

Kendini Toparlama Gücü Gelişim Süreci: Ebeveynleri Boşanmış Ergenler Üzerinde Nitel Bir Araştırma*

Nazife ÜZBE ATALAY¹ Tuğba KURT ULUCAN²

Öz

Bu araştırmanın amacı ebeveynleri boşanmış ergenlerde kendini toparlama gücü gelişim sürecinin incelenmesidir. Kendini toparlama gücü, zor yaşam koşullarına rağmen başarılı bir şekilde normal işlevselliğe dönebilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Bu çalışma betimsel nitelikli nitel bir çalışmadır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuştur. Araştırmanın verileri yaşları 16 ila 17 arasında ve çocukluk döneminde ebeveyn boşanması durumu yaşayan 5 lise öğrencisi ile yapılmış bireysel görüşmelerden elde edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Beck Depresyon Ölçeği ve araştırmacılar tarafından geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Verilerin analizi ile ebeveynleri boşanmış ergenlerde kendini toparlama gücü gelişim süreci bazı ana ve alt temalar altında sınıflandırılmıştır. Buna göre, Risk Koşullarının Etkileri ana teması altında Ailevi Problemler, Psikolojik Problemler, Ekonomik Problemler, Sağlık Problemleri, İlişkisel Problemler ve Okul İle İlgili Problemler; Koruyucu Faktörler ana teması altında, İçsel ve Dışsal Koruyucu Faktörler ve Olumlu Sonuçlar ana temasının altında Güncel Olumlu Duygulanım, Akılcı Tavsiyelerde Bulunma, Akademik Başarı, İyi İlişkiler Kurma ve Sürdürebilme alt temaları yer almaktadır. Bu çalışmadan elde edilen bulgular çerçevesinde araştırma grubunu oluşturan katılımcıların kendini toparlama gücü gelişim süreçlerinin, literatürle paralel bir yapı çerçevesinde geliştiği gözlenmektedir.

Anahtar Sözcükler: Kendini Toparlama Gücü, Ebeveyn Boşanması, Risk ve Koruyucu Faktörler

Abstract

The aim of this research is to put forward resilience development process of adolescents whose parents are divorced. Resilience is defined as the ability to return successfully to the normal functioning state after the difficult conditions in life. Data of the study were obtained from 5 high school students with the use of the semi-structured interview techniques. The participant students of the study are at the ages of 16 to 17 and have experienced parental divorce during their childhood. As data collection instrument, Beck Depression Inventory and semi-structured interview form developed by the researchers were used. According to the data analysis results, the development process of resilience of these adolescents who have experienced parental divorce in childhood period is classified under some main and sub main theme categories. In the results of the study, it is observed that the development process of resilience in the participant adolescents has a parallel frame with the relevant literature. The results of the study were discussed according to the literature and applications and suggestions were made for further research.

Keywords: Resilience, Parental Divorce, Risk Factors, Protective Factors

*Bu çalışma, I. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

¹ Nazife Üzbe Atalay, Araştırma Görevlisi, Gazi Üniversitesi ve nazifeuzbe@yahoo.com

² Tuğba Kurt Ulucan, Uzman Psikolojik Danışman, MEB ve likos87@hotmail.com

Giriş

En temel çıktı olarak aile bütünlüğünün bozulması anlamına gelen boşanma olgusu, hem ebeveynler hem de çocuklar için olumu ve olumsuz değişimleri içinde barındıran bir geçiş süreci olma özelliği taşımaktadır. TÜİK-2015 verilerine göre Türkiye’de 131830 boşanma vakası yaşanmıştır ve bu vakaların 46830 en az bir çocuğa sahip ailelerden oluşmaktadır. Bu kapsamda ele alındığında boşanma, sadece eşler arasında yaşanan bir süreç olmaktan çıkmaktadır (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2015). Boşanan çiftlerin yaklaşık üçte ikisinin çocukları olduğundan çiftlerin boşanması, ebeveyn boşanması olarak da adlandırılmaktadır (Öngider, 2013).

Boşanma, mevcut aile yapısını değiştiren en önemli etkenlerden biridir. Bu durum, aile bütünlüğü açısından normal gidişatın farklılaşması sürecini beraberinde getirdiğinden, aile içerisindeki bireyleri bir bütün olarak önemli ölçüde etkilemektedir. Bu etki, aile süreci içerisinde anne, baba ve çocuklar arası etkileşim bazında hem bireysel hem de ikili ilişkileri ayrı ayrı etkilemekte ve oluşan yeni duruma uyum sağlama sürecini başlatmaktadır (Öztürk, 2008; Türkarlan, 2007).

Boşanmanın en çok etkilediği kişiler arasında çocuklar yer almaktadır. Her çocuk için özellikle yaşamının ilk yıllarında anne-babasıyla olan ilişkisi oldukça önemlidir. Anne-babanın temel görevi, çocuğun duygusal, fiziksel ve sosyal gereksinimlerini karşılamak, bir yandan da sağlıklı gelişimi için en iyi ortamı hazırlamaktır. Bu doğrultuda boşanma, çocukların başına gelebilecek en sarsıcı deneyimlerden birisi olma özelliği taşımakta ve potansiyel olarak onların gelişmelerini ciddi bir biçimde etkileyecek bir dizi değişikliği de beraberinde getirmektedir (Altundağ, 2013; Serin ve Öztürk, 2007; Türkarlan, 2007).

Çocuklar, o güne kadar en fazla bağlı olduğu iki kişiye yani anne ve babasına, bundan sonra eşit olarak ulaşamayacak ve çocukların dünyası bir anlamda bölünecektir (Öngider, 2013). Ayrıca boşanma sonrasında çocuklar, sadece tek bir ebeveyni ile aynı evde yaşama; hatta birçok durumda yaşadığı evi, okulu ya da ortamı değiştirme gibi zorunluluklarla karşı karşıya kalabilecektir.

Ergenlik dönemi, bireyin gelişim süreci içerisinde çocukluk döneminin bitişiyle başlayan ve erişkinliğe ulaşmaya kadar geçen bir gelişim dönem olarak fiziksel, duygusal ve sosyal açıdan önemli değişimlerin yaşandığı bir geçiş sürecidir. Ergenin aileden bağımsızlaşarak, bir kişilik ve kimlik geliştirmeye çalıştığı bu dönemde, sağlıklı aile işlevlerine sahip olması, psikolojik sağlığını ve davranışlarını önemli ölçüde etkilemektedir (Kaya ve Çeçen Eroğul, 2013).

Çocukluk döneminde ebeveyn boşanması ile farklılaşan aile ilişki ve işlevlerinin, bir geçiş süreci olarak ergenlik dönemine olumlu bir şekilde uyum sağlamasında kendini toparlama gücü sürecinin etkili olduğu düşünülmektedir. Buna göre bu çalışmanın amacı, ebeveynleri boşanmış ergenlerde kendini toparlama gücü gelişim sürecinin nasıl bir örüntü şeklinde geliştiğinin ortaya koyulmasıdır.

Kendini Toparlama Gücü

Kendini toparlama gücü, zor yaşam koşullarına rağmen başarılı bir şekilde normal işlevselliğe dönebilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Masten, 2001). Bu kavram; Latince “resiliens” (yılmaz/sağlam) kökünden türemiştir ve bir maddenin esnek olmasını ve kolayca kendine geri dönebilmesini ifade etmektedir (Greene, 2002). Ülkemizde “resilience” kelimesinin karşılığının kullanımında araştırmacılar arasında farklılıklar görülmektedir. Resilience kelimesini, bazı araştırmacılar “yılmazlık” (Gürkan, 2006; Öğülmüş, 2001; Yılmaz ve Sipahioğlu, 2012); bazıları “psikolojik sağlamlık” (Gizir, 2007; Kararımak, 2007; Sipahioğlu, 2008), bazıları ise “kendini toparlama gücü” (Terzi, 2006) olarak kullanmıştır.

