



ISSN  
2547-989X

Sinop Üniversitesi  
Sosyal Bilimler Dergisi

Araştırma Makalesi

Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 4 (1), 79-106

Geliş Tarihi:26.03.2020 Kabul Tarihi:03.06.2020

Yayın: Ocak-Haziran 2020 Yayın Tarihi:30.06.2020

<https://doi.org/10.30561/sinopusd.709716>

<https://dergipark.org.tr/sinopusd>

## ERGENLERDE BENLİK SAYGISI VE SOSYAL DESTEĞİN DEPRESYON SEMPTOMLARIYLA İLİŞKİSİ: YAŞAM AMAÇLARININ ARACILIK ROLÜ

**Yaşar KUZUCU\***

**Merve GÜLCÜ\***

**Emre ADALI\***

**Esin ÖZER\***

### Öz

Araştırmanın amacı ergenlerde benlik saygısı ve sosyal desteğin depresyon semptomlarıyla ilişkisinde yaşam amaçlarının aracılık rolünü incelemektir. Araştırmanın örneklem grubunu 509 (337 kadın, 172 erkek) ergen oluşturmaktadır. Veri toplama araçları Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri-Yaşam Amaçları Alt Ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeğidir. Veriler betimsel istatistik, korelasyon ve regresyon analizi yöntemleriyle analiz edilmiştir. Bulgular ergenlerde benlik saygısı ve sosyal destekle depresyon semptomları arasındaki ilişkiye yaşam amaçlarının kısmi aracılık ettiğini göstermektedir. Bu bulgu ergenlerde benlik saygısı ve sosyal desteğin depresyon semptomları üzerindeki etkisinde yaşam amaçlarının önemini ortaya koymaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Ergenlik, Benlik saygısı, Sosyal destek, Yaşam amaçları, Depresyon.

\* Bu araştırmanın verileri 2019 yılında toplanmıştır.

\* Doç. Dr. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, [yasarkuzucu@adu.edu.tr](mailto:yasarkuzucu@adu.edu.tr), <https://orcid.org/0000-0002-8487-9993>.

\* Balıkesir Bahçeşehir Kol., [gulcu.merve@gmail.com](mailto:gulcu.merve@gmail.com), <https://orcid.org/0000-0002-8130-0878>.

\* Balıkesir Uğur Koleji, [emreadali92@gmail.com](mailto:emreadali92@gmail.com), <https://orcid.org/0000-0002-4866-3319>.

\* Dr. Öğr. Üyesi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, [eozer@adu.edu.tr](mailto:eozer@adu.edu.tr), <https://orcid.org/0000-0002-1896-7362>.

## **The Relationship between Self-Esteem, Social Support and Depressive Symptoms among Adolescents: The Mediator Role of Life Purposes**

### **Abstract**

The purpose of this study is to examine the mediator role of life purposes in relationship between self-esteem, social support, life purpose and depression symptoms among adolescents. Participants of the research were composed of adolescence, including 509 (337 females, 172 male). Data collection tools consisted of Rosenberg Self-Esteem Scale, Multidimensional Scale of Perceived Social Support, Psychological Well-Being Scales- Purpose in Life Subscale and Beck Depression Scale. The data were analyzed by descriptive statistics, correlation and regression analysis techniques. The results of the study indicate that life purposes partially mediates the relationship between self-esteem and social support with depression symptoms among adolescents. This finding has revealed the importance of the mediator role of life purposes in the relationship between self-esteem, social support and depression symptoms among adolescents.

**Keywords:** Adolescence, Self-esteem, Social support, Life purposes, Depression.

### **Giriş**

Ergenlik, Latince kökenli bir kelimedir ve yetişkin olmaya giden anlamındaki “adolescere” yükleminden gelmektedir (Lerner ve Steinberg, 2004). Fizyolojik, sosyal ve duygusal geçişler dönemi olup, fiziksel ve bilişsel olarak pek çok değişimi içerir. Çocukluk ile yetişkinlik dönemleri arasında bir köprü olarak görülen bu gelişim döneminde ortaya çıkan fizyolojik ve davranışsal değişiklikler kolayca gözlemlenebilirken, bilişsel ve duygusal değişimleri fark etmek daha güç olmaktadır (Gül, 2016). Ergenler yaşadıkları değişimlere ayak uydurmak için bir uyum sürecinden geçerler. Bu uyum süreci bir kimlik kazanma ve ebeveynlerinden bağımsızlaşarak özerk davranabilme gibi gelişim süreçlerini içinde barındıran kritik bir zaman dilimidir (Steinberg, 2009). Havighurst (1972)’e göre bu zaman dilimi içerisinde erge-

nin değişen fiziksel görünümüne uyum sağlama, toplumsal sorumluluklar alma, duygusal olarak bağımsızlık kazanma, cinsiyet rolüne uygun davranma ve gelecek planları oluşturup mesleğe yönelik tutum geliştirme gibi bir takım gelişim görevlerini yerine getirmesi beklenmektedir. Tüm bu gelişim görevleri ergen üzerinde baskı yaratabilmektedir. Ergenlerin bu baskıyla sağlıklı baş etmesine yardımcı olan psikolojik açıdan önemli bazı faktörler bulunmaktadır. Benlik saygısı (Gür, 1996; Guillon, Crocq ve Bailey, 2003), sosyal destek (Soylu, Taneli ve Taneli, 2013) ve yaşam amaçlarının varlığı (Kasser ve Ryan, 1996; Seligman, Steen, Park ve Peterson, 2005; Park, Peterson ve Seligman, 2004) bu faktörlerden bazılarıdır.

Kişinin kendisine yönelik duygu ve düşüncelerini içeren benlik saygısı ergenlik döneminde özel bir öneme sahiptir (Steinberg, 2009; Lewinsohn, Gotlib ve Seeley, 1997; Yıldız, 2010). Bu dönemde ergenler geçirdikleri pek çok değişimle birlikte benlik karmaşası yaşamaktadırlar. Bu karmaşanın sonucu olarak bazı ergenlerin düşük benlik saygısı geliştirmeleri anti-sosyal davranış, yeme bozukluğu ve intihar girişimi gibi olumsuz sonuçlar yaratabilecek bir risk faktörüdür (Çelen, 2011; Soylu ve ark., 2013; Eskin, Ertekin, Dereboy ve Demirkıran, 2007). Benlik saygısı ve depresyon semptomları arasında olumsuz bir ilişki olduğu (Chan, 1995) ve yüksek benlik saygısının depresyon düzeyinin azalmasında etkili olduğu bilinmektedir (Beck, Brown, Kukylen ve Grisham, 2001; Dumont ve Provost, 1999; Baltacı ve Altan, 2016). Düşük benlik saygılı ergenlerin kendilerini yetersiz ve değersiz görmeleri, kendileriyle ilgili olumsuz değerlendirmeler yapmaları, zorlayıcı yaşantılarla karşılaştıklarında uyum sorunlarına ve depresyona yol açmaktadır (Erol ve Orth, 2011; Fiorelli, Capitello, Barnie, Buonomo ve Gentile, 2019).

Benlik saygısı, olumlu ruh sağlığı değişkenleriyle de ilişki göstermektedir. Alan yazın incelendiğinde yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerin stresle etkili şekilde başa çıkabildikleri (Razı, Kuzu, Yıldız, Ocakçı ve Arifoğlu, 2009; Hamarta, Arslan, Saygın ve Özyeşil, 2009; Park, 2007), öznel iyi oluşa sahip oldukları (Doğan ve Eryılmaz, 2013), hayata karşı olumlu tutum geliştirdikleri (Servidio, Gentile ve Boca, 2018), mutluluk ve yaşam doyumunu daha çok, yalnızlık (Fiorelli ve ark., 2019), kaygı (Bilgin, 2001) ve utangaçlık duygularını daha az yaşadıkları (Yüksel,

2002) görülmektedir. Benlik saygısının farklı baş etme kaynaklarını kullanmayla ilişkili olması, psikolojik iyi oluş açısından önemini ortaya koymaktadır (Ye, Yu, ve Li, 2012; Miller, 2000; Moksnes ve Reidunsdatter, 2019).

Bireyin kendisiyle olan ilişkisi ve kendisine yönelik algısı kadar diğer insanlarla olan ilişkisi ve diğerlerine yönelik algısı da onun ruh sağlığında belirleyici bir role sahiptir (Cüceloğlu, 1992). Bireyler karşılaştıkları kriz durumlarında ve bazı duygusal güçlüklerde kendilerine yakın gördükleri aile üyelerinden ve arkadaşlarından yardım almaktadırlar. Bu yardım ağlarının bireyin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmektedir (Çakır ve Palabıyıkoglu, 1997).

