

¹Hayallerime Güneş Doğuyor Projesinin Lise Öğrencilerinin Psikolojik İyi Olma Hâli ve Umutsuzluk Düzeylerine Etkisi

The Psychological Well-Being and Despair Levels on High School Students; The Project of The Sun is Breaking my Dreams

Ziya BAHADIR¹Zehra CERTEL²Ali ORHAN³

Başvuru Tarihi: 17.06.2016

Yayına Kabul Tarihi: 01.06.2017

DOI: 10.21764/efd.98627

Özet: Araştırmanın amacı Kayseri'nin Develi ilçesinde Develi Ayşe-Yahya-Fatma Kocatürk Kız Teknik ve Meslek Lisesine devam eden öğrencilere, Gençlik ve Spor Bakanlığı 2012 Yılı Gençlik Projeleri Destek Programı kapsamında yapılan "Hayallerime Güneş Doğuyor" projesinin öğrencilerin psikolojik iyi olma hali ve umutsuzluk düzeylerine etkisini incelemektir. Araştırma 165 kız öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma deneysel araştırma modelinde yapılmıştır. Araştırmada öntest-sontest tek deney gruplu desen yöntem olarak kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Ryff (1989a) tarafından geliştirilen ve geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Akın (2008) tarafından yapılan "Psikolojik İyi Olma Ölçekleri" ve Beck ve ark (1974) tarafından geliştirilen ve geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Seber ve ark (1993) tarafından yapılan "Beck Umutsuzluk Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, uygulanan projenin öğrencilerin psikolojik iyi olma hali durumunu ve umutsuzluk düzeylerini olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

Anahtar sözcükler: *Lise öğrencileri, psikolojik iyi olma, umutsuzluk, gençlik projeleri.*

Abstract: Aim of the study is to examine impact of the students psychological well-being and level of despair from Kayseri's Develi district Devel Ayse-Yahya-Fatma Kocatürk Girls Technical and Vocational High School students pursuing the Youth and Sports Ministry of the Year 2012 Youth Projects Support Program made under the "The Sun is Breaking into My Dreams" project. Research was conducted on 165 female students. One group pretest-posttest experimental design was used in the study. In the study, "Psychological Well-Being Scales" which developed by Ryff (1989) and it's validity and reliability studies made by Akın (2008) and "Beck Despair Scale " which developed by Beck ark. (1974) it's validity and reliability studies made by Seber and ark. (1993) is used as data collection tool. According to the research result, implementation of the project has been shown positive affect on students' psychological well-being status and despair levels.

Keywords: *High school students, psychological well-being, despair, youth projects.*

Giriş

Günümüzde sosyal, kültürel ve ekonomik koşulların yetersiz olması ve hızlı değişim göstermesi, insanın psiko-sosyal gelişiminde zor bir dönem olan ergenlik döneminin daha da zorlu yaşanmasına neden olmaktadır. Yaşanan sosyal ve ekonomik sorunlar, eğitimde karşılaşılan güçlükler ve üniversiteye giriş ergenlerin yaşamdaki zorluklarla mücadele etme gücünü, psikolojik gelişimlerini ve ruh sağlıklarını olumsuz yönde etkilemekte ve umutsuzluklarını arttırarak iyi bir yaşam sürmelerini engellemektedir.

"İyi yaşam nedir?" sorusu Aristoteles'den itibaren birçok öncü filozof ve kuramcı tarafından dile getirilmiştir. Bu soru Aristoteles de olduğu üzere insanoğlunun her şeyden çok istediği şey ve tüm çabalarının amacı mutluluk; genel olarak kişinin kendisi için "iyi" olanı gerçekleştirilmesi, "iyi olması" olarak tanımlanmıştır (Gökberk, 1985; Csikszentmihalyi, 2005). Dünya Sağlık Örgütü tarafından 1940'lardan önce iyi/sağlıklı olmak, "herhangi bir hastalık belirtisine sahip olmamak" olarak tanımlanırken, 1947'de "yalnız

¹ Doç. Dr. Erciyes Üniversitesi, BESYO, KAYSERİ, ziyabahadir40@hotmail.com

²Yrd. Doç. Dr. Akdeniz Üniversitesi, BESYO, ANTALYA, zcertel@akdeniz.edu.tr

³Kültür ve Sosyal İşler Müd.V., Develi Belediyesi, KAYSERİ, aliorhan38@hotmail.com

hastalık ve sakatlığın olmaması durumu” olarak değil, “kişinin fiziksel, ruhsal ve sosyal olarak tam anlamıyla sağlıklı/tam bir iyi olma hali” olarak yeniden tanımlanmıştır (Eryılmaz, 2013). Ryff ve Keyes (1995) psikolojik iyi oluş kavramının, bireyin yaşamını devam ettirirken potansiyelinin ve yaşamındaki amaçların farkında olup olmadığı, çevresindekilerle ilişkilerinde kaliteli bir yaşam sürdürüp sürdürmediği ile ilgili olduğunu belirtmektedirler.

Psikolojik iyi olma yapısını daha geniş bağlamda ele almak ve netleştirmek için Ryff, psikolojik iyi olma literatürünü sentezlemiş ve özgün bir model geliştirmiştir. Bu modelin temelinde Maslow’un kendini gerçekleştirme, Rogers’ın tam işlevsel birey, Jung’un bireyselleşme, Allport’un olgunlaşma, Erikson’un psikososyal gelişim, Buhler’in temel yaşam eğilimleri, Neugarten’in kişiliğin yönetici süreçleri ve Jahoda’nın psikolojik sağlık teorileri bulunmaktadır (Ryff ve Singer, 1996).

