

İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE DEPRESYON VE BAŞAÇIKMA

Atılğan ERÖZKAN*

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, ilköğretimin ikinci kademesinde öğrenim görmekte olan öğrencilerin depresyon ve başa çıkma düzeylerini cinsiyet, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik düzey, anne-babanın öğrenim düzeyi ve ebeveyn tutumları açısından karşılaştırmaktır. Bu çalışma betimsel yöntem kullanılarak yapılmıştır. Araştırma, amacına uygun olarak Muğla ilindeki beş farklı ilköğretim okulunda tesadüfî seçimle 350 kişi üzerinde (175 kız; 175 erkek) gerçekleştirilmiştir. Araştırmada “Bilgi Toplama Formu”, “Çocuklar için Depresyon Envanteri” ve “Stresle Başaçıkma Tutumları Envanteri” kullanılmıştır. Veri analizleri için SPSS/WINDOWS programı kullanılmıştır. Gruplar arası farklılığı belirlemek için “t testi” ve “varyans analizi”, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için “korelasyon” kullanılmıştır. Depresyon üzerinde cinsiyetler, sosyo-ekonomik düzeyler ve ebeveyn tutumları arasında; stresle başaçıkma tutumlarına ilişkin “dış yardım arama” ve “kaçma/duygusal-eylemsel” boyutları üzerinde cinsiyetler, sınıf düzeyleri ve ebeveyn tutumları arasında, “aktif planlama” boyutu üzerinde sınıf düzeyleri ve babanın öğrenim düzeyleri arasında farklılığa rastlanmıştır. Araştırma sonuçları önceki bulgular ışığında depresyon ve başaçıkma kapsamında başka araştırma ve uygulamalara da yol gösterecek bağlamda tartışılmıştır.

Anahtar sözcükler: Depresyon, başaçıkma, ilköğretim ikinci kademe öğrencileri.

COPING AND DEPRESSION AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS

SUMMARY

The aim of this study is to compare the relationships between secondary school students' depression and coping levels. Gender, grade, socio-economic status, mother's education level, father's education level and parenting styles differences were also searched in this context. Descriptive statistics was used in this study. In order to collect data, 350 (175 girls; 175 boys) students are randomly recruited from five different

* Yard.Doç.Dr., Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Kötekli/Muğla

secondary schools in Mugla. The instruments held to collect data were the “Information Gathering Form”, “Children’s Depression Inventory” and “Coping Styles Inventory”. For data analyses were used SPSS for WINDOWS. The group differences were analyzed by “*t*-test” and “*F* statistics”. Correlational statistics was also employed to search for relationships among all variables. The findings showed that the gender, socio-economic status and parenting styles differences exist on depression. There are also gender, grade and parenting styles differences exist on external help seeking and emotional disengagement; grade and father’s education level on active planning of coping styles. The results are discussed in the light of previous findings and in the context of depression and coping styles conducting future research for implications as well.

Key words: Depression, coping, secondary school students.

Çocukluk dönemi, ergenlik döneminin başlangıcına kadar süren ve ergenlik döneminin başlaması ile son bulan bir zamanı kapsamaktadır. İlk çocukluk dönemi, anaokulu yıllarına denk gelmekte ve bebekliğin bitimini izleyen dört ya da beş yılı içermektedir. Bu dönemde görülen en belirgin özellik, çocuğun okul atmosferine hazır olabilmesi için gerekli olan öz bakım becerileri ile bazı kimlik niteliklerini geliştirmek zorunda olmasıdır. Çocuğun yardım almadan beslenebilmesi, giyeceklerini giyip-çıkabilmesi, temizliğini yapabilmesi öz bakım becerileri bağlamında oldukça önemlidir. Temel güven, özerklik ve girişimcilik yeterlikleri ise kimlik nitelikleri olarak çocuğun bu dönem içerisinde tamamlaması gereken yeterliklerdir. İkinci çocukluk ise, büyük bir bölümü ilköğretimin birinci kademesi içerisinde tamamlanan, ancak ilköğretimin ikinci kademesinde de -özellikle ilk iki yıl- devam eden bir dönemi kapsamaktadır. Bu dönem içerisinde çocuk biyolojik, bilişsel ve psiko-sosyal gelişimi bağlamında; büyümekte, okuma-yazma ve matematik gibi temel becerileri kazanmakta ve ailesi/ailesi dışındaki diğer bireylerle kişilerarası ilişkiler geliştirmektedir.

Çocuklar gelişimin her basamağında çözümlenemeyen durumlarda oldukları farklı problemlerle karşılaşmaktadırlar. Bu problemler karşısında uyuma dönük işlevsellik bireyin yeterliliğine katkıda bulunurken, zayıf çözümler ise bireyin gelecekte karşılaşacağı gelişimsel problemlere ilişkin uyumunu azaltmaktadır. Kulaksızoğlu’na (2001) göre ilköğretim basamağının son sınıfları (6.-7.-8. sınıflar) insanların hayatlarında önemli bir yer teşkil eden, bireylerin çocukluktan ergenliğe geçişte gelişimsel ve uyumsal problemleri bir arada yaşadıkları evreyi içine alan bir dönemdir. Bu dönemde çocuğun başarmak zorunda olduğu bazı temel faaliyetler vardır. Okul ders programındaki temel bilgileri öğrenebilme, yetişen bir insan olarak yaşlıları ile uygun ilişkiler kurabilme, dilde yaşına uygun temel kavramları öğrenebilme, çalışma ve başarı duygusunu tanıyabilme, kendisine karşı olumlu tutumlar geliştirebilme gibi faaliyetler çocuğun üstesinden gelmesi gereken belirgin “gelişim görevleri”dir.

İlköğretimin ikinci kısmında yer alan bireylerin akademik bağlamda başarılı

olabilme/akademik başarıyı edinme; kişilerarası bağlamda ergenlik ve gençliğe doğru ilerleyen bireyler olarak akranlar ve önemli diğerleri ile uygun/uyumlu ilişkiler kurabilme, kişilerarasında başarı elde etme; kendine karşı olduğu gibi “öteki”ne karşı da olumlu tutumlar geliştirebilme şeklinde gelişim görevleri de söz konusudur.

Bireyin bir gelişim evresinde gerçekleştirilmesi beklenen büyüme, olgunlaşma düzeyi ve davranışlar bütünü olarak gelişim görevlerinin yerine getirilememesi durumunda ise çocuk üzerinde bir baskı oluşmaktadır. Bu baskı da çocuğun iyilik haline doğrudan etki etmekte ve incinebilirlik düzeyini artırarak depresyona girmesinin önemli bir nedeni olarak ortaya çıkmaktadır. Depresyon çocukların yaşamında çok önemli ve hayati etkiler yaratmakta; bireyin yaşamış olduğu problemlilik durumu okulda, evde, arkadaşlar ve aileler ile birlikte iken bile kendini göstermektedir (Miller, 2002). Çocukların ve ergenlerin yaşam deneyimleri erişkinlerden daha az olduğundan ve duygusal durumlarını sözel olarak erişkinler kadar iyi anlatamadıklarından, depresyonda olduklarını genellikle davranışlarıyla göstermektedirler. “Bu aralar kendimi çok mutsuz hissediyorum, eskisi kadar neşeli değilim” şeklinde cümleler kurmak yerine, huzursuzluk/mutsuzluk, sinirlilik/gerginlik, karşı gelme gibi davranış değişiklikleri görülmektedir. Ayrıca her çocuk ve ergenin yaşamakta olduğu depresyonun farklı alt yapıları vardır. Kimilerinde durgunluk/halsizlik yaşanırken; kimilerinde aşırı hareketlilik/huzursuzluk durumu görülmektedir (Turgay ve Ercan, 2004).

