres, çevresel sebeplere (hava kirliliği, kalabalık, gürültü), kişinin yaptığı işten kaynaklanan sebeplere (ağır iş ve sorumluluk, zaman baskısı, karar verme sorumluluğu v.b.) veya sıkıntı, korku, hayal kırıklığı, engellenme, çatışma ve baskı altında kalma gibi psikolojik sebeplere¹⁶⁹ dayanabilir. Bununla birlikte, bireyin gelişim dönemleri ile ilgili olan biyolojik gelişimler (ergenlik dönemi sıkıntıları v.b.) de strese yol açabilmektedir.

Ayrıca hızlı nüfus artışı, dünya ve toplumdaki hızlı değişiklikler, bu değişikliklere uyum güçlüğü, gelecek endişesi, ailede sevilen birinin kaybı, kronik hastalıklar bazı psiko-sosyal sebepler arasında sayılabilir.¹⁷⁰

Lazarus ve Folkman stresi; “birey ve çevresi arasında oluşan, bireyin kaynaklarının zorlanması veya aşılması ve iyilik durumunun tehlikeye girmesi şeklinde değerlendirilen durum” olarak tanımlarken, sürecin oluşumunda dört faktörün dikkate alınması gerektiğini ileri sürmektedirler. Bunlardan ilki, strese neden olan içsel ve dışsal bir etkenin varlığı; ikincisi bu etkenin bireyin varlığını tehdit edici bir özelliğe sahip olduğunun değerlendirilmesi; üçüncüsü stresle zihinsel ve fiziksel olarak başa çıkma kaynaklarının değerlendirilmesi; dördüncüsü, stresin zihin ve bedendeki karmaşık etkilerinin tespitidir.¹⁷¹

¹⁶⁷ Özcan Köknel, **Zorlanan İnsan**, 4. Baskı, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1998, s.37.

¹⁶⁸ <http://www.tipterimlerisozlugu.com/sonuclar.php>; Bkz. Köknel a.g.e., s.37.

¹⁶⁹ "C. Robert Carson- N. James Butcher, **Abnormal Psychology and Modern Life**, Harper Collins Publishers, New York, 1992, pp.140-141.

¹⁷⁰ Acar Baltaş,-Zuhal Baltaş, **Stres ve Başa Çıkma Yolları**, 19.Baskı Remzi Kitabevi, İstanbul, 1999, s.60.

¹⁷¹ R.S. Lazarus, “From Psychological Stress to the Emotions: A History of Changing Outlooks”, **Annual Review of Psychology**, 1993, 44, pp.1-21.

Psikologlar açısından stres, kişinin zihninde onu nasıl değerlendirdiği ile ilgilidir. Bir olayın stres verici olup olmaması, olayın niteliğinden çok bireyin o olayı stres verici olarak değerlendirmesine bağlıdır. Dolayısıyla bireyin bu olayı anlamlandırma süreci oldukça önemlidir. Bu anlamlandırma yapılırken bireyin uyarıcıyı değerlendirdiği zihinsel süreçler de bir o kadar önemlidir. Stres tepkisi, uyarıcının algılanması ile değil, uyarıcının zihinsel değerlendirme sürecinden geçtikten sonra tehlikeli olarak değerlendirilmesi ile başlamaktadır.¹⁷²

Nitekim aynı olaya farklı kişiler farklı tepkiler vermektedirler. Bu farklılık, zihinsel şartlardan, sosyal şartlara kadar uzanan pek çok değişkenden kaynaklanmaktadır. Bir gün bir uyarana gülüp geçerken, başka bir gün aynı uyarana stres oluşturabilmektedir. Bu sebeple stres olgusu ele alınırken, stres verici durumlar kadar, onlarla karşılaşan bireyin psikolojik özelliklerinin de dikkate alınması gerekmektedir.¹⁷³

Strese sebep olan olaylar her zaman olumsuz nitelikte değildir. Öyle ki, kişinin hayatında önemli değişiklikler meydana getiren olaylar (düğün, nişan v.b.) da, kişide stres meydana getirebilir. Bu nedenle bazı psikologlar, stresi olumlu ve olumsuz stres diye ikiye ayırmışlardır.¹⁷⁴

Stres oluşturan sebepler fizyolojik kaynaklı olduğu gibi, psiko-sosyal sebeplere de bağlı olabilir. Örneğin, vücudumuzdaki herhangi bir sağlık sorunundan kaynaklanan stres fizyolojik sebeplere bağlı iken; iki kişi arasındaki tartışmadan kaynaklanan stres psikolojik kaynaklıdır.

Bir de yaşanan travmatik olaylar sonucu ortaya çıkan stres vardır ki, buna travma sonrası stres bozukluğu (posttraumatic stress disorder) denmektedir. Travmatik stres, ölüm veya ölüm tehdidi, ciddi yaralanma ya da bireyin kendisi veya çevresindekilerin hayatına yönelik yoğun korku ve çaresizlik durumunun yol açtığı stres durumudur.¹⁷⁵

Özetle fizyolojik ve davranışsal tepkilere sebep olan stres, hayatın önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Hayatın akışı içinde insan sayısız olay veya durumla karşılaşabilmektedir. Bunlardan hepsinin organizmada stres oluşturduğunu söylemek

¹⁷² F. Uçar , “Streste Zihnin Rolü ve Strese Bağlı Zihinsel/Ruhsal Hastalıklar”, **Türk Psikoloji Bülteni**, 2004, 10 (34-35), ss. 85-102.

¹⁷³ Baltaş - Baltaş, a.g.e., s.32.

¹⁷⁴ Carson- Butcher, a.g.e. ,s.140.

¹⁷⁵ Carson- Butcher, a.g.e., ss.156-159.

mümkün değildir. İnsanda endişe, kaygı ve huzursuzluk oluşturan sebepler çok çeşitlidir. Ve daha önce de bahsedildiği gibi kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Bir olayın stres kaynağı olarak değerlendirilmesi, çeşitli unsurlara bağlıdır. Denetlenebilirlik, yenilik, belirsizlik, tahmin edilebilirlik, kişinin sınırlarını zorlayıp zorlamaması, yakınlık süresi,¹⁷⁶ belirleyici faktörler olarak söylenebilir. Bir olayın denetlenebilirliği azaldıkça stres yapıcı etkisi artmaktadır. Sevilen birinin ölümü veya ağır bir hastalık denetleme hissini azaltıp stres oranını çoğaltır.

Stres çoğu zaman zarar verici olarak tanımlanmakla birlikte, organizmayı savaş ve kaç yöntemiyle tehlikelerden korumaya yönelik bir tepki oluşturmaktadır.

2.1.1.2. Stresin Sonuçları

Stresle ilgili ilk çalışmalar tıp alanında başlamış, çeşitli davranışsal ve psikolojik sorunların ortaya çıkmasında etkisi araştırılmıştır.

Stresin insan üzerindeki direkt etkileri ele alınırken daha çok hastalıklarla ilişkisi üzerinde durulmuştur. Strese karşı verilen tepkiler, uzun bir zaman dilimi içinde kronik hastalıkların gelişmesine zemin hazırlamaktadırlar. Öyle ki, zorlanmanın oluşturduğu gerginlik, basit sıkıntılardan, ruhsal çöküntü ve psikosomatik hastalıklara, hatta bağışıklık sistemine kadar insanı etkileyebilmektedir. Bu hastalıklar baş ağrısı, yüksek tansiyon, kalp rahatsızlıkları gibi bedensel hastalıklar olabildiği gibi; psikolojik ve zihinsel hastalıklar da olabilir. İnsanlar stres karşısında psikolojik tepki olarak, geri çekilme, kabullenme, karşı koyma veya korku, endişe, depresyon gibi duygusal problemler geliştirebilirler. Ayrıca dikkatin azalması, zihni bir konu üzerinde toparlayamama, aşırı unutkanlık, obsesif (takıntılı) düşünceler zihinsel düzeydeki problemlerden bazılarıdır.¹⁷⁷

Bazı kişiler yapı itibarı ile strese karşı daha duyarlı olmaktadır ve stres verici her hangi bir durumdan daha fazla etkilenmektedirler. Örneğin, tekrarlayan psiko-sosyal strese maruz kalan bazı kişilerde benlik saygılarında azalma ve kendine güven eksikliği ortaya çıkmaktadır.¹⁷⁸

Stres, bireyin psikolojik ve fiziksel sağlığına yönelik risk faktörleri oluşturabilmektedir. Bu nedenle stres kaynakları karşısında bilinçli başa çıkma tepkileri

¹⁷⁶ R. S. Lazarus- S. Folkman, **Stress, Appraisal and Coping**, Springer Publishing, New York, 1984, s.141.

¹⁷⁷ Baltaş- Baltaş, a.g.e., s.28-29

¹⁷⁸ Bkz. Alev Kılıçoğlu, “Stres ve Beyindeki Etkileri”, **Yeni Symposium**, S.3 (45), 2007, ss.134-140.

oluşturmak, stresin olumsuz etkilerini azaltabilmektedir. Stres, karşısında kullanılan birtakım yöntemler başa çıkma kavramını ortaya çıkarmaktadır.

2.1.2. Başa Çıkma

Bir kişinin stres yaratan durumlarla uğraşma sürecine başa çıkma denmektedir. Başa çıkma kavramı, İngilizce “coping”,¹⁷⁹ kelimesi ile ifade edilmektedir. “Bir şeye gücü yetmek”, “üstesinden gelmek” anlamındaki “coping” kelimesinin Türkçe’de en uygun karşılığı “başa çıkma” kelimesi ile ifade edilmektedir.¹⁸⁰

Başa çıkma, değişik kuramcılar tarafından değişik anlamlarda kullanılan kompleks bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Başa çıkma sürecini ele alırken bazı kuramcılar, gözlenebilen davranışlar, bazıları ise zihinsel yapı ve düşünceler üzerinde odaklanmışlardır. Bazı teorik tanımlar, başa çıkma tarzlarına vurgu yaparken; bir kısmı da belirli stresli durumlardaki tepkiler ve bu tepkilerin sonuçları üzerinde durmaktadırlar.¹⁸¹

Stres ve başa çıkma ile ilgili yapılan çalışmalarda birçok araştırmacı başa çıkma sürecinin temel boyutlarını tanımlamaya ve değerlendirmeye çalışmışlardır. Başa çıkma, tek bir boyutla sınırlandırılacak bir süreç değildir. Bilişsel, duygusal, davranışsal ve fiziksel yönleri olan çok boyutlu bir olgudur.¹⁸²

Başa çıkma teorisi, köklerini ego psikolojisi, gelişim psikolojisi, deneysel psikolojisi ve sosyal psikolojiden alan bir teoridir. Bu teorinin savunucularının başında, Richard Lazarus, Susan Folkman ve Forrest Tyler gelmektedir.¹⁸³

Folkman ve Lazarus, başa çıkmayı çevreden ve içten gelen istek ve çatışmaları kontrol etme ve ortaya çıkan gerilimi en az düzeye indirmek amacıyla sergilenen davranışsal ve duygusal tepkiler olarak açıklamaktadır. Bunlar genel olarak, duygusal odaklı ve davranışsal odaklı olmak üzere ikiye ayrılmaktadır.¹⁸⁴ Bu anlamda bireyler, dış

¹⁷⁹ Coping: Altından kalkmak, çekmek, göğüs germek, başa çıkmak anlamına gelmektedir. Bkz. **Oxford Wordpower Dictionary**, ed. Joanna Turnbull, Oxford University Press, Third Edition, China, 2006, s.164

¹⁸⁰ Bkz. <http://www.tdksozluk.com/>

¹⁸¹ L.E. Beutler- R.H Moss, “Coping, Treatment Planning and Treatment Outcome: Discussion”. **Journal of Clinical Psychology**, 2003, 59, pp.1045-1047

¹⁸² Kenneth I. Pargament, **The Psychology of Religion and Coping / Theory, Research, Practice**, The Guilford Press, Newyork, 1997, pp.84-85.

¹⁸³ Pargament, “Tanrım Bana Yardım Et”, ss.208-209.

¹⁸⁴ S. Folkman- R. S. Lazarus- R. J. Gruen- A. DeLongis, “Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1996, 50 (3), pp.571-579.

dünyadan gelen uyaranları kendileri için zorlayıcı olarak değerlendirdikleri zaman, onlarla baş edebilmek için girişimlerde bulunmaktadırlar.

Stresle başa çıkmada kullanılan yollarla ilgili farklı açıklamalar vardır. Psikoloji tarihine bakıldığında a) Freud'un psikanalitik kuramında, savunma mekanizmaları ile açıklanmaktadır.¹⁸⁵ Fakat başa çıkma kavramı, bilinç düzeyinde gerçekleşmesi, belli bir amaca yönelik olması ve zihinsel tutumlarda değişmeyi içermesi yönleri ile savunma mekanizmalarından ayrılmaktadır.¹⁸⁶ b) Erikson'un kuramında, özgüven, öz yeterlilik veya içsel kontrol gibi bireysel kaynaklar ile, c) Davranışçı yaklaşımda, problem çözme çabaları ile d) Canon ve Selye'ye göre,¹⁸⁷ stresle karşılaşan canlının kendi iç dengesindeki sürekliliği korumak için geliştirdiği "savaş-kaç tepkisi" ve "genel uyum sendromu" ile açıklanmaktadır.

Genel olarak başa çıkma, kişiyi zorlayan içsel ve dışsal istekleri yönetmek için geliştirilen bilişsel, davranışsal ve duygusal sürekli değişen çabalar olarak ele tanımlanmaktadır.¹⁸⁸

İlk olarak Lazarus ve arkadaşları, 1966 yılında bu kavramla farklı biçimde ilgilenmeye başlamışlar, Freud'un "savunma mekanizmaları" ve Selye'nin "genetik olarak programlanmış tepki" yorumlarından uzaklaşarak, bilişsel ve duygusal süreçler üzerinde durmuşlardır. Lazarus ve Folkman'ın bu modelinde, stresli durumla başa çıkmak için bilişsel ve davranışsal unsurlar ön plana çıkarılmıştır. Kişi ve olay etkileşimi, değerlendirme, başa çıkma etkinlikleri ve sonuçlar üzerinde durulmuştur.¹⁸⁹ Dolayısıyla sürece önem veren bir başa çıkma yaklaşımı ortaya çıkmıştır.

¹⁸⁵ Fiona Jones- Jim Bright, **Stress Myth, Theory and Research**, Pearsaon Education Limited, England, 2001, pp.134-135.

¹⁸⁶ M. Miceli,- C. Castelfranchi, "Further Distinctions Between Coping and Defence Mechanisms", **Journal of Personality**, 2000, 69, pp.287-296.

¹⁸⁷ Walter B. Cannon: İnsan bedeninin bir sistem olarak incelenmesinin önemini fark eden bilim adamlarındandır. Cannon, 1930'larda ilk olarak "homeostasis" terimini kullanarak sistemin kendi iç dengesindeki sürekliliği koruma özelliğinden söz etmiştir. Bedenin stres karşısında gösterdiği "savaş-kaç" tepkisine ilişkin ilk araştırmaları yapmıştır.

Hans Selye; Avusturyalı bir bilim adamı olan Selye, stres araştırmalarının isim babası sayılmaktadır. "Genel uyum Sendromu" adını verdiği bir süreç tanımlamıştır. Bu sendrom, stres karşısında bedenin "alarm, direnç ve tükenme" isimli 3 belirgin tepki gösterdiğini ileri sürmektedir. Geniş Bilgi için bkz. **Stresle Başa Çıkma / Olumlu Bir Yaklaşım**, Ed. Nesrin Hisli Şahin, Türk Psikologlar Deneği Yayınları, 2. Baskı, Ankara, 1994, ss.19-20.

¹⁸⁸ Hisli Şahin, a.g.e., s s.6-7; Baltaş, a.g.e., ss.26-28.

¹⁸⁹ Folkman - Lazarus, a.g.e, 1984, s.142; Philip Banyard- Nicky Hayes, **Psychology Theory and Application**, Published Chapman & Hall, New York, 1994, s.97.

2.1.2.1. Kişi-Olay Etkileşimi

Stres, bireyin genel iyilik durumuna yönelik bir tehdit olarak değerlendirdiği veya kişisel kaynaklarını aşan, zorlayan “kişi-çevre/olay etkileşimi” sonucunda yaşanmaktadır.

Stres oluşturan olay veya durumun yoğunluğu ve kişinin bu yoğunluğu algılayış biçimi fiziksel, zihinsel ve duygusal anlamda insan üzerindeki bıraktığı olumsuz etkileri arttırmaktadır.¹⁹⁰ Bu nedenle başa çıkma sürecinde, ilk olarak kişi olay etkileşimini değerlendirmek gerekmektedir.

Kişiyi yaşam boyunca stres içinde bırakan durumlar çok farklı şekillerde ortaya çıkabilir. Kişisel, kişiler arası ilişkiler veya çevresel şartlardan kaynaklanabilir, stres verici durum yeni olabileceği gibi sıradan bir olay olabilir. Sonuçları olumlu ya da olumsuz olabildiği gibi kişi tarafından tahmin edilen veya tahmin edilemeyen durumlardan kaynaklanabilir.¹⁹¹ Ancak başa çıkma sürecinde kişinin otomatik olarak tepki gösterdiği sıradan olaylardan çok, kişi için önemli olan, onu derinden etkileyen birtakım olaylar etkili olmaktadır.

2.1.2.2. Değerlendirme

Bireyin karşılaştığı olayı değerlendirme süreci, strese karşı gösterdiği tepkileri, yaşanan duyguları, uyuma yönelik ortaya çıkan sonuçları etkilemektedir. Bu yüzden yaşanan olayın bilişsel değerlendirmesinin önemli olduğu vurgulanmaktadır.

Lazarus ve Folkman tarafından geliştirilen bilişsel başa çıkma kuramında, bilişsel değerlendirme ve başa çıkma olarak iki süreç varsayılmaktadır. Bu modelde karşılaşılan olayın bilişsel değerlendirilmesi, başa çıkma çabaları için anahtar kavramı oluşturmaktadır.¹⁹²

İnsan, stres verici bir olay veya durum ile karşılaştığı zaman iki aşamada durumu değerlendirmektedir. “Bu olay veya durum benim için ne ifade ediyor ?” “Beni tehdit eden yönü var mı?” diyerek bir ön değerlendirme (primary appraisal) aşamasına girmektedir. Birincil değerlendirmede birey, karşılaşılan durumda kendisi için herhangi bir tehlike olup olmadığını değerlendirir. Birincil değerlendirmeler, zarar veya tehlikenin yapısı, olayın

¹⁹⁰ Lazarus- Folkman, a.g.e.,1984, s.141.

¹⁹¹ Hisli Şahin, a.g.e., s.29.

¹⁹² Jones- Bright, a.g.e., s.141.

bilinen ya da yeni bir olay olması, olayın meydana geldiği zaman ve olayın denetlenebilirliği gibi durumsal faktörlerden etkilenmektedir.¹⁹³

Bazı olayların stres tepkisini oluşturacak özelliklerinin olduğu ileri sürülse de, bu olayların insan üzerindeki etkilerinde, bireyin bu olayı anlamlandırmasının önemli rolü olduğu düşünülmektedir. Stres tepkisi, aslında uyarıcının algılanması ile değil, uyarıcın zihinsel bir yorum sonucunda tehlikeli olduğu kararına varılması ile başlamaktadır.¹⁹⁴

Eğer stres verici olay veya durum, kişi tarafından bir tehdit olarak algılanırsa, bu defa, “ben bu durumda ne yapabilirim?”, “Bu durum veya olayla nasıl başa çıkabilirim” diye ikincil değerlendirme (secondary appraisal) aşamasına girmektedir.¹⁹⁵ Yani birey zararın önlenmesi, üstesinden gelinmesi, eğer mümkünse bunların olumlu yönde değiştirilmesi için neler yapılabileceğini değerlendirmektedir. İkincil değerlendirme sırasında birey, sahip olduğu fiziksel (bireyin sağlığı, enerjisi ve gücü v.b.), sosyal (somut ve duygusal destek), psikolojik (inançlar, ahlaki değerler, benlik saygısı v.b.), maddi (para, gerekli aletler v.b.) olarak başa çıkma kaynaklarının değerlendirmesini yapar.¹⁹⁶ Bu anlamda ikincil değerlendirme, birincil değerlendirme ile etkileşim halindedir.¹⁹⁷

Bir de yeniden değerlendirme süreci vardır ki, bu süreç uygun stratejilerin iyice öğrenilmesi ve analiz edilmesi amacıyla bir model hazırlama sürecini içermektedir. Başa çıkma, dinamik bir yapıya sahip olması ve bir süreci içermesi sebebiyle alınan kararlara yönelik yeniden değerlendirmelerin yapılmasını da kapsamaktadır.¹⁹⁸ İkincil değerlendirme ile birincil değerlendirme arasındaki etkileşimsel ilişki, yeniden değerlendirme için de söz konusudur. Başka bir ifade ile, başa çıkma süreci birbirinden bağımsız olarak meydana gelmez. Birincil, ikincil ve yeniden değerlendirme süreci birbiri ile ilişkilidir.¹⁹⁹

Bireyler, dış dünyadan gelen uyarınları kendileri için zorlayıcı olarak değerlendirdikleri zaman, onlarla baş edebilmek için girişimlerde bulunurlar.

¹⁹³ S. Folkman, “Personel Control and Stress and Coping Processes: a Theoretical Analysis”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1984, 46 (4) , pp.839-852

¹⁹⁴ Uçar, a.g.m., s.s. 85-102.

¹⁹⁵ Philip Banyard-Nicky Hayes, **Psychology Theory and Application**, Published, Chapman & Hall, New York, 1994, pp. 96-97.

¹⁹⁶ S. Folkman, a.g.m, s.839-852.

¹⁹⁷ Lazarus- Folkman, a.g.e., 1984, p.141.

¹⁹⁸ Jones- Bright, a.g.e., 2001, p.142.

¹⁹⁹ C.S. Carver-M. F. Scheines, et.al, “Assessing Coping Strategies : A Theoretically Based Approach”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1989, 56, p.267.

Başa çıkma bu anlamda, zor zamanlarda gösterilen bir anlam arayışıdır.²⁰⁰ Kişi var olan anlamı korumaya çalıştığı gibi, anlamın korunmasının mümkün olmadığı durumlarda, yeni bir anlam arayışına girmektedir. Olaylar, insanların anlamları çerçevesinde şekil almaktadır. Başa bir ifade ile olaylar her zaman tek başına stres verici olarak algılanmayabilir. İnsanların, olayları algılama ve anlamlandırma biçimleri de önemlidir.

2.1.2.3. Başa Çıkma Tarzları

İnsanlar yaşamları boyunca sadece mutluluk veren hoş olaylarla karşılaşmazlar. Bir takım olumsuz olay veya durumlarla karşılaşabilir ve bu durumun kendilerinde meydana getirdiği olumsuz durumdan kurtulmak ve eski uyum düzeyine ulaşmak için çeşitli yollar denemektedirler.

İnsan, olayları sadece algılamakla ve onlara tepki göstermekle kalmaz ayrıca soyut düşünce planında onları temsil edebilme ve kendi düşüncelerinin bilincinde olarak, “bu olaylar niçin böyle oluyor?”, diye sorabilme yeteneğine sahiptir. Ancak doğru çözüme ulaşmak için uygun metodu bulmak ayrı bir meseledir.²⁰¹ İşte bu noktada başa çıkma tarzları ortaya çıkmaktadır.

Yapılan çalışmalarda ortaya çıkan genel başa çıkma etkinlikleri, Problem odaklı başa çıkma ve duygu odaklı başa çıkma tarzları olmak üzere ikiye ayrılmaktadır.²⁰²

Kişi, ortaya çıkan sorun ya da durumu değiştirecek bir yol bulabiliyorsa, gücü ve kaynakları buna yetiyorsa problemi çözmeye yönelik alternatif yollar arar, bir şeyler yapmak için çaba sarf eder. Bu tür başa çıkmaya “problem odaklı başa çıkma” denir. Planlama, aktif başa çıkma, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerinde odaklanma problem odaklı başa çıkma tarzları arasındadır.²⁰³

Bazen stres oluşturan durum veya olay değiştirilemeyecek durumda ise veya kişinin bireysel kaynaklarını zorlayacak nitelikte ise birey, olumsuz olayın kendisi üzerindeki etkisini hafifletmek için uğraşabilir. Bu tarz başa çıkma girişimine, “duygu odaklı başa çıkma” denir.²⁰⁴ Olumlu tarzda yeniden yorumlama, kabullenme, duygusal- sosyal destek arama, uzaklaşma, kaçınma-sakınma, duygusal odaklı başa çıkma tarzları arasında yer

²⁰⁰ Lazarus -Folkman, a.g.e., 1984, p.90.

²⁰¹ Yılmaz Özakpınar, **Psikolojinin Kavramsal Yapısı**, Ötüken Yayınları, İstanbul, 2000, s.59.

²⁰² Lazarus, **Coping Theory and Research: Past, Present and Future**, Psychosom Med., 55, pp.234-247.

²⁰³ Jones- Bright, a.g.e., s.142.

²⁰⁴ Lazarus- Folkman, a.g.e., 1984, pp.150-151.

almaktadır.²⁰⁵ Kaçınma ve sakınma şeklinde başa çıkmada birey, tehdit oluşturan durumla yüz yüze gelmeyerek, ondan uzaklaşarak başa çıkma girişiminde bulunmaktadır.

Başa çıkma stratejilerinde, stres yaratan bir durum veya olay ortaya çıktığında kullanılan başa çıkma davranışının problemin çözümüne uygun olup olmadığı önemlidir. Hiçbir başa çıkma stratejisi özünde iyi ve kötü değildir. Ancak durumun gerektirdiği başa çıkma ile kişinin kullandığı başa çıkma tarzının uygunluğuna bağlı olarak, olumlu ya da olumsuz sonuçlara sebep olmaktadır. Başa çıkma metodu, başarılı olarak kullanıldığında stres verici durum veya problem ortadan kalkar. Başarılı olunmadığı zaman stres verici durum ve etkisi devam eder. Ancak bir de, uygun başa çıkma metodu kullanılır fakat derecesi zayıf kalırsa, tükenme ortaya çıkar. Bu durumda kişi yeni başa çıkma metodu arar ya da önce başvurduğu metoda tekrar devam eder. Başa çıkma ile geçen zaman uzadıkça, yorgunluk, bıkkınlık, depresyon, umutsuzluk, fiziksel güçsüzlük gibi bir takım haller ortaya çıkabilir.

Başa çıkma stratejileri üzerine yapılan araştırmalar, problem odaklı aktif başa çıkma tarzlarını kullananların sorunları çözme konusunda kaçınma stratejilerini kullananlara göre daha başarılı olduklarını ortaya çıkarmıştır. Ancak bazı durumlarda duygu odaklı başa çıkma tarzları daha etkili olabilmektedir.²⁰⁶ Stres verici durum karşısında kaçınma davranışı, duygu odaklı başa çıkma tarzlarından biri olarak, stresten kaynaklanan bir rahatsızlığı duygusal olarak azaltmayı ya da duyguların kontrol edilmesini içermektedir.²⁰⁷ Ancak bu davranış eğilimi, probleme karşı geçici bir çözüm geliştirip, kişinin mevcut stresini azaltmakta etkili olup, problemi tamamen ortadan kaldırmamaktadır.

En uygun başa çıkma etkinliği, hem duygu hem de problem odaklı başa çıkma tarzının birleşiminden oluşmaktadır. Birey bazen hem problem, hem de duygu odaklı başa çıkma tarzını birlikte kullanmaktadır. Öncelikle karşılaştığı problemi çözmeye yönelik davranışlarda bulunur ancak problem kişinin mevcut bireysel kaynaklarını aşıyor ise, duygu odaklı başa çıkma tarzını kullanabilir. Başka bir ifade ile değişiklik mümkün ise problem odaklı, eğer durum kabul etmeyi gerektiriyorsa mevcut gerilimi azaltmak için duygu odaklı başa çıkma kullanmaktadır. Çünkü insan, kendi düşüncelerini yönlendirme,

²⁰⁵ Banyard- Hayes, a.g.e., s.97.

²⁰⁶ Burger, a.g.e., s.688.

²⁰⁷ Z.D. Yöndem, “Stresle Başetme Stratejileri Ölçeği (SBSÖ): Eleştirel Bir Değerlendirme”, **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 2002, 18, ss.43-47.

düzeltilme ve değiştirme gücüne sahiptir. Muhakeme gücü ile mantıksal sonuçlar çıkarabilme, çıkardığı sonuçların kendi amaçları ile bağdaşmadığını görünce, başka bir şekilde düşünme ve bu amaca yönelik davranışlarda bulunma kabiliyetine sahip bir varlıktır.²⁰⁸

Başa çıkmanın en genel işlevi, kişiyi ve ailesini yaşanan stres verici olay veya durumun olumsuz etkilerinden korumaktır.²⁰⁹ Başa çıkma süreci, bu koruma görevini yerine getirirken bir takım psikolojik fonksiyonlar tarafından harekete geçirilir.

Bireyin sahip olduğu özsaygı, hayatındaki güç duygusu, hayatı anlamlandırma ihtiyacı, kişisel gelişimi sağlama, hayata umutla bakabilme, diğer insanlarla ilişki kurabilme, kimlik duygusu oluşturabilme gibi duygular bu fonksiyonların bazılarıdır.²¹⁰

Başa çıkmanın işlevlerini ve sonuçlarını birbirinden ayırmak gerekmektedir. Kişisel ihtiyaçlar ve bireysel dürtüler ayrıca bireyin karşılaştığı çeşitli olaylar, durumlar, psikolojik sorunlar fonksiyonların oluşmasında önem taşır. Ancak, herhangi bir ihtiyaçtan kaynaklanan başa çıkma eylemi, başarılı olmayabilir. Bu anlamda, fonksiyonlarla sonuçları ayrı değerlendirmek gerekir.²¹¹

2.1.2.4. Başa Çıkmanın Sonuçları

Başa çıkmanın sonuçları da tıpkı başa çıkma süreci gibi, çok boyutludur. Durumsal, psikolojik, fiziksel, olumlu, olumsuz, karışık, kısa vadeli veya uzun vadeli olabilir. Durumsal sonuçlar, durumun ortaya çıkması açısından; psikolojik sonuçlar ise, bireyin kendine olan özsaygısı, hayattan aldığı tatmin düzeyi, aile ve sosyal kurumların etkisinin artması veya azalması şeklinde tezahür edebilir.²¹²

Başa çıkmanın yapısı yani başa çıkmada kullanılan strateji başa çıkmanın sonucunun tahmin edilmesine yardımcı olabilir. Örneğin, olumlu benlik değeri karşılaşılan olumsuz durumla başa çıkmada olumlu anlamda yardımcı olurken;²¹³ aynı şekilde depresyon gibi olumsuz bir sonuca da şu şekilde yol açabilir. Kişinin kullandığı başa çıkma

²⁰⁸ Özakpınar, a.g.e., s.58.

²⁰⁹ S. Folkman, "Personal Control and Stress and Coping Processes: a Theoretical Analysis" pp.839-852.

²¹⁰ Pargament, "Tanrım Bana Yardım Et", s.213.

²¹¹ Pargament, a.g.m, s.213.

²¹² Pargament, a.g.m., s.212.

²¹³ Pargament, a.g.m, s.214.

tarzı sürekli etkisiz sonuçlar doğuruyorsa, bir süre sonra kişinin başa çıkma gayreti azalır ve sonuçta kişi depresyona girebilir.

Birey, başa çıkma sürecinde her iki başa çıkma stratejisini birlikte bulmakta, ancak kullanılan stratejiler bireysel özelliklere göre değişmektedir.²¹⁴

Başa çıkmanın sonuçlarını etkileyen bir takım etkenler vardır. Bunlardan birisi bireysel farklılıklardır. Bireysel farklılıkların başa çıkma ile ilişkisi, bireyin stresli durumla karşılaştığında istikrarlı başa çıkma tarzlarını kullanıp kullanmayacağı ile ilgilidir. Diğer bir ifadeyle insanlar her başa çıkma durumunu yeni olarak görmeyebilirler. İçinde bulunulan zaman ve koşulların gerektirdiği yöntemleri kullanabilirler.²¹⁵

Stresli olumsuz olaylarla başa çıkma kişisel ve çevresel olarak ikiye ayrılmaktadır. Kişisel kaynaklar, o durumun gerektirdiği bilişsel, duygusal, manevi, fiziksel durumun yanı sıra benlik saygısı ve içsel kontrol eğilimini içerir. Çevresel kaynaklar ise, bireyin dışındadır. Çevresel kaynakların en önemlilerinden biri, sosyal destektir. Sosyal kaynakların kullanılması, meydana gelebilecek belirli stresli bir olayın olumlu etkilerini belirlemeye yardım edebilir.²¹⁶

Başa çıkma sürecini etkileyen diğer bir faktör ise, kişilik farklılıklarıdır. Bireyler arasındaki kişilik farklılıkları başa çıkma sürecini de etkilemektedir. Bazı kişilik özellikleri, zorluklarla karşı karşıya gelindiğinde insanları belirli şekillerde başa çıkmaya yöneltmektedir. Başa çıkma ile kişilik arasında yapısal ve kavramsal bağlar söz konusu olmaktadır. Örneğin, nörotisizm/duygusal dengesizlik, hayal kurma, kendini suçlama ve geriye çekilme ile ilişkili iken; aktif başa çıkma ve planlama, iyimserlik ile olumlu yönde ilişkili bulunmuştur.²¹⁷

Stresle başa çıkmada, benlik saygısı da önemli bir etkidir. Benlik saygıları yüksek olanlar, problem çözme ya da sosyal destek arama gibi, aktif başa çıkma yollarını tercih ederken; benlik saygıları daha düşük olanlar, inkar etme, davranışsal olarak ilgiyi kesme gibi başa çıkma yollarını tercih etmektedirler.²¹⁸ Benlik saygısı yüksek kişiler, stres yaratan

²¹⁴ S. Folkman- R.S. Lazarus, “An Analysis of Coping in Middleaged Community Sample”, **Journal of Health an Social Behavior**, 1980, 21, pp.219-239.

²¹⁵ Carver et.al., pp.267-283.

²¹⁶ Elizabeth Mary Olszewski, The Effect of Religious Coping on Depression and Anxiety in Adolescence, a Thesis Submitted to Oregon State University April, 1994 s.12.

²¹⁷ Jones- Bright, a.g.e., ,2001, pp.139-140.

²¹⁸ Erdal Hamarat- Arslan Coşkun v.d., “Benlik Saygısı ve Akılcı Olmayan İnançlar Bakımından Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Yaklaşımlarının Analizi”, **Değerler Eğitimi Dergisi**, 2009, C.7, no. 18, ss.25-42.

durum veya olayı daha gerçekçi bir biçimde değerlendirerek, problem odaklı başa çıkma yollarını daha sık kullanmakta ve strese karşı daha dayanıklı olmaktadır.²¹⁹

İnsanın hayatı boyunca bir takım zorluklarla karşılaşması kaçınılmazdır. Ancak bazı insanlar bu zorlukları hayatın bir parçası olarak görürken, bazıları ise hayatlarını bu tersliklere odaklamaktadırlar. Psikologların da üzerinde durduğu konu, bazı insanların bu olaylardan çok fazla etkilenmemesi, bazılarının ise derinden etkilenmeleridir.²²⁰

Kişi, kendisini derinden etkileyen bir olayla (ayrılık, reddedilme, yenilgi, beklentilere ulaşamama, başarısızlık v.b.) karşılaştıkça bu tecrübelerin kendisine neler ifade ettiğini sorgular. Bazen yanlış giden bu olayların sebebini kendinde arar. Kişi, yaşadığı olayın sebebini kendisine yüklediği zaman, kişiliğindeki etki daha derinleşmektedir.²²¹

Kişinin kendisini üzen şeyin ne olduğunu bulması onu olumlu yönde başa çıkma için cesaretlendirecektir. İnsan bilinçli bir varlık olarak kendi özelliklerini değerlendirebildiği için, diğer varlıklardan farklı olarak sadece yaşamaz, somut olaylardan soyutlama yaparak hayatını kavramlaştırır.²²² Ancak, bu sorgulama sürecinde, kendisini değersiz hissetmesi, olumsuz bir kendilik algısına sahip olması başa çıkma sürecini olumsuz yönde etkileyecektir. Ve bu durumun uzun sürmesi depresyona sebep olabilmektedir. Çünkü depresyondaki kişilerin, olumsuz bir kendilik algısına ve olumsuz bir dünya görüşüne sahip oldukları görülmektedir.²²³

Ancak şunu da belirtmek gerekir ki, başa çıkma ile ilgili yaklaşımlar, genelde kişinin şuanda veya geçmişte yaşadığı problemlerle başa çıkma sürecine önem vermişlerdir. Fakat bu konuda yeni gelişmeler de bulunmaktadır. Gelecek yönelimli aktif başa çıkma olarak isimlendirilen bu yeni yaklaşım, kişinin karşılaşacağı muhtemel problemlerin önüne geçmeyi amaçlamaktadır.²²⁴ Böylelikle bireyin, karşılaşacağı problemlerin olumsuz sonuçlarını nasıl azaltılacağı ve ne gibi tedbirleri alması gerektiğini kısmen bilmesi mümkün olacaktır.

²¹⁹ C.D Tuğrul, Stres ve Depresyon, **Psikiyatri Dünyası**, 2000, 4, ss.12-17.

²²⁰ Burger, a.g.e., s.647.

²²¹ T. Beck Aron, **Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar**, çev. Aysun Türkcan, Litera Yayıncılık, İstanbul, 2005, s.112.

²²² Özakpınar, a.g.e., s.58.

²²³ Beck, a.g.e., s.106.

²²⁴ Susan Folkman- Judith Tedlie Moskowitz, "Coping Pitfalls and Promise", **Annual Review of Psychology**, 2004, 55, p.757.

2.2. DİNİ BAŞA ÇIKMA

Her bireyin hayata bakış açısını belirleyen birtakım kriterler ve değerler sistemi mevcuttur. Birey, bu kriterlerle ile hayatı anlamlandırmakta ve karşılaştıkları problemleri çözmeye çalışmaktadır. Bunlar dini içerikli veya seküler olabilmektedir.

2.2.1. Psikolojik Perspektif

Din hakkında pek çok tanım yapılmıştır. Bu tanımların bazıları, fonksiyoneldir. Dinin ne yaptığı ile ilgilidir. Diğerleri ise, dinin mevcudiyeti ile ilgilidir. Eğer, “dinin, insanları bir arada tuttuğu, bazı şeylere dayanma gücü verdiği ve bu yüzden varolduğu” söylenirse o zaman fonksiyonel bir din tanımı yapılmış olur. Bu nedenle antropolog, sosyolog, psikolog, filozof veya tarihçi bakış açısından uzaklaşarak Tanrı inancı gibi dini bir özelliği anahtar kabul eden, tanımlar yapılmıştır.²²⁵ Tanrı inancını esas alan din tanımları, dinin aşkın tabiatını psikolojik, sosyolojik, felsefi temellere indirgemeyerek, dinin insan hayatındaki önemine vurgu yapamaktadırlar.

Din, somut, gözlenmiş ve gözlenecek bütün olaylardan hareket ederek genel kanunlara ulaşmaya çalışan bilimden, daha farklı sorulara cevap vermekte ve iyi bir hayat yaşamak, hayata anlam vermek ve varoluşun anlamını bulmak için insana yol göstermektedir.²²⁶ Bu yönüyle insanın hayatının bütünü kapsayan ve etkileyen önemli bir olgu ve anlamlar kümesidir.

McIntosh’a göre, din zihinsel bir şema olarak insanın olayları algılamasını etkilediği gibi, algıladığı olayları değerlendirmesini sağlayacak bir çerçeve sunmaktadır. McIntosh, yaptığı çalışmalarda dinin zihinsel bir şema olarak, bireyin stresle başa çıkmasında önemli katkılar sağladığını ortaya koymuştur.²²⁷ Buna göre, dindar bir kişinin hayata bakış açısı ve olayları değerlendirmesi dindar olmayan bir kişiye göre farklı olacaktır. Bu bağlamda, din insanların karşılaştığı birtakım sıkıntılarla baş etmede önemli bir role sahiptir.

Baş çıkma teorisi, insanın zor zamanlarda karşılaştığı durumlara bir açıklama sunar. İnsan zor zamanlarda, anlamlı bir şeyler bulmak için büyük çaba sarf eder. Bu

²²⁵ Robert Crowford, **What is Religion?**, Published by Roudledge, London and New York, 2002, s.4.

²²⁶ Crowford, a.g.e., s.1.

²²⁷ Daniel N. McIntosh, “Religion -As- Schema, with Implication for The Relation Between Religion and Coping”, **International Journal for The Psychology of Religion**, 1995, Vol.5.s.10.

anlam, psikolojik, sosyal, fiziksel, maddi veya manevi olabilir. Kişiden kişiye değişebilir ve olumlu ya da olumsuz olabilir.²²⁸

Bu bağlamda eğer din, birey için önemli ise yani olayların algılanmasında ve değerlendirilmesinde belirleyici bir etkisi varsa, kişi dini problemlerin çözümünde yardımcı bir unsur olarak görebilir.

Dini başa çıkma, bireylerin stresli yaşam dönemleri boyunca daha güçlü bir destekten (Allah'a inanma, dini kurumlardan destek almak v.b.) yardım alma yolları olarak tanımlanabilir. Kişinin Tanrı ile olan ilişkisine bağlı olarak zor durumlarda anlam ve amaç bulmak için bireyin kullandığı başa çıkma yollarından biridir.²²⁹

Dinin, stresi azaltmada önemli bir role sahip olması yeni bir düşünce değildir. Gerçekten de hemen hemen bütün dinler, üyelerine hayatlarında anlamsız, dayanılması zor, adaletsiz durumlarla karşılaştıklarında, bireylerin anlam duygularını korumalarına yardımcı olacak unsurlar içerirler.²³⁰ Dinin insanlara sağladığı yararların başında, onların ruh dünyasında sağladığı olumlu katkılar gelmektedir. Bu konuda yapılan çalışmalarla bakıldığında:

Stresli zamanlarda dini inançların yol gösterici, destek ve ümit kaynağı olduğunu bildirmiştir. Aynı şekilde Spilka, Shaver ve Kirkpatrick, Pargament, dinin insana olayları anlama, önceden tahmin etme ve kontrol etmede yardımcı olduğunu ileri sürmüşlerdir.²³¹ Ayrıca din, bireye stresli bir durumla karşılaştığında, duygusal destek sağlayarak benlik saygısını da arttırmaktadır.²³²

Dini başa çıkma sürecinde, başlangıçta dindarlığın bir göstergesi olarak dua etme, kiliseye gitme sıklığı v.b unsurları esas alınıyordu. Fakat daha sonra dini başa çıkmada bu unsurların yeterli olmadığı görülmüş ve stresli olaylarla ilişkilendirilmiştir.

Bu bağlamda Pargament ve arkadaşları, problem çözme sürecindeki aşamaları esas alarak ölçek geliştirme çalışmalarını başlatmışlardır. Bu aşamalar; problemi tanıma,

²²⁸ Pargament, "Religion and Coping", **Religion and Mental Health** (in), edited by, Harold G. Koenig, Copyright by Academic Press, U.S.A., 1998, p.116.

²²⁹ Olszewski, a.g.t., p.2.

²³⁰ Pargament, "Religious Methods of Coping: Resources for The Conservation And Transformation of Significant" (In) **Religion and Clinical Practise of Psychology**, Ed. Edward P. Shafranske, APA: Washington, 1997, s. 222.

²³¹ Spilka Bernard-McIntosh Daniel N., *Psychology of Religion :Theoretical Approaches*, (ed.) Bernard Spilka, and McIntosh, West View Pess,U.S.A.,1997, pp.153-155.

²³² Olszewski, a.g.t., s.12.

alternatif çözümler ortaya koyma, bir çözümü seçme, bir çözümü uygulama, problemi yeniden tanımlama ve duygusal açıdan hayatını sürdürmedir. Geliştirdikleri ölçek sonucunda, işbirlikçi (collobarative), erteleyici (deferring) ve kişisel yönelimli (self-directing) olmak üzere üç farklı dini başa çıkma tarzı ortaya koymuşlardır.²³³

Kişisel yönelimli başa çıkma tarzı, bireyin aktif, ilahi gücün en az düzeyde olduğu başa çıkma tarzıdır. İşbirlikçi tarz, Tanrı ile işbirliği yapılarak bireyin, aktif bir şekilde sorunla başa çıkma girişimidir. Erteleyici tarz ise, bireyin sorun karşısında pasif kalarak, sorunların çözümünü Tanrı'dan beklemesidir.²³⁴

Pargament, Smith, Koenig ve Perez, daha sonraki çalışmalarında genel anlamda olumlu ve olumsuz olmak üzere iki tip başa çıkma tarzı tanımlamışlardır. Olumlu dini başa çıkma; Tanrı ile samimi, güvenli bir ilişki kurma, hayatta bulunacak bir anlam olduğuna inanma, dini arınma, dini çevreden yardım isteme gibi işbirlikçi unsurları içermekte; olumsuz dini başa çıkma ise daha çok, Tanrı ile olumsuz ve daha az güvenli bir ilişkiyi, Tanrı'nın cezalandırması gibi olumsuz ifadeleri içermektedir.²³⁵ Olumlu dini başa çıkma tarzları ile olumlu ruh hali arasında; olumsuz dini başa çıkma tarzları ile de depresif durumlar arasında ilişki görülmüştür.²³⁶

Din ve başa çıkma arasındaki ilişkiyi ele alırken şu unsurları göz önünde bulundurmak gerekmektedir.

- a) Din, başa çıkma sürecinin bir unsuru olabilir.
- b) Din, başa çıkma sürecine yardımcı olabilir
- c) Din, başa çıkma sürecinin bir ürünü olabilir.

İnsan, hayatı boyunca karşılaştığı birtakım olayları (doğum, ölüm, evlenme törenleri v.b) dini bir çerçevede yorumlayabilir. Daha önce de bahsedildiği gibi din, hayatta karşılaşılan olaylar için birçok açıklama biçimi sunar. Dini seremoniler, kutlamalar, dini kurum ve cemaatlerin de bu açıklamaların oluşmasında önemli bir etkisi vardır. Kişi karşılaştığı olayları Allah'ın bir rahmeti olarak veya gazabının sonucu bir ceza olarak yorumlayabilir. Bu tür yorumlar, trajik olayların etkisinden kurtulunduğu zamanlar

²³³ Pargament, **The Psychology of Religion And Coping**, pp.181-182.

²³⁴ Pargament- C.L. Park, **The Psychology of Religion, Theoretical Approaches**, Part 2, Ed., B. Spilka, and D. N. McIntosh, Westview Press USA, 1997, p.47.

²³⁵ Pargament,- B.W. Smith- H.G. Koenigand Perez, "Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors", **Journal for The Scientific Study of Religion**, 1998, 37, pp. 710-724.

²³⁶ Pargament et.al., a.g.m., 1998, p.721.

ve din yaşanan acıyı ve ızdırabı ortadan kaldıracabilecek tek yol olarak görüldüğü zamanlar daha yaygındır.²³⁷ Bu tür olayların dini bir çerçevede yorumlanması, hayatı anlamlandırma açısından oldukça önemlidir. Din, burada başa çıkma sürecinin bir unsuru olarak kişiye davranışlarını yönlendirmede yol göstermektedir. Öyle ki din, başa çıkma sürecinde:

- Kişiler arası ilişkilerde (cemaatin üyelerine yardım etmek veya yardım almak gibi),
- Ruhi tecrübelerde (Tanrı'nın varlığını hissetmek, ilgisini ve sevgisini tecrübe etmek),
- Bilişsel değişimlerde (Tanrı'nın desteklediğini farkında olmak ve olayı Tanrı'dan gelen bir uyarı olarak görmek),
- Duygusal değişimlerde (Tanrı'nın gazabını hissetme ve suçluluk duygusu duyma),
- Davranışsal değişimlerde (Daha mutlu bir hayata götürme ve günahların itirafı),
- Sosyal değişimlerde (Toplumda adaleti sağlamaya çalışma),
- Kaçma davranışında (dünyanın problemlerinden kaçarak kendini ibadete ve mistik bir hayata yöneltme),
- Pasif davranışta (mucizevi bir şekilde gayret göstermeden sorunun çözümünü beklemek),
- Tanrı ile işbirliği şeklinde (kişinin elinden geleni yapıp gerisini Tanrı'ya havale etmesi), başa çıkma sürecinin bir unsuru olmaktadır.²³⁸ Böylelikle din, başa çıkma sürecinin bir unsuru olarak farklı davranışların oluşmasına sebep olmaktadır.

Din, bazı olaylarla başa çıkmada yardımcı bir unsur olabilir. Özellikle birtakım hastalıklarla başa çıkmada yardımcı bir unsur olmaktadır. Pek çok çalışmada özellikle kalp ve böbrek nakli ameliyatı geçirenler, HIV/AIDS virüsü ile mücadele edenler, bedensel engelliler, kanser hastaları üzerinde yapılan çalışmalarda, dini başa çıkma etkinliklerinin hem acı ve sıkıntıya anlam vermede hem de tahammül etme gücünü artırma ve bir umut kaynağı olma konusunda önemli bir role sahip olduğu ortaya konmuştur. Olumlu dini başa çıkma etkinliklerinin, fiziken ve ruhen iyileşme sürecini hızlandırdığı tespit edilmiştir.²³⁹

Din başa çıkma sürecinin bir ürünü olabilir. Yaşanan üzüntü verici acı tecrübeler kişiyi Tanrı'ya inanca yönleltebilir ya da mevcut inançtaki bağlılığın artmasına, dini ibadet ve törenlere katılımda artışa sebep olabilir.²⁴⁰

²³⁷ Pargament, "Tanrım Bana Yardım Et", p.215.

²³⁸ Pargament, a.g.m, p.215-216.

²³⁹ C. J. Nelson- B. Rosenfeld- W. Breitbart- M. Galietta, "Spirituality, Religion and Depression in the Terminally ill", *Psychomatics*, 2002, 43 (3), pp.213-220.

²⁴⁰ Pargament, "**Religious Methods of Coping: Resources for The Conservation and Transformation of Significant**", p.220.

Sonuç olarak, zor zamanlarda insanlar dine daha çok yaklaşılabilmektedirler. Din, stres verici durumun meydana getirdiği gerilimi azaltmakta ve problemle başa çıkmada yol göstermektedir.

2.2.2. Dini Perspektif

Dini bakış açısı, olumsuz olaylara yeni bir boyut ve yeni bir anlam katabilir. Acı ve ıstırap veren bir durum Allah'ın planının bir parçası ve kişinin manevi gelişimi için bir basamak olarak değerlendirilebilir.²⁴¹ Bu tür bir değerlendirmeye sahip kişi için hayat daha anlamlı ve ıstırap veren olaylar da daha katlanılabilir.

Bu bağlamda dinin insanların ruh sağlığına olumlu katkı sağlaması, temelde inananlara olumsuz bir takım hadiseleri olumlu yorumlama imkânı vermesinden kaynaklanmaktadır. Allah'a inanarak ve güvenerek yaşamaya çalışanların stres ile baş etme düzeylerinin yüksek olduğu, inancın ruh ve zihin sağlığına olumlu yönde etki ettiği bilinmektedir. Hayata anlam verme, sebepli ya da sebepsiz korku ve kaygılardan kurtulma, ölüm korkusundan uzaklaşma, çaresizlik anında yaşanması muhtemel yıkım ve rahatsızlıkla baş edebilme, hayata olumlu ve iyimser bakabilme hususlarında gerek inanç, gerekse ibadetlere devamlılık önemli bir işleve sahiptir.

Ayrıca var olan şeylere anlam verebilen ve yaşamda anlam arayan tek varlık insandır. Olaylara anlam vermede din, kapsamlı bir bilişsel bir şema sunmaktadır. Böylelikle bilimin cevaplayamadığı pek çok soru dine anlam bulmaktadır.²⁴² Dindar insan, felaketler, ölüm v.b. acı veren olaylarla daha olumlu bir şekilde başa çıkabilmekte, bu tür durumlara dayanmaya çalışmaktadır.

Baş çıkma sürecinde dini perspektif, pek çok yönden insanın sorunlarla başa çıkmasında yardımcı olmaktadır. Bunların başında dua gelmektedir. Dini başa çıkma sürecinde duanın önemi büyüktür.

Tarih boyunca insanlar, bir isteği, bir şikayeti, bir şükür, pişmanlık veya tövbeyi ifade etmek için Tanrı'ya dua etmişlerdir. Dua, psikolojik anlamda kişiyi rahatlatan bir güce sahiptir. Kişinin sınırlarının farkında olarak daha yüce bir varlığa sığınmadır. Kulun aciz olduğunun farkına varmasıdır. Bu yönüyle dua “eksiklik şuuru”ndan kaynaklanmaktadır. Bilinmek ve işitilmek isteği ile yüksek bir iradeye başvurma davranışıdır.²⁴³

²⁴¹ Pargament, a.g.m., p.223.

²⁴² Abdülkerim Bahadır, **İnsanın Anlam Arayışı ve Din**, İnsan Yayınları, İstanbul, 2002, s.140.

²⁴³ Hökelekli, a.g.e. s.213.

İslam dini açısından konuya bakıldığında duanın önemi ortaya çıkmaktadır. Kur'an-ı Kerim'de “ ..Duanız olmasa, Rabbim size niye değer versin?”²⁴⁴ buyurulmaktadır. Hz. Peygamber (s.a.v.) de bir hadis-i şerifinde “Dua ibadetin özüdür” buyurmaktadır.²⁴⁵ Dua, kul ile Tanrı arasındaki mahrem bir ilişkiyi ifade etmektedir.²⁴⁶ Bu ilişki tek taraflı olmayıp çift taraflıdır. Bir tarafı kulun istek ve talepleri, diğer tarafı ise duaya karşılık verileceği inancı oluşturmaktadır. Bireyde inançlı veya inançsız olsun, çaresizlik ve sıkıntılı durumlarda dua ihtiyacının kendiliğinden ortaya çıkması insanın psikolojik yapısından kaynaklanmaktadır.

Ayrıca Kur'an bu dünya'da, insanların birbirleri,²⁴⁷ malları ve çocukları,²⁴⁸ canları,²⁴⁹ açlık ve korku,²⁵⁰ hayat ve ölüm,²⁵¹ geçim kaynaklarının daraltılması²⁵² ve alın teri ile kazandığı ürünlerinin kaybı²⁵³ ile imtihan edileceğini, buna karşılık sabredenlerin mükafatlandırılacağını²⁵⁴ ve Allah'ın sabredenlerle beraber olacağını²⁵⁵ bildirmektedir. Özellikle zor ve sıkıntılı zamanlarda çaresizlik hisseden kişilere sıkıntılara dayanma ve sabretme gücü verebilmektedir. Kıssalar yoluyla, kişilere problem çözebilme ve karşılaşılan stres verici durumla başa çıkabilme gücü vermektedir. Örn. Hz. Eyyüp kıssası,²⁵⁶ acılara sabretmenin sonucunda elde edilen mutluluğa işaret etmekte ve kişiye başına gelen sıkıntılara sabretme gücü verebilmektedir.

Karşılaşılan durumlara yönelik kişinin gösterdiği dayanma gücü olarak ifade edilen sabır, dini başa çıkma metotlarından birini oluşturmaktadır. Olaylar karşısında gösterilen sabır ve tahammül gücü yaşanan durumun niteliği ve bireyin kişilik özelliklerine göre değişmekle birlikte dini inanç kişinin yaşanan stresli olay veya duruma karşı dayanma gücünü arttırmaktadır. Nitekim bu konuda yapılan çalışmalar, dindar kişilerin dayanma güçlerinin daha fazla olduğunu göstermektedir.²⁵⁷ Ancak dini başa çıkma sürecinde sabır,

²⁴⁴ Furkan, 25/77

²⁴⁵ Et-Tirmizi Ebu İsa Muhammed b. İsa Sevra, **es-Sünen**, Kahire, 1937, Deavât, I

²⁴⁶ Hökelekli, a.g.e., s.213.

²⁴⁷ Furkan, 25/20; Muhammed, 47/4

²⁴⁸ Teğabün, 64/15; Enfâl, 8/28

²⁴⁹ Bakara, 2/155; Al-i İmran, 3/186

²⁵⁰ Bakara, 2/155

²⁵¹ Mülk, 67/2

²⁵² Fecr, 89/16

²⁵³ Bakara, 2/155

²⁵⁴ Hud, 11/11, 115

²⁵⁵ Bakara, 2/153; Enfâl, 8/46

²⁵⁶ Enbiya, 21/83-84; Sad, 38/42-44

²⁵⁷ Köse- Küçükcan, **Deprem ve Dini Başa Çıkma**, ss.143-144; Kula, a.g.e., 2005, s.171.

kişinin pasif bir şekilde hiçbir çaba göstermeksizin başına gelenleri salt olarak kabullenmesi anlamına gelmemektedir.

Ayrıca kişinin başına gelen olayları bir imtihan olarak değerlendirmesi, yaşadığı olaylardan nasıl bir ders çıkarması gerektiğini düşünmesi ve daha kötüsünün de başına gelebileceğini düşünerek şükretmesi olaylarla daha kolay başa çıkmasını sağlamaktadır. Çünkü Kur'an-ı Kerim "Sizin hayır gördüklerinizde şer, şer gördüklerinizde hayır olabileceğini"²⁵⁸ vurgulamaktadır. Bunun yanı sıra bu dünyanın bir imtihan dünyası olarak kabul edilmesi,²⁵⁹ iyiliklerin ve kötülüklerin karşılığının mutlaka verileceğinin vaat edilmesi,²⁶⁰ pek çok sıkıntının üstesinden gelinmesinde yardımcı olmaktadır.