Ryff (1989)’ın önerdiği çok boyutlu psikolojik iyi olma modeli altı boyut içermekte ve boyutları şu şekilde tanımlanmaktadır: *Diğerleriyle Olumlu İlişkiler*: Olumlu, başkalarıyla açık ve güvenilir ilişkiler kurma ve güçlü empati ve sevgi duygularıdır. *Otonomi (Özerklik)*: Kendi kararlarını verme, özgürlük, iç denetim odağı, bireyselleşme ve davranışın içsel düzenlemesidir. *Çevre Hâkimiyeti*: Bireyin kişisel, ruhsal koşullarına uygun bir çevre yaratma veya seçme becerisidir. *Bireysel Gelişim*: Bireyin kendisi olarak gelişmesi ve büyümesi için var olan potansiyellerini geliştirme becerisidir. Kişisel gelişim, kişi olarak gelişmeye devam etme becerisidir. *Yaşam Amacı*: Yaşamın amacı yaşamda bir yön ve amaçlılık duygusuna sahip olmaktır. Yaşamın amacının bireysellik ve özgürlükle yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. *Kendini Kabul*: Olumlu psikolojik işlevin önemli bir özelliği olarak kendini kabul, kişinin kendine ait olumlu tutumlar takınmasıdır. Kendini kabul, kişinin kendine karşı olumlu bir tutuma sahip olması anlamına gelmektedir (Ryff, 1989a, 1989b; Ryff ve Keyes, 1995). Görüldüğü gibi Ryff (1989a, 1989b), psikolojik iyi olma halini olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım ve yaşam doyumunun basit bir birleşimi olmaktan çok, yaşam tutumlarından oluşan çok boyutlu bir yapı olarak görmektedir.

Psikolojik iyi olma hali ile ilişkili olabilecek farklı değişkenler üzerinde birçok çalışmanın yapıldığı görülmektedir. Aile yaşamından doyum sağlama, yaşam standardı ve fiziksel sağlık (Campbell, Converse ve Rodgers, 1976), ırksal kimlik (Martinez ve Dukes, 1997), yeterli kazanç (Braun, 1977), evlilik (Andrews ve Withey, 1976), aşk (Anderson, 1977), eğitim (Campbell, 1981), öz saygı (Betton, 2001; Pelham ve Swann, 1989; Taylor ve Brown, 1988) ve sosyal destek (Turner ve Noh, 1983; Doğan, 2008) psikolojik iyi olma ile pozitif ilişkili olan değişkenlerden bazılarıdır.

Araştırmanın diğer bir konusu olan umutsuzluk ise psikolojik iyi olma halini olumsuz yönde etkileyen bir durumdur. Umutsuzluk 1986 yılında Kuzey Amerika Hemşirelik Tanılama Derneği (North America Nursing Diagnosis Association-NANDA) tarafından da bir hemşirelik tanısı olarak onaylanmış ve ‘bireyin sınırlı ya da hiç alternatif göremediği veya kişisel seçenekler bulamadığı ve kendi yararı için enerji sarf edemediği bir durum’ olarak tanımlanmıştır (Biol, 1997; Öz, 2004). Umutsuzluk geleceğe ilişkin negatif beklenti, bir başka deyişle kötümserlik olarak tanımlanmaktadır (Kashani ve ark, 1989). Bireyin kendi geleceğine ve

dünyaya yönelik olumsuz algıları umutsuzluğun ortaya çıkmasını sağlayan en önemli faktör olarak görülmektedir.

Öz (2004) insan yaşamı için önemli olan umudu anlık zorluklarla baş edebilme ve kederi üstünden atabilmede insana güç veren iyileştirici bir etken olarak tanımlamaktadır. Çocuklarda umutsuzluk puanının yüksek olmasının her türlü psikopatoloji riskini artırdığı bildirilmiştir (Kashani ve ark., 1989). Yine umutsuzluk yaşayan kişilerin yarısından çoğunda umutsuzluğun süreklilik gösterdiğini belirten çalışmalar bulunmaktadır (Haatinen ve ark., 2003). Ergenlik döneminde bireyin başatmak zorunda kaldığı biyopsikososyal değişimler artmaktadır. Bütün bu değişiklikler birey olarak ergeni hem kendi hem de çevresiyle ilgili yeni bilişsel bütünlükler kurmaya zorlar. Ergenlerin eğitim ve öğretimlerinde karşılaştığı güçlükler, gelecek kaygısı ve yoksulluk gibi etkenlerde eklenince ergenlerdeki psikolojik iyi olma durumu azalmakta ve umutsuzluk düzeyi daha da artmaktadır. Bu durumla baş etmede bazı ergenler diğerleri kadar başarılı olamayabilir ve bir takım ruh sağlığı sorunları ortaya çıkabilir. Bu olumsuzlukları biraz olsun giderebilmek için Gençlik ve Spor Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı ile koordineli bir şekilde çalışarak eğitim kurumlarında çocuklara ve gençlere birçok proje uygulamaktadır. Bu projelerin öğrencilere birçok katkıları olmaktadır. Projeler aracılığıyla öğrencilerin özellikle sosyal ve duygusal yönden gelişmeleri amaçlanmaktadır. Psiko-sosyal yönden öğrencilerin gelişim göstermesi adına bu projeler değer taşımaktadır. Bu bağlamda “Hayallerime Güneş Doğuyor Projesi” ile Kayseri’nin Develi ilçesinin kırsalında ve ilçe merkezinde yaşayan, maddi imkânsızlık ve bilinçsiz ebeveynlerden dolayı sosyal uyumsuzluk yaşadığı düşünülen, kültür-sanat ve spor aktivitelerinden uzak kalan 14-19 yaş arası genç kızların kültür-sanat, sosyal uyum ve spor aktiviteleri ile kişisel ve sosyal gelişimlerinin desteklenmesi, potansiyellerini gerçekleştirebilmelerine imkân sağlanması; dolayısıyla sosyal hayatın her alanına etkin katılımlarını artırmak amaçlanmıştır.

