



**Uğur Gürgân, Fahri Sezer**

Balıkesir University, Balıkesir-Turkey  
ugurgan@hotmail.com, fahrisezer23@hotmail.com

<http://dx.doi.org/10.12739/NWSA.2017.12.3.1C0671>

## **AİLE DANIŞMANLIĞI EĞİTİMİNİN ÖZSAYGI VE FONKSİYONEL OLMAYAN TUTUMLARA ETKİSİ**

### **ÖZ**

Bu çalışmada, aile danışmanlığı eğitimi alan bireylerin Fonksiyonel Olmayan tutumları ve Özsaygı düzeylerinin yapılan deneysel işlem sonucunda değişip değişmediği saptanmaya çalışılmıştır. Araştırmada 2x2'lik split-plot faktöryel desen kullanılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği ile Rosenberg Öz-saygı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmaya 18'i deney, 14'ü kontrol grubunda olmak üzere toplam 32 denek katılmıştır. Çalışma sonucunda aile danışmanlığı eğitimine katılan bireylerin fonksiyonel olmayan tutumlarının, katılmayanlara göre olumlu yönde değiştiği, öz saygı düzeylerinin ise farklılaşmadığı saptanmıştır. Bu sonuç yapılan aile danışmanlığı eğitiminin bireylerin fonksiyonel olmayan düşüncelerini olumlu yönde değiştirdiğini göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Aile Danışmanlığı, Fonksiyonel Olmayan Tutumlar, Öz-Saygı, Deneysel Çalışma, Psikolojik Danışma

## **THE EFFECT OF FAMILY COUNSELING TRAINING ON SELF-ESTEEM AND DYSFUNCTIONAL ATTITUDES**

### **ABSTRACT**

In this study, it is aimed to determine whether the nonfunctional attitudes and self-esteem levels of the individuals receiving family counseling education change as a result of the experimental process performed. A 2x2 split-plot factorial design was used in the study. The Non-Functional Attitudes Scale and the Rosenberg Self-esteem Scale were used as data collection tools in the study. A total of 32 subjects, 18 in the study and 14 in the control group, participated. As a result of the study, it was determined that the non-functional attitudes of the individuals participating in family counseling education changed positively compared to those who did not participate, and that the self-esteem levels did not differ. This shows that the family counseling training has changed the non-functional thinking of the individuals positively.

**Keywords:** Family Counseling, Dysfunctional Attitudes, Self-Esteem, Experimental Study, Psychological Counselling

### **How to Cite:**

Gürgân, U. ve Sezer, F., (2017). Aile Danışmanlığı Eğitiminin Özsaygı ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlara Etkisi, **Education Sciences (NWSAES)**, 12(3): 94-106, DOI: 10.12739/NWSA.2017.12.3.1C0671.



## 1. GİRİŞ (INTRODUCTION)

Özsaygı, kişinin benlik kavramıyla ilgili olarak vardığı değerlilik yargısıdır. Özsaygının oluşumunda kişinin kendi düşüncesi kadar sosyal çevreyle ilişkiler ve özellikle de kişinin yakın çevresi çok önemli rol oynamaktadır (Rosenberg, 1965, 1979, 1986). Coopersmith (1967) özsaygıyı, kişiliğin önemli bir boyutu olarak görmektedir ve bireyin kendini yetenekli, önemli, başarılı ve değerli algılama derecesi olarak tanımlamaktadır. Bireyin özsaygısını, benliğini onaylayan ya da onaylamayan tutumları; bireyin kendini önemli, başarılı, yetenekli ve değerli bulup bulmaması belirlemektedir. Özsaygı kavramı üzerinde çalışmalar yapan Rosenberg (1965, 1986) yine Coopersmith (1967) gibi, kişinin kendini değerlendirmesinin sonucu ulaştığı yargısı, kendine yönelik tutumunun yönü, kendisiyle ilgili düşüncelerinin ne olduğu ve kendini değerli bulmasıyla ilişkili olarak tanımlamaktadır. Bireylerin özsaygı düzeyleri ne kadar artarsa o kadar sağlıklı ve güçlü gelişmektedirler (White, 1999; Loomans, 2011).

Özsaygı düzeyi yüksek kimseler özgüvenleri yüksek, eleştiriye açık, gerçekçi davranışsal hedefler belirleyen, bu hedeflerine ulaşmak için çabalayan (Henman, 2010), aktif ve güvengen, yılmazlık düzeyleri yüksek (Gürgan, 2006; Kararımak, Çetinkaya Siviş, 2011) kendini kabul düzeyi yüksek, akademik ve sosyal açıdan başarılı (Alves-Martins, Peixoto, Gouveira-Pereira, Amaral & Pedro, 2002; Balkıs ve Duru, 2010; Baumeister, 2005; Colquhoun & Bourne, 2012; Duru & Balkıs, 2014; Odacı, 1994; Ulukaya & Bilge, 2014; Vishalakshi & Yeshodhara, 2012), sosyal zekası yüksek (Doğan, Totan ve Sapmaz, 2009), özyeterlikleri yüksek (Aydoğan & Özbay, 2012) ve kendisiyle ilgili olumlu benlik algıya sahip olan, daha az sosyal kaygıları olan (Gümüş, 2006) kişilerdir (Collins, 2009; Kararımak & Çetinkaya Siviş, 2011; Schiraldi, 2007; Sheykhjan, Jabari & Rajeswari, 2014). Yine özsaygının, agresif davranışlar, anti-sosyal davranışlar, suç içeren davranışlar (Donnellan, Trzesniewski, Robins, Moffitt & Caspi 2005; Lochman & Lampron, 1986), okula karşı olumsuz tutum (Shaw, 2008), depresyon (Battle, 1987; Erözkan, 2009) gibi pek çok farklı değişkenle ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Özsaygı düzeyi düşük olan bireylerin, eleştiriye kapalı, bağımlı, onaylanma ihtiyacı yüksek olan, spontan olamayan, risk alamayan, düşük amaçlar belirleyen kişiler oldukları görülmüştür (Coopersmith, 1967; Donnellan, Trzesniewski, Robins, Moffitt & Caspi 2005; Erözkan, 2009; Lochman & Lampron, 1986; Pişkin, 2000; Rosenberg, 1965; 1979; Şahan Yılmaz & Duy, 2013).