Bu doğrultuda kader, kaza ve ahiret inancı da bireyi olumsuz olaylar karşısında daha dirençli hale getirmektedir. Özellikle ölüm ve ölüm ötesi ile ilgili dinin verdiği tatmin edici cevaplar bireyin sevilen birinin kaybında yaşananların kabulünü kolaylaştırmakta ve hayata daha umut dolu ve iyimser bakabilmesini sağlamaktadır. Bu noktada din, ölüm, kayıp, ıstırap gibi hayatın kabullenmesi zor olayları karşısında nasıl davranılması konusunda açıklamalar sunarak referans kaynağı oluşturmaktadır. Öyle ki, inanca dayanarak, zorlukların aşılması ruh sağlığını koruyucu bir fonksiyona sahiptir.²⁶¹

Birey, yaşadığı stres verici durum veya olayla başa çıkma sürecinde dini kurumlar ve dindarlardan oluşan sosyal gruplara katılarak bu durumla daha kolay başa çıkabilmektedir. Sorunlarla tek başına değil de kendi düşüncesine yakın kişilerle birlikte olarak, toplu yapılan ibadetlere katılarak, dini yerleri ziyaret ederek daha kolay başa çıkabilmektedir. Ayrıca din, kişileri ümitsizlik, yalnızlık ve boşluk hissine düşmekten korumaktadır. Toplu olarak yapılan ibadetler, bir gruba ait olma, karşılaşılan sıkıntılı durum karşısında sosyal destek sağlama gibi amaçlara hizmet etmektedir.

Bütün bunlardan hareketle, dinin hayatın zorlukları karşısında hem beden hem de ruh sağlığına olumlu katkılarının olduğu söylenebilir. Yaşanılan küçük sıkıntılardan büyük felaketlere kadar pek çok şeyin bir imtihan olduğunu düşünmek, yahut kaderin bir parçası olduğuna inanmak ve şükretmek yaşanan stres ve kaygıyı azaltmaktadır. Bu konuda yapılan çalışmalarda, dini yönelim ile psikolojik anlamda iyi olma arasında pozitif ilişki

²⁵⁸ Bakara, 2/216

²⁵⁹ Kehf, 18/7

²⁶⁰ Kasas, 28/84; Necm, 53/31

²⁶¹ Hökelekli, **Din Psikolojisi**, s.96

tepit edilmiş bu doğıultuda dini inançların ruh ve beden sağlığı üzerinde çoğunlukla olumlu katkılarının olduğı ortaya konmuştur.²⁶² Bununla birlikte, dinin olumlu etkilerinin ortaya çıkması için bireyin hayatında dini inanç ve dini referansların önemli olması gerekmektedir.

2.3. ERGENLİK VE DİNİ BAŞA ÇIKMA

İnsanın yaşamında her dönemin kendine göre bir özelliğı vardır. Ergenlik dönemi insanın gelişim dönemleri içinde, hızlı değışimlerin meydana geldiğı, fiziksel, duygusal, zihinsel v.b. değışikliklerin yoğun olarak yaşandığı bir dönemdir.²⁶³

Biyolojik, psikolojik değışme ve gelişmeler sonucu ortaya çıkan sorunlara, okul, aile ve sosyal çevrede ortaya çıkan sorunların da eklenmesi bu dönemi sıkıntılı bir dönem haline getirmektedir. Her ne kadar bu değışiklikler bir yandan ergenin gelişimine yardımcı olurken, aynı zamanda bir takım sorunların ortaya çıkmasına da sebep olmaktadır. Hızlı gelişimin yarattığı gerilim, ergenin yaşadığı sıkıntılarla birleşince, başa çıkmakta zorlanılan durumlar ortaya çıkabilmektedir.

Ergenler bu dönemde çevrelerine uyumlarını zorlaştıran olumlu ve olumsuz stres kaynaklarıyla karşı karşıya kalmaktadırlar. Ergenlik döneminde sağlık sorunları, psikolojik sorunlar, depresyon, anksiyete, intihar, kontrolden çıkmış davranışlar, sınav kaygısı v.b. strese sebep olan davranışların başında gelmektedir.²⁶⁴ Bu dönemde ergenlerin bir kısmı, “ben kimim?”, “nereye gidiyorum?” sorularının cevaplarını bulurken; bir kısmı da ümitsizlik, çaresizlik, üzüntü, kaygı, karamsarlık, umutsuzluk, benlik saygında düşme, ilgisizlik, iştah kaybı, uykusuzluk gibi belirtilerle depresyona girebilmektedirler.²⁶⁵

Çağımız insanlarını tehdit eden sorunların başında gelen depresyon, ergenlik döneminde de, ergenin yaşamını pek çok yönden olumsuz etkileyebilmektedir. Çocuklukta depresyon daha az görülürken, çocukluktan ergenliğe geçişte depresyon artmaktadır. Kızların erkeklere göre daha çok depresyona girdiğı, düşük sosyo-ekonomik düzeyde olmanın, aile içi sorunların, düşük benlik saygısının ve okulda başarısız olmanın

²⁶² Bkz. Yapıcı, **Ruh Sağlığı ve Din**, s.50-57; Güler, a.g.t., 2011, s.122-140; Gülüşan Göcen, Şükür ile Psikolojik İyi Olma Hali Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara, 2012, s.179-180.

²⁶³ Steinberg, a.g.e, s.23.

²⁶⁴ Olszewski, a.g.t., s.1.

²⁶⁵ Steinberg, a.g.e., s.510.

depresyona sebep olduğu tespit edilmiştir.²⁶⁶ Kısa süreli depresyonlarda ergenler, üzülürler, çevreleri tarafından anlaşılmadıklarını düşünürler fakat günlük hayatlarına devam edebilirler. Ancak bu durum uzun sürüyorsa, kendini değersiz hissetme, hayattan zevk almama, suçluluk duygusu, öfke ve hırçınlık gösterme ve bunun da ötesinde intiharı düşünme şeklinde kendini gösteriyorsa o zaman tehlikeli boyutlara ulaşmış olmaktadır.²⁶⁷

Ergenlikte depresyonla ilişkili olan kavramlardan birisi benlik saygısıdır. Benlik saygısına sahip olanlar, karşılaştıkları sorunlarla daha kolay başa çıkabilmektedirler. Benlik saygısı yüksek olanlarda, depresyona girme olasılığı daha düşük olmaktadır. Benlik saygısı düşük olanlar ise, kendilerine yönelik net bir bakışlarının olmaması veya benlik değerini yükseltmekte zorlandıkları yani kendilerini değersiz gördükleri için problemlerle başa çıkmada zorlanmaktadır. Yetersiz sorun çözme düzeyi, depresyon ve yaşamdan doyum almama gibi davranışların ortaya çıkmasında etkili olmaktadır.²⁶⁸ Düşük benlik saygısı, yetersiz sorun çözme beceri düzeyi, düşük sosyal destek gibi sebeplere dayanan depresyon, ergenlik döneminde zaman zaman intihar düşüncesine ve intihar girişimine sebep olabilmektedir.²⁶⁹

Stres verici durumlar, ergenlerin bir kısmında içe yönelik bozukluklara (kaygı, depresyon, baş ağrısı, bağışıklık sisteminin bozulması v.b.), bir kısmında ise dışa yönelik davranış bozukluklarına (madde ve alkol kullanımı v.b.) sebep olmaktadır. Bununla birlikte, stres verici durumu olumsuz olarak değerlendirmeyen psiko-sosyal ve fiziksel rahatsızlıkla ilişkilendirmeyen ergenler de vardır. Kimi ergenler olumsuzluklar karşısında yılmamakta aksine daha mücadeleci olmaktadır. Yüksek benlik saygısı, yüksek zeka, ve yeterlilik duygusuna sahip, kimlik gelişim sürecini sorunsuz geçiren, ailesi ile yakın ilişkiler kurabilen ergenler stres kaynaklarından daha az etkilenmektedirler.²⁷⁰ Öyle ki,

²⁶⁶ Belma Öy, “Çocuk ve Ergenlerde Depresyon Epistemolijisi ve Risk Etkenleri”, **Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi**, 1995, C:2., S.1, ss.40-42.

²⁶⁷ Kemal Sayar, **Ruh Hali**, 2.Baskı, Timaş Yay., İstanbul, 2006, ss.146-147.

²⁶⁸ Bkz. Mehmet Eskin- Kamil Ertekin- Hacer Harlak- Çiğdem Dereboy, “Lise Öğrencisi Ergenlerde Depresyonun Yaygınlığı ve İlişkili Olduğu Etmenler”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, 2008, 19 (4) , ss. 382-389; Nesrin Hisli Şahin - Ayşegül Batıgün Durak- Volkan Koç, “Kişilerarası Tarz, Kendilik Algısı, Öfke ve Depresyon”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, 2011, 22 (1), ss.17-25.

²⁶⁹ Steinberg, a.g.e., ss.514-516.

²⁷⁰ Steinberg, a.g.e., s.519.

12000'den fazla ergen üzerinde yapılan bir çalışmada,²⁷¹ ergeni zararlı alışkanlıklardan koruyan en önemli etkenin yakın ana baba ilişkisi olduğu ortaya konmuştur.

Ergenin karşılaştığı sorunlarla başa çıkma tarzları onun hayata bakış tarzı ile çoğu zaman doğru orantılıdır. Ergen, bu dönemde karşılaştığı sorunlardan kurtulmak için pek çok yola başvurabilir. Bu süreçte eğer dini değerler kendisi için önemli ise dini içerikli başa çıkma tarzlarına başvurabilir.

Bu bağlamda ergenlik dönemi dini başa çıkma tarzlarını, din ve ruh sağlığı bağlamında yapılan çalışmalarla değerlendirmek daha açıklayıcı olacaktır.

2.4. DİNİ BAŞA ÇIKMA VE RUH SAĞLIĞI İLİŞKİSİ VE BU KONUDA YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR

Din ve ruh sağlığı arasındaki ilişki, Din psikolojisinin konuları arasında yer almaktadır. Din ve ruh sağlığı arasında, nasıl bir ilişki vardır? Bu ilişki olumlu mu yoksa olumsuz mudur? sorusu pek çok çalışmada ele alınan konuların başında gelmiştir.²⁷² Dinin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini konu alan çalışmalar, genel anlamda hayat memnuniyeti ve din ilişkisi bakış açısıyla konuyu ele almışlar, mutluluk ve mutsuzluk, depresyon, benlik saygısı, intihar, stres, sosyalleşme ve izolasyon, ölüm kaygısı gibi konularla ilişkisini ölçmeye yönelik olmuştur.²⁷³

Bu bağlamda dinin, başa çıkma sürecinde ruh sağlığını koruyucu bir özelliği vardır. Dini inançlar, ibadetler, ritüeller, dua, ahiret inancı, cemaat desteği yaşanan birtakım problemlerin kabullenilmesini kolaylaştırdığı gibi süreç içerisinde yaşanan zorluklarla baş edilmesinde de direnç kaynağı olmaktadır.²⁷⁴ Dinin, karşılaşılan birtakım zorluklarla başa çıkmadaki rolünü ve ruh sağlığı ile ilişkisini inceleyen birçok çalışma vardır.

²⁷¹ M. Resnick- P. Bearman- R. Blum- K. Bauman, etall, "Protecting Adolescents From Harm: Findings From The National Longitudinal Study of Adolescent Health" **Journal of The American Medical Association**, 1997, 278, pp. 823-832 akt. Steinberg, a.g.e, s.519.

²⁷² Beit- Hallahmi & Argyle, **The Psychology of Religious Behavior**, Belief and Experience, London and New York, Routledge, 1997, pp.191-192.

²⁷³ Ümit Horozcu, "Tecrübi Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat İle Ruhsal ve Bedensel Sağlık İlişkisi", **Milel ve Nihal / İnanç Kültür ve Mitoloji Araştırmaları Dergisi**, Cilt. 7, Ocak-Nisan 2010, ss.210-240.

²⁷⁴ Pargament, "Religious Methods of Coping: Resources for The Conservation and Transformation of Significant", pp.231-232.

La Grand (1985), sevdikleri birilerini kaybeden 901 kolej öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, örneklem grubunun % 35'inin bu durumla başa çıkmada, dini inançlara başvurduğunu ortaya koymuştur.²⁷⁵

Gray (1987), anne babası son 5 yıl içinde ölmüş 50 ergen üzerinde yaptığı çalışmada, dini inançlarına bağlı olan ergenlerin daha düşük düzeyde depresyona girdiklerini ortaya koymuştur.²⁷⁶

Newman & Pargament (1990), son 3 yıl içerisinde çok önemli problemle karşılaşan 327 kolej öğrencisi üzerinde iç güdümlü dindarlık ölçeğini kullanarak yaptıkları çalışmada, iç güdümlü dindarlık eğiliminde olanların problemlerle başa çıkmada dinden büyük oranda yardım aldıklarını tespit etmiştir.²⁷⁷

McIntosh, Inglehart v.d. (1990), 117 Hristiyan kolej öğrencisi üzerinde benlik saygısı, iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık ölçeğini kullanarak yaptıkları çalışmada dini inançlar ile yüksek benlik saygısı ve psikolojik iyi olma (well-being) hali ve mutluluk arasında olumlu ilişki olduğunu belirtmiştir.²⁷⁸

Johson & Spilka (1991), Protestan ve Katoliklerden oluşan 103 akciğer kanseri hastası üzerinde yaptıkları araştırmada, iç güdümlü dindarlık eğilimi ve Tanrı inancı ile dini başa çıkma arasında olumlu ilişki tespit edilmiş, dış güdümlü dindarlık ile dini başa çıkma arasında ise herhangi bir ilişki tespit edilememiştir.²⁷⁹

Pargament, Olson vd. (1992)'nin, kiliseye devam eden 586 kişi üzerinde son 1 yıl içerisinde geçirdikleri ciddi bir olayla başa çıkmada, cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni durum, sosyo-ekonomik düzey ve dindarlığın etkilerini inceledikleri çalışmalarında, iş birlikçi ve erteleyici dini başa çıkma ile iç güdümlü dindarlık eğilimi ve merhametli Tanrı anlayışı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Kişisel yönelimli (self-direction) dini başa çıkma ile dış güdümlü dindarlık arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.²⁸⁰

²⁷⁵ L.E. La Grand, "College Student Loss and Response", (In) ed. E.S., Zinner, **Coping with Death and Compus**, New Directions for Student Services, 1985, Vol. 1, pp. 15-28.

²⁷⁶ R.F. Gray, "Adolescent Response to The Death of a Parent", **Journal of Youth and Adolescence**, 1987, 16, pp.511-525

²⁷⁷ J.S. Newman- K.I. Pargament, "The Role of Religion in the Problem Solving Process", **Review of Religious Research**, 1990, 31, pp. 390-404.

²⁷⁸ Akt. Pargament, **The Psychology of Religion and Coping**, s.435.

²⁷⁹ S.C Johson- B. Spilka, "Coping with Breast Cancer: The Roles of Clergy and Faith", **Journal of Religion Health**, 1991, 30, pp. 21-33.

²⁸⁰ Akt. Pargament, a.g.e., s.415.

Harthaway (1992), iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık eğilimini ölçtüğü çalışmasında,²⁸¹ Bjorck & Cohen (1993), Protestan ve Katoliklerden oluşan 293 kolej öğrencisi üzerinde iç güdümlü dindarlık ve cinsiyetin başa çıkmada üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında, iç güdümlü dindarlık eğiliminde olanların dini başa çıkmayı daha çok kullandıklarını ortaya koymuştur.²⁸²

Park & Cohen (1993)'in, son bir yıl içerisinde yakın arkadaşını kaybetmiş 96 Katolik ve Protestan kolej öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada, dini başa çıkma ile iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.²⁸³

Thomson v.d. (1993), çoğunluğu evli 70 kanser hastası üzerinde yaptığı çalışmada, araştırmaya katılanların % 22'sinin inançları yardımıyla kanserle mücadele ettiklerini ve duygularını kontrol altında tutabildiklerini belirtmişlerdir.²⁸⁴

Carpenter- Laney-v.d. (2011)'nin dini başa çıkma, stres ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi ölçmeye yönelik, 111 ergen üzerinde yaptıkları çalışmada, olumsuz dini başa çıkma ile stres ve depresif belirtiler arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Olumsuz dini başa çıkmanın stresin etkilerini arttırdığı buna karşılık olumlu dini başa çıkmanın ise stres ve depresif belirtiler konusunda koruyucu bir faktör olduğu ortaya konmuştur.²⁸⁵

Ülkemizde bu konuda yapılan çalışmalara bakıldığında, Köse ve Küçükcan (2000) tarafından, “17 Ağustos Depremi”nin ardından, mülakat yöntemi kullanılarak yapılan çalışmada, depremin meydana getirdiği stres ve gerginliği azaltmada, adil, şefkatli ve merhametli Allah inancının olayları iyimser olarak değerlendirmede yardımcı olduğu ve sevdiklerinin ölümünü kabullenmeyi kolaylaştırdığı ortaya konmuştur.²⁸⁶

Kula tarafından (2002), 17 ağustos ve 12 kasım depremlerini yaşayan 200 kişi ile yine mülakat yöntemi kullanılarak yapılan çalışmada, örneklem grubunun %76'sı, deprem esnasında ve sonrasında rahatlamak için kelime-i şهادet ve salavat getirme, Kur'an okuma, namaz kılma, dua etme gibi dini başa çıkma yöntemlerini kullandıklarını

²⁸¹ W.L Hartway, Religion and the Daily Coping Process: Alongtudinal İdiographic Analysis. Un Published Doctoral Dissertation, Bowling Green State University, akt. Pargament, **The Psychology of Religion and Coping**, p.413.

²⁸² J.P. Bjork- L.H Cohen, “ Coping with Thereats, Losses and Challenges”, **Journal of Social and Clinical Psychology**, 1993,12, pp.36-72.

²⁸³ C.L., Park- L.H. Cohen, “Religious and Nonreligious Coping wiht The Death of a Friend”, **Cognitive Therapy and Research**, 1993, 17, pp. 561-577.

²⁸⁴ Akt. Pargament, a.g.e., p.410

²⁸⁵ Thomas P. Carpenter-Tyler Laney-et al., “Psychology of Religion and Sprituality: Religious Coping, Stressand Depressive Symptoms Among Adolescents: A. Prospective Study”, **Psychology of Religion and Sprituality**, Online Publication, 2011, pp.1-11.

²⁸⁶ Ali Köse- Talip Küçükcan, **Doğal Afetler ve Din**, T.D.V. İsam Yay., İstanbul, 2000, ss.108-109.

belirtmişlerdir. Ayrıca bu durumdan dolayı Allah’a öfkelenme ve olayı Allah’ın bir cezası olarak değerlendirme şeklinde olumsuz dini başa çıkma yöntemlerini kullananların olduğu tespit edilmiştir.²⁸⁷

Ekşi (2001)’nin, üniversite öğrencileri üzerinde başa çıkma, dini başa çıkma ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında, olumlu dini başa çıkma ile stresle başa çıkma yöntemlerinden alkol/ilaç kullanımı arasında negatif ilişki, diğer başa çıkma tutumları arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Olumsuz dini başa çıkma tarzları ile kabullenme arasında negatif, diğer başa çıkma tarzları arasında pozitif ilişki ortaya konmuştur. Ayrıca İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin dini başa çıkmayı daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir. Olumlu dini başa çıkma ile ruhsal rahatsızlık belirtileri arasında ilişki bulunamamıştır. Olumsuz dini başa çıkma ile pozitif ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte istatistiksel olarak anlamlı çıkmamakla birlikte, diğer fakültelere göre İlahiyat fakültesi öğrencileri arasında, olumlu dini başa çıkmanın ruh sağlığını olumlu yönde etkilediği ortaya konmuştur.²⁸⁸

Topuz (2003)’un dini gelişim seviyeleri ile dini başa çıkma tutumları arasındaki ilişkiyi ölçmeye yönelik çalışmasında, olumlu dini başa çıkma tutumları ile “diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma”, “sosyal destek arama”, “olumlu tarzda yeniden yorumlama” arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki; “alkol/ilaç kullanımı” ile negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Olumsuz dini başa çıkma ile “yadsıma”, “davranışsal olarak ilgiyi kesme”, “alkol/ilaç kullanma” gibi başa çıkma tutumları arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür.²⁸⁹

Kula (2005) başka bir çalışmasında, bedensel engellilik ve dini başa çıkma ilişkisini araştırmıştır. 200 ortopedik ve bedensel engelli üzerinde yaptığı araştırma sonucunda, engellilik düzeyi yüksek olanların, dini başa çıkma etkinliklerini daha fazla kullandıkları belirlenmiştir. Ayrıca dini başa çıkma etkinliklerinin, dindarlık düzeyine göre değiştiği ortaya konmuştur. Dindarlık düzeyi yüksek olanların, iyi davranışlarda bulunma, manevi destek alma gibi dini başa çıkma etkinliklerini daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir.²⁹⁰

²⁸⁷ Naci Kula, “Deprem ve Dini Başa Çıkma”, **Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2002 /1, ss.242- 254.

²⁸⁸ Halil Ekşi, Başa çıkma, Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Bursa, 2001, ss.197-223.

²⁸⁹ İlhan Topuz, Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, U.Ü. Sosyal Bilimler Enst. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Bursa, 2003, ss.121-154.

²⁹⁰ Kula, **Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma**, Dem Yay., İstanbul, 2005, ss.218-239.

Şahin (2007)'in çalışmasında, dindarlık ile başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Dindarlık düzeyi yüksek olanların sorunlarla başa çıkma gücünün de yüksek olduğu ortaya konmuştur.²⁹¹

Ayten (2010), 558 kişi üzerinde yaptığı dini başa çıkma üzerine psiko-sosyal bir araştırma niteliğindeki çalışmasında, örneklem grubunun dini başa çıkma, hayat memnuniyeti ve depresyon ilişkisini ölçmeye çalışmıştır. Araştırma sonucunda, dindarlık düzeyi ile olumlu dini başa çıkma arasında pozitif; olumsuz dini başa çıkma arasında ise negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Dini başa çıkma ile depresif eğilim ve hayat memnuniyeti ilişkisinde; dini başa çıkmanın, “manevi hoşnutsuzluk, kişiler arası dini hoşnutsuzluk, şerre yorma ve dini dönüşüm” boyutları ile depresif eğilim arasında pozitif; “hayra yorma” alt boyutu ile depresif eğilim arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Dini başa çıkmanın “hayra yorma” alt boyutu ile hayat memnuniyeti arasında pozitif; “kişiler arası hoşnutsuzluk” ve “manevi hoşnutsuzluk” ve hayat memnuniyeti arasında negatif ilişki söz konusudur. Olumlu dini başa çıkma etkinliklerine başvurma hayat memnuniyeti düzeyini arttırdığı, olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine başvurma ise hayat memnuniyeti düzeyini azalttığı tespit edilmiştir.²⁹²

Ayten ve v.d. (2012), “Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi” ni konu alan, hastalar, hasta yakınları ve hastane çalışanları üzerinde yaptıkları çalışmada, olumlu dini başa çıkma ile hayat memnuniyeti arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Yani karşılaşılan stres verici olay karşısında olumlu dini başa çıkma etkinliklerine (sabır, şükür v.d.) başvuranların, hayat memnuniyeti düzeylerinin de yüksek olduğu belirlenmiştir. Olumsuz dini başa çıkma ile hayat memnuniyeti arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmemiştir.²⁹³

Birey yaşamı boyunca karşılaştığı stres verici olaylar karşısında yitirdiği kontrolü tekrar ele geçirmek ve anlam bulmak için birtakım başa çıkma girişimlerinde bulunacaktır. Bireyin hayatında dine verdiği önem ve dini uygulamalara bağlılık derecesi, kendisine sıkıntı veren olayları yorumlama ve bunlarla başa çıkmada önemli rol oynamaktadır. Bu bağlamda, McIntosh, Silver ve Wortman, dinin birey açısından önem durumu arttıkça

²⁹¹ Adem Şahin, **Ergenlerde Dindarlık ve Benlik**, Adal Ofset, Konya, 2007, ss.179-180.

²⁹² Ali Ayten, **Tanrı'ya Sığınmak /Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma**, İz Yay., İstanbul, 2010, s.108-124.

²⁹³ Ali Ayten- Gülüşan Göcen-v.d., “Dini Başa Çıkma Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerinde Bir Araştırma”, **Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, C.2, S.2, 2012, ss.45-79.

karşılaşılan acı olayın ardından ortaya çıkan bilişsel değerlendirme düzeyinin de arttığını ortaya koymuşlardır.²⁹⁴

Yapılan çalışmalar göstermiştir ki, dinî ve manevî başa çıkma, kişinin hem iç huzurunu artırmakta hem de ona, sıkıntılarıyla mücadele edebilmede gücü vermektedir. Örneğin, dindarların cerrahi müdahalelerden sonra iyileşme düzeyi, dindar olmayanlara göre daha yüksektir.²⁹⁵ Yine din, öfke ve kızgınlığın kontrol edilmesinde önemli bir role sahip olduğu gibi, depresyona kaygıya karşı koruyucu olabilmektedir. Yapılan araştırmalarda, dindarlık ve dinî başa çıkmanın, madde kullanımı ve intihar riskini azalttığı tespit edilmiştir.²⁹⁶ Ayrıca, dinî ve manevî çöküntü, ruh sağlığının bozulmasını arttırabilmektedir. Bunun da ötesinde, dinin ve maneviyatın, başa çıkma sürecinde olumsuz kullanılması, ruh sağlığını bozucu bir işlev üstlenmektedir.²⁹⁷ Bu noktada, manevî çöküntünün önüne geçilmesi, hem beden hem de ruh sağlığı açısından oldukça önemlidir.

²⁹⁴ Daniel N. McIntosh., “Religion –as-Schema With Implication for the Relation Between Religion and Coping”, **The International Journal for The Psychology of Religion**, Vol., 5, 1, 1995, s.10.

²⁹⁵ Bkz. Horuzcu, a.g.m., s.226-227.

²⁹⁶ Özlem Güler, a.g.t., 2011, s.111; Şükran Çevik, “Ergenlerde Ölüm Düşüncesi ve Ölüm Ötesiyle İlgili Dini İnançlar”, **Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde), ed. Hayati Hökelekli, Dem Yay., İstanbul, 2006,ss. 438-439.

²⁹⁷ Bkz. Asım Yapıcı, **Ruh Sağlığı ve Din**, s.51.

İKİNCİ BÖLÜM

[ANKET UYGULAMASI]

1. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ VE UYGULAMASI HAKKINDA GENEL BİLGİLER

1.2. YÖNTEM

1.2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada, seçilen örneklem grubundan bilgi toplamak için “Tarama Modeli” içersinde yer alan ve Din Psikolojisinin de araştırma metotlarından¹ biri olan “anket tekniği” kullanılmıştır. Araştırma kapsamına giren evreni temsil yeteneğine sahip olduğu düşünülen örneklem seçiminde yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum v.b. değişkenler kullanıldığı için “Tabakalı Basit Tesâdüfî Örnekleme” ve sınıf, yaş gibi değişkenlere sınırlamalar getirildiği için “Kota Örnekleme” metodları kullanılmıştır.² Elde edilen verilerin analizinde ise, parametrik olmayan “betimsel istatistik” (descriptive statistics) teknikleri kullanılmıştır.³

Araştırmada demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum v.b.) ile dindarlık, benlik saygısı, başa çıkma ve dini başa çıkma arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmeye yönelik istatistiksel analizler yapılmıştır.

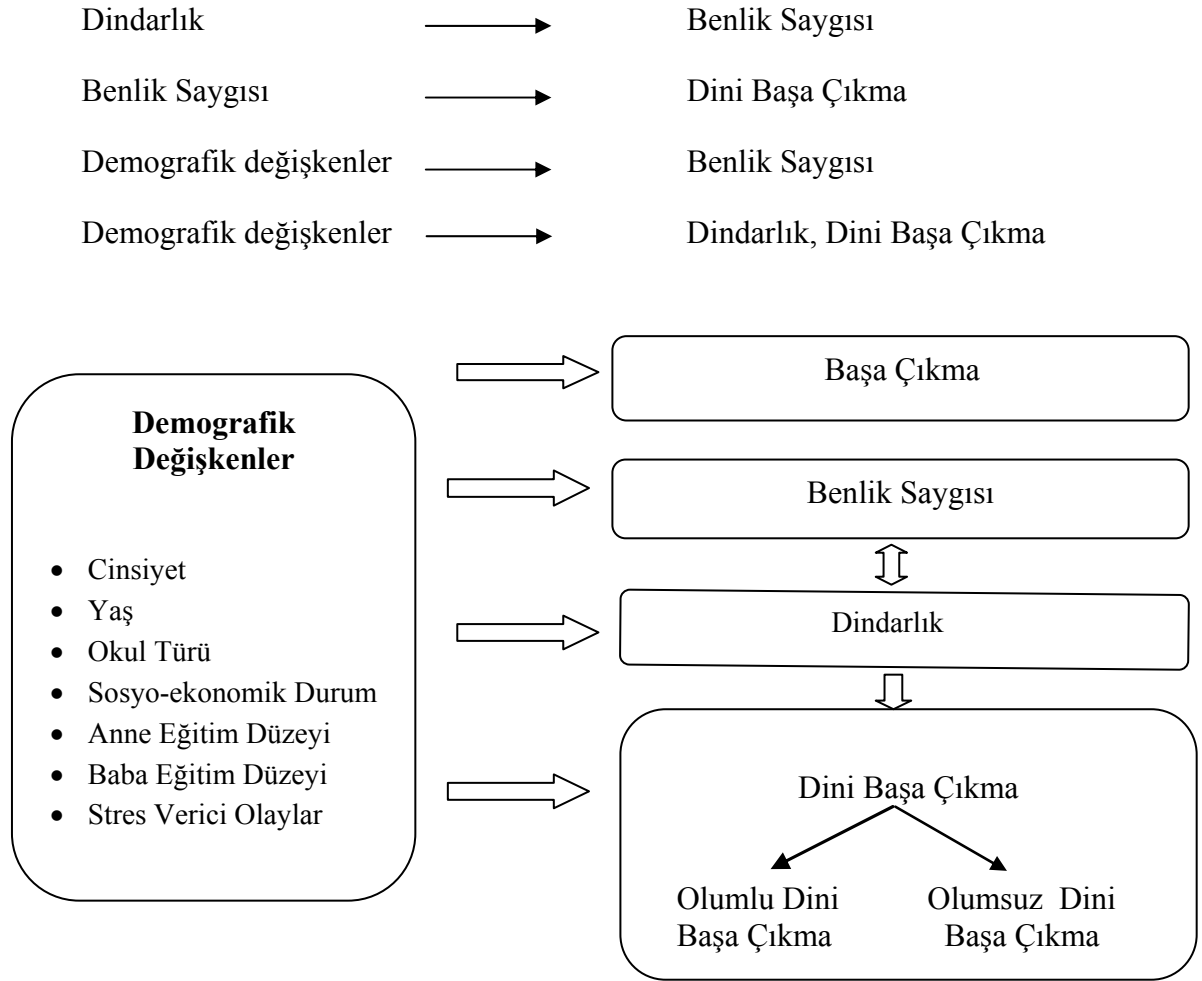
Ayrıca dini başa çıkma tarzları, dindarlık, benlik saygısı arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmaya yönelik analizlere yer verilmiştir. Araştırmanın bulguları bu çerçevede değerlendirilmiştir.

¹ Hökelekli, Din Psikolojisi, s.12

² Geniş bilgi için bkz. Zeki Aslantürk, **Araştırma Metod ve Teknikleri**, İfav Yay., 4. Baskı, İstanbul, 1999, ss. 101-105; Remzi Altunışık- Recai Coşkun- v.d., **Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri /SPSS Uygulamalı**, 6. Baskı, Sakarya Yayıncılık, Sakarya, 2010, s.141.

³ Geniş bilgi için bkz., Necmi Gürsakal, **Bilgisayar Uygulamalı İstatistik I**, Marmara Kitabevi , Bursa, 1997, ss. 19-33.

Araştırmada değişkenler arası ilişkilere göre araştırma modeli aşağıdaki şekilde gibidir.



Şekil 1. Araştırma Modeli [Bağımlı ve Bağımsız değişkenler]

1.2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini,⁴ Bursa’da yaşayan tüm ergenler oluşturmaktadır. Ancak bu kadar geniş bir evreni tam sayımla ele alıp incelemenin güçlüğü sebebiyle, anakütleden ana kütleyi temsil yeteneğine sahip örneklem seçimi yoluna gidilmiştir. Dolayısıyla dar anlamda araştırma evrenini ortaöğretim gören öğrenciler oluşturmakta, ortaöğretim görmeyen ergenler araştırma evreninin dışında kalmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise, Bursa’da aşağıda belirtilen okulların lise kısmından (lise1. 2. ve 3. sınıflar) tesadüfi

⁴ Evren: Herhangi bir araştırma alanına giren obje yada fertlerin bütünüdür. Örneklem ise, evrenden belirli yolla seçilen ve evreni temsil yeteneğine sahip olan daha küçük sayıdaki obje ya da fertlerin oluşturduğu gruptur. Bkz. Aslantürk, a.g.e., ss. 102-103.

yöntemle seçilmiş 600 öğrenciden oluşmaktadır. Söz konusu örneklem grubunun öngörülen kota örneklem dağılımları şöyledir:

1. Ali Karasu Lisesi (100 öğrenci)
2. Bursa Ticaret ve Ticaret Meslek Lisesi (100 öğrenci)
3. Özel Meltem Koleji (100 öğrenci)
4. Bursa Anadolu İmam-Hatip Lisesi (100 öğrenci)
5. Ali Osman Sönmez Fen Lisesi (100 öğrenci)
6. Atatürk Anadolu Lisesi (100 öğrenci)

Araştırmada örneklem grubu olarak, söz konusu okulların seçilmesindeki en önemli sebep her bir okulun belli bir sınıflamaya girmesidir. Söz konusu okullardan normal lise kapsamına giren Ali Karasu Lisesi'nin seçilmesindeki amaç, her kesimden öğrencinin gelebildiği bir okul olması; Ticaret ve Meslek Lisesi'nin mesleğe yönelik bir okul olması; Özel Liselerin ise, paralı eğitime dayanan ve genellikle sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerin gittiği bir okul olması; İmam-Hatip Lisesi'nin araştırma kapsamına alınmasındaki amaç ise, bu okulların örgün mesleki din eğitimini ortaöğretim düzeyinde veren okullar⁵ olmasıdır. Fen Lisesi ve Anadolu Lisesi ise, sınavla öğrenci alan ve diğer okullara göre eğitim kalitesi daha yüksek olan okullar olası sebebiyle tercih edilmiştir.

1.2.3. Ölçme Araçları

Araştırmanın amaçları doğrultusunda verileri toplamak için aşağıdaki ölçme araçları kullanılmıştır:

- Kişisel Bilgi Formu,
- Dini Başaçıkma Tarzları Ölçeği,
- Başa Çıkma Ölçeği,
- Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği,
- Dindarlık Ölçeği,

1.2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın örneklemine oluşturan bireylerin araştırmanın temel değişkenleri ile ilişkili olduğu düşünülen demografik özelliklerine dair bilgilerin elde edilmesi için

⁵ İmam-Hatip Liseleri hakkında geniş bilgi için bkz. Mustafa Öcal, **İmam-Hatip Liseleri ve İlk Öğretim Okulları**, Ensar Yay., İstanbul, 1994, ss.75-80.

sınıflayıcı ölçek şeklinde kişisel bilgi oluşturulmuştur. “Cinsiyet, yaş, sınıf, okul türü, sosyo-ekonomik durum, anne ve baba eğitim durumu” gibi değişkenleri belirlemeye yönelik sorulardan elde edilen verilerin analizleri yapılmıştır.

1.2.3.2. Dini Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

İlk defa Kenneth I. Pargement ve arkadaşları tarafından geliştirilen “Dini Başa Çıkma Tutumları Ölçeği” (RCOPE), üç farklı grubun farklı yaşam olayları ile başa çıkma, dîni başa çıkma ve bir dizi psikolojik durumların ölçümleri arasındaki ilişki ile bağlantılı olarak geliştirilmiştir. Geliştirilen ölçek önce, Oklahama kentinde onlarca kişinin ölümüne yol açan bombalama eyleminden etkilenen ve yaş ortalaması 59.3 olan 296 kişiye uygulanmıştır. Bu gruptan elde edilen verilere göre ölçek, ikinci olarak son üç yıl içerisinde ciddi anlamda olumsuz bir olay yaşamış ve yaş ortalaması 19 olan 540 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Daha sonra aynı ölçek, fizîki sağlığı orta ve ileri derecede bozuk olan ve yaş ortalaması 68,4 olan 551 kişiye uygulanmıştır. Bu üç gruptan elde edilen veriler sonucunda 2 boyutlu 14 maddelik (7 olumlu-7 olumsuz) işlevsel bir dini başa çıkma ölçeği elde edilmiştir.⁶

Geliştirilen bu ölçek, Ekşi (2001) tarafından, 115 öğrenciden elde edilen verilere göre Türkiye koşullarına uyarlanmıştır. Yapılan çalışmalar sonucunda ölçeğin, “Olumlu Dini Başa Çıkma” (ODBT 1,2,6,8,9,11 ve 13. maddeler) ve “Olumsuz Dini Başa Çıkma” (OZDBT 3,4,5,7,10,12 ve 14. maddeler) olmak üzere iki farklı boyutu ölçtüğü tespit edilmiştir. Olumlu dini başa çıkma alt boyutunun güvenilirliği 0.64, olumsuz dini başa çıkma alt boyutunun güvenilirliği 0.63’tür. Dîni Başa çıkma Ölçeği’nin tamamının güvenilirliği ise, 0.69’dur.⁷

1.2.3.3. Başa Çıkma Ölçeği

Carver ve arkadaşları tarafından geliştirilen ölçek zor ve stresli durumlarla karşılaşıldığı zaman, kişilerin verdikleri yanıtları ve başa çıkma tarzlarını inceleyen, 15 alt ölçekten oluşmaktadır.

⁶ I. Kenneth Pargement, et al., “Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors”, **JSSR**, 1998, 37(4), s.710-728

⁷ Geniş bilgi için bkz. Ekşi, Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, s s.67-72

Alt Ölçekler:

1. **Aktif Başa Çıkma:** Stres oluşturan olayın veya durumun üstesinden gelmek ya da onun meydana getirdiği etkileri hafifletmek için aktif adım atma süreciyle ilgili davranışları ölçen alt ölçektir. Ölçekte 4., 17., 34., ve 43. maddeler bununla ilgilidir. Bu alt ölçeğe ait güvenirlik katsayısı, 0.84'tür.
2. **Planlama:** Ölçekte yer alan 13., 23., 29., ve 41. maddelerden oluşan ve stresli olay karşısında neler yapılacağını planlandığı süreçle ilgili alt ölçektir. Güvenirlik katsayısı, 0.81'dir.
3. **Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma:** Tamamen stresli olay üzerine yoğunlaşma süreci ile ilgili davranışları ölçen alt ölçektir. Ölçekte, 11., 24., 30., ve 40. maddelerden oluşmaktadır. Bu alt ölçeğe ait güvenirlik katsayısı, 0.78'dir.
4. **Sosyal Destek Arama (Enstrümental):** Ölçekte yer alan 3., 10., 22., ve 32. maddelerden oluşan ve stresli durumla ilgili öğüt, bilgi ve yardım almayı içerir. Güvenirlik katsayısı, 0.66'dir.
5. **Sosyal Destek Arama (Duygusal):** Moral destek, sempati ve anlayış içerisinde olmaktır. Ölçekte, 7., 15., 25., 37. maddeleri içermektedir. Bu alt ölçeğe ait güvenirlik katsayısı, 0.81'dir.
6. **Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma:** Ölçekte yer alan 2., 12., 20., ve 33. maddelerden oluşan ve stresli olay karşısında duyguların farkında olma ve bu duyguları ortaya koyma eğilimiyle ilgili davranışları ölçen alt ölçektir. Güvenirlik katsayısı, 0.81'dir.
7. **Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme:** Kişinin çaba göstermeyi azaltması veya bırakmasıdır. Ölçekte, 6., 16., 27., ve 36. maddelere karşılık gelmektedir. Güvenirlik katsayısı, 0.81'dir.
8. **Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama:** Stres yaratan olayı veya durumu daha olumlu açıdan değerlendirmeyi içerir. Ölçekte, 1., 21., 28., ve 44. maddelerden oluşmaktadır. Güvenirlik katsayısı, 0.81'dir.
9. **Yadsıma:** Stres meydana getiren olayın veya durumun varlığına inanmayı reddetmek, sanki bu olay yada durum gerçek değilmiş gibi davranmaktır. Ölçekte, 5., 19., 35., ve 42. maddelerden oluşmaktadır. Güvenirlik katsayısı, 0.84'tür.

10. Kabullenme: Ölçekte yer alan, 9., 14., 31., ve 49. maddelerden oluşan ve stresli olayın veya durumun varlığını kabullenme süreciyle ilgili davranışları ölçen alt ölçektir. Güvenirlik katsayısı, 0.87’dir.

11. Alkol/ İlaç Kullanımı: Stres yaratan olayı unutmak için alkol ve ilaç kullanımı davranışlarını ölçmeye yönelik alt ölçektir. Ölçekte, 8., 18., 26., ve 38. maddelerden oluşmaktadır. Güvenirlik katsayısı, 0.92’dir.

Orijinal ölçekte yer aldığı halde, “Zihinsel olarak ilgiyi kesme” ve “Uygun zamanı bekleme” alt ölçekleri, düşük güvenirlikleri nedeniyle ölçekten çıkarılmıştır. “Dine yönelme” alt ölçeği de, “Dini Başa Çıkma Ölçeği”nin kullanılacak olması sebebiyle alınmamıştır. Ayrıca, “Mîzâhi yaklaşım” alt ölçeğine, araştırmanın kişiyi derinden etkileyen önemli hayat olayları üzerine olması nedeniyle uygun olmayacağından yer verilmemiştir. Sonuç olarak araştırmada “Başa çıkma Ölçeği”nin 11 alt ölçeği kullanılmıştır.

Gök, tarafından yapılan çalışma ile Türkçe’ye uyarlanan bu ölçeğin örneklem grubunu toplam 482 kişi oluşturmaktadır. Ölçek, “hemen hemen hiç yapmadım”, “ara sıra yaptım”, “orta derecede yaptım” ve “sıklıkla yaptım” şeklinde olup, 1’den 4’e kadar numaralandırılmaktadır.⁸

Tablo 1 Başa Çıkma Alt Ölçekleri ve Maddeleri

No	Alt Boyutlar	Maddeler				Ranj
1	Aktif Başa Çıkma	4	17	34	43	4-16
2	Planlama	13	23	29	41	4-16
3	Diğer Aktiv. Bırak. sorun üzerine Odaklanma	11	24	30	40	4-16
4	Sosyal Destek Arama-Entrümental-	3	10	22	32	4-16
5	Sosyal Destek Arama-Duygusal-	7	15	25	37	4-16
6	Duyguları ortaya Koyma	2	12	20	33	4-16
7	Davranışsal Olarak ilgiyi Kesme	6	16	27	36	4-16
8	Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	1	21	28	44	4-16
9	Yadsıma	5	19	35	42	4-16
10	Kabullenme	9	14	31	49	4-16
11	Alkol/İlaç Kullanma	8	18	26	38	4-16

⁸ Bkz. Şeyda Gök, Anksiyete ve Depresyonda Stresle Başa Çıkma, İ.Ü.Tıp Fak. Psikiyatri A.B.D., (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, 1995, ss. 39-48; Ekşi; a.g.t., s.72-75

1.2.3.4. Benlik Saygısı Ölçeği

Araştırmada, benlik saygısını ölçmek için kullanılan olan ölçek, 1963 yılında Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiştir (Rosenberg Self- Esteem Scale). A.B.D.’de güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları (Rosenberg, 1965) yapılan ölçek, ülkemizde de birçok araştırmada kullanılmıştır.⁹

Ülkemizde ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Çuhadaroglu tarafından yapılmıştır. Ölçek, 63 maddeden oluşmaktadır ve 12 alt ölçeğe sahiptir.

Güvenirliği, test-tekrar test yöntemi kullanılarak yapılmış, 15-18 yaşları arasındaki lise öğrencilerine bir ay ara ile iki kez uygulanması sonucu güvenilirlik katsayısı, $r=.75$ olarak bulunmuştur.

Geçerliğinde ise, bir lisenin 5 ayrı sınıfından rassal yolla saptanmış 5’er öğrenci, psikiyatrik görüşmeye alınmış, bu görüşmelerin değerlendirilmesinde öğrencilerin benlik saygıları, kendilerine ilişkin görüşlerine göre yüksek, orta ve düşük olarak derecelendirilmiştir. Öğrencilerin benlik saygısı alt testinden aldıkları puanlar da yüksek, orta ve düşük olarak gruplandırılmıştır. Görüşme ve ölçek sonuçları arasındaki uygunluk Pearson Momentler Çarpım tekniği ile hesaplanmış ve geçerlik katsayısı, $r=.71$ olarak bulunmuştur.¹⁰

Araştırmanın amaçları doğrultusunda, benlik saygını ölçmeğe yönelik olarak, ölçeğin ilk “10 maddesi” kullanılacaktır. Ölçeğin kendi içindeki değerlendirme sistemine göre denekler, 0 ile 6 puan arasında puan almaktadırlar. Ölçekten alınan puanın yükselmesi, benlik saygısı düzeyinin düşmesine işaret etmektedir.

0-1 puan	→	yüksek düzeydeki benlik saygısı
2-4 puan	→	orta düzeydeki benlik saygısı
5-6 puan	→	düşük düzeydeki benlik saygısı ¹¹

⁹ Türkiye’de “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği”nin kullanıldığı araştırma ve ilgili yayınlar için bkz. Füsün Çuhadaroglu, “Gençlerde Benlik Saygısı ile İlgili Bir Araştırma”, **XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel Çalışmaları**, 1985, s.107-108; Füsün Çuhadaroglu, *Adolesanlarda Benlik Saygısı*, (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi), Hacettepe Üniv. Tıp Fak. Psikiyatri Bölümü, , Ankara,1986

¹⁰ Çuhadaroglu, *Adolesanlarda Benlik Saygısı*, ss.32-33

¹¹ Necla Öner, *Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler*, 3.Baskı, Boğaziçi Üniv. Yay., İstanbul, 1997, ss.458-460

1.2.3.5. Dindarlık Ölçeği

Araştırmada kullanılan dindarlık ölçeği, Dean Hoge tarafından 1972 yılında geliştirilen “Derunî Dini Motivasyon” (Intrinsic Religious Motivation) ölçeği olup, dindarlığın deruni boyutunu ölçen tek boyutlu bir ölçektir. 10 maddeden oluşan ölçek, dini davranış ve aktivitelerin sıklığından, mezhep tercihlerinden ve dini sosyallikten ziyade dindarlığı derinlemesine ölçmektedir.¹² Hoge, dindarlık ölçeğini oluştururken ilk olarak 30 madde oluşturmuş ve daha sonra veriler faktör analizine tabi tutulmuş geriye deruni dini motivasyonla ilgili 10 madde kalmıştır. Hoge, güvenirlik çalışmasında bu 10 madde ile Allport ve Ross’un “iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık ölçeği”¹³ arasında .87 ve .97 korelasyonları bulmuştur.

Araştırmada kullanılan dindarlık ölçeğindeki iki madde, daha önce ülkemizde yapılan bir çalışmada¹⁴ kullanıldığı şekli ile alınmış yani ölçeğin orjinalindeki “dindar bir insan olmama rağmen, dini inançlarımın günlük işlerimi etkilemesine izin vermem” ve “Dine inanmama rağmen, hayatta dinden çok daha önemli şeyler olduğuna inanıyorum” şeklindeki maddelerin ilk bölümleri çıkartılarak basitleştirilmiştir. Çünkü bu maddeler çift taraflı olduğundan, okuyucu bunların bir tarafına katılırken, diğer kısmına katılmayabilir.

Ölçeğin puanlama sistemi ise, maddelerden 7’si olumlu cümle yapısında (Dini inançlarım hayata bakış açımı belirler gibi), 3’ü de olumsuz cümle yapısında¹⁵ (Hayatta dinden çok daha önemli şeyler olduğuna inanıyorum) şeklinde ifade edilmiştir. Puanlamada bu üç sorunun puanları ters çevrilmiştir. 5 dereceli likert tipi ölçek formatı kullanılmış, 1’den 5’e kadar zayıftan kuvvetliye doğru puanlama yapılarak, ölçeğin puan ranjı 1 ile 50 arasında değişecek şekilde oluşturulmuştur.

1.2.4. Uygulama ve Verilerin Toplanması

Yukarıda adı geçen ve geçerliği ve güvenirliği kanıtlanmış yerli ve yabancı ölçeklerin maddeleri anket formuna dönüştürüldükten sonra anket, 2011 yılında, söz konusu örneklem grubundan 20’şer kişilik ön deneme grubuna uygulanmıştır. Ön

¹² Dean Hoge, “A Validated Intrinsic Religious Motivation Scale”, **Journal for The Scientific of Religion** 1972, 11, pp.369-376 akt. Faruk Karaca, “Din Psikolojisinde Metot Sorunu ve Bir Dindarlık Ölçeğinin TürkToplumuna Standardizasyonu”, **Ekev Akademi Dergisi**, 2001, (3)1, 196-199

¹³ Bkz. G. W. Allport & J.M. Ross, “Personal Religious Orientation and Prejudice”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1967, 5, 432-443

¹⁴ Bkz. Faruk Karaca, **Ölüm Psikolojisi**, Beyan Yay., İstanbul, 2000, s.290-292

¹⁵ Anket formunda, deruni dini motivasyon ölçeğinde, ilk 7 soru olumlu, 8, 9 ve 10. soru olumsuz şekilde yerleştirilmiştir.

uygulama sonuçları, tez danışmanı ve istatistik uzmanları tarafından değerlendirildikten sonra esas uygulamaya geçilmiştir.

Anketin uygulanması sırasında cinsiyet ve yaş gibi değişkenlerin homojen dağılımına dikkat edilmeye çalışılmıştır. Uygulama sonucunda, değerlendirmeye alınan 600 anket formundan, 72 adedi bazılarının tamamen doldurulmaması, bazılarının ise büyük bir kısmının boş bırakılması sebebiyle değerlendirmeye alınmamıştır. Araştırmanın başlangıcında öngörülen 600 kişilik örneklem grubu 528 kişi olarak değerlendirilmiştir. Dolayısıyla, analizler ve yorumlar 528 kişi üzerinden yapılmıştır.

1.2.5. Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Araştırmada anket tekniği ile elde edilen yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, eğitim düzeyi, dindarlık gibi nitel veriler,¹⁶ sayısal değere dönüştürülerek bilgisayar girdisine uygun hale getirilmiştir. Verilerin bilgisayara aktarılmasında ve değerlendirilmesinde, bu çeşit araştırmadaki değişkenler, nitel yapıda olduğu için parametrik olmayan istatistiksel tekniklerin uygulanabileceği programlardan biri olan ve sosyal bilimler için uygun istatistik paket programı içeren “SPSS 16”¹⁷ adlı hazır paket program kullanılmıştır.

Yukarıda adı geçen istatistik analiz programı kullanılarak öncelikle örneklem grubuna ilişkin demografik değişkenlerin ve stres kaynağına ilişkin bulguların düz frekans tabloları yapılarak istatistiksel veriler yüzdelik değerler şeklinde belirtilmiştir. Dindarlık ile benlik saygısı ve dini başa çıkma bağımlı değişkenleri arasındaki ayrıca benlik saygısı ile dini başa çıkma arasındaki ilişkiyi tespit etmek için “Pearson Korelasyon Analizi Tekniği”¹⁸ kullanılmıştır.

Ayrıca araştırmada çeşitli değişkenler arasındaki farklılıkların anlamlı olup olmadıklarını tespit etmek için başka istatistiksel yöntemler de kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerden biri olan cinsiyet değişkeni ile dindarlık, benlik saygısı, başa çıkma ve dini başa çıkma arasına farklılık olup olmadığını ortaya koymak için, parametrik istatistik

¹⁶ Nitel veri: Sözcüklerle ifade edilen veriler; nicel veri ise; sayılarla ifade edilen veridir. Geniş bilgi için bkz. Gürsakal, a.g.e., s. 31.

¹⁷ SPSS programı hakkında geniş bilgi için bkz., Altunışık, v.d., ss., 352-373; Gürsakal, a.g.e., ss.46-69

¹⁸ Pearson Korelasyon Analizi: Aralıklı ya da oranlı ölçek düzeyinde ölçülen iki değişken arasındaki doğrusal ilişkiyi tespit etmek için kullanılan bir analiz tekniğidir. Bu tekniğin kullanılması için değişkenlerin normal dağılımı gerekmektedir. Korelasyon analizi sonucunda hesaplanan korelasyon katsayısı “r” ile gösterilir ve -1 ile +1 arasında değerler alabilir. Katsayının +1 olması iki değişken arasında mükemmel bir pozitif ilişki; -1 olması ikideğişken arasında bir negatif ilişki olduğunu gösterir. Katsayının 0 (sıfır) olması ise iki değişken arasında herhangi bir ilişkinin olmadığını göstermektedir. Bkz. Remzi Altunışık-v.d., a.g.e., s.226-228.

analiz tekniklerinden biri olan “-t-Testi Analizi”¹⁹ ; yaş, sosyo-ekonomik düzey, okul türü, anne-baba eğitim düzeyi gibi demografik özellikleri gösteren bağımsız değişkenler ile dindarlık, benlik saygısı, başa çıkma ve dini başa çıkma arasında; stres kaynağı ile benlik saygısı ve dini başa çıkma arasında farklılık olup olmadığını tespit etmek için yine parametrik analiz tekniklerinden biri olan “Tek yönlü Varyans Analizi / ANOVA”²⁰ kullanılmıştır.

İki değişken arasında anlamlı fark olup olmadığını gösteren Tek Yönlü Varyans Analizi/ANOVA sonrası, farklılığın nereden kaynaklandığını tespit etmeye yönelik analiz sonrası hangi testlerin (post-hoc test) kullanılacağına karar vermek için öncelikle “Levene Testi” yapılarak grup dağılımlarının (varyansların) eşit olup ve olmama durumu test edilmiştir. Varyansların eşit olduğu durumlarda ($p>.05$), “Scheffe, Tukey ve LSD Testleri”, varyansların eşit olmadığı durumlarda ($p<.05$) “Tamhane’s T2 testi” sonucunda elde edilen analiz değerleri esas alınmıştır. Elde edilen analiz değerleri tablolar şeklinde gösterilmiştir.

Araştırmadan elde edilecek verilerin değerlendirilmesinde, 0,05 (% 5) hata payı veya başka bir ifade ile 0,95 (% 95) güven düzeyi ölçü alınmıştır.²¹

2. ARAŞTIRMA BULGULARI VE ANALİZLER

2.1. SOSYO DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER İLE İLGİLİ BULGULAR

Araştırmada kullanılan demografik değişkenlerin örneklem grubuna göre dağılımlarının tablolar halinde gösterilmesi ve sözel ifadeleri aşağıdaki şekildedir.

Tablo 2 Örneklem Grubunun Cinsiyete Göre Dağılımı		
Cinsiyet	N	%
Erkek	264	50,0
Kız	264	50,0
Toplam	528	100,0

¹⁹ T Testi: Psikometrik ölçüm sonucunda, iki ayrı grup arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olup olmadığını tespit etmek için kullanılan istatistiksel analiz tekniğidir. Örneklemen tek ve bağımsız ve ilişkili olmasına göre çeşitleri vardır. Bkz. Altunışık-v.d., a.g.e.,s.180-181.

²⁰ Tek Yönlü Varyans Analizi /ANOVA: İki veya daha fazla grup arasında karşılaştırmaların yapıldığı veya farklılıkların tespitine yönelik istatistiksel analiz tekniğidir. Bkz. Altunışık- v.d., a.g.e., s.197-199.

²¹ Geniş bilgi için bkz., Yurdal Topsever, **Psikolojide Araştırma, Deney ve Analiz**, Ege Üniv. Basımevi, No:60, İzmir, 1991, s.67-69

Yukarıdaki tablodan elde edilen bilgilere göre, araştırmaya 528 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılanların, % 50'sini (264) kızlar, % 50'sini (264) erkekler oluşturmaktadır. Araştırmada erkek ve kızlarının oranlarının birbirine eşit olduğu görülmektedir.

Tablo 3 Örneklem Grubunun Yaş Göre Dağılımı

Yaş	N	%
14 ve altı	75	14,2
15-16	209	39,6
17-18	244	46,2
Toplam	528	100,0

Tabloda görüldüğü gibi, araştırmada örneklem grubunun yaşlara göre dağılımı şöyledir: 14 ve altı yaş grubunda olanların oranı, %14, 2 (75), 15-16 yaş grubunda olanlar, % 36,6 (209), 17- 18 yaş grubunda olanlar ise % 46, 2 (244) 'dir. Örneklem grubunun yaşlara göre dağılımına genel olarak bakıldığında en yüksek oranı, 17- 18 yaş grubunun oluşturduğu görülmektedir. İkinci sırayı 15-16 yaş grubu oluşturmakta, bunu 14 ve altı yaş grubu izlemektedir. Katılımcıların yaş profiline bakıldığında çoğunluğu ergenliğin son dönemlerini yaşayanların oluşturduğu söylenebilir.

Tablo 4 Örneklem Grubunun Sınıfa Göre Dağılımı

Sınıf	N	%
lise 1	148	28,0
lise 2	127	24,1
lise 3	124	23,5
lise 4	129	24,4
Toplam	528	100,0

Yukarıdaki tablodan elde edilen veriler incelendiğinde, lise 1. sınıftaki öğrencilerin oranı, % 28 (148), lise 2. sınıfta olanların oranı % 24,1 (127)' dir. Lise 3. sınıfta olanlar, % 23,5 (124), lise 4. sınıfta olanlar ise % 24,4 (129)'lük bir oranı oluşturmaktadır. Örneklem grubunun eğitim görülen sınıf düzeyi açısından dağılımına bakıldığında, lise 1. sınıfa devam edenlerin oranlarının daha yüksek, diğerlerinin oranlarının ise birbirine yakın olduğu görülmektedir.