Alan yazın taramasında psikolojik iyi olma (Seyhan, 2014; Sarıcaoğlu, 2011; Doğan, 2008; Ziskis, 2010; Yeşiltepe ve Çelik, 2014; Tanhan, 2007; Sarıcaoğlu ve Arslan, 2013; Ceyhan, 2004; Braun, 1977; Campbell, 1981; Martines ve Diskes, 1997; Cenkseven, 2004; Göcen, 2013; Gürel, 2009; Tagay, Çakar ve Ünüvar, 2016) ve umutsuzluk (Çam Çelikel ve Erkorkmaz, 2008; Tümkaya, 2005; Şahin, 2009; Dereli ve Kabataş, 2009; Tokuç ve ark., 2009; Erol ve ark, 2014; Haatainen ve ark, 2003; Kızıltoprak, 2006; Kuloğlu, 2001; Özmen ve ark, 2008; Şahin, 2009; Vural Batik, 2012; Tümkaya ve Ark, 2011; Çakar ve Karataş, 2012) üzerine yapılmış birçok çalışmaya rastlanmıştır. Ancak uygulanan bir projenin öğrencinin psikolojik iyi olma ve umutsuzluk düzeyi üzerine etkilerini araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda araştırmanın amacı, Kayseri’nin Develi ilçesindeki Develi Ayşe-Yahya-Fatma Kocatürk Kız Teknik ve Meslek Lisesi’ne devam eden öğrencilere, Gençlik ve Spor Bakanlığı 2012 Yılı Gençlik Projeleri Destek Programı kapsamında yapılan “Hayallerime Güneş Doğuyor” projesinin öğrencilerin psikolojik iyi olma hali ve umutsuzluk düzeylerine etkisini incelemektir. Psikolojik iyi olma hali ve umutsuzluk düzeyi ile ilgili araştırmanın deneysel bir araştırma olması nedeniyle alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Araştırma modeli

Bu araştırmada “Hayallerime Güneş Doğuyor” projesinin öğrencilerin psikolojik iyi olma hali ve umutsuzluk düzeylerine etkisini incelemek için deneysel araştırma modellerinden öntest-sontest tek deney gruplu desen yöntemi kullanılmıştır. Proje okuldaki tüm sınıflara uygulandığı için kontrol grubu alınamamıştır.

Evren ve örneklem

Kayseri'nin Develi ilçesindeki Develi Ayşe-Yahya-Fatma Kocatürk Kız Teknik ve Meslek Lisesi'nin 1, 2, 3 ve 4. sınıflarında ilçe merkezinden okula gelen 310 öğrenci bulunmaktadır. Ayrıca çevre köylerden taşınmalı olarak okula devam eden 130 kız öğrenci bulunmaktadır. Proje, tüm okula devam eden 440 kız öğrenciye uygulanmıştır. Araştırma evrenini 14-19 yaş arası 440 kız öğrenci, araştırma örneklemini ise bu evrenden basit yansız örnekleme yöntemiyle seçilen 165 kız öğrenci oluşturmaktadır. Öğrenciler, başarı durumlarını 15 (%9.1)'i zayıf, 46 (%27.9)'ı orta, 91 (%55.2)'i iyi ve 13(%7.9)'u da çok iyi olarak algılamaktadırlar. Aile gelir düzeylerini ise 29(17.6)'u düşük, 130 (%78.8)'i orta, 6(%3.6)'sı ise yüksek düzey olarak belirtmişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak “Psikolojik İyi Olma Ölçekleri” ve “Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)” kullanılmıştır.

Psikolojik iyi olma ölçekleri (PİÖÖ)

Ryff (1989) tarafından geliştirilen “Psikolojik İyi Olma Ölçekleri” (Scales of Psychological Well-Being) altı ölçeğin kombinasyonundan oluşmaktadır. Ölçek 6'lı Likert türünde olup her bir boyutta 14 madde olmak üzere toplam 84 maddeden oluşmaktadır. (Ryff, 1989a). Türkçe formların güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Akın (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. PİÖÖ'nün Türkçe ve orijinal form puanları arasındaki korelasyonlar, özerklik alt ölçeği için .94, çevresel hakimiyet için .97, bireysel gelişim için .97, diğerleriyle olumlu ilişkiler için .96, yaşam amaçları için .96 ve öz-kabul için .95 olarak bulunmuştur. Açıklayıcı faktör analizinde toplam varyansın % 68'inin açıklandığı ve maddelerin 6 faktörde toplandığı görülmüştür. Faktör yükleri .30 ile .94 arasında sıralanmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA=.072, NFI=.97, CFI=.98, GFI=.93 ve SRMR=.062 olarak bulunmuştur. PİÖÖ'nün iç tutarlılık güvenilirlik katsayılarının .87 ile .96, test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının ise .78 ile .97 arasında değiştiği görülmüştür. Bu araştırmada PİÖÖ'nün öntestin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .88, sontestin ise .90 olarak bulunmuştur. Altı dereceli Likert tipi hazırlanan bu ölçekten alınabilecek en yüksek puan 504, en düşük puan ise 84'tür. Yüksek puanlar, yüksek düzeyde psikolojik iyi olmayı göstermektedir. Alt ölçeklerle ilgili puanlar toplam alt ölçek puan madde sayısına bölünerek elde edilmektedir.

Beck umutsuzluk ölçeği (BUÖ)

Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ), Beck ve ark. (1974) tarafından geliştirilmiştir. Ülkemizde geçerlik ve güvenilirlik çalışması Seber ve ark. (1993) tarafından yapılmış olup bireyin geleceğe yönelik olumsuz beklentilerini belirlemek amacıyla kullanılmaktadır. Ergen ve yetişkinlere grup olarak uygulanabilir. Zaman sınırlaması yoktur. 20 maddeden oluşan, 0-1 arası puanlanan bir ölçektir. Cevaplar soru formu üzerinde işaretlenir. Maddelerin 11 tanesinde “evet” seçeneği, 9 tanesinde ise “hayır” seçeneği 1 puan alır. Puan aralığı 0-20’dir. Alınan puanlar yüksek olduğunda, bireydeki umutsuzluğun yüksek olduğu varsayılır. Bu araştırmada BUÖ’nün öntest iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .82, sontestin ise .73 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması

Araştırma örneklemindeki öğrencilere proje başlamadan “Psikolojik İyi Olma Ölçekleri (PİÖÖ)” ve “Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)” öntest olarak uygulanmıştır. Testte öğrencilere ölçeklerine adlarını-soyadlarını ve doğum tarihlerini yazmaları istenmiştir. Öğrenciler Gençlik ve Spor Bakanlığı 2012 Yılı Gençlik Projeleri Destek Programı kapsamındaki Hayallerime Güneş Doğuyor projesine 10 ay boyunca (31/08/2012 - 30/06/2013) devam etmişlerdir. Proje bitiminde aynı gruba aynı ölçekler sontest olarak tekrar uygulanmıştır.