Algılanan sosyal destek, bireyin sosyal ağından gelen desteğin varlığını ve yeterliğini algılama boyutudur (Park, 2007). Ergen bireyin gelişiminde, yaşamındaki önemli diğer kişiler tarafından nasıl algılandığı çok önemli olup (Moksnes ve Reidunsdatter, 2019) aile, öğretmen ve arkadaşlarla kurulan ilişkiler, ergenlerin benlik saygısını desteklemekte, yaşam doyumlarını artırmaktadır (Zhu, 2015). Sosyal destek; kayıp, reddedilme ve belirsizlik gibi durumlarda birey için bir kaynak oluşturmakta ve bireyin stresle baş etmesini kolaylaştırmaktadır (Fiorelli ve ark., 2019; Akın ve Ceyhan, 2005).

Aile ve okul desteğinin psikolojik sağlamlığı artırıcı, depresyonun ortaya çıkmasını veya daha kötüye gitmesini engelleyici rolü olduğu bilinmektedir (Mauolo, Deane ve Ciarrochi, 2019; Green, Hyunsan, Gallis ve Puffer, 2019). Sosyal destek; stres, psikolojik iyi-oluş (Chao, 2012) yalnızlık ve kendine saygı (Zhao, Kong ve Wang, 2013; Hoffman, Ushpiz ve Levy-Shiff, 1988) değişkenleriyle de ilişkilidir. Bireyin sosyal desteği arttıkça sürekli öfke düzeyinin (Doğan, 2008) ve saldırgan davranışlarının azaldığı (Ustabaş, 2011) belirlenmiştir. Diğer yandan, sosyal desteğin yetersizliği depresyon üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir (Compas, Slavin, Wagner ve Vannatta, 1986). Ergenlerin sürekli eleştirildiklerini ve arkadaşları tarafından reddedildiklerini düşünmeleri, depresyon için bir risk faktörü oluşturmaktadır (Eisenbarth, 2012). Destekleyici ebeveyn-ergen iletişimi, depresif semptomlara karşı koruyuculuk sağlamaktayken, olumsuz ilişkiler depresif durumun devamına yol açmaktadır (Wang ve Sheik, 2014).

Yukarıda ele alınan çalışmalarda, kendine saygı ve sosyal desteğin olumlu ve olumsuz ruh sağlığı değişkenleriyle ilişkisi özetlenmiştir. Alan yazında yaşam amaçlarının psikolojik iyi oluş ve ruh sağlığı bozukluklarıyla ilişkisinden yola çıkılarak ergenin sosyo-duygusal gelişimindeki kritik önemini ortaya koyan çalışmalar giderek artmaktadır. Benlik saygısı ve sosyal desteğin depresyonla ilişkisinde aracı olduğu düşünülen yaşam amaçlarının bu değişkelerle ilişkisi aşağıda ele alınmıştır.

### **1. Yaşam Amaçlarının Aracı Rolü**

Yaşam amaçları, ergenin psikolojik iyi oluşunun yanı sıra, yetişkinlikteki başarısını yordamasından dolayı, psikoloji alan yazınında dikkat çekmeye devam etmektedir. Ruh sağlığının korunmasında etkili bir değişken olan yaşam amaçları (Nair, 2003), bireylerin yaşamları boyunca neler yapacaklarına dair oluşturulan planlardır (King, Richards ve Stemmerich, 1998). Hem benlik saygısı (Blazek ve Besta, 2012) hem de sosyal destekle ilişkili olup (Hudson, Elek ve Campbell-Grossman, 2000) bireyin eğitim hedefleri, kariyeri ve oluşturacağı aile yapısı açısından önem taşımaktadır (Malin, Quinn ve Moran, 2014).

Ryan ve Deci (2000) tarafından geliştirilen öz-belirleme kuramına göre yaşam amaçları, bireyin gelecek planlarına sahip olmasını ve yaptığı bu planlara ulaşmak için harekete geçmesini sağlamaktadır. Gelecekle ilgili beklentileri gösterdiği için birinin amaçlarını bilmek onun şimdi ve gelecekteki davranışlarının daha iyi anlaşılmasına yardımcı olmaktadır. Nitekim belli bir amaca sahip olmak bireyin hem fiziksel hem de psikolojik sağlığını olumlu yönde etkilemektedir (Bauer ve McAdams, 2004; Eryılmaz, 2011a; Baumeister ve Vohs, 2002; Eryılmaz, 2011b; Judge, Bono, Erez ve Locke, 2005; Reker, Peacock ve Wong, 1987). Yaşam amaçlarına sahip bireyler, yaşam amacı olmayanlara göre daha mutlu olmakta ve ilişkilerinden daha fazla doyum almaktadır (Kasser ve Ryan, 2001). Özellikle otonomi, duygusal yakınlık, yeterlilik ve kişisel gelişme elde etmeyi içeren içsel amaçlar kişinin kendisiyle ve çevresiyle ilişkisini iyi kılmaktadır (Kasser ve Ryan, 1996). Yaşam amacına sahiplik, benlik saygısını ve yaşamdan alınan doyumunu artırırken, amaçsız olmak mutsuzluk, depresyon, kaygı ve yalnızlık gibi ruhsal sıkıntılara yol açmaktadır (Brdar,

Rijavec ve Miljković, 2009; İlhan, 2013). Schmuck, Kasser ve Ryan (2000) tarafından yapılan, Amerikalı ve Alman öğrencileri kapsayan kültürlerarası çalışmada amaç belirleme ve sürdürmenin bireyin psikolojik sağlığı üzerinde olumlu etkileri olduğu sonucu elde edilmiştir. Benzer şekilde, İlhan ve Özbay'ın (2010) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmadan elde edilen sonuçlar yaşam amaçlarına sahip olmanın öznel iyi oluşu yordadığını göstermektedir. Bu çalışmaların dışında, saldırganlık (Kuzucu ve Şimşek, 2013), intihar (Heisel ve Flett, 2004) ve madde bağımlılığı (Waisberg ve Porter, 1994) gibi problemler yaşamdaki amaç eksikliği ile ilişkili bulunmuştur.

Ergenler, içinde buldukları dönemin gelişim görevlerini yerine getirirken bazı zorluklar yaşayabilmektedirler. Bu zorlukların üstesinden gelmede yüksek benlik saygısına sahip olmaları, sosyal destek almaları ve yaşam amaçları belirlemeleri destekleyici faktörlerdir. Bu destekleyici faktörlerden yoksun olmak, diğer bir ifadeyle düşük benlik saygısı (Hamidi, Bildik ve Tatar, 2013), yetersiz sosyal destek (Albal ve Kutlu, 2010; Eskin, Ertekin, Harlak ve Dereboy, 2008) ve geleceğe yönelik amaçların belirsizliği (Schmuck, Kasser ve Ryan, 2000; Kasser ve Ryan, 1996) ergenlerin kendilerine ve çevrelerine karşı olumsuz tutum geliştirmeleriyle ve depresyonla ilişkili bulunmuştur.

Ergenler duygu, düşünce ve ilişkilerinde ani değişiklikler yaşarken, dürtüsel davranıp hızlı karar verebilirler. Bu durumu depresyonda olduklarında daha yoğun yaşayabilmektedirler (Kuzucu, 2014). Yaşanan bu değişiklikler arasında sosyal geri çekilme, arkadaş ilişkilerinde sorunlar yaşama, okul ve evden kaçma ve madde kullanımını gibi davranışlar yer almaktadır (Şenol, 2006). Ergenlik döneminde yaşanan depresyonun intihar düşüncelerini beraberinde getirebildiği görülmektedir (Eskin ve ark., 2007; Tüzün, 1997). Araştırmalara yansıyan risk faktörleri ergenlerde ruh sağlığını korumaya yönelik değişkenleri araştırmanın önemini artırmaktadır. Ergenlik döneminde ortaya çıkabilecek olası risklerin dikkate alınması ergenlerin sosyo-duygusal gelişimleri açısından da büyük önem taşımaktadır.

Alan yazın benlik saygısının, sosyal desteğin ve yaşam amaçlarının ergenlerde ruh sağlığını etkileyen faktörler olduğunu ortaya koymaktadır. Bununla birlikte

ergenlerde yaşam amaçlarının psikolojik sağlıkla ilişkisini inceleyen çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Benlik saygısı ve sosyal desteğin depresyonla ilişkisinde yaşam amaçlarının rolünü incelemenin ergen çalışmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## **2. Yöntem**

### **2.1. Araştırmanın Modeli**

Araştırmada benlik saygısı (bağımsız değişkenin) ve algılanan sosyal desteğin (bağımsız değişkenin) depresyon semptomlarıyla (bağımlı değişken) ilişkisinde yaşam amaçlarının aracılık etkisini incelemeyi hedefleyen ilişki tarama modeli kullanılmaktadır. İlişki tarama modellerinde birçok değişkenin ortak etkisiyle değişimin varlığı ve düzeyi ifade edilmeye çalışılmaktadır (Karasar, 2009).

