

Makale Bilgisi

Makale Türü

Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi

23.12.2024

Kabul Tarihi

21.05.2025

Anahtar Kelimeler

Ergenlik,
Ebeveyn,
Psikolojik Sağlamlık,
Aile İlişkileri

Ergenlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Üzerinde Aile İlişkilerinin Rolünün İncelenmesi

*Tarık YILDIRIM

ÖZ

Bu çalışma ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile aile ilişkilerinin, ebeveynlerin psikolojik sağlamlıklarının ve aile içi etkileşimlerin ergenlerin psikolojik sağlamlığı üzerindeki etkilerini incelemektedir. Araştırma nicel bir araştırma olup, ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile aile ilişkileri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılarak yürütülmüştür. Çalışma, 9-18 yaş arası 361 ergen bireyle 2024 yılı içerisinde yapılmış olup, veriler psikolojik sağlamlık tutum ve beceri ölçeği, aile değerlendirme ölçeği ve kişisel bilgi formlarıyla toplanmıştır. Araştırma online ortamda gerçekleştirilmiştir. Bulgular, ergen birey ve ebeveynleri arasındaki sağlıklı aile ilişkilerinin ve ebeveynlerin psikolojik sağlık durumlarının ergenlerin psikolojik sağlamlıkları üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Çalışmada elde edilen diğer verilere göre, ergenlerin aile değerlendirme ölçeği alt boyutları ile psikolojik sağlamlık tutum beceri ölçeği alt boyutları arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, ergenlerin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve ebeveyn eğitim durumu gibi faktörlere göre psikolojik sağlamlık tutum becerileri ve aile değerlendirme ölçeği sonuçlarında anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Yaş gruplarına göre, 9-12 yaş arasındaki ergenlerin iletişim, roller ve duygusal tepki verebilme puanları, 13-15 ve 16-18 yaş gruplarına göre daha yüksek olup, yaş ilerledikçe bu puanlarda bir azalma gözlemlenmiştir.

Atıf: Yıldırım, T. (2025). Ergenlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Üzerinde Aile İlişkilerinin Rolünün İncelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 8(1), 20-42. DOI: 10.55150/apjec.1603611

Article Information

Article Type

Research Article

Received

23.12.2024

Accepted

21.05.2025

Key Words

Adolescence,

Parent,

Psychological Resilience,

Family Relationship

The Examination of the Role of Family Relationships in Adolescents' Psychological Resilience Levels

*Tarık YILDIRIM

ABSTRACT

This study examines the effects of family relationships, parental psychological health, and family interactions on adolescents' psychological resilience levels. The research is a quantitative study conducted using a correlational survey model to investigate the relationship between adolescents' psychological resilience levels and family relationships. The study was conducted in 2024 with 361 adolescents aged 9 to 18, and data were collected using the Psychological Resilience Attitude and Skill Scale, the Family Assessment Scale, and personal information forms. The research was carried out online. The findings indicate that healthy family relationships between adolescents and their parents, as well as the psychological well-being of parents, significantly influence adolescents' psychological resilience. Additionally, the results reveal a positive relationship between the sub-dimensions of the Family Assessment Scale and the sub-dimensions of the Psychological Resilience Attitude and Skill Scale. Furthermore, significant differences were observed in adolescents' psychological resilience attitudes, skills, and family assessment scores based on factors such as gender, age, education level, and parental education status. In terms of age groups, adolescents aged 9-12 had higher scores in communication, roles, and emotional responsiveness compared to the 13-15 and 16-18 age groups, with a decline in these scores as age increased.

1. GİRİŞ

Ergenlik, hızlı fiziksel, zihinsel ve sosyal değişimlerin etkisiyle şekillenen bir dönemi tanımlar (Cooper vd., 2021). Koivusilta, Acacio-Claro, Mattila ve Rimpelä (2024) göre, ergenlik, fiziksel ve psikolojik gelişimin hızlandığı, çocukluktan yetişkinliğe geçişin yaşandığı bir dönemi ifade eder. Gül ve Güneş (2009) ise ergenliği, bireyler ve ailelerinde birçok dönüşümün yaşandığı bir süreç olarak tanımlamaktadır. Bu süreçte bireylerin psikolojik sağlık düzeyleri, karşılaştıkları zorluklara nasıl yanıt verdiklerini ve bu zorluklarla başa çıkma becerilerini belirlemede kritik bir rol oynamaktadır. Cojocarü vd. (2024), psikolojik dayanıklılığın biyolojik, psikolojik, sosyal ve kültürel faktörlerin etkileşimiyle şekillendiğini ve bu faktörlerin birbirini etkileyerek dayanıklılığı belirlediğini vurgulamaktadır. Ayrıca, gen-çevre etkileşiminin, bireylerin çevresel stres faktörlerine verdiği tepkilerde ve bu yanıtların dayanıklılığı nasıl etkilediğinde kritik bir rol oynadığını ifade etmektedirler.