Literatürde kendini toparlama gücü ilgili pek çok tanım yer almaktadır. Masten’e (2001) göre kendini toparlama gücü, zor yaşam koşullarına rağmen başarılı bir şekilde normal haline dönebilme yeteneği olarak tanımlanmıştır. Öğülmüş’e (2001) göre kendini toparlama gücü, olumsuzluklara rağmen başarmayı sağlayan kişisel nitelikleri içeren bir kavram olarak tanımlanmıştır. Rutter’ a (2006) göre ise kendini toparlama gücü, stres ya da zorluk içeren bir durumun üstesinden gelmek ya da çevresel risklere karşı direnç göstermek amacıyla kullanılan, ciddi riskler içeren yaşantıların ve bu yaşantılara rağmen elde edilen olumlu psikolojik sonuçların birleşimiyle ilgilenen etkileşimli bir kavram olarak tanımlanmıştır. Bu tanımlar ışığında kendini toparlama gücünün yaşamdaki zorluklarla başa çıkarak sağlıklı uyum becerisi kazanmak anlamına geldiği söylenebilir. Cicchetti (2010) tarafından yapılan derleme çalışmasında, kendini toparlama gücü, ağır güçlük karşısında, pozitif adaptasyon becerisini içeren devingen bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Kendini toparlama gücünün kavramsallaştırılması süreci için iki önemli koşul mevcuttur: (1) Önemli tehdit, ağır güçlük veya travmaya maruz kalma; (2) Gelişimsel sürece yönelik ağır saldırılara rağmen pozitif adaptasyonun sağlanması.

Kendini toparlama gücü tanımlarına bakıldığında, iki öge dikkat çekmektedir: Bunlardan birincisi, önemli bir tehditle ya da zorlukla karşı karşıya kalmak, ikincisi ise bu tehde ya da zorluğa rağmen ayakta kalabilmek ve uyum sağlayabilmektir (Cicchetti, 2010; Rutter, 2006). Bu durumda kendini toparlama gücünün, iki koşulun birbiriyle ilişkisinden doğduğu ve tanımlar paralelinde bireyin kendini toparlama gücü özelliği gösterebilmesi için olumsuz bir yaşam olayına sahip olmanın ve bu olayla başa çıkabilmenin gerçekleşmesi gerektiği söylenebilir. Bu doğrultuda, olumsuz yaşantıların beraberinde getirdiği risk faktörleri ve bu olaylarla başa çıkabilmeyi sağlayan koruyucu faktörlerin anlaşılması kendini toparlama gücü sürecinin anlaşılmasını kolaylaştıracaktır.

Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler

Kişi sadece bir tür risk ya da zorluk yaşadığı zaman kendini toparlama gücünden bahsedilebilir (Cicchetti, 2010). Belirgin bir risk durumunun olmadığı koşullarda yaşayan çocuklara

yeterli, yetkin, uyumlu ya da sadece normal denilebilir, fakat bu çocuk ya da ergenler için “kendini toplama gücü” olgusundan bahsedilemez (Gizir, 2007; Masten, 2001). Risk faktörleri, bireylerde suç işleme, okulu bırakma vb. gibi olumsuz ve istenmeyen sonuçları yaşama olasılığını arttıran özelliklerini tanımlamak için kullanılmaktadır. Risk faktörleri, genetik, biyolojik, sosyokültürel ve demografik koşulları ya da özellikleri içerebilir.

Ebeveyn boşanmasının, ergenler açısından yaşamın birçok farklı alanında getirdiği değişimler göz önüne alındığında önemli bir risk faktörü olduğu düşünülmektedir. Ebeveyn boşanması risk faktörü ile karşı karşıya kalan ergenlerin bu sürece uyumunda etkili olan koruyucu faktörler Tablo-1’de verilmiştir.

Tablo 1. Boşanmaya Uyum Sağlamadaki Koruyucu Faktörler (Pedro-Carrol & Jones, 2005).

İçsel Koruyucu Faktörler	Ailedeki Koruyucu Faktörler	Toplumdaki Koruyucu Faktörler
Atılganlık	Ebeveyn çatışmasından korunma	Olumlu yetişkin modelleri ile destekleyici ilişkiler
Doğru değerlendirme nitelikleri	Ebeveynlerin psikolojik iyi oluşları	Sosyal destek ağı, okul, toplum ve aile
Gelecek ile ilgili yüksek umut	Disiplinli ve destekleyici ebeveyn – çocuk ilişkisi	Beceri geliştirici ve destek verici önleyici programlar
Gerçekçi değerlendirmeler	Ekonomik istikrar	
Etkili başa çıkma becerileri	Yetkin ebeveynlik ve ev düzeni	

Tablo 1’de yer alan tüm bu koruyucu faktörlerin, ergenlerin kendini toplama güçlerini besleyerek herhangi bir risk faktörü ya da risk faktörleri ile karşı karşıya kaldıklarında bu risk ya da risklerle başa çıkmalarında, kendini toplama gücü gelişim süreçlerine olumlu katkılarının olduğu söylenebilir. Kendini toplama gücü kavramı ve bu kavramın risk altındaki çocuklar üzerine yapılan çalışmalara etkileri, araştırmacılar tarafından son otuz yılda giderek artan bir ilgi odağı haline gelmeye başlamıştır (Cicchetti, 2010; Richardson, 2002; Thomas, 2011). Bu gelişim odağı, risk faktörü ile karşı karşıya kalan çocuk ve ergenlerin kendini toplama gücü gelişim süreçlerinde etkili olabileceği düşünülen içsel ve dışsal koruyucu faktörlerin belirlenmesi gibi birinci dalga çalışmaları arasında yer almaktadır.

Thomas (2011) “Richardson Yılmazlık Modelini” temel alarak yaptığı çalışmada, ailede ebeveyn boşanma durumunu dengenin bozulmasını sağlayan stresli ve sıkıntılı yaşam olayı olarak ele almış olup, dengenin yeniden kazandırılmasından içsel ve dışsal koruyucu faktörleri incelemiştir. Çalışmaya yaşları 18 – 19 yaşları arasında değişen ve ebeveynleri en az 12 yıldır boşanmış olan ergenler alınmıştır. Çalışma sonucunda, ergenlerin boşanma durumuna karşı kendini toplama güçlerine bireysel koruyucu faktör olarak katkıda bulunan iki önemli bilişsel strateji olarak kaçınma ve yeniden çerçeveleme; aile koruyucu faktörler olarak ergenlerin kardeşleri, teyzeleri, amcaları ve dayılarının boşanma sürecinde tampon görevi yapmaları ve son olarak da toplum koruyucu faktörler

olarak, çok samimi dostluklar, takım arkadaşları ile olan ilişkiler ve güvenilir bir yetişkin ile olan ilişkiler bulunmuştur.

Ebeveynleri boşanmış ergenler üzerinde yurt dışında yapılan araştırmaların ortaya koyduğu önemli bulgular arasında aile, arkadaş ve sosyal desteğin, ekonomik olarak kendini güvende hissetmenin, güçlü aile iletişiminin ve çocuğun bireysel özelliklerinin kendini toparlama gücü gelişim sürecinde önemli koruyucu faktör etkisi yaratması yer almaktadır (Greeff & Merwe, 2004; Kelly & Emery, 2003; Shin, Choi, Kim & Kim, 2010). Ayrıca bazı araştırmalarda ergenlerin boşanma sonrasında aile yaşamında yaşadıkları çatışmaların ortadan kalkması bakımından ebeveynlerinin boşanma durumları ile ilgili olumlu inançlar geliştirdikleri ortaya koyulmuştur (Chen & George, 2005; Shin, Choi, Kim & Kim, 2010).

Türkiye’de risk altında bulunan çocuk ve ergenlerin kendini toparlama güçlerini artırmaya katkıda bulunan faktörlerin belirlenmesine yönelik çalışmaların son 10 yıl içerisinde gelişim göstermektedir. Ancak, özellikle ebeveyn boşanması risk faktörü ile ilgili çalışmaların sınırlılık gösterdiği yapılan derleme çalışmalarında vurgulanan bir unsurdur (Gizir, 2007).