### **2.2. Araştırma Grubu**

Araştırma kapsamında Aydın ilinde yaşayan ve beş farklı lisede öğrenim gören 337 kadın (% 66,2), 172 erkek (% 33,7) olmak üzere toplam 509 ergen ile çalışılmıştır. Çalışmaya alınacak ergenleri seçmek için, tesadüfi olmayan-amaçlı (non-random) örnekleme yöntemlerinden biri olan uygun örnekleme kullanılmıştır. Bu örnekleme yöntemi katılımcıların kolay ulaşılabilir kişilerden oluşmasına dayanmaktadır. Bu doğrultuda, çalışmaya alınan okullar kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012). Başlangıçta her okuldan en az 100 katılımcı olacak şekilde 550 öğrenciye ulaşılmıştır. Ancak 23 öğrenci ölçek formunu tamamlamadığı, 18 öğrenci de uç değer olduğu için veri setinden çıkarılmıştır. Çalışmaya katılan ergenlerin yaşları 15 ile 18 arasında değişmektedir. Katılımcıların yaş ortalamaları 17,04 olarak hesaplanmıştır.

### **2.3. İşlem**

Uygulama öncesinde Aydın İl Milli Eğitim Müdürlüğünden gerekli izinler alınmıştır. Araştırmanın kapsamı ve amacı ile ilgili çalışma yapılan okul müdürlükleri bilgilendirilmiş, talep etmeleri durumunda sonuçların rehberlik servisi aracılığıyla paylaşılacağı bilgisi verilmiştir. Uygulamaya başlamadan önce katılımcı-

lara bilgilendirilmiş onam formu okunmuş ve araştırmanın kim/kimler tarafından yapıldığı ve araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiştir. Araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığı ve katılımcıların kişisel bilgilerini paylaşma zorunluluklarının olmadığı belirtilmiştir. Ayrıca ölçek formlarını doldurmaya başlasalar bile, devam etmek istemedikleri takdirde çalışmadan çekilebilecekleri belirtilmiştir. Kullanılan ölçme araçları, öğrencilere eğitim gördükleri sınıflarda 40 dakikalık zaman dilimi içinde uygulanmıştır.

#### **2.4. Veri Toplama Araçları**

##### **2.4.1. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği**

Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır. Ölçek 10 maddeden oluşmaktadır ve 1-4 arasında değişen Likert tipi puanlamaya sahiptir. Beşer tane olumlu ve olumsuz maddenin yer aldığı ölçekten alınan en düşük puan 10, en yüksek puan ise 50'dir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireyin benlik saygısının yüksekliğini göstermektedir. Ölçeğin uyarlamasında elde edilen Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .76 olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada Cronbach alfa katsayı ile hesaplan iç tutarlılık değeri .83 olarak bulunmuştur.

##### **2.4.2. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği**

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Zimet, Powell, Farley, Werkman ve Berkoff (1990) tarafından geliştirilmiş olup, Türkçeye uyarlama çalışması Eker, Akar ve Yıldız (2001) tarafından yapılmıştır. Toplam 12 maddeden oluşan ölçeğin aile, arkadaş ve özel kişi desteği olmak üzere her biri dörder maddelik üç alt faktörü bulunmaktadır. Her bir alt ölçekten hesaplanan en düşük puan 4, en yüksek puan ise 28'dir. Ölçeğin tamamından hesaplanan toplam puan ise en düşük 12, en yüksek 84'tür. Ölçekten alınan yüksek puanlar algılanan sosyal desteğin yüksekliğini göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlığının .78 ile .92 arasında olduğu belirlenmiştir (Eker, Akar ve Yıldız, 2001). Bu çalışmada elde edilen Cronbach alfa katsayı değerleri alt ölçekler için .80 ile .93 arasında olup, tüm maddeler için .87 olarak bulunmuştur.



### **2.4.3. Yaşam Amaçları Ölçeği**

Ryff (1989) tarafından geliştirilen Psikolojik İyi Oluş Ölçeklerinin alt boyutudur. Ölçek 14 maddelik olup yaşamın amacı ve anlamına ilişkin sorulardan oluşmaktadır. Türkçeye uyarlama çalışması Cenkseven (2004) tarafından yapılan ölçek, 1 ile 5 arasında değişen Likert tipi puanlamaya sahiptir. En düşük 14, en yüksek 70 puan alınabilen ölçeğin kesme puanı bulunmamaktadır. Ölçekten alınan puanların yüksekliği yaşam amaçlarına sahip olmanın yüksekliğini göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .90 olarak, test tekrar test güvenilirliği ise .82 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada Cronbach alfa katsayı ile hesaplanan iç tutarlık değeri .85 olarak bulunmuştur.

### **2.4.4. Beck Depresyon Envanteri**

Beck, Ward, Mendelson, Mock, ve Erbaugh (1961) tarafından geliştirilen ölçme aracı, 21 maddelik kendini değerlendirme ölçeğidir. Sorulara 0-3 arasında puan verilerek, 0-63 arasında değişen puanlar elde edilmektedir. Sonuçlar 0-9 hiç yok/minimal depresyon, 10-16 hafif depresyon, 17-29 orta depresyon, 30-63 şiddetli depresyon olarak değerlendirilmektedir. Tegin (1980) tarafından üniversite öğrencileri üzerinden iki yarım test ve test tekrar test yöntemi ile yapılan çalışmada güvenilirlik katsayıları sırayla  $r=.78$  ve  $r=.65$  olarak belirlenmiştir. On dört ile yirmi yaşları arasında 146 öğrenci üzerinde yapılan bir başka çalışmada da BDÖ'nün test-tekrar test güvenilirlik katsayısı  $r=.73$  olarak bulunmuştur (Şahin, Batıgün ve Uğurtaş, 2002). Bu çalışmada Cronbach alfa katsayı değeri .88 olarak hesaplanmıştır.

### **2.5. Verilerin Analizi**

Araştırmada önce regresyon analizinin varsayımları test edilmiş, daha sonra regresyon analiziyle aracılık etkisi incelenmiştir. Verilerin analizleri G\*Power 3.1.9.7, SPSS 25 (Statistical Package for the Social Sciences) ve SPSS Macro PROCESS 3.4 versiyonu Model 4 (Hayes, 2013) kullanılarak gerçekleştirilmiştir. PROCESS ile yapılan aracılık testleri koşullu dolaylı etkinin bootstrap metodu ile yordanmasına imkân tanımaktadır. Bootstrap metodu ile yapılan örneklemin yordama gücü diğer aracılık analizlerinden daha güçlüdür (Fritz ve MacKinnon 2007). Bu çalışmada bootstrap işlemi ile örneklem sayısı 50.000 yükseltilmiş, aracılık etkisi bu örneklem üzerinden araştırılmıştır. Modeldeki dolaylı ve doğrudan etkilerin önemi

% 95 düzeltilmiş güven aralığı (bias corrected confidence interval) temelinde değerlendirilmiştir. Güven aralığının %95 üst ve alt limitlerinin sıfır içermemesi aracılık etkisinin anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır (Hayes, 2013).

### **3. Bulgular**

#### **3.1. Ön Analizler**

Araştırmanın örneklem sayısını belirlemek için G\*Power 3.1.9.7 programı kullanılmıştır. Söz konusu program kullanılarak yapılan analiz sonuçlarına göre %95 istatistiksel güç ve 0,05 hata payı için araştırma kapsamında ulaşılması gereken örneklem sayısı 400 olarak hesaplanmıştır. Kayıp veri ve uç değer olasılığı dikkate alınarak 550 ergene ulaşılmıştır.

Frekans ve betimsel istatistikler ile veri girişindeki hataların kontrol edilmesinin ardından kayıp verilerin etkisi incelenmiştir. Veri setinde %5'ten fazla veri kaybı tespit edildiğinde o ölçüme ait veriler kapsam dışında tutulmuştur. Tamamıyla Rastlantısal Olan Kayıp Veriler - TROK (Little's Missing Completely at Random - MCAR) testinin sonuçları ( $\chi^2 = 372,36$ ,  $ss = 38$ ,  $p = .09$ ) eksik gözlemlerin tamamen rastgele eksik yapıda olduklarını göstermektedir. TROK, değişkenin düşük/yüksek değer almasıyla ilişkili olmayan, başka bir değişkenin etkisiyle ortaya çıkmayan tamamen rastlantısal olarak dağılmış kayıp verilerdir (Demir, Çüm, Gelbal ve Kışla, 2018).

Uç değer analizi 527 veri için önce tek yönlü uç değerler kutu grafiğiyle test edilmiş ve 18 uç değer veri setinden çıkarıldıktan sonra analizlere 509 veri ile devam edilmiştir. Çok değişkenli uç değerleri Mahalanobis uzaklıkları ile hesaplanmıştır. Mahalanobis uzaklığı, her bireyin diğer bireyler için hesaplanan tüm değişkenlerin ortalamalarının kesişim noktası olan ağırlık merkezinden uzaklığıdır (Tabachnick ve Fidell, 1996). Hesaplanan Mahalanobis değeri ki-kare değeri ile karşılaştırılarak belirlenmekte ve ki-kare değerinin üstündeki Mahalanobis değerleri uç değer olarak kabul edilmektedir (Pallant, 2005). Hesaplanan ki-kare ( $\chi^2 = 13.07$ ) değerinin üzerinde herhangi bir uç değer belirlenmemiştir. Diğer bir ifadeyle .001 düzeyinde anlamlı herhangi bir değer saptanmadığı için analizlere 509 kişi ile devam edilmiştir.

