

# An Investigation Of Perceived Social Support And Social Self Efficacy In Adolescents

Zeliha TRAŞ<sup>1</sup> Emel ARSLAN<sup>2</sup>

**ABSTRACT:** The aim of this research is to examine the relationships between perceived social support and social self efficacy of the high school students. This investigation is carried out in accordance with the correlation model. By using random sampling method, the sample of this research was 617 students (365 female, 252 male) from various high schools. In order to determine the students' social self efficacy, Social Self Efficacy Scale which was developed by Palancı (2004) was used. In order to find out the students' perceived social support levels, Social Support Scale developed by Yıldırım (2004) was used. SPSS 16.0 was used for data analysis. As a result of the study, it was found that there was a significant positive relationship between social self efficacy and perceived social support from peer, family and teachers. Also, it was found that some approaches of perceived peer, family and teacher support significantly explain social self efficacy.

**Key Words:** Social self efficacy, perceived social support, high school students.

## SUMMARY

**Purpose and Significance:** The aim of this research is to examine the relationships between perceived social support and social self efficacy of high school students.

**Methods:** This investigation is carried out in accordance with the correlation model. The relation of high school students between perceived social support levels and social self efficacy is investigated. By using random sampling method, the sample of this research study was from various high schools. The participants were 617 students (365 female, 252 male). Data were collected from the Trait Anger and Anger Expression Scale and Irrational Beliefs Scale. In order to determine the students' social self efficacy, Social Self Efficacy Scale which was developed by Palancı (2004) was used. In order to find out the students' perceived social support levels, Social Support Scale developed by Yıldırım (2004) was used. Also, the Pearson product-moment correlation coefficients and multiple regression analysis method were used to understand whether there are statistically significant relationships between social self efficacy and perceived social support levels. SPSS for Windows-16.0- was used for data analysis.

**Results:** It was found that there was a significant positive relationship between social self efficacy and perceived support from peer, family and teachers. Besides, it was found that some approaches of perceived support from peer, family and teachers significantly explain social self efficacy.

**Discussion and Conclusions:** Previous research on social support and social self efficacy (Arslan, C. 2009; Arslan, Y. 2009; Doğan, 2008; Demirtaş, 2007; Wang & Sound, 2008) are similar to our research findings. The results of studies indicate that when students' perceived social support from family increase, their self esteem, problem solving and coping with stress increase. Some study results show that, perceived social support from peer is positive effect for adolescent. Low perceived social support from peer is related to depressive symptoms. Besides, high perceived social support is positive effect on well-being (Yıldırım, 2007; Lynch & Cicchetti, 1997). All of these indicate that perceived social support from peer and social efficacy is expressed and support the findings of our study.

<sup>1</sup>Yrd. Doç. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi A.K. Eğitim Fakültesi, Rehberlik Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı, Meram Yenyol/Konya, ztras@konya.edu.tr

<sup>2</sup> Doç. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi A.K. Eğitim Fakültesi, Okul Öncesi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, emelarslan@konya.edu.tr

# Ergenlerde Sosyal Yetkinliğin, Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi

Zeliha TRAŞ<sup>3</sup> Emel ARSLAN<sup>4</sup>

**ÖZ.** Bu araştırmanın amacı ergenlerde sosyal yetkinliğin, algılanan sosyal destek açısından incelenmesidir. Araştırma ilişkisel tarama modeline uygun olarak desenlenmiş ve 365' i kız ve 252'si erkek olmak üzere 617 lise öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Öğrenciler 15–19 ( $\bar{x}=16,92$  ve  $Ss=1.03$ ) yaşları arasındadır. Araştırma verileri, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (Yıldırım, 2004) ve Sosyal Özyeterlik Ölçeği (Palancı, 2004) ile toplanmıştır. Verilerin istatistiksel analizlerinde Pearson momentler çarpımı korelasyonu tekniği ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda sosyal yetkinlik ile arkadaş, aile ve öğretmenden algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca arkadaş, aile ve öğretmenden algılanan sosyal desteğin, sosyal yetkinliği anlamlı düzeyde yordadığı ortaya çıkmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** Sosyal yetkinlik, sosyal destek, ergenler.