Aydın’a (2005) göre ergenlerin depresyona girmesine neden olan belli başlı olaylar; kız-erkek arkadaşı tarafından reddedilme, aile içinde yaşanan ciddi bir çatışma durumu, öğretmenin olumsuz tutumu ya da sınıf içinde aşağılanma, akran grubu dışında tutulma ve yalnızlık olabilmektedir. Bazen de somut bir neden olmaksızın “beni kimse sevmiyor”, “hiçbir zaman başarılı olamayacağım”, “çok çirkin ve biçimsizim” gibi düşünceler, ergenin depresyona girmesi için yeterli olabilmektedir.

Blackburn’e (1987) göre biyolojik faktörler gibi psikolojik incinebilirlik faktörleri de depresyonla ilişkilidir. Başkalarından kabul ve onay beklentisi içerisinde olan çocuk ve ergenler bu beklentileri karşılanmadığında kişilerarası ilişkilerindeki problemleri nedeniyle depresif bir ruh durumu sergileyebilmektedirler. Buna paralel olarak, bu bireyler kişilerarası problem çözme becerilerindeki yetersizlikler yönüyle de genellemeler yaparak ve olumsuz çıkarımlarda bulunarak depresif bir ruh durumu gösterebilmektedirler. Bu genellemeler ve çıkarımların etkisiyle işlevsel olmayan otomatik düşünceler geliştirerek diğer bireylere ilişkin olumsuz yüklemelerde bulunabilmektedirler. Düşük benlik saygısı da depresyon için oldukça önemli bir incinebilirlik faktörüdür fakat benlik saygısı ebeveynler tarafından kabul edilmeme durumlarında özellikle önemli bir rol oynamaktadır. Benlik saygısı düşük çocuk ve ergenler, benlik saygısı yüksek olanlara göre daha yüksek düzeyde depresyon, çaresizlik ve kaygı yaşamaktadırlar.

Bilişsel incinebilirlik faktörlerinin çocuklukta daha fazla öne çıktığı ve daha işlevsel olduğu söylenebilir. Depresyonun gelişimi için bilişsel risk faktörlerinin kesin mekanizmaları bilinmemesine rağmen, birçok araştırma ve kuram olumsuz olaylar ile bilişsel incinebilirlik arasında ilişki olduğunu ileri sürmektedir. Bir başka deyişle depresyona bilişsel incinebilirlik, bilişsel olarak olgunlaşan çocuğun, önce ortaya çıkan olumsuz olayları kontrol etmesi ve sonra çevresi hakkında bilgi edinmesi için çaba harcaması ile sonuçlanabilir. Çeşitli çalışmalar, bilişsel incinebilirlik (olumsuz sonuç çıkarma -çıkartımlar yapma- tarzı) ve stres etkileşiminin çocukluk dönemi depresyonundaki artışları yordadığını göstermiştir. Bu noktada çocuklukta yaşanan depresyonun ileriki yıllar için oldukça önemli içeriklere sahip olduğunu görmek mümkündür. Erinliğe geçiş sonrası olumsuz olayların sayısındaki artışlar, olumsuz olaylarla etkileşime hazır, şekillenmiş ve pekişmiş olarak bilişsel incinebilirliği ortaya çıkarmaktadır. Bilişsel incinebilirlik son çocukluk döneminin çözümlenmesi ve açıklanması, en azından kısmen eşlik edenlerin -anksiyete- gelişimsel örüntülerinin açıklanması ile anlamlı hale gelebilmektedir (Chorpita ve Barlow, 1998).

Horney'e (1945) göre ebeveyn tutumlarının çocuklar üzerinde çok önemli etkileri vardır. Örneğin, çocukluklarında reddedici ana-baba tarafından yetiştirilen bireyler, yalnızlık ve güvensizlik duygusu ile büyümektedirler. Çocukların sevmeye ihtiyacı vardır ancak eleştirilmek ve reddedilmek korkusu onlarda alınganlığa, umutsuzluk duygularına ve depresyona yol açmaktadır. Böylece yaşamın ileriki dönemlerinde de kişilerarası ilişkilere dayalı olarak yaşadıkları problemler bağlamında kolaylıkla incinen ve depresyon yaşayan bireyler olarak yaşamlarını sürdürmektedirler.

Bu bağlamda yaşanan depresyonla başa çıkma, -çeşitli alternatifler ve mekanizmalar geliştirme noktasında- üzerinde durulması gereken oldukça önemli diğer bir konu olmaktadır. Başa çıkma ise, stresli durumlarla karşılaştıklarında bireylerin kendi kendilerine ürettikleri ve çevrelerinden gelen taleplerin üstesinden gelebilmek için geliştirdikleri bilişsel ve davranışsal çabalar olarak tanımlanmaktadır. Lazarus ve Folkman'a (1984) göre başa çıkma, kişinin kaynaklarını tüketen ya da aşan bir etken olarak değerlendirilen, spesifik dışsal ya da içsel talepler ve onlar arasındaki çatışmaları yönetmek için geliştirilen bilişsel ve davranışsal çabalardan oluşur. Lennon ve diğerlerine (1990) göre ise başa çıkma, birey ve çevresinden hareketle işlev gören, kişisel amaçlar doğrultusunda en iyi şekilde belirlenmiş ve sahip olduğu dinamik içerikle, içsel etkileri düzenlemek ve dışsal çevreyi değiştirmekle ilgili bilişsel, davranışsal ve duygusal seçimlerdir.

Başa çıkmada, insanlar problemin üstesinden gelmek, bir engeli aşmak, bir soruya cevap vermek ya da bir ikilemi çözmek için kişisel kaynaklarını kullanmaktadırlar. Bu bağlamda farklı durumlarda farklı başa çıkma stratejileri kullanmak etkilidir. Kişisel kaynaklarının farklı yönlerini ön plana çıkaran bireyler, genellikle başarılı bir şekilde

başaçıkmayı gerçekleştirirler. Başarılı başaçıkma ise şu yetenekleri içermektedir; a) uygun (ilgili) bilgiyi araştırma yeteneği, b) ihtiyaç duyulduğunda endişeleri bertaraf ederek sakinleşebilme yeteneği, c) daha çözülebilir yapmak için durumu yeniden tanımlama yeteneği, d) alternatifler düşünme ve sonuçları inceleme yeteneği ve e) durumu rahatlatmak için espriyi kullanma yeteneği. Davranışsal başaçıkma yardımcı olabilecek durumlar ise; görev yönelimli olmayı, bireyin kendisi olmasını, kendini izlemeyi, gerçekçi olmayı, espri duygusunu kullanmayı, destekleyici ilişkilerden yararlanmayı, kendi ile barışık olmayı içermektedir (Sarason ve Sarason, 2002).