Ergenlik, bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçiş yaptığı, yaşam yolunu belirlemeye başladığı ve birçok içsel ve dışsal faktörden etkilendiği kritik bir dönemdir (Özgür ve Yılmaz, 2023). Bu dönemde karşılaşılan zorluklar ve stres unsurları, bireylerin psikolojik dayanıklılıklarını geliştirmeleri için önemli bir fırsat oluşturur. Psikolojik sağlık, son dönemlerde dikkatle üzerinde durulan bir terimdir (Ayar, 2018).

Ergenlik dönemi, bireyin hem fiziksel hem de psikolojik anlamda yoğun değişimler yaşadığı, gelişimsel açıdan kritik bir geçiş sürecidir. Bu sürecin farklı evreleri, bireysel farklılıklar ve çevresel etkenlere bağlı olarak çeşitlilik gösterebilmektedir. Erken ergenlik, ikincil cinsel özelliklerin normal gelişim sürecinden daha önce ortaya çıkmasıyla tanımlanmaktadır (Dong vd., 2023). Bu dönemde bedensel değişimlerin yanı sıra bilişsel gelişim süreci de hız kazanır. Ergenlik temposu olarak adlandırılan bu süreç, kişiden kişiye farklı hız ve biçimlerde seyredebilir. Ortalama olarak erken ergenlik dönemi 2,5 ila 3,5 yıl arasında değişmekte; bir gelişim basamağından diğerine geçiş ise genellikle altı ayı aşkın sürelerde gerçekleşmektedir (Olgun, 2020). Orta ergenlik dönemi genellikle 15-17 yaş aralığında görülmekte olup, bireyin kimlik kazanımı, özerklik geliştirme çabaları ve cinsiyet rollerine ilişkin farkındalığın arttığı bir aşamadır. Bu dönemde ergen, soyut düşünme becerilerini edinmiş, genelleme yapabilme yetkinliğine ulaşmış ve kişiliğini oluşturmaya başlamıştır (Özmen, 2022). Geç ergenlik evresi ise çoğunlukla 17-21 yaşları arasında yaşanmakta olup, büyüme hızının azaldığı, cinsel gelişimin tamamlandığı ve bireyin yaşamla ilgili hedefler belirlemeye yöneldiği bir dönemdir. Bu evrede birey, geçmişte yaşadığı kaygıların yerine geleceğe yönelik daha planlı ve bilinçli kararlar alma eğilimindedir. Aynı

zamanda bu süreç, bireyin bağımsız bir yetişkin kimliği kazandığı, kimlik oluşumunun netleştiği ve yetişkinliğe geçiş için gerekli becerilerin edinildiği bir dönem olarak değerlendirilmektedir (Akarçay, 2023).

Psikolojik dayanıklılık, dengeyi yeniden kurma ve bu dengeyi koruma yeteneğidir (Oktan, 2008). Zorlayıcı yaşam deneyimlerine, olumsuz ve güçlüklerle dolu koşullara rağmen mevcut engellerin üstesinden gelebilen ve beklenenden daha olumlu bir gelişim gösterebilen, bireylerin ayakta kalmalarını mümkün kılan, geliştirilebilir tutum ve yeteneklere sahip olma olarak tanımlanmaktadır (Kaya, Peker ve Gündüz, 2016). Ergenlerin bu dönemdeki psikolojik dayanıklılığı, yalnızca kişisel gelişimlerinin değil, aynı zamanda toplumsal uyumlarının da temel bir belirleyicisidir. Bu çalışma, ergenlerin psikolojik dayanıklılıklarını etkileyen faktörleri ve özellikle aile ilişkilerinin bu süreçteki önemli rolünü daha iyi anlamayı amaçlamaktadır.

Aile, kişinin hayata adım attığı ilk andan itibaren bulunduğu, ona varlığını sürdürebilmesi için gereken ilgi ve yardımın sağlandığı toplumsal bir çevredir (Bayer, 2013). Literatürde, aile ilişkilerinin ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri üzerindeki etkisine ilişkin çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu çalışma, söz konusu literatürdeki boşluğu doldurmayı amaçlamakta ve ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinde aile ilişkilerinin oynadığı rolü incelemektedir.

Araştırma kapsamında, ergenlerin aile içi ilişkilerinin (örneğin, destek, problem çözme becerileri ve iletişim) psikolojik sağlık düzeyleri üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir. Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri üzerindeki etkisine dair bulgular sunarak alana özgün bir katkı sağlamayı hedeflemektedir. Bu bağlamda, araştırmanın sonuçlarının bireysel ve toplumsal düzeyde uygulanabilir stratejilere ışık tutması beklenmektedir.