Beck ve arkadaşları (1979) depresyon yaşayan bireylerin kendi duygu ve düşüncelerini anlatırken kullandıkları dile odaklanarak genelde mutlu olmak için ihtiyaç duyulan şeylerden mahrum oldukları düşüncesi ile dünyayı ve olayları algıladıklarını görmüşlerdir. "Bilişsel üçlü" denilen bireyin kendine, geleceğe, dünyaya dair olumsuz algısı kişilerin olayları değerlendirmelerinde belirli çarpıklıklar göstermesine sebep olmaktadır. Bu çarpık tutum ve inançlar kişinin kendi kişisel alanlarını daraltıp, olumsuz duyguların oluşmasına neden olabilmektedir. Bireylerin sahip olduğu bu temel tutum ve inançlar, çocukluk ve ergenlik döneminde kişisel yaşantılar ve birey için önemli kişilerle özdeşim kurarak edinilmektedir. Daha sonraki yaşlarda benzer yaşantılar ile pekişen bu tutum ve inançlar tetikleyici bir olayla aktifleşerek depresyona sebep olabilmektedir (Abela & D'Alessandro, 2002; Beck, Rush, Shaw & Emery, 1979; Duy, 2003; Kwon & Oei, 1992; Peselow, Robins, Block, Barouche & Fieve, 1990; Türkçapar, 2011). Bilişsel, duyusal ve davranışsal depresif belirtilerin azaltılmasına yönelik olarak yapılan bilişsel terapilerde, fonksiyonel olmayan tutumların ele alındığı ve tedavi sürecinde azaltılmaya çalışıldığı görülmektedir (Abela & Skitch, 2007; Beck ve diğerleri, 1979; Duy, 2003; Gümüş, 2006; Hamarta &



Demirtaş, 2009; Kergeli, Kelpi & Tsigilis, 2013; Lee & Hankin, 2009; Marcinko, Jaksic, Ivezic, Skocic, Zsuzsanna, Loncar, vd. 2014; Oei & Sullivan, 1999; Peselow, Robins, Block, Barouche & Fieve, 1990; Roberts & Gamble, 2001; Savaşır & Batur, 1998; Şenormancı, Konkan, Güçlü, Şenormancı & Sungur, 2013; White & Freeman, 2000). Birçok araştırmada bireyin kendisinin kişisel özellikleri kadar yetiştiği aile ve çevresi birçok özelliğin olduğu gibi özsaygı ve fonksiyonel olmayan tutumların oluşmasına ve bunlara bağlı olarak depresyona ve birçok patolojik duruma neden olabildiği görülmüştür. Ailelerin günümüzde sağlıklı olmasının yanı sıra, çocuğun yetiştiği sosyal çevreninde her açıdan çocuğun gelişimine uygun bir çevre olmasının da önemi büyüktür. Aile içindeki geçimsizlikler çeşitli sorunlara ve sonunda boşanmalara neden olabilmektedir. Günümüzde aile danışmanlarının ve psikolojik yardım sunacak meslek elemanlarının eğitimleri, bireylerin sorunlarını çözmelerine yardım etmek açısından çok önemli ve gereklidir. Son zamanlardaki boşanma oranlarındaki artışlar, yetkilileri ailenin sorunlarını çözmeye doğru adımlar atmaya itmektedir. Aile danışmanlığı eğitimlerinin de günümüzde yaygınlaşmaya başlaması bu adımlardan biridir.

Aile danışmanlığı eğitimi ilgili kanuna göre Türkiye'de üniversiteler tarafından Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın belirlemiş olduğu alanlardan en az lisans düzeyinde mezun olan bireylere verilen bir eğitimidir. Verilen bu eğitimlere katılabilmek için katılımcılardan "Sosyal hizmet, psikoloji, sosyoloji, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, tıp, hemşirelik ve çocuk gelişimi" alanlarından birinde en az dört yıllık lisans programlarından mezun olma şartı aranmaktadır. Ancak bu alanlardan mezun olmanın aile danışmanlığı eğitimi almak için yeterli bir alt yapıyı oluşturup oluşturmadığı tartışılması gereken bir konudur. Bununla birlikte bu tür eğitimlerde psikoloji ve psikolojik danışmanlık eğitimi alan bireyler ile diğer alan mezunları ile birlikte eğitime tabi tutulmaktadır. Bu fakülte mezunlarının aldıkları lisans eğitimlerinin farklılığı, aile danışmanlığı eğitimi verilen gruplardaki öğrencilerin farklı giriş davranışlarına ve hazırbulunuşluklara sahip olmasını da beraberinde getirmektedir. Buna karşın Avrupa'da EFPA standartlarına göre aile terapisi eğitimi için genel bir klinik eğitim (klinik psikoloji, psikiyatri, sosyal hizmet vs.), temel aile terapisi eğitimi ve aile terapisinde uzmanlaşma eğitiminin gerekli olduğu belirtmiştir (Korkut, 2007).