Süreç

Develi Ayşe-Yahya-Fatma Kocatürk Kız Teknik ve Meslek Lisesinde okuyan 440 öğrencinin proje hakkında bilgi sahibi olması için proje hakkında bilgilendirme semineri 20.09.2012 tarihinde yapılmıştır. Projemizin amaçlarına ve daha geniş kitleye ulaşmasını sağlamada öğrencilerin etkin katılımlarının sağlanması kapsamında yapılmıştır. Bilgilendirme okul bahçesinde proje yürütücülerin katılımı ile gerçekleştirilmiştir.

Bu süreçte; öğrenciler erken yaşta evlilik sorunu, anne-kız eğitimi, kişisel bakım eğitimi, akran zorbalığı eğitimi, fotoğraf ve müzik eğitimi, halk oyunları ve tiyatro eğitimi, kayak ve snowboard eğitimi ile üniversite, kültür merkezi, müze, AVM, tarihi yerler, kadın sığınma evi, huzurevi, hastane ve KASKİ basketbol takımı ziyaretleri yanı sıra Çanakkale gezisi gerçekleştirilmiştir.

1. *Kültür-Sanat Etkinlikleri:* Uygulanan anketler sonucu ilgisi olan 31 öğrenci okul korosunda; 27 kişi okul halk oyunları ekibi faaliyetlerinde haftada 10 saat toplamda 320 saat eğitim almışlardır. İlgili 25 öğrenci okul tiyatro ekibi faaliyetinden yararlanmış, 280 saat eğitim almış ve dönem sonu oyun sergilemişlerdir. İlgili 20 öğrenci fotoğrafçılık kursuna katılmış ve 120 saat eğitim almıştır. 27-28 Nisan 2013 günü Çanakkale gezisi düzenlenmiş ve tüm öğrenciler katılmıştır. Ayrıca faaliyetler kapsamında üniversite, kültür merkezi, AVM ve ilçedeki tarihi yerlere geziler yapılmış, yerel gazetelerde şiir, makale ve köşe yazarlığı, yerel radyolarda sunuculuk yapılması gibi faaliyetlere katılmışlardır.
2. *Sosyal Uyum Faaliyeti:* Öğrenciler sosyal uyum faaliyetleri kapsamında, “kişisel bakım, gıda ve obezite, diş sağlığı, üreme sağlığı” seminerlerine katılmışlardır. Akran zorbalığının engellenmesi ve

şiddet konularında öğrenciler velileriyle birlikte seminerlere katılmışlardır. Ayrıca öğrenciler erken yaşta evlilik ve cinsellik konularında bilinçlendirilme ve erken evlilikte anne-kız eğitimi ile ilgili konularda seminerlere katılmışla, huzur evi ve hastane ziyareti gerçekleştirmişlerdir.

3. *Spor Faaliyetleri:* Proje kapsamında gençler, Kadın Basketbol 1. Lig takımlarından Kayseri ilinde bulunan FİBA Eurocup tarihinde iki defa üst üste final oynayan tek takımı olan Avrupa ikincisi KASKİ kadın Basketbol Takımı antrenmanlarına götürülmüş ve sporcularla iletişim kurulması, söyleşi yapılması sağlanmıştır. Bunun yanında spor faaliyetleri kapsamında 50 kız öğrenciye 20 saat kayak ve snowboard dersi verilmiştir.
4. *Tanıtım Amaçlı Medya Faaliyetleri:* Bu faaliyet kapsamında, projenin genel çerçevesinde yapılan işler hakkında kamuoyunun ve paydaşların bilgilendirilmesine dönük ilanlar verilip, basın bültenleri yapılmıştır, ayrıca proje web sayfası oluşturulmuştur. Projemiz ile ilgili her türlü bilgi ve fotoğraflar paylaşılmıştır.

Gençlerin günün her saatinde hayallerini yazabilecekleri ve hayallerine ulaşmalarına imkan tanımak ve bu defterden ilham alınarak yapılacak faaliyetlere yön vermek amacıyla hayal defteri oluşturulmuştur. Bu deftere gençler, istek ve temennileri doğrultusunda hayallerini yazmışlardır. Oluşturulan hayal defteri proje bitiminden sonra, okul yönetiminin okul bünyesinde yapacağı faaliyetlerin oluşturulmasına da katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Verilerin Analizi ve Değerlendirilmesi

Araştırmada öğrencilerin öntest ve sontestten aldıkları puan ortalamalarının karşılaştırılmasında normal dağılım ve homojenlik koşullarının yerine gelip gelmediğini test etmek amacıyla Kolmogorow Smirnow testi yapılmıştır. Psikolojik iyi olma ölçeklerinin normal dağılım gösterdiği (KSöntest=.759, $p=612$; $p>.05$, KSSontest=.978, $p=.294$; $p>.05$), umutsuzluk ölçeği verilerinin ise normal dağılım göstermediği görülmüştür (KSöntest=1.961, $p=.001$; $p<.05$, KSSontest=2.570, $p=.000$; $p<.05$). Normal dağılım ve homojenlik koşulları yerine getiren verilerde parametrik testlerden ilişkili örneklem için t-testi (paired Samples t-testi), normal dağılım koşulunu yerine getirmeyen verilerde ise Wilcoxon testi kullanılmıştır.