Regresyon analiziyle aracılık ilişkisini test etmeden önce bazı varsayımların karşılanması gerekmektedir. Bu varsayımlar, değişkenler arasında çoklu doğrusal bağlantının (multicollinearity), değişen varyansın (heteroscedasticity) ve oto korelasyonun (autocorrelation) yokluğu ile normal dağılımın (Hox, 2013; Cohen, Cohen, West ve Aiken, 2013) varlığıdır. Bu bilgilerden hareketle, veri seti çoklu doğrusal bağlantı, değişen varyans, oto korelasyon ve normallik açısından incelenmiştir.

Çoklu doğrusal bağlantı iki ve daha fazla değişken arasında yüksek ve doğrusal bir ilişki olduğunu göstermektedir. Değişkenler arasındaki yüksek ilişkiler tahminlerin güvenilirliğinde ciddi problemlere yol açtığı (Alin, 2010) ve uyum değerlerini bozduğu için çoklu doğrusal bağlantıyı kontrol etmek önem taşımaktadır (Browne, MacCallum, Kim, Anderson ve Glasser, 2002). Alan yazında Varyans Artış Faktörü (Variance Inflation Factor=VIF) ve durum endeksi (Condition Index=CI) teknikleri, çoklu doğrusal bağlantı olup olmadığını test etmek için başvurulan teknikler arasındadır (Alin, 2010). Bu çalışmada her iki teknikten de yararlanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda VIF değerleri 1.2 ile 1.8 arasında, CI değerleri ise 11.1 ile 18.2 değerleri arasında değişmektedir. Bu değerlerin VIF için 10, CI için ise 30 kritik değerinin altında olması (Büyüköztürk, 2007), çalışmanın veri setinde çoklu doğrusal bağlantı probleminin bulunmadığına kanıt olarak sunulmuştur.

Değişen varyans (heteroscedasticity) hata terimi varyansının tüm gözlemler için aynı olmaması durumudur. Değişen varyansın varlığı regresyon analizinde problem yaratmaktadır. Doğrusal regresyonda kullanılan en küçük kareler yöntemi değişkenlerin sabit varyans olduğunu varsayar. Çünkü değişen varyans “p” anlamlılık değerinin olması gerekenden daha küçük değerler almasına sebep olmaktadır. Bu durum da elde edilen verilerde yanılığa yol açabilmektedir (Knaub, 2007). Buna ek olarak Tabachnick ve Fidell (1996) değişen varyansın çalışmanın sonuçlarında bozulma yaratarak tip bir hata olasılığını arttırdığını vurgulamaktadır. Bu çalışmada değişen varyansı test etmek için Breusch-Pagan testi (Hayes ve Cai, 2007) kullanılmıştır. Bu test sonucunda bulunan değerlerin anlamsız çıkması ( $p=.11$  ve  $p=.06$ ) varsayımın karşılandığını göstermektedir.

Regresyon analizi öncesinde karşılanması gereken varsayımlardan bir diğeri de veri setinde oto korelasyonun olmamasıdır. Açıklanamayan değişkenlikler (residuals) birbirinden bağımsız olmadığı durumlarda oto korelasyon ortaya çıkmaktadır (Cohen ve ark., 2013). Daha açık bir anlatımla bu varsayımın karşılanmaması bağımsız değişkenlerin hata terimleri arasında korelasyon olduğunu göstermektedir (Godfrey, 1988). Oto korelasyonu kontrol etmek için Durbin-Watson testi kullanılarak yapılan analiz sonucunda, açıklanamayan değişkenlikler arasında oto korelasyon olmadığı belirlenmiştir. Durbin Watson testinden beklenen referans aralığı 1,5 ile 2,5 olarak alınmaktadır. Bu çalışmada elde edilen değerlerin 2 olması değişkenlerin hata terimleri arasında oto korelasyon olmadığını ortaya koymaktadır.

Normallik varsayımının karşılanıp karşılanmadığını kontrol etmek amacıyla basıklık ve çarpıklık katsayıları hesaplanmıştır. Tablo 1’de, değişkenlere ait ortalama ve standart sapma puanları ile birlikte basıklık ve çarpıklık değerleri de verilmiştir.

Tablo 1: *Değişkenlere Ait Betimsel İstatistik Sonuçları*

Değişkenler	$\bar{X}$	SS	Basıklık	Çarpıklık
Yaşam Amaçları	52.77	8.4	-.66	-.45
Benlik Saygısı	39.37	7.4	-.74	-.11
Sosyal Destek	43.70	10.4	-.19	-.69
Depresyon Semptomları	28.32	9.3	-.60	-.16

$N=509$

Tablo 1’de değişkenlerin basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerlerine bakıldığında basıklık değerlerinin -.19 ve -.74; çarpıklık değerlerinin ise -.11 ve -.69 arasında değiştiği görülmektedir. Sonuçlar normallik varsayımının karşılandığını göstermektedir. Çoklu regresyon analizi yapabilmek için gerekli olan önkoşullar karşılanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki düzeylerini incelemek amacıyla korelasyon (pearson momentler çarpımı) katsayıları hesaplanmıştır. Bu verilere ilişkin değerler Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2: *Değişkenler Arasındaki Korelasyon Sonuçları*

Değişkenler	1	2	3	4
Yaşam Amaçları	-			
Benlik Saygısı	.53**	-		

Sosyal Destek	.40**	.42**	-	
Depresyon Semptomları	-.44**	-.50**	-.42**	-

$N=509$ , \* $p<.01$ , \*\* $p<.001$

Sonuçlara göre benlik saygısının yaşam amaçları ( $r=0.53$ ,  $p<.001$ ) ve sosyal destekle ( $r=0.42$ ,  $p<.001$ ) ilişkisi orta düzeyde pozitif ve anlamlıyken, depresyon semptomlarıyla ( $r=-0.50$ ,  $p<.001$ ) orta düzeyde negatif ve anlamlıdır. Sosyal desteğin yaşam amaçlarıyla ilişkisi ( $r=0.40$ ,  $p<.001$ ) orta düzeyde pozitif ve anlamlı, depresyon semptomlarıyla ( $r=-0.42$ ,  $p<.001$ ) orta düzeyde negatif ve anlamlıdır. Depresyon semptomlarının yaşam amaçlarıyla ilişkisi ( $r=-0.44$ ,  $p<.001$ ) ise orta düzeyde negatif ve anlamlıdır.

### 3.2. Aracılık Analizleri

Araştırma modelinde, benlik saygısı ile depresyon semptomları arasında yaşam amaçlarının aracılık rolü incelenmiştir. Bu kapsamda regresyon modeliyle benlik saygısının depresyon semptomları üzerindeki etkisi test edilmiştir. Doğrudan ve dolaylı etkiye ilişkin sonuçlar Tablo 3'te rapor edilmiştir.

Tablo 3: Benlik Saygısının Depresyon Semptomlarına Dolaylı ve Doğrudan Etkisi

Değişkenler	B	SH	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	Bootsrap	Bootsrap
						%95 GA Alt	%95 GA Üst
<b>TOPLAM ETKİ</b>							
Benlik Saygısı→Depresyon Smptm	-.62	.04	-.50**	13	.50	-.7234	-.5340
<b>DOĞRUDAN ETKİ</b>							
Benlik Saygısı→Yaşam Amaçları	.60	.04	.52**	-8.5	.53	-.5840	-.3664
Yaşam Amaçları→Depresyon Smptm	-.25	.04	-.23**	-5.2		-.3516	-.1597
<b>DOLAYLI ETKİ</b>							
Benlik Saygısı→Yaşam Amaçları→ Depresyon Smptm	-.15	.03	-.13*			-.5840	-.3664

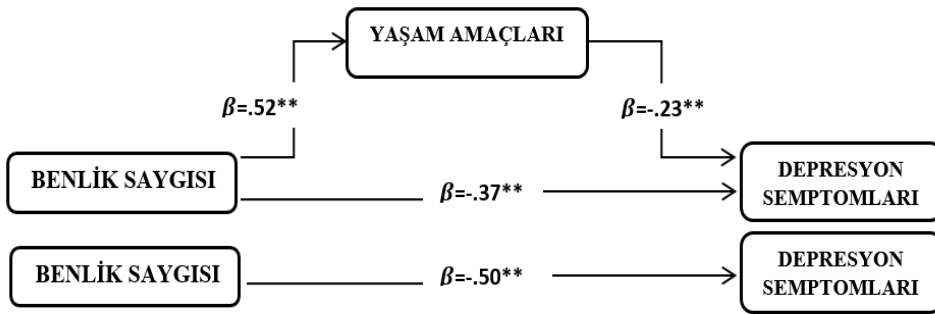
$N=509$ , SH=Standart Hata, GA=Güven Aralığı, \* $p<.01$ , \*\* $p<.001$ , Semptomları=Smptm