Aile terapisi uygulamaları ilk olarak 1950'lerden itibaren ortaya çıkmış, Türkiye'de ise bu uygulamalara 1980'lerde başlanmıştır (Korkut, 2001). Türkiye'deki çalışmaların geçmişinin çok kısa olduğu göz önüne alındığında bu alanda daha fazla çalışmaların yapılması gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Dünyada 1950'lerden itibaren başlayan bu uygulamalar daha sonra farklı bilim insanlarının katkısıyla gelişmiş ve 1970'lerde bu gelişmeler büyük bir ivme kazanmıştır. Bu gelişmelerin olmasına katkı sunan ve önde gelen bilim insanları arasında Bateson, Jackson, Ackerman, Bowen, Whitaker, Salvador Minuchin, Framo, Haley, Watzlawick ve Satir sayılabilir (Korkut, 2001). Bilim dünyasındaki bu gelişmeler aileye ve aile bütünlüğüne verilen değerin arttığını da bize göstermektedir. Bu açıdan aile terapisi eğitimini alan ve bu eğitim sonucunda ailenin bütünlüğünü sürdürmesine yardımcı olacak hizmetler sunacak bireylerin de psikolojik anlamda sağlıklı bir yapıya sahip olmaları gerekmektedir. Verilen bu eğitimlerde katılımcıların kendilerindeki fonksiyonel olmayan düşünceleri kontrol etme ve özsaygı düzeylerini geliştirmeye dönük bir gelişim gösterip göstermediklerinin incelenmesi önem arz etmektedir.



Kendiliğinden ve otomatik olarak bireyin zihinde ortaya çıkan ve farkında olmadığı, düşünceler olarak adlandırılan (Beck, 2001) otomatik düşünceler bireyin ruh sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir. Çünkü bu otomatik düşünceler genellikle olumsuzluk içerir ve birey tarafından genellikle kısa cümlelerle ifade edilirler (Beck, 1995). Eğer kişi yaşamındaki bu fonksiyonel olmayan düşünüş biçimin farkında değilse depresyon ve umutsuzluğa da kaynaklık teşkil edebilir (Göller, 2010). Bununla birlikte bireyin benlik saygısı da kendisini ve diğerlerini nasıl değerlendireceği hakkında önemli bir belirleyici role sahiptir. En geniş anlamıyla benlik kavramı, bir bireyin kendisini nasıl algıladığı ile ilgilidir. Bu algılar bireyin çevresiyle olan etkileşimleri sonucunda oluşmuştur (Rosenberg, 1965). Bu olumsuz yaşantılar neticesinde elde edilmiş inançların küçük eğitim grupları, danışan merkezli danışma ve davranışçı yaklaşımın benimsendiği özsaygı geliştirme programları gibi eğitimler ile düzeltilebileceği vurgulanmaktadır (Burns, 1982). Bununla birlikte Alexander (1996) çalışmasında güvende olma, kimlik, ait olma, hedefler ve kişisel yetkinlik konularının ele alındığı programlarla da öz saygının geliştirilebileceğini belirtmektedir. Bu çalışmanın amacı aile danışmanlığı eğitimi programının bu programa katılan bireylerin fonksiyonel olmayan tutumlarını değiştirme ve özsaygı düzeylerini geliştirme üzerine etkisini incelemektir. Bu amaç doğrultusunda 2 denence test edilmiştir;

- HI 1: Aile Danışmanlığı Eğitimi Programının uygulandığı deney grubundaki bireylerin öz-saygılarında bir artma olacaktır.
- HI 2: Aile Danışmanlığı Eğitimi Programının uygulandığı deney grubundaki deneklerin fonksiyonel olmayan tutumlarında azalma olacaktır.

Bu kapsamda çalışma grubundaki bireylere aile danışmanlığı eğitimi çerçevesinde 4 ay devam eden bir eğitim yapılmıştır. Yapılan bu eğitimde deney grubundaki katılımcılara psikolojik danışma kuramları, ailede iletişim, evlilik ve evlilik süreçleri, ailede çocuk ve yetişkin psikolojisi, aile içi yaşanan sorunlar, davranış bozuklukları aile hukuku ve ailede sağlık sorunları konularını kapsayan bilgiler aktarılmıştır ve deneysel olarak ortaya çıkan değişimin sonuçları aktarılmıştır.

## 2. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ (RESEARCH SIGNIFICANCE)

Literatürde aile danışmanlığı adaylarının özsaygı ve fonksiyonel olmayan tutumlarıyla ilgili Türkiye’de yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dünya çapındaki deneysel çalışmalar da oldukça azdır. Aile danışmanlarının ileride ilişki sorunları yaşayan kişilere hizmet verecek olması, bu alanda yetişen kişilerin daha özenli geliştirilmesinin önemini artırmaktadır. Aile danışmanlığı eğitiminin, adayların bilişsel boyutları haricinde, hangi boyutlarda kişisel gelişimlerine katkı sağladığı ya da sağlamadığı net olarak yeterince bilinmemektedir. Bu çalışmayla özsaygılarının ne kadar geliştiği ve fonksiyonel olmayan tutumlarının ne kadar azaldığı split plot bir desende incelenmiştir. Aile danışmanlığı adaylarına yapılacak gelecek çalışmalara, bu çalışmanın ışık tutması beklenmektedir. Ayrıca aile danışmanlığı adaylarının bu meslek alanında özellikle gerekli kişisel özelliklerini geliştirmek için yapılacak başka çalışmalara da bu çalışmanın ışık tutması beklenmektedir. Bu çalışmaya katılan aile danışmanlığı adaylarının çoğunun deneysel bir çalışma içerisinde ilk defa girdikleri belirlenmiştir. Bu tarz grupla psikoeğitim programlarına aile danışmanlarının katılması, ilerideki meslek hayatlarında yapacakları bu tarz psikoeğitim çalışmaları konusunda tecrübelerini artıracacağı umulmaktadır.