Tablo 5 Örneklem Grubunun Okul Türüne Göre Dağılımı		
Okul Türü	N	%
Genel lise	89	16,9
Meslek lisesi	100	18,9
Anadolu lisesi	77	14,6
Fen lisesi	100	18,9
Özel lise	75	14,2
İ.H.L. /Anadolu İ.H.L.	87	16,5
Toplam	528	100,0

Yukarıdaki tabloya göre, örneklem grubunun öğrenim gördüğü okul türüne göre dağılımı şöyledir: Genel lisede öğrenim görenler % 16,9 (89), meslek lisesi %18,9 (100), Anadolu lisesi % 14,6 (77), Fen lisesi % 18, 9 (100), Özel lise % 14, 2 (75), İmam- Hatip Lisesi % 16,5 (87)'lik oranı oluşturmaktadır. Örneklem grubunun okullara göre dağılımının birbirine oldukça yakın oranlarda olduğu görülmektedir.

Tablo 6 Örneklem Grubunun Sosyo-Ekonomik Duruma Göre Dağılımı		
Sosyo-Ekonomik Düzey	N	%
Ortanın altı	42	8,0
Orta	352	66,7
Ortanın üstü	134	25,4
Toplam	528	100,0

Yukarıdaki veriler doğrultusunda, örneklem grubunun konuyla ilgili kişisel algılarına dayanarak sosyo-ekonomik düzeye göre dağılımları şöyledir; düşük düzeyde olanların oranı % 1,9 (10)*; ortanın altında olanların oranı % 6,1 (32)'dir. Bunun yanı sıra orta düzeyde olanların % 66, 7 (352)'lik, ortanın üzerinde olanların ise % 25, 4 (134)'lük oranda oldukları görülmektedir. Genel profile bakıldığında, araştırmaya katılanların büyük çoğunluğunun orta düzeyde ekonomik seviyeye sahip oldukları görülmekte, ikinci sırayı ise ortanın üstünü sosyo-ekonomik düzeyde olanlar oluşturmaktadır. Bunu ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlar izlemektedir.

* “Düşük sosyo ekonomik düzey”e sahip olanların oranı az olduğu için araştırmanın analiz aşamasında daha güvenilir sonuçlar elde etmek için “ortanın altı sosyo-ekonomik düzey” maddesi ile birleştirilmiştir.

Tablo 7 Örneklem Grubunun Anne Eğitim Durumuna Göre Dağılımı		
Anne Eğitim Düzeyi	N	%
Herhangi bir okuldan mezun değil	38	7,2
İlkokul	161	30,5
Ortaokul	96	18,2
Lise	138	26,1
Yüksekokul/üniversite	95	18,0
Toplam	528	100,0

Yukarıdaki tablodan elde edilen verilere göre, örneklem grubunun annelerinin eğitim düzeylerine göre dağılımlarına bakıldığında, herhangi bir okuldan mezun olmayanların oranı % 7,2 (38)'dir*. İlkokul mezunlarının oranının % 30,5 (161), ortaokul mezunlarının oranının %18,2 (96) olduğu görülmektedir. Annesi lise mezunu olanlar % 26,1 (95)'lik, yüksekokul veya üniversite mezunu olanlar ise, %18 (95)'lik bir oranı oluşturmaktadır. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, anne eğitim düzeyinde ilk sırayı, ilkokul mezunlarının, ikinci sırayı ise lise mezunlarının aldığı görülmektedir. Bunu ortaokul mezunları izlemektedir. Yüksek okul/üniversite mezunları ile ortaokul mezunlarının oranı birbirine oldukça yakın çıkmıştır. Herhangi bir okuldan mezun olmayanların oranlarının ise oldukça düşük olması eğitim seviyesi açısından oldukça sevindiricidir.

Tablo 8 Örneklem Grubunun Baba Eğitim Durumuna Göre Dağılımı		
Baba Eğitim Düzeyi	N	%
Herhangi bir okuldan mezun değil	19	3,6
İlkokul	101	19,1
Ortaokul	91	17,2
Lise	160	30,3
Yüksekokul/üniversite	157	29,7
Toplam	528	100,0

* Anne eğitim düzeyinde okuma yazma bilmeyenlerin oranı % 2,3 (12), sadece okuma yazma bilip herhangi bir okuldan mezun olmayanların oranı % 4,9 (26) olup düşük bir oranda olduğu için, istatistiki analizler aşamasında bu iki oran “herhangi bir okuldan mezun olmayanlar” şeklinde birleştirilmiştir.

Yukarıdaki tabloya göre, örneklem grubunun babalarının eğitim düzeyleri şöyledir: Herhangi bir okuldan mezun olmayanların oranı % 3,6 (19)*, ilkokul mezunlarının oranı, % 19,1 (101)'dir. Babaları ortaokul mezunu olalar % 17,2 (91), lise mezunu olanlar % 30,3 (160), yüksekokul veya üniversite mezunu olanlar ise, % 29,7 (157)'lik bir oranı oluşturmaktadır. Elde edilen veriler incelendiğinde, örneklem grubunun babalarının eğitim düzeyinde ilk sırayı, lise mezunu olanlar oluşturmakta, yüksekokul veya üniversite mezunu olanlar ikinci sırada yer almaktadırlar. Üçüncü sırayı ise, ilkokul mezunları oluşturmakta, bunu ortaokul mezunları takip etmektedir. Herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ise en son sırayı oluşturmaktadırlar.

2.2. STRES KAYNAĞI İLE İLGİLİ BULGULAR

2.2.1. Stres Kaynağı İle İlgili Bulgular

Tablo 9 Örneklem Grubunun Yaşadığı Stresli Olaya Göre Dağılımı		
Yaşanan Stresli Olay	N	%
Aile fertlerinden birinin olumu	45	8,5
Ekonomik sıkıntılar	56	10,6
Sakatlık	10	1,9
Duygusal ilişki sorunu	98	18,6
Yaralanma/hastalık	27	5,1
Aile ile çatışma	19	3,6
Aile içi sorunlar	58	11,0
Deprem	12	2,3
Sınavda başarısızlık	150	28,4
Diğer	53	10,0
Toplam	528	100,0

Yukarıdaki tablodan elde edilen bilgilere göre, örneklem grubunun yaşadığı stresli olayın çeşidine göre dağılımına bakıldığında, en yüksek puan ortalamasını (% 28,4)

* Baba eğitim düzeyinde, okuma yazma bilmeyenlerin oranı % 0,4 (2) ; sadece okuma yazma bilip herhangi bir okuldan mezun olmayanların oranı % 3,2 (17) olup, düşük bir oran olduğu için istatistiki analizlerde bu iki oran “her hangi bir okuldan mezun olmayanlar” şeklinde birleştirilmiştir.

sınavda başarısızlık, en düşük puan ortalamasını ise (% 1,9) sakatlık oluşturmaktadır. İkinci sırayı duygusal ilişki sorunu (% 18,6), üçüncü sırayı aile içi sorunlar (% 11), dördüncü sırayı (%10,6) ile ekonomik sıkıntılar izlemektedir. Diğer, seçeneğini işaretleyenler örneklem grubunun % 10'unun oluşturmaktadır. Aile fertlerinden birinin ölümü, % 8,5'i, yaralanma hastalık % 5,1'i, aile ile çatışma örneklem grubunun 3,6'sını, depresyon ise % 2,3'ünü oluşturmaktadır.

2.2.2. Stres Kaynağının Zamanı İle İlgili Bulgular

Tablo 10 Yaşanan Stresli Olayın Zamanına Göre Dağılım

Stresli Olayın Zamanı	N	%
Son 6 ay içerisinde	135	25,6
Son 1 yıl içerisinde	132	25,0
Son 2 yıl içinde	88	16,7
Birkaç yıl önce	82	15,5
Diğer	91	17,2
Toplam	528	100,0

Stresli olayın ne zaman gerçekleştiğine yönelik dağılıma bakıldığında, en yüksek oranı % 25,6 ile “son 6 ay içerisinde” diyenler oluşturmakta, en düşük oranı ise, % 15,5 ile “birkaç yıl önce” diyenler oluşturmaktadır. İkinci sırayı, % 25 ile “son 1 yıl içinde” diyenler, üçüncü sırayı % 17,2 ile “diğer zamanları” işaretleyenler oluşturmakta, bunu % 16,7 ile “son iki yılda” diyenler izlemektedir.

2.2.3. Stres Kaynağının Etkisi İle İlgili Bulgular

Tablo 11 Yaşanan Stresli Olayın Etkisine Göre Dağılım

Stresli Olayın Etkisi	N	%
Oldukça olumsuz	161	30,5
Orta derece olumsuz	215	40,7
Biraz olumsuz	152	28,8
Toplam	528	100,0

Yaşanan stresli olayın meydana getirdiği etkiye göre örneklem grubunun dağılımına bakıldığında, en yüksek oranı % 40,7 ile “orta derecede olumsuz” diyenler, en

düşük oranı ise % 28,8 ile “biraz olumsuz” diyenler oluşturmaktadır. “Oldukça olumsuz” etkileneler ise, % 30,5 ikinci sırayı oluşturmaktadır.

2.3. DİNDARLIKLA İLE İLGİLİ BULGULAR

2.3.1. Demografik Değişkenler ve Dindarlık İlişkisi

Araştırmanın bu bölümünde, örneklem grubunun, “cinsiyet, yaş, sınıf, okul türü, sosyo-ekonomik durum, anne ve baba eğitim durumu” gibi demografik değişkenler ile “dindarlık”* arasındaki ilişkiye yönelik bulguların analizine yer verilecektir. Bu aşamada, demografik değişkenlerle dindarlık arasındaki ilişki ele alınırken, demografik değişkenler bağımsız, dindarlık ise bağımlı değişken olarak kabul edilmiştir.

Cinsiyet ve dindarlık arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını test etmek için “t-test”i analizi yapılmıştır. Yaş değişkeni ise, gelişim dönemlerine uygun olarak kategorilenmiş ve gruplar arası farklılığı tespit etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. ANOVA sonrası hangi post-hoc çoklu karşılaştırma tekniğinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle Levene’s testi ile grup dağılımlarının (varyanslarının) homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu durumlarda ($p>.05$), yaygın olarak kullanılan Scheffe çoklu karşılaştırma tekniği tercih edilmiştir. Scheffe testinin tercih edilmesinin nedeni testin alpha tipi hataya karşı duyarlı olmasıdır.

Tablo 12 Dindarlık Eğilimine Göre Dağılım

	N	Minimum	Maximum	Ortalama	Std.Sapma
Dindarlık	528	10,00	50,00	37,9186	7,71227

Araştırmaya katılanların dindarlık düzeyi ile ilgili bulgularına bakıldığında, “Derunî Dini Motivasyon Ölçeği”nden (Intrinsic Religious Motivation) aldıkları ortalama puanın 37,9186 (Std. Sapma=7,71227) olduğu görülmektedir. Ölçekten alınacak puanların

* Araştırmada, kullanılan ve Hoge tarafından oluşturulan “Deruni Dini Motivasyon Ölçeği” (Intrinsic Religious Motivation) örneklem grubunun dini davranış ve aktivitelerinin sıklığı ve mezhepsel tercihlerinin dışında dindarlığı derinlemesine ölçtüğü için, “dindarlık düzeyi” kavramı ile ifade edilmek istenen durum aslında örneklem grubunun “içsel dini eğilimi”dir. Ancak çalışmanın bütününde hipotezlerde geçen ifadelerle uyumlu olarak ayrıca “dindarlık düzeyi” kavramı kullanılmıştır. Bu tür kullanım, aynı ölçeğin kullanıldığı Karaca’nın çalışmasıyla da uyumludur. Bkz. Karaca, a.g.e.,299-300

maksimum 50, minimum 10 olduğu düşünülduğünde dağılımın homojen olduğu düşünülmektedir.

2.3.1.1. Cinsiyet ve Dindarlık İlişkisi

Tablo 13 Cinsiyet ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Std. S.	Std. hata
Dindarlık	Kız	264	38,6364	7,34202	,45187
	Erkek	264	37,2008	8,01528	,49331

Tablo 14 Cinsiyet ve Dindarlık Arasındaki Farklılaşmaya Yönelik Sonuçlar (Bağımsız T testi)

	sd	t	P
Dindarlık	526	2,146	,032

Cinsiyet & Dindarlık = $p < .05$

Yukarıdaki tablolardan elde edilen verilere göre dindarlık ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında, örneklem grubunun cinsiyete göre dindarlık ortalamaları farklılık göstermektedir. Buna göre cinsiyet değişkeni açısından, dindarlık ölçeğinden alınan puanların ortalamalarına bakıldığında, kızların aldıkları puanların ortalaması ($x=38,6364$), erkeklerin aldıkları puanların ortalamasından ($x= 37,2008$) daha yüksektir. Örneklem grubunun dindarlıkları ile cinsiyetleri arasında istatistiksel olarak ($t=2,146$; $p=,032$) anlamlı bir fark olduğu ortaya konmuştur. Kızların lehine bir farklılık söz konusudur.

2.3.1.2. Yaş ve Dindarlık İlişkisi

Tablo 15 Yaş ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

	Yaş	N	$\bar{X}$	Std. S.	St.Hata
Dindarlık	14 ve altı	75	36,3600	7,97401	,92076
	15-16	209	37,1244	7,59895	,52563
	17-18	244	39,0779	7,58695	,48570
	Toplam	528	37,9186	7,71227	,33563

Tablo 16 Yaş ve Dindarlık Arasındaki Farklılaşmaya Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Scheffe testi)							
	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Dindarlık	Gruplar Arası	641,932	2	320,966	5,488	,004	3 ile 1 arasında; 3 ile 2 arasında [Scheffe testi]
	Grup İçi	30703,566	525	58,483			
	Toplam	31345,498	527				

Yaş & Dindarlık = $p < .05$

Yukarıdaki tablodan elde edilen bilgilere göre, yaş değişkeni ile dindarlık arasındaki ilişki incelendiğinde, 17-18 yaş grubunun aldığı puan ortalaması ($x=39,0779$) en yüksek, 14 ve altı yaş grubunun puan ortalamasının ($x=36,3600$) ise en düşük olduğu görülmektedir. 15-16 yaş grubu ($x=37,1244$) ikinci sırayı almaktadır. Konuyla ilgili yapılan istatistiki analiz sonucunda örneklem grubunun yaşlara göre dağılımı ile dindarlık arasında anlamlı ($F=5,488$; $p < .05$) farklılık bulunmuştur. Gruplar arasındaki farklılığa ilişkin yapılan Scheffe testi sonucunda, farklılığın 14 ve altı yaş ile 17-18 yaş grubu arasından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Ayrıca, 15-16 yaş grubu ile 17-18 yaş grubu arasında farklılığın olduğu gözlenmektedir. Buradan hareketle, 14 ve altı yaş grubu ve 15-16 yaş grubundaki ergenlerin, 17-18 yaş grubu ergenlerine göre dindarlık düzeylerinin daha düşük olduğu söylenebilir. Buna göre, yaş yükseldikçe örneklem grubunun dindarlık düzeyinin yükseldiği söylenebilir.

2.3.1.3. Okul Türü ve Dindarlık İlişkisi

Tablo 17 Okul Türü ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std. Hata
Dindarlık	Genel lise	89	39,0899	7,44165	,78881
	Meslek Lisesi	100	39,6100	5,56485	,55649
	Anadolu Lisesi	77	28,8831	4,32244	,49259
	Fen Lisesi	100	36,2400	8,11050	,81105
	Özel lise	75	39,1600	6,61906	,76430
	İ.H.L.	87	43,6322	5,17174	,55447
	Toplam	528	37,9186	7,71227	,33563

Tablo 18 Okul Türü ve Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tamhane's T 2 testi)

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Dindarlık	Gruplar Arası	9931,929	5	1986,386	48,422	,000	1-3,6; 2-3,6; 3-4,5,6; 4-6; 5-6 arasında [Tamhane's T 2 testi]
	Grup İçi	21413,569	522	41,022			
	Toplam	31345,498	527				

Okul Türü & Dindarlık = $p < .05$

Yukarıdaki tablolardan elde edilen bilgilere göre, öğrenim görülen okul türü değişkeni ile dindarlık arasındaki ilişki incelendiğinde, İ.H.L'nin dindarlık ölçeğinden aldığı puan ortalaması ($x=43,6322$) en yüksek düzeydedir. İkinci sırayı, aynı puan ortalaması ile ($x=39,1600$) Meslek Lisesi ve Özel lise oluşturmaktadır. Genel lisenin aldığı puan ortalaması ($x= 39,0899$), üçüncü sırada yer almaktadır. Bunu Fen lisesinin puan ortalamasının ($x=36,2400$) izlediği görülmektedir. Dindarlıkta, Anadolu lisesi puan ortalaması ($x=28,8831$) en düşük seviyededir. Bu bulgulardan hareketle, öğrenim görülen okul türü ile dindarlık arasında anlamlı ($F= 48,422$; $p < .05$) bir fark tespit edilmiştir. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için gruplar birbirleriyle karşılaştırılmışlardır. Yapılan Tamhane's T2 testi sonucunda, genel lise ile Anadolu lisesi arasında genel lisenin lehine; meslek lisesi ile Anadolu lisesi arasında meslek lisesi lehine; fen lisesi ile Anadolu lisesi arasında Fen lisesi lehine; Anadolu lisesi ile özel lise arasında özel lise lehine; İ.H.L. ile diğer okullar arasında İ.H.L. lehine bir farklılık söz konusudur. Elde edilen verilerden hareketle, İ.H.L. öğrencilerinin dindarlıklarının en yüksek, buna karşılık Anadolu lisesi öğrencilerinin ise en düşük düzeyde olduğu söylenebilir.

2.3.1.4. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dindarlık İlişkisi

Tablo 19 Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

	Sosyo-Ekonomik Durum	N	Ort.	Std. S.	Std. Hata
Dindarlık	Ortanın Altı	42	37,4048	8,16016	1,25914
	Orta	352	38,7216	7,47736	,39854
	Ortanın üstü	134	35,9701	7,87300	,68012
	Toplam	528	37,9186	7,71227	,33563

Tablo 20 Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe testi)

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Dindarlık	Gruplar Arası	746,783	2	373,391	6,406	,002	2-3 arasında [Scheffe testi]
	Grup İçi	30598,716	525	58,283			
	Toplam	31345,498	527				

Sosyo-Ekonomik Düzey & Dindarlık = $p < .05$

Örneklem grubunun öznel sosyo-ekonomik düzey algıları ile dindarlık düzeyleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, örneklem grubunun aldığı ortalamalar şöyledir: Orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalamaları ($x=38,7216$) en yüksek, ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalamaları ($x=35,9701$) en düşüktür. Ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalamaları ($x=37,4048$) en yüksek ve en düşük puan ortalamalarına sahip olanların arasında yer almaktadır. Konuya ilişkin yapılan ANOVA testinde, sosyo-ekonomik düzey ile dindarlık arasında anlamlı ($F=4,392$; $p < .05$) bir farklılık tespit edilmiştir. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Scheffe testi ne göre, orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlar ile ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlar arasında, orta sosyo-ekonomik düzeydekiler lehine, $p < .05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buradan hareketle, orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların dindarlık eğilimlerinin, ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeydekilere göre daha yüksek olduğu söyleyebilir.

2.3.1.5. Anne Eğitim Düzeyi ve Dindarlık İlişkisi

Tablo 21 Anne Eğitim Düzeyi ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std. Hata
Dindarlık	Herhangi bir okuldan mezun değil	38	35,4737	7,93125	1,28662
	İlkokul	161	41,0870	6,41326	,50544
	Ortaokul	96	39,5938	6,38350	,65151
	Lise	138	37,2319	7,57376	,64472
	Yüksekokul/ Üniversite	95	32,8316	8,03669	,82455
	Toplam	528	37,9186	7,71227	,33563

Tablo 22 Anne Eğitim Düzeyi ve Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 testi)

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Dindarlık	Gruplar Arası	4636,201	4	1159,050	22,696	,000	2-1; 2-4, 2-5; 3-5; 4-5 arasında farklılık [Tamhanene's T2 testi]
	Grup İçi	26709,298	523	51,069			
	Toplam	31345,498	527				

Anne Eğitim Düzeyi & Dindarlık = $p < .05$

Dindarlık ile anne eğitim düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde dindarlık açısından, en yüksek puan ortalamasına ($x=41,0870$) annesi ilkököl mezunu olanlar, en düşük puan ortalamasına ($x=32,8316$) ise annesi yükseköğretim/üniversite mezunu olanlar sahiptir. İkinci sırayı annesi ortaokul mezunu olanların puan ortalamaları ($x=39,5938$) almakta, bunu annesi lise mezunu olanlar ($x=37,2319$) ve herhangi bir okuldan mezun olmayanların ($x=35,4737$) puan ortalamaları izlemektedir. Konuya ilişkin yapılan “ANOVA Testi”nde, dindarlık eğilimi ile anne eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak ($F= 22,696$; $p < .05$) anlamlı farklılık ortaya çıkmıştır. Farklılıkların nerelerden kaynaklandığını belirlemek için yapılan “Tamhanene's T2 Testi”ne göre, annesi ilkököl mezunu olanlar ile herhangi bir okuldan mezun olmayanlar, lise ve yükseköğretim/üniversite mezunu olanlar arasında ilkököl mezunu olanların lehine; anneleri ortaokul mezunu olanlar ile yükseköğretim/üniversite mezunu olanlar arasında ortaokul mezunu olanların lehine; anneleri lise mezunu olanlar ile yükseköğretim/üniversite mezunları arasında lise mezunlarının lehine farklılık söz konusudur.

2.3.1.6. Baba Eğitim Düzeyi ve Dindarlık İlişkisi

Tablo 23 Baba Eğitim Düzeyi ve Dindarlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std. Hata
Dindarlık	Herhangi bir okuldan mezun olmayanlar	19	31,6842	6,61692	1,51803
	İlkokul	101	41,5050	5,68968	,56614
	Ortaokul	91	39,1099	6,27420	,65771
	Lise	160	37,4875	8,23628	,65114
	Yüksekokul/ Üniversite	157	36,1146	8,11928	,64799
	Toplam	528	37,9186	7,71227	,33563

Tablo 24 Baba Eğitim Düzeyi ve Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 Testi)

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Dindarlık	Gruplar Arası	2707,333	4	676,833	12,361	,000	2-1,4,5 ; 3-5; 4-1 arası farklılık [Tamhane T 2 testi]
	Grup İçi	28638,165	523	54,757			
	Toplam	31345,498	527				

Baba Eğitim Düzeyi & Dindarlık = $p < .05$

Dindarlık ile baba eğitim düzeyi arasındaki ilişkiye yönelik alınan puanların ortalamalarına bakıldığında; en yüksek puan ortalaması ($x = 41,5050$) babaları ilköğretim mezunu olanlara aittir. İkinci sırayı babaları ortaokul mezunu olanların aldıkları puan ortalamaları ($x = 39,1099$) oluşturmaktadır. Daha sonra babaları lise ($x = 37,4875$) ve yüksekokul/üniversite mezunu olanların puan ortalamaları ($x = 36,1146$) yer almakta, en düşük puan ortalaması ise, babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanların puan ortalamalarına ($x = 31,6842$) aittir. Konu ile ilgili yapılan ANOVA testinde, dindarlık ile baba eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak ($F = 12,361$; $p < .05$) anlamlı farklılık bulunmuştur.

Tek yönlü ANOVA'nın temel varsayımı olan varyansların homojenliği testine göre, varyansların homojen olmadığı görülmektedir. Bu nedenle, gruplar arasındaki farklılıkların kaynağına ilişkin varyansların homojen olmadığı durumlarda kullanılan Posthoc testlerinden, Tamhanene's T2 testi kullanılmıştır. Söz konusu analiz sonucunda, babaları

ilkokul mezunu olanlar ile herhangi bir okuldan mezun olmayanlar, babaları lise ve yüksekokul/üniversite mezunu olanlar arasında babaları ilkokul mezunu olanların lehine farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca, babaları ortaokul mezunu olanların, babaları yüksekokul üniversite mezunu olanlara göre dindarlık eğilimleri daha yüksektir. Lise mezunu olanların herhangi bir okuldan mezundan olmayanlara göre dindarlıkları daha yüksektir.

2.4. BENLİK SAYGISI : Genel Profil

Araştırmanın bu bölümünde, öncelikle örneklem grubunun benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanların ortalamalarına ve “cinsiyet, yaş, okul türü, sosyo-ekonomik durum, anne ve baba eğitim durumu” gibi demografik değişkenler ile benlik saygısı arasındaki ilişkiye yönelik bulguların analizine yer verilecektir. Bu aşamada, demografik değişkenlerle, benlik saygısı arasındaki ilişki ele alınırken, demografik değişkenler bağımsız; benlik saygısı ise bağımlı değişken olarak kabul edilmiştir.

Tablo 25 Örneklem Grubunun Benlik Saygısı Düzeylerine Göre Dağılımı

Benlik Saygısı Düzeyleri	N	%
Yüksek	243	46,0
Orta	250	47,3
Düşük	35	6,6
Toplam	528	100,0

Örneklem grubunun benlik saygısı düzeyine göre dağılımlarına bakıldığında, benlik saygısı orta düzeyde olanlar örneklem grubunun % 47’3’ünü, yüksek düzeyde olanlar % 46’sını, benlik saygısı düşük olanlar ise % 6,6’lık bir oranı oluşturmaktadır.

2.4.1. Benlik Saygısının Demografik Değişkenlerle İlişkisi

2.4.1.1. Cinsiyet ve Benlik Saygısı İlişkisi

Tablo 26 Cinsiyet ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Std. S.	Std. hata
Kız	264	1,7273	1,44922	,08919
Erkek	264	2,0644	1,55251	,09555

Tablo 27 Cinsiyet ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılaşmaya Yönelik Sonuçlar (Bağımsız T testi)			
Değerler	sd	t	p
Benlik Saygısı	526	2,579	,010

Cinsiyet & Benlik Saygısı = $p < .05$

Cinsiyet değişkeni ile benlik saygısı arasındaki ilişkiye bakıldığında, erkeklerin aldıkları puanların ortalamaları ($x=2,0644$), kızların puan ortalamalarından ($x=1,7273$) daha yüksektir. Konuya ilişkin yapılan istatistiki analiz (t- testi) sonucunda, cinsiyet ile benlik saygısı arasında önemli düzeyde anlamlı bir farklılık olduğu ($t= 2,579$; $p < .05$) gözlenmiştir.

2.4.1.2. Yaş ve Benlik Saygısı İlişkisi

Tablo 28 Yaş ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
Benlik	Yaş	N	$\bar{X}$	Std. S.	Std. H.
Benlik Saygısı	14 ve altı	75	2,0933	1,46281	,16891
	15-16	209	1,8325	1,48573	,10277
	17-18	244	1,8893	1,54495	,09891
	Toplam	528	1,8958	1,50979	,06570

Tablo 29 Yaş ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA)						
Değerler	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Benlik Saygısı	Gruplar Arası	3,773	2	1,887	,827	,438
	Grup İçi	1197,498	525	2,281		
	Toplam	1201,271	527			

Yaş & Benlik Saygısı = $p > .05$

Tablo-28 ve 29'daki bulgulara dayanarak yaş ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye bakıldığında, en yüksek puan ortalamasına ($x=2,0933$) 14 ve altı yaş grubunda olanlar sahiptir. İkinci sırayı 17-18 yaş grubu almakta ($x=1,8893$), en düşük puan ortalaması ($x=1,8325$) ise, 15-16 yaş grubuna aittir. Konuya ilişkin yapılan ANOVA Testinde, yaş değişkeni ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak ($F= ,827$; $p > .05$) anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır.

2.4.1.3. Okul Türü ve Benlik Saygısı İlişkisi

Tablo 30 Okul Türü ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Değerler	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Benlik Saygısı	Genel lise	89	1,6854	1,49693	,15867
	Meslek Lisesi	100	1,9900	1,69071	,16907
	Anadolu Lisesi	77	2,8312	,67673	,07712
	Fen Lisesi	100	1,6700	1,63333	,16333
	Özel lise	75	1,2933	1,15984	,13393
	İ.H.L.	87	1,9540	1,59146	,17062
	Toplam	528	1,8958	1,50979	,06570

Tablo 31 Okul Türü ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tamhanene's T2 testi)

Değerler	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Benlik Saygısı	Gruplar Arası	104,812	5	20,962	9,980	,000	3 ile diğerleri arası; 6-5; [Tamhanene's T2 testi]
	Grup İçi	1096,459	522	2,100			
	Toplam	1201,271	527				

Okul Türü & Benlik Saygısı = $p < .05$

Tablo-30 ve 31'deki bulgulara göre okul türü değişkeni ile benlik saygısı arasındaki ilişkiye bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=2,8312$), Anadolu lisesine aittir. Meslek lisesi ikinci ($x=1,9900$), İ.H.L. ise üçüncü sırayı ($x=1,9540$) almaktadır. Bunları ise, genel lise ($x=1,6854$) ve Fen lisesi ($x=1,6700$) izlemektedir. En düşük puan ortalaması ise ($x=1,2933$), özel liseye aittir. Konuya ilişkin yapılan ANOVA testi sonuçlarına göre, söz konusu iki değişken arasında önemli derecede ($F=9,980$; $p < .05$) anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığına dair yapılan Tamhanene's T2 testine göre; Anadolu lisesi ile diğer liseler arasında farklılık oluşmuştur. Buna göre Anadolu lisesinin benlik saygısı düzeyi daha yüksektir. Ayrıca İ.H.L. ile özel lise arasında İ.H.L. lehine bir farklılık ortaya çıkmıştır.

2.4.1.4. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Benlik Saygısı İlişkisi

Tablo 32 Sosyo-Ekonomik Düzey ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Değerler	Sosyo-Ekonomik Düzey	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Benlik Saygısı	Ortanın Altı	42	2,5476	1,58040	,24386
	Orta	352	1,8551	1,51122	,08055
	Ortanın üstü	134	1,7985	1,44462	,12480
	Toplam	528	1,8958	1,50979	,06570

Tablo 33 Sosyo-Ekonomik Düzey ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Scheffe Testi)

Değerler	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Benlik Saygısı	Gruplar Arası	19,696	2	9,848	4,376	,013	1-2 ve 3 arasında [Scheffe testi]
	Grup İçi	1181,575	525	2,251			
	Toplam	1201,271	527				

Sosyo-Ekonomik Düzey & Benlik Saygısı= $p < .05$

Tablo 32 ve 33'deki verilere göre örneklem grubunun aldığı puanların ortalamalarına bakıldığında, ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalamalarının ($x=2,5576$) en yüksek, ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların aldıkları puanların ortalamalarının ($x=1,7985$) ise en düşük olduğu görülmektedir. Orta sosyo-ekonomik düzeyde olanların aldıkları puanların ortalaması ($x=1,8551$) ise, ortanın altı ve en yüksek puan ortalamasına sahip olanların arasında yer almaktadır. Konuya ilişkin yapılan istatistiki analiz sonucunda, sosyo-ekonomik düzey ve benlik saygısı arasında istatistiksel olarak, anlamlı bir farklılık olduğu ($F= 4,376$; $p < .05$) görülmektedir. Farklılığın nereden kaynaklandığına yönelik Scheffe testinde, ortanın altı sosyo-ekonomik düzey ile orta ve ortanın üstü sosyo-ekonomik düzey arasında, sosyo-ekonomik düzeyi ortanın altında olanların lehine bir farklılık söz konusudur.

2.4.1.5. Anne Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı İlişkisi

Tablo 34 Anne Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Değerler	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Benlik Saygısı	Herhangi bir okuldan mezun olmayanlar	38	2,4211	1,05604	,17131
	İlkokul	161	1,9565	1,54251	,12157
	Ortaokul	96	1,7500	1,46539	,14956
	Lise	138	1,7319	1,63689	,13934
	Yüksekokul/ Üniversite	95	1,9684	1,42510	,14621
	Toplam	528	1,8958	1,50979	,06570

Tablo 35 Anne Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA)

Değerler	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Benlik Saygısı	Gruplar Arası	17,327	4	4,332	1,914	,107
	Grup İçi	1183,944	523	2,264		
	Toplam	1201,271	527			

Anne Eğitim Düzeyi & Benlik Saygısı= $p > .05$

Tablo 34 ve 35'deki bulgulara göre, anne eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı ($F=1,914$; $p > .05$) bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Örneklem grubunun konuya ilişkin aldıkları puanların ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalamasına ($x=2,4211$) anneleri herhangi bir okuldan mezun olmayanlar; en düşük puan ortalamasına ($x=1,7319$) ise, anneleri lise mezunu olanlar sahiptir. Anneleri ilkokul ($x=1,9565$), ortaokul ($x=1,7500$) ve yüksekokul/üniversite ($x=1,9684$) mezunu olanların aldıkları puan ortalamaları ise en düşük ve en yüksek puan ortalamalarının arasında yer almaktadır.

2.4.1.6. Baba Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı İlişkisi

Tablo 36 Baba Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Değerler	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Benlik Saygısı	Herhangi bir okuldan mezun olmayanlar	19	2,3158	,94591	,21701
	İlkokul	101	2,2871	1,53842	,15308
	Ortaokul	91	1,6593	1,37614	,14426
	Lise	160	1,8250	1,57236	,12431
	Yüksekokul/ Üniversite	157	1,8025	1,51674	,12105
	Toplam	528	1,8958	1,50979	,06570

Tablo 37 Baba Eğitim Düzeyi ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tukey Testi)

Değerler	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Benlik Saygısı	Gruplar Arası	26,074	4	6,518	2,901	,021	2 ile 3 arasında [Tukey Testi]
	Grup İçi	1175,197	523	2,247			
	Toplam	1201,271	527				

Baba Eğitim Düzeyi & Benlik Saygısı= $p < .05$

Tablo 36 ve 37'deki bulgular incelenerek örneklem grubunun aldığı puan ortalamalarına bakıldığında, babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanlar en yüksek puan ortalamasına ($x=2,3158$), ortaokul mezunları ise en düşük puan ortalamasına ($x=1,6593$) sahiptir. Babaları ilkokul ($x=2,2871$), lise ($x=1,8250$) ve yüksekokul/üniversite ($x=1,8025$) mezunu olanların aldıkları puan ortalamaları ise en düşük ve en yüksek puan ortalamasına sahip olanların arasında yer almaktadır. Konuya ilişkin yapılan istatistiki analize göre, baba eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ($F=2,901$; $p < .05$) bir farklılık ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tukey testinde, babaları ilkokul mezunu olanlar ile ortaokul mezunu olanlar arasında ilkokul mezunları lehine bir farklılık ortaya çıkmıştır.

2.4.2. Stres Verici Olayın Türü ve Benlik Saygısı İlişkisi

Tablo 38 Yaşanan Olayın Türü ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Değerler	Stresli Olayın Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Benlik Saygısı	Aile fertlerinden birinin olumu	45	1,9778	1,58815	,23675
	Ekonomik sıkıntılar	56	2,3393	1,25447	,16764
	Sakatlık	10	2,4000	1,26491	,40000
	Duygusal ilişki sorunu	98	1,9184	1,74494	,17627
	Yaralanma/hastalık	27	1,7037	1,35348	,26048
	Aile ile çatışma	19	2,9474	1,43270	,32868
	Aile içi sorunlar	58	1,8276	1,54622	,20303
	Deprem	12	1,4167	,99620	,28758
	Sınavda başarısızlık	150	1,6800	1,37728	,11245
	Diğer	53	1,7358	1,59508	,21910
	Toplam	528	1,8958	1,50979	,06570

Tablo 39 Yaşanan Olayın Türü ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tukey Testi)

Değerler	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Benlik Saygısı	Gruplar Arası	47,281	9	5,253	2,358	,013	6 ile 9 arasında [Tukey testi]
	Grup İçi	1153,990	518	2,228			
	Toplam	1201,271	527				

Yaşanan Olayın Türü & Benlik Saygısı = $p < .05$

Tablo 38 ve 39 ‘daki verilere göre, yaşanan stres verici olayın türü ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye yönelik puan ortalamaları şöyledir: Aile ile çatışma en yüksek puan ortalamasına ($x=2,9474$) sahip olup, ikinci sırayı sakatlık ($x=2,4000$) almakta, bunu ekonomik sıkıntılar ($x=2,3393$), aile fertlerinin birinin ölümü ($x=1,9778$), duygusal ilişki sorunu ($x=1,9184$), aile içi sorunlar ($x=1,8276$) ve diğer seçeneğini işaretleyenlerin puan ortalamaları ($x=1,7358$) izlemektedir. Yaralanma/hastalık ($x=1,7037$), sınavda başarısızlık ($x=1,6800$) ve deprem ($x=1,4167$) ise son üç sırayı oluşturmaktadır. Konuya ilişkin yapılan ANOVA testine göre, yaşanan olayın türü ve benlik saygısı arasında, önemli

derecede anlamlı ($F=2,358$; $p<.05$) farklılık ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tukey testine göre, aile ile çatışma ile sınavda başarısızlık arasında aile ile çatışma lehine bir farklılık söz konusudur

2.4.3. Benlik Saygısı ile Dindarlık İlişkisi

Tablo 40 Benlik Saygısı ile Dindarlık Düzeyleri Arasındaki İlişki [Pearson Korelasyon]

Değişkenler	n	R	p
Benlik Saygısı & Dindarlık	528	-,137**	,002
* $p<.05$ düzeyinde anlamlı		** $p<.01$ düzeyinde anlamlı	

Benlik Saygısı & Dindarlık = $p<.05$

Tablo 40'da görüldüğü gibi, benlik saygısı ile dindarlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki ($r= -.137$; $p<.05$) tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre, örneklem grubunun benlik saygısı düzeyi yükseldikçe, dindarlık düzeyi düşmekte; dindarlık düzeyi yükseldikçe, benlik saygısı düzeyi düşmektedir.

2.4.4. Benlik Saygısı İle Dini Başa Çıkma İlişkisi

Tablo 41 Benlik Saygısı ile Dini Başa Çıkma Düzeyleri Arasındaki İlişki [Pearson Korelasyon]

Değişkenler	n	r	P
Benlik Saygısı & Olumlu Dini Başa Çıkma	528	133**	,002
Benlik Saygısı & Olumsuz Dini Başa Çıkma	528	-,108*	,013
* $p<.05$ düzeyinde anlamlı		** $p<.01$ düzeyinde anlamlı	

Benlik Saygısı & Olumlu Dini Başa Çıkma = $p<.05$

Benlik Saygısı & Olumsuz Dini Başa Çıkma = $p<.05$

Tablo 41'deki bulgulara göre, benlik saygısı ile olumlu dini başa çıkma arasında pozitif yönde ($r= 133^{**}$; $p<.05$) anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuca göre, örneklem grubunun benlik saygısı düzeyi arttıkça, olumlu dini başa çıkma düzeyi artmakta; benlik saygısı düzeyi azaldıkça olumlu dini başa çıkma düzeyleri de azalmaktadır.

Benlik saygısı ile olumsuz dini başa çıkma düzeyi arasında negatif yönde ($r=-108^{*}$; $p<.05$) anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Buna göre, örneklem grubunun benlik saygısı düzeyi

arttıkça, olumsuz dini başa çıkma düzeyleri azalmakta, benlik saygısı düzeyi azalmakta; olumsuz dini başa çıkma düzeyleri artmaktadır.

2.5. BAŞA ÇIKMA

Hipotez: “ Başa çıkma tarzları, demografik değişkenlere göre, değişmektedir.”

Başa Çıkma: Genel Profil

Tablo 42 Genel Grup Bazında Başa Çıkma Tüm Alt Boyutları Ortalama ve Standart Sapmaları			
Alt Boyutlar	N	Ort.	Std. S.
Aktif Başa çıkma	528	10,5492	2,52679
Planlama	528	11,0436	3,02237
DiğerAkt.Bırak.Sorun Üzr.odaklanma	528	9,4905	2,63243
Sosyal Destek Arama-Enstrümental-	528	10,5795	2,64850
Sosyal Destek Arama-Duygusal-	528	10,0265	2,74247
Duy.Odak.ve duy.Ortaya Koyma	528	10,4848	2,31400
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	528	7,1818	2,54170
Olumlu Tarzda Yeniden yorumlama	528	11,7197	2,58829
Yadsıma	528	7,2633	2,47661
Kabullenme	528	10,3636	2,85653
Alkol/İlaç Kullanma	528	5,8712	2,88069

Tablo 42’de görüldüğü gibi, başa çıkma alt boyutlarının örneklem grubuna göre dağılımlarına bakıldığında; “olumlu tarzda yeniden yorumlama” en yüksek ortalamayı ($x=11,7197$); “Alkol/ilaç kullanımı” ise en düşük ortalamayı ($x= 7,2633$) oluşturmaktadır. İkinci en yüksek ortalamayı ($x= 11,0436$) “planlama” oluşturmakta, bunu sırasıyla “ sosyal destek arama –enstrümental-” ($x=10,5795$), “aktif başa çıkma” ($x=10,5492$), “duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma” ($x=10,4848$), “kabullenme” ($x=10,3636$),”sosyal destek arama –duygusal-” ($x=10,0265$), “diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma” ($x=9,4905$), “davranışsal olarak ilgiyi kesme” ($x=7,1818$), “yadsıma” ($x=7,2633$) izlemektedir.

2.5.1. Başa Çıkmanın Demografik Değişkenlerle İlişkisi

2.5.1.1. Cinsiyet ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 43 Cinsiyet ve Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklığa Yönelik Sonuçlar (Bağımsız T testi)

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	Std. S.	Std.H	sd	t	P
Aktif Başa çıkma	Erkek	264	10,3750	2,49095	,15331	526	-1,587	,113
	Kız	264	10,7235	2,55496	,15725			
Planlama	Erkek	264	10,9735	3,03391	,18672	526	-,532	,595
	Kız	264	11,1136	3,01491	,18556			
DiğerAkt.Bırak.Sorun Üzr.odaklanma	Erkek	264	9,5189	2,61460	,16092	526	,248	,804
	Kız	264	9,4621	2,65480	,16339			
Sosyal Destek arama- Enstrümental-	Erkek	264	10,2311	2,69128	,16564	526	-3,047	,002
	Kız	264	10,9280	2,56300	,15774			
Sosyal destek arama- Duygusal-	Erkek	264	9,4545	2,62154	,16134	526	-4,896	,000
	Kız	264	10,5985	2,74620	,16902			
Duy.Odak.ve Duy.Ortaya Koyma	Erkek	264	10,1667	2,16494	,13324	526	-3,187	,002
	Kız	264	10,8030	2,41648	,14872			
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Erkek	264	7,2917	2,55624	,15733	526	,993	,321
	Kız	264	7,0720	2,52714	,15553			
Olumlu Tarzda Yeniden yorumlama	Erkek	264	11,5568	2,69004	,16556	526	-1,448	,148
	Kız	264	11,8826	2,47678	,15244			
Yadsıma	Erkek	264	7,3939	2,56255	,15771	526	1,213	,226
	Kız	264	7,1326	2,38528	,14680			
Kabullenme	Erkek	264	10,2311	2,89677	,17828	526	-1,067	,287
	Kız	264	10,4962	2,81495	,17325			
Alkol/İlaç Kullanma	Erkek	264	6,4356	3,22591	,19854	526	4,587	,000
	Kız	264	5,3068	2,36269	,14541			

Tablo-43'deki veriler dikkate alındığında, aktif başa çıkma ile cinsiyet arasında anlamlı ($t=-1,587$; $p > .05$) bir farklılık olmadığı görülmektedir. Ancak cinsiyet değişkenine göre aktif başa çıkma alt boyutlarından alınan puanların ortalamalarına bakıldığında,

kızların aldıkları puan ortalamaları ($x=10,7235$), erkeklerin aldıkları puanların ortalamasından ($x=10,3750$) biraz daha yüksektir.

Planlama alt boyutu ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık ($t=-,532$; $p >.05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya ilişkin puan ortalamaları dikkate alındığında; erkeklerin puan ortalamaları ($x=10,9735$); kızların puan ortalamalarından ($x=11,1136$) daha düşüktür.

Diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma ile cinsiyet arasında da, anlamlı bir farklılık söz konusu değildir. Ancak puan ortalamalarına bakıldığında, erkeklerin puan ortalamaları ($x=9,5189$), kızların puan ortalamalarından ($x=9,4621$) daha yüksektir.

Sosyal Destek Arama -enstrümental- ile cinsiyet arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($t=-3,047$; $p<.05$) ortaya çıkmıştır. Kızların puan ortalaması ($x=10,9280$), erkeklerin puan ortalamalarından ($x=10,2311$) daha yüksektir.

Sosyal Destek Arama -duygusal- ile cinsiyet arasında da önemli derecede anlamlı bir farklılık ($t=-4,896$; $p<.05$) ortaya çıkmıştır. Kızların puan ortalaması ($x=10,5985$), erkeklerin puan ortalamasından ($x=9,4545$) daha yüksektir.

Duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma ile cinsiyet ilişkisine bakıldığında, aralarında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($t=-3,187$; $p<.05$) söz konusudur. Kızların puan ortalamaları ($x=10,8030$), erkeklerin puan ortalamalarından ($x=10,1667$) daha yüksektir.

Davranışsal olarak ilgiyi kesme ile cinsiyet ilişkisine bakıldığında, ikisi arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($t=,993$; $p >.05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya ilişkin puan ortalamalarına bakıldığında, erkeklerin puan ortalamaları ($x=7,2917$), kızların puan ortalamalarından ($x=7,0720$) daha yüksektir.

Olumlu tarzda yeniden yorumlama ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık ($t=-1,448$; $p >.05$) ortaya çıkmamıştır. Konuya yönelik puan ortalamalarına göre, kızların puan ortalamaları ($x=11,8826$), erkeklerin puan ortalamalarından ($x=11,5568$) daha yüksektir.

Yadsıma ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında, ikisi arasında anlamlı bir farklılık ($t=7,3939$; $p >.05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak örneklem grubunun aldığı puan ortalamalarına bakıldığında, erkeklerin puan ortalamaları ($x=7,3939$), kızların puan ortalamalarından ($x=7,1326$) daha yüksektir.

Kabullenme ile cinsiyet ilişkisinde, ikisi arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($t=-1,067$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak puan ortalamalarına bakıldığında, kızların puan ortalamaları ($x=10,4962$), erkeklerin puan ortalamalarından ($x=10,2311$) daha yüksektir.

Alkol/ilaç kullanımı ile cinsiyet ilişkisine bakıldığında aralarında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Konuya ilişkin ortalamalar dikkate alındığında, erkeklerin puan ortalamaları ($x=6,4356$), kızların puan ortalamalarından ($x=5,3068$) daha yüksektir.

2.5.1.2. Yaş ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 44 Yaş ve Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Aktif Başa Çıkma	14 ve altı	75	11,3200	2,65167	,30619
	15-16	209	10,4258	2,50298	,17313
	17-18	244	10,4180	2,47569	,15849
	Toplam	528	10,5492	2,52679	,10996

Tablo 45 Yaş ve Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Aktif Başa çıkma	Gruplar Arası	51,939	5	25,969	4,116	,017	1 ile 3,4 arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	3312,781	522	6,310			
	Toplam	3364,720	527				

Yaş & Aktif Başa Çıkma= $p<.05$

Tablo 44 ve 45'deki bilgilere göre; yaş ile aktif başa çıkma ilişkisine yönelik ortalamalara bakıldığında, 14 ve altı yaş grubu en yüksek puan ortalamasına ($x= 11,3200$), 17-18 yaş grubu ise en düşük puan ortalamasına ($x=10,4180$) sahiptir. 15-16 yaş grubunun puan ortalaması ise en yüksek ve en düşük puan ortalamasının arasında yer almaktadır. Konuya ilişkin yapılan istatistiki analize göre yaş ile aktif başa çıkma arasında önemli derecede anlamlı farklılık ($F= 4,116$; $p<.05$) olduğu görülmektedir. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Scheffe testine göre, 14 ve altı yaş grubu ile 15-16 ve 17 18 yaş grubu arasında 14 ve altı yaş grubu lehine bir farklılık söz konusudur.

Tablo 46 Yaş ve Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Planlama	14 ve altı	75	11,3067	3,24234	,37439
	15-16	209	10,9569	2,97797	,20599
	17-18	244	11,0369	2,99840	,19195
	Toplam	528	11,0436	3,02237	,13153

Tablo 47 Yaş ve Planlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar						
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Planlama	Gruplar Arası	6,771	2	3,385	,370	,691
	Grup İçi	4807,227	525	9,157		
	Toplam	4813,998	527			

Yaş & Planlama= $p>.05$

Tablo 46 ve 47’de görüldüğü gibi, yaş ve planlama arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=,370$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya yönelik puan ortalamalarına bakıldığında, 17-18 yaş grubu en yüksek ($x=11,0369$), 15-16 yaş grubu ($x=10,9569$) en düşük puan ortalamasına sahiptir. 14 ve altı yaş grubu ($x=11,3067$) ise bu ikisinin arasında yer almaktadır.

Tablo 48 Yaş ve Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Diğer Akt. Bırak.Sorun Üzerine Odaklanma	14 ve altı	75	9,7467	2,82409	,32610
	15-16	209	9,6268	2,61733	,18104
	17-18	244	9,2951	2,58100	,16523
	Toplam	528	9,4905	2,63243	,11456

Tablo 49 Yaş ve Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Diğer Akt. Bırak. Sorun Üzerine Odaklanma	Gruplar Arası	18,122	2	9,061	1,309	,271
	Grup İçi	3633,831	525	6,922		
	Toplam	3651,953	527			

Yaş & Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma = $p>.05$

Tablo 48 ve 49'daki verilere bakıldığında, yaş ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=1,309$; $p>.05$) olmadığı görülmektedir. Ancak konuya ilişkin ortalamalar dikkate alındığında, en yüksek puan ortalamasını 14 ve altı yaş grubu ($x=9,7467$); en düşük puan ortalamasını ise 17-18 yaş grubu ($x=9,2951$) oluşturmaktadır. 15-16 yaş grubunun puan ortalaması ($x=9,6268$) ise en düşük ve en yüksek arasında yer almaktadır.

Tablo 50 Yaş ve Sosyal Destek Arama –Enstrümental- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Sosyal Destek Arama -Enstrümental-	14 ve altı	75	10,7200	2,44706	,28256
	15-16	209	10,4402	2,70639	,18720
	17-18	244	10,6557	2,66287	,17047
	Toplam	528	10,5795	2,64850	,11526

Tablo 51 Yaş ve Sosyal Destek Arama –Enstrümental- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal Destek Arama -Enstrümental-	Gruplar Arası	6,955	2	3,477	,495	,610
	Grup İçi	3689,704	525	7,028		
	Toplam	3696,659	527			

Yaş & Sosyal Destek Arama –Enstrümental- = $p>.05$

Tablo 50ve 51'deki verilere göre; yaş ile sosyal destek arama –enstrümental- arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=,495$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır.

Konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında, 14 ve altı yaş grubu en yüksek ($x=10,7200$), 15-16 yaş grubu en düşük ($x=10,4402$) puan ortalamasına sahiptir. 17-18 yaş grubunun puan ortalaması ($x=10,4402$) ise bu ikisinin arasında yer almaktadır.

Tablo 52 Yaş ve Sosyal Destek Arama –Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	14 ve altı	75	10,2133	2,51640	,29057
	15-16	209	10,0766	2,79145	,19309
	17-18	244	9,9262	2,77309	,17753
	Toplam	528	10,0265	2,74247	,11935

Tablo 53 Yaş ve Sosyal Destek Arama –Duygusal- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	Gruplar Arası	5,595	2	2,797	,371	,690
	Grup İçi	3958,034	525	7,539		
	Toplam	3963,629	527			

Yaş & Sosyal Destek Arama –Duygusal- = $p>.05$

Tablo- 52 ve 53’de görüldüğü gibi, yaş ile sosyal destek arama-duygusal- arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=,371$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuyla ilgili ortalamalara bakıldığında, en yüksek puan ortalamasını ($x=10,2133$) 14 ve altı yaş grubu oluşturmakta, bunu 15-16 yaş grubunun puan ortalaması ($x=10,0766$) izlemekte, 17-18 yaş grubunu ($x=9,9262$) ise en son sırayı almaktadır.

Tablo 54 Yaş ve Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Duygulara Odak.ve Duygu.Ortaya Koyma	14 ve altı	75	10,4667	2,52198	,29121
	15-16	209	10,5837	2,32750	,16100
	17-18	244	10,4057	2,24143	,14349
	Toplam	528	10,4848	2,31400	,10070

Tablo 55 Yaş ve Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Duygulara Odak.ve Duygu.Ortaya Koyma	Gruplar Arası	3,595	2	1,798	,335	,716
	Grup İçi	2818,283	525	5,368		
	Toplam	2821,879	527			

Yaş & Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma = $p>.05$

Tablo 54 ile 55'deki verilere göre, yaş ile duygulara odaklanma arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F= ,335$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında, 17-18 yaş grubunun puan ortalaması ($x=10,4057$) en düşük; 15-16 yaş grubunun puan ortalaması ($x= 10,5837$) ise en yüksektir. 14 ve altı yaş grubunun puan ortalaması ($x=10,4667$) ise bu ikisinin arasında yer almaktadır.

Tablo 56 Yaş ve Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	14 ve altı	75	6,7733	2,52326	,29136
	15-16	209	7,3254	2,63289	,18212
	17-18	244	7,1844	2,46348	,15771
	Toplam	528	7,1818	2,54170	,11061

Tablo 57 Yaş ve Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Gruplar Arası	16,822	2	8,411	1,303	,272
	Grup İçi	3387,723	525	6,453		
	Toplam	3404,545	527			

Yaş & Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme = $p>.05$

Tablo- 56 ve 57'ye bakıldığında, yaş ve davranışsal olarak ilgiyi kesme arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=1,303$; $p>.05$) ortaya çıkmadığı görülmektedir. Konuyla ilgili ortalamalara bakıldığında, 14 ve altı yaş grubu en düşük puan ortalamasını

($x=6,7733$), 15-16 yaş grubu ise en yüksek puan ortalamasını ($x=7,3254$) oluşturmaktadır. 17-18 yaş grubunun puan ortalaması ($x=7,1844$) ise, en yüksek ve en düşük puan ortalamasının arasında yer almaktadır.

Tablo 58 Yaş ve Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	14 ve altı	75	12,2000	2,64575	,30551
	15-16	209	11,5263	2,55338	,17662
	17-18	244	11,7377	2,59091	,16587
	Toplam	528	11,7197	2,58829	,11264

Tablo 59 Yaş ve Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	Gruplar Arası	25,197	2	12,598	1,887	,153
	Grup İçi	3505,318	525	6,677		
	Toplam	3530,515	527			

Yaş & Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama = $p>.05$

Tablo-58 ve 59'deki verilere göre, yaş ve olumlu tarzda yeniden yorumlama arasında önemli derecede anlamlı farklılık ($F=1,887$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında, 14 ve altı yaş grubu en yüksek puan ortalamasına ($x=12,2000$), 15-16 yaş grubu en düşük puan ortalamasına ($x=11,5263$) sahiptir. 17-18 yaş grubunun puan ortalaması ($x=11,7377$) bu ikisinin arasında yer almaktadır.

Tablo 60 Yaş ve Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Yadsıma	14 ve altı	75	6,8133	2,50240	,28895
	15-16	209	7,2010	2,39747	,16584
	17-18	244	7,4549	2,52437	,16161
	Toplam	528	7,2633	2,47661	,10778

Tablo 61 Yaş ve Yadsıma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar						
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Yadsıma	Gruplar Arası	24,957	2	12,478	2,042	,131
	Grup İçi	3207,451	525	6,109		
	Toplam	3232,407	527			

Yaş & Yadsıma = $p > .05$

Tablo 60 ve 61’de görüldüğü gibi, yaş ve yadsıma arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=2,042$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında, 17-18 yaş grubu en yüksek ($x=7,4549$), 14 ve altı yaş grubu en düşük puan ortalamasına ($x=6,8133$) sahiptir. 15-16 yaş grubunun puan ortalaması ($x=7,2010$) ise bu ikisinin arasında yer almaktadır.

Tablo 62 Yaş ve Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Kabullenme	14 ve altı	75	10,3600	2,98935	,34518
	15-16	209	10,6124	2,80076	,19373
	17-18	244	10,1516	2,85694	,18290
	Toplam	528	10,3636	2,85653	,12431

Tablo 63 Yaş ve Kabullenme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar						
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Kabullenme	Gruplar Arası	23,905	2	11,952	1,467	,231
	Grup İçi	4276,277	525	8,145		
	Toplam	4300,182	527			

Yaş & Kabullenme = $p > .05$

Tablo 62 ve 63’deki verilere göre, yaş ile kabullenme arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=1,467$; $p > .05$) tespit edilmemiştir. Ancak konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalamasına ($x=10,6124$) 15-16 yaş grubu, en düşük puan ortalamasına ($x=10,1516$) 17-18 yaş grubu sahiptir. 14 ve altı yaş grubunun puan ortalaması ($x=10,3600$), ise bu ikisinin arasında yer almaktadır.

Tablo 64 Yaş ve Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
Alt Boyutlar	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Alkol/İlaç Kullanımı	14 ve altı	75	5,7200	2,36277	,27283
	15-16	209	6,0000	3,08221	,21320
	17-18	244	5,8074	2,85302	,18265
	Toplam	528	5,8712	2,88069	,12537

Tablo 65 Yaş ve Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar						
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Alkol/İlaç Kullanımı	Gruplar Arası	6,176	2	3,088	,371	,690
	Grup İçi	4367,067	525	8,318		
	Toplam	4373,242	527			

Yaş & Alkol/İlaç Kullanımı = $p > .05$

Tablo 64 ve 65’de görüldüğü gibi, yaş ile alkol/ilaç kullanımı arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=,371$; $p>.05$) tespit edilmemiştir. Konuya yönelik puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek ortalama 15-16 yaş grubuna, en düşük puan ortalaması ($x=5,7200$) 14 ve altı yaş grubuna aittir. 17-18 yaş grubunun puan ortalaması ($x=5,8074$) ise bu ikisinin arasında yer almaktadır.