Başaçıkma duygu sürecini iki şekilde etkiler; problem odaklı ve duygu odaklı. Problem odaklı başaçıkma, problemi tanımlama ve anlamayı, alternatifler hazırlamayı, sonuca ulaştıracak kişisel çabaların önemliliğini ve gerekliliğini bir başaçıkma tercihi olarak kişiye sunmaktadır. Problem odaklı başaçıkma stratejileri problem çözme becerilerine benzer bir anlam taşımakla birlikte, problem çözme becerisinden daha kapsamlı bir çözüm organizasyonu ile konuyu tüm boyutlarıyla incelemeyi ve sonuçlandırmayı içermektedir. Problem çözme daha çok çevresel odaklı analizlerle sorun üzerinde odaklanırken, problem odaklı başaçıkma, sorunla mücadelede doğrudan kişisel kaynakların içerdiği stratejiler üzerine kurulmaktadır. Problem odaklı başaçıkma olumsuz durumun unsurlarını doğrudan değiştirmeye yönelik süreklilik gösteren çabalar (Lazarus, 1991).

Duygu odaklı başaçıkma ise, genel olarak stresörlere karşı bilişsel süreçleri, doğrudan duygusal tercihlere dönüştürerek, tehdit edici durumun etkisini azaltmaya yönelik stratejileri; kaçınma, basite indirgeme, sorunun bir bölümü ile ilgilenme, olumsuz durumları olumlu olabilecek yönleri ile görüp, olumlu karşılaştırmalar yapmayı içermektedir. Duygu odaklı başaçıkma sık sık durum kontrol edilemez olarak değerlendirildiğinde yararlanan bir başaçıkma şeklidir ve kontrolü güç olan durumları görmezden gelmeye ve onlardan uzak durarak kişiyi rahatlatmaya yönelik çabaları kapsamaktadır (Carver, Scheier ve Weintraub, 1989).

Yukarıdaki açıklamalar bağlamında ilköğretim öğrencileri için oldukça önemli olan depresyon ve başaçıkma arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve bu iki önemli değişkenin ilköğretim öğrencilerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik düzey, anne-babanın öğrenim düzeyi ve ebeveyn tutumları gibi özellikleri açısından karşılaştırılması araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

YÖNTEM

Bu araştırma, ilköğretim altıncı, yedinci ve sekizinci sınıf öğrencilerinin depresyon ve başaçıkma düzeylerini cinsiyet, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik düzey, anne-babanın öğrenim düzeyi ve ebeveyn tutumları açısından karşılaştırmaya dönük betimsel bir çalışmadır.

Örnekleme

Araştırma, amacına uygun olarak Muğla iline bağlı beş ilköğretim okulunda (Cumhuriyet, Dumlupınar, Kocamustafendi, Emirbeyazıt ve 75. yıl) öğrenim gören farklı kategorilerde tesadüfî seçimle 350 kişi üzerinde (175 kız; 175 erkek) gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan grubun sayısal dağılımı aşağıdaki gibidir.

Tablo 1. Araştırma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri

DEM. DEĞ.	FAKTÖR	N	%
Cinsiyet	Kız	175	50
	Erkek	175	50
Sınıf Düzeyi	6	120	34
	7	115	33
	8	115	33
Sosyo-ekonomik düzey	Düşük	97	28
	Orta	163	46
	Yüksek	90	26
Annenin öğrenim düzeyi	Okur-yazar	30	9
	İlkokul	44	13
	Ortaokul	72	20
	Lise	120	34
Babanın öğrenim düzeyi	Üniversite	84	24
	Okur-yazar	21	6
	İlkokul	37	10
	Ortaokul	72	20
Ebeveyn tutumları	Lise	124	35
	Üniversite	96	29
	Otoriter	81	23
	Demokratik	99	29
	İlgisiz	44	13
	Koruyucu	68	19
	Tutarsız	58	16

Veri Toplama Araçları

Bilgi Toplama Formu: Bu formda örnekleme oluşturan ilköğretim öğrencileri hakkında cinsiyet, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik düzey, annenin öğrenim düzeyi, babanın öğrenim düzeyi ve ebeveyn tutumları gibi demografik özelliklere ilişkin bilgiler yer almıştır.

Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği (ÇDÖ): Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği (Children's Depression Inventory), çocuklardaki depresyon düzeyini belirlemek amacıyla Kovacs (1981) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Öy (1990) tarafından yapılmıştır. ÇDÖ hem bireysel hem de grup olarak

uygulanabilmektedir. Ölçek 27 maddeden oluşmaktadır. Her maddede çocuğun son iki haftasını değerlendirerek, aralarından seçim yapacağı üç cümle bulunmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin 4 hafta arayla yapılan test-tekrar test güvenilirliği .72 olarak bulunmuştur. Çocuklar için depresyon ölçeği puanlarının çocukluk depresyonu derecelendirme ölçeği puanları ile korelasyonu .61 olarak bulunmuş olup, bu değer ölçeğin geçerli sayılabilmesi için yeterli olduğu düşünülmektedir.

Stresle Başa çıkma Tutumları Envanteri (SBTE): Özbay ve Şahin (1997) tarafından bireyin stresli durumlar karşısında yöneldiği çabaları ve davranışları ölçmeye yönelik olarak geliştirilmiştir. Test likert tipinde 0-4 arasında puanlanan bir ölçektir (0= Hiçbir zaman, 1= Ara sıra, 2= Bazen, 3= Sık sık, 4= Genellikle/Her zaman). Örneklem uygunluğu (Sampling Adequacy) ve Sphericity testleri gerçekleştirilmiş, uygunluk katsayısı .81, Sphericity ise 7266.99 ile .001 düzeyinde manidar bulunmuştur. Döngüsüz metot (Unrotated) kullanılarak faktör çözümlemesinin grafik yöntemi ile (Scree Test) maksimum manidar faktör sayısı incelenmiş ve açıklanabilir faktör sayısının 6 olduğu belirlenmiştir. Yapılan faktör analizi sonucunda 43 madde 6 faktör altında toplanmıştır. Testin genel güvenilirlik katsayısı .81 olarak hesaplanırken, alfa değerleri Aktif Planlama (AKPLAN) için .75, Dış Yardım Arama (DIŞYAR) için .81, Dine Yönelme (DİNYÖN) için .89, Kaçma Soyutlanma-Duygusal (KAÇMA/A) için .62, Kaçma Soyutlanma-Biyokimyasal (KAÇMA/B) için .56, Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma (KAB/BYY) için ise .56 olarak bulunmuştur.

Verilerin Çözümlemesi

Veriler, “ANOVA”, “t testi” ve “korelasyon” kullanılarak SPSS/WINDOWS - 12.0-programı ile incelenmiştir. Veriler $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

BULGULAR

Araştırmanın bulgular bölümünde öğrencilere uygulanan Bilgi Toplama Formu, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği (ÇDÖ) ve Stresle Başa çıkma Tutumları Envanteri'nden elde edilen veriler ve bu verilerin istatistiksel teknikler sonucu ortaya çıkan bulguları ile bu bulgulara ilişkin yorumlar sunulmaktadır.

