

Yetiştirme Yurdu ve Anne-Baba Yanında Kalan Ergenlerde Öğrenilmiş Güçlülük*

Güler Boyraz**, Gül Aydın***

ÖZET

Bu araştırmada, yetiştirme yurtlarında ve anne-baba yanında kalan ergenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri arasındaki farklılıklar ve ergenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerindeki cinsiyet farklılıkları incelenmiştir. Veriler, Rosenbaum Kendini Değerlendirme Ölçeği ile toplanmıştır. Bulgular, yetiştirme yurtlarında ve anne-baba yanında kalan ergenler arasında, öğrenilmiş güçlülük düzeyleri açısından anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiştir. Anne-baba yanında kalan ergenler, yetiştirme yurtlarında kalan ergenlerle karşılaştırıldığında, Kendini Değerlendirme Ölçeği'nden anlamlı düzeyde yüksek puanlar almışlardır. Bulgular kızlarla erkeklerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinde fark olmadığını, ancak, yetiştirme yurdunda kalmaktan kaynaklanan bir cinsiyet farkı olduğunu göstermiştir. Bu bulgular anne-baba yanında kalan erkeklerin yetiştirme yurdundaki erkeklere göre anlamlı derecede yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip olduklarını göstermektedir.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Öğrenilmiş güçlülük, yetiştirme yurdu, yetiştirme yurdunda kalan ergenler, anne baba yanında kalan ergenler, cinsiyet.

SUMMARY: *Learned Resourcefulness in Institutionalized and Non-institutionalized Adolescents*

The purpose of this study is to investigate the level of learned resourcefulness in institutionalized and non-institutionalized adolescents. Gender differences in

the learned resourcefulness levels of the adolescents were also examined. Rosenbaum's Self Control Schedule (SCS) was used to collect data. Results indicated significant differences in institutionalized and non-institutionalized adolescents regarding their learned resourcefulness level. Compared to institutionalized adolescents, non-institutionalized adolescents had significantly higher levels of learned resourcefulness. Results revealed no significant gender differences. However, an interaction effect of gender by institution indicated that non-institutionalized male adolescents displayed higher, levels of learned resourcefulness than did the institutionalized male adolescents.

KEYWORDS: *Learned resourcefulness, institutions, institutionalized adolescents, non-institutionalized adolescents, gender.*

GİRİŞ

Rosenbaum (1980a) "öğrenilmiş güçlülük" kavramını bireylerin içsel olayları düzenlemede kullandıkları bir davranışsal ve bilişsel beceriler dağarcığı olarak tanımlamıştır. Rosenbaum (1983), öğrenilmiş güçlülüğü tanımlarken, bu becerilerin olayların değil, onların birey üzerindeki etkilerini kontrol etmede kullanıldığına da dikkat çekmiştir. Rosenbaum' a (1980a) göre, bir davranışın öğrenilmiş güçlülük kategorisine girebilmesi için; a) ağrı, kaygı gibi hedef davranışı engelleyen bir içsel olay tarafından başlatılması, ve b) bu olayın hedef davranış üzerindeki engelleyici etkisini ortadan kaldırmayı amaçlaması gerekmektedir.

* Bu çalışma VII. Ulusal PDR kongresinde kısaltılarak sunulmuştur.

** Başkent Üniversitesi, PDR Merkezi.

*** ODTÜ, PDR Anabilim Dalı.

Rosenbaum (1980b) öğrenilmiş güçlülük kavramının dört temel öz kontrol becerisini içerdiğini belirtmiştir. Bunlar: a) duygusal ve fiziksel tepkileri kontrol etmek amacıyla bilişsel beceri ve içsel konuşmaların kullanılması, b) problem çözme becerilerinin uygulanması (planlama, problemi tanımlama, seçenekleri değerlendirme, sonuçları tahmin etme gibi), c) doyumunu hemen erteleyebilme yeteneği, ve d) bireylerin içsel olayları düzenleyebilme yeteneklerine ait genel inançları, yani özyeterlik algılarıdır.