Bulgular

Öğrencilerin Psikolojik iyi Olma Hali ölçeklerine ait öntest-sontest puan ortalamalarının karşılaştırılması Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1.Öğrencilerin Psikolojik İyilik Hali Ölçeklerine Ait Öntest-Sontest Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları

PİÖÖ	Ölçüm	N	\bar{X}	ss	t	p
Bireysel Gelişim	Öntest	165	4.47	.59		
	Sontest	165	4.72	.61	-4.601*	.000
Diğerleriyle	Öntest	165	4.63	.73		
	Sontest	165	4.75	.78	-1.824	.070
Olumlu ilişkiler	Öntest	165	4.10	.63		
	Sontest	165	4.34	.69	-3.970*	.000
Öz-kabul	Öntest	165	3.87	.58		
	Sontest	165	3.70	.55	3.157*	.002
Özerklik	Öntest	165	4.44	.69		
	Sontest	165	4.54	.69	-1.581	.116
Yaşam amaçları	Öntest	165	4.14	.64		
	Sontest	165	4.15	.64	-1.00	.319
Çevresel Hakimiyet	Öntest	165	4.27	.47		
	Sontest	165	4.36	.44	-2.766*	.006

*P<.05

Tablo 1 incelendiğinde, kız öğrencilerin bireysel gelişim, öz-kabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, çevresel gelişim ve PİÖÖ ölçeği toplamında sontest puan ortalamalarının öntest puan ortalamalarına göre yüksek olduğu gözlenmiştir. PİÖÖ'nin bireysel gelişim ($t=-4.601$, $p=.000$; $p<.05$), öz-kabul ($t=-3.907$, $p=.000$; $p<.05$) boyutlarında ve PİÖÖ toplamında ($t=-2.766$, $p=.006$; $p<.05$) öntest ile sontest puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve çevresel gelişim boyutlarında ise istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır. Özerklik boyutunda ise diğer boyutların aksine sontest puan ortalamaları öntest puan ortalamalarına göre istatistiksel olarak düşük bulunmuştur ($t=3.157$, $p=.002$; $p<.05$). Kız öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeğine (BUÖ) ait öntest-sontest puan ortalamalarının karşılaştırılması tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğine (BUÖ) Ait Öntest-Sontest Ortalama Puanların Wilcoxon Testi Sonuçları

Ölçek	Ölçüm	n	\bar{X}	ss	Z	p
BUÖ	Öntest	165	4.90	3.79		
	Sontest	165	3.47	2.65	-4.903*	.000

*p<.05

Tablo 2 incelendiğinde, öğrencilerin BUÖ öntest ortalama puanı 4.90 ± 3.79 , öğrencilerin BUÖ sontest ortalama puanı 3.47 ± 2.65 olarak saptanmıştır. 10 ay boyunca “Hayallerime Güneş Doğuyor” projesine katılan kız öğrencilerin BUÖ öntest-sontest puan ortalamaları karşılaştırılmış ve son-test puan ortalamaları öntest puan ortalamalarına göre istatistiksel açıdan anlamlı olarak düşük bulunmuştur ($t=-4.903$, $p=.000$; $p<.05$). Bu bulguya göre proje uygulamasının kız öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin azalmasında etkili olduğu söylenebilir.

Tartışma ve Sonuç

Kayseri'nin Develi ilçesinde Develi Ayşe-Yahya-Fatma Kocatürk Kız Teknik ve Meslek Lisesinin 1, 2, 3 ve 4. Sınıfına devam eden öğrencilerine, Gençlik ve Spor Bakanlığı 2012 Yılı Gençlik Projeleri Destek Programı kapsamında yapılan ve 10 ay süren “Hayallerime Güneş Doğuyor “ projesinin öğrencilerin psikolojik iyi olma hali ve umutsuzluk düzeylerine etkisine yönelik yapılan çalışmada aşağıda verilen sonuçlara ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan kız öğrencilerinin yapılan proje sonrası bireysel gelişim, öz-kabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, çevresel gelişim ve PİÖÖ ölçeği toplamında psikolojik iyi olma halinde olumlu değişimler kazandığı görülmüştür. Bireysel gelişim boyutu bireyin potansiyellerine ulaşması, onları tam olarak kullanabilmesi ve kendini geliştirmesini değerlendiren maddeler içermektedir. Yapılan projenin öğrencilerin potansiyellerini geliştirdiği ve kullanmasına olanak sağladığı söylenebilir. Öz-kabul ise bireyin kendine yönelik pozitif tutumlara sahip olması, geçmiş ve şimdiki durumları hakkında olumlu şeyler düşünmesi ve olumlu-olumsuz tüm özelliklerini kabul etmesiyle ilişkilidir. Projede yapılan etkinliklerle gençlerin yeteneklerini ispat edebilecekleri eğitim ve öğrenme ortamı düzenlenerek öğrencinin kendisini tanıması ve kabul etmesinin sağlandığı söylenebilir.

Araştırmada çevresel hâkimiyet, diğerleriyle olumlu ilişkiler ve yaşam amaçları boyutlarında öğrencilerin olumlu gelişimleri olmuş ancak bu istatistiksel açıdan anlamlı değildir. Çevresel hakimiyet, bireyin çevresini düzenleme ve psikolojik ve fiziksel ihtiyaçlarını giderebilmek için kendisini çevreye veya çevreyi kendisine uydurabilme becerisini değerlendirmektedir. Diğerleriyle olumlu ilişkiler, bireyin diğer bireylerle samimi ve güvene dayalı kişiler arası ilişkiler geliştirmesi, onlara karşı empatik ve şefkatli davranması ve diğer bireylere yönelik sorumluluğunun bilincinde olmasıyla ilişkili maddeler içermektedir. Yaşam amaçları ise bireyin geçmiş ve şimdiki yaşamının bir anlamı ve amacı olduğuna inanmasını, geçmişinin ve mevcut

konumunun anlamlı olduğunu hissetmesini ve amaçlarına ulaşmak için aktif biçimde eylemde bulunarak kendini yönetmesini değerlendirmektedir. Araştırma bulgularına göre, yapılan projenin çevresel hakimiyet, diğerleriyle olumlu ilişkiler ve yaşam amaçlarına olumlu etkilediği görülmüştür.