### 3. YÖNTEM (METHODOLOGY)

#### 3.1. Çalışma Grubu (Participants)

Araştırmanın evrenini aile danışmanlığı eğitimine katılma şartlarına haiz bireyler oluşturmaktadır. Bu araştırmada deney ve kontrol grupları aile danışmanlığı eğitimine katılan 150 kişi içerisinde belirlenmiştir. Bu çalışma 18'i deney, 14'ü kontrol grubunda olmak üzere toplam 32 aile danışmanlığı programına katılan öğrenciler gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 3'ü erkek, 29'u kadındır. Bunlardan 18'i evli, 13'ü bekar ve 1'i de boşanmış bireylerden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 33,3 olup, bunlardan 7'sinin bir, 6'sının iki çocuk sahibi olduğu, 19'unun ise çocuğu olmadığı belirlenmiştir. Deney ve kontrol grubundaki bireylerin 13'ü sağlık personeli, 11'i sosyolog, 3'ü psikolog, 4'ü psikolojik danışman ve 1'ide sosyal hizmet uzmanıdır.

#### 3.2. Veri Toplama Araçları (Data Collection Tools)

- **Rosenberg Öz-saygı Ölçeği (RÖÖ):** Rosenberg (1963) tarafından geliştirilen RÖÖ, Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, 12 alt boyutta toplam 63 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin ilk 10 maddesi özsaygı boyutuna ilişkindir. Çuhadaroğlu (1986) tarafından RÖÖ'nin Türkçe formu için yapılan güvenilirlik çalışmasında, test-tekrar test güvenilirlik katsayısının .48-.79 arasında değiştiği bulunmuştur. Bu araştırmada Özsaygı alt boyutuna ilişkin verilerin güvenilirliği .76 olarak belirlenmiştir.
- **Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği (FOTÖ):** Fonksiyonel olmayan tutumları saptamak için Weissman ve Beck (1978) tarafından geliştirilip Şahin ve Şahin (1992) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek 40 maddeden oluşan 7'li likert tipi bir ölçektir. Geçerlik çalışmalarında ise Beck Depresyon Ölçeği ile korelasyonu .30 ve .65, Otomatik düşünceler Ölçeği ile .43 ve .64 olarak bulunmuştur. Şahin ve Şahin'in Türkiye'de yaptıkları güvenilirlik çalışmasında iç tutarlılık katsayısı .79, madde toplam puan korelasyonları ortalaması ise .34 olarak saptanmıştır. Geçerlik çalışmasında Beck Depresyon Ölçeği ile korelasyonu .19, Otomatik Düşünceler Ölçeği ile .29 korelasyon bulunmuştur. Bu araştırmada verilerin güvenilirliği .83 olarak belirlenmiştir.

#### 3.3. Araştırmanın Deseni (Research Design)

Bu çalışma, aile danışmanlığı eğitimine katılan bireylerin fonksiyonel olmayan tutumlarının ve özsaygı düzeylerinin verilen eğitim sonucunda değişip değişmediğini belirlemeye yönelik deneysel bir çalışmadır. Araştırmada 2x2'lik split-plot faktöryel (karışık) desen kullanılmıştır. Bu desende birinci faktör bağımsız işlem gruplarını (deney ve kontrol) gösterirken, diğer faktör bağımlı değişkene ilişkin farklı koşullardaki tekrarlı ölçümleri (ön-test, son-test ölçümü) göstermektedir. Araştırmanın deseni Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmanın deseni  
(Table 1. Research design)

Gruplar	Ön-test	İşlem	Son-test
Deney Grubu	RÖÖ FOTÖ	Aile Danışmanlığı Eğitimi	RÖÖ FOTÖ
Kontrol Grubu	RÖÖ FOTÖ	Eğitim Verilmemiştir	RÖÖ FOTÖ

- FOTÖ: Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği (Non-Functional Attitudes Scale)
- RÖÖ: Rosenberg Öz-saygı Ölçeği (Rosenberg Self-esteem Scale)



Çalışmanın bağımlı değişkenleri fonksiyonel olmayan tutumlar ve özsaygı, bağımsız değişkenleri ise deney grubu, kontrol grubu, medeni durum, cinsiyet yaş ve meslekten oluşmaktadır. Araştırmanın deseni çerçevesinde, çalışmanın başlangıcında Rosenberg Öz-saygı Ölçeği ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği deney ve kontrol grubunda bulunan deneklere ön-test olarak uygulanmıştır. Deney grubunda bulunan deneklerle 4 ay boyunca devam eden aile danışmanlığı eğitimi verilmiştir. Deney grubuyla yürütülen bu eğitim süresinde kontrol grubundaki bireylere herhangi bir eğitim ve bilgilendirme yapılmamıştır. Deney grubunda bulunan deneklerle yürütülen 450 saatlik eğitimin bitiminde deney ve kontrol grubunda bulunan deneklere Rosenberg Öz-saygı Ölçeği ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği tekrar son-test olarak uygulanmıştır.

### 3.4. Verilerin Analizi (Analysis Of Data)

Araştırmada toplanan veriler bilgisayar ortamında SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Deney ve kontrol grupları arasında Rosenberg Öz-saygı Ölçeği ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeğinden alınan öntest puanları ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığı t-testi yapılarak incelenmiştir. Deney ve kontrol grubunun Rosenberg Öz-saygı Ölçeği ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği öntest puanlarının ortalamaları arasındaki farkın manidar olmadığı görülmüştür (Özsaygı;  $t=.793$ ,  $df=30$ ,  $p=.43$ ; Fonksiyonel olmayan tutumlar:  $t=.744$ ,  $df=30$ ,  $p=.46$ ). Bu analizler sonucunda karışık ölçümleri içeren bu çalışmada, faktör A (Grup: deney, kontrol), farklı deneysel koşulları ve faktör B (Ölçümler: öntest-sontest-izleme), zamana bağlı tekrarlı ölçümleri göstermek üzere 2x2'lik karışık (split-plot) bir desen bulunduğundan, veri analizinde parametrik testlerden karışık ölçümler için iki faktörlü ANOVA kullanılmıştır. Deney ve kontrol grubunun öntest ve sontest puanlarının karşılaştırılmasında ise t-testi yapılmıştır.