Ebeveynleri boşanmış ergenler üzerinde Türkiye’de yapılan kendini toparlama gücü çalışmalarında önemli koruyucu faktörlerin, ev içi ilişkilerde ilgi, yüksek beklentiler ve ev içi etkinliklere katılım (Yılmaz ve Sipahioğlu, 2012); psikolojik özerklik, ev-içi yüksek beklentiler, arkadaşlardan algılanan sosyal destek, çevresel ilişkilerde ilgi ve yüksek beklentiler, okul-içi etkinliklere katılım, çocukların algıladığı kontrol/denetleme, eğitimsel beklentiler, işbirliği ve iletişim (Er, 2009; Özcan, 2005); ilgi, empati, amaçlar ve eğitimsel beklentiler, problem çözme becerileri (Sipahioğlu, 2008) olduğu ortaya koyulmuştur. Ayrıca yapılan çalışmalar ebeveynleri boşanmış ergenlerde kendini toparlama gücü ile kendilik kavramı (Önder ve Gülay, 2008), benlik saygısı ve umut (Kaya, 2007) gibi değişkenler arasında olumlu yönde ilişkiler olduğunu göstermektedir. Kurt Ulucan (2013) tarafından yapılan bir çalışmada ebeveynleri boşanmış ergenlerin, stresle başa çıkma becerisi ve benlik saygısının yüksek olmasının, kendini toparlama güçlerine olumlu katkı sağladığı ve bu durumun psikolojik belirtilerin azalmasına neden olduğu ortaya koyulmuştur. Bu sonuçlar, ebeveynleri boşanmış ergenlerin kendini toparlama güçlerinin, psikolojik sağlıklarını korumada önemli bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır.

Kendini toparlama gücünün belirleyicileri ve kendini toparlama süreçlerinin nasıl oluştuğu, yaşandığı ve devam ettiricilerin belirlenmesi yurt dışında daha çok nitel araştırmalarla saptanmaktadır (Bogar & Hulse-Killacky, 2006; Everall, Altrows, & Paulson, 2006; Holaday & McPhearson, 1997). Kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan nitel araştırmalara bakıldığında belirli bir risk faktörünün (intihar eğilimi, cinsel istismar, kronik rahatsızlık vb.) ön planda tutularak kendini toparlama gücü süreci ve dinamiklerinin derinlemesine incelenmesi dikkat çekmektedir. Yapılan nitel araştırmalarda

en çok vurgulanan görüş, her risk faktörü için kendini toparlama gücü sürecinin farklı bir yapılanma gösterebileceği görüşüdür. Örneğin yoksulluk risk faktörü ile karşı karşıya kalan bir bireyin kendini toparlama gücü süreci ile cinsel istismara maruz kalan bir bireyin kendini toparlama gücü gelişim süreçleri birbirinden farklı olabilmektedir. Bu nedenle kendini toparlama gücü ile ilgili yapılacak çalışmaların risk faktörleri açısından homojen bir yapı göstermesi gerektiği söylenebilir.

Bu kapsamda bu araştırmada ebeveyn boşanması risk faktörü ile karşı karşıya kalan ergenlerde kendini toparlama gücü gelişim sürecinin nasıl bir örüntü şeklinde geliştiğinin nitel araştırma yöntemi kullanılarak derinlemesine incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaçla aşağıdaki sorulara cevap aranmaktadır:

Ebeveynleri boşanmış ergenler, hangi tür risk faktörleri ile karşı karşıya kalabilmektedirler?

Ebeveynleri boşanmış ergenlerin kendini toparlama gücü gelişim süreçlerine aracılık eden koruyucu faktörler nelerdir?

Ebeveynleri boşanmış ergenlerin pozitif adaptasyonlarının göstergeleri nelerdir?

Yöntem

Bu çalışmada, araştırılması hedeflenen durum hakkında bireylerin neyi neden düşündüklerini, duygu, tutum, his ve davranışlarını yönlendiren faktörlerin neler olduğunun ortaya çıkarılmasını hedefleyen yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuştur. Bu yönüyle bu çalışma betimsel nitelikli, nitel bir çalışmadır.

Görüşme, belli bir konu hakkında bilgi toplamak amacıyla en az iki kişi arasında gelişen, sözlü anlatıma dayalı olarak yürütülen bir iletişim sürecidir (Cansız Aktaş, 2014). Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ise görüşme yapılan bireylerden araştırmanın amacı doğrultusunda veri toplamayı hedefleyen birtakım soruların yer aldığı görüş formları kullanılarak gerçekleştirilen nitel araştırma teknikleri arasında yer almaktadır (Cansız Aktaş, 2014).

Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2015-2016 Eğitim Öğretim Yılında İstanbul İli, Üsküdar İlçesinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı bir ortaöğretim kurumunda öğrenim gören yaşları 16 ila 17 arasında değişen 5 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın amacı doğrultusunda kendini toparlama gücü kavramı ile çalışılabilmesi için bu kavramın işe vuruk hale getirilebilmesi ve çalışma grubunda yer alan katılımcıların belli kriterleri sağlaması gerekmektedir. Bu nedenle katılımcılar amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Buna göre katılımcılar belirlenirken aşağıdaki kabul etme kriterleri dikkate alınmıştır:

- Çocukluk döneminde ebeveyn boşanma durumunun yaşanması.
- Boşanma durumunun üzerinden en az 5 yıl geçmiş olması.

- Halihazırda süregelen bir depresif duygulanım durumunun olmaması.
- Genel akademik başarı ortalamasının 70 ve üzeri olması.

Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan 5 öğrenciye ilişkin demografik bilgiler Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Araştırmanın çalışma grubuna ilişkin demografik bilgiler

Rumuz	A	B	C	D	E
Cinsiyet	Erkek	Erkek	Kız	Kız	Erkek
Yaş	16	16	16	17	17
BDY	10	11	11	9	1
Kardeş Sayısı	2	3	-	2	-
Anne Eğitim Durumu	İlkokul	Lise	Üniversite	Ortaokul	Üniversite
Baba Eğitim Durumu	İlkokul	Üniversite	Üniversite	Lise	Üniversite
Not Ortalaması	83	75	86	91	85
BDÖ	9	8	9	8	4
EGS	Hiç	Hiç	2 haftada 1	Hiç	3 ayda 1
SED	Düşük	Orta	Orta	Düşük	Yüksek

BDY: Boşanma Durumundaki Yaş; BDÖ: Beck Depresyon Ölçeği Puanları; EGS: Ebeveyn Görüşme Sıklığı; SED: Sosyoekonomik Düzey

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplamak amacıyla nitel araştırmalar için veri toplama yöntemlerinden yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Araştırmalarda yaygın kullanılan veri toplama tekniklerden biri olan görüşme; önceden belirlenmiş ve ciddi bir hedefe yönelik yapılan, karşdakine soru sorma yöntemiyle yanıtlar alan etkileşime dayalı bir iletişim süreci olarak tanımlanmaktadır (Kuş, 2003; Yıldırım ve Şimşek, 2005).

Görüşmelerde kendini toparlama gücü gelişim sürecine dayalı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulmuş açık uçlu sorulardan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından hazırlanan görüşme formu, kendini toparlama gücü konusu ile ilgili çok sayıda araştırması bulunan iki alan uzmanına gönderilmiştir ve sorular hakkında görüşleri alınmıştır. Uzman görüşünden elde edilen değerlendirmeler ışığında, forma bazı sorular eklenmiş, bazı soruların ise ifadeleri değiştirilmiştir. Görüşme formunda yer alan sorular düzenlenirken, görüşülecek bireylerin deneyimleri ile uyumlu olmasına dikkat edilmiştir. Görüşme formunda yer alan açık uçlu sorulardan bazıları aşağıdaki gibidir:

1. Anne ve baban boşandığında yaşadığın sorunlar var mıydı? Bunlar nelerdi?
2. Boşanma durumu ile başa çıkmanda sana yardımcı olan şeyler nelerdi?
3. Böyle güçlü kalabilmeyi nasıl başardın?
4. Şu anda yaşamında olumlu yönde giden şeyler var mı? Bunlar neler?
5. Anne-babası yeni boşanan bir arkadaşına tavsiyede bulunmak istesen neler söylerdin?

Araştırmada özellikle araştırma grubunda kendini toplarlama gücü sürecinin çalışılabilmesi için önemli ön koşullardan olan pozitif adaptasyonun sağlanması durumunun ortaya koyulması için Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) kullanılmıştır. Katılımcıların bu ölçekten yüksek puan almamalarının pozitif adaptasyonun göstergelerinden biri olduğu varsayılmıştır.

Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)

Beck (1961) tarafından geliştirilen ve Teğin (1980) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) özellikle depresyon alanında yapılan araştırmalarda çok sık olarak kullanılan 21 maddelik kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Her madde depresyonla ilgili davranışsal bir özelliği belirlemektedir. Maddeler, depresyonun ciddiyetine göre sıfırdan üçe kadar değişen dereceli bir ölçek üzerinden değerlendirilmektedir. Maddeler 0'dan 3'e kadar depresyonun ciddiyetine göre sıralanmıştır. Ölçeğin amacı depresyon tanısı koymak değil, belirtilerin derecesini objektif olarak sayılara dökmektir. Ölçekten katılımcıların alabileceği en düşük puan 0 iken en yüksek puan 63'tür. Toplam puanın yüksek oluşu depresyon şiddetinin yüksekliğini gösterir. Türkiye'de yapılan çalışmalarda ölçeğin iki yarım test ve test-tekrar test yöntemi ile güvenilirlik katsayıları sırasıyla $r = .78$ ve $r = .65$ olarak belirlenmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı $.74$ olarak rapor edilmiştir (Teğin 1980). Bu ölçek, nicel bir analiz yapmak için değil, sadece amaçlı örneklem doğrultusunda ilgili kriterin sağlandığına kanıt oluşturmak için kullanılmıştır.

Verilerin Analizi

Görüşme sorularının ortaya koyduğu temalara göre özetlenmesi aşamasında, verilerinin analizinde betimsel analiz veya içerik analizi kullanılabilir (Cansız Aktaş, 2015). Bu çalışmada yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile elde edilmiş veriler içerik analizine tabi tutulmuştur.

Görüşme süreci başlatılmadan önce her bir katılımcıyla ön görüşmeler yapılmış, görüşmeyi yapacak araştırmacı kendini tanıtmış, araştırma sürecinin amacını katılımcılara açıklamış ve gönüllülük onam formu doldurtulmuştur. Ön görüşme esnasında katılımcılara Beck Depresyon Ölçeği uygulanmıştır. Bunun yanı sıra okul müdürünün ve öğrenciler 18 yaşının altında olduğu için beraber yaşadığı ebeveyninin izni alınmıştır. Görüşmeler okulun PDR servisine bağlı bireysel psikolojik danışma odasında gerçekleştirilmiştir.

Araştırma sürecinde yarı yapılandırılmış görüşme formları kullanılarak araştırma grubunda yer alan katılımcılarla ortalama 30 dakika bireysel görüşmeler yapılmıştır. Yapılan görüşmeler hem katılımcı hem ebeveyn izni ile ses kaydına alınmıştır.

Yapılan bu görüşmeler ses kaydı en az 3 kere dinlenerek deşifre edilmiş ve katılımcıların ifadeleri tek tek not edilmiştir. İçerik analizleri iki farklı uzman tarafından bağımsız bir şekilde deşifreler üzerinden yapılmıştır. Görüşme verilerinin içerik analizinde amaç, görüşme sürecinde

toplanan bilgilerden birbirine benzer özellikler taşıyanları belirli temalar altında bir araya getirmektedir (Cansız Aktaş, 2015). Bu süreçte, ilk aşamada veriler kodlanmış, daha sonra elde edilen kodlar sınıflandırılarak bu kodları en iyi şekilde açıklayabilecek temalar oluşturulmuştur. Daha sonra incelenen içerikte belirlenmiş unsurların hangi sıklıkla tekrar ettiğini ve sayısal olarak tekrar etme sıklığının belirlenmesi açısından frekans analizine başvurulmuştur.

Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları

Görüşme sürecine yönelik alınan ses kayıtları, iki farklı araştırmacı tarafından en az 3 kere dinlenmiş ve deşifreler birbirinden bağımsız olarak hazırlanmıştır. Deşifreler karşılıklı olarak değiştirilerek gözden kaçan bir ifade eksikliği olup olmadığı sorgulanmıştır. Deşifreler üzerinden yapılan analizler her iki araştırmacı tarafından bağımsız olarak yapılmıştır.

Araştırma sürecinde, ana temalar olan risk koşullarının etkileri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar kendini toparlama gücü gelişim sürecinin kuramsal yapısına uygun olarak önceden belirlenmiştir. Ancak katılımcıların ifadelerinden elde edilen alt temalar ve frekanslar her iki araştırmacının bağımsız değerlendirmeleri ile elde edilmiştir. Bu değerlendirmeler, veriler üzerinde derinlemesine çalışıldığı bir toplantıda tartışılmış ve nihai frekanslar belirlenmiştir. Nihai frekanslar çerçevesinde sınıflandırılan ana ve alt temalar, araştırma sürecinde doğrudan yer almayan ancak kendini toparlama gücü süreci ile ilgili çalışmalar yapmakta olan bir uzmanın görüşleri alınarak düzenlenmiştir.

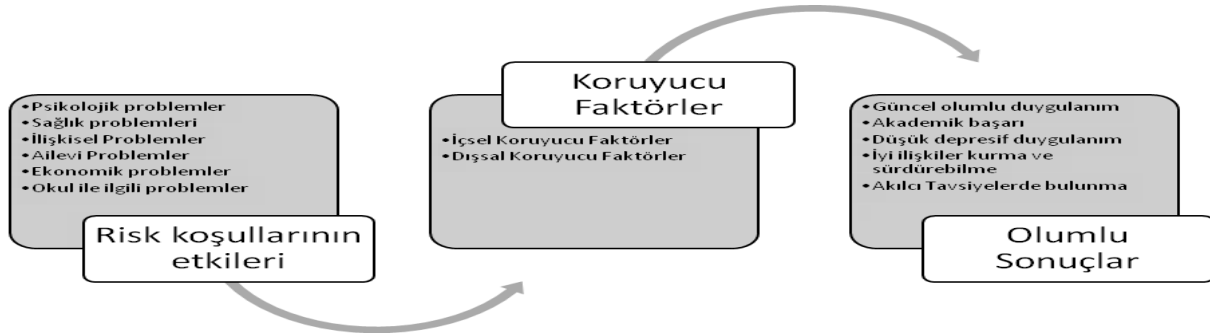
Bu çalışmada iç geçerliğin sağlanması için veriler üzerinde uzun süreli çalışmalar yapılmış, toplanan veriler sürekli olarak birbiri ile karşılaştırılarak yorumlanmış ve ulaşılan sonuçların gerçeğe uygun olup olmadığı eleştirel bir gözle sorgulanmıştır. Dış geçerliğin sağlanması için ise amaçlı örnekleme yöntemine başvurulmuş ve bulguların örgütlendiği tablolarda katılımcıların ifadelerine doğrudan alıntılama yolu ile yer verilmiştir.

Araştırmada güvenilirliğin sağlanması için araştırmacılar tarafından toplanan verilere eleştirel bir gözle bakılmış, her görüşmeye ait ses kayıtları en az 3 kere dinlenmiş, elde edilen deşifreler ve bulguları birbirleri ile karşılaştırılmıştır. Ayrıca, dışarıdan bir uzmanın desteği alınarak, veri analizi sürecinde elde edilen bulguların teorik yapıya uygunluğuna yönelik teyit alınması güvenilirlik çalışması kapsamında değerlendirilebilir.

Bulgular

Bulgular, ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin açık uçlu sorulara verdikleri cevapların Kendini Toparlama Gücü gelişim sürecine göre ana ve alt temalar şeklinde gruplandırılması yoluyla sunulmuştur. Araştırma sürecinde, ana temalar olan risk koşullarının etkileri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar kendini toparlama gücü gelişim sürecinin kuramsal yapısına uygun olarak önceden

belirlenmiştir. Alt temalar ise katılımcıların ifadelerine bağlı olarak analiz sürecinde oluşturulmuştur. Buna göre katılımcılar tarafından ifade edilen kendini toparlama gücü gelişim sürecinin ana ve alt temaları Şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 1: Ergenlerde kendini toparlama gücü gelişim süreci

Şekil 1 incelendiğinde katılımcıların açık uçlu sorulara verdikleri cevaplara yönelik ifadelerin gruplandırılması ile elde edilen ana ve alt temaların risk koşullarına maruz kalan ergenlerde pozitif adaptasyonun içsel ve dışsal koruyucu faktörler aracılığıyla gerçekleştiği bulgusuna ulaşılmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış ergenlerin, boşanma durumunu yaşadıkları anda bu duruma bağlı olarak yaşadıkları problemlerin belirlenmesine yönelik açık uçlu sorulara verdiği yanıtlardan elde edilen analiz sonuçları Tablo 3’de sunulmuştur.