Tablo 2. Cinsiyet Farklılıklarının Depresyon ve Başaçıkma İlişkin Ölçeklere Göre Dağılımı

FAKTÖR	DEĞİŞKEN	N	Ortalama	ss	t	p
Dine Yönelme	Kız	175	2.71	0.71	0.79	0.45
	Erkek	175	2.62	0.73		
Dış Yardım Arama	Kız	175	2.83	0.75	2.41	0.02
	Erkek	175	2.59	0.73		
Aktif Planlama	Kız	175	2.88	0.74	1.39	0.16
	Erkek	175	2.75	0.71		
Kaçma Duygusal Eylem	Kız	175	3.36	0.88	2.35	0.02
	Erkek	175	3.13	0.83		
Kabul Bilişsel Yeniden Yapılandırma	Kız	175	2.33	0.69	1.42	0.15
	Erkek	175	2.47	0.67		
Depresyon	Kız	175	3.20	0.77	3.59	0.00
	Erkek	175	2.79	0.72		

Depresyon ve başaçıkma üzerinde cinsiyet farklılıkları *-t-* testi ile incelenmiştir. Tablo 2’de görüldüğü gibi başaçıkma tarzlarından dış yardım arama üzerinde cinsiyetler arasında farklılıklar tespit edilmiştir ($t=2.41, p<0.05$). Kızların ortalamaları (2.83), erkeklerin ortalamalarından (2.59) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Duygusal-Eylemsel Kaçma üzerinde de cinsiyetler arasında farklılıklar tespit edilmiştir ($t=2.35, p<0.05$). Kızların ortalamaları (3.36), erkeklerin ortalamalarından (3.13) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Dine Yönelme ($t=0.79, p>0.05$), Aktif Planlama ($t=1.39, p>0.05$), Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma ($t=1.42, p>0.05$) üzerinde ise cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır

Depresyon üzerinde de cinsiyetler arasında farklılıklar tespit edilmiştir ($t=3.59$, $p<0.01$). Kızların ortalamaları (3.20), erkeklerin ortalamalarından (2.79) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 3. Sınıf Düzeyi Farklılıklarının Depresyon ve Başaçıkma İlişkin Ölçeklere Göre Dağılımı

FAKTÖR	DEĞİŞKEN	N	Ortalama	ss	F	p
Dine Yönelme	6. Sınıf	120	2.68	0.89	1.16	0.32
	7. Sınıf	115	2.62	0.87		
	8. Sınıf	115	2.57	0.86		
Dış Yardım Arama	6. Sınıf	120	2.97	0.78	3.99	0.02
	7. Sınıf	115	2.67	0.80		
	8. Sınıf	115	2.61	0.75		
Aktif Planlama	6. Sınıf	120	3.06	0.74	2.95	0.04
	7. Sınıf	115	3.13	0.73		
	8. Sınıf	115	3.30	0.70		
Kaçma Duygusal Eylem	6. Sınıf	120	2.96	0.90	3.58	0.03
	7. Sınıf	115	2.72	0.86		
	8. Sınıf	115	2.66	0.87		
Kabul Bilişsel Yeniden Yapılandırma	6. Sınıf	120	2.79	0.81	0.62	0.55
	7. Sınıf	115	2.75	0.83		
	8. Sınıf	115	2.82	0.80		
Depresyon	6. Sınıf	120	2.50	0.79	1.97	0.14
	7. Sınıf	115	2.59	0.77		
	8. Sınıf	115	2.67	0.76		

Depresyon ve başaçıkma üzerinde sınıf düzeyi farklılıkları -F- testi ile incelenmiştir. Tablo 3’de görüldüğü gibi başaçıkma tarzlarından dış yardım arama üzerinde sınıf düzeyleri arasında farklılıklar tespit edilmiştir ($F_{(5/344)}=3.99$, $p<0.05$). Altıncı sınıfta öğrenim gören bireylerin ortalamaları (2.97), yedinci (2.67) ve sekizinci (2.61) sınıfta öğrenim gören bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aktif Planlama üzerinde sınıf düzeyleri arasında farklılıklar tespit edilmiştir ($F_{(5/344)}=2.95$, $p<0.05$). Sekizinci sınıfta öğrenim gören bireylerin ortalamaları (3.30), altıncı (3.06) ve yedinci (3.13) sınıfta öğrenim gören bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Duygusal-Eylemsel Kaçma üzerinde de sınıf düzeyleri arasında farklılıklar tespit edilmiştir ($F_{(5/344)}=3.58$, $p<0.05$). Altıncı sınıfta öğrenim gören bireylerin

ortalamaları (2.96), yedinci (2.72) ve sekizinci (2.66) sınıfta öğrenim gören bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Dine Yönelme ($F_{(5/344)}=1.16$, $p>0.05$). Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma ($F_{(5/344)}=0.62$, $p>0.05$) üzerinde ise sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Depresyon üzerinde de sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(5/344)}=1.97$, $p>0.05$).

Tablo 4. Sosyo-ekonomik Düzey Farklılıklarının Depresyon ve Başaçıkma İlişkin Ölçeklere Göre Dağılımı

FAKTÖR	DEĞİŞKEN	N	Ortalama	ss	F	p
Dine Yönelme	Düşük	97	3.34	0.80	1.89	0.15
	Orta	163	3.19	0.78		
	Yüksek	90	3.20	0.81		
Dış Yardım Arama	Düşük	97	2.85	0.74	0.74	0.45
	Orta	163	2.80	0.72		
	Yüksek	90	2.76	0.72		
Aktif Planlama	Düşük	97	2.59	0.68	0.77	0.44
	Orta	163	2.49	0.65		
	Yüksek	90	2.53	0.63		
Kaçma Duygusal/Eylemsel	Düşük	97	3.29	0.90	2.41	0.09
	Orta	163	3.14	0.88		
	Yüksek	90	3.08	0.87		
Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma	Düşük	97	2.85	0.68	2.00	0.13
	Orta	163	2.97	0.66		
	Yüksek	90	3.02	0.70		
Depresyon	Düşük	97	2.70	0.70	2.99	0.04
	Orta	163	2.51	0.67		
	Yüksek	90	2.40	0.66		

Depresyon ve başaçıkma üzerinde sosyo-ekonomik düzey farklılıkları -F- testi ile incelenmiştir. Tablo 4’de görüldüğü gibi başaçıkma tarzlarından Dine Yönelme ($F_{(5/344)}=1.89$, $p>0.05$), Dış Yardım Arama ($F_{(5/344)}=0.74$, $p>0.05$), Aktif Planlama ($F_{(5/344)}=0.77$, $p>0.05$), Duygusal-Eylemsel Kaçma ($F_{(5/344)}=2.41$, $p>0.05$), Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma ($F_{(5/344)}=2.00$, $p>0.05$) üzerinde sosyo-ekonomik düzeyler arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Depresyon üzerinde sosyo-ekonomik düzeyler arasında farklılıklar bulunmuştur ($F_{(5/344)}=2.99$, $p<0.05$). Düşük sosyo-ekonomik düzeyli bireylerin ortalamaları (2.70), orta (2.51) ve yüksek (2.40) sosyo-ekonomik düzeyli bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 5. Annenin Öğrenim Düzeyi Farklılıklarının Depresyon ve Başaçıkma İlişkin Ölçeklere Göre Dağılımı