## GİRİŞ

Ergenlik dönemi, bireylerde fiziksel, duygusal, ahlaki ve psikososyal gelişim aşamaları yönüyle büyük değişimlerin yaşandığı bir dönemdir (Arı, 2008). Ergenlik döneminde “ben kimim” sorusuna cevap arayan bireyler, kendi kimliğini bulmaya çalışırken önce başkalarının kimliğine müracaat ederler (Selçuk, 2008) fakat aynı zamanda bağımsızlıklarını bulabilmek için ailelerinin desteğine de ihtiyaç duyarlar (Hortaçsu, 1997). Anne baba bağımlılığından koparak karşı cinsten akranlarıyla veya arkadaşlarıyla olgun ilişkiler kurabilen ergenler (Arı, 2008) halen ebeveynleri ile olumlu ilişkilere sahip olanlardır (Hortaçsu, 1997). Ergenler bu dönemde özellikle sosyalleşme, grup etkinliklerine katılma, yetişkinlikte mesleğinin ne olacağı ile ilgili planlar yaparlar (Arı, 2008). Ergenlikteki arkadaşlık ilişkilerinin karşı cinsten olsa bile cinsellikle ilişkisi bulunmamaktadır (Hortaçsu, 1997). Bu dönemdeki sosyal destek ihtiyacının arkadaşlardan sağlanması çabası olarak değerlendirilebilir.

## Sosyal Destek

Tüm insanlar için önemli olsa da, sosyal destek özellikle ergenler için oldukça önemlidir. Ergenlerin sosyal ağ algıları olumlu ise, ergenlik dönemindeki istenmeyen davranışlar ve zihinsel sorunlar gibi risklerin önlenmesinde anahtar rolündedir. Sosyal destek, ergenlik döneminde hem riskleri önlemek hem de hedeflere ulaşmada yardımcı bir müdahale görevini yerine getirmektedir. Son 60 yıldır sosyal destek kavramı yoğun bir şekilde incelenmiş ve bu çalışmaların odak noktasını da duygusal ya da sosyal sorunlar yaşayan ergenler oluşturmaktadır. Sosyal destek iki temel niteliği göstermektedir: a) ulaşılabilir kişilerin tavsiye, duygusal destek, bilgi ve malzeme kaynağı konusundaki destekleri ile psikososyal stres, madde kullanımı, intihar ya da başarısızlık sonucunda ortaya çıkabilecek riskleri azaltan bir tampon olmaktadır. Bir ergenin sosyal ağları, tanıdık ve yabancı kimselerden oluşmaktadır. Ergen amaçları, ihtiyaçları ve sorunlarını çözmek için sosyal destek ağlarını kullanmayı tercih eder. Ergenin sosyal destek alabilecekleri kişiler ise, sık sık etkileşimde buldukları anne babalar, diğer aile üyeleri, arkadaşlar, diğer akranları, öğretmenler, antrenörler, dini liderler, resmi rehberler veya diğer yetişkinlerdir (Vietze, Daiute, Dow; 2010).

Sosyal destek, bireyin çevresinden gördüğü ilgi, sevgi, saygı, takdir ve güvenin yanı sıra, bilgi edinme ve maddi yardım gibi sosyal, psikolojik ve ekonomik nitelikli destek olarak tanımlanabilir (Budak, 1999). Buradaki nitelikli desteğin kaynağına bakıldığında ise bireyin ihtiyaçlar hiyerarşisinde var olan ait olma, sevgi, takdir ve kendini gerçekleştirme gibi temel ihtiyaçlarının başka bireylerle (arkadaşları, ailesi, üstleri veya profesyonel danışmanlar vb.) kurduğu etkileşim sonucunda tatmin edilmesi anlaşılmaktadır (Ekinci ve Ekici, 2003). Diğer taraftan sosyal desteklerin sevgi, şefkat,

<sup>3</sup>Yrd. Doç. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi A.K. Eğitim Fakültesi, Rehberlik Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı, Meram Yeniyol/Konya, ztras@konya.edu.tr