Araştırmanın dikkat çekici bir bulgusu, öğrencilerin özerklik puan ortalamalarının düşmesidir. Özerklik boyutu bireyin kendini sosyal geleneklere uygun düşünme ve davranma zorunluluğu olmadığını hissetmesine, kararlarını başkalarına bağımlı kalmadan ve onların onayına ihtiyaç duymadan kendi içsel mekanizmaları aracılığıyla verebilmesine, kendi davranışlarını düzenlemesine ve sosyal yapıya bağımlı olmadan yaşayabilmesine yönelik maddeler içermektedir. Ancak projenin öğrencinin özgürce kararları kendisinin vermesini, içsel bir davranış göstermesini engellediği söylenebilir. Bunun nedeninin tüm etkinliklerin planlanması ve uygulanması ile kararların proje sahipleri ve ortakları tarafından verilmesi ve öğrencinin etkinliklerle ilgili olarak kararlarının sorulmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu durumun giderilmesinde, proje katılan öğrencilerden bir komisyon oluşturularak ya da önceden bir anket yoluyla yapılmak istenen etkinliklerin öğrencilere sorulup saptanması ve bu bağlamda onların proje etkinliklerini planlamada ve uygulamada söz sahibi olması projenin etkililiği yönünden önemli görülmektedir.

Araştırmaya katılan kız öğrencilerin proje sonrası umutsuzluk düzeyi istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azalmıştır. Erol ve ark. (2014) katılımcılara verilen bir sosyal faaliyet sonrası; Kuloğlu (2001) bilgi verici psikolojik danışma programı ve didaktik bilgi verme programı sonrası; Vural Batık (2012) psikolojik destek programı sonrası; Ergüner-Tekinalp ve Akkök (2004) ise başa çıkma becerileri programı sonrası umutsuzluk seviyelerinin anlamlı derecede düştüğünü tespit etmişlerdir. Araştırmamız bu araştırmaların sonuçları ile paralellik göstermektedir. Kızıltoprak (2006)'ın yaptığı çalışmada ise katılımcılara verilen psiko-eğitimin umutsuzluk seviyesi üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Deveci ve ark., (2011) mesleki eğitimi öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada öğrencilerin umutsuzluk düzeyi ortalama puanının düşük olduğunu saptamıştır. Yapılan çalışmalarda birçok gencin ülkemizde yaşanan sorunlar konusunda hayli karamsar ve mutsuz olduğu bulunmuştur (Kazgan, 2006). Hatun ve ark., (2003) ve Özmen ve ark. (2008) yaptıkları araştırmalarda toplumda yoksulluktan en çok etkilenen grubun çocuklar olduğunu, yoksulluğun onların bedensel gelişimlerini ve sağlıklarını olumsuz etkilemesinin yanı sıra, psiko-sosyal sorunlara yol açtığını ve zihinsel gelişmeyi olumsuz etkilediğini bildirmiştir. Öğrencilerin proje boyunca kültür-sanat, sosyal uyum ve spor etkinliklerine katılmaları umutsuzluk düzeylerini azalttığı söylenebilir.

Sonuç olarak Kayseri'nin Develi ilçesinde Develi Ayşe-Yahya-Fatma Kocatürk Kız Teknik ve Meslek Lisesine devam eden öğrencilere, yapılan "Hayallerime Güneş Doğuyor" projesinin öğrencilerin psikolojik iyi olma hali durumunu olumlu yönde etkilediği ve umutsuzluk düzeylerini azalttığı görülmüştür. Proje verimliliğini artırabilmek için proje uygulanan bölgeye has umutsuzluk yaratan sosyal olayların çözümlenmesine yönelik çabaların sarfedilmesi ve öğrencilere olumsuzluklarla başetme stratejileri becerileri kazandırabilecek etkinliklere yer verilmesi gerekmektedir. Öğrencilerle işbirliği içinde öğrenciyi merkeze

olarak yapılacak olan etkinlikler öğrencinin projeye katılım motivasyonunu artıracakı düşünölmektedir. Proje planlanırken öğrencilerin kararlarına yer verilmeli ve projenin amacına ulaşması için uygulatıcılar tarafından daha etkin denetleme yapılmalıdır. Ayrıca eğitim kurumlarında proje uygulamaları yaygınlaştırılmalıdır. Proje bitiminde kazanımların değerlendirmesine yönelik çalışmaların yapılması ve bilimsel olarak ortaya konması önem taşımaktadır.

Kaynaklar

- Akın, A. (2008). Psikolojik iyi olma ölçekleri (PİÖÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8 (3) Eylül, 721-750.
- Anderson, M. R. (1977). *A study of the relationship between life satisfaction and selfconcept, locus of control, satisfaction with primary relationships, and work satisfaction*. Unpublished Doctoral Dissertation, Michigan State University, USA.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being: america's perception of life quality*. New York: Plenum Press.
- Beck A.T., Weissman A., Lester D. & Trexler L. (1974). The measurement of pessimism: the pelessness scale. *J Consul Clin Psychol*;42(6):861-5.
- Betton, A. (2001). *Psychological well-being: a comparison of correlates among minority and non-minority female college students*. Unpublished Master Thesis, The Ohio State University, USA.
- Biröl, L. (1997). *Hemşirelik süreci, hemşirelik bakımında sistematik yaklaşım*. (3. Baskı). İzmir, Etki Matbaacılık.
- Braun, P. M. W. (1977). *Psychological well-being and location in the social structure*. Unpublished Doctoral Dissertation, University Of Southern California, USA.
- Cam Çelikel, F. & Erkorkmaz, U. (2008). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkili etmenler. *Archives Of Neuropsychiatry/Noropsikiatri Arşivi*, 45(4).
- Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in america: recent patterns and trends*. New York: McGraw-Hill.
- Campbell, A., Converse, P. & Rodgers, W. (1976). *The quality of american life*. New York: Russell Sage Foundation.
- Cenkseven, F. (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Ceyhan A. A. (2004). Ortaöğretim alan öğretmenliği tezsiz yüksek lisans programına devam eden öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi, *Sosyal Bilimler Dergisi* 2004/1.
- Csikzentmihalyi, M., (2005). *Akış -mutluluk bilimi-*, Çev.Semra Kunt Akbaş, HYB Yayıncılık, Ankara.
- Çam Çelikel F. ve Erkorkmaz Ü. (2008), Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkili etmenler. *Archives of Neuropsychiatry / Nöröpsikiatri Arşivi*. 2008, Vol. 45 Issue 4, P122-129. 8p.