Tablo 3. Risk koşullarının etkileri ana temasına yönelik frekans analizi sonuçları

Alt Temalar	Frekans	İfadeler
Ailevi Problemler	15	Baba yoksunluğu hissetme (5), Ebeveynler arasında kalma (4), Babanın ebeveynlik becerilerinin yetersiz olması (4), Aile içinde sorumluluk yükü üstlenme (2)
Psikolojik Problemler	12	Terk edilmiş hissetme (4), Uzun süre uyku problemi yaşama (2), Duyguları ikinci plana atma (2), Ağlama nöbetleri geçirme (2), Öfke ve çatışma süreçlerinde artış yaşama (1), Şiddete maruz kalma (1)
Ekonomik Problemler	6	Tüm yükün annede olması (4), Babanın çalışmaması ile beraber gelen nafaka problemi (2)
Sağlık Problemleri	5	Psikolojik yardım alma (2), İlaç kullanma (2) Alkol kullanma (1)
İlişkisel Problemler	3	Arkadaşlık kurmada zorluk yaşama (2), Yaşça büyük birine âşık olma (baba ihtiyacından dolayı) (1)
Okul İle İlgili Problemler	2	Okula gitmek istemedim (1), Sık sık şehir değiştirmek zorunda kaldığımdan okula aidiyet hissedemedim. (1)

Tablo 3 incelendiğinde ebeveynleri boşanmış ergenlerin boşanma anında en fazla yaşadıkları problem durumunun ailevi problemler ve psikolojik problemler olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların hepsi, anne ile birlikte yaşadığından özellikle baba yoksunluğu yaşamayı ve terk edilmişlik hissetmeyi boşanma durumunun yaşandığı anda en fazla hissettikleri olumsuz durum olarak belirtmişlerdir.

Katılımcılar tarafından ifade edilen risk durumlarının en az ekonomik, sağlık, ilişkisel ve okul ile ilgili problemler alt temalarında olduğu görülmektedir.

Katılımcılar tarafından ifade edilen, onların risk koşulları ile başa çıkabilmelerine ve güçlü kalabilmeyi başarabilmelerine katkı sağlayan koruyucu faktörlere ilişkin analiz sonuçları Tablo 4’de sunulmuştur.

Tablo 4. Koruyucu faktörler ana temasına yönelik frekans analizi sonuçları

Alt Temalar	Frekans	İfadeler	
İçsel Koruyucu Faktörler	Pro-sosyal Beceriler	23	Olaylara bakış açımı değiştirdim (4), Boşanmanın olumlu yanları üzerine odaklandım. (4), Gerektiğinde hayır diyebilirim (4), Bu durumu kendi üzerime alınmadım (3), Duygu ve düşüncelerimi rahatça ifade edebildim (3), Annem ve babamın boşanmasına saygı duydum (1)
	Benlik Algısı	23	Akademik alanda kendimi yeterli ve başarılı görüyorum (5), Her şeye rağmen kendimi iyi ve uyumlu hissediyorum (5), Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum (4), Kendime güveniyorum (2), Kendimden oldukça hoşnutum (2)
	Gelecekle İlgili Beklentiler	12	Gelecekle ilgili umutlu hissediyorum (5), Gelecekle ilgili gerçekçi kariyer planlarım var (5), Gelecekte yurt dışına çıkmak ve orada okumak gibi bir hayalim var (2)
Dışsal Koruyucu Faktörler	Ebeveyn Tutumları	13	Annemin ebeveynlik becerilerini yeterli buluyorum (5), Annemin çok ilgili ve koruyucu bir tutuma sahip olması (3), Boşanma sonrası babamın daha ilgili tutumla yaklaşması (3), Annemin hoşgörülü olması (2)
	Sosyal Faaliyetler	10	Gitar çalmak beni çok fazla rahatlatıyor (3), Spor faaliyetleri ile profesyonel olarak ilgileniyorum (3), Sosyal yardımlaşma kulübüne üyeyim (2), Tiyatro ile ilgileniyorum (1), Elişi faaliyetleri ile uğraşmak beni rahatlatıyor (1)
	Sosyal Destek Alanları	7	Akrabalarımın destek olması (3), Arkadaşlarımdan destek aldım (2), Rehber öğretmenimden destek aldım (1), Türkçe öğretmenimden büyük destek aldım (1)

Tablo 4 incelendiğinde ebeveynleri boşanmış ergenlerin yaşadıkları problem durumu sonrasında pozitif adaptasyonun sağlanması sürecinde tampon vazifesi gören en önemli koruyucu faktörlerin içsel koruyucu faktörler arasında sınıflandırılan prososyal beceriler, benlik algıları olduğu ve gelecekle ilgili beklentiler alt temalarında olduğu görülmektedir. Katılımcıların boşanma sürecini ile başa çıkabilmeleri için önemli dışsal koruyucu faktörler ise ebeveyn tutumları, sosyal faaliyetlere katılım ve sosyal destek alma alt temalarında belirtilmiştir.

Katılımcılar tarafından ifade edilen pozitif adaptasyon göstergelerine yönelik analiz sonuçları Tablo 5’de sunulmuştur.

Tablo 5. Olumlu sonuçlar ana temasına yönelik frekans analizi sonuçları

Alt Temalar	Frekans	İfadeler
Güncel Olumlu Duygulanım	10	Evde huzurlu bir ortam var (4), Annem ve kardeşlerimin daha mutlu olması beni de mutlu ediyor (3), Annem daha mutlu (2), Bugünkü olgunluğuma bu şekilde ulaştım (1)
Akılcı Tavsiyelerde Bulunma	9	Ebeveynlerinin boşanmalarına karışmamalı ve karşı çıkmamalı (3), Boşanma süreci iki kişi arasında ve seninle ilgili bir durum değil (3), Bu durumu gelişmek için bir basamak olarak görmelisin (1), Aslında yaşamın bir şekilde devam edebileceğini düşünmelisin (1), Boşanmanın avantajlı noktalarını düşünerek bakış açını değiştirmelisin (1)
Akademik Başarı	7	Not ortalamalarının yüksek olması (5), Derslerimde oldukça başarılıyım (2)
İyi ilişkiler kurma ve sürdürülebilirlik	4	Arkadaşlık ilişkilerim oldukça olumlu gidiyor (3), Arkadaş ortamım oldukça iyi durumda (1)

Tablo 5 incelendiğinde ebeveynleri boşanmış ergenlerde pozitif adaptasyonun sağlanmasının en fazla güncel olumlu duygulanım durumları ile akılcı tavsiyelerde bulunma alt temalarında olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra katılımcıların akademik başarılarının yüksek olması, iyi ilişkiler kurma ve sürdürülebilirlik durumları kendini toparlama gücü düzeylerinin yüksek olduğunun göstergeleri arasındadır.

Katılımcıların açık uçlu sorulara verdikleri ifadelerin yanı sıra pozitif adaptasyon göstergeleri arasında Beck Depresyon Ölçeği'nden düşük puan almaları da gösterilebilir. Bu göstergelerin tümü ebeveynleri boşanmış ergenlerin şu anda yaşamlarında olumlu yönde giden durumlara yönelik bilgi sağlama bakımından önemli bulgular arasında yer almaktadır.

Tartışma

Bu çalışma kapsamında ebeveynleri boşanmış ergenlerde kendini toparlama gücü gelişim sürecini incelemek amacıyla sürece ilişkin temel kuramsal yaklaşımlara göre oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu ile 2'si kız 3'ü erkek toplam 5 öğrenciden veri toplanmıştır. Katılımcıların tamamının ebeveynlerinin boşanma durumu yaşaması üzerinden en az 5 yıl geçmiştir ve katılımcılar boşanma sonrasında anne ile birlikte yaşamaktadır. Katılımcıların tümü ebeveynleri boşandıkları anda önemli risk koşullarına maruz kaldıklarını belirtmiştir. Bu risk koşulları arasında babanın ebeveynlik becerilerinin yetersiz olması ve buna bağlı olarak gelişen baba yoksunluğu hissetme, ebeveynler arasında kalma gibi ailevi problemler olduğu gibi; terk edilmiş hissetme, uzun süre uyku problemi yaşama, kendi duygularını ikinci plana atma, ağlama nöbetleri geçirme, öfke ve çatışma süreçlerinde artış yaşama gibi duygusal problemler de yer almaktadır.