### 4. BULGULAR VE TARTIŞMA (FINDINGS AND DISCUSSIONS)

Bu bölümde araştırmanın denencelerini test etmek için yapılan istatistik analizler sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

- HI 1: Aile Danışmanlığı Eğitimi Programının uygulandığı deney grubundaki bireylerin öz-saygılarında bir artma olacaktır. Araştırmanın bu denencesini test etmek amacıyla deney ve kontrol gruplarındaki deneklere öntest-sontest olarak Rosenberg Özsaygı Ölçeği uygulanmıştır. Deney ve kontrol gruplarına yapılan bu ölçümlerle ilgili ROÖ öntest ve sontest puanlarının ortalamaları, standart sapma değerleri ve denek sayıları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Öz-saygı ölçeği test analizi sonuçları  
(Table 2. Test analysis scores of self-esteem-scale)

Grup	Ölçüm	Öntest			Sontest		
		N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
Deney Grubu		18	23.67	3.50	18	22.71	3.20
Kontrol Grubu		14	23.44	4.58	14	23.50	3.78

Tablo 2'de görüldüğü üzere, deney grubuna katılan öğrencilerin Aile Danışmanlığı Eğitimi Programı öncesi ROÖ ortalama puanı 23.67 iken, bu değer Aile Danışmanlığı Eğitimi Programı sonrasında 22.71 olmuştur. Kontrol grubuna katılan öğrencilerin Aile Danışmanlığı Eğitimi Programı öncesi ROÖ ortalama puanı 23.44 iken, Aile Danışmanlığı Eğitimi Programı sonrasında bu puan 23.50 olarak bulunmuştur. Bu durumda ortalama puanlar dikkate alındığında deney



grubuna göre Aile Danışmanlığı Eğitimi Programına katılan öğrencilerin özsaygı düzeylerinde düşüş gözlemlendiği söylenebilir. İki ayrı deneysel işleme maruz kalan deney ve kontrol grubu öğrencilerinin yılmazlık düzeylerinde, yılmazlık eğitim programı öncesine göre program sonrasında gözlenen söz konusu değişimlerin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin iki faktörlü ANOVA sonuçları Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Özsaygı öntest-sontest puanları Anova sonuçları  
(Table 3. Varyance analysis results of pre and post-test self-esteem scores)

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Denekler arası	34294.17	1	34294.17	1585.08	.00
Grup (Birey/Grup)	3.17	1	3.17	.15	.71
Hata	649.07	30	21.64		
Denekler içi	34946.40	32			
Ölçüm (Öntest-Sontest)	1.25	1	1.25	.16	.69
Grup*Ölçüm	4.00	1	4.00	.51	.48**
Hata	233.73	30	7.79		
Toplam	35185.39	64			

\*p<.05; \*\*p>.05

Grup ve ölçüm temel etki testlerinin sonuçlarına bakıldığında, "Aile danışmanlığı sertifika programı"na katılan deneklerin özsaygı düzeylerinin deney öncesinden sonrasına anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Başka bir deyişle farklı işlem gruplarında olma ile farklı zamanlardaki ölçümü gösteren faktörlerin, deneklerin özsaygı düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür [ $F(1;30)=.51$ ,  $p>.05$ ]. Bulgular doğrultusunda deney grubundaki öğrencilerin özsaygı düzeylerinde gözlenen azalış yönündeki bu farklılıkların, uygulanan Aile danışmanlığı sertifika programındaki özellikle uygulamalarda kendilerini çok yeterli görmemelerinden kaynaklandığı söylenebilir. Bu bulguya dayanarak araştırmanın birinci denencesi reddedilmiştir.

- H1 2: Aile Danışmanlığı Eğitimi Programının uygulandığı deney grubundaki deneklerin fonksiyonel olmayan tutumlarında azalma olacaktır. Araştırmanın bu denencesini test etmek amacıyla deney ve kontrol gruplarındaki deneklere öntest-sontest olarak "Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği" uygulanmıştır. Deney ve kontrol gruplarına yapılan bu ölçümlerle ilgili "Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği" öntest ve sontest puanlarının ortalamaları, standart sapma değerleri ve denek sayıları ile ilgili değerler Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4. Fonksiyonel olmayan tutumlar ölçeği test analizi sonuçları  
(Table 4. Test analysis scores of non-functional attitudes scale)

Grup	Ölçüm	Öntest			Sontest		
		N	$\bar{X}$	S	N	$\bar{X}$	S
Deney Grubu		18	197.89	22.29	18	203.93	23.39
Kontrol Grubu		14	198.66	28.98	14	210.14	20.20

Deney grubuna katılan öğrencilerin Aile Danışmanlığı Eğitimi Programı öncesi Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği ortalama puanı 197.89 iken, bu değer Aile Danışmanlığı Eğitimi Programı sonrasında 203.93 olmuştur. Kontrol grubuna katılan öğrencilerin Aile Danışmanlığı Eğitimi Programı öncesi Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği ortalama puanı 198.66 iken, Aile Danışmanlığı Eğitimi Programı sonrasında bu puan 210.14 olarak bulunmuştur. Bu durumda ortalama



puanlar dikkate alındığında deney grubuna göre Aile Danışmanlığı Eğitim Programına katılan öğrencilerin Fonksiyonel Olmayan Tutum düzeylerinde artış görüldüğü söylenebilir. Bu bulgu ile Keyes (1991) yaptığı çalışma bulguları birbiriyle uyumaktadır. Fonksiyonel olmayan tutumlar, yalnızlık ve depresyon düzeyini azaltmayı amaçlayan çalışmada Keyes (1991), deney grubuna uyguladığı bilişsel terapinin fonksiyonel olmayan tutumları azaltmada etkili olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Ancak bu etkililiğin izleme çalışmasında kaybolduğu bulunmuştur.