- Çakar, F. S., & Karataş, Z. (2012). Ergenlerin benlik saygısı, algıladıkları sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri: bir yapısal eşitlik modeli çalışması. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 12(4), 2397-2412.
- Dereli F. Ve Kabataş S. (2009), Sağlık yüksek okulu son sınıf öğrencilerinin iş bulma endişeleri ve umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi, *Yeni Tıp Dergisi*, 26: 31-36.
- Deveci, S, E. Ulutaşdemir, N, Açık, Y. (2011). Bir mesleki eğitim merkezi öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ve etkileyen faktörler. *Dicle Tıp Dergisi*, 38 (3): 312-317.
- Doğan, T. (2008). Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve iyilik hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 30-44.
- Ergüner-Tekinalp, B. Ve Akkök, F. (2004). The effects of a coping skills training program on the coping skills, hopelessness, and stress levels of mothers of children with autism. *International Journal For The Advancement Of Counselling*, 3(26), 257- 268.
- Erol, S., Kaymaz, M. Ve Balcı, M. (2014). Bir huzurevinde uygulanan bitki yetiştirme programının bireylerin umutsuzluk ve yalnızlık düzeylerine etkisi, *17. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi*, Edirne.
- Eryılmaz, A. (2013). Pozitif psikolojinin psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında gelişimsel ve önleyici hizmetler bağlamında kullanılması, *The Journal Of Happiness & Well-Being*, 1(1),1-21.
- Göcen, G. (2013). Pozitif psikoloji düzleminde psikolojik iyi olma ve dini yönelim ilişkisi: yetişkinler üzerine bir araştırma, *Toplum Bilimleri • Ocak - Haziran • 7 (13) : 97-130*.
- Gökberk, M. (1985). *Felsefe tarihi*, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Gürel, N. A. (2009). *Effects of thinking styles and gender on psychological well-being*. (Yüksek Lisans Tezi, ODTÜ, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara). Haatainen, K.M., Tanskanen A., Kylma J., Et Al. (2003). Stable hopelessness and its predictors in a general population: a 2-year follow-up study. *Suicide Life-Threat Behav*, 33(4):373-80.
- Hatun, Ş., Etiler, N. ve Gönüllü, E. (2003). Yoksulluk ve çocuklar üzerine etkileri. *Çocuk Sağlığı Ve Hastalıkları Dergisi*, 46: 251-260.
- Kashani, J.H., Reid, J.C. & Rosenberg, T.K. (1989). Levels of hopelessness in children and adolescents: A developmental perspective. *J Consult Clin Psychol* 57(4):496-9.
- Kazgan, G. (2006). *İstanbul gençliği: gençlik değerleri araştırması*. İstanbul, İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Kızıltoprak, S. (2006). *Şizofrenik hasta ailelerinde yapılan ruhsal eğitim gruplarının ailelerin umutsuzluk düzeylerine etkisi*. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Kuloğlu, N. (2001). *Bilgi verici psikolojik danışma ve didaktik bilgi verme programlarının down sendromlu bebeği olan anne babaların umutsuzluk, gereksinim, ve eş ilişkisi düzeylerine etkisi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Martinez, R., & Dukes, R. (1997). The effects of ethnic identity, ethnicity, and gender on adolescent well-being. *Journal Of Youth And Adolescence*, 26(5), 503-516.

- Öz, F. (2004). *Sağlık alanında temel kavramlar*. Ankara, İmaj, S.229-275.
- Özmen, D., Erbay Dünder, P., Çetinkaya, A. Ç., Taşkın, O. ve Özmen, E. (2008). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve umutsuzluk düzeyini etkileyen etkenler, *Anatolian Journal of Psychiatry*, 2008; 9:8-15.
- Özmen, D. Erbat Dünder, P. ve Çetinkaya, A. Ç. (2008). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve umutsuzluk düzeyini etkileyen etkenler, *Anatolian Journal Of Psychiatry*, 9:8-15.
- Pelham, B. W., & Swann, W. B., Jr. (1989). From self-conceptions to self-worth: on the sources and structure of global self-esteem. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 57, 672-680.
- Ryff, C.D. (1989a). Happiness is everything, or is it? explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality And Social Psychology*, 57, 6, 1069-1081.
- Ryff, C.D. (1989b). Beyond ponce de leon and life satisfaction: new directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 1, 35-55.
- Ryff, C.D., Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 69, 4, 719- 727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy And Psychosomatics*, 65, 14-23.
- Sarıcaoğlu, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi*. (Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Sarıcaoğlu, H. Arslan, C. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi, *Educational Sciences: Theory & Practice* - 13(4) 2087-2104.
- Seber, G., Dilbaz, N., Kaptanoğlu, C. & Tekin, D. (1993). Umutsuzluk ölçeği: geçerlilik ve güvenilirlik. *Kriz Dergisi*, 1(3):139-42.
- Seyhan, B. Y. (2014). Üniversite öğrencilerin tanrı tasavvuru ve psikolojik iyi olma hali arasındaki ilişkiler. *Sivas Cum. Üniv. İlh. Fak. Dergisi*, 18(1).
- Sezer, F. (2013). Psikolojik iyi olma durumu üzerine etkili faktörler. *NWSA*, 8(4), s.489-504.
- Şahin, C. (2009), Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri, *Selçuk Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 27, Sayfa 271 -286.
- Tagay, Ö., Savi-Çakar, F. & Ünüvar, P. (2016). Üniversite öğrencilerinin temas engelleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, (JRET)*, 5 (31), 276-281.
- Tanhan, F. (2007). *Ölüm kaygısıyla baş etme eğitiminin ölüm kaygısı ve psikolojik iyi olma düzeyine etkisi*. (Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara).
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: a social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
- Tokuç, B., Evren H. Ve Ekuclu G. (2009). Edirne ve hayrabolu mesleki eğitim merkezi öğrencilerinde umutsuzluk ve sürekli kaygı düzeyleri. *TAF Preventive Medicine Bulletin* . Mar/Apr2009, Vol. 8 Issue 2, P155-160. 6p. 5 Charts.