Boşanma ile ilgili literatür (Er, 2009; Öngider, 2013; Öztürk, 2008; Serin ve Öztürk, 2013) incelendiğinde her çocuk için özellikle yaşamının ilk yıllarında anne-babasıyla olan ilişkisinin çok önemli olduğu, boşanma sonrasında kısa ve uzun vadede bazı psikolojik, ailevi ve ilişkisel problemlerin yaşanmasının olası olduğu ortaya koyulmuştur. Boşanma ile birlikte aile yapısında yaşanan değişimler çoğu zaman ekonomik ve sosyal yaşam ile ilgili problemleri de beraberinde

getirmektedir. Bu kapsamda katılımcılardan bazıları tüm yükün annede olması ($f = 4$) ve babanın aile geçimine katkı sağlamaması ($f = 2$) gibi durumlarla karşı karşıya kalmıştır. Katılımcılardan biri "Sık sık şehir değiştirmek zorunda kaldığımdan okula aidiyet duygusu hissedemedim" ifadesi ile boşanma ile ergenin yaşamında gerçekleşen değişimlerden birine vurgu yapmıştır.

Katılımcıların büyük bir kısmının boşanma gerçekleştiği anda uzun süre uyku problemi yaşadıkları, öfke ve çatışma süreçleri yaşadıkları, psikolojik yardım aldıkları, ilaç kullandıkları gözlenmektedir. Bu durum boşanma sürecinin katılımcılar için zor ve stres yaratıcı bir risk faktörü olarak ele alınabileceğinin bir göstergesi olma niteliği taşımaktadır (Gizir, 2007; Masten, 2001).

Bu çalışmada boşanma durumu ile karşı karşıya kalan ergenlerin süreç ile başa çıkabilmelerine yardımcı olan koruyucu faktörlerin belirlenmesi amacıyla sorulan açık uçlu sorulara verdikleri yanıtlar incelendiğinde katılımcıların özellikle içsel koruyucu faktörler arasında yer alan pro-sosyal becerileri kullandıkları, olumlu bir benlik algıları ve gelecekle ilgili umutlu beklentilerinin yer aldığı bulgusuna ulaşılmaktadır. Katılımcıların boşanma süreci ile başa çıkmada, olaylara bakış açılarını değiştirerek ($f = 4$), sürecin olumlu yönlerine odaklanarak ($f = 4$), durumun kendisinin suçu olmadığını idrak ederek ($f = 3$) yaklaşımları ve gerektiğinde hayır diyebilme ($f = 4$), duygu ve düşüncelerini rahatça ifade edebilme ($f = 3$) becerilerini kullanmaları ilgili literatürle paralellik gösteren bulgular arasındadır (Kelly & Emery, 2003; Pedro-Carrol & Jones 2005; Shin, Choi, Kim & Kim, 2010).

Ebeveynleri boşanmış ergenler üzerinde yapılan araştırmaların ortaya koyduğu önemli bulgular arasında aile, arkadaş ve sosyal desteğin, güçlü aile iletişiminin ve çocuğun bireysel özelliklerinin, kendilik algısının kendini toparlama gücü gelişim sürecinde önemli koruyucu faktör etkisi yaratması söz konusudur (Er, 2009; Greeff & Merwe, 2004; Özcan, 2005; Önder ve Gülay, 2008). Bu çalışmada da katılımcıların süreçle başa çıkmada kendilerini yetkin ve başarılı görmeleri, kendilerini iyi ve uyumlu hissetmeleri ve kendilerine güven duymalarının önemli içsel koruyucu faktör etkisi yarattığı gözlenmektedir. Katılımcıların gelecek ile ilgili hedefe yönelik olmaları, umutlu hissetmeleri, gerçekçi kariyer hedefleri belirlemeleri, ilgili literatürde önemli koruyucu faktörler arasında yer alan eğitimsel beklentilerle tutarlı bir yapıdadır (Yılmaz ve Sipahioğlu, 2012; Er, 2009; Sipahioğlu, 2008).

Katılımcıların süreçte güçlü kalmayı başarabilmelerini sağlayan dışsal koruyucu faktörler arasında en fazla vurgu yapılan unsur beraber yaşadığı ebeveyni olan annenin ilgili, hoşgörülü bir tutuma sahip olması ve ebeveynlik becerisinin yeterli olarak algılanmasıdır. Bunu takiben sosyal faaliyetlere katılım ve özellikle yakın akraba, arkadaş ve öğretmenlerden alınan sosyal destek dışsal koruyucu faktörler arasında yer almaktadır. Bu durum ebeveynleri boşanmış ergenlerde aile desteği ve iletişiminin, yakın akraba ve arkadaş desteğinin boşanma sürecinde tampon görevi üstlenen önemli

dışsal koruyucu faktörlerden biri olduğu düşüncesini doğrular niteliktedir (Thomas, 2011; Pedro-Carrol & Jones 2005).

Ebeveyn boşanma risk faktörü ile karşı karşıya kalan ergenlerin süreci sağlıklı bir şekilde atlattıklarına katkı sağlayacak koruyucu faktörler eşliğinde pozitif adaptasyon sağlamaları kendini toplama gücü düzeylerinin yüksek olduğunun bir kanıtıdır (Cicchetti, 2010; Masten, 2001; Rutter, 2006). Bu kapsamda katılımcıların normal yaşama adapte olabilmeye göstergeleri arasında halihazırda süregelen olumlu duygulanımın önemli bir etkisi olduğu düşünülmektedir. Katılımcıların çoğu şu an içinde yaşadığı ev ve aile ortamının oldukça huzurlu olduğunu belirtmiştir. Özellikle beraber yaşadıkları ebeveyn olan anne ve evdeki kardeşlerin mutlu olmaları katılımcıların kendilerini daha iyi hissetmelerinde önemli rol oynamaktadır. Katılımcılardan birinin ifade ettiği "Bugünkü olgunluğuma bu şekilde ulaştım" ifadesi "zor yaşam koşullarına rağmen başarılı bir şekilde normal işlevselliğe dönebilme yeteneği" olan kendini toplama gücünün tanımı ile büyük ölçüde örtüşmektedir (Masten, 2001). Katılımcıların çoğunun boşanma sürecini şu an itibarıyla olumlu bir süreç olarak algılamaları ve çevresindeki arkadaşlarına "Ebeveynlerinin boşanmalarına karışmamalı ve karşı çıkmamalı" ($f = 3$), "Boşanma süreci iki kişi arasında ve seninle ilgili bir durum değil" ($f = 3$), "Bu durumu gelişmek için bir basamak olarak görmelisin" ($f = 1$) şeklinde tavsiyelerde bulunmaları stres yaratıcı bir süreç sonrasında kendini toparladıklarının bir göstergesi olma niteliği taşımaktadır. Ebeveynleri boşanmış ergenler üzerinde yapılan bazı araştırmalarda (Chen & George, 2005; Shin, Choi, Kim & Kim, 2010) boşanma sonrasında aile yaşamındaki çatışmaların ortadan kalkması sebebiyle ergenlerin boşanma süreci ile ilgili olumlu inançlar geliştirebildiğini ortaya koymaktadır. Bu bakımdan bu çalışmada katılımcıların çoğunun sürecin avantajlı yönleri üzerinde odaklanmaları ilgili literatürle paralellik göstermektedir.

Katılımcıların yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan açık uçlu sorulara verdiği cevapların yanı sıra araştırma grubunun belirlenmesi sürecinde belirlenen kriterler doğrultusunda akademik başarılarının yüksek olması, düşük depresif duygulanım içerisinde olmaları kendini toplama gücü sürecinin çalışılması için hem ön koşul hem de hâlihazırda içinde buldukları durumda pozitif adaptasyonun sağlanması ile ilgili bir kanıt olma özelliği taşımaktadır (Cicchetti, 2010; Masten, 2001; Rutter, 2006).