Buna göre, benlik saygısının bağımlı değişken olan depresyon semptomları üzerindeki toplam etkisi negatif yönde ve anlamlıdır ( $\beta=-.50$ ,  $SH=.04$ , %95 GA=[-

.7234, -.5340],  $p < .001$ ). Benlik saygısı aracı değişken olan yaşam amaçlarını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır ( $\beta = .52$ ,  $SH = .04$ , %95 GA = [-.5840, -.3664],  $p < .001$ ). Aracı değişken olan yaşam amaçları ise depresyon semptomlarını negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır ( $\beta = -.23$ ,  $SH = .04$ , %95 GA = [-.3516, -.1597],  $p < .001$ ). Benlik saygısının depresyon semptomlarına dolaylı etkisi de negatif yönde anlamlıdır ( $\beta = -.13$ ,  $SH = .03$ , %95 GA = [-.5840, -.3664],  $p < .01$ ). Benlik saygısı yaşam amaçları ile birlikte analize alındığında, benlik saygısının depresyon semptomları üzerindeki etkisi azalsa da anlamlılığı sürmektedir ( $\beta = -.37$ ,  $SH = .05$ , %95 GA = [-.5840, -.3664],  $p < .001$ ).

Yaşam amaçlarının benlik saygısı ve depresyon semptomları arasındaki aracılık etkisinin anlamlılığını belirlemek için 50.000 kişilik bootstrap örneklemini üzerinden analiz yapılmıştır. Bootstrap analizinden elde edilen sonuçların sunulduğu Tablo 3 incelendiğinde, bootstrap standardize değer aralıklarının sıfır içermediği görülmektedir. Bu sonuç yaşam amaçlarının kısmi aracılık rolünün anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır. Şekil 1 aracılık modeline ilişkin standardize katsayılarını göstermektedir.

Şekil 1: Benlik Saygısı ve Depresyon Semptomları İlişkisinde Yaşam Amaçlarının Aracılığı



Ergenlerin algıladığı sosyal desteğin depresyon semptomları üzerindeki etkisinin test edildiği modelden elde edilen doğrudan ve dolaylı etkiye ilişkin sonuçlar Tablo 4'te rapor edilmiştir.

Tablo 4: Sosyal Desteğin Depresyon Semptomlarına Dolaylı ve Doğrudan Etkisi

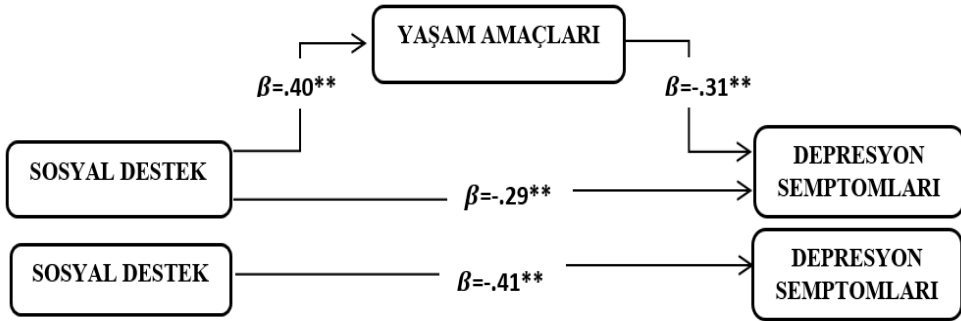
Değişkenler	B	SH	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	Bootsrap %95 GA Alt	Bootsrap %95 GA Üst
<b>TOPLAM ETKİ</b>							
Sosyal Destek→Depresyon Smptm	-.37	.03	-.41**	-10	.41	-.4473	-.3046
<b>DOĞRUDAN ETKİ</b>							
Sosyal Destek→Yaşam Amaçları	-.32	.03	.40**	-6.9	.50	-.3363	-.1885
Yaşam Amaçları→Depresyon Smptm	-.34	.04	-.31**	-7.5		-.4396	-.2578
<b>DOLAYLI ETKİ</b>							
Sosyal destek→Yaşam Amaçları→ Depresyon Smptm	-.11	.02	-.12*			-.3363	-.1885

N: 509, SH=Standart Hata, GA=Güven Aralığı, \* $p<.01$ , \*\* $p<.001$ , Semptomları=Smptm

Bu modelden elde edilen sonuçlara göre, sosyal desteğin depresyon semptomları üzerindeki toplam etkisi negatif yönde ve anlamlıdır ( $\beta=-.41$ ,  $SH=.03$ , %95 GA=[-.4473, -.3046],  $p<.001$ ). Sosyal destek aracı değişken olan yaşam amaçlarını pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır ( $\beta=.40$ ,  $SH=.03$ , %95 GA=[-.3363, -.1885],  $p<.001$ ). Aracı değişken olan yaşam amaçları ise depresyon semptomlarını negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır ( $\beta=-.31$ ,  $SH=.04$ , %95 GA=[-.4396, -.2578],  $p<.001$ ). Sosyal desteğin depresyon semptomlarına dolaylı etkisi de negatif yönde anlamlıdır ( $\beta=-.12$ ,  $SH=.02$ , %95 GA=[-.3363, -.1885],  $p<.01$ ). Sosyal destek yaşam amaçları ile birlikte analize alındığında, sosyal desteğin depresyon semptomları üzerindeki etkisi azalmakla birlikte anlamlılığı sürmektedir ( $\beta=-.29$ ,  $SH=.05$ , %95 GA=[-.3363, -.1885],  $p<.001$ ).

Yaşam amaçlarının sosyal destek ve depresyon semptomları arasındaki aracılık etkisinin anlamlılığını belirlemek için yapılan bootsrap analizinden elde edilen sonuçlar Tablo 4 üzerinde sunulmuştur. Değerler incelendiğinde, bootsrap standarde değer aralıklarının sıfır içermemesi yaşam amaçlarının kısmi aracılık rolünün anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır. Şekil 2 modele ilişkin standardize katsayılarını göstermektedir.

Şekil 2: Sosyal Destek ve Depresyon Semptomları İlişkisinde Yaşam Amaçlarının Aracılığı



Elde edilen değerler ergenlerin algıladıkları sosyal destek ile gösterdikleri depresyon semptomları arasındaki ilişkide yaşam amaçlarının kısmi aracı etkisi olduğunu ortaya koymaktadır.

## Sonuç

Ergenlerin benlik saygısı ve algıladıkları sosyal desteğin depresyon semptomlarıyla ilişkisinde yaşam amaçlarının aracılık rolünü incelemek amacıyla yapılan araştırma sonucunda, benlik saygısı ve sosyal desteğin depresyon semptomları ile ilişkisinde yaşam amaçlarının kısmi aracılık rolünün olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın sonuçları, benlik saygısının ve sosyal desteğin depresyonla ilişkisini inceleyen benzer çalışmalarda elde edilen sonuçlarla tutarlılık göstermektedir (Baltacı ve Altan, 2016; Siyez, 2003). Benzer şekilde, sonuçlar yaşam amaçlarının benlik saygısı (Türkmen, 2012) ve sosyal destekle ilişkisini gösteren (Wang ve ark., 2016; Johnson, 2007) diğer araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Alan yazında, bu araştırmadan elde edilen yaşam amaçları depresyon ilişkisini gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Durant ve ark., 1994; Robak ve Griffin, 2000).

Ergen bireyin benlik saygısı ve depresyon semptomları ilişkisinde yaşam amaçları üzerinden kısmi de olsa dolaylı bir etkinin varlığı söz konusudur. Ergenlik döneminde fiziksel, psikolojik ve sosyal alanda yaşanan pek çok değişim arasında fiziksel gelişim diğerlerinden daha hızlıdır (Derman, 2008). İlk yıllarda benlik say-



gısı için önemli olan beden imajı ilerleyen yıllarda yerini sosyal ve bilişsel özelliklere bırakmakta (Oktan ve Şahin, 2010), ebeveynlerden ve akranlardan alınan dönütlerle benlik saygısı şekillenmeye devam etmektedir (Seidman ve ark., 1999). Olumlu benlik algısı olan ergenin öz yeterlik algısı da bundan etkilenmekte ve benlik saygısı arttıkça öz yeterliliği artmaktadır (Telef ve Karaca, 2011). Öz yeterlik algısı artan bireyin kendini algılama biçimi onun amaç belirlemesini ve amaçlarına yönelik çabasını olumlu etkilemektedir (Bandura, 1994). Geleceğe daha iyimser ve umutlu bakmaya başlayan ergen, gelecek yönelimi ve yaşam amaçları geliştirmektedir (Schmuck, Kasser ve Ryan, 2000). Yaşam amaçlarına sahip olan ergenlerin depresyon semptomlarını daha az gösterdiği görülmektedir.