FAKTÖR	DEĞİŞKEN	N	Ortalama	ss	F	p
Dine Yönelme	Okur-Yazar	30	2.70	0.78	0.23	0.81
	İlkokul	44	2.68	0.76		
	Ortaokul	72	2.69	0.74		
	Lise	120	2.68	0.75		
	Üniversite	84	2.68	0.75		
Dış Yardım Arama	Okur-Yazar	30	2.62	0.80	2.60	0.07
	İlkokul	44	2.67	0.81		
	Ortaokul	72	2.75	0.82		
	Lise	120	2.81	0.84		
	Üniversite	84	2.85	0.83		
Aktif Planlama	Okur-Yazar	30	3.60	0.77	1.90	0.14
	İlkokul	44	3.63	0.77		
	Ortaokul	72	3.56	0.76		
	Lise	120	3.70	0.76		
	Üniversite	84	3.72	0.74		
Kaçma Duygusal/Eylemsel	Okur-Yazar	30	2.77	0.69	1.19	0.31
	İlkokul	44	2.84	0.66		
	Ortaokul	72	2.80	0.70		
	Lise	120	2.90	0.68		
	Üniversite	84	2.80	0.69		
Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma	Okur-Yazar	30	2.92	0.95	1.50	0.25
	İlkokul	44	2.96	0.94		
	Ortaokul	72	3.02	0.92		
	Lise	120	3.07	0.90		
	Üniversite	84	2.93	0.88		
Depresyon	Okur-Yazar	30	2.69	0.71	1.72	0.16
	İlkokul	44	2.65	0.74		
	Ortaokul	72	2.60	0.73		
	Lise	120	2.67	0.69		
	Üniversite	84	2.53	0.70		

Depresyon ve başaçıkma üzerinde annenin öğrenim düzeyinin fark yaratıp yaratmadığı *-F-* testi ile incelenmiştir. Tablo 5’de görüldüğü gibi başaçıkma tarzlarından Dine Yönelme ($F_{(5/344)}=0.23$, $p>0.05$), Dış Yardım Arama ($F_{(5/344)}=2.60$, $p>0.05$), Aktif Planlama ($F_{(5/344)}=1.90$, $p>0.05$), Duygusal-Eylemsel Kaçma ($F_{(5/344)}=1.19$, $p>0.05$), Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma ($F_{(5/344)}=1.50$, $p>0.05$) üzerinde annenin öğrenim düzeyi açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Depresyon üzerinde de annenin öğrenim düzeyi açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(5/344)}=1.72$, $p>0.05$).

Tablo 6. Babanın Öğrenim Düzeyi Farklılıklarının Depresyon ve Başaçıkma İlişkin Ölçeklere Göre Dağılımı

FAKTÖR	DEĞİŞKEN	N	Ortalama	ss	F	p
Dine Yönelme	Okur-Yazar	21	2.58	0.80	0.89	0.52
	İlkokul	37	2.53	0.77		
	Ortaokul	72	2.49	0.76		
	Lise	124	2.46	0.75		
	Üniversite	96	2.46	0.77		
Dış Yardım Arama	Okur-Yazar	21	1.99	0.61	0.71	0.56
	İlkokul	37	1.94	0.64		
	Ortaokul	72	1.92	0.62		
	Lise	124	1.93	0.66		
	Üniversite	96	1.89	0.62		
Aktif Planlama	Okur-Yazar	21	2.61	0.89	2.93	0.04
	İlkokul	37	2.63	0.87		
	Ortaokul	72	2.67	0.88		
	Lise	124	2.71	0.85		
	Üniversite	96	2.94	0.87		
Kaçma Duygusal/Eylemsel	Okur-Yazar	21	2.81	0.71	1.70	0.17
	İlkokul	37	2.86	0.72		
	Ortaokul	72	2.77	0.70		
	Lise	124	2.68	0.75		
	Üniversite	96	2.75	0.73		
Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma	Okur-Yazar	21	2.80	0.81	1.19	0.31
	İlkokul	37	2.88	0.84		
	Ortaokul	72	2.93	0.80		
	Lise	124	2.90	0.82		
	Üniversite	96	2.94	0.80		
Depresyon	Okur-Yazar	21	2.66	0.75	1.88	0.14
	İlkokul	37	2.60	0.73		
	Ortaokul	72	2.69	0.71		
	Lise	124	2.59	0.69		
	Üniversite	96	2.50	0.70		

Depresyon ve başaçıkma üzerinde babanın öğrenim düzeyinin fark yaratıp yaratmadığı -F- testi ile incelenmiştir. Tablo 6’da görüldüğü gibi başaçıkma tarzlarından aktif planlama üzerinde babanın öğrenim düzeyi arasında farklılıklar tespit edilmiştir ($F_{(5/344)}=2.93$, $p<0.05$). Babası üniversite mezunu (2.94) olan bireylerin ortalamaları; lise mezunu (2.71) ortaokul mezunu (2.67), ilkokul mezunu (2.63), ve okur-yazar olan bireylerin ortalamalarından (2.61) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Dine Yönelme ($F_{(5/344)}=0.89$, $p>0.05$), Dış Yardım Arama ($F_{(5/344)}=0.71$, $p>0.05$), Duygusal-Eylemsel Kaçma ($F_{(5/344)}=1.70$, $p>0.05$), Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma ($F_{(5/344)}=1.19$, $p>0.05$) üzerinde babanın öğrenim düzeyi açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Depresyon üzerinde de babanın öğrenim düzeyi açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(5/344)}=1.88$, $p>0.05$).

Tablo 7. Ebeveyn Tutumları Farklılıklarının Depresyon ve Başaçıkma İlişkin Ölçeklere Göre Dağılımı

FAKTÖR	DEĞİŞKEN	N	Ortalama	ss	F	p
--------	----------	---	----------	----	---	---

Dine Yönelme	Otoriter	81	2.81	0.69	1.59	0.22
	Demokratik	99	2.75	0.68		
	İlgisiz	44	2.79	0.68		
	Koruyucu	68	2.69	0.64		
	Tutarsız	58	2.65	0.65		
Dış Yardım Arama	Otoriter	81	2.93	0.59	4.29	0.02
	Demokratik	99	2.50	0.64		
	İlgisiz	44	2.67	0.62		
	Koruyucu	68	2.60	0.61		
	Tutarsız	58	2.69	0.63		
Aktif Planlama	Otoriter	81	3.49	0.85	0.35	0.77
	Demokratik	99	3.54	0.83		
	İlgisiz	44	3.50	0.82		
	Koruyucu	68	3.53	0.81		
	Tutarsız	58	3.50	0.79		
Kaçma Duygusal/Eylemsel	Otoriter	81	3.57	0.90	3.09	0.04
	Demokratik	99	3.30	0.84		
	İlgisiz	44	3.27	0.85		
	Koruyucu	68	3.26	0.82		
	Tutarsız	58	3.33	0.85		
Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma	Otoriter	81	2.40	0.80	1.90	0.15
	Demokratik	99	2.58	0.69		
	İlgisiz	44	2.46	0.73		
	Koruyucu	68	2.45	0.77		
	Tutarsız	58	2.47	0.70		
Depresyon	Otoriter	81	2.41	0.90	4.14	0.02
	Demokratik	99	2.00	0.84		
	İlgisiz	44	2.19	0.81		
	Koruyucu	68	2.10	0.83		
	Tutarsız	58	2.17	0.82		