<sup>4</sup> Doç. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi A.K. Eğitim Fakültesi, Okul Öncesi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, emelarslan@konya.edu.tr

yeterlik, benlik saygısı, bir gruba ait olma gibi sosyal gereksinimleri karşılayarak fizik ve ruh sağlığını olumlu bir biçimde etkilediği düşünülmektedir (Sorias 1988a; Sorias 1988b; Özgür 1993). Sosyal desteğin birey tarafından olumlu olarak algılanması ve kullanılması için belli şeyler mevcut olmalıdır. Kişi sosyal destek için ihtiyaç algılamalıdır. Desteğin ulaşılabilirliğini algılamalıdır. Desteği nasıl kullanacağını bilmelidir (Bruhnn ve Philips, 1984).

Sosyal bir varlık olan insan için en önemli sosyal destek kaynağı ailedir. Araştırmalar lise öğrencilerinde algılanan aile destekleri ile sosyal problem çözme puanları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu (Arslan, Y. 2009), aile destek düzeyinin artmasına bağlı olarak stresle başa çıkma düzeylerinin arttığını (Demirtaş, 2007) ve akademik başarılarının yükseldiğini (Wang ve Sound, 2008) göstermektedir.

Üniversite sınavına hazırlanan lise öğrencilerinin depresif olmayan gruba kıyasla, depresif grubun aileden, arkadaştan ve öğretmenden daha düşük destek algıladığı saptanmıştır (Yıldırım, 2007). Bu konudaki bir diğer çalışmada ise ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasında arkadaşlarından edindikleri sosyal destek düzeyi arttıkça iyilik halinin de arttığı vurgulanmıştır (Lynch & Cicchetti, 1997).

Araştırmalar ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasında önemli sosyal destek kaynaklarından biri olarak öğretmen desteğinin ergenler tarafından daha fazla algılandığında benlik saygılarının (Arslan, C. 2009; İkiz ve Cakar, 2010), motivasyonlarının (Wentzel, Battle, Russell ve Looney, 2010) ve öğrenmelerinin (Hattie, 2009) arttığını öte yandan öğretmen desteği ile öfkenin ifadesi ve sürekli öfke arasında ters yönlü bir ilişki olduğunu (Arslan, C. 2009) göstermektedir. Aynı zamanda ergenlerin akademik yönden kendilerine inanmaları ile öğretmen desteğini algılamaları arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır (Mercer, Nellis, Martínez ve Kirk, 2010).

Bu durum literatürde “Sosyal Yetkinlik Beklentisi” kavramıyla açıklanmaktadır. Sosyal yetkinlik beklentisi, bireyin herhangi bir etkinliği başarılı bir şekilde gerçekleştirebilmek için kendi yeteneğine duyduğu inanç olarak tanımlanmaktadır (Bandura, Adams ve Hardy, 1980). Burada bilgi ve beceriden çok bireyin kendi kapasitesini etkin biçimde kullanabilme kapasitesi anlaşılmalıdır (Bandura, 1977).

Birey stresli bir uyarıyla karşılaştığında, kaygıyı içsel başarısızlığa bağlayarak düşük yetkinlik algısıyla aktiviteyi bırakma eğiliminde olabilmektedir (Auley ve Blissmers, 2000). Bireyin bir durumda hoşlanmadığı bir uyarı olduğunda ne kadar çaba ve ısrarla bu eylemi sürdürdüğünün temel noktası sosyal yetkinliktir. Birey, gösterdiği performans, işi sürdürmedeki kararlılığına ve sosyal karşılaştırmalara bakarak kendi yetkinlik beklentisi hakkında bilgi edinebilir (Bandura, Adams ve Hardy, 1980, s. 39-66).