Tablo 5. Fonksiyonel olmayan tutumlar öntest-sontest puanları Anova sonuçları  
(Table5. Variance analysis results of pre and post-test non-functional attitudes scores)

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Denekler arası	2587394.67	1	2587394.67	2941.82	.00
Grup (Birey/Grup)	1208.05	1	1208.05	1.37	.25
Hata	26385.69	30	879.52		
Denekler içi	2614988.41	32			
Ölçüm (Öntest-Sontest)	192.50	1	192.50	.66	.42
Grup*Ölçüm	116.37	1	116.37	.40	.53**
Hata	8758.73	30	291.96		
Toplam	9067.61	64			

\*p<.05; \*\*p>.05

Grup ve ölçüm temel etki testlerinin sonuçlarına bakıldığında, "Aile danışmanlığı sertifika programı"na katılanların fonksiyonel olmayan tutum düzeylerinin deney öncesinden sonrasına anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Bir başka deyişle farklı işlem gruplarında olma ile farklı zamanlardaki ölçümü gösteren faktörlerin, deneklerin fonksiyonel olmayan tutum düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür ( $F(1;30)=.40, p>.05$ ) (Tablo 5). Bulgular doğrultusunda deney grubundaki öğrencilerin fonksiyonel olmayan tutum düzeylerinde gözlenen artış yönündeki bu farklılıkların, uygulanan Aile danışmanlığı sertifika programındaki derslerin ve uygulamaların çok fazla olması ve kendilerine ilişkin özsaygı düşüklüğünün de bunda kaynak olduğu söylenebilir. Bu bulguya dayanarak araştırmamızın ikinci denencesi reddedilmiştir.

##### 5. SONUÇ VE ÖNERİLER (CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS)

Bu çalışmada, aile danışmanlığı eğitimi alan bireylerin fonksiyonel olmayan tutumları ve özsaygı düzeylerinin yapılan deneysel işlem sonucunda değişip değişmediği analiz edilmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, aile danışmanlığı sertifika programına katılan deney grubundaki bireylerin özsaygı düzeylerinde sontestte bir düşüşün olduğu gözlenmiş ancak bu farkın manidar bir fark olmadığı görülmüştür. Bu sonuca göre yapılan deneysel işlemin bireylerin özsaygı durumları üzerinde bir etkisinin olmadığı söylenebilir. Benlik saygısı ihtiyacı kişinin yaşadığı deneyimler sonucu hissettiği memnuniyet ya da hoşnutsuzluk derecesine göre değişebilir (Doğru ve Peker, 2004). Bu çerçevede değerlendirildiğinde deney grubundaki bireylerin bu ihtiyacı ne düzeyde hissettiklerinin bilinmemesi yapılan deneysel işlemin etkili olmamasına neden olmuş olabilir. Her ne kadar deneysel işlem sonucunda deney ve kontrol grupları arasında anlamlı bir fark çıkmasa da Burns (1982) öz saygının geliştirilmesinde küçük eğitim grupları, danışan merkezli danışma ve davranışçı yaklaşımın sıkça kullanılan yöntemler olduğunu aktarmıştır. Deney ve kontrol grubunda bulunan bireylerin puan ortalamaları dikkate alındığında aile





danışmanlığı eğitimi programına katılan öğrencilerin fonksiyonel olmayan tutumları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bu durum yapılan deneysel işlemin herhangi bir etkisinin olmadığını göstermiştir. Fonksiyonel olmayan tutumların erken gelişim döneminden itibaren başlayan ve yaşam boyu gelişen değişmez özellikte olduğu belirtilmektedir (Beck, Rush, Shaw & Emery, 1979). Deneysel işlemde bu tutumların değişmemesi fonksiyonel olmayan tutumların bu özelliğinden kaynaklandığı söylenebilir. Keyes (1991), yaptığı deneysel çalışmada fonksiyonel olmayan tutumların azaltılmasında bilişsel müdahalelerin etkili olduğunu, ancak bu etkililiğin kısa süre sonra kaybolduğunu aktarmıştır. Bu bulgu bu tür özelliklerin deneysel çalışmalar ile kısa sürede değişiminin güç olabileceğini göstermektedir. Sonuç olarak elde edilen bulgulara göre, aile danışmanlığı sertifika programının, özsaygı ve fonksiyonel olmayan tutumlar üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı görülmüştür. Bundan sonraki süreçte yapılacak çalışmaların daha uzun süreli ve gelişimin erken dönemindeki bireylerle yapılmasının faydalı olabileceği söylenebilir. Bununla birlikte farklı değişkenlerin ve farklı örneklem grupları üzerinde "Aile Danışmanlığı Sertifika Programları"nın etkilerinin test edilmesinin ve "Aile Danışmanlığı Sertifika Programları"nın uzun vadeli etkileri üzerinde çalışmalar yapılması önerilebilir.

#### **NOT (NOTICE)**

Bu çalışma 4. Uluslararası Öğretim Teknolojileri ve Öğretmen Eğitimi Sempozyumu'nda sözlü bildiri olarak sunulduktan sonra genişletilerek yeniden yapılandırılmıştır.

#### **KAYNAKLAR (REFERENCES)**

- Abela, J.R.Z. and D'Alessandro, D.U., (2002). Beck's Cognitive Theory of Depression: A Test of The Diathesis-Stress and Causal Mediation Components. *British Journal of Clinical Psychology*, 41, 111-128.
- Abela, J.R.Z. and Skitch, S.A., (2007). Dysfunctional Attitudes, Self-Esteem, and Hassles: Cognitive Vulnerability to Depression in Children of Affectively Ill Parents. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 1127-1140. doi:10.1016/j.brat.2006.09.011
- Alves-Martins, M., Peixoto, F., Gouveia-Pereira, M., Amaral, V., and Pedro, I., (2002). Self-esteem and Academic Achievement among Adolescents. *Educational Psychology*, 22(1), 51-62.
- Aydoğan, D. ve Özbay, Y., (2012). Akademik Erteleme, Benlik Saygısı, Durumluluk Kaygı ve Öz-Yeterlik İle Açıklanabilirliğinin İncelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 2(3), 1-9. Retrieved from <http://dergipark.gov.tr/opus/issue/29950/311128>
- Balkıs, M. ve Duru, E., (2010). Akademik Erteleme Eğilimi, Akademik Başarı İlişkisinde Genel ve Performans Benlik Saygısının Rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 159-170.
- Battle, J., (1987). Relationship Between Self-Esteem and Depression. *Psychological Reports*, 42, 745-746.
- Baumeister, R., (2005). Rethinking Self-Esteem: Why Nonprofits Should Stop Pushing Self-Esteem and Start Endorsing Self-Control. CA: Stanford Social Innovation Review. Retrieved from <http://teachlikeachampion.com/wp-content/uploads/Baumeister-RE-THINKING-SELF-ESTEEM.pdf>
- Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F., and Emery, G., (1979). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: The Guilford Press.