Depresyon ve başaıkma üzerinde ebeveyn tutumları farklılıkları -*F*- testi ile incelenmiştir. Tablo 7’de görüldüğü gibi başaıkma tarzlarından dış yardım arama üzerinde ebeveyn tutumları arasında farklılıklar tespit edilmiştir ($F_{(5/344)}=4.29, p<0.05$). Ebeveynleri otoriter tutum sergileyen bireylerin ortalamalarının (2.93); ebeveynleri tutarsız (2.69), ilgisiz (2.67), koruyucu (2.60) ve demokratik tutum sergileyen bireylerin ortalamalarından (2.50) daha yüksek olduğu görülmektedir. Duygusal-Eylemsel Kaçma üzerinde de ebeveyn tutumları arasında farklılıklar tespit edilmiştir ($F_{(5/344)}=3.09, p<0.05$). Ebeveynleri otoriter tutum sergileyen bireylerin ortalamalarının (3.57); ebeveynleri tutarsız (3.33), demokratik (3.30), ilgisiz (3.27), ve koruyucu tutum sergileyen bireylerin ortalamalarından (3.26) daha yüksek olduğu görülmektedir. Dine Yönelme ($F_{(5/344)}=1.59, p>0.05$), Aktif Planlama ($F_{(5/344)}=0.35, p>0.05$), Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma ($F_{(5/344)}=1.90, p>0.05$) üzerinde ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Depresyon üzerinde ebeveyn tutumları arasında farklılıklar bulunmuştur ($F_{(5/344)}=4.14, p<0.05$). Ebeveynleri otoriter tutum sergileyen bireylerin ortalamalarının (2.41); ebeveynleri ilgisiz (2.19), tutarsız (2.17), koruyucu (2.10) ve demokratik tutum sergileyen bireylerin ortalamalarından (2.00) daha yüksek olduğu görülmektedir

Tablo 8. Depresyon ve Başaçıkma Arasındaki Korelasyonlar

DEĞİŞKEN	Depresyon	Dine Yönelme	Dış Yardım Arama	Aktif Planlama	Kaçma Duygusal/Eylemsel
Depresyon	1				
Dine Yönelme	0.27*	1			
Dış Yardım Arama	0.37*	0.22*	1		
Aktif Planlama	-0.34*	0.32*	0.30*	1	
Kaçma Duygusal/Eylemsel	0.33*	0.30*	0.19	0.18*	1
Kabul-Bilişsel Yeniden Yapılandırma	-0.10**	0.24	0.28**	0.42**	0.22

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

Yapılan korelasyon işleminde depresyon ve başaçıkma arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı korelasyonu ile incelenmiştir. Depresyon ile başaçıkma alt boyutlarından dine yönelme ($r=0.27$, $p<0.05$) arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde; dış yardım arama ($r=0.37$, $p<0.05$) pozitif yönde ve orta düzeyde; aktif planlama ($r=-0.34$, $p<0.05$) negatif yönde ve orta düzeyde; duygusal-eylemsel kaçma ($r=0.33$, $p<0.05$) pozitif yönde ve orta düzeyde ve kabul-bilişsel yeniden yapılandırma arasında ($r=-0.10$, $p<0.01$) negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Diğer korelasyonlar Tablo 8’de verilmiştir.

TARTIŞMA

Araştırmada başaçıkma ile ilişkin, cinsiyetler açısından yapılan değerlendirmede kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla dış yardım arama davranışı gösterdikleri belirlenmiştir. Kızların özellikle ergenlik döneminde çeşitli problemlerinin - duygusal, kişilerarası vb.- üstesinden gelebilmeye ilişkin; arkadaşlar ve yakınlarından duygusal destek, yardım, tavsiye, güvenilen birine danışma şeklinde dış yardım almaya daha fazla eğilimli olabilecekleri düşünülebilir. Holahan ve Moos (1985), Willem ve Brewin (1994), Chang (1996), Medvedova (1999) ve Erözkan’ın (2004a) çalışmalarında da kızların erkeklere göre dış yardım alma şeklinde başaçıkma üzerinde daha fazla yoğunlaştıkları görülmüştür. Bu bulguların araştırmamızın bulgularını desteklediği görülmektedir. Duygusal/eylemsel kaçma şeklindeki başaçıkma üzerinde de kızların erkeklere göre daha yüksek ortalamalara sahip oldukları dikkati çekmektedir. Kızların karşılaştıkları yaşam olaylarına ve bu olayların problemlerine ilişkin, stresörler ve gerilim yaratan diğer durumları görmezden gelerek, -duygu odaklı başaçıkma ile- içinde buldukları ortamdan uzaklaşmayı seçebilecekleri düşünülebilir. Stanton ve diğerleri (1994), Downey ve Feldman (1996), Creasey ve McInnis (2001) ve Erözkan’ın (2004a)

çalışmalarında da kızların duygu odaklı başa çıkmayı benimsedikleri, böylece daha az stres yaşayıp daha fazla yaşam doyumunu elde ettikleri belirtilmiştir. Bu bulguların araştırmamızın bulgularını desteklediği görülmektedir. Depresyon üzerinde de kızların erkeklere göre daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Kızların erkeklere göre daha kolay incinebildikleri -özellikle ergenlik döneminde-, negatif yaşam olaylarından daha fazla etkilenerek deprese olabilecekleri düşünülebilir. Shapiro ve diğerleri (1991), Smith ve Reise (1998), Hankin ve Abramson (2001), Erözkan (2004a), Erözkan (2005), Cyranowski ve diğerleri (2000), Liu ve Kaplan (1999) ve Öy'ün (1995) çalışmalarında da kızların depresyondan incinebilirlik yaşama durumlarının erkeklere göre daha fazla olduğu vurgulanmıştır.

Başa çıkma ilişkin, sınıf düzeyleri açısından yapılan değerlendirmede altıncı sınıfta öğrenim gören öğrencilerin yedinci ve sekizinci sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre daha fazla dış yardım arama davranışı gösterdikleri belirlenmiştir. Ergenlik dönemine yeni giren ve diğer sınıflara göre daha az deneyimli -ilköğretimin birinci basamağından izler taşıma bağlamında- bireyler olmaları nedeni ile; altıncı sınıf öğrencilerinin kişisel, akademik -yeni ve farklı bir okul ortamı- ve kişilerarası yaşantıları yönüyle ebeveynleri, yakınları ve arkadaşlarından destek, yardım, tavsiye alma, güvendikleri biri ya da birilerine danışma şeklinde dış yardım aramaya daha fazla eğilimli olabilecekleri düşünülebilir. Farell (1993), Rauste-von Wright (1987) ve Erözkan'ın (2004b) çalışmalarında da alt sınıf öğrencilerinin daha fazla dış yardım arama davranışı gösterdikleri belirlenmiştir. Bu bulguların araştırmamızın bulgularını desteklediği görülmektedir. Aktif planlama şeklindeki başa çıkma üzerinde ise sekizinci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin altıncı ve yedinci sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Karşılaştıkları çeşitli durumlar için -kurumlar sınavına ya da liselere hazırlık da dahil- plan yapma, durumu çeşitli yönleri ile ele alma, farklı bakışaçılarından yararlanma, çözüm yollarını ve alternatifleri tartışma ile sekizinci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin aktif planlamaya daha fazla eğilimli olabilecekleri düşünülebilir. Farell (1993), Rauste-von Wright (1987) ve Erözkan'ın (2004b) çalışmalarında da üst sınıf öğrencilerinin alternatif üretme çabalı, daha planlı ve daha problem odaklı başa çıkma sergiledikleri belirlenmiştir. Bu bulguların araştırmamızın bulgularını desteklediği görülmektedir. Duygusal/eylemsel kaçma şeklindeki başa çıkma üzerinde de altıncı sınıfta öğrenim gören öğrencilerin yedinci ve sekizinci sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre daha fazla kaçma davranışı gösterdikleri belirlenmiştir. Bu bireylerin içinde buldukları -ergenlik- dönemin zorluğu gereği daha basit, daha pasif ve duygu odaklı -çeşitli durumlarla yüzleşmekten kaçınma, farklı işlere yönelme, ağlama, basite indirgeme- başa çıkma stratejileri geliştirebilecekleri düşünülebilir. Rauste-von Wright (1987), Erözkan (2004b) ve Erözkan'ın (2005) çalışmalarında da alt sınıf öğrencilerinin daha fazla kaçma davranışları gösterdikleri ortaya konmuştur. Bu bulgu, araştırmamızdan elde edilen bulgularla kısmen tutarlılık