Aynı zamanda sosyal bir ilişkiye geçmeden önce bireyin başarılı iletişim kurabileceğine dair inancını belirten faktörlerden birisi olan sosyal yetkinlik (Connoly, 1989; Bilgin, 1999) iletişim sürecindeki uyumu da kolaylaştırmaktadır (Skaalvik ve Skaalvik, 2010). Böylece birey, kendine dair olumlu bir inancın güveniyle başladığı süreçte, başarılı olma ihtimalini artırabilecek, başarısızlık durumunda ise kaçınmak yerine davranışını tekrar etmede ısrarcı olabilecektir. Yetkinlik beklentisi düşük olan bireyler, küçük bir sorun karşısında büyük problemler yaşarken, güçlü yetkinlik beklentisi inancına sahip bireyler, sorunlara rağmen dayanıklılık gösterme eğilimine sahiptirler (Bandura, 1977).

Sosyal yetkinlik beklentisi ergenlerin ruh sağlığında da önemli bir yere sahiptir. Ergenler bir yandan bağımsızlıklarını bulmaya çalışır ancak bunu yaparken, ailenin desteğine de gereksinim duyarlar (Hortaçsu, 1997). Ergenin sosyal gelişimi için gerekli unsurlardan birisi arkadaş ortamlarına ve sosyal etkinliklere katılarak bir grubun üyesi olma çabasıdır (Akkapulu, 2005). Ergenlik döneminde arkadaşlık ilişkilerinden (Hortaçsu, 1997) algıladığı arkadaş desteği ön plana çıkmaktadır. Böylece ergenin akranlarıyla kurduğu ilişki, sosyal yetkinliğin gelişmesinde ergene yardım eder (Bandura, 1997). Aynı zamanda öğretmenden algıladığı sosyal destekle beraber ergen başarabileceğine veya yapabileceğine dair (Hattie, 2009) kendisine yönelik bir inanç geliştirmiş olur ki, bu da bireyin yetkinlik inancını güçlendiren faktörlerden birisi olmaktadır. Yukarıda verilen kuramsal çerçeve sosyal yetkinliğin aralarında algılanan sosyal desteğin de olduğu pek çok faktörle ilişkisi olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak ergenlerde sosyal yetkinlik ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin

incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu çalışmada “ergenlerde algılanan sosyal destek, sosyal yetkinliği anlamlı olarak yordamakta mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

- Aile, arkadaş ve öğretmen desteği ile sosyal yetkinlik arasında nasıl bir ilişki vardır?
- Aile, arkadaş ve öğretmen desteği sosyal yetkinliği anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli ve Çalışma Grubu

Bu araştırma ilişkisel tarama modeline uygun olarak yapılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2010-2011 öğretim yılında Konya İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı tesadüfi seçilen 3 genel lisede öğrenim görmekte olan 617 öğrenci oluşturmaktadır. Bu öğrencilerin % 21,88’i lise birinci sınıfta (135 öğrenci), %28,52 ikinci sınıfta (176 öğrenci), % 23, 99 üçüncü sınıfta (148 öğrenci) ve % 25,61 dördüncü sınıfta (158 öğrenci) öğrenim görmekte olan öğrenciler arasından tesadüfi küme örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu 617 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin % 59’u (365 öğrenci) kız ve % 41’i (252 öğrenci) erkektir. Öğrenciler 15-19 ( $x=16,92$  ve  $Ss=1.03$ ) yaşları arasındadır.

**Tablo 1. Örneklem**

Lise 1. Sınıf	Lise 2. Sınıf	Lise 3. Sınıf	Lise 4. Sınıf	Toplam
135 (%21,88)	176 (%28,52)	148 (%23,99)	158 (%25,61)	617

**Tablo 2. Cinsiyet dağılımı**

Kız	Erkek	Toplam
365 (%59)	152 (%41)	617 öğrenci

### Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanmasında Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-R (Yıldırım, 2004) ve Sosyal Özyeterlik Ölçeği(Palancı, 2004) kullanılmıştır.

### Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Araştırma kapsamına giren öğrencilerin sosyal destek düzeylerini ölçmek amacıyla, Yıldırım (2004) tarafından geliştirilmiş olan Algılanan Sosyal Destek Ölçeği’nin aile, akraba, arkadaş, öğretmen ve toplum olmak üzere beş alt ölçeğinden aile, arkadaş ve öğretmen alt ölçekleri kullanılmıştır. Beş tanesi alt ölçeklere ilişkin ve birisi de toplam olmak üzere ASDÖ’den altı çeşit puan elde edilmektedir. Bireyin beş alt ölçekten aldığı puanların toplamı ise, “Genel Sosyal Destek” puanını vermektedir. Puanın yüksekliği, yüksek sosyal destek düzeyine belirtmektedir. ASDÖ’nün alfa güvenilirlik katsayısı ölçeğin tümü için .93, aile destek alt ölçeği için .94, arkadaş alt ölçeği için .91, öğretmen alt ölçeği için .93 olarak bulunmuştur. Test- tekrar test güvenilirlik çalışmalarında aile alt ölçeği için .89, arkadaş alt ölçeği için .85, öğretmen alt ölçeği için .86 olarak bulunmuştur.

### Sosyal Öz-Yeterlik Algısı Ölçeği

Smith-Betz tarafından 2000 yılında geliştirilen ve Türkçe’ye uyarlaması Palancı (2004) tarafından yapılan ölçek, üniversite öğrencileri ve ergenlerin geniş bir sosyallik tanımlaması içerisinde

öz yeterlik algılarını ölçebilmeyi amaçlamaktadır. 25 maddeden oluşan ölçek 5'li likert tipi bir ölçek olup, ölçekten alınan yüksek puanlar sosyal yetkinlik inancı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarılma çalışmalarında bulunan iç tutarlılık katsayısı .89'dur. Test-tekrar test yöntemiyle ölçeğin güvenilirlik katsayısı ise .68 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışmasında Kontrol Algısı Ölçeği (Özbay-Palancı,1999) ve Sosyal Kaygı Ölçeği (Özbay-Palancı, 2001) kullanılmıştır. Ölçeğin orijinalinde olduğu gibi Sosyal Kaygı Ölçeği ile negatif korelasyon ( $r=-.59$ ) gösterdiği bulunmuştur. Öz-yeterlik kavramını tanımlamaya yönelik teorik tabanla uyumlu olacak şekilde Kontrol Algısı ile pozitif ( $r=.40$ ) korelasyon gözlenmiştir (Palancı, 2004).

### Veri Analizi

Araştırmada uygulanan ölçeklerden elde edilen verilerin değerlendirilmesi SPSS 16.00 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Analizlerde, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu tekniği ve çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmış ve sonuçlar açıklanmıştır. Araştırmada, anlamlılık düzeyi 0.01 ile 0.05 olarak kabul edilmiştir.

**Tablo 3.** Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

	N	Ortalama	Standart Sapma
Sosyal Yetkinlik	617	87,42	16,35
Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek	617	35,33	4,65
Aileden Algılanan Sosyal Destek	617	53,62	7,21
Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek	617	39,27	9,22

### BULGULAR

Yordanan değişken olarak sosyal yetkinlik ile yordayıcı değişkenler aile, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal destek arasındaki ilişki Tablo 4'de sunulmuştur.

**Tablo 4.** Sosyal Yetkinlik ile Algılanan Sosyal Destek Düzeyine İlişkin Pearson Korelasyon Katsayıları

	Aileden Algılanan Sosyal Destek	Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek	Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek
<i>Sosyal Yetkinlik</i>	.21**	.27**	.19**

\*\* $p<.01$

Tablo 4 incelendiğinde sosyal yetkinlik ile aileden algılanan sosyal destek ( $r=0.21$ ,  $p<0.01$ ), arkadaştan algılanan sosyal destek ( $r=0.27$ ,  $p<0.01$ ) ve öğretmenden algılanan sosyal destek ( $r=0.19$ ,  $p<0.01$ ) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Sosyal yetkinlik düzeyini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla ASDÖ'nün aile, arkadaş ve öğretmen alt ölçekleri alınarak çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analizin sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

**Tablo 5.** Sosyal Yetkinlik Düzeyinin Yordayıcıları Olarak Sosyal Destek Düzeyine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>R</i> <sup>2</sup> <sub>ch</sub>	<i>F</i>	<i>Df</i>	<i>B</i>	<i>β</i>	<i>p</i>
Sabit	.31	.10	.09	21.34	3/613	43.17		.00**
Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek						.69	.20	.00**
Aileden Algılanan Sosyal Destek						.21	.09	.03*
Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek						.21	.12	.00**
Yordacılar: Arkadaş, aile ve öğretmenden alınan sosyal destek								
Bağımlı değişken: Sosyal Yetkinlik								