Bu çalışma ülkemizde ebeveynleri boşanmış ergenler üzerinde kendini toplama gücü ile ilgili yapılan çalışmaların oldukça sınırlı olması bakımından önemlidir. Türkiye'de bu konu ile ilgili yapılan çalışmaların bir kısmında (Özcan, 2005; Yılmaz ve Sipahioğlu, 2012) ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış olan ergenlerin kendini toplama güçlerinin karşılaştırılması söz konusudur. Ancak risk faktörüne maruz kalmayan bireyler üzerinde kendini toplama gücü kavramından bahsedilememesi, kavramın temel yapısı itibarı ile mümkün olmadığından ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış ergenlerde kendini toplama gücünün karşılaştırılması çoğu araştırmacıya göre uygun

görülmemektedir (Cicchetti, 2010; Masten, 1994; Masten, Best & Garnezy, 1990; Masten, 2001; Rutter, 2006; Richardson, 2002). Yapılan diğer araştırmalarda (Altundağ, 2013; Er, 2009; Kurt Ulucan, 2013; Önder & Gülay, 2008) ebeveynleri boşanmış ergenlerde kendini toparlama gücü bir düzey olarak ele alınmakta ve kavram ile ilgili çeşitli değişkenlerin karşılıklı ilişkileri ortaya koyulmaktadır. Bu araştırma ise kendini toparlama gücü gelişim sürecinin ebeveynleri boşanmış ergenler üzerinde derinlemesine incelemeye fırsat vermesi bakımından önemlidir. Kendini toparlama gücü gelişim sürecinin homojen bir risk faktörü üzerinde derinlemesine bir nitel çalışmayla ele alınması bazı araştırmacılar (Bogar & Hulse-Killacky, 2006; ; Overall, Altrows, & Paulson, 2006; Holaday & McPhearson, 1997) tarafından önerilen bir durumdur.

Araştırma sonucundan elde edilen bulgular ayrıca okul PDR hizmetlerinin planlanması aşamasında değerlendirilebilir. Pozitif psikolojideki gençlerin güçlü yanlarına yönelme sürecinin önemli çıktılarından biri de pozitif gençlik gelişimi olmuştur. Pozitif genç gelişim yaklaşımı gençlerin potansiyellerini vurgulamakta ve gençlerin zayıf yanlarını telafi etmek yerine onların güçlü olduğu yönleri göstermelerini sağlamak olarak açıklanmaktadır (Kabakçı, 2016). Pozitif genç gelişimini sağlamaya yönelik olarak planlanacak okul PDR hizmetlerinde kendini toparlama gücü gelişim sürecini desteklemenin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu kapsamda okullarda öğrencilerin olası risk faktörleri ile karşı karşıya kaldığında kullanabilecekleri içsel ve dışsal kaynakları güçlendirmeyi hedefleyen önleyici rehberlik hizmetleri; risk faktörleri ile karşı karşıya kalındığında uygulanabilecek krize müdahale hizmetleri ve pozitif adaptasyonun sağlanmasına yönelik iyileştirici rehberlik hizmetleri planlanabilir.

Sonuç

Ebeveynleri boşanmış olan ergenlerde kendini toparlama gelişim sürecinin incelenmesini amaçlayan bu çalışmada elde edilen sonuçlar, çocukluk döneminde aile bütünlüğünün bozulması gibi önemli bir risk faktörü ile karşı karşıya kalan ergenlerin; bakış açılarını değiştirme, olumlu benlik algısı geliştirme, gelecekle ilgili gerçekçi ve umutlu beklentilere sahip olma gibi içsel; her iki ebeveynin boşanma sonrası süreçteki olumlu tutumu, algıladıkları sosyal destek alanları ve sosyal aktivitelere yönelme gibi dışsal koruyucu faktörler aracılığı ile başarılı bir şekilde normal işlevselliklerine dönebildikleri şeklinde özetlenebilir. Bu durum kendini toparlama gücü sürecinin dayandığı temel varsayımlarla tutarlı olma özelliği taşımaktadır.

Bu kapsamda bu çalışmada ortaya çıkan koruyucu faktörlerin ebeveynleri boşanmış ergenler üzerinde kendini toparlama gücü gelişimi üzerinde yapılacak ileriki çalışmalar için bir bakış açısı kazandıracağı söylenebilir. Çalışmada katılımcıların en fazla vurguladığı koruyucu faktörler arasında yer alan pro-sosyal becerilerin gelişimi üzerine yapılabilecek çeşitli psikoeğitim programları ile kendini toparlama gücü ile ilgili özellikle okul PDR hizmetleri kapsamında önleyici, krize müdahale

ya da geliştirici hizmetler sağlanabilir. Ayrıca ebeveyn boşanması risk faktörü ile karşı karşıya kalmış olan ergenlerin kendini toplama gücü gelişimi açısından sosyal faaliyet alanlarına yönlendirilmesi, destek alabileceği olumlu okul iklimi sağlanması uygulama alanında çalışan uzmanlara verilebilecek öneriler arasında yer alabilir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. Araştırmanın verileri İstanbul İline bağlı tek bir ortaöğretim kurumundan araştırmanın amacı doğrultusunda tüm kriterleri tam olarak sağlayan beş farklı bireylerden elde edilmiştir. Bu durum araştırma sonuçlarının genellenebilirliğini sınırlayıcı bir nitelik taşıyabilir. Bu nedenle dışsal geçerliği arttıran farklı araştırma desenleri kullanılarak, ebeveynleri boşanmış ergenlerde kendini toplama gücü gelişim süreci incelenebilir. Ayrıca katılımcıların tümü anne ile beraber yaşamaktadır. Bu durum TÜİK-2015 verileri ile tutarlılık gösterse de ebeveynleri boşanmış ergenler arasında baba ya da büyükanne-büyükbaba gibi ebeveynler ile yaşayan ergenlerin kendini toplama gücü gelişimi sürecinde bir farklılık yaratıp yaratmayacağını ortaya koyacak farklı çalışmalar yapılabilir.

Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise verilerin analizi aşamasında nihai frekanslar belirlenirken; her iki araştırmacı tarafından ayrı ayrı yapılan analizler, birbirleri ile karşılaştırılıp, eleştirel bir göz ile irdelenerek bu işlem gerçekleştirilmiştir. Ancak bu esnada puanlayıcılar arası uyum hesaplaması yapılmamıştır.

ORCID

Nazife Üzbe Atalay  <https://orcid.org/0000-0002-6637-5855>

Tuğba Kurt Ulucan  <https://orcid.org/0000-0003-0796-151X>

Kaynaklar

- Altundağ, Y. (2013). *Anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık* (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Bogar, C. B. & Hulse-Killacky, D. (2006). Resiliency determinants and resiliency processes among female adult survivors of childhood sexual abuse, *Journal of Counseling & Development*, 84, 318-327.
- Cansız Aktaş, M. (2015). *Nitel veri toplama araçları*. Mustafa Metin (Ed.) Kuramdan uygulamaya eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri içinde (s. 337-371). Ankara: Pegem Akademi.
- Chen, J-D. & George, R. A. (2005). Cultivating Resilience in Children From Divorced Families, *The Family Journal*, 13, 452 – 455.
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: A multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9, 1-10.
- Er, G. (2009). *Ailesi parçalanmış olan ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin akademik sağlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordanması* (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.