Ergenlik, bireyin benlik gelişiminin şekillendiği ve psikolojik sağlık açısından önemli bir dönüm noktasıdır (Öner ve Baysan Arabacı, 2021). Bu dönemde ergenler hem fiziksel hem de duygusal anlamda büyük değişimler geçirirken, dış dünyaya karşı da daha fazla etkileşimde bulunurlar. Bu süreçte, bireylerin karşılaştıkları zorluklarla başa çıkabilme becerileri büyük bir önem taşır. Bu gelişim evresi, ergenin psikolojik sağlamlığının önemli bir rol oynadığı bir dönemdir. Psikolojik sağlamlık, ergenin davranışsal ve duygusal sorunlarla başa çıkma yeteneğini etkiler. Üst düzey psikolojik sağlamlığa sahip ergenler, karşılaştıkları problem durumlarında daha az akademik zorluk, depresyon ve antisosyal davranış sergilerler (Turgut ve Çapan, 2017). Ergenlik dönemindeki psikolojik sağlamlık düzeyleri, gençlerin bu zorluklarla ne ölçüde başa çıkabileceklerini belirleyen önemli bir faktördür.

Aile; evlilik, kan bağları veya evlat edinme yoluyla birbirine bağlı, aynı çatı altında yaşayan, gelirlerini ortaklaşa paylaşan, sürekli etkileşim içinde bulunan ve karı-koca,

anne-baba, kız-oğul, kız kardeş-erkek kardeş gibi sosyal ilişkiler içinde olan bireylerden oluşan bir yapıdır (Ağdemir, 1991). Ergenlik döneminde, aile içindeki ilişkiler, ergenin psikolojik sağlığı ve dayanıklılığı üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olabilir. Çiftçi (2023), ergenlik sürecinde aile içi etkileşimlerin, bireylerin kendilik algıları ve toplumsal kaygı düzeyleri üzerinde kayda değer bir etkisi olabileceğini öne sürmektedir.

Günümüzde yapılan pek çok araştırma, ergenlik dönemindeki gelişimle ilgili olarak ergenler ile anne-baba ve kardeşleri arasındaki iletişimde kopmalar yaşandığını ve bu durumun, ergenlerin duygusal olarak ailelerinden uzaklaşırken aynı zamanda bağımsızlaşma sürecine girdiklerini göstermektedir (Saçan, 2023).

Bu araştırmanın temel amacı, ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile aile ilişkileri arasındaki etkileşimi incelemektir. Ergenlik, çocukluk döneminin bitişiyile başlayan ve fiziksel, duygusal ve sosyal açıdan dönüşümlerin yaşandığı kritik bir süreçtir (Ergün, 2016). Bu kadar kritik bir süreçte, bireyin psikolojik açıdan ne kadar dayanıklı olduğu da büyük bir öneme sahiptir, zira psikolojik dayanıklılık, duygusal ve davranışsal zorluklar karşısında koruyucu bir işlev görmektedir (Turgut ve Çapan, 2017). Bu nedenle, aile içindeki ilişkilerin ergenlerin psikolojik sağlamlıkları üzerindeki rolünü anlamak ergenlerin stresle başa çıkmalarını kolaylaştıracak müdahale stratejilerinin geliştirilmesine katkı sağlayacaktır. Bu araştırmanın alt amaçlarını şu şekilde ifade edebiliriz:

- Ergenlerin aile ilişkileri, psikolojik sağlık düzeylerini nasıl etkilediğini incelemek
- Aile ilişkilerinin psikolojik sağlık üzerindeki etkilerini incelemek
- Aile değerlendirme ölçeği sonuçları ile psikolojik sağlık tutum ve beceri ölçeği sonuçları arasındaki ilişkiyi değerlendirmek.
- Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri, demografik faktörlere (cinsiyet, sosyoekonomik durum vb.) göre nasıl bir farklılık gösterdiğini incelemek.
- Farklı yaş gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin aile ilişkileri ile ilişkisini incelemek.

Mevcut literatürde, aile ilişkilerinin ergenlerin psikolojik sağlamlıkları üzerindeki etkilerini ele alan bazı çalışmalar bulunsa da bu çalışmaların büyük bir kısmı aile içi ilişkilerin yalnızca belirli bir boyutuna odaklanmaktadır. Aile içindeki iletişim tarzı, verilen destek ve problem çözme becerilerinin ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını nasıl etkilediği üzerine yapılan araştırmalar sınırlıdır. Bu çalışma, ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile aile içindeki farklı ilişki boyutları arasındaki etkileşimi ele alarak bu alandaki bilgi boşluğunu doldurmayı hedeflemektedir.

Ergenlerin psikolojik sağlamlıkları, demografik faktörlerden (örneğin, yaş, cinsiyet,

sosyoekonomik durum) etkilenebilir. Ancak, literatürde bu faktörlerin ergenlerin aile ilişkileriyle olan etkileşimlerini nasıl şekillendirdiğine dair derinlemesine bir inceleme bulunmamaktadır. Bu araştırma, demografik değişkenlerin ergenlerin psikolojik sağlamlıkları üzerindeki rolünü ve aile içindeki farklı dinamikleri nasıl etkilediğini araştırarak bu boşluğu doldurmayı amaçlamaktadır.