- Turner, R., & Noh, S. (1983). Class and psychological vulnerability among women: the significance of social support and personal control. *Journal Of Health & Social Behavior*, 24(1), 2-15.
- Tümekaya, S. (2005). Ailesi yanında ve yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, Cilt 3, Sayı 5.
- Tümekaya, S., Çelik, M., & Aybek, B. (2011). Lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar otomatik düşünceler umutsuzluk ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2).
- Vural Batık, M. (2012). Psikolojik destek programının zihinsel yetersizliği olan çocukların annelerinin umutsuzluk ve iyimserlik düzeylerine etkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(1), 64-87.
- Yeşiltepe, S. S., & Çelik, M. (2014). Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi olma ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 13(3).
- Ziskis, A. S. (2010). *The relationship between personality, gratitude, and psychological well-being*. (Doctoral Dissertation, New Brunswick Rutgers, State University of New Jersey). Retrieved From <http://www.Libraries.Rutgers.Edu>.

Extended Abstract

Purpose

Today; the fact that social, cultural and economical opportunities are insufficient and they change fast makes adolescence period, which is a difficult period in human life in terms of psycho-social development, harder. Social and economical problems experienced, difficulties seen in education and university entrance system negatively affect adolescents' strength to struggle against life troubles, their psychological power, psychological growth and psychological health and aggravate their hopelessness; which in turn prevents them from leading a satisfactory life.

Ryff and Keyes (1995) emphasize that psychological well-being is associated with whether or not individuals are aware of their potentials and life objectives while they continue to live and whether or not they have satisfactory relations with others. Psychological well-being model proposed by Ryff (1989) includes six dimensions: Positive Relations, Autonomy, Environmental Mastery, Personal Growth, Purpose in Life and Self-Acceptance. Rather than being a simple structure of positive affect, negative affect and life satisfaction; psychological well being may be argued to be a multi-dimensional structure made up by life dimensions. On the other hand, hopelessness is defined as a state that negatively affects psychological well being and in which individuals see limited or no alternatives or finds no personal options and are unable to use energy for their own benefit (Bırol, 1997; Öz, 2004). During adolescence, bio-psycho-social challenges that individuals are obliged to cope with increase. Additionally, when negative factors like difficulties encountered by adolescents during education, fear of the future and poverty are added, their psychological well being reduces and their hopelessness level increases.

In order to eliminate these negative factors, Ministry of Youth and Sports collaborates with Ministry of National Education and conducts many projects in educational institutions for children and youngsters. With the project of “Sun is rising into my dreams.” that provided cultural, artistic, social adaptation activities and sportive activities; the aim was to offer personal and social development opportunities to girls who were aged between 14-19, lived in city center and rural regions of Develi County of Kayseri Province, were thought to be suffering from social disharmony due to financial impossibilities and ignorant parents, did not participate in any cultural, artistic and sportive activities; as a result of which these girls would have an opportunity to realize their potentials and their active participation in every aspect of social life would be increased. In this sense, the aim of the study was to examine effects of the project of “Sun is rising into my dreams.” upon these girls’ psychological well being and hopelessness level.

Method

Of the experimental designs, pre-test and post-test design was used with only experimental group. No control group was made up since the project was conducted with all the classes in the school. The study population was consisted of 440 female students aged between 14 and 19 and study sample was consisted of 165 female students recruited with simple random sampling. The data collection tools were Scales of Psychological Well-Being, which was designed by Ryff (1989) and reliability and validity tests of which were done by Akin (2008) and Beck Hopelessness Scale (BHS), which was developed by Beck et al. (1974) and validity tests of which were done by Seber et al. (1993). The tools were employed as pre-test and post-test 10 months later. In the meantime; students had trainings on early marriage problem, mother-daughter relations, personal care, peer victimization, photography and music, folk dances and theatre, skiing and snowboarding; and visited university, culture centers, museums, shopping centers, historical sites, women’s shelter, nursing home for the aged individuals, hospital and KASKİ basketball team. In the analyses of the data; of the parametric tests, paired samples t-test was used while Wilcoxon test was used for those data that did not follow a normal distribution.

Findings

According to the study findings, it was found that students’ post-test scores of Positive Relations, Autonomy, Environmental Mastery, Personal Growth, Purpose in Life and Self-Acceptance and total score of psychological well being scale were higher than the pre-test scores. There were significant correlations between average pre-test and post-test scores in terms of Personal Growth and Self-Acceptance and total score of psychological well being scale. Unlike other dimensions; average pre-test and post-test scores were found statistically to be lower in Autonomy. The participant girls’ BHS average pre-test and post-test scores were compared and it was seen that average post-test scores were statistically and significantly lower than average pre-test scores.

Results and Discussion

Following the project, the students' post-test scores in all dimensions were higher except Autonomy dimension and there were statistically significant differences in Personal Growth and Self-Acceptance. It may be suggested that positive changes occurred in students' psychological well being. The only decrease that took place was in Autonomy dimension, which emphasizes that individuals do not have to think and act in conformity with social traditions but can decide without depending on others and their approvals through their own inner mechanisms. According to this result, it may be argued that the project prevented students from making decisions freely and showing inner behaviors. In this sense, it is important for the students to have a say in planning and implementing project activities in terms of efficacy of the project. Hopelessness level of the participant female students decreased significantly and statistically after the project. It may be concluded that students' participation in cultural-artistic activities, social adaptation activities and sportive activities reduced their hopelessness.

Conclusion

As a result; it was seen that the project of "Sun is rising into my dreams." positively affected students' psychological well-being and reduced their hopelessness level. In order to increase efficiency of the project, it is necessary to make efforts to solve social problems that lead to hopelessness peculiar to the region where the project was undertaken and to provide the students with training programs that will teach them how to cope with problems. We are of the opinion that activities organized in a student-centered way and in collaboration with students will increase their motivation to join the project. It is important to do scientific studies on assessing the achievements at the end of the project.