Rosenbaum (1980a) kişilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerini ölçmek amacıyla Kendini Değerlendirme Ölçeği'ni (KDÖ) geliştirmiş ve bu ölçeğin geliştirilmesinden sonra öğrenilmiş güçlülük birçok bilimsel araştırmanın konusu olmuştur (Rosenbaum ve Jaffe, 1983; Rosenbaum ve Palmon, 1984; Rosenbaum ve Ben-Ari, 1985; Zimmerman ve Martinez-Pons, 1988; Carey ve Carey, 1990). Araştırmalardan elde edilen sonuçlar genel olarak, Kendini Değerlendirme Ölçeği puanları yüksek olan bireylerin engellenme karşısında daha girişken tepkiler gösterdiklerini, başarıyı kendi çaba ve yeteneklerine yüklediklerini, ve kendileriyle ilgili daha olumlu değerlendirmeler yaptıklarını göstermiştir. Diğer taraftan, düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip bireylerin zorluklarla karşılaştıklarında daha çabuk vazgeçtikleri, daha olumsuz öz değerlendirme yaptıkları, başarıyı şansa, başarısızlığı da kendi kişisel özelliklerine yükledikleri belirtilmiştir (Rosenbaum ve Ben-Ari, 1985).

Araştırmalar ayrıca akademik olarak daha başarılı olan bireylerin daha yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeylerine sahip olduklarını göstermiştir (Zimmerman ve Martinez-Pons, 1988).

Rosenbaum'a (1983) göre, öğrenilmiş güçlülük, öğrenilen bir bilişsel ve davranışsal beceriler bütünü olarak bireylerin stres yaratan yaşam olayları ile daha etkili başa çıkmalarına yardımcı olur. Rosenbaum

(1989) gibi Folkman (1984) da stresle başa çıkmada kişinin içsel olaylarını düzenleme yeteneğinin önemine dikkat çekmiş ve başarılı bir başa çıkmanın içsel olayları düzenleme ile başladığını belirtmiştir. Rosenbaum (1983) ise kişinin stresli bir durumla karşılaştığında içsel olaylarını düzenleyebilmesinin kişinin davranış dağarcığında bu olayla ilgili hazır bir tepkisi bulunup bulunmadığına bağlı olduğunu belirtmiştir. Bu anlamda öğrenilmiş güçlülük ve stresle başa çıkma becerileri arasında benzerlik olduğu söylenebilir.

Rosenbaum'a (1989) göre bireyler problem çözme, planlama ve diğer öğrenilmiş güçlülük becerilerini, sosyalleşme süreci içinde, erken yaşlardan itibaren çevreleri ile olan iletişimleri sonucunda öğrenirler. Bu nedenle bireylerin yetiştiği farklı psiko-sosyal ortamların da bu becerilerin kazanılmasında olumlu ya da olumsuz etkileri olabilir. Örneğin, daha zor ve daha kötü koşullarda yetişen bireylerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin daha düşük olması beklenebilirse de yapılan araştırmalardan elde edilen bulgular bunun aksini göstermiştir. Örneğin, Edwards ve Riordan'ın (1994) yaptığı araştırmada, içinde bulunduğu koşullar (örneğin, fakirlik, sosyal ve politik baskı) nedeniyle daha düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip olması beklenen Kuzey Afrika zencilerinin, beyazlara göre daha yüksek öğrenilmiş güçlülük düzeylerine sahip oldukları görülmüştür. Bu bulgular son zamanlarda tüm dünyada büyük popülerite kazanan psikolojik sağlamlık (resilience) alanında yapılan araştırma bulgularıyla da tutarlıdır.

Kuşkusuz farklı ortamlarda yetişen bireyler öğrenilmiş güçlülük düzeyleri yönünden farklılıklar gösterebilirler. Böyle bir farklılığın olup olmadığı ise ancak farklı ortamlarda yetişen bireylerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerini incelemek ile anlaşılabilir. Oysa literatürde bu konu oldukça ihmal edilmiş

görülmektedir. Bu araştırmanın amacı, ihmal edilen bu konuya eğilerek iki farklı ortamda yetişen ergenlerin (yetiştirme yurdu ve anne-baba yanı) öğrenilmiş güçlülük düzeyleri arasında fark olup olmadığını incelemektir.