Çoğu çalışma, ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını genellikle bireysel olarak ele almakta ve aile içindeki ilişkilerin bu sağlamlık üzerindeki etkisini yeterince incelememektedir. Örneğin, Işık ve Eyüp (2020) ergenlerde psikolojik sağlamlığı sosyal dışlanma, sosyal kaygı, cinsiyet ve sınıf düzeyi açısından ele alırken, Karıcı ve Balcı-Çelik (2024) ise algılanan stres, akademik öz yeterlik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmalar, psikolojik sağlamlık üzerinde etkili olan bireysel faktörlere odaklanmaları açısından literatüre katkı sağlasa da, aile içi dinamiklerin bu süreçteki rolüne yeterince değinmemektedir.

Bu araştırma, ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını aile ilişkileri bağlamında karşılaştırarak bu alandaki literatüre katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

Literatürde aile yapısının (nükleer aile, tek ebeveynli aile, geniş aile) ergenlerin psikolojik sağlamlıkları üzerindeki etkisi üzerine sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Aile yapısının, özellikle ergenlerin destek mekanizmaları ve psikolojik dayanıklılıkları ile ilişkisi daha ayrıntılı bir şekilde ele alınmamıştır. Bu araştırma, farklı aile yapılarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini karşılaştırarak bu boşluğu doldurmayı amaçlamaktadır.

2. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve teknikleri, verilerin analizi, güvenirlik analizleri ve akademik etik izin kısımlarına yer verilmiştir.

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemine dayalı ilişki tarama modeli (correlational design) kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli, birden fazla değişkenin birbirini etkileyerek gösterdiği değişimlerin varlığını tespit etmeyi hedefler. Bu modelde, araştırmaya dâhil edilen değişkenlerin birbirleriyle doğrusal bir ilişki içinde olup olmadığı incelenir. Eğer bir değişim gözlemleniyorsa, bu değişimin nasıl ve hangi yönlerde gerçekleştiği belirlenmeye çalışılır (Bayram ve Kanmaz, 2022).

Araştırmanın ana amacı, ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile aile içindeki ilişkiler arasındaki etkileşimi belirlemek ve ergenlerin psikolojik sağlamlık seviyeleri ile

aile içindeki etkileşim biçimlerinin birbirini nasıl etkileyebileceğini anlamaktır. Araştırma, bu iki değişken arasındaki ilişkinin gücünü ve yönünü belirlemeye yöneliktir.

2.2. Çalışma Grubu

Bu çalışmanın evreni, (Türkiyedeki) 9-18 yaş arasındaki ergenlerden oluşmaktadır. Ergenlik dönemi, psikolojik sağlık ve aile içi ilişkilerin gelişiminde kritik bir öneme sahip olduğu için bu yaş grubu seçilmiştir.

Araştırmanın örneklemini, 9-18 yaş arasında toplamda 361 ergeni kapsamaktadır. Katılımcılar, farklı yaş gruplarını ve cinsiyetleri temsil edecek şekilde seçilmiştir. Örneklemdeki katılımcılar şu şekilde dağılmaktadır:

- Toplam Katılımcı Sayısı: 361

- Erkek: 207 (%57,3)

- Kız: 155 (%42,7)

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplamak için kişisel bilgi formu, Psikolojik Sağlık Tutum ve Beceri Ölçeğinden (PSTBÖ) ve Aile Değerlendirme Ölçeğinden (ADÖ) faydalanılmıştır.

2.3.1. Aile Değerlendirme Ölçeği

Aile içindeki ilişkileri değerlendirmek için kullanılan bu ölçek, McMaster Aile İşlevselliği Modeli'ne dayalı olarak aileleri değerlendirmek için geliştirilmiş bir araçtır (Epstein vd, 1983). Türkçeye uyarlaması ise Işıl Bulut tarafından yapılmıştır (Bulut, 1993). 60 maddeden oluşan bu ölçek dört seçenekli likert tipi formatında uygulanmaktadır. Ölçeğin 7 alt boyutu bulunmaktadır: iletişim kurma, duygusal yanıt verme, davranış düzenleme, sorun çözme, roller, genel işleyiş ve gerekli ilgiyi sağlama. Ölçeğin güvenirlik puanı Tablo 1'de verilmiştir.