2.5.1.3. Okul Türü ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 66 Okul Türü ve Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Aktif Başa Çıkma	Genel Lise	89	9,9663	2,48838	,24241
	Meslek Lisesi	100	10,3200	2,42412	,32623
	Anadolu Lisesi	77	11,7403	2,86266	,22808
	Fen Lisesi	100	10,7000	2,28079	,26647
	Özel Lise	75	10,1600	2,30768	,27057
	İ.H.L	87	10,5172	2,52367	,10996
	Toplam	528	10,5492	2,52679	,26377

Tablo 67 Okul Türü ve Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar							
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Aktif Başa Çıkma	Gruplar Arası	158,451	5	31,690	5,159	,000	3 ile 1,2,5 arasında [Tamhanene's T2 Testi]
	Grup İçi	3206,268	522	6,142			
	Toplam	3364,720	527				

Okul Türü & Aktif Başa Çıkma = $p < .05$

Tablo- 66 ve 67'deki verilere göre, okul türü ve aktif başa çıkma ilişkisine yönelik puan ortalamaları şöyledir: En yüksek puan ortalaması ($x=11,7403$) Anadolu lisesine, en düşük puan ortalaması ($x=9,9663$) ise genel liseye aittir. Aktif başa çıkmada ikinci sırayı Fen lisesi ($x=10,7000$), üçüncü sırayı İ.H.L. ($x=10,5172$) almakta, bunları Meslek lisesi ($x= 10,3200$) ve Özel lise ($x=10,1600$) izlemektedir. Konuya ilişkin yapılan ANOVA Testine göre, aktif başa çıkma ile okul türü arasında önemli derecede anlamlı farklılık ($F=5,159$; $p < .05$) tespit edilmiştir. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tamhanene's T2 testine göre; Anadolu lisesi ile Genel lise, meslek lisesi ve Özel lise arasında Anadolu lisesi lehine bir farklılık söz konusudur.

Tablo 68 Okul Türü ve Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Planlama	Genel lise	89	10,4045	3,16486	,33547
	Meslek Lisesi	100	10,7000	2,77980	,27798
	Anadolu Lisesi	77	12,4156	3,13449	,35721
	Fen Lisesi	100	10,8900	2,94356	,29436
	Özel Lise	75	10,8933	2,95266	,34094
	İ.H.L.	87	11,1839	2,89156	,31001
	Toplam	528	11,0436	3,02237	,13153

Tablo 69 Okul Türü ve Planlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe testi)							
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Planlama	Gruplar Arası	198,864	5	39,773	4,499	001	3 ile 1,2,4 arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	4615,134	522	8,841			
	Toplam	4813,998	527	39,773			

Okul Türü & Planlama = $p < .05$

Tablo-68 ve 69'daki verilere dayanarak, planlama ve okul türü ile ilgili puan ortalamaları şöyledir; en yüksek puan ortalaması ($x=12,4156$) Anadolu Lisesi'ne, en düşük puan ortalaması ise genel liseye ($x=10,4045$) aittir. Anadolu lisesinden sonra ikinci sırayı ($x=11,1839$) İ.H.L. almakta, onu özel lise ($x=10,8933$), Fen lisesi ($x=10,8900$) ve meslek lisesi ($x=10,7000$) izlemektedir. Konuyla ilgili yapılan ANOVA testine göre okul türü ile planlama arasında önemli derecede anlamlı farklılık ($F=4,499$; $p<.05$) ortaya çıkmıştır. Scheffe testine göre, Anadolu lisesi ile genel lise, meslek lisesi ve Fen lisesi arasında Anadolu lisesinin lehine bir farklılık söz konusudur.

Tablo 70 Okul Türü ve Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Diğer Akt. Bırak. Sorun Üzerine Odaklanma	Genel lise	89	9,0674	2,42524	,25707
	Meslek Lisesi	100	9,2100	2,35400	,23540
	Anadolu Lisesi	77	11,4935	2,78447	,31732
	Fen Lisesi	100	9,1400	2,51066	,25107
	Özel Lise	75	9,1200	2,54133	,29345
	İ.H.L.	87	9,1954	2,48642	,26657
	Toplam	528	9,4905	2,63243	,11456

Tablo 71 Okul Türü ve Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Diğer Akt. Bırak. Sorun Üzerine Odaklanma	Gruplar Arası	362,882	5	72,576	11,518	,000	3 ile diğerleri arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	3289,070	522	6,301			
	Toplam	3651,953	527				

Okul Türü & Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma = $p<.05$

Tablo- 70 ve 71'te görüldüğü gibi, okul türü diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalara göre, en yüksek puan ortalaması Anadolu lisesine ($x=11,4935$), en düşük puan ortalaması ($x=9,0674$) ise, Genel Liseye aittir. Anadolu lisesinden sonra ikinci sırayı ($x= 9,2100$) meslek lisesi almakta, onu

İ.H.L. (x= 9,1954), Fen Lisesi (x=9,1400) ve Özel lise (x= 9,1200) izlemektedir. Konuya ilişkin yapılan ANOVA Testinde okul türü ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık (F=11,518; p<.05) olduğu tespit edilmiştir. Scheffe testine göre, Anadolu lisesi ile diğer liseler arasında Anadolu lisesi lehine farklılık söz konusudur.

Tablo 72 Okul Türü ve Sosyal Destek Arama –Enstrümental-Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Sosyal Destek Arama Enstrümental-	Genel lise	89	10,0899	2,72464	,28881
	Meslek Lisesi	100	10,6200	2,66583	,26658
	Anadolu Lisesi	77	10,6494	2,38287	,27155
	Fen Lisesi	100	10,8700	2,43566	,24357
	Özel Lise	75	10,9600	2,44087	,28185
	İ.H.L.	87	10,3103	3,11153	,33359
	Toplam	528	10,5795	2,64850	,11526

Tablo 73 Okul Türü ve Sosyal Destek Arama –Enstrümental- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal Destek Arama Enstrümental	Gruplar Arası	47,475	5	9,495	1,358	,239
	Grup İçi	3649,184	522	6,991		
	Toplam	3696,659	527			

Okul Türü & Sosyal Destek Arama –Enstrümental-= p>.05

Tablo-72 ve 73’deki verilere göre; okul türü ve sosyal destek arama –enstrümental- arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık (F=1,358; p>.05) tespit edilmemiştir. Ancak konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalaması (x= 10,9600) Özel liseye, en düşük puan ortalaması (x=10,0899) genel liseye aittir. Fen lisesi (x=10,8700), Anadolu Lisesi (x=10,6494), Meslek lisesi (x=10,6200) ve İ.H.L. (x=10,3103)’nin puan ortalamaları en düşük ve en yüksek puan ortalamalarının arasında yer almaktadır.

Tablo 74 Okul Türü ve Sosyal Destek Arama –Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	Genel lise	89	9,6292	2,98626	,31654
	Meslek Lisesi	100	10,5600	2,88612	,28861
	Anadolu Lisesi	77	9,8571	1,93795	,22085
	Fen Lisesi	100	10,3700	2,71790	,27179
	Özel Lise	75	9,9200	2,70515	,31236
	İ.H.L.	87	9,6667	2,90815	,31179
	Toplam	528	10,0265	2,74247	,11935

Tablo 75 Okul Türü ve Sosyal Destek Arama –Duygusal- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	Gruplar Arası	68,633	5	13,727	1,840	,103
	Grup İçi	3894,996	522	7,462		
	Toplam	3963,629	527			

Okul Türü & Sosyal Destek Arama – Duygusal - = $p > .05$

Tablo-74 ve 75’de görüldüğü gibi, okul türü ve sosyal destek arama –duygusal- arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=1,840$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=10,5600$), meslek lisesine; en düşük puan ortalaması ($x=9,6292$), genel liseye aittir. Meslek lisesinden sonra ikinci sırayı Fen lisesi ($x=10,3700$) almakta, bunu Özel lise ($x=9,9200$), Anadolu Lisesi ($x=9,8571$), İ.H.L. ($x=9,6667$)’nin puan ortalamaları izlemektedir.

Tablo 76 Okul Türü ve Duygulara Odaklanma ve Duyguları ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Duygulara Odaklanma ve duyguları Ortaya Koyma	Genel lise	89	9,8539	2,14026	,22687
	Meslek Lisesi	100	11,0700	2,66763	,26676
	Anadolu Lisesi	77	9,8571	1,70691	,19452
	Fen Lisesi	100	10,6800	2,03941	,20394
	Özel Lise	75	10,4400	2,15130	,24841
	İ.H.L.	87	10,8276	2,69455	,28889
	Toplam	528	10,4848	2,31400	,10070

Tablo 77 Okul Türü ve Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 Testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Duygulara Odak.ve Duygu.Ortaya Koyma	Gruplar Arası	114,185	5	22,837	4,403	,001	2 ile 1,3 arası farklılık [Tamhanene's T2 Testi]
	Grup İçi	2707,693	522	5,187			
	Toplam	2821,879	527				

Okul Türü & Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma = $p < .05$

Tablo-76 ve 77'deki verilere göre, okul türü ile duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalara bakıldığında; en yüksek puan ortalamasına, Meslek lisesi ($x=11,0700$), en düşük puan ortalamasına ($x=9,8539$) ise, genel lise sahiptir. Meslek lisesinden sonra ikinci sırayı İ.H.L. ($x=10,8276$) almakta, onu Fen Lisesi ($x=10,6800$), Özel Lise ($x=10,4400$) ve Anadolu Lisesi ($x=9,8571$) izlemektedir. Konuya ilişkin yapılan ANOVA Testinde okul türü ile duygulara odaklanma arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=4,403$; $p < .05$) ortaya çıkmıştır. Farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tamhanene's T2 testine göre, meslek lisesi ile genel lise ve Anadolu lisesi arasında meslek lisesinin lehine bir farklılık söz konusudur.

Tablo 78 Okul Türü ve Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Genel lise	89	7,2697	2,56180	,27155
	Meslek Lisesi	100	7,4000	2,78524	,27852
	Anadolu Lisesi	77	7,1558	2,69046	,30661
	Fen Lisesi	100	6,7500	2,48379	,24838
	Özel Lise	75	7,3867	2,55159	,29463
	İ.H.L.	87	7,1839	2,12695	,22803
	Toplam	528	7,1818	2,54170	,11061

Tablo 79 Okul Türü ve Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Gruplar Arası	27,293	5	5,459	,844	,519
	Grup İçi	3377,252	522	6,470		
	Toplam	3404,545	527			

Okul Türü & Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme = $p > .05$

Tablo-78 ve 79’da görüldüğü gibi, okul türü ve davranışsal olarak ilgiyi kesme arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F = 844$; $p > .05$) tespit edilmemiştir. Ancak konuyla ilgili ortalamalara bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x = 7,4000$) Meslek Lisesine, en düşük puan ortalaması ($x = 6,7500$) Fen Lisesine aittir. Meslek lisesinden sonra ikinci sırayı, Özel lisenin puan ortalaması ($x = 7,3867$) almakta bunu, genel lise ($x = 7,2697$), İ.H.L. ($x = 7,1839$) ve Anadolu lisesinin ($x = 7,1558$) puan ortalamaları takip etmektedir.

Tablo 80 Okul Türü ve Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	Genel lise	89	11,0899	2,48468	,26338
	Meslek Lisesi	100	11,8900	2,55404	,25540
	Anadolu Lisesi	77	11,7403	2,85345	,32518
	Fen Lisesi	100	11,6200	2,52174	,25217
	Özel Lise	75	11,9600	2,44640	,28249
	İ.H.L.	87	12,0575	2,63411	,28241
	Toplam	528	11,7197	2,58829	,11264

Tablo 81 Okul Türü ve Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	Gruplar Arası	53,486	5	10,697	1,606	,157
	Grup İçi	3477,029	522	6,661		
	Toplam	3530,515	527			

Okul Türü & Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama = $p > .05$

Tablo-80 ve 81'deki verilere göre, okul türü ile olumlu tarzda yeniden yorumlama arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=1,606$; $p > .05$) tespit edilmemiştir. Konuyla ilgili ortalamalara bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=12,0575$) İ.H.L.'ye, en düşük puan ortalaması ise ($x=11,0899$) Genel liseye aittir. İ.H.L.'den sonra ikinci sırayı Özel lisenin puan ortalaması almakta ($x=11,9600$), bunu meslek lisesi ($x=11,8900$), Anadolu lisesi ($x=11,7403$) ve Fen lisesi'nin ($x=11,6200$) puan ortalamaları izlemektedir.

Tablo 82 Okul Türü ve Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Yadsıma	Genel lise	89	7,5056	2,48232	,26313
	Meslek Lisesi	100	7,4800	2,32891	,23289
	Anadolu Lisesi	77	7,2727	2,52689	,28797
	Fen Lisesi	100	6,3300	2,28767	,22877
	Özel Lise	75	7,9467	2,59362	,29949
	İ.H.L.	87	7,2414	2,45880	,26361
	Toplam	528	7,2633	2,47661	,10778

Tablo 83 Okul Türü ve Yadsıma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Yadsıma	Gruplar Arası	132,100	5	26,420	4,448	,001	5 ile 4 arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	3100,308	522	5,939			
	Toplam	3232,407	527				

Okul Türü & Yadsıma = $p < .05$

Tablo- 82 ve 83 ‘deki verilere göre okul türü ile yadsıma arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalar şöyledir: En yüksek puan ortalamasına ($x=7,9467$) Özel lise, en düşük puan ortalamasına ise ($x=6,3300$) Fen lisesi sahiptir. Özel liseden sonra ikinci sırayı Genel lisenin puan ortalaması ($x=7,5056$) almakta, bunu meslek lisesi ($x= 7,4800$), Anadolu lisesi ($x=7,2727$) ve İ.H.L.’nin ($x= 7,2414$) puan ortalamaları takip etmektedir. Konuya ilişkin yapılan ANOVA testine göre, okul türü ile yadsıma arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=4,448$; $p<.05$) ortaya çıkmıştır. Farklılığın kaynağına yönelik Scheffe testine göre, özel lise ile Fen lisesi arasında özel lisenin lehine bir farklılık söz konusudur.

Tablo 84 Okul Türü ve Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Kabullenme	Genel lise	89	10,0674	2,93412	,31102
	Meslek Lisesi	100	10,7400	2,88367	,28837
	Anadolu Lisesi	77	8,6753	1,98310	,22599
	Fen Lisesi	100	11,3000	2,81590	,28159
	Özel Lise	75	10,6400	2,82671	,32640
	İ.H.L.	87	10,4138	2,87148	,30785
	Toplam	528	10,3636	2,85653	,12431

Tablo 85 Okul Türü ve Kabullenme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 Testi)							
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Kabullenme	Gruplar Arası	335,080	5	67,016	8,823	,000	3 ile diğer liseler arasında [Tamhanene's T2 Testi]
	Grup İçi	3965,102	522	7,596			
	Toplam	4300,182	527				

Okul Türü & Kabullenme = $p < .05$

Tablo-84 ve 85'de görüldüğü gibi, okul türü ve kabullenme arasındaki ilişkiye yönelik puan ortalamaları şöyledir: En yüksek puan ortalaması ($x = 11,3000$) Fen lisesine, en düşük puan ortalaması ($x = 8,6753$) Anadolu Lisesine aittir. Fen lisesinden sonra ikinci sırayı meslek lisesinin puan ortalaması ($x = 10,7400$) almakta, onu Özel lise ($x = 10,6400$), İ.H.L. ($x = 10,4138$) ve Genel Lise'nin ($x = 10,0674$) puan ortalamaları izlemektedir. Konuya yönelik ANOVA testine göre okul türü ile kabullenme arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F = 8,823$; $p < .05$) tespit edilmiştir. Farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tamhanene's T2 testine göre, Genel lise, Meslek lisesi, Fen lisesi, Özel lise ve İ.H.L. ile Anadolu lisesi arasında söz konusu liseler lehine bir farklılık söz konusudur. Yani diğer liseler Anadolu lisesine göre daha çok kabullenme tutumu göstermektedirler.

Tablo 86 Okul Türü ve Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.H
Alkol/İlaç Kullanımı	Genel lise	89	5,7978	2,91228	,30870
	Meslek Lisesi	100	6,0900	3,24456	,32446
	Anadolu Lisesi	77	7,1558	2,45520	,27980
	Fen Lisesi	100	5,2000	2,44536	,24454
	Özel Lise	75	6,1867	3,19075	,36844
	İ.H.L.	87	5,0575	2,50282	,26833
	Toplam	528	5,8712	2,88069	,12537

Tablo 87 Okul Türü ve Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 Testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Alkol/İlaç kullanımı	Gruplar Arası	242,464	5	48,493	6,128	,000	3 ile1, 4, 6 arasında farklılık [Tamhanene's T2 Testi]
	Grup İçi	4130,779	522	7,913			
	Toplam	4373,242	527				

Okul Türü & Alkol/İlaç Kullanımı = $p < .05$

Tablo-86 ve 87'deki verilere göre, okul türü ile alkol/ilaç kullanımı arasındaki puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalamasına ($x=7,1558$) Anadolu lisesi, en düşük puan ortalamasına ise ($x=5,0575$) İ.H.L. sahiptir. Anadolu lisesinden sonra ikinci sırayı ($x=6,1867$), Özel lise'nin puan ortalaması almakta, bunu Meslek Lisesi ($x=6,0900$), Genel Lise ($x=5,7978$) ve Fen Lisesi'nin puan ortalamaları ($x= 5,2000$) takip etmektedir. Konuya ilişkin yapılan ANOVA Testine göre, okul türü ile alkol/ilaç kullanımı arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=6,128$; $p < .05$) ortaya çıkmıştır. Farklılığın kaynağına yönelik Tamhanene's T2 Testine göre, Anadolu lisesi ile Genel lise, Fen lisesi ve İ.H.L. arasında Anadolu lisesi lehine bir farklılık söz konusu yani Anadolu lisesinde alkol/ilaç kullanma oranı daha fazladır.

2.5.1.4. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 88 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Aktif Başa Çıkma	Ortanın altı	42	10,4762	2,75183	,42462
	Orta	352	10,5341	2,36040	,12581
	Ortanın Üstü	134	10,6119	2,87303	,24819
	Toplam	528	10,5492	2,52679	,10996

Tablo 89 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Aktif Başa Çıkma	Gruplar Arası	,832	2	,416	,065	,937
	Grup İçi	3363,888	525	6,407		
	Toplam	3364,720	527			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Aktif Başa Çıkma = $p > .05$

Tablo 88 ve 89'daki verilere göre, sosyo-ekonomik düzey ile aktif başa çıkma arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalar şöyledir: En yüksek puan ortalaması ($x=10,6119$) ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlara, en düşük puan ortalaması ise ($x=10,4762$) ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlara aittir. Orta ($x=10,5341$) sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların aldıkları puan ortalamaları ise bunların arasında yer almaktadır. Konuya ilişkin yapılan ANOVA Testine göre, sosyo-ekonomik düzey ile aktif başa çıkma arasında anlamlı bir farklılık ($F= ,065$; $p > .05$) tespit edilmemiştir.

Tablo 90 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Planlama	Ortanın Altı	42	10,8810	3,14838	,48581
	Orta	352	10,9915	2,91522	,15538
	Ortanın Üstü	134	11,2313	3,26502	,28205
	Toplam	528	11,0436	3,02237	,13153

Tablo 91 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Planlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar						
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Planlama	Gruplar Arası	6,791	2	3,395	,371	,690
	Grup İçi	4807,208	525	9,157		
	Toplam	4813,998	527			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Planlama = $p > .05$

Tablo 90 ve 91'deki veriler incelendiğinde, sosyo-ekonomik düzey ile planlama arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=,371$; $p > .05$) ortaya çıkmadığı görülmektedir. Ancak konuya ilişkin puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=11,2313$) ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye, en düşük puan ortalaması ($x=10,8810$) ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye aittir. Orta ($x=10,9915$) sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların aldıkları puan ortalamaları ise düşük ve yüksek puan ortalamaların arasında yer almaktadır.

Tablo 92 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Diğer Akt. Bırak. Sorun Üzerine Odaklanma	Ortanın Altı	42	9,5238	2,62482	,40502
	Orta	352	9,3409	2,52570	,13462
	Ortanın Üstü	134	9,8731	2,87959	,24876
	Toplam	528	9,4905	2,63243	,11456

Tablo 93 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar						
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Diğer Akt. Bırak. Sorun Üzerine Odaklanma	Gruplar Arası	27,542	2	13,771	1,995	,137
	Grup İçi	3624,410	525	6,904		
	Toplam	3651,953	527			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma = $p > .05$

Tablo-92 ve 93’de görüldüğü gibi, sosyo-ekonomik düzey ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=1,995$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=9,8731$) ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye, en düşük puan ortalaması ($x=9,3409$) orta sosyo-ekonomik düzeye aittir. Ortanın altı ($x=9,5238$) sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalamaları ise bu ikisinin arasında yer almaktadır.

Tablo 94 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Sosyal Destek Arama-Enstrümental- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey.	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Sosyal Destek Arama -Enstrümental-	Ortanın Altı	42	10,0714	2,96642	,45773
	Orta	352	10,5966	2,63156	,14026
	Ortanın Üstü	134	10,6940	2,59040	,22378
	Toplam	528	10,5795	2,64850	,11526

Tablo 95 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Sosyal Destek Arama-Enstrümental- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal Destek Arama -Enstrümental-	Gruplar Arası	12,702	2	6,351	,905	,405
	Grup İçi	3683,957	525	7,017		
	Toplam	3696,659	527			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Sosyal Destek Arama-Enstrümental- = $p>.05$

Tablo-94 ve 95’teki verilere göre, sosyo-ekonomik düzey ile sosyal destek arama-enstrümental- arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($F=,905$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=10,6940$) ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye, en düşük puan ortalaması ($x=10,0714$) ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye aittir. Orta ($x=10,5966$) sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalamaları bu ikisinin arasında yer almaktadır.

Tablo 96 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey.	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	Ortanın Altı	42	9,0714	2,55088	,39361
	Orta	352	10,1847	2,80364	,14943
	Ortanın Üstü	134	9,9104	2,58528	,22333
	Toplam	528	10,0265	2,74247	,11935

Tablo 97 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	Gruplar Arası	48,921	2	24,460	3,280	,038	2 ile 1 arasına [Scheffe Testi]
	Grup İçi	3914,708	525	7,457			
	Toplam	3963,629	527				

Sosyo-Ekonomik Düzey & Sosyal Destek Arama -Duygusal - = $p < .05$

Tablo-96 ve 97’de görüldüğü gibi, sosyo-ekonomik düzey ile sosyal destek arama-duygusal- arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalar şöyledir: En yüksek puan ortalaması ($x=10,1847$) orta sosyo-ekonomik düzeye, en düşük puan ortalaması ($x=9,0714$) ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye aittir. Ortanın üstü ($x=9,9104$) sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalamaları ise bunların arasında yer almaktadır. Konuyla ilgili ANOVA testine göre sosyo-ekonomik düzey ile sosyal destek arama –duygusal-arasında anlamlı farklılık ($F=3,280$; $p < .05$) ortaya çıkmıştır. Orta ile ortanın altı sosyo-ekonomik düzey arasında orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlar duygusal destek aramayı daha çok kullanmaktadırlar.

Tablo 98 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey.	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma	Ortanın Altı	42	10,1905	2,06289	,31831
	Orta	352	10,7074	2,34907	,12521
	Ortanın Üstü	134	9,9925	2,22256	,19200
	Toplam	528	10,4848	2,31400	,10070

Tablo 99 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Duygulara Odak. ve Duy. Ortaya Koyma	Gruplar Arası	53,549	2	26,775	5,078	,007	2 ile 3 arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	2768,330	525	5,273			
	Toplam	2821,879	527	26,775			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma = $p < .05$

Tablo-98 ve 99 ‘daki verilere göre, sosyo-ekonomik düzey ile duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalar şöyledir: En yüksek puan ortalaması ($x=10,7074$) orta sosyo-ekonomik düzeye; en düşük puan ortalaması ise ($x=9,9925$) ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye aittir. Ortanın altı ($x=10,1905$) sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalamaları bu ikisinin arasında yer almaktadır. Konuya ilişkin yapılan ANOVA testine göre sosyo-ekonomik düzey ile duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=5,078$; $p < .05$) söz konusudur. Yapılan Scheffe testine göre, orta sosyo-ekonomik düzey ile ortanın üstü sosyo-ekonomik düzey arasında farklılık ortaya çıkmıştır. Orta sosyo-ekonomik düzey, ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye göre duygularını daha fazla ortaya koymaktadırlar.

Tablo 100 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Ortanın Altı	42	6,8095	2,22226	,34290
	Orta	352	7,3409	2,50645	,13359
	Ortanın Üstü	134	6,8806	2,70072	,23331
	Toplam	528	7,1818	2,54170	,11061

Tablo 101 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Gruplar Arası	26,889	2	13,444	2,090	,125
	Grup İçi	3377,657	525	6,434		
	Toplam	3404,545	527			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme = $p > .05$

Tablo-100 ve 101'deki verilere göre, sosyo-ekonomik düzey ile davranışsal olarak ilgiyi kesme arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=2,090$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuya yönelik ortalamalara bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=7,34$) orta sosyo-ekonomik düzeye aittir. İkinci sırayı ortanın üstü sosyo-ekonomik düzey ($x=6,88$) almakta, en düşük puan ortalaması ise, ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye ($x=6,81$) aittir.

Tablo 102 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	Ortanın Altı	42	11,6190	2,53707	,39148
	Orta	352	11,7784	2,59010	,13805
	Ortanın Üstü	134	11,5970	2,61321	,22575
	Toplam	528	11,7197	2,58829	,11264

Tablo 103 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	Gruplar Arası	3,656	2	1,828	,272	,762
	Grup İçi	3526,859	525	6,718		
	Toplam	3530,515	527			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama = $p > .05$

Tablo 102 ve 103’de görüldüğü gibi, sosyo-ekonomik düzey ile olumlu tarzda yeniden yorumlama arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=,272$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalaması, orta soyo-ekonomik düzeye ($x=11,7784$) aittir. İkinci sırayı ortanın altı sosyo-ekonomik düzey ($x=11,6190$) almakta bunu ortanın üstü ($x=11,5970$) sosyo-ekonomik düzey izlemektedir.

Tablo 104 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Yadsıma	Ortanın Altı	42	6,5476	2,18869	,33772
	Orta	352	7,4091	2,42910	,12947
	Ortanın Üstü	134	7,1045	2,64793	,22875
	Toplam	528	7,2633	2,47661	,10778

Tablo 105 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Yadsıma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Yadsıma	Gruplar Arası	32,374	2	16,187	2,656	,071
	Grup İçi	3200,033	525	6,095		
	Toplam	3232,407	527			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Yadsıma= $p>.05$

Tablo- 104 ve 105’de görüldüğü gibi, sosyo-ekonomik düzey ile yadsıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=2,656$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında en yüksek puan ortalaması ($x=7,4091$) orta sosyo-ekonomik düzeye, en düşük puan ortalaması ($x=6,5476$) ise ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye aittir. Ortanın üstü ($x=7,1045$) sosyo-ekonomik düzeye ait puan ortalamaları ise bu ikisinin arasında yer almaktadır.

Tablo 106 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey.	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Kabullenme	Ortanın Altı	42	9,9048	2,45754	,37921
	Orta	352	10,5312	2,81614	,15010
	Ortanın Üstü	134	10,0672	3,05143	,26360
	Toplam	528	10,3636	2,85653	,12431

Tablo 107 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Kabullenme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Kabullenme	Gruplar Arası	30,511	2	15,255	1,876	,154
	Grup İçi	4269,671	525	8,133		
	Toplam	4300,182	527			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Kabullenme = $p > .05$

Tablo- 106 ve 107'deki verilere göre, sosyo-ekonomik düzey ile kabullenme arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=1,876$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalaması ($x=10,5312$) orta sosyo-ekonomik düzeye, en düşük puan ortalaması ($x=9,9048$) ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye aittir. Ortanın üstü sosyo- ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalamaları ($x=10,0672$) bu ikisinin arasındadır.

Tablo 108 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Sosyo –Eko. Düzey.	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Alkol/İlaç Kullanımı	Ortanın Altı	42	6,0000	2,91338	,44954
	Orta	352	5,7045	2,87304	,15313
	Ortanın Üstü	134	6,2687	2,87107	,24802
	Toplam	528	5,8712	2,88069	,12537

Tablo 109 Sosyo-Ekonomik Düzey ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Alkol/İlaç Kullanımı	Gruplar Arası	31,641	2	15,821	1,913	,149
	Grup İçi	4341,601	525	8,270		
	Toplam	4373,242	527			

Sosyo-Ekonomik Düzey & Alkol/İlaç Kullanımı = $p > .05$

Tablo- 108 ve 109'da görüldüğü gibi, sosyo-ekonomik düzey ile alkol/ilâç kullanımı arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=1,913$; $p > .05$) tespit

edilmemiştir. Fakat konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalaması ($x=6,2687$) ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye; en düşük puan ortalaması ise ($x=5,7045$) orta sosyo-ekonomik düzeye aittir. Ortanın altı ($x=6,0000$) sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların aldıkları puan ortalamaları bu ikisinin arasındadır.

2.5.1.5. Anne Eğitim Düzeyi ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 110 Anne Eğitim Düzeyi ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Aktif Başa Çıkma	Herhangi bir okuldaki mezun olmayanlar	38	10,2368	2,07213	,33614
	İlkokul	161	10,5155	2,44209	,19246
	Ortaokul	96	10,6875	2,42926	,24794
	Lise	138	10,2174	2,68747	,22877
	Yüksekokul/ Üniversite	95	11,0737	2,63867	,27072
	Toplam	528	10,5492	2,52679	,10996

Tablo 111 Anne Eğitim Düzeyi ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Aktif Başa Çıkma	Gruplar Arası	47,053	4	11,763	1,854	,117
	Grup İçi	3317,667	523	6,344		
	Toplam	3364,720	527			

Anne Eğitim Düzeyi & Aktif Başa Çıkma = $p>.05$

Tablo-110 ve 111'deki verilere göre, anne eğitim düzeyi ile aktif başa çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=1,854$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında en yüksek puan ortalaması anneleri yüksek okul/üniversite mezunu olanlara ($x=11,0737$), en düşük puan ortalaması ise anneleri lise mezunu olanlara ($x=10,2174$) aittir. Üniversite mezunlarından sonra ikinci sırayı anneleri ortaokul mezunu olanlar ($x=10,6875$), üçüncü sırayı ilkokul mezunları ($x=10,5155$) almakta, bunu herhangi bir okuldaki mezun olmayanların ($x=10,2368$) puan ortalamaları izlemektedir.

Tablo 112 Anne Eğitim Düzeyi ile Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Planlama	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	10,7895	2,67276	,43358
	İlkokul	161	10,9503	2,92789	,23075
	Ortaokul	96	11,0208	2,66746	,27225
	Lise	138	10,8333	3,13814	,26714
	Yüksekokul/ Üniversite	95	11,6316	3,43651	,35258
	Toplam	528	11,0436	3,02237	,13153

Tablo 113 Anne Eğitim Düzeyi ile Planlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Planlama	Gruplar Arası	42,850	4	10,712	1,174	,321
	Grup İçi	4771,149	523	9,123		
	Toplam	4813,998	527			

Anne Eğitim Düzeyi & Planlama = $p > .05$

Tablo-112 ve 113’de görüldüğü gibi, anne eğitim düzeyi ile planlama arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=1,174$; $p > .05$) tespit edilmemiştir. Fakat konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında en yüksek puan ortalaması ($x=11,6316$) annesi yüksek okul/üniversite mezunu olanlara; en düşük puan ortalaması ise anneleri herhangi bir okuldan mezun olmayanlara ($x=10,7895$) aittir. Üniversite mezunlarından sonra ikinci sırayı ortaokul mezunları ($x=11,0208$) oluşturmakta bunu, ilkokul ($x=10,9503$) ve lise ($x=10,8333$) mezunu olanların puan ortalamaları izlemektedir.

Tablo 114 Anne Eğitim Düzeyi ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Diğer Akt. Bırak.Sorun Üzerine Odaklanma	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	10,2895	2,31222	,37509
	İlkokul	161	9,2112	2,42490	,19111
	Ortaokul	96	9,5833	2,48222	,25334
	Lise	138	9,1087	2,49871	,21270
	Yüksekokul/ Üniversite	95	10,1053	3,22712	,33110
	Toplam	528	9,4905	2,63243	,11456

Tablo 115 Anne Eğitim Düzeyi ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tukey Testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Diğer Akt. Bırak.Sorun Üzerine Odaklanma	Gruplar Arası	93,667	4	23,417	3,442	,009	5 ile 4 arasında [Tukey Testi]
	Grup İçi	3558,286	523	6,804			
	Toplam	3651,953	527				

Anne Eğitim Düzeyi & Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma = $p < .05$

Tablo- 114 ve 115'deki verilere göre, anne eğitim düzeyi ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasındaki ilişkiye yönelik puan ortalamaları şöyledir: En yüksek puan ortalaması ($x=10,2895$) herhangi bir okuldan mezun olmayanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=9,1087$), lise mezunlarına aittir. İkinci sırayı anneleri yüksekokul/ üniversite mezunu olanlar ($x=10,1053$) almakta, bunu anneleri ortaokul ($x=9,5833$), ilkokul ($x=9,2112$) mezunu olanların puan ortalamaları izlemektedir. Konuya ilişkin yapılan ANOVA testine göre, anne eğitim düzeyi ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasında anlamlı bir farklılık ($F=3,442$; $p < .05$) tespit edilmiştir. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tukey testine göre, anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlar lise mezunu olanlar arasında yüksekokul/üniversite mezunları lehine bir farklılık söz konusudur. Yani anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlar, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanmaya daha fazla başvurumaktadırlar.

Tablo 116 Anne Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Enstrümental- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Sosyal Destek Arama -Enstrümental	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	10,0789	2,44266	,39625
	İlkokul	161	10,5714	2,75843	,21739
	Ortaokul	96	10,5104	2,82095	,28791
	Lise	138	10,5870	2,55088	,21715
	Yüksekokul/ Üniversite	95	10,8526	2,51366	,25790
	Toplam	528	10,5795	2,64850	,11526

Tablo 117 Anne Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Enstrümental- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal Destek Arama -Enstrümental	Gruplar Arası	17,084	4	4,271	,607	,658
	Grup İçi	3679,575	523	7,036		
	Toplam	3696,659	527			

Anne Eğitim Düzeyi & Sosyal Destek Arama -Enstrümental- = $p > .05$

Tablo 116 ve 117’de görüldüğü gibi, anne eğitim düzeyi ile sosyal destek arama-enstrümental- arasında anlamlı bir farklılık ($F=,607$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuya yönelik puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=10,8526$) anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlara, en düşük puan ortalaması ise ($x=10,0789$) herhangi bir okuldan mezun olmayanlara aittir. İkinci sırayı anneleri lise ($x=10,5870$) mezunu olanlar almakta bunu, ilkökul ($x=10,5714$) ve ortaokul ($x=10,5104$) mezunu olanların puan ortalamaları izlemektedir.

Tablo 118 Anne Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	9,5526	2,29803	,37279
	İlkokul	161	10,3354	2,87433	,22653
	Ortaokul	96	10,1875	2,50605	,25577
	Lise	138	9,7029	2,86792	,24413
	Yüksekokul/ Üniversite	95	10,0000	2,69357	,27635
	Toplam	528	10,0265	2,74247	,11935

Tablo 119 Anne Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	Gruplar Arası	40,902	4	10,226	1,363	,245
	Grup İçi	3922,727	523	7,500		
	Toplam	3963,629	527			

Anne Eğitim Düzeyi & Sosyal Destek Arama - Duygusal - = $p > .05$

Tablo 118 ve 119'daki verilere göre, anne eğitim düzeyi ile sosyal destek arama – duygusal- arasında anlamlı bir farklılık ($F=1,363$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya ilişkin puan ortalamalarına bakıldığında; en yüksek puan ortalaması ($x=10,3354$) anneleri ilkökul mezunu olanlara, en düşük puan ortalaması ($x=9,5526$) anneleri herhangi bir okuldan mezun olmayanlara aittir. İkinci sırayı anneleri ortaokul mezunu olanlar ($x=10,1875$) almakta, bunu anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanların ($x=10,0000$) ve lise mezunu olanların ($x=9,7029$) puan ortalamaları izlemektedir.

Tablo 120 Anne Eğitim Düzeyi ile Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	10,3158	2,14483	,34794
	İlkokul	161	10,6770	2,46881	,19457
	Ortaokul	96	10,5625	2,33424	,23824
	Lise	138	10,3478	2,27860	,19397
	Yüksekokul/ Üniversite	95	10,3474	2,15253	,22084
	Toplam	528	10,4848	2,31400	,10070

Tablo 121 Anne Eğitim Düzeyi ile Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma	Gruplar Arası	11,997	4	2,999	,558	,693
	Grup İçi	2809,882	523	5,373		
	Toplam	2821,879	527			

Anne Eğitim Düzeyi & Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma = $p > .05$

Tablo-120 ve 121’te görüldüğü gibi, anne eğitim düzeyi ile duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=,558$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=10,6770$) anneleri ilkököl mezunu olanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=10,3158$) anneleri herhangi bir okuldan mezun olmayanlara aittir. İkinci sırayı anneleri ortaokul mezunu olanlar ($x=10,5625$) almakta bunu lise ($x=10,3478$) ve yüksekokul/üniversite mezunu olanlar ($x=10,3474$) izlemektedir.

Tablo 122 Anne Eğitim Düzeyi ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	8,2895	2,12969	,34548
	İlkokul	161	7,4658	2,64582	,20852
	Ortaokul	96	6,8438	2,14392	,21881
	Lise	138	6,9783	2,45088	,20863
	Yüksekokul/ Üniversite	95	6,8947	2,86755	,29420
	Toplam	528	7,1818	2,54170	,11061

Tablo 123 Anne Eğitim Düzeyi ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene’s T2 Testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Gruplar Arası	84,129	4	21,032	3,313	,011	1 ile 3, 4 ve 5 arasında [Tamhanene’s T2 Testi]
	Grup İçi	3320,416	523	6,349			
	Toplam	3404,545	527				

Anne Eğitim Düzeyi & Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme = $p<.05$

Tablo-122 ve 123’deki verilere göre, anne eğitim düzeyi ile davranışsal olarak ilgiyi kesme arasındaki ilişkiye yönelik puan ortalamaları şöyledir: En yüksek puan ortalaması ($x=8,2895$) anneleri herhangi bir okuldan mezun olamayanlara; en düşük puan ortalaması ise, ($x=6,8438$) ortaokul mezunlarına aittir. İkinci sırayı ilkököl ($x=7,4658$) mezunları almakta, bunu lise ($x= 6,9783$) ve yüksekokul /üniversite mezunları ($x= 6,8947$) izlemektedir. Yapılan ANOVA testine göre, anne eğitim düzeyi ile davranışsal olarak ilgiyi kesme arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=3,313$; $p<.05$) ortaya

çıkmiştir. Farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tamhanene's T2 Testi'ne göre; anneleri herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ile ilkokul hariç, ortaokul, lise ve yüksekokul/üniversite arasında herhangi bir okuldan mezun olmayanların davranışsal olarak ilgiyi daha çok kestiği yönündedir.

Tablo 124 Anne Eğitim Düzeyi ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	11,2632	2,20177	,35717
	İlkokul	161	12,0186	2,48865	,19613
	Ortaokul	96	11,9375	2,52904	,25812
	Lise	138	11,3768	2,67239	,22749
	Yüksekokul/ Üniversite	95	11,6737	2,78843	,28609
	Toplam	528	11,7197	2,58829	,11264

Tablo 125 Anne Eğitim Düzeyi ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumla Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	Gruplar Arası	43,288	4	10,822	1,623	,167
	Grup İçi	3487,228	523	6,668		
	Toplam	3530,515	527			

Anne Eğitim Düzeyi & Olumlu Tarzda Yeniden Yorumla = $p > .05$

Tablo-124 ve 125'deki verilere göre; anne eğitim düzeyi ile olumlu tarzda yeniden yorumlama arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=1,623$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuya ilişkin puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=12,0186$) anneleri ilkokul mezunu olanlara, en düşük puan ortalaması ($x=11,2632$ ise anneleri herhangi bir okuldan mezun olmayanlara aittir. İkinci sırayı ortaokul mezunu olanlar ($x=11,9375$) almakta, bunu yüksekokul/üniversite ($x=11,6737$), bunu lise mezunları ($x=11,3768$) izlemektedir.

Tablo 126 Anne Eğitim Düzeyi ile Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar					
Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Yadsıma	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	7,8684	2,33853	,37936
	İlkokul	161	7,6398	2,59459	,20448
	Ortaokul	96	7,0208	2,15201	,21964
	Lise	138	7,2536	2,53461	,21576
	Yüksekokul/ Üniversite	95	6,6421	2,42731	,24904
	Toplam	528	7,2633	2,47661	,10778

Tablo 127 Anne Eğitim Düzeyi ile Yadsıma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi)							
Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Yadsıma	Gruplar Arası	79,046	4	19,762	3,278	,011	2 ile 5 arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	3153,361	523	6,029			
	Toplam	3232,407	527				

Anne Eğitim Düzeyi & Yadsıma= $p < .05$

Tablo-126 ve 127'deki verilere göre; anne eğitim düzeyi ile yadsıma arasındaki ilişkiye yönelik puan ortalamaları şöyledir: en yüksek puan ortalaması ($x=7,8684$) herhangi bir okuldan mezun olmayanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=6,6421$) yüksekokul/üniversite mezunlarına aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı anneleri ilkokul mezunu olanlar ($x= 7,6398$) almakta, bunu lise ($x=7,2536$) ve ortaokul ($x=7,0208$) izlemektedir. Konuya ilişkin yapılan ANOVA testine göre anne eğitim düzeyi ile yadsıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=3,278$; $p < .05$) ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Scheffe testine göre, anneleri ilkokul mezunu olanlar ile anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlar arasında herhangi ilkokul mezunlarının lehine bir farklılık vardır. Yani anneleri ilkokul mezunu olanlar, anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlara göre yadsımaya daha çok başvurumaktadırlar.

Tablo 128 Anne Eğitim Düzeyi ile Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Kabullenme	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	9,4737	2,62768	,42627
	İlkokul	161	10,5031	2,83312	,22328
	Ortaokul	96	10,3438	2,67475	,27299
	Lise	138	10,3188	2,98655	,25423
	Yüksekokul/ Üniversite	95	10,5684	2,95589	,30327
	Toplam	528	10,3636	2,85653	,12431

Tablo 129 Anne Eğitim Düzeyi ile Kabullenme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Kabullenme	Gruplar Arası	37,527	4	9,382	1,151	,332
	Grup İçi	4262,655	523	8,150		
	Toplam	4300,182	527			

Anne Eğitim Düzeyi & Kabullenme= $p>.05$

Tablo- 128 ve 129’da görüldüğü gibi, anne eğitim düzeyi ile kabullenme arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=1,151$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya yönelik puan ortalamalarına bakıldığında; en yüksek puan ortalaması ($x=10,5684$) anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=9,4737$) anneleri herhangi bir okuldan mezun olmayanlara aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı anneleri ilkokul ($x=10,5031$) mezunu olanlar almakta bunu ortaokul ($x=10,3438$) ve lise ($x=10,3438$) mezunu olanlar izlemektedir.

Tablo 130 Anne Eğitim Düzeyi ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Alkol/İlaç Kullanımı	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	6,0789	2,55090	,41381
	İlkokul	161	5,2733	2,53226	,19957
	Ortaokul	96	5,7396	2,48890	,25402
	Lise	138	6,0290	3,18285	,27094
	Yüksekokul/ Üniversite	95	6,7053	3,26123	,33459
	Toplam	528	5,8712	2,88069	,12537

Tablo 131 Anne Eğitim Düzeyi ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tamhanene's T2 Testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Alkol/İlaç Kullanımı	Gruplar Arası	130,383	4	32,596	4,018	,003	5 ile 2 arasında [Tamhanene's T2 Testi]
	Grup İçi	4242,859	523	8,113			
	Toplam	4373,242	527				

Anne Eğitim Düzeyi & Alkol/İlaç Kullanımı = $p < .05$

Tablo-130 ve 131'deki verilere göre, anne eğitim düzeyi ile alkol/ilaç kullanımı arasındaki ilişkiye dair puan ortalamaları şöyledir: En yüksek puan ortalaması ($x=6,7053$) anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlara, en düşük puan ortalaması ($x=5,2733$) ise anneleri ilkokul mezunu olanlara aittir. Yüksek puan ortalamasına ikinci sırayı herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ($x=6,0789$) almakta, bunu lise ($x=6,0290$), ortaokul ($x=5,7396$) mezunu olanlar izlemektedir. Konuyla ilgili ANOVA testine anne eğitim düzeyi ile alkol/ilaç kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=4,018$; $p < .05$) tespit edilmiştir. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tamhanene's T2 testine göre, anneleri ilkokul mezunu olanlar ile yüksekokul/üniversite mezunu olanlar arasında, yüksekokul/üniversite mezunları lehine farklılık söz konusudur. Yani anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlar alkol/ilaç kullanımına daha fazla başvurmakta.

2.5.1.6. Baba Eğitim Düzeyi ve Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 132 Baba Eğitim Düzeyi ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Aktif Başa Çıkma	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	11,0526	2,46021	,56441
	İlkokul	101	10,4851	2,40672	,23948
	Ortaokul	91	10,5934	2,24092	,23491
	Lise	160	10,5312	2,58180	,20411
	Yüksekokul/ Üniversite	157	10,5223	2,72591	,21755
	Toplam	528	10,5492	2,52679	,10996

Tablo 133 Baba Eğitim Düzeyi ile Aktif Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Aktif Başa Çıkma	Gruplar Arası	5,573	4	1,393	,217	,929
	Grup İçi	3359,147	523	6,423		
	Toplam	3364,720	527			

Baba Eğitim Düzeyi & Aktif Başa Çıkma = $p > .05$

Tablo- 132 ve 133’de görüldüğü gibi, baba eğitim düzeyi ile aktif başa çıkma arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F=,217$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya ilişkin ortalamalara bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=11,0526$) babaları herhangi bir okuldaki mezun olmayanlara; en düşük puan ortalaması ($x=10,4851$) ilköğretim mezunlarına aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları ortaokul ($x=10,5934$) mezunu olanlar almakta, bunu lise ($x=10,5312$) ve yükseköğretim/üniversite mezunu olanların puan ortalamaları ($x=10,5223$) izlemektedir.

Tablo 134 Baba Eğitim Düzeyi ile Planlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Planlama	Her hangi bir okuldaki mezun değil	19	11,6316	2,52125	,57842
	İlköğretim	101	10,9010	2,86533	,28511
	Ortaokul	91	10,9341	2,98069	,31246
	Lise	160	11,0312	3,03527	,23996
	Yükseköğretim/ Üniversite	157	11,1401	3,20548	,25583
	Toplam	528	11,0436	3,02237	,13153

Tablo 135 Baba Eğitim Düzeyi ile Planlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Planlama	Gruplar Arası	11,202	4	2,800	,305	,875
	Grup İçi	4802,796	523	9,183		
	Toplam	4813,998	527			

Baba Eğitim Düzeyi & Planlama = $p > .05$

Tablo-134 ve 135’de görüldüğü gibi, baba eğitim düzeyi ile planlama arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık ($F=,305$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuyla ilgili ortalamalara bakıldığında en yüksek puan ortalaması ($x=11,6316$) herhangi bir okuldan mezun olmayanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=10,9010$) ilkokul mezunlarına aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları yüksekokul/üniversite mezunu olanlar ($x=11,1401$) almakta bunu babaları lise ($x=11,0312$) ve ortaokul ($x=10,9341$) mezunu olanlar izlemektedir.

Tablo 136 Baba Eğitim Düzeyi ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Diğer Akt. Bırak. Sorun Üzerine Odaklanma	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	11,1579	2,38661	,54753
	İlkokul	101	9,0495	2,47134	,24591
	Ortaokul	91	9,5275	2,20777	,23144
	Lise	160	9,3562	2,65251	,20970
	Yüksekokul/ Üniversite	157	9,6879	2,88643	,23036
	Toplam	528	9,4905	2,63243	,11456

Tablo 137 Baba Eğitim Düzeyi ile Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Scheffe Testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Diğer Akt. Bırak.Sorun Üzerine Odaklanma	Gruplar Arası	81,592	4	20,398	2,988	,019	1 ile2 arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	3570,361	523	6,827			
	Toplam	3651,953	527				

Baba Eğitim Düzeyi & Diğer Aktiviteleri Bırakarak Sorun Üzerine Odaklanma= $p<.05$

Tablo- 136 ve 137’deki verilere göre, baba eğitim düzeyi ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalar şöyledir: En yüksek puan ortalaması ($x=11,1579$) babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=9,0495$) ilkokul mezunlarına aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı ($x=9,6879$) yüksekokul/üniversite mezunu olanlar almakta, bunu ortaokul ($x=9,5275$) mezunları, ve lise mezunu olanlar ($x=9,3562$) izlemektedir. Konuya ilişkin ANOVA testine göre baba eğitim düzeyi ile diğer aktiviteleri bırakarak

sorun üzerine odaklanma arasında anlamlı bir farklılık ($F=2,988$; $p<.05$) ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Scheffé testine göre, babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ile babaları ilkokul mezunu olanlar arasında herhangi bir okuldan mezun olmayanların lehine bir farklılık söz konusudur.

Tablo 138 Baba Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama-Enstrümental- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Sosyal Destek Arama-Enstrümental-	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	10,3158	2,10957	,48397
	İlkokul	101	10,6040	2,85685	,28427
	Ortaokul	91	10,7033	2,42897	,25462
	Lise	160	10,4688	2,82157	,22307
	Yüksekokul/ Üniversite	157	10,6369	2,52970	,20189
	Toplam	528	10,5795	2,64850	,11526

Tablo 139 Baba Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama-Enstrümental- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal Destek Arama-Enstrümental	Gruplar Arası	5,257	4	1,314	,186	,946
	Grup İçi	3691,402	523	7,058		
	Toplam	3696,659	527			

Baba Eğitim Düzeyi & Sosyal Destek Arama-Enstrümental- = $p>.05$

Tablo- 138 ve 139’de görüldüğü gibi, baba eğitim düzeyi ve sosyal destek arama-enstrümental- arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=,186$; $p>.05$) tespit edilmemiştir. Ancak konuya ilişkin puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalamasını ($x=10,7033$) babaları ortaokul mezunu olanlara; en düşük puan ortalamasını ($x=10,3158$) herhangi bir okuldan mezun olmayanlar oluşturmaktadır. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları yüksekokul/üniversite mezunu olanlar ($x=10,6369$) almakta, bunu babaları ilkokul ($x=10,6040$), lise ($x=10,4688$) mezunu olanlar izlemektedir.

Tablo 140 Baba Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	10,0526	2,12063	,48651
	İlkokul	101	10,1782	2,95092	,29363
	Ortaokul	91	10,4066	2,68319	,28127
	Lise	160	9,8625	2,68583	,21233
	Yüksekokul/ Üniversite	157	9,8726	2,76592	,22074
	Toplam	528	10,0265	2,74247	,11935

Tablo 141 Baba Eğitim Düzeyi ile Sosyal Destek Arama -Duygusal- Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal Destek Arama -Duygusal-	Gruplar Arası	23,506	4	5,877	,780	,538
	Grup İçi	3940,123	523	7,534		
	Toplam	3963,629	527			

Baba Eğitim Düzeyi & Sosyal Destek Arama-Duygusal -= $p > .05$

Tablo- 140 ve 141'deki verilere göre, baba eğitim düzeyi ile sosyal destek arama-duygusal- arasında istatistiksel anlamlı bir farklılık ($F=,780$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuya yönelik puan ortalamalarına bakıldığında; en yüksek puan ortalaması ($x=10,4066$) babaları ortaokul mezunu olanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=9,8625$) babaları lise mezunlarına aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları ilkokul mezunu olanlar ($x=10,1782$) almakta, bunu herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ($x=10,0526$), yüksekokul/üniversite ($x=9,8726$) mezunu olanlar izlemektedir.

Tablo 142 Baba Eğitim Düzeyi ile Duygulara Odaklanma Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	10,2632	2,10402	,48270
	İlkokul	101	10,8218	2,40581	,23939
	Ortaokul	91	10,5495	2,34882	,24622
	Lise	160	10,3438	2,30408	,18215
	Yüksekokul/ Üniversite	157	10,4013	2,27264	,18138
	Toplam	528	10,4848	2,31400	,10070

Tablo 143 Baba Eğitim Düzeyi ile Duygulara Odaklanma Duyguları Ortaya Koyma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Duygulara Odaklanma ve Duyguları Ortaya Koyma	Gruplar Arası	17,062	4	4,265	,795	,529
	Grup İçi	2804,817	523	5,363		
	Toplam	2821,879	527			

Baba Eğitim Düzeyi & Duygulara Odaklanma Duyguları Ortaya Koyma $\Rightarrow p > .05$

Tablo-142 ve 143’de görüldüğü gibi, baba eğitim düzeyi ile duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma arasında önemli derecede anlamlı bir farklılık ($F = ,795$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında; en yüksek puan ortalamasını ($x = 10,8218$) babaları ilkokul mezunu olanlara; en düşük puan ortalamasını ise ($x = 10,2632$) herhangi bir okuldan mezun olmayanlar oluşturmaktadır. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları ortaokul mezunu olanlar ($x = 10,5495$) almakta, yüksekokul/üniversite ($x = 10,4013$) ve lise mezunları ($x = 10,3438$) izlemektedir.

Tablo 144 Baba Eğitim Düzeyi ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	7,7368	2,76570	,63450
	İlkokul	101	7,2376	2,38390	,23721
	Ortaokul	91	7,2857	2,48679	,26069
	Lise	160	7,1625	2,51758	,19903
	Yüksekokul/ Üniversite	157	7,0382	2,68396	,21420
	Toplam	528	7,1818	2,54170	,11061

Tablo 145 Baba Eğitim Düzeyi ile Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme	Gruplar Arası	10,447	4	2,612	,402	,807
	Grup İçi	3394,098	523	6,490		
	Toplam	3404,545	527			

Baba Eğitim Düzeyi & Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme = $p > .05$

Tablo-144 ve 145’de görüldüğü gibi, baba eğitim düzeyi ve davranışsal olarak ilgiyi kesme arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=,402$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Ancak konuya ilişkin puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalaması ($x=7,7368$) herhangi bir okuldan mezun olmayanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=7,0382$) yüksekokul/üniversite mezunlarına aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları ortaokul ($x= 7,2857$) mezunu olanlar almakta, bunu babaları ilkokul ($x=7,2376$), lise ($x=7,1625$) mezunu olanlar izlemektedir.

Tablo 146 Baba Eğitim Düzeyi ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	11,3158	2,31067	,53010
	İlkokul	101	11,9406	2,61848	,26055
	Ortaokul	91	12,2637	2,48030	,26001
	Lise	160	11,6375	2,56608	,20287
	Yüksekokul/ Üniversite	157	11,3949	2,65001	,21149
	Toplam	528	11,7197	2,58829	,11264

Tablo 147 Baba Eğitim Düzeyi ile Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama	Gruplar Arası	52,605	4	13,151	1,978	,097
	Grup İçi	3477,910	523	6,650		
	Toplam	3530,515	527			

Baba Eğitim Düzeyi & Olumlu Tarzda Yeniden Yorumlama = $p > .05$

Tablo- 146 ve 147’de görüldüğü gibi baba eğitim düzeyi ile olumlu tarzda yeniden yorumlama arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=1,978$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=12,2637$) babaları ortaokul mezunu olanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=11,3158$) babaları okuma herhangi bir okuldan mezun olmayanlara aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları ilkokul mezunu olanlar ($x=11,9406$) almakta, bunu lise ($x=11,6375$), yüksekokul/üniversite mezunlarının puan ortalamaları ($x=11,3949$) izlemektedir.

Tablo 148 Baba Eğitim Düzeyi ile Yadsıma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Yadsıma	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	8,3158	2,53974	,58266
	İlkokul	101	7,3069	2,49697	,24846
	Ortaokul	91	7,4396	2,30559	,24169
	Lise	160	7,2750	2,52522	,19964
	Yüksekokul/ Üniversite	157	6,9936	2,48714	,19850
	Toplam	528	7,2633	2,47661	,10778

Tablo 149 Baba Eğitim Düzeyi ile Yadsıma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Yadsıma	Gruplar Arası	35,506	4	8,876	1,452	,216
	Grup İçi	3196,902	523	6,113		
	Toplam	3232,407	527			

Baba Eğitim Düzeyi & Yadsıma = $p > .05$

Tablo-148 ve 149'daki verilere göre, baba eğitim düzeyi ile yadsıma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=1,452$; $p > .05$) tespit edilmemiştir. Fakat konuya ilişkin puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalaması ($x=8,3158$) babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanlara; en düşük puan ortalaması ise ($x=6,9936$) yüksekokul/üniversite mezunlarına aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları ortaokul mezunu olanlar ($x=7,4396$) almakta, bunu ilkokul ($x=7,3069$) ve lise mezunlarının ($x=7,2750$) puan ortalamaları izlemektedir.