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Ankara ilindeki yetiştirme yurtlarında kalmakta olan tüm ergenler oluşturmuştur. Örneklem seçiminde seçkisiz (random) örneklem yöntemi izlenmek istenmişse de yurtlarda kalan gençlerin yaşları, dolayısıyla da okula gidiş ve yurttaki bulunma saatleri oldukça farklı olduğundan bu bireylere grup halinde ulaşmanın mümkün olmayacağı anlaşılmıştır. Ayrıca, yurt yöneticileri ile yapılan görüşmelerde yurttaki kalan ergenlerin araştırmalara karşı hayli önyargılı olabilecekleri anlaşılmış bu çalışmanın, araştırmaya katılmaya gönüllü olan gençlerle yürütülmesinin en uygun yöntem olacağı sonucuna varılmıştır. Böylece, örneklem seçiminde rastlantısal (accidental sampling) yöntemin (Shaughnessy ve Zechmeister, 1997, s.139) kullanılmasına karar verilmiştir. Birinci yazar olan araştırmacı, Fatma Üçer Yetiştirme Yurdu, Gazi Kız Yetiştirme Yurdu, 50. Yıl Yetiştirme Yurdu, ve Atatürk Çocuk Yuvası'na belirli günlerde gitmiş, yönetimin yaptığı anonsa uyararak araştırmaya katılmaya gönüllü olan bireylere gruplar halinde Öğrenilmiş Güçlülük Envanteri'ni uygulamıştır. Araştırma kapsamına alınan ve yetiştirme yurdunda kalmayan ergenlerin seçiminde ise küme örnekleme (cluster sampling) yöntemi kullanılmıştır. Cumhuriyet Lisesinin tüm öğrencilerinden oluşan evrenden, seçkisiz olarak ikişer tane birinci, ikinci ve üçüncü sınıf seçilmiş, bu sınıflardaki toplam 105 öğrenciye Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği grup halinde uygulanmıştır.

Böylece, yaşları 13-20 arasında değişen 103 (70 erkek, 33 kız) ergen ile, Bahçelievler Cumhuriyet Lisesi'nde okuyan ve anne-babaları yanında yaşayan 13-20 yaş arası 105 (50 erkek, 55 kız) ergen olmak üzere toplam 208 ergen araştırmanın örneklemini oluşturmuştur.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak Rosenbaum (1980a) tarafından geliştirilen Kendini Değerlendirme Ölçeği (KDÖ) kullanılmıştır. Siva (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Siva (1991) ve Dağ (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin psikometrik özelliklerine ilişkin oldukça sağlam kanıtlar bulunmakla birlikte, KDÖ'nün yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerde geçerlik ve güvenilirliğini inceleyen bir araştırma bulunmaması nedeniyle bu çalışma çerçevesinde de geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yürütülmüştür. Ölçeğin uyum (benzer ölçekler) geçerliğini incelemek amacıyla, daha önce Dağ (1991) tarafından izlenen yöntem kullanılarak KDÖ ve Rotter'in Kontrol Odağı Ölçeği arasındaki korelasyona bakılmış ve sonuçlar bu katsayıların yetiştirme yurdu için -0.27 ($p < .05$), tüm grup için de -0.24 ($p < .05$) olduğunu göstermiştir.

Ölçeğin güvenilirlik çalışması kapsamında Cronbach Alfa katsayısı hesaplanmış, ölçeğin içtutarlık katsayısının hem yetiştirme yurdu hem de tüm grup için $.78$ olduğu tespit edilmiştir. Bu değerler daha önce Dağ (1991) ve Siva (1991) tarafından elde edilen değerlere yakın olup, ölçeğin yetiştirme yurdunda kalan ergenler için geçerlik ve güvenilirliğinin yeterli olduğuna işaret etmektedir.