2.3.2. Psikolojik Sağlık Tutum ve Beceri Ölçeği

Akar ve Aktan (2020) tarafından Türkçeye uyarlanan bu ölçek, 34 maddeden oluşur ve 4 ana alt boyut üzerinden incelenir. İlgörü ve Yaratıcılık, sorunlu ailelerde büyüyen çocukların karşılaştıkları zorlukları içselleştirmelerini engelleyerek, suçluluk duygusunun önüne geçen faktörler olarak tanımlanır. Bu ölçek, ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerini ölçmek amacıyla kullanılır ve bireylerin zorluklarla başa çıkma becerilerini, duygusal dayanıklılıklarını ve esnekliklerini değerlendirir. Hurtes tarafından 1999 yılında geliştirilen bu ölçek, Hurtes ve Allen (2001) tarafından yeniden incelenmiştir. Ölçek, 7 alt boyuttan oluşmaktadır: içgörü, bağımsızlık, girişkenlik, ilişkiler,

değerler oryantasyonu, mizah ve yaratıcılık. Ölçeğin güvenirlik puanı tablo 1'de verilmiştir.

2.4. Veri Toplama Süreci ve Teknikleri

Veri toplama süreci, araştırmanın tasarımına ve amacına göre şekillendirilmiştir. Bu çalışmada, ilişki tarama modeli kullanılarak, belirli değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma, nicel bir araştırma yöntemi ile gerçekleştirilmiştir ve veriler ölçekler aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma, ergenler üzerinde yapılmıştır. Örneklem, yaş aralığı 9-18 olan ergenlerden oluşmuştur. Katılımcılar, random seçim yöntemiyle belirlenmiş ve farklı sosyo-ekonomik seviyelerden gelen bireyler seçilmiştir. Bu sayede araştırmanın dışsal geçerliliği artırılmaya çalışılmıştır. Veri toplamak için aile değerlendirme ölçeği ve psikolojik sağlamlık tutum ve beceri ölçeği kullanılmıştır. Araştırmaya başlamadan önce, katılımcılara çalışma hakkında bilgi verilmiş ve gönüllü katılımlarına onay alınmıştır. Etik kurallar çerçevesinde, katılımcıların gizliliği ve anonimlikleri garanti edilmiştir. Araştırma online ortamda yapıp Google Form üzerinden katılım sağlanmıştır. Araştırmaya katılanların testler için verdikleri cevapların ortalaması alınarak analiz yapılmıştır.

Araştırmanın hipotezleri şu şekildedir:

- Ergenlerin psikolojik sağlamlıkları ve aile ilişkileri arasında pozitif yönde bir ilişki vardır.
- Aile içerisindeki etkileşimin ergenlerin psikolojik sağlamlıkları üzerinde etkisi vardır.
- Ergenlerin psikolojik sağlamlıkları yaşlarına göre farklılık gösterir.
- Aileden alınan duygusal destek, ergenlerin stresli durumlarla başa çıkma becerilerini olumlu yönde etkiler.
- Ergen bireylerin yaşlarına göre aile değerlendirme puanları üzerinde farklılıklar vardır.

2.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizi, Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 26.0 ve AMOS 24 yazılımları kullanılarak yapılmıştır. Ergenlerin sosyo-demografik özellikleri sayı ve yüzde olarak sunulmuştur. Ölçek ve alt boyut puanlarının analizinde ortalama ve standart sapma değerleri kullanılmıştır. Ergenlerin cinsiyet gibi iki gruptan oluşan değişkenlerle ölçek puanları karşılaştırılırken Independent Sample t Testi, üç veya daha fazla grup ile karşılaştırma yapılırken ise One Way ANOVA Testi kullanılmıştır.

Gruplar arasında anlamlı farklılıkların bulunduğu durumlarda, bu farklılıkların ne tür grup öğelerinden ortaya çıktığını anlamak için Post Hoc Testleri gerçekleştirilmiştir. Ölçekler arasındaki bağlantıların analiz edilmesinde ise Pearson Korelasyon Analizi yöntemine başvurulmuştur. Korelasyon katsayısı, 0.00-0.30 aralığında zayıf, 0.30-0.70 aralığında orta düzeyde ve 0.70-1.00 aralığında güçlü bir ilişki olarak yorumlanmıştır (Büyüköztürk, 2020). Çalışmada Yol Analizi (Regresyon) yapılmış ve bu analizler AMOS 24 programı aracılığıyla yapılmıştır. Tüm incelemelerde geçerlilik seviyeleri olarak 0,05 ve 0,01 değerleri dikkate alınmıştır.

2.6. Güvenirlilik Analizleri

Ölçek ve alt faktörlerine ait güvenirlilik sonuçları Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Korelasyon Sonuçları

Faktörler	Cronbach alpha	N
Aile Değerlendirme Ölçeği	0,876	60
Problem çözme	0,539	6
İletişim	0,470	9
Roller	0,516	11
Duygusal tepki verebilme	0,527	6
Gereken ilgiyi gösterme	0,480	7
Davranış kontrolü	0,474	9
Genel işlevler	0,521	12
Psikolojik Sağlamlık Tutum Beceri Ölçeği (PSTBÖ)	0,952	34
İlişkiler/değerler	0,887	11
İçgörü/yaratıcılık	0,845	10
Bağımsızlık/girişimcilik	0,814	8
Mizah	0,728	5

2.7. Akademik Etik İzin

İstanbul Ticaret Üniversitesi Etik Kurulu'ndan 2.01.2024 tarih ve E-65836846-044-307460 sayılı onayı ile alınmıştır.