\**p*<.05, \*\**p*<.01

Tablo 5 incelendiğinde, genel olarak algılanan sosyal desteğin, özgün katkısının sosyal yetkinlik üzerinde anlamlı olduğu ortaya çıkmıştır ( $R^2=.10$ ,  $F_{(63/613)}=21.34$ ,  $p<.01$ ). Bu sonuç algılanan sosyal desteğin, sosyal yetkinlikteki toplam varyansın %10'unu açıkladığını göstermektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre ( $\beta$ ), yordayıcı değişkenlerin, sosyal yetkinlik üzerindeki önem sırası; arkadaştan algılanan sosyal destek ( $\beta=.20$ ,  $p<.01$ ), öğretmenden algılanan sosyal destek ( $\beta=.12$ ,  $p<.01$ ) ve aileden algılanan sosyal destek ( $\beta=.09$ ,  $p<.01$ ) şeklinde sıralanmaktadır.

Araştırma sonucunda sosyal yetkinlik ile arkadaş, aile ve öğretmenden alınan sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca arkadaş, aile ve öğretmenden algılanan sosyal desteğin, sosyal yetkinliği anlamlı düzeyde açıkladığı ortaya çıkmıştır.

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Yapılan bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre, sosyal yetkinlik ve sosyal destek arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bulgular, aile, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal desteğin araştırma kapsamında ele alınan sosyal yetkinlik düzeyini yordamada önemli değişkenler olduğunu göstermiştir.

Araştırmadan elde edilen bu bulgu, Arslan, Y. (2009), Arslan, C.(2009), Doğan (2008), Demirtaş (2007), Wang ve Sound (2008)'un bulgularıyla tutarlı görünmektedir. Söz konusu araştırmalarda aile desteğini algılayan öğrencilerde benlik saygısının, stresle başa çıkma ve problem çözme becerisinin arttığı ve akademik başarılarının yükseldiği saptanmıştır. Buna karşın aile desteği algılamayanların psikolojik belirtiler düzeyleri arasında olumsuz bir ilişki bulunmuştur.

Arkadaş desteği gelişimsel olarak ihtiyaç duyulan sosyalleşme sürecini desteklemekte ve bir gelişim görevi olarak ergenlik döneminde önemli bir etkiye sahiptir (Onur, 1993). Araştırmalar, algılanan arkadaş desteğinin ergen için pozitif bir etkiye sahip olduğunu, destek algılamayanlarda ise depresif özelliklerin gözlemlendiğini (Yıldırım, 2007), buna karşın sosyal destek düzeyinin iyilik hali ile arasında da olumlu bir ilişki (Lynch & Cicchetti, 1997) olduğunu vurgulamaktadır. Bu bulgular, bu araştırmadan elde edilen algılanan arkadaş desteğinin sosyal yetkinlik düzeyi ile olumlu bir ilişkiye sahip olduğu ve ergenin sosyal yetkinlik düzeyini de önemli düzeyde yordadığı bulgusuyla örtüşmektedir.

Regresyon analizleri sonucunda dikkat çeken bir diğer bulgu da, algılanan öğretmen desteğinin, sosyal yetkinlik düzeyini yordamada önemli bir değişken olduğudur. Ergenlik

dönemindeki bireyin sosyal çevresiyle iletişiminin yetişkin-yetişkin biçimine dönüştüğü (Onur, 1993) dikkate alınır, ergenin öğretmeninden algıladığı desteğin, ne anlama geldiği oldukça açıktır. Araştırmadan elde edilen bu bulgu, literatürde, algılanan öğretmen desteği arttıkça akademik başarı ve öğrenmenin (Hattie, 2009), benlik saygısının (Arslan, C, 2009); (İkiz ve Cakar, 2010) ve motivasyonlarının (Wentzel, Battle, Russell ve Looney, 2010) arttığı bulgularıyla paralellik göstermektedir. Öte yandan Arslan, C. (2009)'a göre öğretmen desteğini algılamayan ergenlerin öfke ifadeleri ve sürekli öfke durumları arasında da ters yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Ergenlik dönemindeki bireyin gelişimsel olarak sosyal model alma, çevresindekileri referans noktası olarak alırken, ilk başvurulardan biri olarak öğretmenler görülebilir.