içindedir.

Başaçıkma ile ilgili, sosyo-ekonomik düzeyler açısından yapılan değerlendirmede farklılığa rastlanmazken, depresyon üzerinde sosyo-ekonomik düzeyler arasında farklılıklar bulunmuştur. Düşük sosyo-ekonomik düzeyli bireylerin, -ergenlik döneminde sosyal karşılaştırmaların yoğunluğu da dikkate alındığında- içinde buldukları koşullar bağlamında, karşılaştıkları çeşitli yaşam olaylarına ilişkin daha incinebilir, daha deprese olabilecekleri düşünülebilir. Özgüven (1990), Çuhadaroğlu ve Sonuvar (1992), Öy (1995), Gökçakan (1997), Cui ve Vaillant (1997), Erözkan (2004a) ve Erözkan'ın (2005) yapmış oldukları araştırmalarda sosyo-ekonomik düzey açısından düşük düzeyde olan bireylerin kişilerarası olumsuz yaşam olaylarından daha fazla etkilenerek depresyon düzeylerinin yüksek olduğu vurgulanmıştır. Bu bulguların araştırmamızın bulgularını desteklediği görülmektedir.

Başaçıkma ve depresyona ilişkin, annenin öğrenim düzeyleri açısından yapılan değerlendirmede farklılığa rastlanmazken, başa çıkmaya ilişkin, babanın öğrenim düzeyleri arasında farklılıklar bulunmuştur. Aktif planlama şeklindeki başaçıkma üzerinde babası üniversite mezunu olan bireylerin, diğer bireylere göre daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Üniversite mezunu olan bireylerin, -babaların öğrenim düzeyleri yükseldikçe çocuklarına farklı olanaklar ve alternatifler sağlama olasılıklarının artması bağlamında- yaşamın çeşitli yönlerine ilişkin -kişisel, akademik ve kişilerarası- uygun başaçıkma stratejileri geliştirebilecekleri ve çocuklarına da çeşitli -plan yapma, farklı bakışaçılarından yararlanma, çözüm yollarını ve alternatifleri deneme için- fırsatlar sağlayabilecekleri düşünülebilir. Erözkan (2004a) ve Erözkan'ın (2005) yapmış olduğu araştırmalarda depresyon üzerinde annenin ya da babanın öğrenim düzeyinin belirleyici olmadığı görülmüştür. Bu bulguların araştırmamızın bulgularını desteklediği görülmektedir.

Başaçıkma ile ilgili, ebeveyn tutumları açısından yapılan değerlendirmede ebeveynlerini otoriter olarak algılayan bireylerin, diğer bireylere göre daha fazla dış yardım arama davranışı gösterdikleri belirlenmiştir. Ebeveynleri otoriter tutum sergileyen bireylerin kendilerini, kontrol edilen, değer verilmeyen hoş görülme, kabul görmeyen, reddedilen ve kurallara uymadıklarında cezalandırılan bireyler olarak görebilecekleri ve çeşitli problemlerinin -içinde buldukları ergenlik döneminin zorluğu ile- üstesinden gelebilmek için -ebeveynleri otoriter olduğu için- arkadaşları ve yakınlarından duygusal destek ve yardım, öneri, güvendikleri birine danışma şeklinde dış yardım almaya daha fazla eğilimli olabilecekleri düşünülebilir. Duygusal/eylemsel kaçma şeklindeki başaçıkma üzerinde de ebeveynlerini otoriter olarak algılayan bireylerin, diğer bireylere göre daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Otoriter ebeveynlere sahip bireylerin anne-babalarından yeterli ve gerekli desteği görememeleri ile çeşitli yaşantılarla yüzleşmekten kaçınma, farklı ilgi alanlarına

yönelme, ağlama, durumları görmezden gelme ve basite indirgeme gibi duygusal/eylemsel kaçma şeklinde başaçıkma stratejileri geliştirebilecekleri düşünülebilir. Depresyon üzerinde de ebeveyn tutumları arasında farklılıklar bulunmuştur. Ebeveynlerini otoriter olarak algılayan bireylerin, anne-babaları ile gerekli paylaşımı sağlayamamaları -içinde buldukları dönemin gelişimsel görevlerinin zorluğu da dikkate alındığında- ile kolaylıkla incinerek deprese olabilecekleri düşünülebilir. Öztürk (1990), Düzgün (1995) ve Erözkan'ın (2005) yapmış oldukları çalışmalarda da benzer sonuçların olması araştırmamızın bulgularını desteklemektedir.

Depresyon ve başaçıkma arasındaki ilişkiye bakıldığında; duygu odaklı -pasif- başaçıkma tarzları ile depresyon arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülürken, problem odaklı -aktif- başaçıkma tarzları ile depresyon arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Karşılaştıkları negatif yaşam olaylarına/durumlarına ilişkin duygu odaklı -pasif- başaçıkma tarzları sergileyen bireylerin (ergenlerin) depresyon düzeylerinin, problem odaklı -aktif- başaçıkma tarzlarını kullanan bireylere (ergenele) göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

İlköğretim ikinci kısım öğrencileri ile yapılan bu çalışmanın sonuçları bağlamında, karşılaştıkları olumsuz yaşam olayları ile incinebilirlik düzeyleri artarak depresyon yaşayabilen ergenler için, -ergenlik dönemi içerisinde yer alan bireylerin onaylanma, benimsenme ve desteklenmeye diğer bireylerden çok daha fazla ihtiyaçlarının olduğu düşünüldüğünde- kişi içi ve kişilerarası iletişimin çok önemli olduğu belirtilebilir. Duygusal ve sosyal destek sağlama noktasında bu araştırmanın örneklemini oluşturan bireyler için, önemli diğerlerinin üstlendikleri/üstlenecekleri rollerin de -depresyon ve başaçıkma tarzları üzerinde-çok önemli işlevlerinin olduğu görülebilir. Ebeveyn tutumlarının -özellikle otoriter tutum- da eşlik ettiği depresif eğilimleri bağlamında, daha etkin ve problem odaklı başaçıkma stratejileri geliştirebilmeleri için ergenler, kişilerarası ve bilişsel-davranışçı terapi programlarına (Erözkan, 2004a) dahil edilebilirler. Bu programlar bireylerin kişilerarası başarı düzeylerine, kendini/ötekini anlama, olduğu gibi kabul etme şeklinde katkılar sağlayabilmektedir.