3. BULGULAR

Bulgular kısmında, araştırmada elde edilen verilerin analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Bu bölümde, ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile aile ilişkilerinin arasındaki ilişki, istatistiksel analizlerle ortaya konmuş ve bulguların doğruluğunu destekleyen veriler sunulmuştur. Ayrıca, değişkenler arasındaki anlamlı farklar ve ilişkiler tartışılmıştır.

Ergenlerin sosyo-demografik özelliklerine ait bulgular Tablo 2'de, ölçek ve alt boyutlarına ilişkin betimleyici bulgular ise Tablo 3.'de sunulmuştur.

Tablo 2. Ergenlerin Sosyo-Demografik Özelliklerine Ait Bulgular

Değişken	Kategori	Sayı	%	Değişken	Kategori	Sayı	%
Yaş	9-12 yaş	7	1,9	Aile SED	Düşük	37	10,2
	13-15 yaş	65	18		Orta	286	79,2
	16-18 yaş	289	80,1		Yüksek	38	10,5
Cinsiyet	Erkek	207	57,3	PDAD	Evet	56	15,5
	Kız	154	42,7		Hayır	305	84,5
Baba eğitim düzeyi	İlk./Alt.	92	25,5	Anne eğitim düzeyi	İlkokul ve altı	129	35,7
	Ortaokul	64	17,7		Ortaokul	80	22,2
	Lise	162	44,9		Lise	120	33,2
	Lis. ve üstü	43	11,9		Lisans ve üzeri	32	8,9
Ebvyn. Psk.	Psk.Dsk.İh.	107	29,6	Anne/Baba Brlt.Drm.	Evet	334	92,5
Sağ. Drm.	Psk.Dsk.İh.Yok	254	70,4		Hayır	27	7,5
Eğitim düzeyi	Ortaokul	43	11,9	Toplam		301	100
	Lise	275	76,2				
	Üniversite	43	11,9				

Bu bulgulara göre ergenlerin çoğunluğunu 16-18 yaş aralığındaki ergenler (%80,1) oluşturmaktadır. Cinsiyet dağılımına bakıldığında, erkekler %57,3 ile kızlardan (%42,7) biraz daha fazladır. Eğitim düzeyinde ergenlerin büyük bir bölümü lise eğitimine (%76,2) devam etmektedir. Anne ve baba eğitim düzeyleri incelendiğinde, babaların önemli bir kısmı lise mezunu (%44,9) iken, anneler için en sık karşılaşılan eğitim düzeyi ilkokul ve altıdır (%35,7).

Ailelerin büyük çoğunluğu orta sosyo-ekonomik düzeye sahipken (%79,2), psikolojik destek alma durumuna ilişkin olarak katılımcıların %15,5'inin daha önce profesyonel yardım aldığı görülmektedir. Ailelerin psikolojik sağlık durumunda ise çoğu ebeveynin psikolojik sorunu olmadığı (%70,4) belirlenmiştir. Ayrıca ebeveynlerin büyük bir kısmının birlikteliğini devam ettirdiği (%92,5) tespit edilmiştir.

Tablo 3. Aile Değerlendirme, Psikolojik Sağlık ve Tutum Becerileri Ölçekleri ile Alt Boyutlarına Ait Betimleyici Bulgular

Ölçekler ve alt boyutları	Ort. ± S.S	Min. – Max.	Skewness ± S.H	Kurtosis ± S.H
ADÖ	2,46±0,30	1,67-3,76	0,84±0,13	1,12±0,26
Problem çözme	2,33±0,45	1,00-4,00	0,18±0,13	0,95±0,26
İletişim	2,42±0,36	1,44-3,89	0,50±0,13	0,73±0,26
Roller	2,46±0,35	1,64-3,64	0,55±0,13	0,52±0,26

Duygusal tepki verebilme	2,52±0,48	1,17-3,83	0,47±0,13	0,01±0,26
Gereken ilgiyi gösterme	2,48±0,42	1,43-3,86	0,42±0,13	0,15±0,26
Davranış kontrolü	2,61±0,39	1,44-3,89	0,32±0,13	0,25±0,26
Genel işlevler	2,42±0,34	1,33-3,58	0,54±0,13	0,84±0,26
PSTBÖ	2,62±0,49	1,20-4,00	0,98±0,13	0,61±0,26
İlişkiler/Değerler	2,66±0,55	1,33-4,00	0,84±0,13	0,39±0,26
İçgörü/Yaratıcılık	2,61±0,52	1,00-4,00	0,72±0,13	0,48±0,26
Bağımsızlık/Girişimcilik	2,63±0,54	1,29-4,00	0,77±0,13	0,32±0,26
Mizah	2,60±0,54	1,00-4,00	0,46±0,13	0,02±0,26

Aile Değerlendirme Ölçeğinin genel ortalaması 2,46 olup, değerler 1,67 ile 3,76 arasında değişmektedir. Alt boyutlar incelendiğinde; problem çözme ortalaması 2,33 (1,00-4,00), iletişim ortalaması 2,42 (1,44-3,89), roller ortalaması 2,46 (1,64-3,64), duygusal tepki verebilme ortalaması 2,52 (1,17-3,83), gereken ilgiyi gösterme ortalaması 2,48 (1,43-3,86), davranış kontrolü ortalaması 2,61 (1,44-3,89) ve genel işlevler ortalaması 2,42 (1,33-3,58) olarak görülmektedir.