Sosyal destek kavramı, bireyin etrafındaki bireylerden algıladığı yardım veya desteği kapsamaktadır. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeylerini yordayan değişkenlerin sıralamasına bakıldığında, arkadaş, aile ve öğretmen sıralamasının ergenlerin gelişim görevleri ve ihtiyaçları ile de paralel olduğu görülmektedir. Sosyal yetkinlik tanımlarında ortak özellik olan, "bireyin bir işi yapabileceğine dair inancı" dikkat çekmektedir. Burada kişinin fiziksel, sosyal veya diğer değişkenler açısından yapabilme durumuna sahip olup olmaması değil bunu başarabileceğine ilişkin, kendisine yönelik algısı ifade edilmektedir. Bu çalışmada bireyin kendine ve yapabileceğine olan inancını gösteren sosyal yetkinlik düzeyini etkileyen faktörlerden sadece birisi olarak ele alınan sosyal destek kavramının, toplam varyansın %10'unu yordadığı sonucundan yola çıkarak; a) ergenlik döneminde sağlıklı arkadaş ortamlarının çeşitli sosyal faaliyetler kapsamında ergenlere sunulması faydalı olabilir. Böylece bir yandan sosyalleşmeyle ilgili gelişimsel ihtiyaçları karşılanırken, bir yandan da "yapabilirim" düşüncesi artırılarak sosyal yetkinlik algılarının pekiştirilmesi sağlanabilir. b) ergenlerin bu dönemde her ne kadar aileden uzaklaşma, bağımsız olma, kendi kararlarını verme gibi öncelikleri olsa da bunları aileden uzaklaşarak yapmak yerine birlikte ama zaman zaman ayrı olmak koşuluyla daha sağlıklı gerçekleştirebilirler. Dolayısıyla gerek öğrenci seminerlerinde gerekse veli seminerlerinde sosyal yetkinlik algısına yönelik bu durumun açıklıkla paylaşılması her iki taraf için de işlevsel olacaktır. c) ergenlik dönemindeki öğrencilerin kişisel-sosyal, eğitsel ve mesleki yönlerden gelişmesini sağlayan okul ortamında etkili olan okulun ve sınıfın fiziksel ortamı, eğitim programı ve materyalleri olarak standart hale getirebileceğimiz ve kontrol altında tutabileceğimiz değişkenlerdir. Ancak bu değişkenlerde her ne kadar üst seviyelere gelinmiş olsa da bunu üstün seviyelerde tutacak olan yegane faktör öğretmendir. Hangi eğitim sistemine bakılırsa açık olan şey, öğrencileri etkileyen değişkenlerden belki de en etkilisinin insan yani öğretmen faktörü olabileceği dikkat çekmektedir. Dolayısıyla çeşitli aralıklarla öğretmenlere verilecek hizmet içi eğitimlerde, öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeylerine etkilerinin ne kadar yüksek olduğu paylaşarak, öğretmenlerde de zaman zaman azalan farkındalık düzeyinin artırılması yoluna gidilebilir.

## KAYNAKÇA

- Arslan, C. (2009). Anger, Self-Esteem and Perceived Social Support in Adolescence. *Journal of Social Behavior and Personality*, 37 (4), 555-564.
- Arslan, Y. (2009). *Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek ile Sosyal Problem Çözme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Arı, R. (2008). *Eğitim Psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Auley, E. and Blissomers, B. (2000). Self-Efficacy Determinants and Consequences of Physical Activity, *Exercise Sport Science Review*, 28(2), 85-88.
- Akkapulu, E. (2005). *Ergenin sosyal yetkinlik beklentisini yordayan bazı değişkenler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Bandura, A. (1977). Self efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 193.
- Bandura, A. (1997). Self-Efficacy. *Harvard Mental Health Letter*, 13(9), 1-4.
- Bandura, A., Adams, N.E., Hardy GN.(1980). Test of the Generaty of Self-Efficacy Theory. *Cognitive Therapy and Research*. 4, 39-66.