Benlik saygısı farklı baş etme kaynaklarını araştırmayı ve daha çok sosyal destek almayı kolaylaştırarak iyi oluşu artırmaktadır (Boden, Fergusson ve Horwood, 2008). Düşük benlik saygılı bireyler, yetersizlik algılarından ortaya çıkan olumsuz duyguları yönetmekte zorlanmakta ve karşılaştıkları zorluklarda daha stresli tepkiler vermektedir (Eisenbarth, 2012). Yüksek benlik saygısı olan bireyler ise olumlu duygu durumuna ve yüksek motivasyona sahip oldukları için zor durumlar karşısında etkili baş etme stilleri kullanmaktadır (Harter, 1993). Benlik saygısı ve depresyon semptomları ilişkisinde yaşam amaçlarının aracılık rolü, alan yazındaki benzer çalışma sonuçlarıyla desteklenmektedir. Sonuçlar, benlik saygısı yüksek bireylerin yaşam amaçlarının olduğu ve yaşam amaçlarının varlığının psikolojik sağlığı olumlu etkilediğini gösteren çalışmalarla tutarlıdır (Bilgin, 2018; Hodges, Denig ve Crove, 2014; Schmuck, Kasser ve Ryan, 2000; Brdar, Rijavec ve Miljković, 2009; Zuckerman, 1985).

Araştırmanın diğer bağımsız değişkeni olan ergen tarafından algılanan sosyal desteğin ergenin depresyon semptomları ile ilişkisinde yaşam amaçlarının kısmi aracılık rolü oynadığı belirlenmiştir. Modern dünyada endüstrileşme ve kentleşmeyle birlikte bireylerin ilişkilerinde değişimler yaşanmaktadır (Yıldırım, 1997). Kişiler arası ilişkiler bozulmakta ve bozulan ilişkilerin bir sonucu olarak sosyal izolasyon giderek artmaktadır (Kılınç ve Sevim, 2005). Sosyal ait olma duygusunun ve sosyal desteğin eksikliği yalnızlık duygusunu artırmaktadır (Hagerty ve Williams, 1999).

Ailesi, öğretmenleri ve arkadaşları tarafından kabul edildiğini düşünmek ve onların yakınlıklarını hissetmek, ergenin benlik saygısının artmasında oldukça önemlidir. Ergenlik döneminde kimlik oluşturmaya çabalayan ergen sosyal çevresinden destek alabildiği ölçüde sağlıklı bir kimlik oluşturabilmektedir (Uzman, 2002). Sosyal desteği olan ergenlerin kendilerini sosyal güven içinde hissettiklerini ve güven duygusunun onların karar verme davranışını olumlu etkilediğini gösteren araştırmalar yer almaktadır (Dülger, 2009). Sosyal açıdan kendini güvende hissedenden birey geleceğe daha umutlu bakmakta (Altınsoy ve Özyer, 2018) ve gelecek amaçları belirlemektedir (Vietze, 2011). Diğer bir ifadeyle bireyin kendisini (Erez ve Judge, 2001; Heimpel ve ark., 2006) ve aldığı sosyal desteği algılama biçimi, onun yaşam amaçlarını şekillendirmektedir (Wentzel, 1998). Yaşam amacının varlığı da bireyin yaşamını düzenlemesini kolaylaştırmakta (Klinger, 1998) geleceğe odaklanmasını ve yaşamına anlam katmasını sağlayarak öznel iyi oluşunu artırmaktadır (Emmons, 2003).

Bireyin yaşam amaçlarının, onların başa çıkma stilleri üzerinde manidar bir etkisi olduğu bilinmektedir (Folkman ve Lazarus, 1985). Yaşam amaçları kısıtlanan veya engellenen bireylerin çok çabuk öfkelenedikleri ve uyumsuz başa çıkma stilleri kullandıkları görülmektedir (Yazgan, 2003). Diğer yandan yaşam amaçlarının varlığı, bireyleri bu amaçları engelleyen problemleri çözmeye ve zorluklarla mücadele etmeye daha istekli hale getirmektedir (Ülküer, 1988). Hofer ve Chasiotis (2003)'e göre kişisel amaçlar için mücadele etmek, kişinin yaşamına anlam kazandırması ve yönünü tayin etmesinde önemlidir. Kişinin kendisi için önemli yaşam amaçlarına sahip olması ve bu amaçlara ulaşmak için çaba harcaması ruh sağlığını olumlu etkilemektedir. Kısacası, kendisiyle ve çevresiyle ilişkileri iyi olan kişilerin geleceğe yönelik beklenti ve amaçlar geliştirdiği, geliştirdikleri amaçların da ruh sağlıkları üzerinde önemli ölçüde etkili olduğu görülmektedir.

Hem eğitsel hem de mesleki rehberlikte ergenlerin motivasyonları ve amaç yönelimli olmaları önemsenmektedir. Araştırma sonuçları göz önüne alındığında, ergenlerin benlik saygıları ve sosyal ilişkilerini geliştirmelerine yönelik yapılacak kişisel ve sosyal rehberlik çalışmaları onların kişisel ve sosyal gelişimlerine olduğu kadar eğitsel ve mesleki gelişimleri açısından da önem taşımaktadır. Kendisinden ve

çevresinden destek alabilen ergenlerin yaşam amaçları oluşturmaları kolaylaşmaktadır. Benlik saygısı yüksek, sosyal destek kaynakları etkin olan, beraberinde kişisel, eğitsel ve mesleki amaçlar geliştiren ergenlerin, psikolojik açıdan sağlıklı oldukları görülmektedir.

Gelecek yönelimini ve yaşam amaçlarını geliştirmeye yönelik yapılacak psiko-eğitsel çalışmaların ruh sağlığı açısından koruyucu ve iyileştirici rol oynayabileceği düşünülmektedir. Bu noktadan hareketle, alanda çalışan psikolojik danışmanların gerek grupla rehberlik, gerekse bireyle psikolojik danışma uygulamalarında ergenlerin benlik saygılarını güçlendirmeye, sosyal destek kaynaklarını arttırmaya ve yaşam amaçları geliştirmelerine yönelik çalışmalar yapmaları önem taşımaktadır.

Araştırmada elde edilen sonuçların uygulamacı ve araştırmacılar için yararlarının yanı sıra, çalışma bazı sınırlılıklar da içermektedir. Araştırma verilerinin tek zamanlı (kesitsel) veri toplama yöntemiyle toplanmış olması, katılımcıların sadece Aydın ilinden seçilmesi ve örnekleme yer alan kadın erkek oranının dengeli dağılması birer sınırlılıktır. Yapılan çalışmanın gelişimsel bir döneme vurgu yapması sebebiyle araştırmada kullanılan değişkenlerle yapılacak zaman serili (boylamsal) çalışmalar sonuçları güçlendirecektir. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise verilerin öz-değerlendirme (self-report) yöntemiyle toplanmış olmasıdır. Yapılacak çalışmalarda arkadaş, anne-baba vb. çoklu bilgi kaynaklarından (multi-informant) yararlanılabilir.

## **Kaynakça**

- Altınsoy, F., ve Özyer, K. K. (2018). Liseli ergenlerde okula aidiyet duygusu: Umutsuzluk ve yalnızlık ile ilişkileri (School belonging sense for high school adolescence: the relationship with hopelessness and loneliness). *İlköğretim Online*, 17 (3), 1751–1764.
- Akın, D., ve Ceyhan, E. (2005). Resmi ve özel genel lise öğrencilerinin ailelerinden, arkadaşlarından ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri açısından kendini kabul düzeylerinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2 (70), 69-88.
- Albal, E., ve Kutlu, Y. (2010). Depresyonla başa çıkma öz-yeterlik düzeyi ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişki. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1 (3), 115-120.
- Alin, A. (2010). Multicollinearity. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Computational Statistics*, 2 (3), 370–374.