Bu çalışma sonrasında benzer araştırmaların, farklı ilköğretim ikinci kısım ve ortaöğretim öğrencilerini de -farklı üniversitelerin fakülte, yüksek okul vb.- kapsayacak şekilde büyük örneklemeler üzerinde yürütülmesinin, tüm düzeylerdeki öğrencilerin kişi içi ve kişilerarası ilişkilerinde olumsuz bir rol oynayan depresyonu daha iyi açıklama ve daha etkin başaçıkma mekanizmaları geliştirme bağlamında yararlı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

Aydın, B. (2005). *Çocuk ve ergen psikolojisi*, (2. Baskı), Atlas Yayınları, İstanbul.

- Blackburn, I. M. (1987). *Coping with depression*, W. R. Chambers, Limited Edition, Edinburgh.
- Carver, C. S., Scheier, M. F. & Weintraub, K. J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach, *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 2, 267-285.
- Chang, E. C. (1998). Hope, problem-solving and coping in a college student population, *Journal of Clinical Psychology*, 54, 4, 953-962.
- Chorpita, B. F. & Barlow, D. H. (1998). The development of anxiety: The role of control in early environment, *Psychological Bulletin*, 124, 2, 3-21.
- Creasey, G. & McInnis, M. H. (2001). Affective responses, cognitive appraisals and conflict tactics in late adolescent romantic relationships: Associations with attachment orientations, *Journal of Counseling Psychology*, 48, 2, 85-96.
- Cui X. J. & Vaillant, G. E. (1997). Does depression generate negative life events?, *Journal of Nervous and Mental Disease*, 185, 5, 145-150.
- Cyranowski, J. M., Frank, E., Young, E., Shear, M. K. (2000). Adolescent onset of the gender difference in lifetime rates of major depression: A theoretical model, *Archives of General Psychiatry*, 57, 6, 21-27.
- Çuhadaroğlu, F. ve Sonuvar, B. (1992). Adolesanlarda depresyon, *Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Günleri Sempozyumu'nda Sunulan Bildiri*, 10-12 Temmuz, İstanbul.
- Downey, G. & Feldman, S. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships, *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 5, 1327-1343.
- Düzgün, Ş. (1995). Lise öğrencilerinin psikolojik belirtileri ile ana-baba tutumları arasındaki ilişkiler, *Yayınlanmış Doktora Tezi*, Atatürk Üniv.- SBE, Erzurum.
- Erözkan, A. (2005). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılık ve depresyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi, *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 12-33.
- Erözkan, A. (2004a). Romantik ilişkilerde reddedilmeye dayalı incinebilirlik bilişsel değerlendirme ve başaçıkma, *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, KTÜ - SBE, Trabzon.
- Erözkan, A. (2004b). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başaçıkma davranışları, *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12, 18-38.
- Farrell, C. (1993). Australian adolescent coping styles: a comparison of year 7 and year 11 male and female high school students, *Unpublished Master's Thesis*, University of Western Sydney, Australia.

- Gökçakan, N. (1997). Çeşitli derecelerdeki depresyonun giderilmesinde Beck'in bilişsel terapisinin etkililiğinin incelenmesi, *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, KTÜ-SBE, Trabzon.
- Hankin, B. L. & Abramson, L. Y. (2001). Development of gender differences in depression an elaborated cognitive-vulnerability transactional stress theory, *Psychological Bulletin*, 127, 3, 773-796.
- Holahan, C. J. & Moos, R. H. (1985). Life stres and health: Personality, coping and family support in stres resistance, *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 2, 739-747.
- Horney, K. (1945). *New ways in psychoanalysis*, Norton Publishing, New York.
- Kovacs, M. (1981). The children's depression inventory (CDI), *Psychopharmacologica Bulletin*, 21, 995-998.
- Kulaksızoğlu, A. (2001). *Ergenlik psikolojisi*, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*, Oxford University Press, New York.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*, Springer, New York.
- Lennon, C. M., Dohrenwend, P. B., Zautra, J. A. & Marbach, J. J. (1990). Coping and adaptation to facial pain in contrast to other stressful life events, *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1040-1050.
- Liu, R. X. & Kaplan, H. B. (1999). Explaining gender differences in symptoms of subjective distress in young adolescents, *Stress Medicine*, 15, 6, 41-51.
- Medvedova, L. (1999). Coping strategies and personality factors in early adolescence, Paper Presented at 20th International Conference of the Stress and Anxiety Research Society (STAR), 10-13 August, Cracow, Poland.
- Miller, J. A. (2002). *Çocuklarda depresyon*, (Çev. Işık, M.), Özgür Yayınları, İstanbul.
- Öy, B. (1995). Çocuk ve ergenlerde depresyon epidemiyolojisi ve risk etmenleri, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 2, 40-45.
- Öy, B. (1990). Çocuklar için depresyon ölçeği'nin öğrenciler ve çocuk ruh sağlığı kliniğine başvuran çocuklara uygulanması, *Çocuk Psikiyatrisi Uzmanlık Tezi*, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatrisi Anabilim Dalı, Ankara.
- Özbay, Y. ve Şahin, B. (1997). Stresle başa çıkma tutumları envanteri, IV. *Rehberlik ve Psikolojik Danışma Kongresi*'nde Sunulan Bildiri, 10-12 Eylül, Ankara.
- Özgüven, İ. E. (1990). Yurtta kalan üniversite öğrencilerinin sağlık ve psikolojik sorunları, V. *Ulusal Psikoloji Kongresi*'nde Sunulan Bildiri, 6-8 Eylül, İstanbul.

- Öztürk, İ. (1990). Ana-baba tutumlarının üniversite öğrencilerinin bağımsızlık duygularını anlama, yakınlık başatlık, kendini suçlama ve saldırganlık düzeyine etkisi, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi-SBE, Ankara.
- Rauste-von Wright, M. (1987). On the life process of finnish adolescents: Summary report of a longitudinal study, *Societas Scientiorum Fennicia*, Helsinki.
- Sarason, I. G. & Sarason, B. R. (2002). *Abnormal psychology*, Prentice-Hall, New Jersey.
- Shapiro, J. P., Baumaister, R. F. & Kessler, J. W. (1991). A three-component model of children's teasing: Aggression, humor and ambiguity, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 10, 4, 459-472.
- Sinclair, V. G. & Wallston, K. A. (1999). The development and validation of the psychological vulnerability scale, *Cognitive Therapy and Research*, 23, 5, 119-129.
- Smith, L. L. & Reise, S. P. (1998). Gender differences on negative affectivity, *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 3, 1350-1362.
- Stanton, A. L., Danoff-Burg, S., Cameron, C. L., & Ellis, A. P. (1994). Coping through emotional approach: Problems of conceptualization and confounding, *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 350-362.
- Turgay, A. ve Ercan, E. S. (2004). *Mutsuz çocuk: Çocukluk ve ergenlik döneminde depresyon*, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Willem, K. & Brewin, C. (1994). Stress and coping in depressed women, *Cognitive Therapy and Research*, 18, 3, 403-437.