- Beck, J., (1995). Cognitive therapy: Basics and Beyond. New York: Guilford Press.
- Beck, J.S., (2001). Bilişsel Terapi: Temel İlkeler ve Ötesi. (N. H. Şahin, Çev.), Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Burns, R.B., (1982). Self-Concept Development and Education. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Büyüköztürk, Ş., (2015). Deneysel Desenler. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Cast, A.D. and Burke, P.J., (2002). A Theory of Self Esteem. Social Forces, 80(3), 1041-1068.
- Collins, M., (2009). Raising Self Esteem in Primary Schools: A Whole School Training Programme. London: Sage Publications Ltd.
- Colquhoun, L.K. and Bourne, P.A., (2012). Self-esteem and Academic Performance of 4th Graders in Two Elementary Schools in Kingston and St. Andrew Jamaica. Asian Journal of Business Management, 4(1), 36-57. Retrieved from <http://maxwellsci.com/print/ajbm/v4-36-57.pdf>
- Coopersmith, S., (1967). The Antecedents of Self-Esteem. Freeman, San Francisco.
- Çuhadaroğlu, F., (1986). Adölesanlarda Benlik Saygısı. Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
- Duru, E. ve Balkıs, M., (2014). Kendinden Şüphe Duyma, Benlik Saygısı ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkilerde Akademik Erteleme Eğiliminin Rolü. Eğitim ve Bilim, 39, 173. Retrieved from <http://eb.ted.org.tr/index.php/EB/article/viewFile/1864/676>
- Duy, B., (2003). Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Yalnızlık ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Üzerine Etkisi. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Doğan, T., Totan, T. ve Sapmaz, F., (2009). Üniversite Öğrencilerinde Benlik Saygısı Ve Sosyal Zekâ. Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17, 235-247. Retrieved from <http://sakarya.dergipark.gov.tr/sakaefd/issue/11213/133922>
- Doğru, N. ve Peker, R., (2004). Özsaygı Geliştirme Programının Lise Dokuzuncu Sınıf Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerine Etkisi. Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(2), 315-328. Retrieved from <http://dergipark.gov.tr/befdergi/issue/23139/247165>
- Donnellan, M.B., Trzesniewski, K.H., Robins, R.W., Moffitt, T.E., and Caspi, A., (2005). Low Self-Esteem is Related to Aggression, Antisocial Behavior, and Delinquency. Psychological Science, 16, 328-335. doi: 10.1111/j.0956-7976.2005.01535.x
- Erözkan, A., (2009). İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinde Depresyonun Yordayıcıları. Elementary Education Online, 8(2), 334-345. Retrieved from <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/90859>
- Göller, L., (2010). Ergenlerin Akılcı Olmayan İnançları İle Depresyon Umutsuzluk Düzeyleri ve Algıladıkları Akademik Başarıları Arasındaki İlişkiler. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Gümüş, A.E., (2006). Sosyal Kaygının Benlik Saygısına ve İşlevsel Olmayan Tutumlara Göre Yordanması. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(26), 63-73. Retrieved from <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/tpdrd/article/view/1058000222>



- Gürgan, U., (2006). Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeylerine Etkisi. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Hamarta, E. ve Demirtaş, E., (2009). Lise Öğrencilerinin Utangaçlık ve Benlik Saygılarının Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Açısından İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21, 239-247. Retrieved from file:///C:/Users/ugurg/Downloads/321-644-1-SM%20(1).pdf
- Karairmak, Ö. ve Çetinkaya Siviş, R., (2011). Benlik Saygısının ve Denetim Odağının Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi: Duyguların Aracı Rolü. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(35), 30-43. Retrieved from <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/tpdrd/article/view/1058000080/1058000082>
- Kërqeli, A., Kelpi, M., and Tsigilis, N., (2013). Dysfunctional Attitudes and Their Effect on Depression Social and Behavioral Sciences, 84, 196-204. Retrieved from [http://ac.els-cdn.com/S1877042813016017/1-s2.0-S1877042813016017-main.pdf?\\_tid=47b9f2c4-5c2a-11e7-839b-00000aaf0f26&acdnat=1498672412\\_35fccb21860ecc48c90ec12372ab62c4](http://ac.els-cdn.com/S1877042813016017/1-s2.0-S1877042813016017-main.pdf?_tid=47b9f2c4-5c2a-11e7-839b-00000aaf0f26&acdnat=1498672412_35fccb21860ecc48c90ec12372ab62c4)
- Keyes, J.A., (1991). Cognitive Distortions and Loneliness: Does Changing Negative Thoughts Affect Loneliness? Unpublished Doctoral Dissertation, Loyola University of Chicago, 1991).
- Korkut, Y., (2001). Aile Danışmanlığı ve Aile Terapisi Hizmetleri. Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 22, 111-133.
- Korkut, Y., (2007). Türkiye'de Aile Terapisi ve Terapistlerinin Durumu. Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 27, 13-30. Retrieved from <http://dergipark.gov.tr/iupcd/issue/9406/117942>.
- Kwon, S. and Oei, T.P.S., (1992). Differential Causal Roles of Dysfunctional Attitudes and Automatic Thoughts in Depression. Cognitive Therapy and Research, 16(3), 309-328. doi: 10.1007/BF01183284.
- Lee, A. and Hankin, L.B., (2009). Insecure Attachment, Dysfunctional Attitudes, and Low Self-Esteem Predicting Prospective Symptoms of Depression and Anxiety During Adolescence. Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 38(2), 219-231. doi:10.1080/15374410802698396
- Lochman, J.E. and Lampron, L.B., (1986). Situational Social Problem-Solving Skills and Self-Esteem of Aggressive and Nonaggressive Boys. Journal of Abnormal Child Psychology, 14, 605-617. doi: 10.1007/BF01260527
- Loomans, D., (2011). 100 Ways to Build Self Esteem and Teach Values. Tuburon, CA: H.J. Kramer.
- Marčinko, D., Jakšić, N., Ivezić, E., Skočić, M., Surányi, Z., Lončar, M., et al. (2014). Pathological Narcissism and Depressive Symptoms in Psychiatric Outpatients: Mediating Role of Dysfunctional Attitudes. Journal of Clinical Psychology, 70(4), 341-352. doi: 10.1002/jclp.22033.
- Odacı, H., (1994). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Yalnızlık, Benlik Saygısı ve Yakın İlişkiler Kurabilme Düzeylerinin ve Bu Düzeyler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Oei, T.P.S. and Sullivan, L.M., (1999). Cognitive Changes Following Recovery from Depression in A Group Cognitive-