Tablo 150 Baba Eğitim Düzeyi ile Kabullenme Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Kabullenme	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	9,1579	2,43272	,55810
	İlkokul	101	10,1287	2,98551	,29707
	Ortaokul	91	10,7033	2,69359	,28237
	Lise	160	10,0125	2,76771	,21881
	Yüksekokul/ Üniversite	157	10,8217	2,92536	,23347
	Toplam	528	10,3636	2,85653	,12431

Tablo 151 Baba Eğitim Düzeyi ile Kabullenme Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & LSD Testi)

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Kabullenme	Gruplar Arası	96,358	4	24,090	2,997	,018	3 ile 1; 5 ile 1 ve 4 arasında [LSD Testi]
	Grup İçi	4203,823	523	8,038			
	Toplam	4300,182	527				

Baba Eğitim Düzeyi & Kabullenme= $p < .05$

Tablo-150 ve 151’de görüldüğü gibi, baba eğitim düzeyi ile kabullenme arasında anlamlı bir farklılık ($F=2,997$; $p < .05$) tespit edilmiştir. Konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalaması ($x=10,8217$) babaları yüksekokul/üniversite mezunu olanlara, en düşük puan ortalaması ise ($x=9,1579$) herhangi bir okuldan mezun olmayanlara aittir. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları, bunu babaları ortaokul ($x=10,7033$) mezunu olanlar almakta bunu, ilkokul ($x=10,1287$), lise ($x=10,0125$) mezunu olanların puan ortalamaları izlemektedir. Konuya ilişkin farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan LSD testi’nde, babaları ortaokul mezunu olanlar ile herhangi bir okuldan mezun olmayanlar arasında, ortaokul mezunlarının lehine; babası yüksekokul/üniversite mezunu olanlar ile lise ve herhangi bir okuldan mezun olmayanlar arasında, yüksekokul/üniversite mezunlarının lehine bir farklılık söz konusudur.

Tablo 152 Baba Eğitim Düzeyi ile Alkol/İlaç Kullanımı Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.H.
Alkol/İlaç Kullanımı	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	6,7368	2,82532	,64817
	İlkokul	101	5,2772	2,48644	,24741
	Ortaokul	91	5,6484	2,63470	,27619
	Lise	160	5,9188	2,93744	,23223
	Yüksekokul/ Üniversite	157	6,2293	3,14168	,25073
	Toplam	528	5,8712	2,88069	,12537

Tablo 153 Baba Eğitim Düzeyi ile Alkol/ İlaç Kullanımı Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar

Alt Boyutlar	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Alkol/İlaç Kullanımı	Gruplar Arası	74,884	4	18,721	2,278	,060
	Grup İçi	4298,358	523	8,219		
	Toplam	4373,242	527			

Baba Eğitim Düzeyi & Alkol/ İlaç Kullanımı = $p > .05$

Tablo-152 ve 153'deki verilere göre, baba eğitim düzeyi ile alkol/ilaç kullanımı arasında anlamlı bir farklılık ($F=2,278$; $p > .05$) ortaya çıkmamıştır. Fakat konuyla ilgili puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasını ($x=6,7368$) babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanlar; en düşük puan ortalamasını ise ($x=5,2772$) babaları ilkokul mezunu olanlar oluşturmaktadır. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları yüksekokul/üniversite mezunu olanlar ($x=6,2293$) almakta, bunu lise ($x=5,9188$), ortaokul ($x=5,6484$) mezunu olanların puan ortalamaları takip etmektedir.

2.6. DİNİ BAŞA ÇIKMA

Araştırmada, kullanılan başa çıkma ve dini başa çıkma ölçeğindeki her bir madde, başa çıkma ve dini başa çıkma etkinliğini ifade etmektedir. Başa çıkma ve dini başa çıkma ölçeklerinin her birinin ayrı ayrı alt ölçekleri bulunmaktadır. Dini başa çıkma ölçeğinde alt ölçekler, “olumlu ve olumsuz dini başa çıkma” olmak üzere iki başlık altında toplanmaktadır.

Araştırmada, örneklem grubunun benlik saygısı düzeyleri belirlenirken yapılan analiz ve değerlendirmeler (benlik saygısı ile cinsiyet, yaş, okul türü, sosyo-ekonomik durum, dindarlık, anne- babanın eğitim durumu gibi değişkenler arasındaki ilişkiye yönelik analizler), dini başa çıkma etkinliklerine de uygulanmıştır. Olumlu ve olumsuz dini başa çıkma başlıkları çerçevesinde analizler ve değerlendirmeler yapılmıştır.

Dini Başa Çıkma Tarzları: Genel Profil

Elde edilen veriler, örneklem grubunun dini başa çıkma ölçeği alt boyutlarından ve bu boyutları oluşturan her bir dini başa çıkma etkinliğinden aldıkları ortalamalar göz önünde bulundurularak, hangi dini başa çıkma etkinliğini ne sıklıkla kullanıldığı tespit edilmiştir.

Ayrıca, “bireylerin olumlu mu yoksa, olumsuz dini başa çıkma etkinliklerini mi daha sıklıkla kullandıkları” sorusu cevaplandırılmaya çalışılmıştır.

Yapılan bu araştırmada, katılanlara 14 farklı dini başa çıkma etkinliğini hangi sıklıkta kullandıkları sorulmuştur. “Allah ile sıkı bir bağ kurma”, “ Allah’ın böyle bir olayda nasıl bir güç verdiğini görme”, “ Cezalandırıldığını düşünme”, “Bu işe şeytanın sebep olduğunu düşünme”, “Allah’ın gücünden/ kudretinden şüphe duyma”, “Allah’tan sevgi ve şefkat dileme” gibi alt başlıklar halinde yer alan bu sorular “olumlu dini başa çıkma” ve “olumsuz dini başa çıkma” olmak üzere olmak üzere iki üst başlıkta toplanmıştır.

Tablo 154 Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma Maddelerinin Dağılımı

m	Ölçek, Alt Ölçekler ve Maddeler	Alt Ölçek
1	Allah ile daha sıkı bir bağ kurmaya çalıştım.	ODB*
2	Böyle bir olayla Allah’ın bana nasıl bir güç vereceğini görmeye çalıştım.	ODB
3	İyi bir kul olmadığım için cezalandırıldığımı hissettim.	OZDB*
4	Bu işe şeytanın sebep olduğuna karar verdim.	OZDB
5	Allah’ın gücünden/ kudretinden şüpheye düştüm.	OZDB
6	Allah’tan sevgi ve şefkat diledim.	ODB
7	Allah’ın beni sevip sevmediği konusunda şüpheye kapıldım.	OZDB
8	Öfkemi gidermesi için Allah’tan yardım diledim.	ODB
9	Günahlarımın affedilmesini diledim.	ODB
10	Allah’ın beni yalnız bırakmasından endişelendim.	OZDB
11	Planlarımı Allah’ın yardımıyla hayata geçirmeye çalıştım.	ODB
12	Dindar kardeşlerimin/dini kurumların beni terk etmesinden endişelendim	OZDB
13	Sorunları dert edinmeyi bırakmak için kendimi dine verdim.	ODB
14	Allah tarafından cezalandırılmayı hak edecek ne yaptığımı düşündüm.	OZDB

2.6.1. Dini Başa Çıkma Alt Ölçeklerinin Demografik Değişkenlerle İlişkisi

Hipotez: “Dini başa çıkma tarzları, demografik değişkenlere göre (yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, anne-babanın eğitim düzeyi v.b.) farklılaşmaktadır.”

* Olumlu dini başa çıkmayı ifade eden maddeler.

* Olumsuz dini başa çıkmayı ifade eden maddeler.

2.6.1.1. Cinsiyet ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Araştırmada, örneklem grubunun dini başa çıkma etkinliklerinde, cinsiyet farklılıklarının olup olmadığını tespit etmek için, “kızlar mı yoksa erkekler mi daha çok dini başa çıkma etkinliklerini kullanır?” ve “kızlar mı yoksa erkekler mi daha sık olumlu dini başa çıkma etkinliklerini kullanır?” şeklindeki sorulara cevap aranmıştır.

Bu bağlamda, cinsiyet ile dini başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiyi test etmek için t-test analizi yapılmıştır. Bulgular ve bu bulgulara dayanarak yapılan analizler şöyledir:

Tablo 155 Cinsiyet ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Dini Başa Çıkma Boyutları	Cinsiyet	N	Ort.	Std. S.	Std.Hata
Olumlu Dini Başa Çıkma	Erkek	264	14,9886	5,57185	,34292
	Kız	264	14,5720	5,48230	,33741
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Erkek	264	17,9508	5,34383	,32889
	Kız	264	18,8371	5,37845	,33102

Tablo 156 Cinsiyet ve Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılaşmaya Yönelik Sonuçlar (Bağımsız T testi)

Dini Başa Çıkma Boyutları	sd	t	p
Olumlu Dini Başa Çıkma	526	,866	,387
Olumsuz Dini Başa Çıkma	526	-1,900	,058

Cinsiyet & Olumlu Dini Başa Çıkma= $p>.05$

Cinsiyet & Olumsuz Dini Başa Çıkma= $p>.05$

Dini başa çıkma ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında, örneklem grubunun cinsiyete göre olumlu dini başa çıkma ve olumsuz dini başa çıkma ortalamaları farklılık göstermektedir. Buna göre, cinsiyet değişkeni açısından olumlu dini başa çıkma boyutundan alınan puanların ortalamaları şöyledir: Erkeklerin aldıkları puanların ortalaması ($x=14,9886$), kızların aldıkları puanların ortalamasından ($x=14,5720$) daha yüksektir. Ancak yapılan “bağımsız t testi” sonucunda, örneklem grubunun olumlu dini başa çıkma boyutları ile cinsiyetleri arasında ($t=.866$; $p=.387$), bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Fakat ortalamalardan hareketle, erkeklerin olumlu dini başa çıkma etkinliklerini, kızlara göre daha çok kullandıkları söylenebilir.

Cinsiyet ile olumsuz dini başa çıkma boyutu arasındaki ilişkiyi incelendiğinde, erkeklerin aldıkları puanların ortalaması ($x=17,9508$), kızların aldıkları puanların

ortalamasından ($x=18,8371$) daha düşüktür. İki değişken arasında yapılan istatistikî analizler doğrultusunda cinsiyet ile olumsuz dini başa çıkma boyutu arasında da ($t=-1,900$; $p=,058$) anlamlı düzeyde bir farklılık ortaya çıkmamıştır.

2.6.1.2. Yaş ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Örneklem grubundaki yaş değişkeni kendi içinde gruplandırılmış ve bu gruplar ile başa çıkma tutumları arasında bir farklılığın olup olmadığını tespit etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve farklılığın nereden kaynaklandığını bulmak için de Scheffe testi uygulanmıştır.

Tablo 157 Yaş ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Dini Başa Çıkma Boyutları	Yaş	N	Ort.	Std. S.	Std.Hata
Olumlu Dini Başa çıkma	14 ve altı	75	14,6267	5,10107	,58902
	15-16	209	14,4737	5,27061	,36458
	17-18	244	15,0902	5,85982	,37514
	Toplam	528	14,7803	5,52595	,24049
Olumsuz Dini Başa çıkma	14 ve altı	75	16,8667	5,52716	,63822
	15-16	209	18,5550	5,50333	,38067
	17-18	244	18,7254	5,15385	,32994
	Toplam	528	18,3939	5,37442	,23389

Tablo 158 Yaş ve Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi)

Dini Başa Çıkma Boyutları	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Olumlu Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	44,847	2	22,423	,734	,481	◆◆◆
	Grup İçi	16047,668	525	30,567			
	Toplam	16092,515	527				
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	207,174	2	103,587	3,622	,027	3ile1 arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	15014,886	525	28,600			
	Toplam	15222,061	527				

Yaş & Olumlu Dini Başa Çıkma= $p>.05$

Yaş & Olumsuz Dini Başa Çıkma= $p<.05$

Dini başa çıkma ile yaş değişkeni arasındaki ilişkiye baktığımızda, olumlu dini başa çıkma boyutunda 17-18 yaş grubunun puan ortalaması ($x=15,0902$) en yüksek; 15-16 yaş grubunun puan ortalaması ($x=14,4737$) ise en düşüktür. 14 ve altı yaş grubunun puan ortalaması ($x=14,6267$) ise bunların arasında yer almaktadır. Konuya ilişkin yapılan ANOVA testinde, olumlu dini başa çıkma ve yaş arasında ($F=,734$; $p>.05$) anlamlı farklılık saptanmamıştır.

Olumsuz dini başa çıkma boyutunda, örneklem grubunun konuya ilişkin ortalamalarına bakıldığında, en düşük puan ortalamasına ($x=16,8667$) 14 ve altı yaş grubu; en yüksek puan ortalamasına ($x=18,7254$) 17-18 yaş grubu sahiptir. 15-16 yaş grubunun puan ortalaması ($x=18,5550$) ise bu ikisinin arasında yer almaktadır. İki değişken arasında önemli derecede anlamlı ($F=3,622$; $p<.05$) bir farklılık ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına ilişkin yapılan Scheffe testine göre, 17-18 yaş grubu ile 14 ve altı yaş grubu arasında 17-18 yaş grubu lehine $p<.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buradan hareketle, örneklem grubunda 17-18 yaş grubu 14 ve altı yaş grubuna göre olumsuz dini başa çıkma tarzlarına daha çok başvurdukları söylenebilir.

2.6.1.3. Okul Türü ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 159 Okul Türü ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Dini Başa Çıkma	Okul Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.Hata
Olumlu Dini Başa Çıkma	Genel lise	89	12,9551	3,75049	,39755
	Meslek Lisesi	100	12,5400	3,47987	,34799
	Anadolu Lisesi	77	14,9481	3,68816	,42030
	Fen Lisesi	100	12,0000	3,82971	,38297
	Özel lise	75	13,5200	5,45587	,62999
	İ.H.L.	87	23,3563	3,19147	,34216
	Toplam	528	14,7803	5,52595	,24049
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Genel lise	89	19,7528	5,27705	,55937
	Meslek Lisesi	100	21,4400	3,61065	,36106
	Anadolu Lisesi	77	14,3377	3,93236	,44813
	Fen Lisesi	100	19,6500	4,93058	,49306
	Özel lise	75	21,0533	4,75592	,54917
	İ.H.L.	87	13,3563	3,35835	,36005
	Toplam	528	18,3939	5,37442	,23389

Tablo 160 Okul Türü ve Dini Başa Çıkma ve Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tamhanene's T2 testi)

Dini Başa Çıkma Boyutları	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Olumlu Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	8091,389	5	1618,278	105,578	,000	6 ve 3 ile diğerleri arasında [Tamhanene's T2 testi]
	Grup İçi	8001,126	522	15,328			
	Toplam	16092,515	527				
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	5255,147	5	1051,029	55,046	,000	3 ile -İ.H.L. hariç- diğer okullar arasında [Tamhanene's T2 testi]
	Grup İçi	9966,913	522	19,094			
	Toplam	15222,061	527				

Okul Türü & Olumlu Dini Başa Çıkma= $p < .05$

Okul Türü & Olumsuz Dini Başa Çıkma= $p < .05$

Tablo 159 ve 160'dan elde edilen bulgulara göre, olumlu dini başa çıkma ile öğrenim görülen okul türü arasında önemli derecede ($F=105,578$; $p < .05$) anlamlı farklılık ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tamhanene's T2 testi, sonucunda; olumlu dini başa çıkma boyutunda, Anadolu lisesi ile -İ.H.L. hariç- diğer liseler arasında Anadolu lisesi lehine bir farklılık; İ.H.L. ile diğer liseler arasında i.h.l.'nin lehine bir farklılık söz konusudur. Buradan hareketle, olumlu dini başa çıkmada okulların puan ortalamalarına baktığımızda; İ.H.L.'nin puan ortalaması ($x=23,3563$) en yüksek düzeydedir. İkinci sırayı Anadolu lisesi ($x=14,9481$), üçüncü sırayı Özel lisesi ($x=13,5200$) oluşturmakta, bunu genel lisesi ($x=12,9551$) ve meslek lisesi ($x=12,5400$) izlemektedir. En düşük puan ortalaması ($x=12,0000$) Fen Lisesine aittir.

Olumsuz dini başa çıkma boyutunda da öğrenim görülen okul türü ile olumsuz dini başa çıkma arasında önemli derecede anlamlı ($F=55,046$; $p < .05$) farklılık ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan analiz sonucunda; Anadolu lisesi ile -İ.H.L. hariç- diğer liseler arasında diğer liseler lehine bir farklılık vardır. Yani diğer liseler (İ.H.L. hariç) olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullanmaktadırlar. Konuya yönelik ortalamalara bakıldığında, meslek lisesi'nin olumsuz dini başa çıkma puan ortalaması ($x=21,4400$) en yüksek düzeydedir. Olumsuz dini başa çıkmada ikinci sırayı özel lise ($x=21,0533$) almaktadır. Genel lise ($x=19,7528$) 3. sırayı ve Fen lisesi ($x=19,6500$) ise 4. sırayı oluşturmakta, bunları Anadolu lisesi ($x=14,3377$) izlemekte, İ.H.L. ise olumsuz dini başa çıkma puan ortalamasında ($x=13,3563$) en son sırayı

almaktadır. Ayrıca Anadolu lisesi hariç diğer liseler, İ.H.L. ye göre olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullanmaktadırlar.

2.6.1.4. Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 161 Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Dini Başa çıkma	Sosyo-Ekonomik Düzey	N	Ort.	Std. S.	Std.Hata
Olumlu Dini Başa çıkma	Ortanın Altı	42	16,00	5,161	,796
	Orta	352	14,54	5,541	,295
	Ortanın üstü	134	15,02	5,574	,482
	Toplam	528	14,78	5,526	,240
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Ortanın Altı	42	17,36	5,673	,875
	Orta	352	19,06	5,059	,270
	Ortanın üstü	134	16,96	5,778	,499
	Toplam	528	18,39	5,374	,234

Tablo 162 Sosyo-Ekonomik Düzey ve Dini Başa Çıkma ve Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Scheffe Testi)

Dini Başa Çıkma Boyutları	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Olumlu Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	90,222	2	45,111	1,480	,229	◆◆◆
	Grup İçi	16002,294	525	30,481			
	Toplam	16092,515	527				
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	476,979	2	238,490	8,491	,000	2ile3 arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	14745,081	525	28,086			
	Toplam	15222,061	527				

Sosyo-Ekonomik Düzey & Olumlu Dini Başa Çıkma = $p > .05$

Sosyo-Ekonomik Düzey & Olumsuz Dini Başa Çıkma = $p < .05$

Dini başa çıkma ile sosyo-ekonomik düzey arasındaki ilişkiye bakıldığında, olumlu dini başa çıkma boyutunda en yüksek puan ortalamasını ($x=16,00$), ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların oluşturduğu görülmektedir. İkinci sırayı, ortanın üstü

sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlar ($x=15,02$) almaktadır. Bu konuda, en düşük puan ortalamasına ($x=14,54$) sahip olan grup, orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlardır. ANOVA testi sonucunda olumlu dini başa çıkma boyutu ile sosyo-ekonomik durum arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=1,480$; $p>.05$) ortaya çıkmamıştır.

Olumsuz dini başa çıkma boyutunda, anlamlı bir farklılık ($F=8,491$; $p<.05$) ortaya çıkmıştır. Örneklem grubunun konuya ilişkin puan ortalamalarına bakıldığı zaman, orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların puan ortalaması ($x=19,06$) en yüksek; ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların ($x=16,96$) ise en düşüktür. Ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların ($x=17,36$) puan ortalaması ise en yüksek ve en düşük puan ortalamasına sahip olanların arasında yer almaktadır. Gruplar arasındaki farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Scheffe testinde, söz konusu durumun orta ile ortanın üstü grup arasında orta sosyo-ekonomik düzeyin lehine kaynaklandığı belirlenmiştir.

2.6.1.5. Anne Eğitim Düzeyi ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 163 Anne Eğitim Düzeyi ve Dini Başa çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Dini Başa Çıkma	Anne EğitimDüzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.Hata
Olumlu Dini Başa Çıkma	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	14,7105	4,93694	,80088
	İlkokul	161	16,0248	6,00411	,47319
	Ortaokul	96	15,5729	5,79245	,59119
	Lise	138	13,9203	5,23194	,44537
	Yüksekokul/ Üniversite	95	13,1474	4,40012	,45144
	Toplam	528	14,7803	5,52595	,24049
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Her hangi bir okuldan mezun değil	38	17,3684	5,35457	,86863
	İlkokul	161	18,8509	5,35398	,42195
	Ortaokul	96	18,2812	5,43808	,55502
	Lise	138	18,6594	5,32519	,44531
	Yüksekokul/ Üniversite	95	17,7579	5,41612	,55568
	Toplam	528	18,3939	5,37442	,23389

Tablo 164 Anne Eğitim Düzeyi ve Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Tamhanene's T2 testi)

Dini Başa Çıkma Boyutları	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Fark
Olumlu Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	665,249	4	166,312	5,638	,000	2 ile 4-5; 3 ile 5 Arasında [Tamhanene's T2 testi]
	Grup İçi	15427,266	523	29,498			
	Toplam	16092,515	527				
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	122,966	4	30,741	1,065	,373	◆◆◆
	Grup İçi	15099,095	523	28,870			
	Toplam	15222,061	527				

Anne Eğitim Düzeyi & Olumlu Dini Başa Çıkma = $p < .05$

Anne Eğitim Düzeyi & Olumsuz Dini Başa Çıkma = $p > .05$

Anne eğitim düzeyi ile dini başa çıkma arasındaki ilişkiye bakıldığında olumlu dini başa çıkma boyutunda anneleri ilkököl mezunu olanlar en yüksek puan ortalamasını ($x=16,0248$); yüksekokul/üniversite mezunu olanlar ise en düşük puan ortalamasını ($x=13,1474$) oluşturmaktadır. İkinci sırayı ortaokul mezunu olanların puan ortalamaları ($x=15,5729$) almakta onu, sırasıyla herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ($x=14,7105$), lise ($x=13,9203$) izlemektedir. Ortalamalar dikkate alındığında annesi ilkököl mezunu olanların olumlu dini başa çıkmayı daha çok kullandıklarını, eğitim seviyesinin yükselmesiyle olumlu dini başa çıkma oranlarının düştüğünü söylemek mümkündür. Konuyla ilgili yapılan ANOVA testi'nde örneklem grubunun anne eğitim düzeyi ile olumlu dini başa çıkma arasında istatistiksel olarak ($F=5,638$; $p < .05$) anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Söz konusu farklılıkların nereden kaynaklandığına ilişkin yapılan Tamhanene's T2 Testi'nde, annesi ilkököl mezunu olanlar ile annesi lise ve yüksekokul/üniversite mezunları arasında ilkököl mezunlarının lehine; ayrıca anneleri ortaokul mezunu olanlar ile yüksekokul/üniversite mezunları arasında, ortaokul mezunlarının lehine $p < .05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Olumsuz dini başa çıkma boyutunda, örneklem grubunun aldığı puan ortalamaları dikkate alındığında en yüksek puan ortalamasını ($x=18,8509$) anneleri ilkököl mezunu olanlar oluşturmakta, en düşük puan ortalamasını ($x=17,3684$) herhangi bir okuldan mezun olmayanlar oluşturmaktadır. İkinci sırayı annesi lise mezunu olanların puan ortalamaları

almakta ($x=18,6594$), bunu sırasıyla ortaokul ($x=18,2812$) ve yüksekokul/üniversite mezunlarının ($x=17,7579$) aldıkları puan ortalamaları oluşturmaktadır. Konuya ilişkin yapılan istatistiki analiz sonucunda anne eğitim düzeyi ile olumsuz dini başa çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($F=1,065$; $p>.05$) olmadığı tespit edilmiştir.

2.6.1.6. Baba-Eğitim Düzeyi ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 165 Baba Eğitim Düzeyi ve Dini Başa çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Dini Başa çıkma	Baba Eğitim Düzeyi	N	Ort.	Std. S.	Std.Hata
Olumlu Dini Başa çıkma	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	14,6316	5,01343	1,15016
	İlkokul	101	15,0891	5,68172	,56535
	Ortaokul	91	15,2747	5,68832	,59630
	Lise	160	15,2875	5,80976	,45930
	Yüksekokul/ Üniversite	157	13,7962	5,00479	,39943
	Toplam	528	14,7803	5,52595	,24049
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Her hangi bir okuldan mezun değil	19	16,0000	5,61743	1,28873
	İlkokul	101	20,0198	5,00196	,49771
	Ortaokul	91	18,6374	5,41298	,56743
	Lise	160	17,7188	5,43940	,43002
	Yüksekokul/ Üniversite	157	18,1847	5,28037	,42142
	Toplam	528	18,3939	5,37442	,23389

Tablo 166 Baba Eğitim Düzeyi ve Dini Başa çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (Tek Yönlü ANOVA & Scheffe Testi)

Dini Başa Çıkma Boyutları	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Olumlu Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	225,512	4	56,378	1,858	,116	◆◆◆
	Grup İçi	15867,004	523	30,338			
	Toplam	16092,515	527				
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	461,080	4	115,270	4,084	,003	2 ile 5 arasında [Scheffe Testi]
	Grup İçi	14760,980	523	28,224			
	Toplam	15222,061	527				

Baba Eğitim Düzeyi & Olumlu Dini Başa Çıkma = $p > .05$

Baba Eğitim Düzeyi & Olumsuz Dini Başa Çıkma = $p < .05$

Yukarıdaki tablodan elde edilen bilgilere göre, olumlu dini başa çıkma ve baba eğitim düzeyi arasındaki ilişkiye yönelik puan ortalamaları şöyledir: Babaları lise mezunu olanlar, en yüksek ortalamasını ($x=15,2875$), yüksekokul/üniversite mezunu olanlar ise en düşük puan ortalamasını ($x=13,7962$) oluşturmaktadır. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babası ortaokul mezunu olanlar ($x=15,2747$) almakta, bunu sırasıyla babaları ilkököl mezunu olanlar ($x=15,0891$), herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ($x=14,6316$) izlemektedir. Konuyla ilgili yapılan ANOVA testi'nde de örneklem grubunun babalarının eğitim düzeyleri ile olumlu dini başa çıkma arasında istatistiksel olarak ($F=1,858$; $p > .05$) anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Örneklen grubunun babalarının eğitim düzeyi ile olumsuz dini başa çıkma arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalara bakıldığında; en yüksek puan ortalamasını ($x=20,0198$) babası ilkököl mezunu olanlar oluşturmaktadır. En düşük ortalamayı ($x=16,0000$) babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanlar oluşturmaktadır. Yüksek puan ortalamasında ikinci sırayı babaları ortaokul mezunu olanlar ($x=18,6374$) oluşturmaktadır. Bunu yüksekokul/üniversite ($x=18,1847$) mezunu olanlar ve lise mezunu olanlar ($x=17,7188$) izlemektedir. Konuya ilişkin analiz sonucunda, olumsuz dini başa çıkma ile baba eğitim düzeyi arasında önemli derecede anlamlı ($F=4,084$; $p < .05$) bir farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılıkların nereden kaynaklandığına ilişkin yapılan Scheffe Testi'nden elde edilen bilgilere göre, babaları ilkököl mezunu olanlar ile lise mezunları arasında ilkököl mezunlarının lehine, $p < .05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Bu bilgilerden hareketle, eğitim seviyesi yükseldikçe olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine başvurma oranı azalmaktadır denilebilir.

2.6.2. Stres Verici Olayın Türü ve Etkisi ile Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Hipotez: “Dini başa çıkma tarzları, yaşanan stresli olayın özelliklerine göre değişmektedir.”

Tablo 167 Yaşanan Stresli Olayın Türü ile Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Dini Başa Çıkma	Stresli Olayın Türü	N	Ort.	Std. S.	Std.Hata
Olumlu Dini Başa çıkma	Aile fertlerinden birinin olumu	45	14,0667	5,31892	,79290
	Ekonomik sıkıntılar	56	15,4821	5,04882	,67468
	Sakatlık	10	13,5000	3,74907	1,18556
	Duygusal ilişki sorunu	98	14,5102	5,73692	,57952
	Yaralanma/hastalık	27	17,0000	5,75794	1,10812
	Aile ile çatışma	19	14,3158	4,93348	1,13182
	Aile içi sorunlar	58	15,2241	6,15599	,80832
	Deprem	12	16,1667	6,95222	2,00693
	Sınavda başarısızlık	150	14,4133	5,32209	,43455
	Diğer	53	14,6604	5,62940	,77326
	Toplam	528	14,7803	5,52595	,24049
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Aile fertlerinden birinin olumu	45	18,6000	5,18038	,77225
	Ekonomik sıkıntılar	56	16,0714	5,17637	,69172
	Sakatlık	10	15,1000	4,06749	1,28625
	Duygusal ilişki sorunu	98	18,8980	4,62287	,46698
	Yaralanma/hastalık	27	16,7778	4,90944	,94482
	Aile ile çatışma	19	16,5789	5,71854	1,31192
	Aile içi sorunlar	58	18,3276	5,51358	,72397
	Deprem	12	19,0833	6,28792	1,81516
	Sınavda başarısızlık	150	19,4400	5,33254	,43540
	Diğer	53	18,7925	6,16553	,84690
	Toplam	528	18,3939	5,37442	,23389

Tablo 168 Yaşanan Stresli Olayın Türü ile Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tukey Testi)

Dini Başa Çıkma Boyutları	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Olumlu Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	266,625	9	29,625	,970	,464	◆◆◆
	Grup İçi	15825,890	518	30,552			
	Toplam	16092,515	527				
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	748,999	9	83,222	2,979	,002	2 ile 4 ve 9 Arasında [Tukey Testi]
	Grup İçi	14473,062	518	27,940			
	Toplam	15222,061	527				

Stresli Olayın Türü & Olumlu Dini Başa Çıkma = $p > .05$

Stresli Olayın Türü & Olumsuz Dini Başa Çıkma = $p < .05$

Tablo 167 ve 168'den elde edilen bilgilere göre, olumlu dini başa çıkma ve stres verici olayın türü arasında önemli derecede ($F=,970$; $p > .05$) anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır. Fakat, örneklem grubunun konuyla ilgili ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalamasına ($x=17,0000$), yaralanma/hastalık; en düşük puan ortalaması ($x=13,5000$) ise sakatlık diyenlere aittir. İkinci sırayı, depresyon ($x=16,1667$), üçüncü sırayı ekonomik sıkıntı ($x=15,4821$) almaktadır. Bunu, sırasıyla aile içi sorunlar ($x=15,2241$), diğer stres verici olaylar ($x=14,6604$), aile fertlerinden birinin ölümü ($x=14,0667$), duygusal ilişki sorunu ($x=14,5102$), sınavda başarısızlık ($x=14,4133$), aile ile çatışma ($x=14,3158$) izlemektedir.

Olumsuz dini başa çıkma ile stres verici olayın türü arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalara bakıldığında; en yüksek ortalamaya sınavda başarısızlık ($x=19,4400$), en düşük ortalama ($x=15,1000$) ise sakatlık diyenlere aittir. İkinci sırayı, depresyon ($x=19,0833$), üçüncü sırayı duygusal ilişki sorunu ($x=18,8980$), dördüncü sırayı diğer stres verici olaylar ($x=18,7925$), beşinci sırayı aile fertlerinden birinin ölümü ($x=18,6000$) almaktadır. Bunu, aile içi sorunlar ($x=18,3276$), yaralanma/hastalık ($x=16,7778$), aile ile çatışma ($x=16,5789$) ve ekonomik sıkıntılar ($x=16,0714$) izlemektedir. Konuya ilişkin yapılan istatistiki analiz sonucunda olumsuz dini başa çıkma ve stres verici olayın türü arasında önemli derece anlamlı ($F=2,979$; $p < .05$) farklılık ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tukey testine göre, duygusal ilişki sorunu yaşayanlar ile

ekonomik sıkıntı yaşayanlar arasında duygusal ilişki sorunu yaşayanlar olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullanmakta; sınavda başarısız olanlar ile ekonomik sıkıntı yaşayanlar arasında sınavda başarısız olanlar olumsuz dini başa çıkmayı daha sık kullanmaktadırlar.

Tablo 169 Yaşanan Stresli Olayın Etkisi ile Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Dini Başa Çıkma	Stresli Olayın Etkisi	N	Ort.	Std. S.	Std.Hata
Olumlu Dini Başa çıkma	Oldukça Olumsuz	161	14,4410	5,35822	,42229
	Orta Derecede olumsuz	215	14,3488	5,34022	,36420
	Biraz Olumsuz	152	15,7500	5,86521	,47573
	Toplam	528	14,7803	5,52595	,24049
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Oldukça Olumsuz	161	18,6584	5,53862	,43650
	Orta Derecede olumsuz	215	18,2884	5,23295	,35688
	Biraz Olumsuz	152	18,2632	5,42100	,43970
	Toplam	528	18,3939	5,37442	,23389

Tablo 170 Yaşanan Stresli Olayın Etkisi ile Dini Başa Çıkma Arasındaki Farklılığa Yönelik Sonuçlar (ANOVA & Tukey Testi)

Dini Başa Çıkma Boyutları	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Olumlu Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	201,489	2	100,744	3,328	,037	2 ile 3 Arasında [Tukey Testi]
	Grup İçi	15891,027	525	30,269			
	Toplam	16092,515	527				
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Gruplar Arası	16,255	2	8,127	,281	,755	◆◆◆
	Grup İçi	15205,806	525	28,963			
	Toplam	15222,061	527				

Stresli Olayın Etkisi & Olumlu Dini Başa Çıkma = $p < .05$

Stresli Olayın Etkisi & Olumsuz Dini Başa Çıkma = $p > .05$

Tablo 169 ve 170'den elde edilen bilgilere göre, olumlu dini başa çıkma ile stres verici olayın etkisi arasındaki ilişkiye yönelik ortalamalara bakıldığında, stres verici olaydan “biraz olumsuz” etkilenenler en yüksek puan ortalamasına ($x = 15,7500$); “orta

derecede olumsuz” etkilenenler ise en düşük ortalamaya ($x=14,3488$), sahiptir. “Oldukça olumsuz” etkilenenler ($x=14,4410$) ise yüksek ve düşük puan ortalamalarının arasında yer almaktadır. Konuya ilişkin yapılan istatistiki analiz sonucunda olumlu dini başa çıkma ile stres verici olayın etkisi arasında oldukça önemli derecede ($F=3,328$; $p<.05$) anlamlı farklılık söz konusudur. Farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tukey testine göre, stres verici olaydan “orta derecede olumsuz” etkilenenler, “biraz olumsuz” etkilenenlere göre olumlu dini başa çıkmayı biraz daha fazla kullanmaktadırlar.

Olumsuz dini başa çıkma ile stres verici olay arasında önemli derecede ($F=,281$; $p>.05$) anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır. Fakat örneklem grubunun konuya ilişkin aldıkları puan ortalamalarına bakıldığında, en yüksek puan ortalamasına ($x=18,6584$) stres verici olaydan “oldukça olumsuz” derecede etkilenenler; en düşük puan ortalamasına ($x=18,2632$) ise, “biraz olumsuz” derecede etkilenenler oluşturmaktadır. Stres verici olaydan “orta derecede olumsuz” etkilenenler ($x=18,2884$) ise yüksek ve düşük puan ortalamalarının arasında yer almaktadır.

2.6.3. Dindarlık ve Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisi

Tablo 171 Dindarlık ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişki [Pearson Korelasyon]

Değişkenler	n	r	p
Dindarlık & Olumlu Dini Başa çıkma	528	,271**	,000
Dindarlık & Olumsuz Dini Başa çıkma	528	,305**	,000
* $p<0,05$ düzeyinde anlamlı		** $p<0,01$ düzeyinde anlamlı	

Dindarlık& Olumlu Dini Başa Çıkma = $p<.05$

Dindarlık & Olumsuz Dini Başa Çıkma = $p<.05$

Dindarlık ile olumlu dini başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki ($r= ,271^{**}$; $p<.05$) saptanmıştır. Buna göre, örneklem grubunun dindarlık düzeyleri yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma düzeyleri de yükselmektedir.

Dindarlık ile olumsuz dini başa çıkma arasında, pozitif yönde önemli düzeyde anlamlı ilişki ($r=,305^{**}$; $p<.05$) tespit edilmiştir. Elde edilen veriler doğrultusunda, örneklem grubunun dindarlık düzeyi yükseldikçe, olumsuz dini başa çıkma düzeyi de yükselmektedir.

3. YORUM VE TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde, elde edilen bulguların çalışmada belirlenen hipotezler çerçevesinde yorum ve değerlendirmelerine yer verilmiştir. Araştırmanın konusu daha öncede belirtildiği gibi, “Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma” dır. Ergenlerin benlik saygıları ve dini başa çıkma tutumlarının demografik değişkenlere göre değişip değişmediği incelenmeye çalışılmıştır. Bununla birlikte örneklem grubunun dindarlık eğilimleri ve stres verici olay karşındaki başa çıkma tutumlarının da demografik değişkenlerle ilişkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

Bu doğrultuda, araştırma bulguları şu şekilde yorum ve değerlendirmeye tabi tutulmuştur;

- Örneklemin demografik özellikleri (cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, okul türü, anne-baba eğitim düzeyi v.b.) ile dindarlık arasındaki ilişkiye dair yorum ve değerlendirmeler;
- Örneklemin demografik özellikleri (cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, okul türü, anne-baba eğitim düzeyi v.b.) ile benlik saygısı arasındaki ilişkiye dair yorum ve değerlendirmeler;
- Örneklemin demografik özellikleri (cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, okul türü, anne-baba eğitim düzeyi v.b.) ile başa çıkma ve dini başa çıkma tutumları arasındaki ilişkiye dair yorum ve değerlendirmeler;
- Örneklemin, benlik saygısı ve dindarlık arasındaki ilişki ve farklılaşmaya dair yorum ve değerlendirmeler;
- Örneklemin, benlik saygısı ile dini başa çıkma tutumları arasındaki ilişki ve farklılaşmaya dair yorum ve değerlendirmeler;

Özetle bulgular şu şekilde ele alınmıştır. Öncelikle örneklemin dindarlık eğilimleri ve demografik değişkenlerle ilişkisinin ve ne tür başa çıkma ve dini başa çıkma etkinliklerini kullandıklarının belirlenmesinden sonra, başa çıkma ve dini başa çıkma etkinliklerinin yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, anne-baba eğitim durumu, stres verici olayın türü ve etkisi ile ilişkisi incelenmiş ve hipotezler doğrultusunda bununla ilgili yorumlara yer verilmiştir. Oluşturulan hipotezler çerçevesinde benlik saygısı ve dindarlık; benlik saygısı ve dini başa çıkma ayrıca dindarlık ve dini başa çıkma ilişkisine dair yorum ve değerlendirmelere yapılmıştır.

3.1. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERLE İLGİLİ YORUMLAR

Araştırmada örneklemin cinsiyet değişkenine göre dağılımına bakıldığında, aynı oranda erkek % 50 ve kız % 50 öğrenciden oluştuğu görülmektedir (Bkz.Tablo-2)

Örneklemin yaş değişkenine göre dağılımı incelendiğinde, en yüksek oranı, 17- 18 yaş grubunun (% 46,2) oluşturduğu görülmektedir. İkinci sırayı 15-16 yaş grubu (% 36,6) oluşturmakta, bunu 14 ve altı yaş grubu (%14, 2) izlemektedir. Katılımcıların yaş profiline bakıldığında çoğunluğu ergenliğin son dönemlerini yaşayanların oluşturduğu söylenebilir (Bkz. Tablo-3).

Araştırmada öğrenim görülen sınıf düzeyi ile ilgili herhangi bir ilişki kurulmadığı için bu konuda bir analize gidilmemekle birlikte, örneklemin sınıflara göre dağılımına bakıldığında (Bkz.Tablo-4), lise 1. sınıfa devam edenlerin oranlarının daha yüksek, diğerlerinin oranlarının ise birbirine yakın olduğu görülmektedir.

Örneklemin öğrenim görülen okul türüne göre dağılımını incelendiğinde; öğrencilerin dağılımının birbirine yakın olduğu görülmektedir. Genel lisede öğrenim görenler % 16,9, meslek lisesi %18,9 Anadolu lisesi % 14,6 , Fen lisesi % 18, 9 , Özel lise % 14,2 , İmam- Hatip Lisesi % 16,5 'lik oranı oluşturmaktadır. (Bkz. Tablo-5)

Örneklemin sosyo-ekonomik düzey açısından dağılımına bakıldığında, öğrencilerin çoğunluğu kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde (% 66, 7) görmektedirler. İkinci sırayı ortanın üstü sosyo-ekonomik düzey almakta (% 25, 4), bunu ortanın altı (% 8) sosyo-ekonomik düzeyde olanlar izlemektedir.(Bkz. Tablo-6)

Örneklemin annelerinin eğitim düzeyi ile ilgili veriler genel olarak değerlendirildiğinde, anne eğitim düzeyinde ilk sırayı, ilkokul mezunlarının (% 30, 5), ikinci sırayı ise lise mezunlarının (% 26,1) aldığı görülmektedir. Yüksek okul/üniversite mezunları (% 18) ile ortaokul mezunlarının (%18,2) oranı birbirine oldukça yakındır. Herhangi bir okuldan mezun olmayanların oranının (% 7,2) düşük olması eğitim seviyesi açısından oldukça sevindiricidir. (Bkz. Tablo-7)

Örneklemin baba eğitim düzeyine göre dağılımlarına bakıldığında; büyük çoğunluğu lise mezunları (% 30,3) ve yüksekokul/üniversite mezunları (% 29,7) oluşturmaktadır. Daha sonra ortaokul (% 17,2) ve ilkokul mezunları (% 19,1) yer almaktadır. Herhangi bir okuldan mezun olmayanların oranları (% 3,6) ise en son sırayı

oluşturmaktadırlar. Elde edilen verilere bakıldığında örneklem grubunun babalarının eğitim düzeyinde ilk sırayı, lise mezunu olanlar oluşturmakta, yüksekokul veya üniversite mezunu olanlar ikinci sırada yer almaktadırlar. Üçüncü sırayı ise, ilkokul mezunları oluşturmakta, bunu ortaokul mezunları takip etmektedir. Herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ise en son sırayı oluşturmaktadırlar. Babaların eğitim durumu annelerin eğitim durumuna göre daha yüksektir. (Bkz. Tablo-8)

3.2. STRES KAYNAĞI İLE İLGİLİ YORUMLAR

Örneklemin son iki yıl içerisinde yaşadığı stres verici olaylar içerisinde en fazla etkilendikleri olay kategorisini “sınavda başarısızlık” (% 28,4) oluşturmaktadır. Bunu “duygusal ilişki sorunu” (% 18,6) ve “aile içi sorunlar” (% 11), izlemektedir (Bkz. Tablo-9). Ergenlik döneminin genel özellikleri göz önünde bulundurulduğunda bu sıralamanın şaşırtıcı olmadığı görülmektedir.

Yaşanan stresli olayın zamanı açısından örneklem grubu değerlendirildiğinde; “son altı ay içerisinde” yaşayanlar (% 25, 6) ile “son 1 yıl içinde” yaşayanların oranı (% 25) birbirine yakındır ve grubun çoğunluğunu oluşturmaktadır. Bunu “diğer zamanlar” (% 17,2) ile “son iki yıl içerisinde” (% 16,7) diyenler izlemekte, en son sırayı ise “birkaç yıl önce” (% 15,5) diyenler oluşturmaktadır. (Bkz.Tablo-10)

Örneklem grubunun yaşadığı olaydan etkilenme derecesine göre dağılımına bakıldığında, grubun yarıya yakını (% 40,7) olaydan orta derecede olumsuz etkilendiğini belirtmiştir. Oldukça olumsuz etkilenenlerin oranı (% 30,5)’dir. “Biraz etkilenenler” ise en düşük oranı (% 28,8) oluşturmaktadır.(Bkz. Tablo-11)

3.3. DİNDARLIKLA İLGİLİ YORUMLAR

3.3.1. Demografik Değişkenler ve Dindarlık ile İlgili Yönelik Yorumlar

Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde, örneklemin dindarlık eğiliminin demografik değişkenlere göre farklılaştığı görülmektedir. Bu doğrultuda verilerin yorumları örneklemin, “cinsiyet, yaş, öğrenim görülen okul türü, sosyo-ekonomik düzey, anne ve baba eğitim düzeyi” gibi demografik değişkenler ile dindarlık arasındaki farklılığa yönelik elde edilen bulgulara atıfta bulunarak yapılmış ve konuyla ilgili literatür çerçevesinde değerlendirilmeye çalışılmıştır.

a) Cinsiyet ile Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Cinsiyet ile dindarlık arasındaki farklılığa yönelik istatistiki analiz sonucunda, cinsiyet ile dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($p>.05$) ortaya çıkmamakla birlikte dindarlık eğilimi açısından ortalamalarda farklılıklar olduğu gözlenmektedir. Buna göre, kızların ortalamaları erkeklere göre daha fazladır. Ergenlik döneminde kızların dini içselleştirme ve daha samimi olarak yaşama eğilimlerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılabilir. (Bkz. Tablo-13& Tablo-14)

Dindarlık açısından kızların mı yoksa erkeklerin mi daha dindar olduğuna dair yapılan çalışmalarda farklı sonuçlar elde edilmiştir. Bazı çalışmalarda kızların, bazı çalışmalarda da erkeklerin daha dindar olduğu tespit edilmiştir.

Dindarlıkla ilgili genel literatür kadınların erkeklerden daha dindar olduğunu ortaya koymaktadır.²² Saraglou tarafından yapılan bir çalışmada, kadınların dindarlık puan ortalamaları erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur.²³

Ancak bu görüşü genelleştirmek mümkün değildir. Çünkü kadınların erkeklerden dindar olduğunu gösteren çalışmalar olduğu gibi, erkeklerin kadınlardan daha dindar olduğu gösteren bunun yanı sıra dindarlık ile cinsiyet arasında farklılığın olmadığını ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur.

Ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında bu çalışmaların bir kısmı, kızlarla erkekler arasında dindarlık puanları açısından anlamlı farklılığın olmadığını ortaya koymaktadır. (Özbaydar 1970; Köktaş, 1997; Ayten, 2004; Eşer, 2005; Güner, 2006; Güler, 2007; Çapar, 2008)²⁴. Aynı şekilde, Yapıcı & Zengin (2003), Kula (2005) ve

²² Geniş bilgi için bkz. Raymond F Paloutzian, **Invitation to The Psychology of Religion**, Boston, 1996, s.135; Michael Argyl- Beit-Hallahmi, “Dini Davranış Teorileri”, çev. Ali Kuşat, Mehmet korkmaz, İsmail Güllü, **Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2006, S.16, C.1, s.281-295.

²³ Vassilis Saraglou, “Gençlerin Dinleri ve kişilikleri: Belçika’da Yapılan Yeni Araştırmalar”, çev. Veysel Uysal, **M.Ü.İ.F.D.**, S.19, 2000, s.134.

²⁴ Belma Özbaydar, **Din ve Tanrı İnancının Gelişmesi Üzerine Bir Araştırma**, Baha Matbaası, İstanbul, 1970, s.62; M.Emin Köktaş “Türkiye’de Sosyal Bilimler ve Din Olgusu”, **İslam ve Modernleşme, II. Kutlu Doğum İlmî Toplantısı**, İstanbul, 1997, 253-258; Ali, Ayten, Kendini Gerçekleştirme ve Dindarlık İlişkisi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, 2004, Marmara Üniv. Sos. Bil. Enst., s.84; Hatice Eşer, Üniversite Öğrencilerinde Dini İnanç ve Benlik Saygısı İlişkisi, **Gençlik, Din ve Değerler** (içinde) ed. Hayati Hökelekli., s.513; A. Güner, Lise Öğrencilerinde Stresle Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma”, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Sakarya Üniv. Sos.Bil. Enst., Sakarya, 2006, s.90; Özlem Güler, Tanrı’ya Yönelik Atıflar , Benlik Algısı ve Günahkarlık Duygusu, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniv. Sos. Bil. Enst. Ankara, 2007, s.129; Betül Çapar, Farklı Orta Öğretim Öğrencilerinde Dindarlık İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniv. Sos. Bil. Enst. İzmir, 2008, s.79.

Mehmetoğlu'nun (2006) ²⁵ çalışmalarında da, dindarlık yönünden cinsiyetler arasındaki farklılıklar anlamlılık derecesine ulaşmamıştır.

Uysal (2003) ve Mehmetoğlu'nun (2004) çalışmasında, ²⁶ dindarlığın ibadet, etki ve tecrübe boyutunda erkeklerin dindarlık puanları kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Bu durum dindarlığın çok boyutlu ve tek boyutlu olarak ele alınmasından kaynaklanmaktadır. Dindarlığın çok boyutlu olarak ele alındığı çalışmalarda, bazı boyutlarda kadınların, bazı boyutlarda ise erkeklerin daha dindar olduğu görülmektedir. ²⁷ Kula (2001), Kimter (2002), Onay (2004) ve Yıldız (2006)'ın çalışmasında, ²⁸ erkeklerin kızlara göre daha dindar oldukları ortaya konmuştur.

Ayrıca, Kayıklık, Karaca, Yapıcı ve Kötehne tarafından yapılan çalışmalarda, ²⁹ erkeklerin iç güdümlü dindarlık eğilimlerinin kadınlarınkinden daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Ancak Yapıcı'nın çalışmasında bu farklılık anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır. ³⁰

Bizim çalışmamızda ise kızların dindarlık eğilimleri erkelere göre daha fazla çıkmıştır. Bu durumda, kızların fizyolojik yapılarının erkeklerden daha farklı olması ve duygusal yönlerinin daha baskın olması sebebiyle dine daha samimi bağlanma eğilimlerinin de daha fazla olabileceği söylenebilir.

Kadınların erkeklerden daha dindar olmalarında, toplumsal cinsiyet rolleri de etkili olmaktadır. Kız çocukları toplumda sosyalleştirilme sürecinde daha özenle yetiştirilmekte ve dine yönlendirilmekte ayrıca kurallar kız çocuklarında erkeklere göre daha katı

²⁵ Naci Kula, **Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma**, s. 212; Mehmetoğlu, A.U., "Gençlik, Değerler ve Din; Küreselleşme", **Ahlak ve Değerler** (içinde) Ed. Yurdagül Mehmetoğlu, Litera Yayıncılık, İstanbul, 2006, s.251-257; Asım Yapıcı – Salih Zeki Zengin, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Dinin Etkisini Hissetme Düzeyleri İle Psiko-sosyal Uyumları Arasındaki İlişki", **Çukurova Ünv. İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 3 (2), 65-127.

²⁶ Veysel Uysal, Türkiye'de **Dindarlık ve Kadın**, Çamlıca Yay., İstanbul, 2003, s.76-77; Ali Ulvi, Mehmetoğlu, **Kişilik ve Din**, Dem Yayınları, İstanbul, 2004, s.133-137.

²⁷ M., Argyle, "Din Psikolojisi Alanındaki Yeni Gelişmeler", çev. Talip Küçükcan, **Dini Araştırmalar**, II, (4), 1999, s.195-208.

²⁸ Kula, **Kimlik ve Din**, Ayışığı Kitapları, İstanbul, 2001, s.116; Nurten Kimter, Dini İnanç, İbadet ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi Üzerine Bir Araştırma (Üniversite Öğrencileri Üzerinde), **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde), Ed. Hayati Hökekleli, Dem Yayınları, İstanbul, 2006, s.236; Onay, Ahmet, **Dindarlık, Etkileşim ve Değişim**, Dem Yayınları, İstanbul, 2004, s.102-103; Murat Yıldız, Ölüm Kaygısı ve Dindarlık, İzmir İlahiyat Fakültesi, Yayınları, İzmir, 2006, s.166.

²⁹ Hasan Kayıklık, Dini Yaşayış Biçimleri: Psikolojik Temelleri Açısından Bir Değerlendirme, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Sos. Bil. Enst., İzmir, 2000, s.84; Faruk Karaca, **Ölüm Psikolojisi**, Beyan Yayınları, İstanbul, 2000, s.347; Yapıcı, **Ruh Sağlığı ve Din**, s.179-180; Kötehne, Religious Orientation and Personality, pp. 30-32.

³⁰ Yapıcı, **Ruh Sağlığı ve Din**, s.179.

uygulanmaktadır. Bu nedenle kadınlar sosyal normları ve dini kuralları daha fazla içselleştirmektedirler.³¹

Bu konuda farklı sonuçların elde edilmesinde ayrıca, kullanılan ölçme araçlarına bağlı olarak dinin tek boyutlu ve çok boyutlu olarak ele alınması da etkili olmaktadır.³²

b) Yaş ile Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Yaş değişkeni ile dindarlık arasındaki farklılığa yönelik istatistiki analiz sonucunda; yaş ile dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) tespit edilmiştir. Gruplar arası farklılığa ilişkin yapılan Scheffe testine göre, 14 ve altı ve 15-16 yaş grubunun, 17-18 yaş grubuna göre dindarlık eğilimlerinin daha düşük olduğu ortaya konmuştur. Buna göre, yaş yükseldikçe örneklem grubunun dindarlık düzeyinin yükseldiği söylenebilir. (Bkz. Tablo-15 & Tablo-16)

Araştırmadan elde edilen bulgulara dayanarak, yaş ile dindarlık ilişkisine yönelik genel bir değerlendirme yapılabilir. Ergenlik döneminin ilk başlarında dindarlık eğiliminin daha düşük olması, daha sonraki yıllarda dindarlığın artması dini gelişim süreci ile de uygunluk göstermektedir. Ergenliğin daha ileriki dönemlerinde ergende meydana gelen fiziksel ve zihinsel değişimlerle birlikte dini gelişiminde de bir canlanma söz konusudur. Ergenin kendisinde gelişen soyut düşünme kabiliyeti ile her şeyin hakikatini anlama, olaylara birtakım şüphe ve tereddütle yaklaşma ve karşılaştığı olayları ve problemleri üst düzey problem çözme yöntemleri ile değerlendirmesi, dini hayatına da yansımaktadır. Din psikolojisi açısından da ergenlik dönemi, hem “dini uyanış ve dine dönüş” hem de “dini şüphe ve kararsızlık” dönemi³³ olarak değerlendirilmektedir. Ergenin, dine yönelik ilk dönemlerdeki samimi ve içten bağlılığı daha sonraki dönemlerde değişikliğe uğrayabilmekte, samimi içten dine bağlanma eğilimi yaştan ilerlemesi ile yerini şüphe ve tereddüde bırakabilmektedir. Ancak dini bunalım ve kararsızlık, ergenlik döneminin sonuna doğru durulmaya başlamaktadır. 16-17 yaşlarında, dine dönüşün yaşandığı bir dönemi oluşturmaktadır. Dolayısıyla, ergenliğin ilk dönemlerdeki şüphe, tereddüt ve kararsızlık yerini, dini tutumların belirginleşmesi ve dini inanç ve değerleri bilinçli olarak yaşamaya bırakmaktadır.³⁴

³¹ Cırhinlioğlu Fatma Gül - Üzeyir Ok, “Kadınlar mı Yoksa Erkekler mi Daha Dindar?”, **ZfWT**, Vol, 3; No, 1, 2011, ss.121-141.

³² Celalettin Çelik- İlkay Şahin, “Kadın Dindarlığı: Bir Paradoksun Söyledikleri”, **Toplum Bilim Dergisi**, Ocak-Haziran, 2009, 1-3, ss.141-166.

³³ Hökelekli, “Ergenlik Döneminde Şüpheler”, **Din Öğretimi Dergisi**, 1988, S.14, ss. 74.

³⁴ Hökelekli, a.g.m., ss.107-110

Konuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında; bazı çalışmalar yaş ilerledikçe dindarlığın yükseldiğini; bazı çalışmalarda ise yaş ilerledikçe dindarlık düzeyinin düştüğünü ortaya koymaktadır. Bazı çalışmalarda ise, yaş ve dindarlık arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Bu doğrultuda, dindarlığın çok boyutlu olarak ele alındığı, Taplamacıoğlu (1963), Köktaş (1993), Mehmetoğlu (2004), Acar, Yıldırım ve Ergene (1996)'nin çalışmalarında³⁵ yaş ilerledikçe dindarlık düzeyi de yükselmektedir. Yıldız (1998)'in çalışmasında da yaş ile dindarlık arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 23-28 yaş grubunun dindarlık puan ortalamalarının, 16-22 yaş grubuna göre daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.³⁶ Kula (2001) da, yaş ile dindarlık arasında anlamlı farklılık olduğunu ve 19-21 yaş grubunun puan ortalamasının 16-18 yaş grubunun puan ortalamasına göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.³⁷

Dindarlığın iç güdümlü ve dış güdümlü olarak ele alındığı çalışmalarda, yaş ile dindarlık modelleri arasındaki ilişkiye yönelik elde edilen verilere bakıldığında, Kayıklık (2000)'in çalışmasında yaş ilerledikçe iç güdümlü dindarlık eğiliminde de yükselme olmaktadır.³⁸ Koç (2008)'un çalışmasında ise, yaş ilerledikçe örneklem grubunun hem iç güdümlü ve hem de dış güdümlülük eğilimlerinde artma olduğu ortaya konmuştur.³⁹ Karaca (2000)'nin çalışmasında inişli çıkışlı bir durum ortaya çıkmakta, 23-39 yaş grubunun, iç güdümlü dindarlık eğilimi puan ortalaması en yüksek olup, onu 16-22 yaş grubu ile 40-59 yaş grubu izlemektedir. En az dindar grubu ise 60 yaş ve sonrası oluşturmaktadır.⁴⁰

Ancak yaş ilerledikçe dindarlık eğiliminde düşme olduğunu gösteren çalışmalar da vardır; Onay'ın üniversiteli gençler üzerinde yaptığı çalışmasında⁴¹ ve Yapıcı'nın⁴² araştırmasında, gençlerde yaş ilerledikçe dindarlık eğilimlerinde düşme gözlenmektedir. Yaparel'in 20-40 yaşlarındaki dini hayatı konu alan çalışmasında,⁴³ dini hayatın duygu ve

³⁵ Mehmet Taplamacıoğlu, "Yaşlara Göre Dini Yaşayışın Şiddet ve Kesafeti Üzerine Bir Anket Denemesi", **A.Ü.İ.F.D.**, Ankara, 1963, X., s.145; Köktaş, a.g.e., s.214; Mehmetoğlu, **Kişilik ve Din**, s.163; Voltan Acar, Nilüfer Yıldırım, Tuncay Ergene, "Bireylerin Dindarlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi", **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 1996, 12, s.45-56

³⁶ Yıldız, a.g.e., s.173

³⁷ Kula, **Kimlik ve Din**, s.151

³⁸ Kayıklık, a.g.t., s.81

³⁹ Koç, a.g.t, 2008, s.196.