İşlem

Bu araştırma 2001-2002 öğretim yılı güz semestirinde yürütülmüştür. Anne-baba yanında kalan grubun uygulaması Cumhuriyet Lisesi'nde sınıf

ortamında gerçekleştirilmiştir. Uygulama her iki grupta da birinci araştırmacı tarafından bizzat yapılmıştır. Yetiştirme yurtlarındaki uygulamada araştırmacı, çalışmaya katılmaya gönüllü olan ergenleri bir sınıfa toplamış, standart açıklamalar diğer grupta olduğu gibi yapılmış ve ölçek böylece uygulanmıştır. Denekler ölçeği ortalama 30 dakikada doldurmuşlardır.

Verilerin Analizi

Yetiştirme yurdu ve anne baba yanında kalan ergenlerde öğrenilmiş güçlülük düzeyleri açısından herhangi bir fark olup olmadığı, varsa bu farkların cinsiyete bağlı olarak değişip değişmediği verilere uygulanan 2 (cinsiyet) x 2 (grup) faktörlü varyans analizi tekniği ile incelenmiştir.

BULGULAR

Araştırma sonucunda elde edilen, yetiştirme yurdu ve anne baba yanında kalan kız ve erkek öğrencilere ait n , \bar{X} ve S değerleri Tablo 1 de sunulmuştur.

Tablo 1. Yetiştirme Yurdu ve Anne Baba Yanında Kalan Ergenlerin Öğrenilmiş Güçlülük Düzeylerine İlişkin n , ve S Değerleri.

Gruplar	n	\bar{X}	S
Erkek			
Yetiştirme yurdu	70	113.06	1.98
Anne baba yanı	50	125.60	2.35
Kız			
Yetiştirme yurdu	33	117.67	2.90
Anne baba yanı	55	119.86	2.20

Varyans analizi uygulamasından önce araştırma verilerinin varyans analizi için gerekli tüm sayıtları karşılayıp karşılamadığı sınınmış ve bu sayıtların karşılandığı gözlenmiştir.

Yetiştirme yurdu ve anne baba yanında kalan ergenlerdeki öğrenilmiş güçlülük farklılıklarını incelemek amacıyla uygulanan varyans analizi sonucu elde edilen bulgular cinsiyet temel etkisinin anlamlı olmadığını ($F= .057$; $\eta^2= .000$; $p>.05$) göstermiştir. Bu bulgu öğrenilmiş güçlülük düzeyi açısından kızlarla erkekler arasında bir fark bulunmadığına işaret etmektedir. Diğer yandan bulgular grup temel etkisinin ($F= 9.513$; $\eta^2 = .045$; $p<.05$) anlamlı olduğunu göstermiştir. Bu bulgu yetiştirme yurtlarında ve anne baba yanında kalan ergenlerde Kendini Değerlendirme Ölçeği puan ortalamaları açısından anlamlı bir fark olduğunu ve anne baba yanında kalan ergenlerin ($X = 122.73$), yetiştirme yurdunda kalan ergenlere ($X = 115.36$) göre, KDÖ' den anlamlı ölçüde yüksek puanlar aldıklarına işaret etmektedir.

Bulgular ayrıca grup x cinsiyet ortak etkisinin ($F= 4.701$; $\eta^2 = .023$; $p<.05$) anlamlı olduğunu, bir başka deyişle gruplar arası farkların cinsiyete bağlı olarak değiştiğini göstermiştir. Ortak etkinin kaynağını araştırmak amacıyla verilere uygulanan Tukey testi sonuçları farkın yetiştirme yurdu ($\bar{X} = 113.06$) ve anne baba yanında kalan erkek ergenlerin ($\bar{X} = 125.60$) öğrenilmiş güçlülük puan ortalamaları arasındaki farktan kaynaklandığını göstermiştir. Diğer yandan, yetiştirme yurdunda kalan erkek ve kızlar ile, anne baba yanında kalan erkek ve kızların öğrenilmiş güçlülük düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı anlaşılmıştır.

TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Daha önce yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerini inceleyen bir araştırma bulunmadığı için bu araştırmadan elde edilen bulguları geçmiş araştırmalarla karşılaştırarak değerlendirmek oldukça zordur. Benzer tek araştırma olan ve Şahin (1995) tarafından yetiştirme yurtlarında yapılan bir

araştırmada, yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin aktif başa çıkma becerilerine sahip olmalarına rağmen anne baba yanında kalan ergenlere göre pasif başa çıkma becerilerini daha fazla kullandıkları bulunmuştur. Bu durum yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip olmalarından kaynaklanabilir. Folkman'a (1984) göre duygularını etkili bir şekilde düzenleyemeyen bireyler, stresli bir durumla karşılaştıklarında, aktif başa çıkma becerilerine sahip bile olsalar, içsel olayların yarattığı gerilim nedeniyle stres kaynağı olan durumla aktif başa çıkamamaktadırlar. Bu açıdan ele alındığında bu araştırmadan elde edilen bulgular Şahin'in bulguları ile tutarlı görünmektedir.

Diğer yandan, elde edilen bulguları karşılaştırmalı olarak yorumlama imkânı olmasa da bulguların teorik olarak beklendiği yönde olduğu ileri sürülebilir. Rosenbaum'ın (1983) belirttiği gibi öğrenilmiş güçlülük becerileri küçük yaşlardan itibaren her türlü öğrenme yoluyla kazanılmış bilişsel bir beceri olarak tanımlanmaktadır. Ronen (1997) bu becerilerin gelişiminde ailenin önemi üzerinde durmuş ve çocukların bu becerileri anne babalarından model alma ya da doğrudan öğrenme yolu ile edindiklerini belirtmiştir. Ronen'e göre düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip anne babaların yetiştirdiği bireylerin bu becerileri geliştirmesi daha zordur. Dolayısıyla, yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin daha düşük öğrenilmiş güçlülük düzeyine sahip olmalarının nedenlerinden biri de yetiştikleri ortamda yeterince model olmamasından kaynaklanabilir. Modelle öğrenmenin en önemli sosyal öğrenme yöntemlerinden biri olduğu dikkate alındığında, yetiştirme yurdunda büyüyen çocukların bu becerileri model alarak öğrenme açısından daha az fırsata sahip olabilecekleri düşünülebilir.

Bu bulgu, kuşkusuz tüm yetiştirme yurdunda büyüyen çocukların öğrenilmiş güçlülük yönünden

zayıf olacağı varsısına da yol açmamalıdır. Tam tersine, bazı durumlarda daha zor koşullarda yetişen bireylerin psikolojik sağlık açısından daha üstün olduğuna da rastlanabilir. Gerçekten de Edwards ve Riordan (1994) tarafından yapılan bir çalışma sonucu bu görüşü desteklemektedir. Dolayısıyla bu çalışmadan elde edilen bulgular bir başlangıç olarak değerlendirilmeli ve ileride farklı örneklem üzerinde yürütülecek araştırma bulgularıyla desteklenmelidir. Aksi takdirde bulgular üzerinde yapılacak tartışmalar spekülatif nitelikte olacaktır.

Sonuç olarak bu araştırma farklı psikososyal ortamların bireylerin içsel olaylarını düzenlemede kullandıkları bilişsel ve davranışsal becerileri edinmelerinde önemli bir rolü olduğunu göstermiştir. Ancak, farklı psikososyal ve sosyokültürel ortamların öğrenilmiş güçlülük becerilerinin edinilmesine etkisini anlamak amacıyla bu tür araştırmalar farklı örneklem grupları üzerinde de yapılmalıdır.

Ayrıca, bu becerilerin kazanılmasını olumsuz yönde etkileyen birçok psikososyal ve sosyo kültürel faktörlere rağmen, bireylerin bu becerileri kazanmalarına yardımcı olacak bazı programlar geliştirilebilir. Okullarda, yetiştirme yurtlarında, psikolojik danışman ve psikologlar resmi eğitimin bir parçası olarak geliştirilen bu eğitim programlarıyla bu becerilerin gelişiminde katkı sağlayabilirler. Pallant'ın (2000) da ifade ettiği gibi, psikolojik danışman danışanın hayatındaki negatif olayların oluşumunu kontrol edemese de, bu olayların danışan üzerindeki olumsuz etkilerini kontrol etmeye yardım edebilir. Rosenbaum'a (1989) göre bireyler bu becerileri kazandıklarında bunları hayatları boyunca kullanabilirler. Dolayısıyla bu becerilerin erken yaşlardan itibaren kazandırılması, bireylerin yaşam boyunca karşılaştıkları zor koşullarla daha etkin başa çıkmalarında yardımcı olur. Araştırmalar (Crespi, 1990;