- Bilgin, M. (1999). 14-18 yaş grubu ergenlere yönelik sosyal yetkinlik beklentisi ölçeği geliştirme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(12), 7-14.
- Bruhn, J. G., Philips, B. Y, (1984). Measuring Social Support:A Synthesis of Current Approaches. *Journal of Behavioral Medicine*. 7,150–170.
- Budak, B (1999). *Çocukluk Çağı Lösemileri ve Sosyal Destek Sistemlerinin Aile İşlevlerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Connly, J. (1989). Social Self- Efficacy in Adolescence; Relations with Self- Concept, Social Adjustment and Mental Health, *Canadian Journal of Behavior Science Rewiew*, 21(3), 258-269.
- Demirtaş, A.S.(2007). İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek ve Yalnızlık Düzeyleri ile Stresle Başaçıkma Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Doğan, T. (2008). Psikolojik Belirtilerin Yordayıcısı Olarak Sosyal Destek ve İyilik Hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 3(30), 30-44.
- Ekinci, H. ve Ekici, S (2003). İşletmelerde Örgütsel Stres Yönetim Stratejisi Olarak Sosyal Desteğin Rolüne ilişkin Bir Araştırma, *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi*. 27(1), 109-120.
- Hattie, J. A. C. (2009). Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement. London: Routledge.
- Hortaçsu, N. (1997). *İnsan İlişkileri*. (2.baskı). Ankara: İmge Yayınevi.
- İkiz, F.E. and Cakar, F.S.(2010). Perceived social support and self esteem in adolescence. *Social and Behavioral Sciences*, (5), 2338-2342.
- Lynch, M., & Cicchetti, D. (1997). Children's relationships with adults and peers: An examination of elementary and junior high school students. *Journal of School Psychology*, 35, 81–99.
- Mercer, S.H., Nellis, L.M., Martinez, R.S. ve Kirk M. (2010). Supporting the students most in need: Academic self efficacy and perceived teacher support in relation to within-year academic growth. *Journal of School Psychology*, (49), 323-338.
- Onur, B. (1993). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. Ankara: İmge Yayınevi..
- Özgür G. (1993). Sosyal destek ve sağlık. *Türk Hemşireler Dergisi*, 43(2), 25-27.
- Palancı, M. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Problemlerini Açıklama ve Gidermeye Yönelik Gerçeklik Terapisi Oryantasyonlu Bir Yardım Programının Geliştirilmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, KTÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Selçuk, Z. (2008). *Eğitim Psikolojisi*. (16. Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Skaalvik E.M., Skaalvik, S.(2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout A study of relations. *Teaching and Teacher Education*, 26(4), 1059-1069.
- Sorias O (1988a). Sosyal Destek Kavramı. *E.Ü. Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(1):353-357.
- Sorias O (1988b). Sosyal Destek ve Ruh Sağlığı. *E.Ü. Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(1),359-369.
- Vietze, D.L., Daiute, C., Dow, E. (2010). Encyclopedia of Adolescence, p; 341-351. Elseiver Pres.
- Wang, C.DC. ve Sound, C.C. (2008). The Role of Generational Status, Sef Esteem, Academic Self Efficacy and Perceived Social Support in College Students' Psychological Well-Being. *Journal of College Counseling*, 11, 101-118.
- Wentzel, K.R., Battle, A., Russell, S.L. and Looney, L.B. (2010). Social supports from teachers and pers as predictors of academic and social motivation. *Contemporary Educational Psychology* 35(3), 193-202.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi, güvenilirliği ve geçerliliği. *Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 147-157.
- Yıldırım, İ. (2004). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Revizyonu. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 17, 221-236.
- Yıldırım, İ. (2007). Depression, test anxiety and social support among Turkish students preparing for the university entrance examination. *Eurasian Journal of Educational Research*, 29, 171-184.