Psikolojik Sağlamlık Tutum Beceri Ölçeği (PSTBÖ) için genel ortalama 2,62 (1,20-4,00) olup, alt boyutlardan ilişkiler/değerler 2,66 (1,33-4,00), içgörü/yaratıcılık 2,61 (1,00-4,00), bağımsızlık/girişimcilik 2,63 (1,29-4,00) ve mizah 2,60 (1,00-4,00) aralığında olduğu görülmektedir.

Çalışmada kullanılan ölçeklerin ve alt boyutlarının normal dağılıma uygunluğu, çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanarak değerlendirilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, tüm ölçekler ve alt faktörler normal dağılım kriterlerini karşılamış olup, bu değerlerin referans aralık olan $\pm 1,96$ sınırları içinde olduğu belirlenmiştir (Kalaycı, 2005).

Tablo 4-7’de ise Psikolojik Sağlamlık Tutum Beceri Ölçeği (PSTBÖ) ve Aile Değerlendirme Ölçeği ile alt boyutlarının ergenlerin demografik özelliklerine göre karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar yer almaktadır.

Ergenlerin cinsiyetlerine göre psikolojik sağlamlık tutum beceri ölçeği genel puanı ve ilişkiler/değerler alt boyutuna ait puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p < 0,05$). Bu verilere göre, kız ergenlerin psikolojik sağlamlık tutum beceri ölçeği genel puanı ve ilişkiler/değerler alt boyutu puanları, erkek ergenlere göre daha düşüktür.

Ergenlerin yaşlarına bağlı olarak iletişim, roller ve duygusal tepki verebilme alt boyutları arasında anlamlı farklar gözlemlenmiştir ($p<0,05$). Bu bulgulara göre, 9-12 yaş arasındaki ergen bireylerin roller, iletişim ve duygusal tepki verebilme puanları, 13-15 ve 16-18 yaş arasındaki ergenlere göre daha yüksektir. Genel olarak, ergenlerin yaşları arttıkça iletişim, roller ve duygusal tepki verebilme puanlarında bir azalma olduğu görülmektedir.

Ergenlerin eğitim düzeylerine bağlı olarak aile değerlendirme genel ve alt boyutları olan roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü ve genel işlevlere ait puanlar arasında anlamlı bir fark gözlemlenmiştir ($p<0,05$). Bu sonuçlar, ortaokul ve üniversite düzeyindeki ergenlerin, lise düzeyindeki ergenlere kıyasla aile değerlendirme genel ve alt boyutlarında daha yüksek puanlar aldığını göstermektedir.

Ayrıca, ergenlerin eğitim düzeylerine göre psikolojik sağlık tutum beceri ölçeği genel puanı ile ilişkiler/değerler, içgörü/yaratıcılık, bağımsızlık/girişimcilik ve mizah alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur ($p<0,05$). Bu verilere göre, ortaokul ve üniversite düzeyindeki ergenlerin psikolojik sağlık ve ilgili alt boyutlarda, lise düzeyindeki ergenlere göre daha yüksek puanlar elde ettiği sonucuna varılmıştır.

Ergenlerin baba eğitim düzeylerine göre aile değerlendirme genel puanı ve alt boyutları (iletişim, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü, genel işlevler) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlemlenmiştir ($p<0,05$). Bu verilere göre, babaların eğitim seviyesi yükseldikçe, ergenlerin aile değerlendirme genel puanı ve alt boyutlarına ait puanların azaldığı görülmektedir.

Ergenlerin baba eğitim düzeylerine göre psikolojik sağlık tutum beceri ölçeği genel puanı ve alt boyutları (ilişkiler/değerler, içgörü/yaratıcılık, bağımsızlık/girişimcilik, mizah) arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Bu verilere göre, babaların eğitim düzeyinin artmasıyla ergenlerin psikolojik sağlık tutum beceri ölçeği genel puanı ve alt boyutlarına ait puanlarının da azaldığı tespit edilmiştir.