Zeanah, 2000) ayrıca, yetiştirme yurdunda kalmanın kişilik gelişimi üzerinde olumsuz etkileri olduğunu göstermiştir. Ancak, bütün bu olumsuzluklara ve geç olmasına rağmen yetiştirme yurdunda yaşayan gençlere de bu tür becerilerin kazandırılması gereklidir. Böylece buldukları ortamın olumsuz etkileriyle baş etmeleri ve yetiştirme yurdundan ayrıldıktan sonraki hayatlarına uyum sağlamaları kolaylaşabilir.

KAYNAKLAR

- Carey, M.P. & Carey, K.B. (1990). Learned Resourcefulness, Drinking, and Smoking in Young Adults. *Journal of Psychology*, 124, 391-396.
- Crespy, T.D. (1990). Restraint and Seclusion with Institutionalized Adolescents. *Adolescence*, 25, 825-830.
- Dağ, İ. (1991). Rosenbaum'un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği'nin Üniversite Öğrencileri için Güvenirliliği ve Geçerliliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2, 269-274.
- Edwards, D. & Riordan, S. (1994). Learned Resourcefulness in Black and White South African University Students. *Journal of Social Psychology*, 134, 665-676.
- Folkman, S. (1984). Personal Control and Stress and Coping Processes: A Theoretical Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Pallant, J.F. (2000). Development and Validation of a Scale to Measure Perceived Control of Internal States. *Journal of Personality Assessment*, 75, 308-338.
- Rosenbaum, M.(1980a). A Schedule for Assessing Self-control Behaviors: Preliminary findings. *Behavioral Therapy*, 11, 109-121.
- Rosenbaum, M. (1980b). Individual Differences in Self-control Behaviors and Tolerance of Painful Stimulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 89, 581-590.
- Rosenbaum, M. (1983). Learned Resourcefulness as a Behavioral Repertoire for the Self-regulation of Internal Events: Issues and Speculations. In M. Rosenbaum, C.M. Franks, & Y. Jaffe (Eds.). *Perspectives on Behavior Therapy in The Eighties* (pp. 54-73). New York: Springer.
- Rosenbaum, M. (1989). Self-control Under Stress: The Role of Learned Resourcefulness. *Advances in Behavioral Research and Therapy*, 2, 249-258.
- Rosenbaum, M. & Ben-Ari, K. (1985). Learned Helplessness and Learned Resourcefulness: Effects of Noncontingent Success and Failure on Individuals Differing in Self-control Skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 198-215.
- Rosenbaum, M. & Jaffe, Y. (1983). Learned Helplessness: The Role of Individual Differences in Learned Resourcefulness. *British Journal of Social Psychology*, 22, 215-225.
- Rosenbaum, M. & Palmon, N. (1984). Helplessness and Resourcefulness in Coping with Epilepsy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52, 244-253.
- Shaughnessy, J.J. & Zechmeister, E.B. (1997). *Research Methods in Psychology*. Boston: McGraw-Hill.
- Siva, A.N. (1991). Infertilitede Stresle Başetme, Öğrenilmiş Güçlülük ve Depresyonun İncelenmesi. Yayımlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Şahin, H. (1995). Yetiştirme Yurdunda Kalan ve Aileleriyle Yaşayan Liseli Gençlerin Stresle Başaçıkma Stratejileri. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Zeanah, C.H. (2000). Research Yields more Signs of RAD in Institutionalized Children. *Brown University Child & Adolescent Behavior Letter*, 16, 1-3.
- Zimmerman, B., & Martinez-Pons, M. (1988). Construct Validation of a Strategy Model of Student Self-regulated Learning. *Journal of Educational Psychology*, 80, 284-290.