Behaviour Therapy Program. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 33, 407-415.

- Peselow, E.D., Robins, C., Block, P., Barouche, F., and Fieve, R.R., (1990). Dysfunctional Attitudes in Depressed Patients Before and After Clinical Treatment and in Normal Control Subjects. American Journal of Psychiatry, 147(4), 439-444.
- Pişkin, M., (2000). Özsaygıyı Geliştirme Eğitimi (Edt. Yıldız Kuzgun), İlköğretimde Rehberlik: 2. Baskı. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Roberts, J.E. and Gamble, S.A. (2001). Current Mood-State and Past Depression as Predictors of Self-Esteem and Dysfunctional Attitudes among Adolescents. Personality and Individual Differences, 30, 1023-1037.
- Rosenberg, M., (1965). Society and the Adolescent Self-Image. Princeton University Press, USA, New Jersey.
- Rosenberg, M., (1979). Conceiving the self. New York: Basic Books.
- Rosenberg, M., (1986). Conceiving the Self. Malabar, FL: Krieger
- Savaşır, I. ve Batur, S., (1998). Depresyonun Bilişsel-Davranışçı Tedavisi. I. Savaşır, G. Boyacıoğlu ve E. Kabakçı (Ed.), Bilişsel-Davranışçı Terapiler (2. Baskı) (17-50). Ankara: Psikologlar Derneği Yayınları
- Savaşır, I. ve Şahin N.H., (1997). Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Schiraldi, G.R., (2007). 10 Simple Solutions for Building Self-Esteem: How to End Self-Doubt, Gain Confidence, & Create a Positive Self-Image. CA: New Harbinger Publications.
- Shaw, A.A., (2008). The Interrelationship of Self-Esteem, Self-Efficacy, Attitudes toward Teachers and School, and Academic Achievement of At-Risk Middle School Students. Unpublished Doctoral Thesis, Union University, Memphis.
- Sheykhjan, T.M., Jabari, K. and Rajeswari, K., (2014). Self-Esteem and Academic Achievement of High School Students. Cognitive Discourses International Multidisciplinary Journal, 2(2), 38-41. Retrieved from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED550103.pdf>
- Şahan Yılmaz, B. ve Duy, B., (2013). Psiko-Eğitim Uygulamasının Kız Öğrencilerin Benlik Saygısı ve Akılcı Olmayan İnançları Üzerine Etkisi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(39), 68-81. Retrieved from <http://pdrdergisi.org/index.php/pdr/article/view/72/71>.
- Şahin, N.H., ve Şahin, N., (1992). Bir Kültürde Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Bir Başka Kültürde de Öyle Midir? Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeğinin Psikometrik Özellikleri. Psikoloji Dergisi, 7(26), 30-39.
- Şahin, N.H. ve Şahin, N., (1992). How Dysfunctional the Dysfunctional Attitudes in another Culture? British Journal of Medical Psychology, 65, 17-26. doi: 10.1111/j.2044-8341.1992.tb01680.x
- Şenormancı, Ö., Konkan, R., Güçlü, O., Şenormancı, G., and Sungur, M.Z., (2013). Ruminatif Yanıt Biçimi ve Fonksiyonel Olmayan Tutumların Majör Depresyonla İlişkisi. Düşünen Adam Psikiyatrisi ve Nörolojik Bilimler Dergisi, 26, 239-247. Retrieved from <http://dusunenadamdergisi.org/tr/TMakaleDetay.aspx?MkID=951>



- 
- Türkçapar, M.H., (2011). *Bilişsel Terapi*. Ankara: HBY Yayıncılık.
  - Ulukaya, S. ve Bilge, F., (2014). Üniversite Öğrencilerinde Akademik Ertelemenin Yordayıcıları Olarak Aile Bağlamında Benlik ve Ana Baba Tutumları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(41), 89-102. Retrieved from, <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/tpdrd/article/view/1058000385>.
  - Vishalakshi, K.K. and Yeshodhara, K., (2012). Relationship Between Self-Esteem and Academic Achievement of Secondary School Students. *Indian Journal of Applied Research*, 1(12), 83-84. doi: 10.15373/2249555X/SEP2012/29.
  - Weissman, A.N. and Beck, A.T., (1978). Development and Validation of the Dysfunctional Attitude Scale: A Preliminary Investigation. Paper presented at The Annual Meeting of the American Educational Research Association, Toronto, Ontario.