- Everall, R. D., Altrows, K. J. & Paulson, B. L. (2006). Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents, *Journal of Counseling & Development*, 84(4),461-470.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 28 (3), 113-128.
- Greeff, A. P & Merwe, S. (2004). Variables Associated with Resilience in Divorced Families. *Social Indicators Research*, 68, 59-75.
- Greene, R. (2002). *Human behavior theory: A resilience orientation*. In R. Greene (Ed.), *Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research*. (p. 1-28). Washington, DC: NASW Press.
- Gürkan, M. (2006). *Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Kendini toparlama gücü Düzeylerine Etkisi* (Yayımlanmış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Holaday, M., & McPhearson, R. W. (1997). Resilience and severe burns. *Journal of Counseling and Development: JCD*, 75(5), 346.
- Kabakçı, Ö. F. (2016). Karakter Güçleri ve Erdemli Oluş: Güçlü Yanlara-Dayalı Psikolojik Danışma ve Değerler Eğitimine Yeni Bir Yaklaşım. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 25-40.
- Kararımak, Ö. (2007). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study. (Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel faktörlerin incelenmesi: Bir model test etme çalışması)* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Kaya, N. D. (2007). *The role of self-esteem, hope and external factors in predicting resilience among regional boarding elementary school students*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi) Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara
- Kaya, İ. ve Çeçen Eroğul, A. R. (2013). Ergenlerde Çocukluk Dönemi İstismar Yaşantılarının Yordayıcısı Olarak Aile İşlevlerinin Rolü. *Eğitim ve Bilim*, 38 (168), 386-397.
- Kelly, J. B. & Emery, R. E. (2003). Children's Adjustment Following Divorce: Risk and Resilience Perspectives, *Family Relations*, 52 (4), 352-362.
- Kurt Ulucan, T. (2013). *Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlık, benlik saygısı, başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi: Yılmazlığın aracı rolü* (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Kuş, E. (2003). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Teknikleri Nitel mi, Nicel mi?*. Ankara: Anı.
- Masten, A. S. (1994). *Resilience in Individual Development: Successful Adaptation Despite Risk and Adversity*. In M. C. Wang, E. W. Gordon (Eds.), *Educational Resilience in Inner-City America: Challenges and Prospects* (3-25). New Jersey: Lawrence Earlbaum Associates.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A. S., Best, K. M., Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- Öğülmüş, S. (2001). Bir Kişilik Özelliği Olarak Kendini toparlama gücü. I. Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmaları'na sunulan bildiri, 29-30 Mart, Ankara.
- Önder, A. ve Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 192-197.
- Öngider, N. (2013). Boşanmanın Çocuk Üzerindeki Etkileri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5 (2), 140-16

- Özcan, B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Öztürk, M. (2008). *99 sayfada boşanmış ailelerde çocuk*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür.
- Pedro-Carrol, J. & Jones, S. (2005). *A preventative play intervention to foster children's resilience in the aftermath of divorce*. In L. A. Reddy, T. M. Files-Hall, ve C. E. Schaefer (Ed.), *Empirically based play interventions for children* (51- 75). Washington, DC: American Psychological Association.
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology, 58*, 307-321.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1094*, 1-12. USA: Blackwell Publishing.
- Serin, N. ve Öztürk, S. (2007). Anne-babası boşanmış 9-13 yaşlarındaki çocuklar ile aynı yaş grubundaki anne-babası boşanmamış çocukların benlik saygısı ve kaygı düzeyleri. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(2)*, 117-128.
- Shin, S. H., Choi, H., Kim, M. J. & Kim, Y. H. (2010). Comparing adolescents' adjustment and family resilience in divorced families depending on the types of primary caregiver. *Journal of Clinical Nursing, 19*, 1695-1706.
- Sipahioğlu, Ö. (2008). *Farklı Lise Gruplarındaki Ergenlerin Psikolojik Sağlamlılıklarının İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Tegin, B. (1980) Depresyonda bilişsel süreçler: Beck modeline göre. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini toparlama gücü ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(26)*, 77-86.
- Thomas, D. A. (2011). Reaching resilience: Protective factors and adult children of divorce. Ideas and Research You Can Use: VISTAS.
- TÜİK (2015). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri. Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni. Erişim adresi (15 Nisan 2015): <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21515>
- Türkarlan, N. (2007). Boşanmanın çocuklar üzerine olumsuz etkileri ve bunlarla baş etme yolları. *Aile ve Toplum, 11 (3)*, 99-108.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2005). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık
- Yılmaz, H. ve Sipahioğlu, Ö. (2012). Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlılıklarının incelenmesi. *İlköğretim Online, 11(4)*, 927-944. [Online]: <http://ilkogretim-online.org.tr>

Extended Summary

Development process of resilience: A qualitative study on adolescents with divorced parents

Introduction

The aim of this research is to put forward the development process of resilience in adolescents with divorced parents. Resilience is defined as the ability to return successfully to normal functioning after the difficult conditions in life (Masten, 2001). Resilience is conceived as a dynamic developmental process encompassing the attainment of positive adaptation within the context of significant adversity

(Masten, Best & Garmezy, 1990; Masten, 2001). There are two critical conditions that are implicit within this conceptualization of resilience: a) Exposure to a significant threat, severe adversity, or trauma; and b) The achievement of positive adaptation despite major assaults on the developmental process (Cicchetti, 2010).

For four decades, researchers have been interested in children who manage to develop well in the context of significant adversity and endeavored to enhance understanding of the diverse pathways to psychopathology, to elucidate the processes that eventuate in normal development, and to inform preventive interventions and social policies that could improve the lives of vulnerable children and families. Investigations in the area of risk and resilience have led scientists to rethink their prior assumptions about the causes and courses of psychopathology and have resulted in a reformulation of the deficit etiological models that characterize earlier viewpoints about the development of children who have experienced disadvantage and great adversity (Cicchetti, 2010; Greene, 2002).

Divorce is undoubtedly one of the most shocking events with a series of changes in one's life, especially for children because it can have many impacts on their lives. Until the day they grow up and lead their lives apart from their parents, parents are the center of their whole environment and when it comes to the issue of divorce of these parents, for children it becomes harder to understand and they cannot make of any sense about it that their parents will be apart and the lives of the family will be divided, maybe equally or not (Altundağ, 2013; Serin ve Öztürk, 2007; Türkarlan, 2007). Divorce brings many changes in children's lives. They can go on their normal life in the same household but with a big difference, they have only one parent with them, and after divorce in many cases even the houses, schools or the households can be changed. On the other hand, adolescence is considered as an effective period of time in resilience to adapt to this transition in a positive way. In this context, childhood is thought to make an important contribution to the literature about how to determine whether adolescence is a risk factor or protective for the development of resilience in these adolescent students in their childhood experience of parental divorce.

Method

The current study is conducted as a qualitative research and the semi-structured interview technique is used and the data collected from these interviews are analyzed with the use of content analysis. The participants of the study consist of 5 high school students who are studying in one of the secondary schools of Ministry of Education in the 2015-2016 academic year. Resilience as the basic concept of the study is used to determine the sampling method. Students whose qualities are in line with the resilience literature are chosen to participate in the study. The following criteria obtained

from the resilience literature were taken into consideration in the process of choosing the participants in the study:

- The childhood experience of parental divorce.
- At least 5 years should have passed since the divorce incident.
- The absence of a currently ongoing depressive mood state.
- The 70 and above the academic achievement general average.

For data collection, Beck Depression Inventory (BDI) was used to determine whether the participants of the study show any depressive mood symptoms, which is not desired to happen because the absence of a current depressive mood is considered as an important prerequisite of the resilience process. Semi-structured interview technique is used to collect data and it took approximately 30 minutes for each participant. After the meetings, these interview records are decoded and analyzed. In the analysis of these records, the elements which repeatedly come out are identified as the themes and sub themes of the analysis. The frequency and content analysis is conducted based on the answers of the participants in the interview. Semi structured interview includes the questions formed by the researchers. Some of these questions included in the semi structure interview form are such as the following: (1) Did you have problems that you experience when your parents divorced? What were they? (2) What were the things that help you in coping with divorce situation? (3) How did you get to be able to remain so strong? (4) In your current life, are there things going in a positive direction? What are they? (5) What do you advise to a friend whose family newly divorced?

Findings

To attain the research findings, the results of the content and frequency analysis are conducted and according to these analyses, some elements are classified as main and sub-main themes in the study. The main themes include: (1) Individuals at Risk Conditions Indelible (Sub-themes: Psychological Problems, Health Problems, Relational Problems, Familial Problems, Economic Problems) ; (2) Protective Factor (Sub-themes: Internal Protective Factors, External Protective Factors) ; (3) Positive Results: (Subthemes: Current Positive Affect, Lower Depressed Mood , Academic Achievement, Establishing and Maintaining Good Relationships ,Making Rational Advice).

Discussion

In this study, according to the results of the findings, it is observed that the development process of resilience in the participant adolescents has a parallel frame with the relevant literature. Most of the participants have managed to develop a variety of mechanisms in order to cope with the

risk conditions of the parental divorce experience, and thus, it is understood that they can find or create positive aspects as protective factors in their lives. The impact of these factors powering their strength for the recovery was discussed in the relevant context.

Result

Findings obtained from the research are consistent with the basic assumptions of the resilience process. As a limitation, the data were gathered from a single school in the province of Istanbul by considering the criteria of purposeful sampling. Suggestions have been made for future researches in accordance with the findings of the study.