- Baltacı, H., ve Altan, T.(2016). Lise öğrencilerinde benlik saygısının yordayıcısı olarak depresyon, bağlanma ve şiddet eğilimi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1 (40), 227-239.
- Bandura, A. (1994). *Self-efficacy*. New York: John Wiley ve Sons Incorporation.
- Bauer, J. J., ve McAdams, D. P. (2004). Growth goals, maturity, and well-being. *Developmental Psychology*, 40 (1), 114-127.
- Baumeister R. F., ve Vohs K. D. (2002). Handbook of positive psychology. İçinde C. R. Snyder, S. J Lopez (Ed.), *The pursuit of meaningfulness in life* (ss.608-618). New York: Oxford University Press.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., ve Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561–571.
- Beck, A. T., Brown, G. K., Steer, R. A., Kukyen, W., ve Grisham, J. (2001). Psychometric properties of the Beck Self-esteem Scale. *Behaviour Research and Therapy*, 39 (1), 115-124.
- Bilgin, O. (2018). Ergenlerin özgüven düzeyi ile yaşam amacı ve diğerleriyle olumlu ilişkiler arasındaki ilişki. *Yaşadıkça Eğitim Dergisi*, 31 (2), 55-66.
- Bilgin, S. (2001). *Ergenlerde kaygı ile benlik saygısı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Blazek, M., ve Besta, T. (2012). Self-concept clarity and religious orientations: Prediction of purpose in life and self-esteem. *Journal of Religion and Health*, 51 (3), 947-960.
- Boden, J. M., Fergusson, D. M., ve Horwood, L. J. (2008). Does adolescent self-esteem predict later life outcomes? A test of the causal role of self-esteem. *Development and Psychopathology*, 20 (1), 319-339.
- Brdar, I., Rijavec, M. ve Miljković, D.(2009). Life Goals and Well-Being: Are Extrinsic Aspirations Always Detrimental to Well-Being? *Psychological Topics*, 8 (2), 317-334.
- Browne, M. W., MacCallum, R. C., Kim, C., Andersen, B. L., ve Glaser, R. (2002). When fit indices and residuals are incompatible. *Psychological Methods*, 7, 403–421.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yay.
- Chao, R. C. L. (2012). Managing perceived stress among college students: The roles of social support and dysfunctional coping. *Journal of College Counseling*, 15 (1), 5–21.
- Chan, D. W. (1995). Depressive symptoms and coping strategies among Chinese adolescents in Hong Kong. *Journal of Youth and Adolescence*, 24, 267-279.

- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., ve Aiken, L. S. (2013). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences*. Routledge.
- Compas, B. E., Slavin, L. A., Wagner, B. M. ve Vannatta, K. (1986). Relationship of life events and social support with psychological dysfunction among adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 15, 205-221.
- Cüceloğlu, D. (1992). *İnsan ve davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakır, Y., ve Palabıykoğlu, R. (1997). Gençlerde sosyal destek-Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması, *Kriz Dergisi*, 5 (1), 15-24.
- Çelen, N. (2011). *Ergenlik ve genç yetişkinlik*. İstanbul: Papatya.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Demir, E. K., Çüm, S., Gelbal, S., ve Kışla, T. (2018). Kayıp veriler yerine yaklaşık değer atamak için kullanılan gelişmiş yöntemlerin farklı koşullar altında karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 230-249.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psiko-sosyal gelişim. *Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Sempozyum Dizisi*, 63, 19-21.
- Doğan, T. (2008). Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve iyilik hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (30), 30-44.
- Doğan, T., ve Eryılmaz, A. (2013). Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33 (33), 107-117.
- Dumont, M., ve Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28 (3), 343-363.
- Durant, R. H., Cadenhead, C., Pendergrast, R. A., Slavens, G., ve Linder, C. W. (1994). Factors associated with the use of violence among urban black adolescents. *American Journal of Public Health*, 84 (4), 612-617.
- Dülger, Ö. (2009). *Ergenlerde algılanan sosyal destek ile karar verme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Eisenbarth, C. (2012). Does self-esteem moderate the relations among perceived stress, coping, and depression? *College Student Journal*. 46 (1), 149-157.

- Eker, D., Arkar, H., ve Yıldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12 (1), 17–25.
- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C. L. M. Keyes ve J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (p. 105–128). American Psychological Association.
- Erez, A., ve Judge, T. A. (2001). Relationship of core self-evaluations to goal setting, motivation, and performance. *Journal of Applied Psychology*, 86 (6), 1270-1279.
- Erol, R. Y., ve Orth, U. (2011). Self-esteem development from age 14 to 30 years: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101 (3), 607-619.
- Eryılmaz, A. (2011a). Ergen öznel iyi oluşunun, öznel iyi oluşu artırma stratejilerini kullanma ile yaşam amaçlarını belirleme açısından incelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24 (1), 44-51.
- Eryılmaz, A. (2011b). İhtiyaç doyumu ve yaşam amaçları belirleme: Lise öğrenimi gören ergenler için bir öznel iyi oluş modeli. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11 (4), 1747-1764.
- Eskin, M., Ertekin, K., Dereboy, C., ve Demirkıran, F. (2007). Risk factors for and protective factors against adolescent suicidal behavior in Turkey. *Crisis*, 28 (3), 131-139.
- Eskin, M., Ertekin, K., Harlak, H. ve Dereboy, Ç. (2008). Lise öğrencisi ergenlerde depresyonun yaygınlığı ve ilişkili olduğu etmenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19 (4), 382-389.
- Fiorelli, C., Capitello, T. G., Barni, D., Buonomo, I., ve Gentile, S. (2019). Predicting adolescent depression: The interrelated roles of self-esteem and interpersonal stressors. *Frontiers in Psychology*, 10, 565.
- Folkman, S., ve Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: A study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E. and Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). New York: McGraw-Hill Companies.
- Fritz, M. S., ve MacKinnon, D. P. (2007). Required sample size to detect the mediated effect. *Psychological Science*, 18 (3), 233-239.
- Green, E. P., Cho, H., Gallis, J., ve Puffer, E. S. (2019). The impact of school support on depression among adolescent orphans: A cluster-randomized trial in Kenya. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 60 (1), 54-62.

- Godfrey, L.G. (1988). *Specification Tests in Econometrics*, Cambridge, UK: Cambridge.
- Guillon, M. S., Crocq, M. A., ve Bailey, P. E. (2003). The relationship between self-esteem and psychiatric disorders in adolescents. *European Psychiatry*, 18 (2), 59-62.
- Gül, E. (2016). *Ergenlerde sosyal görünüş kaygısı ve sosyal karşılaştırmanın fonksiyonel olmayan tutum ve bilişsel çarpıtmalarla ilişkisi*. Yayınlanmış yüksek lisans tezi, İstanbul: Üsküdar Üniversitesi.
- Gür, A. (1996). *Ergenlerde depresyon ve benlik saygısı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hagerty, B. M., ve Williams, A. (1999). The effects of sense of belonging, social support, conflict, and loneliness on depression. *Nursing Research*, 48 (4), 215-219.
- Hamarta, E., Arslan, C., Saygın, Y., ve Özyeşil, Z. (2009). Benlik saygısı ve akılcı olmayan inançlar bakımından üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yaklaşımlarının analizi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7 (18), 25-42.
- Hamidi, F., Bildik, T., ve Tatar, A. (2013). Ergenlerde depresyon ile ilişkili koruyucu ve risk etkenleri: Karşılaştırmalı bir çalışma. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14, 145-151.
- Harter, S. (1993). Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents. İçinde R. Baumeister (Ed.), *Self-Esteem: The Puzzle of Low Selfregard*, (ss.87-116). New York: Plenum Press.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. 3rd ed. New York: David McKay Company.
- Hayes, A. F., ve Cai, L. (2007). Using heteroscedasticity-consistent standard error estimators in OLS regression: an introduction and software implementation. *Behavior Research Methods*, 39 (4), 709-722.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Heimpel, S. A., Elliot, A. J., ve Wood, J. V. (2006). Basic personality dispositions, self-esteem, and personal goals: An approach-avoidance analysis. *Journal of Personality*, 74 (5), 1293-1320.
- Heisel, M. J. ve Flett, G. L. (2004). Purpose in life, satisfaction with life, and suicidal ideation in a clinical sample. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 127-135.

- Hodges, S., Denig, S., ve Crove, A. (2014). Attitudes of College Students Towards Purpose in Life and Self-Esteem. *International Journal of Existential Psychology ve Psychotherapy*, 5 (1),124-130.
- Hofer, J., ve Chasiotis, A. (2003). Congruence of life goals and implicit motives as predictors of life satisfaction: Cross-cultural implications of a study of Zambian male adolescents. *Motivation and Emotion*, 27 (3), 251-272.
- Hoffman, M. A., Ushpiz V., ve Levy-Shiff, R. (1988). Social support and self-esteem in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence* 17, 307–316.
- Hox, J. (2013). Multilevel Regression and Multilevel structural equation modeling. In T. D. Little (Eds.). *The Oxford Handbook of Quantitative Methods in Psychology*. Vol: 2 Statistical analyses. Oxford library of psychology.
- Hudson, B. D., Elek, S. M., ve Campbell-Grossman, C. (2000). Depression, self-esteem, loneliness and social support among adolescent mothers participating in the new parents project. *Adolescence*, 35 (139), 445-53.
- İlhan, T. (2013). Üniversite öğrencilerinde yaşam amaçları ve yalnızlık arasındaki ilişki: Temel ruhsal gereksinme doyumunun aracılık rolü. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14 (4), 302-309.
- İlhan, T., ve Özbay, Y. (2010). Yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (34), 109-118.
- Johnson, B. A. (2007). *Relationships among social support, life purpose, and stress in the lives of graduate students* (Doctoral Dissertation). University of Florida: Gainesville.
- Judge, T. A., Bono, J. E., Erez, A., ve Locke, E. A. (2005). Core self-evaluations and job and life satisfaction: the role of self-concordance and goal attainment. *Journal of Applied Psychology*, 90 (2), 257-268.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Kasser, T., ve Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22 (3), 280-287.
- Kasser, T., ve Ryan, R. M. (2001). Be careful what you wish for: Optimal functioning and relative attainment of intrinsic and extrinsic goals. In P. Schmuck ve K. M. Sheldon (Eds.), *Life goals and well-being: Towards a positive psychology of human striving* (ss.116-131). Göttingen, Germany: Hogrefe ve Huber Publishers.