⁴⁰ Karaca, a.g.e., s.299.

⁴¹ Onay, a.g.e., s.108

⁴² Yapıcı, "Yeni Bir Dindarlık Ölçeği ve Üniversiteli Gençlerin Dinin Etkisini Hissetme Düzeyi", ss.65-115

⁴³ Recep Yaparel, Yirmi-Kırk Yaş Arası Kişilerde Dinî Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara, 1987, s, 134

dua boyutlarında farklılıkların olduğu, bunun dışındaki boyutlarda anlamlı farklılıkların ortaya çıkmadığı görülmektedir.

Konuyla ilgili yapılan çalışmalar dikkate alındığında, yaş faktörünün dindarlık eğilimlerini etkileyen faktörlerden biri olduğu görülmektedir.

c) Okul Türü ve Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Öğrenim görülen okul türü ve dindarlık arasındaki farklılığa yönelik istatistiki analiz sonucunda, okul türü ile dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) tespit edilmiştir. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tamhanene's T2 testi sonucunda, İ.H.L.'nin dindarlık eğiliminin, diğer okullara göre en üst düzeyde olduğu gözlenmektedir. Genel lise, Meslek lisesi, Fen lisesi, Özel lise ve Anadolu lisesi arasındaki farklılıkta Anadolu lisesinin dindarlık eğiliminin bütün okullar arasında en düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen verilerden hareketle, İ.H.L. öğrencilerinin dindarlıklarının en yüksek, buna karşılık Anadolu lisesi öğrencilerinin ise en düşük düzeyde olduğu söylenebilir. (Bkz. Tablo-17 & Tablo- 18)

Dindarlık pek çok değişken tarafından etkilenmektedir. Bu anlamda, öğrenim görülen okul türü de dindarlık düzeyini etkileyen faktörlerdendir. Ülkemizde bu konuda yapılan çalışmalara bakıldığında, Hökelekli (1986),⁴⁴ Kaya (1998),⁴⁵ Kula (2001),⁴⁶ Hayta (2002),⁴⁷ Kimter (2002),⁴⁸ Onay (2004),⁴⁹ Yapıcı (2007),⁵⁰ Yıldız (2006)'ın⁵¹ bulgularına göre din eğitimi alanlar daha dindardırlar.

Öğrenim görülen okul türü ile dindarlık eğiliminin farklılaşması ve bu durumun da özellikle İmam-Hatip Lisesi öğrencilerinde ortaya çıkması esasında şaşırtıcı bir durum değildir. Çünkü çocuklarının dini ve ahlaki değerleri resmi kurumlardan almalarını isteyen aileler, çocuklarını daha çok İ.H.L.'ne göndermektedirler. Dolayısıyla, İ.H.L. öğrencilerinde öğrenim gören çocukların dindar ailelerin çocukları olduğu söylenebilir.

⁴⁴ Hökelekli, "Ergenlik Çağı Davranışlarına Din eğitiminin Etkisi (İmam-Hatip Lisesi ve Genel Lise Öğrencilerinin Davranışları Arasında Karşılaştırmalı Bir Araştırma", **U.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 1986, C.1, S.1, s.s.35-51

⁴⁵ Mevlüt Kaya, **Din eğitiminde İletişim ve Dini Tutum**, Etüt Yayınları, Samsun, 1998, s.119-120

⁴⁶ Kula, **Kimlik ve Din**, s.86

⁴⁷ Hayta, "İbadetler ve Ruh Sağlığı", **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde), ed. Hayati Hökelekli, Dem Yayınları, İstanbul, 2006, ss.162-163

⁴⁸ Kimter, a.g.m., s.240

⁴⁹ Onay, a.g.e., s.126-127

⁵⁰ Yapıcı, **Ruh Sağlığı ve Din**, s.191-198

⁵¹ Yıldız, **Ölüm Kaygısı ve Dindarlık**, s.178

Ancak bu bulgulardan hareket ederek, diğer okullarda öğrenim gören öğrencilerin, dini içlerinde samimi bir şekilde hissetmedikleri ve bağlılıklarının olmadığı anlamı çıkartılmamalıdır. Fakat şu hususu da göz ardı etmemek gerekmektedir. Dini inanç, duygu, davranış ve bilginin oluşmasında, bunların tutum ve davranışlara dönüşmesinde ve içselleştirilmesinde din eğitiminin katkısı büyüktür. Buradan hareketle, daha lise yıllarında din eğitimi alan gençlerin, dini anlama ve yaşama düzeylerinin dini ibadetleri yerine getirme oranlarının diğer liselerde öğrenim görenlere göre daha yüksek olması beklenen bir durumdur.⁵²

Öğrenim görülen okul türünün kişilik üzerindeki etkisi kaçınılmazdır. Kişilik gelişiminin en kritik dönemi okulda geçmektedir. Okulun etkisi, her eğitim kurumunun kendine özgü yapısıyla ve öğrenim süresinin uzunluğu ile ilgilidir. Buradan hareketle, belli bir okuldan mezun olmanın belli bir kişilik kazandıracağı gibi neden sonuç ilişkisine gitmek uygun olmasa da, yapılan çalışmalar, dini eğitim ağırlıklı okullardan mezun olanların şefkat gösterme, sebat, düzen gibi özelliklere daha fazla sahip oldukları ortaya konmuştur.⁵³

d) Sosyo-Ekonomik Düzey ile Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Sosyo-ekonomik düzey ile dindarlık arasındaki farklılığa yönelik istatistiki analiz sonucunda; dindarlık ile sosyo-ekonomik düzey arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağına yönelik yapılan istatistiki analiz sonucunda, orta düzeydeki sosyo-ekonomik duruma sahip olanların, ortanın üstü sosyo-ekonomik duruma sahip olanlara göre dindarlık oranlarının farklılaştığı görülmektedir. (Bkz.Tablo-19 & Tablo-20) Buradan hareketle, sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe dindarlık eğiliminin düştüğü söylenebilir. Bu bulgu, aşağıda belirtilen pek çok çalışmanın bulguları ile benzerlik göstermektedir.

Sosyo-ekonomik düzey farklılıklarının dindarlığı etkileyip etkilemediği konusu, din psikologlarının ve din sosyologlarının dikkatini çeken konuların başında gelmiştir. Bu doğrultuda, yapılan araştırmalara bakıldığında, sosyo-ekonomik düzeyin, dindarlığı etkileyen faktörler arasında yer aldığı görülmektedir.⁵⁴

⁵² Hökelekli, a.g.m., s.s.35-51.

⁵³ Mehmetoğlu, **Kişilik ve Din**, s.156

⁵⁴ Acar-Yıldırım v.d., a.g.m. s.49-50.

Pek çok çalışmada sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe dindarlık düzeyinin düştüğü ortaya konmuştur. Örneğin; Fırat (1977),⁵⁵ Günay (1999),⁵⁶ Köktaş (1993),⁵⁷ Acar-Yıldırım & Ergene (1996),⁵⁸ Kula (2001),⁵⁹ Onay (2004)'ın çalışmalarında,⁶⁰ sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe dine olan ilgi azalmaktadır. Yapıcı (2007)'nın çalışmasında “orta” ve “alt” sosyo-ekonomik düzeyde sahip olanların Allah'ın varlığını içlerinde hissetme oranlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. İç güdümlü dindarlık eğilimlerinde yükselme olmaktadır.⁶¹ Topuz'un (2003) çalışmasında, Dini Gelişim Seviyelerinin “İnançsızlık” alt boyutunda ortanın üstü/yüksek gelir grubuna sahip olanların lehine bir farklılık ortaya çıkmıştır. Gelir seviyesi arttıkça inançsızlık olayının daha fazla görülebileceği ortaya konmuştur.⁶²

Bununla birlikte, Karaca (2000)⁶³ ve Uysal (2003)⁶⁴'in çalışmalarında, sosyo-ekonomik düzey ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Kimter (2008)'in çalışmasında ise, sosyo-ekonomik düzey ile dinin inanç ve ibadet boyutları ile öznel dindarlık algıları arasında pozitif ilişki bulunmuştur.⁶⁵ Yani sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe, dini inançları benimseme ve ibadetleri yerine getirme düzeyi de yükselmektedir.

e) Anne Eğitim Düzeyi ile Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Anne eğitim düzeyi ile dindarlık arasındaki farklılığa yönelik istatistiki analiz sonucunda, anne eğitim düzeyi ile dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) ortaya çıkmıştır. Farklılığın kaynağına yönelik istatistiki analize göre, annesi ilkökul mezunu olanların dindarlık eğilimleri, herhangi bir okuldan mezun olmayanlara, lise ve yüksekokul/üniversite mezunlarına göre daha yüksektir. Ayrıca, anneleri ortaokul ve lise mezunu olanların dindarlık düzeylerinin de yüksekokul/üniversite mezunlarına göre

⁵⁵ Fırat Erdoğan, Üniversite Öğrencilerinde Allah İnancı ve Din Duygusu: Din Psikolojisi Açısından Bir Değerlendirme, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Ankara, 1977, s. 81.

⁵⁶ Ünver Günay, **Erzurum ve Çevre Köylerinde Dinî Hayat**, Erzurum Kitaplığı, 1999, s. 280.

⁵⁷ Emin Köktaş, **Türkiye’de Dinî Hayat: İzmir Örneği**, İşaret Yayınları, İstanbul, 1993, s. 82, 215.

⁵⁸ Acar-Yıldırım v.d., a.g.m., s.50.

⁵⁹ Kula, a.g.e., s.116.

⁶⁰ Onay, a.g.e.s., ss.115-116.

⁶¹ Yapıcı, a.g.e., ss.182-183.

⁶² Topuz, a.g.t., s.101.

⁶³ Karaca, a.g.e., s.300.

⁶⁴ Uysal, a.g.e., s.144.

⁶⁵ Nurten Kimter, Benlik Saygısı ve Dindarlık İlişkisi, Uludağ Üniv. Sos.Bil. Enst., (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Bursa, 2008, ss.195-196.

daha yüksek olduğu ortaya konmuştur (Bkz. Tablo-21 & Tablo-22). Bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, örneklem grubunun annelerinin eğitim seviyesi yükseldikçe, dindarlık düzeyleri düştüğü söylenilebilir.

Konuyla ilgili Kimter'in çalışmasında,⁶⁶ anne eğitim durumu ile dindarlık arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Anne eğitim düzeyi yükseldikçe, öğrencilerin dini inançları benimseme, ibadetleri yerine getirme ve dinin etkisini günlük yaşamda hissetme düzeylerinde düşme gözlenmektedir.

f) Baba Eğitim Düzeyi ile Dindarlık Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Baba eğitim düzeyi ile dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) tespit edilmiştir. Söz konusu analize göre, babaları ilköğretim mezunu olanların dindarlık oranları, lise ve yüksekokul/üniversite mezunlarına göre daha yüksektir. Ayrıca, babaları ortaokul mezunu olanların dindarlık düzeyleri, yüksekokul/üniversite mezunlarına göre daha yüksektir (Bkz. Tablo-23 & Tablo-24). Bu bulgulardan hareketle, örneklem grubunun babalarının eğitim seviyesi yükseldikçe, dindarlık düzeyinin düştüğü sonucuna ulaşılabılır.

3.4. HİPOTEZLERLE İLGİLİ YORUMLAR

3.4.1. Benlik Saygısı ile İlgili Yorumlar

Araştırmanın bu bölümünde, benlik saygısı ile “cinsiyet, yaş, okul türü, sosyo-ekonomik düzey, anne ve baba eğitim düzeyi ve dindarlık” arasındaki ilişki ve farklılığa yönelik yorum ve değerlendirmelere yer verilecektir. Bu çerçevede yine demografik değişkenler bağımsız değişken, benlik saygısı bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. Ayrıca benlik saygısı ve dindarlık ilişkisi korelasyon analizi çerçevesinde değerlendirilmiştir. Bulgular, “Benlik saygısı demografik değişkenlere göre farklılaşmaktadır” [Hipotez-8] şeklindeki hipotez doğrultusunda ele alınmıştır.

Örneklem grubunun benlik saygısı düzeyine göre dağılımlarına bakıldığında, benlik saygısı orta düzeyde olanlar örneklem grubunun % 47'3'ünü, yüksek düzeyde olanlar % 46'sını, benlik saygısı düşük olanlar ise % 6,6'lık bir oranı oluşturmaktadır (Bkz. Tablo-25).

⁶⁶ Kimter, a.g.t., 2008, ss.215-216.

3.4.1.1. Demografik Değişkenler ve Benlik Saygısı ile İlgili Yorumlar

Hipotez: “Benlik saygısı demografik değişkenlere göre farklılaşmaktadır.”

[Hipotez:8]

a) Cinsiyet ile Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Cinsiyet değişkeni ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($t= 2,579$; $p<.05$) tespit edilmiştir Buna göre, erkeklerin benlik saygısı düzeyleri, kızların benlik saygısı düzeylerinden daha yüksektir (Bkz. Tablo-26 & Tablo-27).

Bu araştırmada cinsiyet ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye yönelik elde edilen bulgular, Dinç (1992),⁶⁷ Yapıcı & Zengin (2003),⁶⁸ Eryılmaz & Atak (2011)⁶⁹ çalışmalarıyla paralellik göstermektedir. Bu çalışmalarda da erkeklerin benlik saygısı düzeyleri kızlarınkinden daha yüksektir.

Konuya ilişkin yapılan çalışmalara bakıldığında, bunların bir kısmında erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin, kızların benlik saygısı düzeylerinden daha yüksek olduğu; bir kısmında kızların benlik saygısı düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu, bir kısmında ise iki değişken arasında anlamlı ilişki olmadığı ortaya konmuştur.

Benlik saygısının oluşumunda ve gelişiminde pek çok faktör etkilidir. Benliğin ve benlik saygının oluşmasında zeka, görünüm, beden yapısı gibi bazı özelliklerin yanı sıra aile, kültür, toplum, yaşam deneyimleri gibi çevresel etkenler rol oynamaktadır.⁷⁰

Bu bağlamda, bireyin cinsiyet rolleri ve bu role ilişkin görev ve sorumlulukları benlik saygısının gelişimini etkilemektedir. Kültürümüzde kız ve erkelerden beklenen görev ve sorumluluklar farklılık arz etmektedir. Kızlardan daha çok çevrelerine karşı ilgili, uyumlu olmaları beklenirken, erkeklerden daha çok bağımsız davranmaları, rekabetçi olmaları,

⁶⁷ Filiz Dinç, Cinsiyetleri Farklı Olan Lise Öğrencilerinin Benlik Algı Düzeylerinin Öz Saygı Düzeylerine Etkisi, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniv. Sos. Bil. Enst., , Ankara, 1992, s.40

⁶⁸ Yapıcı- Zengin “İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Dinin Etkisini Hissetme Düzeyleriyle Psiko-Sosyal Uyumları Arasındaki İlişki”, ss. 65-127.

⁶⁹ Ali Eryılmaz- Hasan Atak, “Ergen Öznel İyi Oluşunun Öz Saygı ve İyimserlik Eğilimi İle İlişkisinin İncelenmesi”, **Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi**, Yaz-2011, C.10, S.37, ss.170-181.

⁷⁰ Köknel, **Kişilik**, ss.80-81.

sosyal ortamda daha girişimci olmaları beklenmektedir.⁷¹ Bu durum erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin yüksek olmasına sebep olabilmektedir.

Bunun yanı sıra, Özkan (1994),⁷² Top ve ark. (2010),⁷³ Sam & Öngen (2010)⁷⁴ ve Karataş (2012)'in⁷⁵ çalışmalarında, kızların benlik saygısı düzeyleri erkeklerinkinden daha yüksektir. Maşrabacı (1994),⁷⁶ Yüksekaya (1995),⁷⁷ İkiz (2000)⁷⁸ ve Uyanık Balat'ın (2004),⁷⁹ Secer, v.d. (2012)⁸⁰ çalışmasında, benlik saygısı ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır.

Cinsiyet ile benlik saygısı arasındaki ilişkiye yönelik farklı farklı sonuçların elde edilmesinde, kimlik oluşturma sürecinin de etkili olduğunu görülmektedir. Örneklem grubunun içinde olduğu ergenlik döneminde, hem kız hem de erkekler kimlik oluşturma çabası içerisindeyler.⁸¹ Kimliğini oluşturma çabası içerisinde olan genç, kendisinin toplumdaki rolünü, idealini belirlemeye çalışır ve “ben kimim?” sorusunu sorarak benlik imgesinde değişimler yaşar. “Babama mı yoksa, anneme mi benziyorum?”, “kardeşimle neden farklılıklarım var?” sorularını soran ergenin benlik kavramı daha soyut hale gelmeye başlar.⁸²

⁷¹ A.Eryılmaz- H. Atak, “Kız Ergenlerin Bakış Açısıyla Kadınlık ve Erkeklik Toplumsal Cinsiyet Kalıp Yargıları: Ah! Bir de Özgür Olsam”, I. Psikoloji Lisansüstü Öğrenci Kongresi, İzmir Ekonomi Üniversitesi, İzmir, 2007, akt. Ali Eryılmaz, “Barışa Yönelik Tutumların Öz Saygı ve Cinsiyet Değişkenleriyle İncelenmesi”, **Bahkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, C.,12, S.,21, Haziran, 2009, s.25 ss.23-31.

⁷² i. Özkan, “Benlik Saygısını Etkileyen Etmenler”, **Düşünen Adam**, 1994, 7(3), ss.4-9

⁷³ Fadime Top Üstüner- Esra Kaymak- Şimal Göllü- Barış Kaya, “Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Benlik Saygıları ve Atılganlık Düzeylerinin Sosyo-Demografik Özellikleri Açısından İncelenmesi”, **Yeni Symposium**, 2010, C.48, S.2, ss.148-156

⁷⁴ Neslihan Sam- Rıza Sam- Burcu Öngen, “Üniversite Öğrencilerinin Çevresel Tutumlarının Yeni Çevresel Paradigma ve Benlik Saygısı Ölçeği İle İncelenmesi”, **Akademik Bakış Dergisi**, Temmuz-Ağustos-Eylül, 2010, S.21, ss.1-16, Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi, <http://www.akademikbakis.org>

⁷⁵ Zeynep Karataş, “Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Empatik Beceri ve Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi”, **Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, S.23, 2012, ss.104-105

⁷⁶ Maşrabacı, a.g.t., ss.126-127

⁷⁷ Selda Yüksekaya, Üniversite Öğrencilerinde Benlik Saygısının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir-1995, s.81

⁷⁸ Ebru Suner İkiz, Farklı Liselerdeki Ergenlerin Benlik Saygısı, Akademik Başarı ve Sürekli Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki, s.55

⁷⁹ Uyanık Balat- Akman, “Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi”, ss.175-183

⁸⁰ İsmail Seçer- Azmi İlbay- İsmail Ay- Muhammed Çiftçi, “Yatılı İlköğretim Bölge Okullarındaki Öğrencilerin Benlik Saygılarının İncelenmesi”, **Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2012, C.,2; S.1, [sakaryajournal.org.]

⁸¹ Kulaksızoğlu, **Ergenlik Psikolojisi**, s.94

⁸² Steinberg, **Ergenlik**, s.299

Bu doğrultuda, erkeklerin benlik saygılarının kızlardan daha yüksek olmasında, erkek ve kızlar arasındaki fizyolojik farklılıklardan daha çok toplumsal cinsiyet rollerine bağlı olarak toplumun erkeklere yüklediği görev ve sorumluluklar, erkeklerin benlik ve kimlik gelişiminde olumlu etkiler yapabilmektedir. Kızlar erkeklere göre toplumsal kurallara daha bağlıdırlar ve daha az rekabetçidirler.⁸³ Erkeklerin sosyal yaşamda daha aktif rol almaları, daha küçük yaşlarda kızlara göre kendilerine daha çok güvenmelerine yol açmaktadır. Dolayısıyla benlik saygılarının da yükselmesine sebep olabilmektedir. Ayrıca, ergenlik döneminde beden imajından duyulan hoşnut olup olmama durumu benlik algısı ve benlik saygısını etkilemektedir. Özellikle kızlar için beden imajından duyulan hoşnutsuzluk benlik saygısını olumsuz yönde etkilemektedir.⁸⁴ Çünkü fiziksel bakımdan güçlü olma, ergenlerde çoğunlukla başarı ve güveni de beraberinde getirmektedir.

Konuyla ilgili araştırma bulguları dikkate alındığında cinsiyet ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye yönelik farklı farklı sonuçların elde edildiği görülmektedir.

b) Yaş ile Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Yaş ile benlik saygısı arasındaki farklılığa yönelik istatistiki analiz sonucunda, söz konusu ortalamalar arasında farklılaşma olduğu ancak yapılan ANOVA Testinde, yaş değişkeni ile benlik saygısı arasında farklılığın anlamlılık derecesine ($p>.05$) ulaşmadığı görülmektedir (Tablo-28 & Tablo-29). Elde edilen bu sonuç Yüksekaya (1995),⁸⁵ Pınar (2002),⁸⁶ Razi & Kuzu v.d. (2009)⁸⁷ tarafından yapılan çalışmanın bulguları ile de benzerlik göstermektedir.

Mc Carty ve Hoge (1982), ergenlerde benlik saygısı ile yaş arasındaki ilişkiyi tespit etmek için yaklaşık 2000 kişilik bir örneklem üzerinde yaptıkları çalışmada, ergenlerde yaş ilerledikçe benlik saygısının yükseldiğini ortaya koymuştur.⁸⁸

⁸³ Kulaksızoğlu, a.g.e., s.51

⁸⁴ Vesile Oktan - Mustafa Şahin “Kız Ergenlerde Beden İmajı ile Benlik Saygısı arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, **Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi**,2010, 7 (2), s.544-556 <http://www.insanbilimleri.com>

⁸⁵ Yüksekaya, a.g.t.,s.81

⁸⁶ Rukiye Pınar, “Obezlerde Depresyon, Benlik Saygısı ve Beden İmajı: Karşılaştırmalı Bir Çalışma”, **C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi**, 2002, 6(1), s.35

⁸⁷ Gülcem Razi Sala- Ayşe Kuzu- Ali Naci Yıldız, v.d., “Çalışan Gençlerde Benlik Saygısı, İletişim Becerileri ve Stresle Başetme”, **TAF Preventive Medicine Bulletin, /Research Article TAF Prev Med Bull** , 2009, 8 (1), s.20

⁸⁸ J.D. Mc Carty- D.R. Hoge, “Analysis of Age Effects in Longitudinal Studies of Adolescent Self – Esteem”, **Development Psychology**, 18 (3), 372-379.

Özşaker'in (2008), motorsal performans ve benlik saygısını ele aldığı çalışmasında, öğrencilerin benlik saygısı puanları ile 12-13 ve 14 yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur. Kızlarda yaş arttıkça benlik saygılarında azalma, erkeklerde ise yaş arttıkça benlik saygılarında artma meydana gelmektedir.⁸⁹

Eşer (2005)⁹⁰ ve Yapıcı'nın⁹¹ çalışmalarında da, yaş ile benlik saygısı arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir. Yani yaş ilerledikçe benlik saygısı düzeyinde de yükselme olduğu ortaya konmuştur.

Seyhan (2008)'in tutuklu/hükümlü gençlerin benlik saygıları üzerinde yaptığı çalışmada,⁹² yaş ile benlik saygısı arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı olup ($p<0.05$), 16 yaşındaki gençlerin benlik saygısı düzeyinin 17 yaşındakilere göre daha düşük olduğunu tespit edilmiştir.

Bunun aksine Top ve ark. (2010)'nın çalışmasında⁹³, 17-19 yaş grubunun benlik saygısı düzeyi, 22-24 yaş grubuna göre daha yüksek bulunmuştur.

Ergenlik döneminde yaş ilerledikçe yaşanan kimlik krizleri, çatışmalar v.b. yerini sakinliğe ve olgunluğa bırakmaktadır. Bu nedenle genelde yaş ilerledikçe benlik saygısında yükselme görülmektedir. Ancak çalışmada, anlamı farklılığın çıkmamasının sebebi, örneklem grubunun yaş dönemleri arasında fazla bir farklılığın olmamasından kaynaklanabilir.

c) Okul Türü ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Beş farklı orta öğretim kurumunda öğrenim gören öğrencilerin okul türü ile benlik saygısı arasındaki ilişkiye yönelik ANOVA testi sonuçlarına göre, söz konusu iki değişken arasında istatistiksel olarak ($p<0.05$) anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığına dair yapılan Tamhanene's T2 testine göre; Anadolu lisesi ile diğer liseler arasında Anadolu lisesi lehine bir farklılık söz konusudur. Ayrıca İ.H.L. ile özel lise arasında İ.H.L. lehine bir farklılık ortaya çıkmıştır (Bkz. Tablo-30 & Tablo-31).

⁸⁹ Murat Özşaker, 12-14 Yaş Çocuklarının Motorsal Performans ve Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi, Ege Üniv. Sağlık Bilimleri Enst., (Yayımlanmamış Doktora Tezi), İzmir, 2008, s.130.

⁹⁰ Eşer, a.g.m, ss.516-517

⁹¹ Yapıcı, **Ruh Sağlığı ve Din**, s.300

⁹² Derya Seyhan, Tutuklu/Hükümlü Gençlerin Benlik Saygısı Düzeyleri, Aile ve Çevre Özelliklerinin İncelenmesi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enst., (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Kayseri, 2008, s.59

⁹³ Top v.d., a.g.m, s.152

Bu bulgular ilgili literatür çalışmaları ile de uyumludur. İkiz (2000)⁹⁴, okullarını sınav ile kazanan Anadolu lisesi öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin Özel okul öğrencilerine göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Şentürk (2010)'ün çalışmasında⁹⁵ da Anadolu lisesi öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin, genel lise ve meslek lisesi öğrencilerinden daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Aktaş'ın (2011) çalışmasında,⁹⁶ ise düz lise öğrencileri ile Anadolu lisesi öğrencilerinin benlik saygısı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya konmuştur.

Anadolu lisesi öğrencileri, okudukları okula sınavla girmeye hak kazandıkları için kendilerini daha başarılı, aileleri ve çevrelerinde daha saygın hissedebilirler. Bu durum da kendilerine güvenlerini arttırıp benlik saygısı düzeylerinin yükselmesine yol açabilmektedir. Ayrıca Anadolu lisesinde öğrenim gören öğrenciler, bu okullara sınavla girdikleri için diğer liselere göre akademik başarıları daha yüksek olmaktadır. Akademik başarılar da benlik saygısı düzeyini olumlu yönde etkilemektedir. Bu doğrultuda pek çok çalışmada akademik başarı ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Top ve ark. (2010),⁹⁷ akademik yönden kendilerini başarılı olarak görenlerin benlik saygısı ve atılganlık puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır.

d) Sosyo-Ekonomik Düzey ile Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Sosyo-ekonomik düzey ile benlik saygısı arasındaki farklılığa yönelik yapılan istatistiki analiz sonucunda, sosyo-ekonomik düzey ve benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu ($p < .05$) ortaya konmuştur (Bkz. Tablo-32 & Tablo-33). Farklılığın nereden kaynaklandığına yönelik Scheffe testinde, ortanın altı sosyo-ekonomik düzey ile orta ve ortanın üstü sosyo-ekonomik düzey arasında, sosyo-ekonomik düzeyi ortanın altı olanların lehine bir farklılık söz konusudur. Yani sosyo-ekonomik düzey ile benlik saygısı arasında negatif bir ilişki söz konusudur. Örneklem grubunun sosyo-ekonomik düzeyi düştükçe benlik saygısı düzeyi yükselmektedir.

⁹⁴ İkiz, a.g.t., s.54

⁹⁵ Sema Şentürk San, Liseli Ergenlerin Yalnızlık Algısının Sosyal Beceri, Benlik Saygısı ve Kişilik Özellikleri Bağlamında Değerlendirilmesi, Maltepe Üniv. Sos.Bil. Enst., (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi Psikoloji Bilim Dalı) , İstanbul, 2010, s.90.

⁹⁶ Aktaş, 9. Sınıfta Anne-Baba Tutumları ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, s.51.

⁹⁷ Top v.d., a.g.m., s.151.

Benlik saygısı ile sosyo-ekonomik düzey arasında pozitif ilişki bulan çalışmalar vardır. Özkan (1994),⁹⁸ İkiz (2000),⁹⁹ Özşaker (2008),¹⁰⁰ Öksüz & Ayvalı (2012),¹⁰¹ sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerinin benlik saygılarının da yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Yıldız (2010) da, “Sokakta çalışan ve çalışmayan ergenlerin benlik saygısı düzeyleri”ni konu aldığı çalışmasında¹⁰² sosyo-ekonomik seviyesi düşük olanların benlik saygısı düzeylerini de düşük olduğunu tespit etmiştir.

Bunun yanı sıra sosyo-ekonomik düzey ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki olmadığını ortaya koyan çalışmalar da vardır. Örneğin, Uyanık Balat ve Akman (2004) çalışmasında,¹⁰³ benlik saygısı ile sosyo-ekonomik düzey arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Aynı şekilde Eşer¹⁰⁴ ve Yapıcı’nın çalışmasında¹⁰⁵ da sosyo-ekonomik düzey ile benlik saygısı arasındaki fark anlamlılık derecesine ulaşmamıştır.

Sosyo-ekonomik düzey benliğin şekillenmesinde önemli bir role sahiptir. Ergenlik döneminde bu durum daha da önemli hale gelmektedir. Çünkü bu dönemde ergen toplumsal sınıf farklılıklarının, ailesinin ekonomik seviyesinin, ihtiyaçlarının karşılanabilme düzeyinin farkında olmakta ve beklentilerini bu çerçevede oluşturmaktadır. Ekonomik seviyesi yüksek olan öğrencinin spor, sanat, eğlence v.b. sosyal faaliyetlere katılma oranı daha yüksek olacak bu da ergenin benlik saygısının yükselmesinde etkili olmaktadır.

Ancak pek çok çalışmanın aksine bu çalışmada, sosyo-ekonomik düzeyi düşük olanların benlik saygısı seviyesi yüksek çıkmıştır. Bu doğrultuda, her ne kadar sosyo-ekonomik düzeyin yüksek olması benlik saygısını olumlu yönde etkiliyor olsa da, tek başına yeterli değildir. Aileler sosyo-ekonomik düzey açısından çocuklarının her türlü ihtiyacını karşılayamasa da, sevgi ve güven ortamı içerisinde büyüyen bir çocuğun bir birey olarak kendisini değerli hissetmesini sağlayabilir ve benlik saygısı düzeyleri

⁹⁸ Özkan, a.g.m, s.7.

⁹⁹ İkiz, a.g.t., s.56.

¹⁰⁰ Özşaker, a.g.t., s.130.

¹⁰¹ Yücel Öksüz- Meşale Ayvalı, “İlköğretim 4. Ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları İle Sosyal Uyum Düzeyi İlişkisi”, **Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi**, 2012, 5;3, ss.151-167.

¹⁰² Mehmet Ali Yıldız, Sokakta Çalışan ve Çalışmayan İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), İnönü Ün. Eğitim Bilimleri Enst., Malatya, 2010, s.145.

¹⁰³ Gülden Uyanık Balat -Berrin Akman, “Farklı Sosyo-ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi, **Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 2004, 14 (2), ss.175-183.

¹⁰⁴ Eşer, a.g.m, s.516.

¹⁰⁵ Yapıcı, a..g.e., s.299.

yükselebilir. Ailenin sosyo-ekonomik seviyesi düşük olsa da çocuklarına ilgi ve sevgisi, verdikleri değer daha yüksek olabilir. Anne baba tutumlarındaki ilgi ve sevgi, çocuğun benlik saygısının yüksek olmasına sebep olabilir.

e) Anne Eğitim Durumu ile Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Öğrencilerin annelerinin eğitim durumları, herhangi bir okuldan mezun olmayanlar, ilkokul mezunu, ortaokul mezunu, lise mezunu, yüksekokul/üniversite mezunu olmak üzere beş başlık altında toplanmıştır.

Örneklem grubunun annelerinin eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p > .05$) bir farklılık ortaya çıkmamıştır (Bkz. Tablo-34 & Tablo-35). Bu bulgu, Cengil'in (2009) ¹⁰⁶ ve Top & ark.'nın (2010),¹⁰⁷ bulguları ile paralellik göstermektedir.

Ergenlerin benlik algılarının ve benlik saygısının oluşumunda anne-babanın çocuk yetiştirirken sergilediği tutumun önemi kaçınılmazdır. Eğitim düzeyindeki yükselme de, anne-babanın çocuğuna bakış açısını, ona olan ilgisini ve demokratik ve otoriter tutum sergilemesinde etkili olmaktadır. Öyle ki, eğitim düzeyine bağlı olarak anne babanın sergilediği demokratik tutum benlik saygısını olumlu yönde etkilemektedir. Yapılan pek çok çalışmada, anne eğitim düzeyi arttıkça benlik saygısının da arttığı ortaya konmuştur. Çuhadaroglu (1986) çalışmasında, anne eğitim düzeyi yükseldikçe, örneklem grubunu oluşturan üç grupta (psikotik, nörotik ve kontrol grubu) benlik saygısı oranlarının yükseldiğini, psikotik gruptaki ergenlerin annelerinin çoğunun eğitim almamış veya ilkokul düzeyinde eğitime sahip olduklarını tespit etmiştir.¹⁰⁸ Lise öğrencilerinin algıladıkları anne-baba tutumu ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi konu alan Aktaş (2011) çalışmasında, demokratik anne-baba tutumu ile benlik saygısı arasında pozitif ilişki tespit etmiştir. Yani algılanan demokratik anne-baba tutumu arttıkça benlik saygısı artmakta, algılanan koruyucu ve otoriter anne-baba tutumu arttıkça benlik saygısı azalmaktadır.¹⁰⁹ Özkan (1994) çalışmasında, anne eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında pozitif ilişki

¹⁰⁶ Muammer Cengil, "Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi I. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi", **Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2009/1, C.8, s.15, ss.77-102.

¹⁰⁷ Top v.d., a.g.m., s.153.

¹⁰⁸ Çuhadaroglu, a.g.t., s.41.

¹⁰⁹ Aktaş, a.g.t., s.69

tespit etmiştir.¹¹⁰ Yani anne eğitim düzeyi arttıkça, örneklem grubunun benlik saygısı düzeyi de artmaktadır. Seyhan (2008)¹¹¹, annesi ortaokul ve üstü eğitim düzeyine sahip olanların benlik saygısının tüm alt boyutlarında yüksek puan ortalamasına sahip olduklarını belirlemiştir. Ancak farklılık anlamlılık derecesine ($p>0.05$) ulaşmamıştır. Aydoğan (2010),¹¹² ve Şentürk'ün (2010) çalışmasında da anneleri üniversite mezunu olanların benlik saygısı seviyeleri en üst düzeydedir. Bunu ortaokul ve lise mezunları izlemekte, annesi okur-yazar olmayan grubun benlik saygısı en düşük düzeyde bulunmuştur.¹¹³ Yılmazel & Günay (2012)'in¹¹⁴ çalışmasında da anne-baba eğitim düzeyi yükseldikçe benlik saygısı düzeyi yükselmektedir.

Eğitilmiş annelerin çocuklarına daha çok kitap okudukları ve sözlü ödüllendirme uyguladıkları saptanmıştır. Çocukları ile ilgilenen anne babanın çocuklarının benlik saygıları yüksek olmaktadır. Anne babanın ilgisinin azalması çocuğun benlik saygısının düşmesine sebep olmaktadır. Ayrıca eğitilmiş annelerin aile içinde yüksek statüye sahip oldukları, benlik saygılarının yüksek olduğu, kendilerini daha iyi bir eş, daha iyi bir anne, daha bilgili, daha yeterli bir insan olarak algıladıkları gözlenmiştir.¹¹⁵

Anne eğitim düzeyinin yüksek olmasının çocuğun gelişimini pek çok yönden olumlu etkilediği ortaya konmakla beraber, anne eğitim düzeyinin yüksek olması tek başına etkili değildir. Eğitim düzeyi yüksek olup çalışma hayatında yer alan anne, çocuğuna her zaman gereken ilgi ve desteği gösteremeyebilir veya çocuğuna karşı beklentileri çok yüksek olup, bu beklentilere cevap veremeyeceğini düşünen çocuk kendisini yetersiz hissedebilir. Bu durum da onun benlik saygısını zedeleyebilmektedir.

Ancak bu bilgilerin yanı sıra bu çalışmada, anne eğitim düzeyi düşük olanların benlik saygısı ortalamaları daha yüksek çıkmıştır. Bu durum, annelerin eğitim düzeyi yüksek olmasa da çocuklarına olan ilgi ve beklentilerinin onların benlik saygılarını zedeleyici şekilde davranmadıklarının aksine destekler nitelikte olduğunu göstermektedir.

¹¹⁰ Özkan, a.g.m, s.6

¹¹¹ Seyhan, a.g.t., s.75

¹¹² Selcen Aydoğan, İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Umut ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Selçuk Ün. Sos. Bil. Enst., (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Konya, 2010, s.51.

¹¹³ Şentürk, a.g.t, s.94.

¹¹⁴ Gülay Yılmazel - Osman Günay, "Çorum İli Kargı İlçesinde Öğrenin Gören 12-17 Yaş Arasındaki Öğrencilerde Öz Saygı ve Depresyon", **Sağlık Bilimleri Dergisi**, 2012, 21 (1), s.22.

¹¹⁵ Aysel Çağdaş - Emel Arslan, v.d., "Etkili Annelik Programının Annelerin Benlik Saygısına ve Anne Çocuk İlişkisine Etkisinin İncelenmesi", **Değerler Eğitimi Dergisi**, 2010, S.20, Vol.VIII, ss.7-23.

f) Baba Eğitim Durumu ile Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının eğitim durumları da annelerinkine benzer şekilde, her hangi bir okuldan mezun değil, ilkokul, ortaokul, lise ve yüksekokul/üniversite mezunu olmak üzere 5 başlık altında toplanmıştır.

Baba eğitim düzeyi ve benlik saygısına ilişkin yapılan istatistiki analize göre, baba eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ($F=2,669$; $p<.05$) farklılık ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tukey testinde, babaları ilkokul mezunu olanlar ile ortaokul mezunu olanlar arasında ilkokul mezunları lehine bir farklılık tespit edilmiştir (Bkz. Tablo-36 & Tablo-37).

Bu bulgulardan hareketle, örneklem grubunun babalarının eğitim seviyesi düştükçe benlik saygısı düzeyleri yükseldiği görülmektedir. Elde edilen bulgular ilgili literatürle kısmen uygunluk göstermektedir. Seyhan (2008), babası ortaokul ve üstü eğitim seviyesine sahip olanların benlik saygısı alt boyutlarından aile ve okul benlik saygısı alt ölçeği puan ortalamalarının düşük olduğunu ortaya koymuştur.¹¹⁶ Gelbal ve ark. (2010) ‘nın çalışmasında da, baba eğitim durumu ile benlik saygısı arasında anlamlı farklılık gözlenmiş ($p< 0.05$), babası üniversite mezunu olanların benlik saygısı düzeyi diğer gruplara göre daha düşük bulunmuştur.¹¹⁷

Baba çocuğu için iyi bir model oluşturmuş ise yani gerek çocuklarına yaklaşımı gerekse ilgi ve alakası ile örnek teşkil ediyorsa, otoriter değil de demokratik bir tutuma sahipse, eğitim düzeyi düşük olsa da çocuğun benlik saygısının gelişmesinde olumlu etkiler oluşturabilir.

Özkan (1994), babanın eğitim seviyesi yükseldikçe çocuğun benlik saygısı düzeyinin de yükseldiğini tespit etmiştir.¹¹⁸ Aydoğan (2010) da, babaları yüksek öğretim mezunu olanların ortaöğretim ve ilköğretim mezunu olanlara göre benlik saygısı düzeyleri daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.¹¹⁹

¹¹⁶ Seyhan, a.g.t, s.75.

¹¹⁷ Selahattin Gelbal- Veli Duyan- Çağrı Sevin- Ercüment Erbay, “Lise Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özellikleri ve Sosyal Destek Durumları ile Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, **Toplum ve Sosyal Hizmet**, 2010, Cilt, 21, S.2, ss.7-18

¹¹⁸ Özkan, a.g.m. s.6.

¹¹⁹ Aydoğan, a.g.t., ss.54-55.

Çuhadaroğlu (1986),¹²⁰ Baybek & Yavuz (2005),¹²¹ Cengil (2009)¹²² ve Aktaş (2011)'in çalışmalarında¹²³ ise baba eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır.

Gürsu'nun (2012) ergenler üzerinde yaptığı çalışmasında, psikolojik sağlığın alt ölçeklerinden biri olan olumsuz benliğe ilişkin puan ortalamalarında babaları lisansüstü mezunu olanlar ile ilköğretim ve lisans mezunu olanlar arasında anlamlı bir fark olduğu, babaları lisansüstü mezunu olanların olumsuz benliğe ilişkin puanlarının diğerlerine göre daha düşük olduğu ortaya konmuştur.¹²⁴

3.4.1.2. Benlik Saygısı ile Dindarlık ilişkisine Yönelik Yorumlar

Dindarlık düzeyi ile benlik saygısı arasında yapılan korelasyon analizi sonucunda, dindarlık ile benlik saygısı arasında, istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı bir ilişki ($r = -0.137$; $p < .05$) tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre, örneklem grubunun dindarlık düzeyi yükseldikçe, benlik saygıları düşmekte; benlik saygısı puanları yükseldikçe dindarlık düzeyi düşmektedir. (Bkz. Tablo-40)

Bu bağlamda, **“Dindarlık düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki vardır. Dindarlık düzeyi yükseldikçe benlik saygısı da yükselmektedir.” [hipotez-3]** şeklindeki hipotezin doğrulanmadığı ortaya konmuştur.

Dindarlık ile benlik saygısı arasında negatif ilişki söz konusudur. Örneklem grubunun dindarlık puanları yükseldikçe, benlik saygısı düzeylerinde düşme meydana gelmektedir. Bu bulgu, dindarlıkla öz saygı arasında negatif ilişki olduğunu söyleyen Kendler, Gardner ve Prescott'ın (1999) bulguları ile paralellik arz etmektedir.¹²⁵ Çünkü dinin etkisini hissetme düzeyi bir anlamda muhafazakar bir tutum ve dünya görüşü de beraberinde getirmektedir. Yapıcı (2007)'nin çalışmasında, öz saygı düzeyi yükseldikçe içe dönük dinsel eğilim puanında artış olsa da, bu durum anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır

¹²⁰ Çuhadaroğlu, a.g.t., s.43.

¹²¹ Hülya Baybek - Yavuz, Seher, “Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi”, **Muğla Üniversitesi S.B.E. Dergisi**, Bahar 2005, S.14, s.83.

¹²² Cengil, a.g.m., s.92.

¹²³ Aktaş, a.g.t., s.60.

¹²⁴ Orhan Gürsu, “Ergenlerde Psikolojik Sağlığın Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi”, **Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi**, 5 (1), Ocak, 2012, s.110-130 [Online]: <http://www.keg.aku.edu.tr>

¹²⁵ K.S. Kendler- C.O. Gardner- C.A. “Prescott, Clarifying The Relationship Between Religiosity and Psychiatric Illness: The Impact of Covariates and the Specificity of Buffering Effects”, **Twin Research** 2 (2), pp.137-144.

($p>0.05$). Ancak bununla birlikte, öz saygı ile dinin etkisini hissetme arasında ($p<0.01$) düzeyinde negatif ilişki tespit edilmiştir ($r=-.126$; $p<0.01$).¹²⁶ Yani bu durum gençlerde dinin etkisini hissetme düzeyi arttıkça, öz saygı düzeyinin düştüğü anlamına gelmektedir. Yapıcı'nın çalışmasından elde edilen bulgularla da benzerlik göstermektedir.

Konuya ilişkin yapılan çalışmalara bakıldığında, Koç (2008)'un çalışmasında, iç güdümlü dindarlık ile benlik saygısı arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Yani örneklem grubunun iç güdümlü dindarlık düzeyi yükseldikçe, benlik saygısını besleyen kişisel ve kişiler arası özelliklere verdikleri önem de artmaktadır. Dış güdümlü dindarlık açısından ise, benlik saygısı ile dış güdümlü dindarlık arasındaki ilişki anlamlılık derecesine ($p>0.05$) ulaşmamıştır.¹²⁷

Şahin (2005), dindarlığı çok boyutlu olarak ele aldığı çalışmasında, dini inanç, davranış ve bilgi boyutları ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu ($r=11$; $p<0.01$) tespit etmiştir.¹²⁸ Dindarlığın inanç, davranış ve bilgi boyutu arttıkça benlik saygısında da artış gözlenmektedir. Eşer (2005), imam gelişimi ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymuştur.¹²⁹ Kimter (2008)'in çalışmasında dinin inanç boyutu ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı ($p<0.01$) ilişki tespit edilmiş, dinin ibadet ve etki boyutu ile benlik saygısı arasında herhangi bir anlamlı ($p>0.05$) ilişki tespit edilmemiştir.¹³⁰

Yapıcı & Zengin (2003),¹³¹ Yapıcı & Kayıklık (2005),¹³² Yıldız & Çapar (2010)¹³³ benlik saygısı ile dindarlık arasında herhangi bir anlamlı ilişkinin olmadığını ortaya koymuşlardır.

Benlik saygısının oluşumunu etkileyen tek faktör şüphesi din değildir. Bu süreçte, ergen için önemli olabilecek, kendisini değerli hissettirebilecek pek çok faktör ön plana çıkmış, özellikle sekülerleşmenin etkisi ile dinin, toplumdaki daha önceki sarsılmaz gücü

¹²⁶ Yapıcı, a.g.e., s.208.

¹²⁷ Koç, a.g.t., s.237-240.

¹²⁸ A. Şahin, "Ergenlerde Dindarlık-Benlik Saygısı İlişkisi", ss.187-197.

¹²⁹ Eşer, a.g.m., s.520.

¹³⁰ Kimter, a.g.t., s.257.

¹³¹ Yapıcı- Zengin, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Dinin Etkisini Hissetme Düzeyleriyle Psiko-Sosyal Uyumları Arasındaki İlişki", ss.65-127.

¹³² A. Yapıcı, Kayıklık, H., "Ruh sağlığı Bağlamında Dindarlığın Öz Saygı ve Kaygı ile İlişkisi: Çukurova Üniversitesi Örneği", **Değerler Eğitimi Dergisi**, 3(9), 177-206.

¹³³ M., Yıldız, B. Çapar, "Ortaöğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı İle Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", **Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, 2010, C.10, S.1, ss.103-131

ve etkisi azalmış, din özel alana çekilmiştir. Seküler dünya görüşünü benimseyenler için din, bir görüş olarak kabul edilmektedir.¹³⁴

Dini inanç ve değerleri tam olarak yaşama imkanı bulamadığından dolayı kişi, kendine yönelik bir güvensizlik de oluşabilmektedir. Birey, sahip olduğu değer yargıları ve hedefleri ile kendisini uyumsuz hissettiğinden dolayı benlik saygısında düşme olabilir. Ayrıca, dini değerlere tam anlamıyla uygun yaşamadığını düşünen ergen yoğun bir suçluluk düşüncesi yaşayabilir. Bütün bunlar, ergenin benlik saygısı düzeyinde düşmelere sebep olabilir.

3.4.1.3. Benlik Saygısı ile Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisine Yönelik yorumlar

“Ergenlik döneminde dini başa çıkma tarzları ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki vardır.” [Temel hipotez]

Benlik saygısı ile dini başa çıkma arasında yapılan korelasyon analizi sonucunda, olumlu dini başa çıkma ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak pozitif yönde ($r=133^{**}$; $p<.05$) anlamlı ilişki tespit edilmiştir (Bkz. Tablo-41). Bu sonuca göre, örneklem grubunun olumlu dini başa çıkma düzeyi arttıkça, benlik saygıları da artmakta; olumlu dini başa çıkma düzeyleri azaldıkça benlik saygıları da azalmaktadır. Başka bir açıdan örneklem grubunun benlik saygısı düzeyi yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma tarzlarına başvurma düzeyi de yükselmektedir.

Olumsuz dini başa çıkma düzeyi ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak ($r=-108^{*}$; $p<.05$) negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir (Bkz. Tablo-41). Buna göre, örneklem grubunun olumsuz dini başa çıkma düzeyleri arttıkça, benlik saygıları azalmakta; olumsuz dini başa çıkma düzeyleri azaldıkça benlik saygıları artmaktadır. Yani, örneklem grubunun benlik saygısı düzeyleri yükseldikçe olumsuz dini başa çıkma tarzlarına başvurma oranı düşmektedir.

Araştırma bulgularından hareketle, **“Ergenlik döneminde dini başa çıkma tarzları ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki vardır.” [Temel hipotez]** şeklindeki hipotezin doğrulandığı görülmektedir.

¹³⁴ Mustafa Tekin, “Batı’da Sekülerlik ve Türkiye Müslümanlığının Seküler İçerimleri”, *İnsan & Toplum*, Cilt, 2, S. 4, 2012, ss.190-191.

Ayrıca, “**Benlik saygısı düşük olan ergenlerin bir kısmı olumlu dini başa çıkma, bir kısmı da olumsuz dini başa çıkma tarzlarını kullanmaktadır**” [Hipotez -2] şeklindeki hipotezin de kısmen doğrulandığı görülmektedir.

Dini başa çıkma ve benlik saygısını doğrudan konu alan çalışmaya rastlamamız araştırma sonuçlarını karşılaştırma imkanı vermemektedir.

Fakat bulgulardan hareketle, dinin ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkisinden söz edilebilir. Öyle ki, olumlu dini başa çıkma yani bireyin başına gelen olayları “Allah’ın bir imtihanı” olarak değerlendirmesi, “Allah’tan sabır ve yardım dilemesi” şeklindeki olumlu dini başa çıkma etkinlikleri bireyin benlik saygısını arttırmakta, kişinin kendisini olumlu tarzda değerlendirmesine sebep olmaktadır. Veya benlik saygısı yüksek olan kişiler, başlarına gelen olaylarla başa çıkarken daha olumlu düşünmekte ve daha kolay başa çıkabilmektedirler.

Bu doğrultuda örneklem grubunun benlik saygısı düzeyi arttıkça, olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine başvurma düzeyi azalmaktadır. Yüksek benlik saygısı, kişinin karşılaştığı olayları değerlendirme sürecinde etkili olmakta ve bireyin olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine başa vurma sıklığını azaltmaktadır. Yani olayları değerlendirirken “iyi bir kul olmadığı için cezalandırıldığını düşünmek”, “Allah’ın kendisini sevip sevmediğinden endişeye kapılmak” gibi olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine daha az başvurmaktadır.

3.4.2. Başa Çıkma Tarzları İle İlgili Yorumlar

3.4.2.1. Demografik Değişkenler ve Başa Çıkma Tarzları İle İlgili Yorumlar

Araştırmanın bu bölümünde, başa çıkma tarzları ile “cinsiyet, yaş, okul türü, sosyo-ekonomik düzey, anne ve baba eğitim düzeyi ” arasındaki farklılığa yönelik yorum ve değerlendirmelere “Başa çıkma tarzları, demografik değişkenlere göre değişmektedir.” [Hipotez-7] şeklinde oluşturulan hipotez çerçevesinde yer verilecektir.

a) Cinsiyet ile Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Başa çıkma tarzlarının demografik değişkenlerden cinsiyete göre değişip değişmediğine dair yapılan istatistiki analiz sonucunda, başa çıkma tarzlarından sosyal destek arama (enstrümental), sosyal destek arama (duygusal), duygulara odaklanma ve

duyguları ortaya koyma ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık ($p<.05$) ortaya çıkmıştır (Bkz. Tablo-43). Buna göre kızlar, bu başa çıkma tarzlarına erkeklere göre daha çok başvurumaktadırlar.

Diğer başa çıkma tarzlarından; aktif başa çıkma, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma, davranışsal olarak ilgiyi kesme, olumlu tarzda yeniden yorumlama, yadsıma, kabullenme ve alkol/ilaç kullanma ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık ($p>.05$) ortaya çıkmamıştır (Bkz. Tablo-43).

Kız öğrencilerin duygusal merkezli başa çıkma tarzlarını daha çok kullanmaları konuya ilişkin çalışmalarla uygunluk göstermektedir. Ekşi (2001) çalışmasında,¹³⁵ kızların sosyal destek arama (duygusal), duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma başa çıkma tarzlarını erkeklerden daha çok kullandıklarını tespit etmiştir. Ayrıca, kızların başa çıkma sürecinde erkeklere göre sosyal destek alma gereksinimlerinin daha fazla olduğu görülmektedir.

Elde edilen bulgulara göre, başa çıkma tarzlarının demografik değişkenlerden cinsiyete göre farklılaştığı görülmektedir.

b) Yaş ile Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Yaş ile başa çıkma tarzlarından aktif başa çıkma arasındaki farklılığa yönelik yapılan ANOVA testine göre, yaş ile aktif başa çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) olduğu görülmektedir. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Scheffe testine göre, 14 ve altı yaş grubu ile 15-16 ve 17-18 yaş grubu arasında 14 ve altı yaş grubu lehine bir farklılık söz konusudur (Bkz. Tablo 44-45). Yani, 14 ve altı yaş grubu 15-16 yaş grubu ve 17-18 yaş grubuna göre aktif başa çıkmayı daha sıklıkla kullanmaktadır.

Yaş ile diğer başa çıkma tarzları-planlama, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma, sosyal destek arama (duygusal-enstrümental), duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma, davranışsal olarak ilgiyi kesme, olumlu tarzda yeniden yorumlama, yadsıma, kabullenme ve alkol/ilaç kullanımı arasında anlamlı bir farklılık ($p>.05$) tespit edilmemiştir. (Bkz. Tablo 46 -Tablo 65)

¹³⁵ Ekşi, Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, ss.202-203

Söz konusunu hipotez, yaş değişkeni açısından desteklenmemektedir. Sadece aktif başa çıkma ile yaş arasındaki farklılık anlamlılık derecesine ulaşmıştır.

c) Okul Türü ile Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Okul türü ile başa çıkma tarzlarından aktif başa çıkma arasındaki farklılığa yönelik yapılan istatistiki analiz sonucunda aktif başa çıkma ile okul türü arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) tespit edilmiştir (Bkz. Tablo 66 - Tablo 67). Anadolu lisesi ile genel lise, meslek lisesi ve özel lise arasında Anadolu lisesi lehine bir farklılık söz konusudur. Yani Anadolu lisesi öğrencileri, diğer lise öğrencilerine göre aktif başa çıkmayı daha sıklıkla kullanmaktadırlar.

Anadolu lisesi öğrencileri başa çıkma tarzlarından planlamayı diğer liselere göre daha sıklıkla kullanmaktadırlar. Konuya ilişkin yapılan ANOVA testine göre okul türü ile planlama arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) ortaya çıkmıştır. Anadolu lisesinin lehine bir farklılık söz konusudur (Bkz. Tablo 68- Tablo-69).

Diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma ile okul türü arasında yapılan ANOVA testine göre okul türü ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) olduğu tespit edilmiştir (Bkz.Tablo70-Tablo71). Anadolu lisesi ile diğer liseler arasında Anadolu lisesi lehine farklılık söz konusudur. Yine Anadolu lisesi öğrencileri diğer liselere göre diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanmayı daha çok kullanmaktadırlar.

Duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma ile okul türü arasındaki ilişkiye yönelik yapılan ANOVA Testinde okul türü ile duygulara odaklanma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) ortaya çıkmıştır (Bkz. Tablo 76- Tablo 77). Meslek lisesi ile genel lise ve Anadolu lisesi arasında meslek lisesinin lehine bir farklılık söz konusudur. Meslek lisesi öğrencileri duygu ağırlıklı başa çıkma tarzlarını daha çok kullanmaktadırlar.

Yadsıma ile okul türü arasındaki ilişkiye yönelik yapılan analiz sonucunda, okul türü ile yadsıma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<.05$) ortaya çıkmıştır (Bkz.Tablo 82-Tablo83). Özel lise ile Fen lisesi arasında özel lisenin lehine bir farklılık söz konusudur. Özel lise öğrencileri, Fen lisesi öğrencilerine göre yadsımaya daha fazla başvurumaktadırlar.

Kabullenme ile okul türü arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık ($p < .05$) tespit edilmiştir. Genel lise, Meslek lisesi, Fen lisesi, Özel lise ve İ.H.L. ile Anadolu lisesi arasında söz konusu liseler lehine bir farklılık söz konusudur (Bkz. Tablo 84- Tablo 85). Yani diğer liseler, Anadolu lisesine göre daha çok kabullenme tutumu göstermektedirler.

Alkol/İlaç kullanımına yönelik analize göre, okul türü ile alkol/ilaç kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p < .05$) ortaya çıkmıştır (Bkz. Tablo 86-Tablo 87). Anadolu lisesi ile genel lise, Fen lisesi ve İ.H.L. arasında Anadolu lisesi lehine bir farklılık söz konusu yani Anadolu lisesinde alkol/ilaç kullanma oranı diğer liselere göre daha fazladır.