- Kılınç, H., ve Sevim, S.A. (2005). Ergenlerde yalnızlık ve bilişsel çarpıtmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38 (2), 67-89.
- King, L. A., Richards, J. H. ve Stemmerich, E. (1998). Daily goals, life goals, and worst fears: means, ends, and subjective well-being. *Journal of Personality*, 66 (5), 713-744.
- Klinger, E. (1998). The search for meaning in evolutionary perspective and its clinical implications. In P. T. P. Wong ve P. S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (ss.27–50). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Knaub, J. (2007). Heteroscedasticity and homoscedasticity. In N. Salkind (Ed.), *Encyclopedia of measurement and statistics*. (ss. 431-432). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.
- Kuzucu, Y., ve Şimşek, Ö. F. (2013). Self-Determined Choices and Consequences: The Relationship Between Basic Psychological Needs Satisfaction and Aggression in Late Adolescents. *The Journal of General Psychology*, 14 (2), 110–129.
- Kuzucu, Y. (2014). *Küçükler için büyüklere çocuk ve ergen ruh sağlığı* (4.bs.). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Lerner, R. M. ve Steinberg, L. (2004). *Handbook of adolescent psychology, volume 1: Individual bases of adolescent development* (3. bs.). New York: Wiley.
- Lewinsohn, P. M., Seeley, J. R., ve Gotlib, I. H. (1997). Depression-related psychosocial variables: are they specific to depression in adolescents? *Journal of Abnormal Psychology*, 106 (3), 365-375.
- Maiuolo, M., Deane, F. P., ve Ciarrochi, J. (2019). Parental Authoritativeness, Social Support and Help-seeking for Mental Health Problems in Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 48 (6), 1056-1067.
- Malin, H., Reilly, T. S., Quinn, B., ve Moran, S. (2014). Adolescent purpose development: Exploring empathy, discovering roles, shifting priorities, and creating pathways. *Journal of Research on Adolescence*, 24 (1), 186-199.
- Miller, H. M. (2000). Cross-cultural validity of a model of self-worth: Application to Finnish children. *Social Behavior and Personality*, 28, 105-118.
- Moksnes, U. K., ve Reidunsdatter, R. J. (2019). Self-esteem and mental health in adolescents—level and stability during a school year. *Norsk Epidemiologi*, 28 (1-2), 56-97.

- Nair, K. S. (2003). Life goals: The concept and its relevance to rehabilitation. *Clinical Rehabilitation*, 17 (2), 192-202.
- Oktan, V., ve Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7 (2), 1-12.
- Pallant, J. (2005). *SPSS Survival Manual: A Step by Step Guide to Data Analysis Using SPSS for Windows*. Australia: Australian Copyright.
- Park, H. S. (2007). *Effects of social support, coping strategies, self-esteem, mastery, and religiosity on the relationship between stress and depression among Korean immigrants in the United states: structural equation modeling* (Doctor of Philosophy). The University of Texas, Austin.
- Park, N., Peterson, C., ve Seligman, M. E. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23 (5), 603-619.
- Razı, G. S., Kuzu, A., Yıldız A. N., Ocakcı, A. F., ve Arifoğlu, B. Ç. (2009). Çalışan gençlerde benlik saygısı, iletişim becerileri ve stresle baş etme. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8 (1), 17-26.
- Reker, G. T., Peacock, E. J., ve Wong, P. T. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. *Journal of Gerontology*, 42 (1), 44-49.
- Robak, R. W., ve Griffin, P. W. (2000). Purpose in life: What is its relationship to happiness, depression, and grieving? *North American Journal of Psychology*, 2, 113-119.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press.
- Ryan, R. M., ve Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Schmuck, P., Kasser, T., ve Ryan, R. M. (2000). Intrinsic and extrinsic goals: Their structure and relationship to well-being in German and US college students. *Social Indicators Research*, 50 (2), 225-241.
- Seidman, E., Chesir-Teran, D., Friedman, J. L., Yoshikawa, H., Allen, L., Roberts, A., ve Aber, J. L. (1999). The risk and protective functions of perceived family and peer microsystems among urban adolescents in poverty. *American Journal of Community Psychology*, 27 (2), 211-237.
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., ve Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60 (5), 410.

- Servidio, R., Gentile, A., ve Boca, S. (2018). The mediational role of coping strategies in the relationship between self-esteem and risk of internet addiction. *Europe's journal of psychology*, 14 (1), 176-187.
- Siyez, D. M. (2003). *Duygusal İstismara Maruz Kalan ve Kalmayan Ergenlerin Benlik Algıları İle Depresyon ve Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Soylu, N., Taneli, Y., ve Taneli, S. (2013). Depresyonu olan ergenlerde intihar davranışını etkileyen sosyal, emosyonel ve kognitif faktörlerin araştırılması. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 50 (4), 352-359.
- Steinberg, L. (2009). *Ergenlik* (Çev. F. Çok). Ankara: İmge Kitapevi.
- Şahin, N. H., Batıgün, A. D., ve Uğurtaş, S. (2002). Kısa Semptom Envanteri (KSE): Ergenler için kullanımının geçerlik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13, 125-135.
- Şenol, S. (2006). *Çocuk ve gençlik ruh sağlığı*. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (1996). *Using Multivariate Statistics* (3rd ed.). New York: Harper Collins.
- Tegin, B. (1980). *Depresyonda bilişsel süreçler: Beck modeline göre*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü.
- Telef, B. B., ve Karaca, R. (2011). Ergenlerin öz-yeterliklerinin ve psikolojik semptomlarının incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8 (16), 499-518.
- Türkmen, M. (2012). Özne iyi oluşun yapısı ve anababa tutumları, özsayı ve sosyal destekle ilişkisi: bir model sınaması. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5 (1), 41-73.
- Tüzün, Z. (1997). *Life events, depression, social support systems, reasons for living and suicide probaihty among university students*. The Degree of Master, Ankara: The Middle East Technical Universty Department of Psychology.
- Ustabaş, S. (2011). *İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin saldırganlık ve algılanan sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Uzman, E. (2002). *Sosyal destek düzeyleri farklı üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre kimlik statüleri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Ülküer, N. S. (1988). Çocuklara problem çözme becerisi nasıl kazandırılır? *Yaşadıkça Eğitim*, 5, 28.
- Vietze, D. L. (2011). Social support. *Encyclopedia of Adolescence*, 2, 341-351.
- Waisberg, J. L., ve Porter, J. E. (1994). Purpose in life and outcome treatment for alcohol dependence. *British Journal of Clinical Psychology*, 33, 49-63.
- Wang, M. T., ve Sheikh-Khalil, S. (2014). Does parental involvement matter for student achievement and mental health in high school? *Child Development*, 85 (2), 610-625.
- Wang, Z., Koenig, H. G. ve Shohaib, S. A. (2016). Religion, purpose in life, social support, and psychological distress in Chinese university students. *Journal of Religion and Health*, 55 (3), 1055–1064.
- Wentzel, K. R. (1998). Social relationships and motivation in middle school: The role of parents, teachers, and peers. *Journal of Educational Psychology*, 90 (2), 202-209.
- Yazgan, Y. (2003). *Düşe kalka Büyümek*. İstanbul, Epsilon Yayınevi.
- Ye, S., Yu, L., ve Li, K. (2012). A cross-lagged model of self-esteem and life satisfaction: Gender differences among Chinese university students. *Personality and Individual Differences*, 52, 546-551.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi güvenilirliği ve geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81-87.
- Yıldız, M. A. (2010). *Sokakta çalışan ve çalışmayan ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin benlik saygısı, yaşam doyumu ve depresyon düzeylerinin incelenmesi (Diyarbakır ili örneği)*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Malatya: İnönü Üniversitesi.
- Yüksel, G. (2002). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini etkileyen faktörler. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22 (3), 37-57.
- Zhao, J., Kong, F., ve Wang, Y. (2013). The role of social support and self-esteem in the relationship between shyness and loneliness. *Personality and Individual Differences*, 54 (5), 577–581.
- Zhu, H. (2015). Social support and affect balance mediate the association between forgiveness and life satisfaction. *Social Indicators Research*, 124 (2), 671-681.
- Zimet, G. D., Powell, S. S., Farley, G. K., Werkman, S., ve Berkoff, K. A. (1990). Psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 55 (3-4), 610-617.
- Zuckerman, D. M. (1985). Confidence and aspirations: Self-esteem and self-concepts as predictors of students' life goals. *Journal of Personality*, 53 (4), 543-560.