Okul türü ile davranış olarak ilgiyi kesme, olumlu tarzda yeniden yorumlama, ve sosyal destek arama (duygusal/enstrümental) arasında anlamlı farklılık ($p > .05$) tespit edilmemiştir. (Bkz. Tablo 72- Tablo 75/ Tablo 78-Tablo 81)

Elde edilen bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, Anadolu lisesi öğrencilerinin diğer lise öğrencilerine göre, aktif başa çıkma, planlama, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma gibi sorunun çözümüne yönelik başa çıkma tarzlarını daha çok kullandıkları görülmektedir. Buna karşılık meslek lisesi öğrencileri ise daha çok duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma şeklinde daha çok duygusal ağırlıklı başa çıkma tarzlarını kullanmaktadırlar. Özel lise öğrencileri, Fen lisesi öğrencilerine göre, yadsımayı daha çok kullanmaktadırlar. Karşılaşılan stres verici olayı kabullenme tutumu, Anadolu lisesi öğrencilerinde, diğer liselere göre daha az görülmektedir. Buna karşılık, alkol/ilaç kullanımı diğer liselere göre Anadolu lisesi öğrencilerinde daha çok tercih edilmektedir. İ.H.L. öğrencilerinde alkol/ilaç kullanımının en alt düzeyde olduğu görülmektedir.

d) Sosyo-Ekonomik Düzey ile Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Sosyo-ekonomik düzey ile başa çıkma tarzları arasındaki farklılığa yönelik analiz sonucunda, sosyo-ekonomik düzey ile duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma arasında anlamlı bir farklılık ($p > .05$) ortaya çıkmıştır (Bkz. Tablo-98- Tablo 99). Bu farklılık, orta sosyo-ekonomik düzey ile ortanın üstü sosyo-ekonomik düzey arasında tespit edilmiştir. Orta sosyo-ekonomik düzey, ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye göre duygularını daha fazla ortaya koymaktadırlar.

Sosyal destek arama –duygusal- ile sosyo-ekonomik düzey arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p < .05$) ortaya çıkmıştır (Bkz. Tablo 96- Tablo 97). Orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlar, ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlara göre duygusal destek aramayı daha çok kullanmaktadırlar.

Sosyo-ekonomik düzey ile aktif başa çıkma, planlama, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma, sosyal destek arama (enstrümental), davranışsal olarak ilgiyi kesme, olumlu tarzda yeniden yorumlama, yadsıma, kabullenme ve alkol/ilaç kullanımı arasında anlamlı farklılık ($p > .05$) ortaya çıkmamıştır ¹³⁶

Elde edilen bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, sosyo-ekonomik düzeyi orta olanların, üst sosyo-ekonomik düzeyde olanlara göre duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma başa çıkma tarzını daha çok kullandıkları görülmektedir.

e) Anne Eğitim Düzeyi ile Başa Çıkma Tarzları Arasındaki farklılığa Yönelik Yorumlar

Anne eğitim düzeyi ile diğer aktiviteleri bırakıp sorun üzerine odaklanma arasındaki farklılığa yönelik yapılan analiz sonucunda, anne eğitim düzeyi ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasında anlamlı bir farklılık ($p < .05$) tespit edilmiştir (Bkz.Tablo114-Tablo115). Söz konusu farklılığın anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlar ile lise mezunu olanlar arasında yüksekokul/üniversite mezunları lehine olduğu görülmektedir. Yani anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlar, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanmaya daha fazla başvurumaktadırlar.

Davranışsal olarak ilgiyi kesme ile anne eğitim düzeyi arasındaki farklılığa yönelik yapılan analize göre, anne eğitim düzeyi ile davranışsal olarak ilgiyi kesme arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p < .05$) olduğu tespit edilmiştir (Bkz. Tablo 122-Tablo123). Anneleri herhangi bir okuldan mezun olmayanların, anneleri ortaokul, lise, yüksekokul/üniversite mezunu olanlara göre, davranışsal olarak ilgiyi kesme tarzına daha çok başvurdukları görülmektedir.

Yadsıma ile anne eğitim düzeyi arasındaki farklılığa yönelik yapılan analize göre anne eğitim düzeyi ile yadsıma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p < .05$) olduğu ortaya çıkmıştır (Bkz. Tablo 126-Tablo127). Anneleri ilkokul mezunu olanlar ile anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlar arasında ilkokul mezunlarının lehine bir farklılık

¹³⁶ Bkz. Tablo 88-89/ Tablo 90-91/ Tablo 92-93/Tablo 94-95/Tablo 100-101/Tablo 102-103/ Tablo 104-Tablo109

vardır. Yani anneleri ilkokul mezunu olanlar, yüksek okul mezunlarına göre yadsımaya daha çok başvurumaktadırlar.

Alkol/ilaç kullanımı ile anne eğitim düzeyi arasında yapılan analize göre, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($p < .05$) tespit edilmiştir (Bkz. Tablo 130-Tablo131). Anneleri ilkokul mezunu olanlar ile yüksekokul/üniversite mezunu olanlar arasında yüksekokul mezunları lehine farklılık söz konusudur. Yani anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanlar alkol/ilaç kullanımına daha fazla başvurumaktadırlar.

Sonuç olarak anne eğitim seviyesi yükseldikçe herhangi bir sorun karşısında diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma oranı artmakta, buna karşılık davranışsal olarak ilgiyi kesme ve yadsıma oranı düşmektedir. Ancak anne eğitim düzeyi yükseldikçe alkol/ilaç kullanımı oranı da yükselmektedir.

Aktif başa çıkma, planlama, sosyal destek arama (duygusal/enstrümental), olumlu tarzda yeniden yorumlama, kabullenme ile anne eğitim düzeyi arasındaki farklılık anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır ($p > .05$).¹³⁷

f) Baba Eğitim Düzeyi ile Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Baba eğitim düzeyi ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasındaki ilişkiye yönelik analiz sonucunda baba eğitim düzeyi ile diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma arasında anlamlı bir farklılık ($p < .05$) ortaya çıkmıştır. Babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ile babaları ilkokul mezunu olanlar arasında herhangi bir okuldan mezun olmayanlar lehine bir farklılık söz konusudur (Bkz. Tablo136-Tablo 137). Yani babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanlar, ilkokul mezunlarına göre diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine daha fazla odaklanabilmektedirler.

Kabullenme ile baba eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p < .05$) tespit edilmiştir. Babaları ortaokul mezunu olanlar ile herhangi bir okuldan mezun olmayanlar arasında ortaokul mezunlarının lehine; babası yüksekokul/üniversite mezunu olanlar ile herhangi bir okuldan mezun olmayanlar arasında, yüksekokul/üniversite mezunlarının lehine bir farklılık söz konusudur (Bkz. Tablo 150- Tablo151).

Baba eğitim düzeyi ile aktif başa çıkma, planlama, sosyal destek arama (duygusal/enstrümental), duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma, olumlu tarzda yeniden

¹³⁷ Bkz. Tablo 110-111/ Tablo 112-113/ Tablo 116-Tablo119/ Tablo 124-Tablo125/Tablo 128-Tablo129

yorumlama, davranışsal olarak ilgiyi kesme, yadsıma ve alkol/ilâç kullanımı şeklindeki diğer başa çıkma tarzları arasında anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır ($p > .05$).¹³⁸

Örneklem grubunun babalarının eğitim seviyesi yükseldikçe kabullenme tutumunun arttığı yine herhangi bir okuldan mezun olmayanların diğerlerine göre, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma başa çıkma tarzını daha çok kullandıkları anlaşılmaktadır.

Elde edilen bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, **“Başa çıkma tarzları, demografik değişkenlere göre değişmektedir.” [Hipotez-7]** şeklindeki hipotezin kısmen de olsa doğrulandığını söylenebilir. “Cinsiyet, yaş, okul türü, sosyo-ekonomik düzey, anne-baba eğitim düzeyi” ile başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiye yönelik analizlerde değişkenler arası farklılıklar bir kısmında anlamlılık düzeyine ($p < .05$) ulaşmıştır. Bir kısım başa çıkma tarzında ise anlamlılık düzeyine ($p > .05$) ulaşmamıştır.

3.4.3. Dini Başa Çıkma Tarzları ile İlgili Yorumlar

3.4.3.1. Demografik Değişkenler ve Dini Başa Çıkma Tarzları İle İlgili Yorumlar

Araştırmanın bu bölümünde, demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, okul, türü, sosyo-ekonomik düzey, anne- baba eğitim düzeyi) ile dini başa çıkma tarzları arasındaki farklılaşmalara yine hipotezler çerçevesinde yer verilecektir. Ayrıca oluşturulan hipotez çerçevesinde yaşanan stres verici olayın türü ile dini başa çıkma tarzları arasındaki farklılaşmalara da değinilecektir.

Hipotez-6: “Dini başa çıkma tarzları demografik değişkenlere göre farklılaşmaktadır.”

a) Cinsiyet ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Cinsiyet ile olumlu dini başa çıkma arasında yapılan analiz sonucunda, cinsiyet ile olumlu dini başa çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p > .05$) ortaya çıkmamıştır (Bkz. Tablo155- Tablo156). Ekşi (2001)’nin bulguları da bu doğrultudadır.¹³⁹ Ancak ortalamalardan hareketle, erkeklerin ($x=14,9886$), olumlu dini başa çıkma etkinliklerini, kızlara göre ($x=14,5720$) daha çok kullandıkları söylenebilir. Ayten (2010)

¹³⁸ Bkz. Tablo 132-Tablo133/ Tablo 134-Tablo135/ Tablo 138-Tablo 141/ Tablo 142-Tablo 143/Tablo 144-Tablo 145/ Tablo 146- Tablo149/ Tablo 152- Tablo 153.

¹³⁹ Ekşi, a.g.t., s.101.

alışmasında, erkeklerin olumlu dini başa çıkma etkinliklerini kızlara göre daha çok kullandıklarını ortaya koymuştur.¹⁴⁰

Cinsiyet ile olumsuz dini başa çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p > .05$) tespit edilmemiştir. Ekşi (2001)¹⁴¹ ve Topuz (2003)¹⁴², un bulguları ile uyumludur. Ancak konuya ilişkin puan ortalamalarına göre, kızlar olumsuz dini başa çıkmayı erkeklere göre daha fazla kullanmaktadırlar. Erkeklerin aldıkları puanların ortalaması ($x=17,9508$), kızların aldıkları puanların ortalamasından ($x=18,8371$) daha düşüktür (Bkz. Tablo155). Kızların olumsuz dini başa çıkma tarzlarını erkeklere göre daha fazla kullanmalarında, kızların başa çıkma sürecinde, karşılaştıkları olayları kutsala atfetmede ve başa çıkma daha olumsuz değerlendirmelerinden kaynaklanabilmektedir. Dolayısıyla karşılaştıkları sıkıntıları sabırla karşılama, Allah'ın yardımı ile aşabileceğini düşünme şeklindeki olumlu dini başa çıkma etkinliklerine daha az başvurabilmektedir. Ayrıca, çalışmada kızların erkeklerden daha dindar olması kızların “iyi bir kul olmadığım için cezalandırıldığımı hissettim” şeklindeki yoğun bir suçluluk duygusu da olumsuz dini başa çıkma tarzına sevketmiş olabilir. Erkeklerin ise, başına gelen olayları “Allah'ın bir imtihanı olarak görme”, “her şeyde bir hayır vardır”, “sabrın sonu selamettir” şeklinde düşünmeleri olumlu dini başa çıkma tarzlarını daha çok kullanmalarına sebep olabilmektedir.

Araştırmadan elde edilen puan ortalamaları değerlendirildiğinde, erkeklerin olumlu dini başa çıkmayı, kızların da olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullandıkları söylenebilir. Erkekler ile kızlar arasındaki bio-psiko sosyal farklılıklar da karşılaşılan olayı anlamlandırma ve bir kaynağa atfetme de farklılıklar oluşturabilmektedir.

b) Yaş ile Dini Başa ıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar:

Yaş ile olumlu dini başa çıkma arasındaki ilişkiye yönelik yapılan analiz sonucunda anlamlı bir farklılık ($p > .05$) ortaya çıkmamıştır (Bkz. Tablo 157- Tablo158). Araştırma bulguları Topuz'un alışmasıyla¹⁴³ paralellik göstermektedir.

Ancak puan ortalamalarına bakıldığında, olumlu dini başa çıkma 17- 18 yaş grubunun puan ortalaması ($x=15,0902$) en yüksek, 15-16 yaş grubunun puan ortalaması

¹⁴⁰ Ayten, a.g.e., s.90.

¹⁴¹ Ekşi, a.g.t., s.101.

¹⁴² Topuz, a.g.t., s.107.

¹⁴³ Topuz, a.g.t., s.108.

($x=14,4737$) ise en düşüktür. 14 ve altı yaş grubunun puan ortalaması ($x=14,6267$) ise bunların arasında yer almaktadır.

Yaş ile olumsuz dini başa çıkma arasında yapılan analiz sonucunda anlamlı ($p<.05$) farklılık ortaya çıkmıştır. 17-18 yaş grubu ile 14 ve altı yaş grubu arasında 17-18 yaş grubu lehine $p<.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buradan hareketle, örneklem grubunda 17-18 yaş grubunun, 14 ve altı yaş grubuna göre olumsuz dini başa çıkma tarzlarına daha çok başvurdukları söylenebilir. Topuz'un çalışmasında da, olumsuz dini başa çıkma ile yaş arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmış, 35-40, 45 ve 50 yaş grubu olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullanmaktadırlar.¹⁴⁴

Yaşam boyunca geçirilen yaş dönemleri insanların olayları algılamasında ve değerlendirmesinde farklılıklar meydana getirmektedir. Ergenlik döneminin başlarında gencin olayları değerlendiriş şekli ile ergenliğin sonlarında olayları anlamlandırma ve değerlendirme şekli değişebilmektedir. Öyle ki, ergenliğin başlarında henüz yeni terk ettiği çocukluk döneminin etkisi ile olayları anlamlandırırken daha saf bir dini bakış açısına sahip olabilmekte, olumlu dini başa çıkma tarzlarını daha fazla kullanmaktadır. Literatüre göre, 14-15 yaş ergenlik döneminde dini gelişim açısından birtakım şüphe ve tereddütlerin olduğu bir döneme karşılık gelmektedir. Bu bağlamda 14 ve altı yaş grubu gençlerinin "Allah'ın gücünden şüphe ve tereddüt duyma", gibi¹⁴⁵ olumsuz dini başa çıkma tarzını kullanmaları beklenirken, çalışma bulguları bunun tam tersini göstermektedir 17-18 yaş grubu olumsuz dini başa çıkma tarzlarını daha çok kullanmaktadırlar.

17-18 yaş grubunun 14 ve altı yaş grubuna göre olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullanmasının bir nedeni de dindarlık düzeyi olabilir. Araştırma bulgularına göre, 17-18 yaş grubunun, 14 ve altı yaş grubuna göre dindarlık düzeyleri daha yüksek çıkmıştır (bkz. Tablo- 15). Dolayısıyla bu dönemde ergen, dini tam anlamıyla yaşayamadığını düşünerek kendisinde yoğun bir suçluluk duygusu hissedip başına gelenleri, Allah'ın bir uyarısı veya cezası olarak algılayabilir ve olumsuz dini başa çıkma tarzlarına daha çok başvurabilir.

Özetle araştırma bulgularına göre, örneklem grubunun yaş ilerledikçe olumsuz dini başa çıkma tarzlarını daha çok kullandıkları anlaşılmaktadır. Bunun yanı sıra bulgular

¹⁴⁴ Topuz, a.g.t., s.108.

¹⁴⁵ Hökelekli, Din Psikolojisi, s.270.

incelendiğinde, her ne kadar yaş ile olumlu dini başa çıkma arasındaki farklılık anlamlılık düzeyine ulaşmasa da 17-18 yaş grubunun, olumlu dini başa çıkmayı kullanmada puan ortalamalarının da en yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Bu durum ergenlik döneminin mevcut çalkantılı ve inişli çıkışlı durumu ile izah edilebilir.

c) Okul Türü ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Öğrenim görülen okul türü ile olumlu dini başa çıkma arasında anlamlı farklılık ($p<.05$) ortaya çıkmıştır. Anadolu lisesi ile İ.H.L. hariç diğer liseler arasında Anadolu lisesi lehine bir farklılık; İ.H.L. ile diğer liseler arasında i.h.l.'nin lehine bir farklılık söz konusudur (Bkz. Tablo 159- Tablo 160).

Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde, İ.H.L. öğrencilerinin, bütün liseler arasında olumlu dini başa çıkmayı en çok kullanan grubu oluşturduğu görülmektedir. Diğer liseler arasında da Anadolu lisesi öğrencilerinin olumlu dini başa çıkmaya daha fazla kullandığı anlaşılmaktadır.

Okul türü ile olumsuz dini başa çıkma arasında yapılan analiz sonucunda anlamlı farklılık ($p<.05$) ortaya çıkmıştır. Söz konusu farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan analiz sonucunda; Anadolu lisesi ile - İ.H.L. hariç- diğer liseler arasında diğer liseler lehine bir farklılık vardır. Yani İ.H.L. öğrencileri hariç diğer liselerin öğrencileri Anadolu lisesi öğrencilerine göre olumsuz dini başa çıkmayı daha fazla kullanmaktadırlar.

Özetle, İ.H.L öğrencileri ile Anadolu lisesi öğrencileri diğer liselere göre olumlu dini başa çıkmayı daha fazla kullanmaktadırlar. Karşılaşılan stres verici bir olayla başa çıkmaya çalışırken, “Allah’la daha sıkı bağ kurmak”, “Allah’tan sevgi ve şefkat dilemek”, gibi olumlu dini başa çıkma tarzlarını; Allah’ın gücünden/kudretinden şüpheye düşmek”, “İyi bir kul olmadığı için cezalandırıldığını düşünmek”, gibi olumsuz dini başa çıkma tarzlarından daha çok kullanmaktadırlar.

İ.H.L. öğrencilerinin olumlu dini başa çıkmayı daha çok kullanmaları esasında beklenen bir durumdur. Çünkü bu tür okullar diğer okullara göre, dini eğitimini daha çok almaktadırlar. Dolayısıyla, dinin ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkisi düşünülerek, İ.H.L. öğrencilerinin karşılaştıkları olaylar karşısında daha olumlu bir tutuma sahip olmak, sabır, şükür, tevekkül gibi dini değerler ile olayları değerlendirmeye çalışmaları onların olumlu dini başa çıkma tutumlarına daha çok başvurmalarına sebep olabilmektedir.

d) Sosyo-Ekonomik Düzey ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Sosyo-ekonomik düzey ile olumlu dini başa çıkma arasında yapılan analiz sonucunda anlamlı farklılık ($p > .05$) ortaya çıkmamıştır. [Konuya ilişkin puan ortalamaları: ortanın altı sosyo-ekonomik düzey ($x=16,00$); orta sosyo-ekonomik düzey, ($x=14,54$), ortanın üstü sosyo-ekonomik düzey, ($x=15,02$)] (Bkz. Tablo 161-Tablo 162). Sosyo-ekonomik düzey ile olumlu dini başa çıkma arasında farklılaşmanın anlamlılık düzeyine ulaşmadığına yönelik elde edilen bulgu, Topuz (2003)'ün bulguları¹⁴⁶ ile uyumludur.

Sosyo-ekonomik düzey ile olumsuz dini başa çıkma arasında, yapılan analize göre anlamlı farklılık ($p < .05$) saptanmıştır (Bkz. Tablo 162). Söz konusu farklılığın orta ile ortanın üstü grup arasındaki farklıktan kaynaklandığı belirlenmiştir. Orta sosyo-ekonomik düzey, ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye göre olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullanmaktadır. Ekşi'nin (2001) çalışmasında da olumsuz dini başa çıkma gelir durumu düşük ve orta olanlarda, yüksek olanlara göre daha fazla kullanılmaktadır.¹⁴⁷ Topuz'un (2003) çalışmasında ise, bunun tam tersi bir durum ortaya çıkmıştır. "Ortanın üstü" sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlar, olumsuz dini başa çıkma tutumunu daha çok kullanmaktadırlar.¹⁴⁸

Çalışmanın bulgularından hareketle, sosyo-ekonomik düzeyin düşük olmasının meydana getirdiği maddi anlamdaki sıkıntı ve zorlukların insanların olumlu dini başa çıkma tarzlarına başvurma oranlarını azaltabileceği sonucuna ulaşılabılır.

e) Anne Eğitim Düzeyi ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Anne eğitim düzeyi ile dini başa çıkma ilişkisine yönelik yapılan analiz sonucunda, anne eğitim düzeyi ile olumlu dini başa çıkma arasında anlamlı farklılık ($p < .05$) olduğu ortaya konmuştur. Söz konusu farklılıkların, annesi ilköğretim mezunu olanlar ile annesi lise ve yüksek okul/üniversite mezunları arasında ilköğretim mezunlarının lehine olduğu tespit edilmiştir (Bkz. Tablo 164). Ayrıca, annesi ortaokul mezunu olanlar, yüksek okul/üniversite mezunlarına göre olumlu dini başa çıkma tarzlarını daha fazla kullanmaktadırlar. Anne

¹⁴⁶ Topuz, a.g.t., s.109.

¹⁴⁷ Ekşi, a.g.t., s.134.

¹⁴⁸ Topuz, a.g.t., s.109.

eğitim düzeyi yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma tarzlarını kullanma oranının düştüğü söylenebilir.

Anne eğitim düzeyi ile olumsuz dini başa çıkma arasındaki ilişkiye yönelik yapılan istatistiki analiz sonucunda anne eğitim düzeyi ile olumsuz dini başa çıkma arasında anlamlı bir farklılık ($p>.05$) olmadığı görülmüştür.

Araştırmadan elde edilen bulgular, Ekşi'nin (2001)'nin çalışmasıyla da uyumludur. Ekşi, annelerinin eğitimi ilkökul veya altı olanlarda anneleri lise ve yükseköğretim/üniversite mezunu olanlara göre hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkmayı daha fazla kullandıklarını ortaya koymuştur.¹⁴⁹

Anne eğitim düzeyi yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma düzeyi düşmektedir. Eğitim düzeyi daha düşük olan annelerin çocukları, stres verici olayla karşılaştıklarında “Allah’ın rahmetinden ümit kesmemek”, “Planlarını Allah’ın yardımı ile hayata geçirmeye çalışmak”, gibi olumlu dini başa çıkma tarzlarını daha çok kullanmaktadırlar. Eğitim seviyesi yükseldikçe, “Allah’ın gücünden/kudretinden şüpheye düşmek”, “Allah’ın kendisini sevip sevmediğinden şüpheye düşmek”, “ Allah tarafından cezalandırılmayı hak edecek ne yaptığını düşünmek” gibi olumsuz dini başa çıkma tarzları daha çok kullanılmaktadır. Ayten (2010) de çalışmasında, örneklem grubunun eğitim düzeyi yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma etkinliklerine başvurma oranının düştüğünü ortaya koymuştur.¹⁵⁰ Topuz (2003) da, üniversite mezunu olanların olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullandıklarını tespit etmiştir.¹⁵¹

Anne eğitim seviyesi düşük olanlarda, olay karşısında Allah’tan yardım isteme ve Allah ile daha yakın bir bağ kurma, kendi eksiklerini görüp iyi bir kul olmaya çalışma şeklinde gayreti içeren bir tutum daha fazla görülmektedir. Bu durum annelerinin eğitim düzeyi yükseldikçe ergenlerin, karşılaştıkları problemlerle başa çıkma sürecinde olayı kutsalla ilişkilendirmek yerine doğal nedenlerle açıkladıkları veya rasyonel sebeplere bağladıkları şeklinde yorumlanabilir.

¹⁴⁹ Ekşi, a.g.t., s.123.

¹⁵⁰ Ayten, a.g.e., s.97.

¹⁵¹ Topuz, a.g.t., s.140.

f) Baba Eğitim Düzeyi ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Baba eğitim düzeyi ile olumlu dini başa çıkma arasındaki farklılığa yönelik yapılan analiz sonucunda, baba eğitim düzeyi ile olumlu dini başa çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p > .05$) tespit edilmemiştir. [Konuyla ilgili puan ortalamaları: herhangi bir okuldan mezun olmayanlar ($x=14,6316$), ilkokul ($x=15,0891$), ortaokul ($x=15,2747$), lise ($x=15,2875$), yüksek okul/üniversite ($x=13,7962$)] (Bkz. Tablo 165-Tablo166).

Baba eğitim düzeyi ile olumsuz dini başa çıkma farklılığa yönelik analize göre olumsuz dini başa çıkma ile baba eğitim düzeyi arasında anlamlı ($p < .05$) bir farklılık gözlenmiştir. Bu farklılıkların nereden kaynaklandığına ilişkin yapılan Scheffe Testi'nden elde edilen bilgilere göre, ilkokul mezunları ile lise mezunları arasında ilkokul mezunlarının lehine, $p < .05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Örneklem gurubunun babalarının eğitim seviyesi yükseldikçe olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine başvurma oranı azalmaktadır denilebilir. Bu bulgu Ekşi'nin çalışması ile de uyumludur. Ekşi, babalarının eğitim seviyesi ilkokul ve altı olanların ortaokul, lise ve üniversite mezunlarına göre hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma arzılarını daha fazla kullandıklarını ortaya koymuştur.¹⁵²

Özetle, babalarının eğitim düzeyi yükseldikçe olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine başvurma oranı azalmaktadır. Eğitim seviyesi yüksek olan anne-babalar çocuklarına bu doğrultuda bir bakış açısı kazandırmakta karşılaştıkları olayları daha olumlu tarzda değerlendirebilmekte ve başa çıkma sürecinde “Allah’la daha sıkı bağ kurmak, O’ndan sevgi ve şefkat dilemek, sabretmek, dine yönelmek” gibi olumlu dini başa çıkma tarzlarını daha çok kullanmaktadırlar.

g) Yaşanan Stresli Olayın Türü ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Yaşanan stresli olayın türü ile olumlu dini başa çıkma arasındaki farklılığa yönelik analiz sonucunda, stresli olayın etkisi ile olumlu dini başa çıkma arasında anlamlı farklılık ($p > .05$) ortaya çıkmamıştır. [Konuya ilişkin puan ortalamaları: aile fertlerinden birinin

¹⁵² Ekşi, a.g.t., s.112.

ölümü (x=14,0667), ekonomik sıkıntı (x=15,4821), sakatlık (x=13,5000), duygusal ilişki sorunu (x=14,5102), yaralanma/hastalık (x=17,0000), aile ile çatışma (x=14,3158), aile içi sorunlar (x=15,2241), deprem (x=16,1667), sınavda başarısızlık (x=14,4133), diğer stres verici olaylar (x=14,6604).] (Bkz. Tablo 167-Tablo 168).

Yaşanan stresli olayın türü ile olumsuz dini başa çıkma arasında yapılan analize göre, stresli olayın türü ile olumsuz dini başa çıkma arasında anlamlı farklılık ($p<.05$) ortaya çıkmıştır.

Duygusal ilişki sorunu yaşayanlar ile ekonomik sıkıntı yaşayanlar arasında duygusal ilişki sorunu yaşayanlar olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullanmakta; sınavda başarısız olanlar ile ekonomik sıkıntı yaşayanlar arasında sınavda başarısız olanlar olumsuz dini başa çıkmayı daha sık kullanmaktadırlar. Elde edilen bulgular, Ekşi (2001)'nin bulguları ile paralellik göstermektedir. Ekşi'nin çalışmasında da, son iki yıl içerisinde kendilerini en fazla etkileyen olay kategorisinde “duygusal sorunlar”, “aile içi sorunlar”, “akademik sorunlar” ilk üç sırayı almaktadır.¹⁵³

Yapılan çalışmalar, insanların “aile fertlerinden birini kaybetme”, “deprem” gibi yaşamı tehdit eden anlık olaylar karşısında daha çok olumlu dini başa çıkma metotlarını kullandıklarını, “ekonomik sıkıntılar”, “duygusal/psikolojik sorunlar”, “aile içi sorunlar”, “sakatlık/hastalık” gibi insanı uzun süreli tehdit eden olaylar karşısında daha çok olumsuz dini başa çıkma metotlarını kullandıklarını ortaya koymuştur.¹⁵⁴

Yaşam boyunca karşılaşılan problemler ve sıkıntı verici olaylar insan üzerinde olumsuz etkilere ve gerilime sebep olmaktadır. İnsan bu süreçte, karşılaştığı problemi çözmek için ya da onun meydana getirdiği gerilimi azaltmak için dini ya da seküler bir takım başa çıkma metotları kullanmaktadır. Bu süreçte, dini başa çıkma etkinliklerine başvurmada bireyin din ile olan bağlılık derecesi de etkili olabilmektedir.

Araştırmada örneklem gurubunu ergenler oluşturduğu için elde edilen bulgular bu dönemin özellikleri ile uygunluk göstermektedir. Çünkü ergenlik döneminde yaşanan duygusal ilişki sorunu ergeni derinden etkileyebilmekte, bununla başa çıkamadığında ise olumsuz dini başa çıkma tarzlarına başvurabilmektedir. Aynı şekilde, ergenlik dönemi için ekonomik sıkıntılardan çok sınavda başarısız olma durumu ergeni bir takım çıkmazlara

¹⁵³ Ekşi, a.g.t., s.90.

¹⁵⁴ Topuz, a.g.t., s.145.

sürükleyebilir. Anne-babanın ergenden beklediği başarı düzeyi ergenin sınırlarını zorluyor ise, ergenlik döneminde genci bunalıma ve olumsuz düşünceye sevk edebilmektedir. Ergen içinde bulunduğu olumsuz ruh hali ile olumsuz dini başa çıkma tarzlarına başvurabilmekte, “Allah’ın kendisini yalnız bıraktığını”, “iyi bir kul olmadığı için cezalandırıldığını” ya da” kendisini sevmediği” şeklinde olumsuz dini başa çıkma tarzlarına baş vurabilmektedir.

h) Yaşanan Stresli Olayın Etkisi ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki Farklılığa Yönelik Yorumlar

Konuya ilişkin yapılan istatistiki analiz sonucunda olumlu dini başa çıkma ile stres verici olayın etkisi arasında istatistiksel olarak ($p < .05$) anlamlı farklılık söz konusudur. Farklılığın nereden kaynaklandığına dair yapılan Tukey testine göre, stres verici olaydan “orta derecede olumsuz” etkilenenler, “biraz olumsuz” etkilenenlere göre olumlu dini başa çıkmayı daha fazla kullanmaktadırlar (Bkz. Tablo170). Elde edilen bulgu Topuz (2003)’un verileri ile uygunluk göstermektedir. Topuz’un çalışmasında, yaşadıkları stresli olaydan “biraz olumsuz” olarak etkilenenlerin “oldukça olumsuz” ve “orta derecede olumsuz” etkilenenlere göre olumsuz dini başa çıkma tutumunu biraz daha çok kullandıkları ortaya konmuştur.¹⁵⁵

Stres verici olayın etkisi ile olumsuz dini başa çıkma arasında yapılan istatistiki analize göre anlamlı farklılık ($p > .05$) tespit edilmemiştir. Her ne kadar stres verici olay ile olumsuz dini başa çıkma arasındaki farklılık anlamlılık düzeyine ulaşmasa da ortalamalara bakıldığında, en yüksek puan ortalamasına ($x=18,6584$) stres verici olaydan “oldukça olumsuz” derecede etkilenenler; en düşük puan ortalamasına ($x=18,2632$) ise, “biraz olumsuz” derecede etkilenenler oluşturmaktadır. Stres verici olaydan “orta derecede olumsuz” etkilenenler ($x=18,2884$) ise yüksek ve düşük puan ortalamalarının arasında yer almaktadır.

Elde edilen bulgular incelendiğinde, stres verici olayın etkisinin olumlu dini başa çıkma tarzlarının kullanılmasında etkili olduğu, stres verici olaydan orta derecede etkilenenlerin biraz olumsuz etkilenenlere göre olumlu dini başa çıkmayı daha çok kullandıkları söylenebilir. Yani stres verici olaydan etkilenme derecesi yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma tarzlarını kullanma sıklığı da artmaktadır. Bununla birlikte, stres

¹⁵⁵ Topuz, a.g.t., s.114.

verici olayın etkisi olumsuz dini başa çıkma arasındaki farklılık anlamlılık düzeyinde olmasa da, stres verici olaydan oldukça olumsuz etkilenenler, biraz olumsuz etkilenenlere göre olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullanmaktadırlar.

Bulgulardan hareketle, stres verici olaydan olumsuz derecede etkilenme düzeyi arttıkça, hem de olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma tarzlarını kullanma sıklığının arttığı söylenebilir.

Araştırmada “Dini başa çıkma tarzları, yaşanan stresli olayın özelliklerine (türü ve etkisi) göre farklılaşmaktadır.” (**Hipotez-6**) şeklinde hipotez oluşturulmuştur. Yani elde edilen veriler incelendiğinde, hipotezin büyük çoğunluğunun doğrulandığı görülmektedir.

3.4.3.2. Dindarlık Düzeyi ile Dini Başa Çıkma Tarzları İlişkisine Yönelik Yorumlar

Dindarlık düzeyi ile dini başa çıkma ilişkisine yönelik yapılan “Pearson Korelasyon Analizi” sonucunda, dindarlık ile olumlu ve olumsuz dini başa çıkma ilişkisine yönelik şu sonuçlar elde edilmiştir.

Olumlu dini başa çıkma ile dindarlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki ($r = ,271^{**}$; $p < .05$) tespit edilmiştir. Buna göre, örneklem grubunun dindarlık düzeyleri yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma tarzlarını kullanma sıklığı da artmaktadır.

Olumsuz dini başa çıkma ile dindarlık arasında da pozitif yönde anlamlı ($r = ,305^{**}$; $p < .05$) ilişki tespit edilmiştir. Dindarlık düzeyi arttıkça, olumsuz dini başa çıkma tarzlarını kullanma sıklığı da artmaktadır (Bkz. Tablo171).

Özet olarak, örneklem grubunun dindarlık bağlamında hem olumlu hem de olumsuz başa çıkma tarzları arasında pozitif ilişki söz konusudur. Yani dindarlık düzeyi yükseldikçe hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı da artmakta veya dindarlık düzeyi düştükçe hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığı da azalmaktadır.

Araştırma kapsamında oluşturulan “Dindarlık düzeyi ile olumlu dini başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki vardır. Ergenlerde dindarlık düzeyi yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma düzeyi de yükselmektedir.” (**Hipotez-5**) şeklinde oluşturulan hipotezin doğrulandığı görülmektedir.

Bulgulara göre ergenlerin dindarlık düzeyleri arttıkça, olumlu dini başa çıkma etkinliklerine baş vurma sıklıkları da artmaktadır. Dini içselleştirerek hayatına yansıtmaya çalışan ergenler, karşılaştıkları problemlerle başa çıkarken “Allah’la daha sıkı bağ kurmaya çalışmak”, “Böyle bir olayda Allah’ın nasıl bir güç vereceğini görmeye çalışmak”, “Allah’tan sevgi ve merhamet dilemek”, “Planları Allah’ın yardımı ile hayata geçirmeye çalışmak” “Sorunları dert etmeyi bırakmak için dine yönelmek” gibi olumlu dini başa çıkma tarzlarını daha çok başvurumaktadırlar. Olumlu dini başa çıkma etkinliklerinin pek çoğu (dua, tevekkül, sabır v.b.), dini anlamda ibadet olarak kabul edilmektedir. Bu yüzden dindarlık düzeyi ile dini başa çıkma tarzları arasında güçlü bir ilişkinin olması beklenen bir durumdur.

Elde edilen bulgular Ayten (2010)’in bulguları ile de uygunluk göstermektedir. Söz konusu çalışmada, dindarlık ile dini başa çıkmanın “Allah’a yönelme”, “hayra yorma”, “dini yakınlaşma”, “dini istikamet arayışı”, “dini dönüşüm” alt boyutları ve “olumlu dini başa çıkma” üst boyutu arasında anlamlı ve pozitif ilişki tespit edilmiştir. Buna karşılık, dini başa çıkmanın “kişiler arası dini hoşnutsuzluk” ve “manevi hoşnutsuzluk” alt boyutu ile “olumsuz başa çıkma” üst boyutu arasında anlamlı ve negatif ilişki olduğu ortaya konmuştur.¹⁵⁶

Dini içselleştirmek, yani dini kuralları benliğinin ayrılmaz bir parçası olarak algılayarak tamamen içselleşmiş bir şekilde kendine mal etmektir. Bu durumda din, kişinin kimliğinin ve kişiliğinin bir parçası haline gelmiş olur. Kişi hangi ortamda bulunursa bulunsun dini inançlarını yaşamaya çalışır.¹⁵⁷ Her ne kadar ergenler, ilk zamanlar dini kurallara uymaları gerektiğini düşünerek uysalar da din, ergen için zamanla daha şuurlu bir yaşayış halini almakta ve hayata bakış açısını ve problemlerini çözüm yollarını bu doğrultuda belirleyebilmektedir.

Yine araştırma bulgularına göre dindarlık ile olumsuz dini başa çıkma etkinlikleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Yani kişinin dindarlık düzeyi yükseldikçe olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı da artmaktadır. Bu durum kişinin dini algılayış tarzı ile ilgilidir. Çünkü dini içselleştiren kişi korku ile ümit arasında duygulara sahip olmaktadır. Dindarlık düzeyi yüksek olan ergenin, karşılaştığı

¹⁵⁶ Ayten, a.g.e.,s.108-109.

¹⁵⁷ Yapıcı - Zengin, “İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Dinin Etkisini Hissetme Düzeyleriyle Psiko-Sosyal Uyumları Arasındaki İlişki”, ss. 65-127

olayları zaman zaman “iyi bir kul olmadığı için cezalandırıldığını hissetmek”, “Allah’ın kendisini sevmediğini düşünmek”, gibi birtakım olumsuz dini başa çıkma etkinliklerini kullanması olası bir durumdur. Kişinin dini hayatına düzen vermesi açısından önemlidir. Araştırma bulguları doğrultusunda, dindarlık düzeyi yüksek olanların olumsuz dini başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığının da artması dini yaşayışta korku ve ümit dengesini sağlanması açısından anlamlı bir bulgudur. Öyle ki, ergenlik döneminde dini samimi anlamda yaşamaya çalışan ergenler, başlarına gelen problemleri kendi kulluklarındaki bir takım eksikliklerinden ve hatalarından veya iyi bir kul olamamalarından kaynaklandığını düşünüp bu doğrultuda bir başa çıkma etkinliğine başvurabilmektedirler. Yani ergen o dönemde, kendisinde meydana gelen derin bir suçluluk duygusu ile “iyi bir kul olmadığı için cezalandırıldığını düşünmek” gibi, olumsuz dini başa çıkma tarzlarına başvurabilmektedir.

Dini içselleştiren yani dindarlık düzeyleri yüksek olan ergenler hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine daha çok başvurumaktadırlar. Dini bir şeylere ulaşmak için bir araç olarak gören kişi, esasında karşılaştığı problemleri çözmek için dini unsurlara çok fazla yer vermemektedir. Bu durum, dini başa çıkma ile dindarlık arasında başka faktörlerin de etkili olabileceğini göstermektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bireyin kendi benliğine yönelik olumlu tutumu, kendini değerli, başarılı ve önemli hissetmesi anlamına gelen benlik saygısı, benliğin duygusal yönünü oluşturmaktadır. Kişinin kendisini nasıl gördüğü ile ilgili değer yargıları ile şekillenmektedir.

İnsanın gelişim dönemleri içinde pek çok yönden değişimin yaşandığı ergenlik döneminde benlik saygısı önemli bir yere sahiptir. Benlik saygısı yüksek olan gençler, bireysel özelliklerinin farkında olan, kararlı, başarılı, hayata daha iyimser bakabilen kişilerden oluşmaktadırlar. Bu bağlamda, yüksek benlik saygısı bireyin yaşamında karşılaşılabilecek olaylarla başa çıkmada önemli bir kişilik özelliğidir.

İnsan, yaşamı boyunca karşılaştığı sıkıntı verici olaylar ve problemlerle başa çıkmaya çalışmaktadır. Bu başa çıkma sürecinde başvurduğu kaynaklar seküler içerikte olduğu gibi dini içerikte de olabilmektedir. Dinin başa çıkma sürecinde insanın ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkisi, karşılaşılan olumsuz olayları olumlu yönden yorumlama imkanı vermesinden kaynaklanmaktadır.

Bu bağlamda, ergenlerin benlik saygısı ile dini başa çıkma ilişkisinin dindarlık ve demografik değişkenler çerçevesinde ele alındığı bu çalışmada, elde edilen veriler hipotezler çerçevesinde değerlendirilmiştir. “Cinsiyet, yaş, okul türü, sosyo-ekonomik düzey, anne ve baba eğitim düzeyi gibi faktörlerin benlik saygısına nasıl bir etkisi vardır? Dindarlık ve benlik saygısı arasında bir ilişki ve etkileşim var mıdır? Başa çıkma ve dini başa çıkma etkinliklerine başvurma ile benlik saygısı arasında nasıl bir ilişki vardır?” şeklindeki sorular cevaplanmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın örneklemini, orta öğretim kurumlarında eğitim gören 528 kişiden oluşmaktadır. Örneklemin, % 50’si kız, % 50’si erkeklerden oluşmaktadır. Yaş aralığı 14 ve altı ile 18 arasında değişmektedir. Araştırmaya katılanların % 14,6’sı Anadolu lisesi, % 18,9’u Fen Lisesi, % 16,9’u Genel Lise, % 18,9’u Meslek Lisesi, % 16,5’i İ.H.L. öğrencilerinden oluşmaktadır.

Araştırmadan elde edilen sonuçları 5 grupta özetlemek mümkündür.

Birinci grupta, örneklem grubunun demografik özellikleri ile dindarlık ilişkisi;

Araştırma bulguları sonucunda, cinsiyet, yaş, okul türü, sosyo-ekonomik düzey, anne ve baba eğitim düzeyi gibi demografik değişkenler ile dindarlık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Buna göre;

- Cinsiyet ile dindarlık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı ortaya konmuştur. Konuya ilişkin alınan puan ortalamaları açısından bakıldığında, kızların dindarlık puan ortalamalarının erkeklerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.
- Yaş ile dindarlık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup, 14 ve altı ve 15-16 yaş grubunun, 17-18 yaş grubuna göre dindarlık düzeyinin daha düşük olduğu, yaş yükseldikçe dindarlık düzeyinin yükseldiği ortaya konmuştur.
- Okul türü ile dindarlık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu, İ.H.L.'nin dindarlık düzeyinin diğer liselere göre en yüksek; buna karşılık Genel lise, Meslek lisesi, Fen lisesi, Özel lise ve Anadolu lisesi arasındaki farklılıkta Anadolu lisesinin dindarlık eğiliminin bütün okullar arasında en düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir.
- Sosyo-ekonomik düzey ile dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup, orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların, ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlara göre dindarlık düzeyinin daha yüksek olduğu ve sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe dindarlık düzeyinin düştüğü belirlenmiştir.
- Anne-eğitim düzeyi ile dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu, annesi ilkokul mezunu olanların dindarlık düzeylerinin lise ve yüksekokul/üniversite mezunu olanlara göre daha yüksek olduğu, anne eğitim düzeyi yükseldikçe dindarlık düzeyinin düştüğü ortaya konmuştur.
- Baba eğitim düzeyi ile dindarlık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup, babaları ilkokul mezunu olanların dindarlık düzeylerinin, lise ve yüksekokul/üniversite mezunu olanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, babaları ortaokul mezunu olanların dindarlık düzeylerinin, yüksekokul/üniversite mezunlarına göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Babaların eğitim seviyesi yükseldikçe, dindarlık düzeyinin düştüğü söylenebilir.

İkinci grupta, örneklem grubunun demografik özellikleri ile benlik saygısı ilişkisi;

Araştırmada benlik saygısı ile demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, okul türü, sosyo-ekonomik düzey, anne ve baba eğitim düzeyi) ve dindarlık arasında anlamlı ilişkiler ve farklılıklar tespit edilmiştir. Buna göre;

- Konuya ilişkin yapılan istatistiki analiz sonucunda, cinsiyet ile benlik saygısı arasında anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir. Buna göre, örnekleme oluşturan ergenlerde, erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin kızlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.
- Yaş ile benlik saygısı arasındaki farklılık anlamlılık düzeyine ulaşmamakla birlikte en yüksek puan ortalamasının, 14 ve altı yaş grubuna ait olduğu, 17-18 yaş grubunun ise bu konuda ikinci sırayı oluşturduğu görülmüştür.
- Okul türü ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup, Anadolu lisesi öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin diğer lise öğrencilerine göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca İ.H.L. ile özel lise arasında İ.H.L. öğrencilerinin benlik saygılarının daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.
- Sosyo-ekonomik düzey ile benlik saygısı arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Ortanın altı sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların, benlik saygısı düzeylerinin orta ve ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiş, buna bağlı olarak sosyo-ekonomik düzey düştükçe benlik saygısının yükseldiği ortaya konmuştur.
- Anne eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.
- Baba eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı farklılık olduğu, babaları ilkokul mezunu olanların ortaokul mezunlarına göre benlik saygılarının daha yüksek olduğu, buna bağlı olarak baba eğitim düzeyi düştükçe, benlik saygısının yükseldiği belirlenmiştir.
- Benlik saygısı ile dindarlık arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı ilişki olduğu dolayısıyla örneklem grubunun dindarlık düzeyleri yükseldikçe, benlik saygısı düzeylerinin düştüğü tespit edilmiştir.
- Benlik saygısı ile olumlu dini başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu, buna bağlı olarak örneklem grubunun benlik saygısı düzeyi arttıkça, olumlu dini başa çıkma düzeylerinin de arttığı, buna karşılık benlik saygısı ile olumsuz dini

başa çıkma arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu, dolayısıyla benlik saygısı düzeyi düştükçe olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine kullanma sıklığının arttığı ortaya konmuştur.

Yüksek benlik saygısına sahip olanların karşılaştıkları stres verici olaylarla başa çıkmada daha çok “Allah ile daha sıkı bir bağ kurmaya çalışmak”, “Allah’tan sevgi ve merhamet dilemek”, “Planları Allah’ın yardımı ile hayata geçirmek” gibi olumlu dini başa çıkma etkinliklerine başvurdıkları belirlenmiştir. Benlik saygısı düşük olanların ise, stres verici olaylarla başa çıkmada “İyi bir kul olmadığı için cezalandırıldığını düşünmek” “Allah’ın kendisini yalnız bırakacağından endişelenmek”, gibi daha çok olumsuz dini başa çıkma tarzlarını kullandıkları tespit edilmiştir.

Üçüncü grupta, örneklem grubunun demografik özellikleri ve başa çıkma ilişkisi;

- Kızların, herhangi bir problemle başa çıkma sürecinde, sosyal destek arama (duygusal), sosyal destek arama (enstrümental), duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma başa çıkma tarzlarını erkeklere göre daha fazla kullandıkları belirlenmiştir. Elde edilen bulgular, kızların duygusal yapıları ile uygunluk göstermektedir. Kızlar yapı itibari ile erkeklere göre daha duygusal oldukları için, karşılaştıkları sorunlarla başa çıkmada da daha çok duygusal içerikli başa çıkma metotlarını kullanmaktadırlar.
- Yaş ile aktif başa çıkma arasında anlamlı farklılık olduğu, buna göre 14 ve altı yaş grubu ergenlerinin 15-16 ve 17-18 yaş grubuna göre aktif başa çıkmayı daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir.
- Anadolu lisesi öğrencilerinin diğer lise öğrencilerine göre, sorunun çözümüne yönelik aktif başa çıkma, planlama, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma gibi başa çıkma etkinliklerini daha çok kullandıkları ve karşılaşılan stres verici olayı kabullenme tutumunun diğer lise öğrencilerine göre Anadolu lisesi öğrencilerinde en düşük düzeyde olduğu; meslek lisesi öğrencilerinin ise daha çok duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma gibi duygusal içerikli başa çıkma tarzlarını kullandıkları, Özel lise öğrencilerinin, Fen lisesi öğrencilerine göre yadsımayı daha çok kullandıkları; buna karşılık, alkol/ilaç kullanımının diğer liselere göre Anadolu lisesi öğrencilerinde daha fazla tercih edildiği, İ.H.L. öğrencilerinde alkol/ilaç kullanımının en alt düzeyde olduğu belirlenmiştir.

- Anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanların, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanmayı lise mezunlarına göre daha çok kullandıkları, bunun yanı sıra anneleri herhangi bir okuldan mezun olmayanların, ortaokul, lise, yüksekokul/üniversite mezunlarına göre davranışsal olarak ilgiyi kesmeye daha çok başvurdukları tespit edilmiştir. Anneleri ilkokul mezunu olanların yadsımayı, yüksekokul/üniversite mezunlarına göre daha çok kullandıkları buna karşılık anneleri yüksekokul/üniversite mezunu olanların da ilkokul mezunu olanlara göre alkol/ilaç kullanımına daha fazla başvurdukları ortaya konmuştur.

Sonuç olarak anne eğitim seviyesi yükseldikçe herhangi bir sorun karşısında diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma oranı artmakta, buna karşılık davranışsal olarak ilgiyi kesme ve yadsıma oranı düşmektedir. Ancak anne eğitim düzeyi yükseldikçe alkol/ilaç kullanımı oranı da yükselmektedir.

- Babanın eğitim düzeyinin genel olarak kullanılan başa çıkma tarzlarını etkilemediği görülmektedir. Bununla birlikte, babaları herhangi bir okuldan mezun olmayanların, babaları ilkokul mezunu olanlara göre, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma başa çıkma tarzını daha çok kullandıkları belirlenmiştir. Babaları ortaokul ve yüksekokul/üniversite mezunu olanların, herhangi bir okuldan mezun olmayanlara göre kabullenme tutumunu daha çok kullandıkları tespit edilmiştir.

Sonuç olarak, örneklem grubunun babalarının eğitim seviyesi yükseldikçe kabullenme tutumunun arttığı buna karşılık eğitim seviyesi düştükçe, diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma başa çıkma tarzına başvurma oranı artmaktadır.

Dördüncü grupta, örneklem grubunun demografik özellikleri ve dini başa çıkma ilişkisi;

- Cinsiyet ile olumlu ve olumsuz dini başa çıkma arasında anlamlı farklılık olmadığı; ancak ortalamalara göre, erkeklerin olumlu dini başa çıkma etkinliklerini, kızlara göre daha çok kullandıkları görülmektedir.
- Yaş ile olumlu dini başa çıkma arasında anlamlı farklılık olmadığı; buna karşılık yaş ile olumsuz dini başa çıkma arasında anlamlı farklılık olup 17-18 yaş grubunun, 14 ve altı yaş grubuna göre olumsuz dini başa çıkma tarzlarını daha çok kullandıkları tespit edilmiştir. Yaşın ilerlemesiyle birlikte stres verici olayla

karşılaştınca “İyi bir kul olmadığı için cezalandırıldığını düşünmek”, “Allah’ın gücünden/kudretinden şüpheye düşmek”, “Allah’ın kendisini yalnız bıraktığından endişelenmek” gibi olumsuz dini başa çıkma tarzlarını daha çok kullandıkları görülmüştür.

- İ.H.L öğrencilerinin, örneklem grubunu oluşturan diğer lise öğrencileri arasında olumlu dini başa çıkmayı en çok kullandıkları, diğer liseler arasında da Anadolu lisesi öğrencilerinin olumlu başa çıkma tarzlarını daha çok kullandıkları; buna karşılık olumsuz dini başa çıkma açısından İ.H.L. hariç diğer lise öğrencilerinin, Anadolu lisesine göre olumsuz dini başa çıkma tarzlarını daha çok kullandıkları belirlenmiştir.
- Sosyo-ekonomik düzey ile olumlu dini başa çıkma arasında anlamlı farklılığın olmadığı ancak olumsuz dini başa çıkma açısından, orta sosyo-ekonomik düzeye sahip olanların, ortanın üstü sosyo-ekonomik düzeye sahip olanlara göre olumsuz dini başa çıkma tarzlarını da çok kullandıkları tespit edilmiştir.
- Annesi ilköğretim mezunu olanların, lise ve yükseköğretim mezunlarına göre olumlu dini başa çıkma tarzlarını daha çok kullandıkları belirlenmiştir. Anne eğitim düzeyi ile olumsuz dini başa çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır. Bulgulardan hareketle anne eğitim düzeyi yükseldikçe, olumlu dini başa çıkma tarzlarını kullanma oranının düştüğü söylenebilir.
- Baba eğitim düzeyi ile olumlu dini başa çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı, buna karşılık olumsuz dini başa çıkma açısından anlamlı farklılığın olduğu; babaları ilköğretim mezunu olanların, lise mezunu olanlara göre olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullandıkları tespit edilmiştir. Buna bağlı olarak örneklem grubunun baba eğitim seviyesi yükseldikçe olumsuz dini başa çıkma tarzlarını kullanma oranının düştüğü ortaya konmuştur.
- Yaşanan stresli olayın türü ile olumlu dini başa çıkma arasında anlamlı farklılığın olmadığı; buna karşılık olumsuz dini başa çıkma açısından, örneklem grubunda duygusal ilişki sorunu yaşayanların, ekonomik sıkıntı yaşayanlara göre olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullandıkları ayrıca sınavda başarısız olanların da ekonomik sıkıntı yaşayanlara göre olumsuz dini başa çıkmaya daha fazla başvurdukları tespit edilmiştir.

- Yaşanan stresli olayın etkisi ile olumlu dini başa çıkma arasında anlamlı farklılık olduğu, stres verici olaydan “orta derecede olumsuz” etkilenenlerin, “biraz olumsuz” etkilenenlere göre olumlu dini başa çıkmayı daha çok kullandıkları; stres verici olayın etkisi ile olumsuz dini başa çıkma arasında anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Olaydan etkilenme derecesi arttıkça, olumlu dini başa çıkma tarzlarının daha fazla kullanıldığı görülmektedir.

Beşinci grupta, örneklem grubunun dindarlık düzeyi ile dini başa çıkma ilişkisi;

- Örneklem grubunun dindarlık düzeyi ile hem olumlu ve hem de olumsuz dini başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu; yani dindarlık düzeyi yükseldikçe hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma tarzlarını kullanma düzeyinin de yükseldiği ortaya konmuştur.

Dindarlık düzeyi yükseldikçe hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma tarzlarına başvurma sıklığının artması dinin etkisi ile açıklanabilir. Dini içselleştirmiş kişiler karşılaştıkları olaylarla başa çıkmaya çalışırken, hem “Allah’tan yardım dilemek” ve “olayı Allah’ın yardımı ile atlatmaya çalışmak” gibi olumlu dini başa çıkma etkinliklerini kullanmak hem de “iyi bir kul olmadığı için cezalandırıldığını düşünmek”, “Allah’ın onu yalnız bıraktığından endişelenmek”, “dini kurumların ve dindar kardeşlerinin onu terk etmesinden endişelenmek” gibi olumsuz dini başa çıkma tarzlarını da kullanabilmektedirler.

ÖNERİLER

İnsanın kişilik gelişiminde büyük bir öneme sahip olan benlik saygısı ve din arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmaya yönelik daha fazla çalışma yapılması, bu iki olgunun daha iyi anlaşılmasına yardımcı olacaktır.

Özellikle ergenlik döneminde, bireyin benlik saygısı gelişimini olumsuz yönde etkileyecek unsurlardan kaçınılması konusunda bireysel ve toplumsal farkındalık oluşturulmalıdır. Ergenlerin kendilerine yönelik farkındalıklarının artması için aile, okul ve sosyal çevrede kişisel gelişime uygun etkinliklere yer verilmelidir.

Ergenlik döneminde ergenin yaşadığı veya karşılaşacağı sorunların çözümünde, dinin etkili olması için, dini değerlerin bireyin hayatına yansımaları ve kimlik gelişimi sürecinde rol model oluşturacak kişilerin oluşturulması yararlı olacaktır.

Ayrıca ergenlik döneminde değerler eğitimi kapsamında, dini başa çıkma sürecinde etkili olan sabır, şükür, tevekkül v.b. kavramların önemini kazandırmaya yönelik bireysel ve gruplar arası etkinlikleri içeren çalışmalara yer verilmelidir.

Dini başa çıkma sürecinde bireyin sahip olduğu Tanrı algısının, dini başa çıkma etkinlikleri üzerindeki etkisi göz önünde bulundurulmalıdır. Dini eğitim sürecinde, olumsuz Tanrı imgesinden daha çok, seven, koruyan Tanrı imgesini yansıtan bilgilerin verilmesi din ve ruh sağlığı açısından olumlu katkı sağlayacaktır. Bu bağlamda, bireyin anne-baba algısını ortaya koyan çalışmalarla ilişkili araştırmalar yapılmalıdır. Bu süreçte, gelişim psikologları ve klinik psikologlarla işbirliği içerisinde yürütülen boylamsal çalışmalara yer verilmelidir.

Sonuç olarak, araştırmanın sınırlılıkları göz önünde bulundurularak bu araştırmadan elde edilen verilerin, benlik saygısının öznel iyi oluş ve sağlıklı bir yaşam için ne kadar önemli olduğu ve bu süreçte bireyin karşılaştığı problemlerle başa çıkmada dinin sunduğu bakış açısının bireyin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini belirleme açısından yararlı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- ACAR Voltan - Yıldırım Nilüfer- Tuncay Ergene, “Bireylerin Dindarlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi”, **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**,1996, 12, ss.45-56.
- ADLER Alfred, **Kusursuzluk Çabası Yetersizlik Duygusu**, Haz. Ahmet Aydoğan, İz Yayıncılık, İstanbul, 2005.
- AKARSU Bedia, **Kişi Kavramı ve İnsan Olma Sorunu**, Inkılap Yay., İstanbul,1998.
- AKTAŞ Seniye, 9. Sınıfta Anne Baba Tutumları ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Selçuk Üniv. Eğitim Bilimleri Enst. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Konya, 2011.
- ALLPORT Gordon W., **Personality and Social Encounter**, Beacon Press, Boston, U.S.A., 1960.
- ALLPORT W. G - Ross, J.M. “Personal Religious Orientation and Prejudice”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 5, 1967, 4, pp. 432-443.
- ALTUĞ D., **Çocukluktan Yaşlılığa Kendilik Değeri**, Haberal Eğitim Vakfı, Ankara, 2004.
- ALTUNIŞIK Remzi - Recai Coşkun- v.d., **Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri: SPSS Uygulamalı**, 6. Baskı, Sakarya Yayıncılık, Sakarya, 2010.
- AMİRYAN Alijan - Meyan Molk - Ekbari Bahman, “The Relationship Between Religious Orientation (pray) with Self-Esteem and Assertiveness in Student” *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 2012, 2 (3), pp.2966-2969.
- ARDA Erhan - Kılıç Gedik Necla - Bakan Selahattin - Bakan İsmail - Kemer Barboros, **Sosyal Bilimler El Sözlüğü**, Alfa Yayınları, İstanbul, 2003.
- ARGYL Michael-Beit-Hallahmi, “Dini Davranış Teorileri”, çev. Ali Kuşat, Mehmet Korkmaz, İsmail Güllü, **Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2006, S.16, C.1, ss.281-295.
- ARGYLE, M., “Din Psikolojisi Alanındaki Yeni Gelişmeler”, çev. Talip Küçükcan, **Dini Araştırmalar II**, (4), 1999, ss.195-208.

- ARICI Asude,” Ergenlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua”, **Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde), (ed.) Hayati Hökelekli, Dem Yayınları, İstanbul, 2006, ss.529-557.
- ARİETİ S. “The Cognitive- Volitional School”, **American Handbook of Psychiatry** (içinde), Ed. S. Arieti, Basic Books, 1975, pp. 877-903
- ARON T. Beck, **Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar**, çev. Aysun Türkcan, Litera Yayıncılık, İstanbul, 2005.
- ASLANTÜRK Zeki, **Araştırma Metod ve Teknikleri**, İfav Yay., 4. Baskı, İstanbul, 1999.
- ATKINSON Rita L. - Richard C. Atkinson, Hilgard R. Ernest, **Introduction to Psychology**, Tenth Edition, Copyright, San Diego,1990.
- AYDIN Betül, **Çocuk ve Ergen Psikolojisi**, Marmara Üniv. Vakfı Yay., İstanbul, 1997.
- AYDIN Betül, “Benlik Kavramı ve Ben Şemaları”, **M.Ü.A. E. F. D.**, İstanbul, 1996, S.8, ss.41-47.
- AYDOĞAN Selcen, İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Umut ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, , Selçuk Üniv. Sos. Bil. Enst, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Konya, 2010.
- AYTEN Ali - Gülüşan Göcen- Kenan Sevinç- E. Eyyüp Öztürk, “Dini Başa Çıkma Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerinde Bir Araştırma”, **Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, C.2, S.2, 2012, ss.45-79.
- AYTEN Ali, Kendini Gerçekleştirme ve Dindarlık İlişkisi, Marmara Üniv. Sos. Bil. Enst., (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, 2004.
- AYTEN Ali, **Tanrı’ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma**, İz Yay., İstanbul, 2010.
- AYTEN “William James (1842-1910) ve Din Psikolojisinde Tecrübe Merkezli Bir Yaklaşım” **İslami Araştırmalar**, C.19, S.3, 2006, ss.457-464.
- AYVAŞIK Belgin - Erkuş Adnan - v.d., **Psikoloji Terimleri Sözlüğü**, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara, 2000.
- BACANLI Hasan, **Sosyal İlişkilerde Benlik: Kendini Ayarlamamanın Psikolojisi**, Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, İstanbul,1997.
- BAGLEY Christopher - Mallick Kanka, “Self Esteem and Religiosity: Comparision of 13 to 15 Year Old Students in Catholic and Public Junior High Schoos”, **Canadian Journal of Education**, 1997, 22 (1), pp.89-92.
- BAHADIR Abdülkerim, **İnsanın Anlam Arayışı ve Din**, İnsan Yayınları, İstanbul, 2002.

- BALTAŞ Acar - Baltaş Zuhall, **Stres ve Başa Çıkma Yolları**, 19. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul,1999.
- BANYARD Philip - Hayes Nicky, **Psychology Theory and Application**, Published Chapman & Hall, New York, 1994.
- BATTLE, j.- Jarratt, L.- Smit, S.& Precht, D., “Relations Among Self Esteem, Depression and Anxiety of Children”, **Psychological Reports**,1988, 62:999-1005.
- BAUMEİSTER R.F., - Tice D.M. - Hutton D.G., “Self Presentational Motivation and Personality Differences in Self-Esteem”, **Journal Personality**, 1989, 57, pp. 547-579.
- BAUMEİSTER R.F., “Inner Nature of Low Self Esteem”. **Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard**, R.F. Baumeister (ed.), New York, 1993, pp. 186-225.
- BAUMEİSTER R.F., “Self and Identity: An Introduction”, (in) **Advanced Social Psychology**, (ed.) A. Tesser, McGraw-Hill, Boston, 1995, pp.51-97.
- BAYBEK Hülya- Yavuz Seher, “Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi”, **Muğla Üniversitesi S.B.E. Dergisi**, Bahar 2005, S.14, ss.73-95.
- BEİT- HALLAHMİ, B. & Argyle M., **The Psychology of Religious Behavior, Belief and Experience**, London and New York, Routledge, 1997.
- BENSON P.- Spilka B., “God İmage as a Function of Self-Esteem and Locus of Control” **Journal for The Scientific Study of Religion**, 1973, 12, pp.297-310.
- BEUTLER L.E. - Moss R.H., “Coping, Treatment Planning and Treatment Outcome: Discussion”, **Journal of Clinical Psychology**, 2003, 59, pp.1151-1167.
- BJORK J.P. - L.H Cohen, “ Coping with Thereats, Losses and Challenges”, **Journal of Social and Clinical Psychology**, 1993,12, pp.36-72.
- BONG M. - Clark R.E., “Comparision Betwen Self Concept and Self Efficacy in Academic Motivation Resarch”, **Educational Psychologist**, 1999,34 (3), pp.139-153.
- BOWLBY J., “Attachment and Loss”, **Attachment**, Vol.I, Penguen Books, England, 1972.
- BRİSSETT D., “Toward a Clarification of Self-Esteem”, **Psychiatry**, Vol.35, 1972, pp. 255-263.
- BUDAK Selçuk, **Psikoloji Sözlüğü**, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000.
- BURGER M. Jerry, **Kişilik**, çev. İ.Deniz Erguvan Sarıoğlu, Kaknüs Yay., İstanbul, 2006.

- CAMPBELL D. Jennifer, Lavallee Loirence F., “Who Am I? The Role Of Self-Concept Confusion in Understanding The Behavior of People with Low Self-Esteem”, (in) **Self –Esteem: The Puzzle of Low Self Regard**, (ed.), R. F. Baumeister, Plenium Press, New York, 1993.
- CARPENTER Thomas P. - Laney Tyler – Mezulis Amy, Psychology of Religion and Sprituality: Religious Coping, Stressand Depressive Symptoms Among Adolescents: A. Prospective Study, **Psychology of Religion abd Sprituality**, Online Publication, 2011, pp.1-11.doi:10.1037/a0023155
- CARSON C. Robert- Butcher N. James, **Abnormal Psychology and Modern Life**, Harper Collins Publishers, New york, 1992.
- CARVER C.S. - Scheier M.F - Weintraub J.K., “Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1989, 56, pp.267-283.
- CELALETTİN Çelik- ŞAHİN İlkey, “Kadın Dindarlığı: Bir Paradoksun Söyledikleri”, **Toplum Bilim Dergisi**, Ocak-Haziran, 2009, 1-3, ss.141-166.
- CENGİL Muammer, “Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi I. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, **Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2009/1, C.8, s.15, ss.77-102.
- CHEN H.- Mechanic, D., - Hansell, S., “A Longitudinal Study of Self Awareness and Depressed Mood in Adolescence”, **Journal of Youth and Adolescence**, 1998, vol.27, pp.719-733.
- CİRHİNLİOĞLU Fatma Gül - Ok, Üzeyir, “Kadınlar mı Yoksa Erkekler mi Daha Dindar?”, **ZİWT**, Vol, 3; No, 1, 2011, ss.121-141.
- COOPERSMİTH S., **The Antecedents of Self-Esteem**, San Fransisco, W.H. Freeman and Company, 1974.
- CROWFORD Robert, **What is Religion?**, Routledge, London and Newyork, Published by Roudledge, 2002.
- ÇAĞDAŞ Aysel,- Arslan Emel – Erbey Filiz- Orçan Maide “Etkili Annelik Programının Annelerin Benlik Saygısına ve Anne Çocuk İlişisine Etkisinin İncelenmesi”, **Değerler Eğitimi Dergisi**, 2010, S.20,Vol. VIII, ss.7-23.
- ÇANKAYA B., Lise I. ve II. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Benlik Saygısının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, 2007.
- ÇAPAR Betül, Farklı Orta Öğretim Öğrencilerinde Dindarlık İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniv. Sos. Bil. Enst., (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İzmir, 2008.

- ÇEVİK Şükran, “Ergenlerde Ölüm Düşüncesi ve Ölüm Ötesiyle İlgili Dini İnançlar”, **Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde), ed. Hayati Hökelekli, Dem Yay., İstanbul, 2006, ss. 405-445.
- ÇUHADAROĞLU Füsün, “Gençlerde Benlik Saygısı ile İlgili Bir Araştırma”, **XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel Çalışmaları**, 1985, s.107-108.
- ÇUHADAROĞLU, Adolesanlarda Benlik Saygısı, Hacettepe Üniv. Tıp Fak. Psikiyatri Bölümü, (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi), Ankara,1986.
- DAMON W. - **Hart, D.**, “The Development of Self Understanding From Infancy Trough Adolescent” **Child Development**, 1982, pp.841-864.
- DELONGİS A. – Folkman S. – Lazarus R.S., “The Impact of Daily Stress on Health and Mood: Psychological and Social Resources as Mediators”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1988, 54,pp.486-495;
- DERLAGA Valerian J. - Winstead Barbara A. -Warren H. Janes, **Personality: Contemporary Theory and Researc**, Nelson-Hall Publishers, Chicago,1991, p.352
- DİLORİO C., Keley M. & Hockenbery- M. Eaton, “Communication About Sexual Issues:Mothers, Fathers and Friends”, **Journal of Adolescent Healt**, 1999, 24, pp.181-189.
- DİNÇ Filiz, Cinsiyetleri Farklı Olan Lise Öğrencilerinin Benlik Algı Düzeylerinin Öz Saygı Düzeylerine Etkisi, Hacettepe Üniv. Sos. Bil. Enst., (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, 1992.
- DOĞAN Tayfun - Eryılmaz Ali, “İki Boyutlu Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”, **Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2013, 33(1), s.107-117.
- DOĞRU Naime - Peker Reşat, “Öz Saygı Geliştirme Programının Lise Dokuzuncu Sınıf Öğrencilerinin Öz Saygı Düzeylerine Etkisi”, **Uludağ Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2004, C. 17, S.2, ss.315-328.
- EKŞİ Halil, Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Bursa, 2001.
- EMLER Nicholas, **Self-Esteem: The Cost and Causes of Low Self- Worth**, New York Publishing, New York, 2001.
- ERDOĞAN Fırat, Üniversite Öğrencilerinde Allah İnancı ve Din Duygusu: Din Psikolojisi Açısından Bir Değerlendirme, Ankara Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara, 1977.

- Ergen ve Ruhsal Sorunları/Durum Saptama Çalışması**, Haz. Komisyon, Türkiye Bilimler Akademisi Raporları, S.4, Ankara, 2004.
- ERİKSON E.H., **İnsanın Sekiz Çağı**, çev. Bedirhan T. Üstün, Vedat Şar, Sevinç Matbaası, Ankara, 1984.
- EROL R. - Orth U., “Self-Esteem Development from age 14 to 30 Years: A Longitudinal Study”, **Journal of Personality And Social Psychology**, 2011, 101 (3), pp.607-619.
- ERYILMAZ Ali- Atak Hasan, “Ergen Öznel İyi Oluşunun Öz Saygı ve İyimserlik Eğilimi İle İlişkisinin İncelenmesi”, **Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi**, Yaz-2011, C.10, S.37, ss.170-181.
- ESKİN Mehmet - Kamil Ertekin- Hacer Harklak- Çiğdem Dereboy, “Lise Öğrencisi Ergenlerde Depresyonun Yaygınlığı ve İlişkili Olduğu Etmenler”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, 2008, 19 (4) , ss. 382-389.
- EŞER Hatice, “Üniversite Öğrencilerinde Dini İnanç ve Benlik Saygısı İlişkisi”, **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde) Ed. Hayati Hökelekli, Dem Yayınları, İstanbul, 2006, ss.492-528.
- FOLKMAN S. - Lazarus R. S. - Gruen R. J. - DeLongis A., “Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1996, 50 (3), pp.571–579.
- FOLKMAN Susan, “Personel Control and Stress and Coping Processes: a Theoretical Analysis”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1984, 46, pp.839-852.
- FOLKMAN S. - Moskowitz Judith Tedlie, “Coping Pitfalls and Promise”, **Annual Review of Psychology**, 2004, 55, p.757.
- FOLKMAN S. - Lazarus R.S., “An Analysis of Coping in Middleaged Community Sample”, **Journal of Health an Social Behavior**, 21, pp.219-239.
- FRANCİS L. J., “God İmages and Self Esteem a Study Among 11-18 Years-Old”, **Research in the Social Scientific Study of Religion**, 2005, 16, pp.113-116.
- FRANKL Victor, **Man’s Search for Meaning**, Washington SQare Press, New York, 1984,
- FREUD Sigmund, **On Metapsychology: The Theory of Psychoanalyses**, translated James Strachey, Penguin Books, England, 1991.
- FREUD Sigmund, **The Ego and Id**, WW. Norton Company, U.S.A., 1960.
- FREUD Sigmund, **The Essentials of Psycho-Analysis**, Translated James Strachey, Penguin Books, England, 1991.

- FROMM Erich, **Sevme Sanatı**, Çev. Yurdanur Salman, 10. Baskı, Payel Yay., İstanbul,1995.
- GALLATİN Judith, “Ergenlik Kuramları”, çev. Nermin Çelen, F. James Adams, **Ergenliği Anlamak** (içinde), Der. Bekir Onur, İmge Kitabevi, Ankara, 1995.
- GANDER M. J. & GARDİNER H. W., **Çocuk ve Ergen Gelişimi**, haz. Bekir Onur, 5.Baskı, İmge Kitabevi, Ankara, 2004.
- GEÇTAN Engin, **İnsan Olmak**, 2.Baskı, Metis Yayınları, İstanbul, 2003.
- GEÇTAN Engin, **Psikanaliz ve Sonrası**, 4.Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1993.
- GELBAL Selahattin- Duyan Veli- Sevin Çağrı- Erbay Ercüment, “Lise Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özellikleri ve Sosyal Destek Durumları ile Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, **Toplum ve Sosyal Hizmet**, 2010, Cilt, 21, S.2, ss.7-18.
- GENİA Vicky, “Seküler Psikoterapistler ve Dindar Danışanlar: Mesleki Mülâhazalar ve Öneriler”, çev. Üzeyir Ok, **İslami Araştırmalar Dergisi**, 12 (1), 1999, ss.78-83.
- GORSUCH R.L. - Venabble G.D, “Development of Age-Universal I-E Scale”, **Journal for the Scientific Study of Religion**, 1983, V.22, pp.181-187.
- GÖCEN Gülüşan, Şükür ile Psikolojik İyi Olma Hali Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara, 2012.
- GÖK Şeyda, Anksiyete ve Depresyonda Stresle Başa Çıkma, İ.Ü.Tıp Fak. Psikiyatri A.B.D., (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, 1995.
- GRAY R.F., “Adolescent Response to The Death of a Parent”, **journal of Youth and Adolescence**, 1987, 16, pp.511-525.
- GRAY Little B.- Hafdahl A., “Factors Influencing Racial Comparisions of Self-Esteem:A Quantitative Review”, **Psychological Bulletin**, 2000, 126, pp.26-54.
- GÜLEÇ C., **İnsana Yolculuk, Yaşam-Psikoterapiler-Siyaset**, HYB Yayıncılık, Ankara, 2002.
- GÜLER Özlem, Tanrı’ya Yönelik Atıflar, Benlik Algısı ve Günahkarlık Duygusu: Yetişkin Örneklem, Ankara Üniv. Sos. Bil. Enst., (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, 2007.
- GÜLER Özlem, Yaşamı Sürdürmede Dini İnancın Rolü, Ankara Üniv. Sos. Bil. Enst., (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara, 2011.
- GÜNAY Ünver, **Erzurum ve Köylerinde Dinî Hayat**, Erzurum Kitaplığı, Erzurum, 1999.

- GÜNER A., Lise Öğrencilerinde Stresle Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma”, Sakarya Üniv. Sos.Bil. Enst., (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sakarya, 2006.
- GÜRSAKAL Necmi, **Bilgisayar Uygulamalı İstatistik I**, Marmara Kitabevi, Bursa, 1997.
- GÜRSU Orhan, “Ergenlerde Psikolojik Sağlığın Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi”, **Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi**, 5 (1), Ocak, 2012, ss.110-130 [Online]: <http://www.keg.aku.edu.tr>
- HAMARAT Erdal - Coşkun Arslan, v.d., “Benlik Saygısı ve Akılcı Olmayan İnançlar Bakımından Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Yaklaşımlarının Analizi”, **Değerler Eğitimi Dergisi**, 2009, C.7, no. 18, ss.25-42.
- HAMECHEK D.E, “Ergen Benliğinin Psikolojisi ve Gelişimi”, **Ergenliği Anlamak** Ed. F. Adams, Yay. Haz. Bekir Onur, çev. Ö. H. Ersever, İmge Kitabevi, Ankara,1995.
- HARTER, S. Identity and Self Development, (in) S. Feldman and G.Elliott, ed., At The Treshold, **The Developing Adolescent**, Cambridge, MA Harvard University Press, pp. 352-387.
- HARTMANN Heinz, **Ego Psychology and The Problem of Adaptation**, translated, David Rapaport, İnternational Universities Press, New York, 1961.
- HARTWAY W.L, **Religion and the Daily Coping Process: A longitudinal İdiographic Analysis**, Un Published Doctoral Dissertation, Bowling Green State University.
- HAUSER S.T., “The Content and Structure of Adolescent Self İmages”, **Archives of General Psychiatry**, Vol.33, 1976, pp.27-32.
- HAYTA Akif, “İbadetler ve Ruh Sağlığı: Dini Pratikler İle Psiko-Sosyal Uyum arasındaki İlişki Üzerine Bir İnceleme”, **Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde), Ed. Hayati Hökelekli, Dem Yayınları, İstanbul, 2006, ss.137-179.
- HECHTMAN L., Weiss G., Perlman T., Hypractives as Young Adults: Self-esteem and Social Skills. **Can J. Psychiatry**,1980, 25, pp. 478-483.
- HİSLİ Şahin Nesrin - Basım Nejat H.- Çetin Fatih “Kişiler Arası Çatışma Çözme Yaklaşımlarında Kendilik Algısı ve Kontrol Odağı”, **Türk Psikiyari Dergisi**, 2009, 20 (2), ss.153-163.
- HOGGE, Dean, “A Validated Intrinsic Religious Motivation Scale”, **Journal for The Scientific of Religion** 1972, 11, pp.369-376.
- HOLM G. Nil, **Din Psikolojisine Giriş** (çev. Abdülkerim Bahadır), İnsan Yay., İstanbul, 2004.
- HORNEY Karen, **Çağımızın Tedirgin İnsanı**, çev. Ayda Yörükan, Tur Yayınları, İstanbul, 1980, ss.161-183.

HOROZCU Ümit, “Tecrübi Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat İle Ruhsal ve Bedensel Sağlık İlişkisi”, **Milel ve Nihal / İnanç Kültür ve Mitoloji Araştırmaları Dergisi**, Cilt. 7, Ocak-Nisan 2010, ss.210-240.

HÖKELEKLİ Hayati, “Ergenlik Döneminde Dini Şüpheler”, **Din Öğretimi Dergisi**, 1988, S.14, ss. 73-82.

HÖKELEKLİ Hayati, “Ergenlik Çağı Davranışlarına Din Eğitiminin Etkisi: İmam-Hatip Lisesi ve Genel Lise Öğrencilerinin Davranışları Arasında Karşılaştırmalı Bir Araştırma”, **U.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 1986, C.1, S.1, ss.35-51.

HÖKELEKLİ Hayati, **Din Psikolojisi**, 1. Baskı, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, Ankara, 1993.

<http://www.tdksozluk.com/>

<http://www.tipterimlerisozlugu.com/sonuclar.php>.

İKİZ Suner Ebru, Farklı Liselerdeki Ergenlerin Benlik Saygısı, Akademik Başarı ve Sürekli Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İzmir, 2000.

JAMES William, **The Principles of Psychology**, Dover Publications, New York, 1918.

JOHSON S.C - B. Spilka, “Coping with Breast Canser: The Roles of Clery and Faith”, **Journal of Religion Health**, 1991, 30, pp. 21-33.

JONES Fiona - Bright Jim, **Stress Myth, Theory and Research**, Pearson Education Limited, England, 2001.

JONES H. Susan - Francis J. Leslie, “Religiosity and self Esteem During Childhood and Adolescence”, **Research in Religious Education**, (in), Ed.Leslie Francis J. and etall. , Symth & Helmwys Pub., Georgie/U.S.A., 1996, pp.189-192.

JUNG Carl G., **The Archetypes and The Collective Unconscious**, Princeton University Press, New York, 1969.

KABALCI Tuğba, Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı, Sınav Kaygısı ve Sosyo-Demografik Değişkenler, Hacettepe Ün. Sos.Bil. Enst. Eğitim Bilimleri A.B.D., Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, 2008.

KAĞITÇIBAŞI Çiğdem, “Özerk-İlişkisel Benlik: Yeni Bir Sentez”, **Türk Psikoloji Dergisi**, 1996, 11(37), ss.36-43.

KARACA Faruk, **Ölüm Psikolojisi**, Beyan Yayınları, İstanbul, 2000.

KARATAŞ Zeynep, “Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Empatik Beceri ve Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi”, **Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, S.23, 2012, ss.97-114.

- KAYA Mevlüt, **Din eğitiminde İletişim ve Dini Tutum**, Etüt Yayınları, Samsun, 1998.
- KAYIKLIK, Hasan, Dini Yaşayış Biçimleri: Psikolojik Temelleri Açısından Bir Değerlendirme, Dokuz Eylül Üniversitesi sos. Bil. Enst., (Yayınlanmamış Doktora Tezi), İzmir, 2000.
- KENDLER K.S.- Gardner, C.O.- Prescott C.A., “Clarifying The Relationship Between Religiosity and Psychiatric İness: The İmpact of Covariates and the Specificity of Buffering Effects”, **Twin Research**, 2 (2), pp.137-144.
- KİMTER Nurten, Benlik Saygısı ve Dindarlık İlişkisi, Uludağ Üniv. Sos. Bil. Enst., (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Bursa, 2008.
- KİMTER Nurten, Dini İnanç, İbadet ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi Üzerine Bir Araştırma: Üniversite Öğrencileri Üzerinde, **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi** (içinde), Ed. Hayati Hökelekli, Dem Yayınları, İstanbul, 2006, ss.217-249.
- KOÇ Mustafa, Yetişkinlik Döneminde Dindarlık ile Benlik kavramı Değişkenleri Arasındaki İlişki, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Uludağ Üniv. Sos.Bil. Enst., Bursa, 2008.
- KOHUT H., **The Analysis Of the Self**, International University Press,1971, New York.
- KÖKNEL Özcan **Kaygıdan Mutluluğa Kişilik**, 8.Baskı, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1985.
- KÖKNEL Özcan, **Zorlanan İnsan**, 4. Baskı, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1998.
- KÖKTAŞ, M.Emin, **Türkiye’de Dinî Hayat: İzmir Örneği**, İşaret Yay., İstanbul, 1993.
- KÖKTAŞ, “Türkiye’de Sosyal Bilimler ve Din Olgusu”, İslam ve Modernleşme, **II. Kutlu Doğum İlmî Toplantısı**, İstanbul, 1997.
- KÖSE Ali - Talip Küçükcan, **Doğal Afetler ve Din**, T.D.V. İsam Yay., İstanbul, 2000.
- KÖTEHNE Gülsu, Religious Orientation and Personality, Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek LisansTezi), İstanbul, 1999.
- KROGER Jane, “Ego Development in Adolescence: Loveinger’s Paradigm”, (in) **Identity in Adolescence: The Balance Between Self and Other**, Jane Kroger, Routledge, New York, 1996.
- KULA **Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma**, Dem Yay., İstanbul, 2005.
- KULA “Deprem ve Dini Başa Çıkma”, **Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2002 /1, ss.242- 254.

- KULA Naci, “Gençlerde İztiyap Düşüncesine Bağlı Dini Krizle Başa Çıkmaya Yönelik Öneriler” **Sosyal Siyaset Kürsüsü**, 12 Haziran, 2008, http://www.sosyalsiyaset.com/documents/genclerde_dini_kriz.htm
- KULA Naci, **Kimlik ve Din**, Ayışığı Kitapları, İstanbul, 2001.
- KULAKSIZĞOĞLU Adnan, **Ergenlik Psikolojisi**, 6.Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2004.
- KUR’AN-I KERİM
- KUŞAT Ali, “Ergenlerde Allah Tasavvuru”, **Dindarlığın Sosyo-Psikolojisi**, Edit., Ünver Günay,-Celalettin Çelik, Karahan Kitabevi, Adana, 2006.
- KUZGUN Yıldız, “Psikolojide İnsancı Yaklaşım”, **Eğitim Bilimleri Dergisi**, C.18, S.1, Ankara,1985, s. 1-17.
- LA GRAND L.E., College “Student Loss and Response”, In E.S., Zinner (ed.), **Coping with Death an Compus**: New Directions for Student Services, 1985, Vol. 1, pp. 15-28.
- LAWRENCE A. Pervin, **The Science of Personality**, Copyright John Wiley & Sons, U.S.A., 1996.
- LAZARUS R. S. - S. Folkman, **Stress, Apraisal and Coping**, Springer Publishing, New York, 1984.
- LAZARUS R.S., **Coping Theory and Research: Past,Present and Future**, Psychosom Med., 55, pp.234-247.
- LAZARUS R.S., From Psychological Stress to the Emotions: AHistory of Changing Outlooks, **Annual Review of Psychology**, 1993, 44: pp.1-21.
- LEARY Mark R. - Baumeister R.F., “The Nature and Function of Self-Esteem: Sociometer Theory”, (in) M.P. Zanna (ed.), **Advances in Exrimental Social Psychology**, Academic Press, Sandiego 2000, vol., 32, pp.2-62.
- LEARY Mark R., “The Sociometer, Self-Esteem and Regulatoin of İnterpersonal Behavior”, (in) **Handbook of Self Regulation: Research, Theory and Applications**, (ed.) Roy F. Baumeister- Kathleen D. Vohs, The Guilford Press, New York, 2004, pp.373-390.
- MARKUS H. - Wurf E., “The Dinamic Self Concept: A Social Psychological Perspective”, **Annual Review of Psychology**, 1987, 38, pp.299-337.
- MARKUS H., “Self Knowledge: An Expounded View”, **Journal of Personality**, 1983, 51, pp.543-565.
- MARSH H.W. - Byrn B.M. - Shavelson R., “A Multifaceted Academic Self-concept: Its Hierarchical Structure and Its Relation Academic Achievement”, **Journal of Educational Psychology**, 1988, 80, pp.366-380.

- MAŞRABACI Tülay Seyhan, Hacettepe Üniversitesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, H.Ü. Sos. Bil.Enst., (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara, 1994.
- MAXWELL C. - Doman J., **Etkili İnsan Olmak**, çev. D. Dizman, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2000.
- MC CARTY J.D. - Hoge, D.R., “Analysis of Age Effects in Longitudinal Studies of Adolescent Self –Esteem”, **Development Psychology**, 18 (3), 372-379.
- MCINTOSH Daniel N., “Religion –as-Schema With Implication for the Relation Between Religion and Coping”, **The International Journal for The Psychology of Religion**, Vol., 5, 1, 1995.
- MCKAY Matthew - Fanning Patrick, **Self-Esteem**, New Harbinger Publications, U.S.A., 2000.
- MCLEOD Saul, The Self Concept in Psychology, 2008, Retriewed from <http://www.simlypsychologyorg/self-concept.html>;
- MEHMETOĞLU Ali Ulvi, **Kişilik ve Din**, Dem Yayınları, İstanbul, 2004.
- MEHMETOĞLU Ali Ulvi, “Gençlik, Değerler ve Din; Küreselleşme”, **Ahlak ve Değerler** (içinde) Ed. Yurdagül Mehmetoğlu, Litera Yayıncılık, İstanbul, 2006.
- MEHMETOĞLU Yurdagül, **Erişkin Bireyin Kendilik Bilinci ve Din Eğitimi**, Rağbet Yay., İstanbul, 2001.
- MEİSSNER W.W., “Theories of Personality and Psychopathology: Classical Psychoanalysis”, **Comprehensive Textbook of Psychiatry** (içinde), Eds. H.I. Kaplan and B.J. Sadock, Baltimore İmprint, William & Wilkins, 1985, p.337-418.
- MİCELİ M.- Castelfranchi C., “Further Distinctions Betwen Coping and Defence Mechanisms”, **Journal of Personality**, 2000, 69, pp.287-296.
- MÜSLİM b. El Haccac, Sahihi Müslim, “Birr ve Sıla”, Cemiyetü’l Merkezil İslami, 2000.
- NELSON C. J. - B. Rosenfeld- W. Breitbart- M. Galletta, “Spirituality, Religion and Depression in the Terminally ill”, **Psychomatics**, 43 (3), pp.213-220.
- NELSON Jones Richard **Danışma Psikolojisi Kuramları**, çev. Berrin Eylem-Fidan Korkut- Fusun Akkoyun –Süleyman Doğan-Veli Duyan- Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul, 1982.
- NEWMAN J.S. - K.I. Pargament, “The Role of Religion in the Problem Solving Process”, **Review of Religious Research**, 1990, 31, pp. 390-404.
- OKTAN Vesile – Şahin Mustafa, “Kız Ergenlerde Beden İmajı ile Benlik Saygısı arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, **Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi**, 2010, 7 (2), ss.544-556 <http://www.insanbilimleri.com>

- OLSZEWSKI Elizabeth Mary, The Effect of Religious Coping on Depression and Anxiety in Adolescence, a Thesis Submitted to Oregon State University April, 1994.
- ONAY Ahmet, **Dindarlık, Etkileşim ve Değişim**, Dem Yayınları, İstanbul, 2004.
- ONORATA Rina S. - Turner John C., “Self “The “I”, The “Me”, and The “Us”: The Psychological Group and Self-Concept Maintance and Change”, (in) **Individual Sel, Relational Self, Collective Self**, (edited) Constantine Sedikides and Mariynn B. Brewer, Sheridan Books, USA, 2001, p.150.
- ORTH U. - Robins R.W. - Widaman K.H., “Life Span Development of Self-Esteem and Its Effect on İmportant Life Outcomes”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 2012, 102, (6), pp.1271-1288.
- Oxford Wordpower Dictionary**, ed. Joanna Turnbull, Oxford University Press, Third Edition, China, 2006.
- ÖCAL Mustafa, **İmam-Hatip Liseleri ve İlk Öğretim Okulları**, Ensar Yay., İstanbul, 1994.
- ÖKSÜZ Yücel- Ayvalı Meşale, “İlköğretim 4. Ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları İle Sosyal Uyum Düzeyi İlişkisi”, **Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi**, 2012, 5(3), ss.151-167.
- ÖNER Necla, **Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler**, Boğaziçi Ün. Yay., 3.Baskı, İstanbul, 1997.
- ÖY Belma “Çocuk ve Ergenlerde Depresyon Epistemolijisi ve Risk Etkenleri”, **Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi**, 1995, C.2, S.1, ss.40-45.
- ÖZAKPINAR Yılmaz, **Psikolojinin Kavramsal Yapısı**, Ötüken Yayınları, İstanbul, 2000.
- ÖZBAYDAR Belma, **Din ve Tanrı İnancının Gelişmesi Üzerine Bir Araştırma**, Baha Matbaası, İstanbul, 1970.
- ÖZKAN İ., “Benlik Saygısını Etkileyen Etmenler”, **Düşünen Adam**, 1994, 7 (3), ss.4-9.
- ÖZŞAKER Murat, 12-14 Yaş Çocuklarının Motorsal Performans ve Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi, Ege Ün. Sağlık Bilimleri Enst., (Yayımlanmamış Doktora Tezi), İzmir, 2008.
- PALOUTZIAN Raymond F., **Invitation to The Psychology of Religion**, Boston, 1996.
- PARGAMENT I. Kenneth, “Religious Methods of Coping: Resources for The Conservation And Transformation of Significant” (In) **Religion and Clinical Practise of Psychology**, Edited by Edward P. Shafranske, APA: Washington, 1997.
- PARGAMENT, **The Psychology of Religion and Coping / Theory, Research, Practice**, The Guiiford Press, Newyork, 1997.

- PARGAMENT .- Park C.L., **The Psychology of Religion, Theoretical Approaches**, Part 2, Eds., B. Spilka, and D. N. McIntosh, Westview Press USA, 1997.
- PARGAMENT I. Kenneth et al., “Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors”, *JSSR*, 1998, 37(4), s.710-728
- PARGAMENT- Smith B.W. – Koenig and Perez H.G., “Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors”, **Journal for The Scientific Study of Religion**, 1998, 37, pp. 710-724.
- PARGAMENT, “Religion and Coping”, **Religion and Mental Health** (in), edited by, Harold G. Koenig, Copyright by Academic Press, U.S.A., 1998.
- PARGAMENT, “Tanrım Bana Yardım Et” Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Yapısına Doğru, Çev. Ahmet Albayrak, **Tabula Rasa-Felsefe&Teoloji**, 2003, 3 (9), ss.207-238.
- PARK C.L., - L.H. Cohen, “Religious and Nonreligious Coping wiht The Death of a Friend”, **Cognitive Therapy and Research**, 1993, 17, pp. 561-577
- PINAR Rukiye, “Obezlerde Depresyon, Benlik Saygısı ve Beden İmajı: Karşılaştırmalı Bir Çalışma”, **C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi**, 2002, 6(1), ss.30-41.
- RAZI Sala Gülcem- Kuzu Ayşe- Yıldız Ali Naci -v.d., “Çalışan Gençlerde Benlik Saygısı, İletişim Becerileri ve Stresle Başetme”, **TAF Preventive Medicine Bulletin, /Research Article TAF Prev Med Bull** , 2009, 8 (1), ss.17-26.
- RESNİCK M. - Bearman P. - Blum R. - Bauman K., etall, “Protecting Adolescents From Harm: Findings From The National Longitudinal Study of Adolescent Health” **Journal of The American Medical Association**, 1997, 278, pp. 823-832.
- RHODEWALT Frederick & Petersan Benjamin, “The Self and Social Behavior”, **The Fragile Self and İnterpersonal Self Regulation, Personality and Social Behavior** (içinde), Edited by Frederick Rhodewalt, Psychology Pres, New York, 2008.
- RİDİNG J. Richard, **Self Perception**, Greenwood Publishing Group, Westport, 2001.
- ROGERS Carl, **Cilient –Centered Therapy: It’s Current Practise İmplications and Theory**, Houghton Mifflin Company, U.S.A., 1951.
- ROGERS Carl, **On Becoming a Person: A Trapist’s View of Psychoterapy**, Houghton Mifflin Company, Boston, 1961.
- ROSENBERG Morris, **Society and The Adolescent Self İmage**, Princeton University Pres, Princeton, 1965.

- SAM Neslihan- Sam Rıza - Öngen Burcu, “Üniversite Öğrencilerinin Çevresel Tutumlarının Yeni Çevresel Paradigma ve Benlik Saygısı Ölçeği İle İncelenmesi”, **Akademik Bakış Dergisi**, Temmuz-Ağustos- Eylül, 2010, S.21, s.1-16, Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi, <http://www.akademikbakis.org>
- SARAGLOU Vassilis, “Gençlerin Dinleri ve Kişilikleri: Belçika’da Yapılan Yeni Araştırmalar”, çev. Veysel Uysal, **M.Ü.İ.F.D.**, S.19, 2000.
- SARIÇAM Hakan - Yılmaz Elifcan - Gülbahçe Arzu - Gülbahçe Ömer, Çardak Mehmet, “İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Benlik Saygısı, Farklı Yetenek ve Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, **Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi**, 2013, 10 (1), ss. 525-540.
- SAYAR Kemal, **Ruh Hali**, 2.Baskı, Timaş Yay., İstanbul, 2006.
- SAYIL Melike - Güre Ayşen - Uçanok Zehra, “Ergenliğe Geçişte Bilgilendirmenin Ergenin Bilgi Düzeyi ve Benlik Algısına Etkisi”, **Türk Psikoloji Dergisi**, 2002, 17(50), ss.47-58.
- SCHUTZ D.P - Schultz S.E., **Modern Psikoloji Tarihi**, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2001.
- SEÇER İsmail- İlbay Azmi- Ay İsmail- Çiftçi Muhammed, “Yatılı İlköğretim Bölge Okullarındaki Öğrencilerin Benlik Saygılarının İncelenmesi”, **Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2012, C.,2, S.1,ss.61-73. [sakaryajournal.org.]
- SEYHAN Derya, Tutuklu/Hükümlü Gençlerin Benlik Saygısı Düzeyleri, Aile ve Çevre Özelliklerinin İncelenmesi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enst., (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Kayseri, 2008.
- SIMMONS R. G., & Rosenberg, “Sex, Sex Roles and Self İmage”, **Journal of Youth and Adolescence**, 1975, 4, pp. 220-258.
- SOMUNOĞLU S.- Kısakürek, S.- Kuzu, A. “Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerine ve Başarı Durumlarına Yönelik Bir Araştırma”, **II. Ulusal Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Sempozyumu Sunum ve Poster Bildiri Özetleri**, Düzenleyen, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, İzmir, 2-4 Eylül, 2007, (http://web.deu.edu.tr/shmyo_sempozyum/kitap.pdf);
- SPİLKA Bernard- Shaver R. Phillip- Kırpatrick A. Lee, “A General Attribution Theory for the Psychology of Religion”, (in) B. Spilka- D. N. McIntosh (ed), **The Psychology of Religion: Theoretical Approaches**, Boulder, Westview Press, 1997,pp.153-170.
- SPİLKA B. - McIntosh D.N., (ed), **The Psychology of Religion: Theoretical Approaches**, Boulder, Westview Press, 1997.

- SPİLKA B. - Schaver, P. - Kirkpatrick, L. , “A General Attribution Theory for The Psychology of Religion”, **Journal For The Scientific Study of Religion**, 1985, 204 (I), pp.1-18.
- STEİN J. H.,- Reiser L. W., “A Study of White Middle-Class Adolescent Boys Responses to Semenarche” (the First Ejaculation). **Journal of Youth and Adolescence**,1994, 23 (3), pp.373-384.
- STEİNBERG Laurence, **Ergenlik**, Yay. Haz., Figen Çok, İmge Kitabevi, İstanbul, 20007.
- STEİNBERG L. - Morris A.S., **Adolescent Development**, Annual Review of Psychology, 2001, 52, pp. 83-110.
- Stresle Başa çıkma / Olumlu Bir Yaklaşım**, Ed. Nesrin Hisli Şahin, Türk Psikologlar Deneği Yayınları, 2. Baskı, Ankara, 1994, ss.19-20.
- SULLIVAN Harry Stack, **Conception of Modern Psychiatry**, W. W. Norton & Company, New York, 1953.
- ŞAHİN Adem, **Ergenlerde Dindarlık ve Benlik**, Adal Ofset, Konya, 2007.
- ŞAHİN Nesrin Hisli - Ayşegül Batıgün Durak- Volkan Koç, “Kişilerarası Tarz, Kendilik Algısı, Öfke ve Depresyon”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, 2011, 22 (1), ss.17-25.
- ŞAHİN Adem, “Ergenlerde Dindarlık ve Benlik Saygısı İlişkisi”, **S.Ü.İ.F.D.**, S.19, Konya, 2005, ss.186-197
- ŞENTÜRK San Sema, Liseli Ergenlerin Yanlızlık Algısının Sosyal Beceri, Benlik Saygısı ve Kişilik Özellikleri Bağlamında Değerlendirilmesi, Maltepe Ün. Sos. Bil. Enst., Psikoloji Bilim Dalı, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, 2010.
- TAF **Preventive Medicine Bulletin** “Çalışan Gençlerde Benlik Saygısı, İletişim Becerileri ve Stresle Baş Etme”, 2009, 8 (1), ss.17-26;
- TAN Hasan, “Akademik Psikolojide Ego veya Benlik (self) Kavramı”, **Hacettepe Sosyal ve Beşeri İlimler Dergisi**, C.III, S.1; Ankara,1970, s.3-16.
- TAPLAMACIOĞLU Mehmet, “Yaşlara Göre Dini Yaşayışın Şiddet ve Kesafeti Üzerine Bir Anket Denemesi”, **A.Ü.İ.F.D.**, Ankara, 1962, X., s.141-151.
- TEKİN Mustafa, “Batı’da Sekülerlik ve Türkiye Müslümanlığının Seküler İçerimleri”, **İnsan & Toplum, Cilt, 2, S. 4**, 2012, ss.190-191.
- TİRMİZİ Ebu İsa Muhammed b. İsa Sevrâ, **es-Sünen**, Kahire, 1937, Deavât.
- TOP Üstüner Fadime- Kaymak Esra- Göllü Şimal- Kaya Barış, “Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Benlik Saygıları ve Atılganlık Düzeylerinin Sosyo-Demografik Özellikleri Açısından İncelenmesi”, **Yeni Symposium**, 2010, C.48, S.2, ss.148-156.

- TOPSEVER Yurdal, **Psikolojide Araştırma, Deney ve Analiz**, Ege Ün. Basımevi, No:60, İzmir, 1991.
- TOPUZ İlhan, Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, U.Ü. Sosyal Bilimler Enst., (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Bursa, 2003.
- TUĞRUL C.D, Stres ve Depresyon, **Psikiyatri Dünyası**, 2000, 4, ss.12-17.
- TÜRKÇAPAR Hakan M., “Kendilik Psikolojisi ve Temel Kavramları”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, 6 (2), 1995, s s. 125-131.
- UÇAR F., “Streste Zihnin Rolü ve Strese Bağlı Zihinsel/Ruhsal Hastalıklar”, **Türk Psikoloji Bülteni**, 2004, 10 (34-35), ss. 85-102.
- UYANIK Balat Gülden- Akman Berrin, “Farklı sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi”, **Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 14 (2) , ss.175-183.
- UYSAL Veysel, “İslami Dindarlık Ölçeği Üzerine Bir Pilot Çalışma”, **İslami Araştırmalar**, VIII., S.4-3, Ankara, 1995, ss.263-271.
- UYSAL Veysel, **Türkiye’de Dindarlık ve Kadın**, Çamlıca Yay., İstanbul, 2003.
- WEİNER M.F., “Other Psychodynamic Schools”, **Comprehensive Textbook of Psychiatry**, s.451-458, 1985, akt. Füsün Çuhadaroglu, Adolesanlarda Benlik Saygısı,(Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi), Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri A.B.D., Ankara, 1986.
- WICHSTROM Lars, “Self-Concept Development During Adolescence”, (in) **Personality Development During Adolescence: A Cross National and Life Span Perspective**, (ed.) Eva Skoe and Anna Lauise Vonder Lippe, Routledge, New York, 1998.
- WILLIAM James, **The Principles of Psychology**, Cambridge, 1983, pp.279-380.
- YALÇIN Şahabettin, “Ben Neyim?”, **Beytulhikme an İnternational Journal of Philosophy**, Vol. I, Issue, 2, 2011, ss. 27-38.
- YAPAREL Recep, Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dinî Hayat İle Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara,1987.
- YAPICI Asım - Kayıklık Hasan, “Ruh Sağlığı Bağlamında Dindarlığın Öz Saygı ve Kaygı İle İlişkisi: Çukurova Üniversitesi Örneği”, **Değerler Eğitimi Dergisi**, 2005, 3 (9), ss.177-206.
- YAPICI Asım – Zengin, Salih Zeki “İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Dinin Etkisini Hissetme Düzeyleriyle Psiko-Sosyal Uyumları Arasındaki İlişki”, **Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2003, 3 (2), 65-127.

- YAPICI Asım, “Yeni Bir Dindarlık Ölçeği ve Üniversiteli Gençlerin Dinin Etkisini Hissetme Düzeyi”, **Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2006, 6/1, ss.65-115.
- YAPICI Asım, **Ruh Sağlığı ve Din**, Karahan Yay., 2007.
- YILDIZ Mehmet Ali, Sokakta Çalışan ve Çalışmayan İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), İnönü Ün. Eğitim Bilimleri Enst., Malatya, 2010.
- YILDIZ Murat – Çapar Betül, “Ortaöğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı İle Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, **Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, 2010, C.10, S.1, ss.103-131.
- YILDIZ Murat, “Benlik Kavramı ve Benliğin Gelişiminde Dinin Rolü”, **Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, S.13, 2006, ss.87-126.
- YILDIZ Murat, **Ölüm Kaygısı ve Dindarlık**, İzmir İlahiyat Fakültesi Yayınları, İzmir, 2006.
- YILMAZEL Gülay- Günay Osman, “Çorum İli Kargı İlçesinde Öğrenin Gören 12-17 Yaş Arasındaki Öğrencilerde Öz Saygı ve Depresyon”, **Sağlık Bilimleri Dergisi**, 2012, 21 (1), ss.20-29.
- YÖNDEM Z.D., “Stresle Başetme Stratejileri Ölçeği (SBSÖ): Eleştirel Bir Değerlendirme”, **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 2002, 18, ss.43-47.
- YÖRÜKOĞLU Atalay, **Gençlik Çağı**, 7.Baskı, Özgür Yayınları, İstanbul,1985.
- YÜKSEKKAYA Selda, Üniversite Öğrencilerinde Benlik Saygısının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İzmir-1995.



EKLER

ANKET FORMU

Değerli arkadaşlar,

Elinizde bulunan anket formu, bilimsel bir çalışmaya veri toplamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu nedenle, araştırmadan elde edilecek sonuçların bilimsel bir nitelik taşıması ve güvenilir olması, soruları samimi bir şekilde cevaplamınıza bağlıdır. Cevaplarınız kesinlikle gizli tutulacak ve sadece bu araştırma için kullanılacaktır. Bireysel bir değerlendirme yapılmayacağı için isim yazmanıza gerek yoktur.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Şükran Çevik Demir
U.Ü. Sos.Bil. Ens. Doktora Öğrencisi

EK I. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz: ☐ 1) Erkek ☐ 2) Kız
 2. Yaşınız ☐ 1) 14 ve altı ☐ 2) 15-16 ☐ 3) 17-18
 3. Kaçınıcı sınıftasınız ☐ 1) Lise 1 ☐ 2) Lise 2 ☐ 3) Lise 3 ☐ 4) Lise 4
 4. Okul Türünüz? ☐ 1) Genel Lise ☐ 2) Meslek Lisesi ☐ 3) Anadolu Lisesi
☐ 4) Fen Lisesi ☐ 5) İ.H.L. ☐ 6) Anadolu İ.H.L.
 5. Kendinizi hangi gelir gurubunda görüyorsunuz?
☐ 1) Düşük ☐ 2) Ortanın altı ☐ 3) Orta ☐ 4) Ortanın üstü
 6. Annenizin eğitim durumu:
☐ 1) Okuma yazma bilmiyor ☐ 2) Okuma yazma biliyor
☐ 3) İlkokul ☐ 4) Ortaokul ☐ 5) Lise ☐ 6) Yüksekokul/ Üniversite
 7. Babanızın eğitim durumu:
☐ 1) Okuma yazma bilmiyor ☐ 2) Okuma yazma biliyor
☐ 3) İlkokul ☐ 4) Ortaokul ☐ 5) Lise ☐ 6) Yüksekokul/ Üniversite
- Aşağıdaki ifadeler, yaşamış olduğunuz, size sıkıntı veren önemli hayat olayı ile ilgilidir. Size en uygun olan ifadeyi işaretleyiniz**
8. Yaşadığınız olay aşağıdaki kategorilerden hangisine girmektedir?
☐ 1) Aile fertlerinden birinin ölümü ☐ 2) Ekonomik sıkıntılar ☐ 3) Sakatlık
☐ 4) Duygusal ilişki sorunu ☐ 5) Yaralanma ya da hastalık ☐ 6) Aile ile çatışma
☐ 7) Aile içi sorunlar ☐ 8) Deprem ☐ 9) Diğer...
 9. Olay ne zaman gerçekleşti ?
☐ 1) Son altı ay içerisinde ☐ 2) Son bir yıl içerisinde ☐ 3) Son iki yıl içinde
☐ 4) Birkaç yıl önce ☐ 5) Diğer.....
 10. Olayın üzerinizdeki etkisini nasıl değerlendiriyorsunuz?
☐ 1) Oldukça olumsuz ☐ 2) Orta derecede olumsuz ☐ 3) Biraz olumsuz

DİNDARLIK ÖLÇEĞİ

NO	MADDE	Kesinlikle Katılmıyorum [1]	Katılmıyorum [2]	Kararsızım [3]	Katılıyorum [4]	Kesinlikle katılıyorum [5]
1	Dini İncamım bütün hayatımı kapsar					
2	Hayatımda, Allah'ın varlığını her an hissediyorum.					
3	Bir kimse her önemli karar aşamasında Allah'ın rehberliğini istemelidir.					
4	Dini incamım bazı durumlarda davranışlarımı kısıtlar.					
5	Benim için hiç birsey , (yapabildiğim en iyi bir şekilde) Allah'a ibadet etmekten daha önemli değildir					
6	Dinimi diğer bütün dünyevî işlerimin üzerinde tutmaya büyük ölçüde çaba gösteririm					
7	Dini inançlarım hayata bakış açımı önemli ölçüde belirler.					
8	Ahlaki bir hayat yasadığım sürece neye inandığımı o kadar önemli değil.					
9	Dini değerlerin (inançların) günlük işlerimi etkilemesine izin vermem.					
10	Hayatta dinden çok daha önemli şeyler olduğuna inanıyorum					

EK II. DİNİ BAŞAÇIKMA TARZLARI

Aşağıdaki ifadeler, yaşamış olduğunuz, size sıkıntı veren önemli hayat olayı sırasında ve hemen sonrasında manevi değerlerle ilgili, ne yaptığınız ve neler hissettığınız ile ilgilidir. Her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve size sıkıntı veren olay anında ve hemen sonrasında ne yaptığınızı ve neler düşündüğünüzü hatırlayarak, sizin için en uygun seçeneği işaretleyiniz.

N O	MADDE	Hemen Hemen Hiç Yapmadım [1]	Arada Sırada Yaptım [2]	Orta Derecede Yaptım [3]	Sıklıkla Yaptım [4]
1	Allah ile daha sıkı bir bağ kurmaya çalıştım				
2	Böyle bir olayla Allah'ın bana nasıl bir güç vereceğini görmeye çalıştım				
3	İyi bir kul olmadığım için cezalandırıldığımı hissettim				
4	Bu işe şeytanın sebep olduğuna karar verdim				
5	Allah'ın gücünden / kudretinden şüpheye düştüm -				
6	Allah'tan sevgi ve şefkat diledim				
7	Allah'ın beni sevip sevmediğinden şüpheye kapıldım				
8	Öfkemi gidermesi için Allah'tan yardım diledim				
9	Günahlarımın affedilmesini diledim				
10	Allah'ın beni yalnız bıraktığından endişelendim				
11	Planlarımı Allah'ın yardımıyla hayata geçirmeye çalıştım				
12	Dindar kardeşlerimin / dini kurumların beni terk etmesinden endişelendim				
13	Sorunlarımı dert edinmeyi bırakmak için kendimi dine verdim				
14	Allah tarafından cezalandırılmayı hak edecek ne yaptığımı düşündüm				

EK III. BAŞAÇIKMA ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ifadeler, yaşamış olduğunuz, size sıkıntı veren önemli hayat olayı sırasında ve hemen sonrasında ne yaptığınız ve neler hissettiğiniz ile ilgilidir. Her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve size sıkıntı veren olay anında ve hemen sonrasında ne yaptığınızı ve neler düşündüğünüzü hatırlayarak, sizin için en uygun seçeneği işaretleyiniz.

NO	MADDE	Hemen Hemen Hiç Yapmadım[1]	Arada Sırada Yaptım[2]	Orta Derecede Yaptım[3]	Sıklıkla Yaptım [4]
1	Deneyimlerimin sonuçlarına göre kendimi geliştirmeye çalıştım				
2	Üzüldüm ve duygularımı dışa vurdum				
3	Ne yapılacağı konusunda başkalarından yardım almaya çalıştım				
4	Çabalarımı bu konuda bir şeyler yapmak üzere yoğunlaştırdım				
5	Kendime bunun gerçek olmadığını söyledim				
6	Bununla baş edemeyeceğimi kabul ettim ve denemekten vazgeçtim				
7	Duygularımı başkası ile paylaştım				
8	Kendimi daha iyi hissetmek için alkol yada ilaç aldım				
9	Olayın olduğu fikrine kendimi alıstırdım				
10	Durum hakkında daha fazla bilgi edinmek için başkasıyla konuştum				
11	Zihnimi diğer düşünce ya da faaliyetlerin meşgul etmesinden uzak durdum				
12	Üzüldüm ve olayın tamamen farkında oldum				
13	Harekete geçmek için plan yaptım				
14	Olayın olduğunu ve artık değiştirilemeyeceğini kabul ettim				
15	Arkadaşlarımdan ya da akrabalarımdan duygusal destek aradım				
16	Hedefime ulaşmaktan vazgeçtim				
17	Sorundan kurtulmaya yönelik ek eylemlere giriştim				
18	Alkol yada ilaç alarak bir süre için kendimden geçmeye çalıştım				
19	Böyle bir şey olduğuna inanmayı reddettim				
20	Duygularımı açıkça belli ettim				
21	Olayı daha olumlu yönden görebilmek için farklı açıdan baktım				
22	Sorun hakkında somut bir şeyler yapabilecek olan biri ile konuştum				
23	Ne yapılması gerektiği hakkında bir strateji geliştirmeye çalıştım				
24	Bu sorunu çözümlemek üzere odaklandım ve gerekiyse diğer şeyleri biraz geri plana ittim				
25	Başkasının sempatisini ve anlayışını kazanmaya çalıştım				
26	Olayı daha az düşünmek için alkol yada ilaç aldım				
27	İstedigimi elde etmek için girişimde bulunmaktan vazgeçtim				
28	Olayın iyi yanlarını görmeye çalıştım				
29	Sorunun en iyi nasıl ele alınabileceğini düşündüm				
30	Başka şeylerin bu konuyla ilgilenmeme engel olmaması için elimden geleni yaptım				
31	Böyle bir şeyin olduğu gerçeğini kabul ettim				
32	Benzer deneyimleri olan kişilere ne yapmış olduklarını sordum				
33	Çok fazla duygusal sıkıntı hisseder ve kendimi sıkça bunları ifade ederken buldum				
34	Sorundan kurtulmak için doğrudan girişimde bulundum				
35	Böyle bir şeyin olmadığını varsaydım				
36	Sorunu çözmek için verdiğim çabanın miktarını azalttım				
37	Kendimi nasıl hissettiğim hakkında başkalarıyla konuştum				
38	Olayı atlatmaya yardımcı olması için alkol ya da ilaç aldım				
39	Onunla yaşamayı öğrendim				
40	Olay üzerine yoğunlaşmak için diğer faaliyetleri bir kenara bıraktım				
41	Hangi adımların atılacağı konusunda uzun uzun düşündüm				
42	Olay hiç olmamış gibi davrandım				
43	Yapılması gereken şeyleri her seferde bir adım atacak şekilde yaptım				
44	Deneyimden bir şeyler öğrendim				

EK.IV ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

MaddeI:

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış

MaddeII:

4. Ben de diğer insanların bir çoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış
5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış

MaddeIII:

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış

Madde IV:

7. Genel olarak kendimden memnunum.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış

Madde V:

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış

Madde VI:

9. Bazen kendimin kesinlikle bir işe yaramadığını düşünüyorum.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.
[] 1) Çok doğru [] 2) Doğru
[] 3) Yanlış [] 4) Çok yanlış

ÖZ GEÇMİŞ			
Adı, Soyadı	Şükran		ÇEVİK DEMİR
Doğum Yeri ve Yılı	Yozgat		1977
Bildiği Yabancı Diller	İngilizce		Arapça
ve Düzeyi	İyi		Orta
Eğitim Durumu	Başlama - Bitirme Yılı		Kurum Adı
Lise	1991	1994	Bursa İmam-Hatip Lisesi
Lisans	1994	1999	Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi
Yüksek Lisans	2000	2002	Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enst.
Doktora	2003		Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enst.
Çalıştığı Kurum (lar)	Başlama - Ayrılma Yılı		Çalışılan Kurumun Adı
1.	2007		Milli Eğitim Bakanlığı
Üye Olduğu Bilimsel ve Mesleki Kuruluşlar			
Katıldığı Proje ve Toplantılar			
Yayınlar:	Uzmanlık alanımla ilgili kitap ve “uluslararası ve ulusal hakemli dergi” statüsüne sahip çeşitli bilimsel dergilerde yayımlanmış makalelerim bulunmaktadır.		
Diğer:	Halen İstanbul-Maltepe Anadolu İ.H.L’de Meslek Dersleri Öğretmeni olarak görev yapmaktayım.		
İletişim (e-posta):	sukrancevikdmr@gmail.com		
		Tarih İmza Adı Soyadı	Şükran ÇEVİK DEMİR