Tablo 4. Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ) ve Alt Boyutlarının Ergenlik Demografik Özelliklerine göre Karşılaştırılması

	Değişken	ADÖ	Prb. Çzm.	İletişim	Roller	Duygusal tepki	İlgi Gösterme	Dav. Kont.	Genel İşlev
Cinsiyet	Erkek	2,47±0,33	2,33±0,48	2,43±0,38	2,46±0,4	2,53±0,49	2,5±0,46	2,62±0,43	2,43±0,37
	Kadın	2,45±0,2	2,31±0,41	2,42±0,34	2,47±0,3	2,5±0,46	2,45±0,37	2,6±0,34	2,4±0,29
	t	0,652	0,401	0,286	-0,133	0,455	1,13	0,449	0,703
	p	0,515	0,689	0,775	0,894	0,649	0,259	0,654	0,483
Yaş	9-12 yaş	2,7±0,27	2,33±0,67	2,75±0,36	2,82±0,36	3,02±0,42	2,78±0,49	2,75±0,22	2,46±0,33
	13-15 yaş	2,49±0,3	2,37±0,4	2,45±0,3	2,5±0,36	2,59±0,5	2,47±0,43	2,65±0,4	2,41±0,36
	16-18 yaş	2,45±0,3	2,32±0,46	2,41±0,36	2,45±0,3	2,49±0,4	2,48±0,42	2,6±0,39	2,42±0,34
	F	2,768	0,322	3,084	4,455	5,533	1,756	0,84	0,096
	p	0,064	0,725	0,047*	0,012*	0,004**	0,174	0,433	0,908
	Fark	-	-	b,c<a	b,c<a	b,c<a	-	-	-
Eğitim Düzeyi	Ortok.	2,58±0,33	2,35±0,55	2,48±0,42	2,61±0,44	2,81±0,5	2,6±0,4	2,75±0,49	2,44±0,4
	Lise	2,43±0,28	2,33±0,42	2,41±0,34	2,43±0,32	2,44±0,43	2,43±0,39	2,6±0,36	2,39±0,32
	Ünv.	2,57±0,35	2,28±0,53	2,5±0,45	2,5±0,39	2,73±0,56	2,67±0,56	2,71±0,43	2,55±0,37
	F	7,753	0,295	1,175	6,836	17,343	8,369	5,376	4,37
	p	0,001**	0,744	0,31	0,001**	0,000**	0,000**	0,005**	0,013*
	Fark	a,c>b	-	-	a,c>b	a,c>b	a,c>b	a,c>b	c>b
Baba Eğitim Düzeyi	ilk./alt.	2,53±0,33	2,4±0,52	2,5±0,4	2,5±0,42	2,57±0,51	2,6±0,47	2,63±0,41	2,49±0,42
	Ortaokl.	2,53±0,33	2,35±0,45	2,48±0,4	2,53±0,39	2,63±0,49	2,6±0,41	2,67±0,46	2,46±0,37
	Lise	2,43±0,27	2,3±0,41	2,37±0,34	2,43±0,29	2,47±0,46	2,41±0,37	2,62±0,37	2,38±0,28
	Lis./üst.	2,36±0,25	2,23±0,44	2,36±0,29	2,42±0,3	2,4±0,39	2,31±0,41	2,49±0,32	2,34±0,28
	F	5,033	1,832	3,382	1,702	3,032	8,661	1,78	3,173
	p	0,002**	0,141	0,018*	0,166	0,029*	0,000**	0,151	0,024*
	Fark	c,d<a,b	-	c,d<a,b	-	c,d<b	c,d<a,b	d<b	c,d<a

Ergenlerin aile gelir düzeylerine göre psikolojik sağlık tutum beceri ölçeği genel puanı ve alt boyutları (ilişkiler/değerler, içgörü/yaratıcılık, bağımsızlık/girişimcilik, mizah) arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir ($p>0,05$).

Ergenlerin daha önce psikolojik destek alıp almama durumlarına göre ilişkiler/değerler ve içgörü/yaratıcılık alt boyutlarına ait puanlar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Bu verilere göre, psikolojik destek alan ergenlerin ilişkiler/değerler ve içgörü/yaratıcılık alt boyutlarına ait puanları, psikolojik destek almayan ergenlere göre daha düşüktür.

Tablo 5. Psikolojik Sağlamlık Tutum Beceri Ölçeği (PSTBÖ) ve Alt Boyutlarının Ergenlik Demografik Özelliklerine göre Karşılaştırılması

Kateg.	Değişken	PSTBÖ	İlişkiler	İçgörü	Bağımsızlık	Mizah
Cinsiyet	Erkek	2,67±0,52	2,7±0,58	2,66±0,54	2,67±0,58	2,64±0,58
	Kadın	2,56±0,44	2,61±0,51	2,54±0,47	2,57±0,48	2,54±0,48
	t	2,043	1,539	2,282	1,957	1,72
	p	0,042*	0,125	0,023*	0,051	0,086
Yaş	9-12 yaş	2,68±0,57	2,77±0,63	2,7±0,54	2,59±0,64	2,66±0,55
	13-15 yaş	2,68±0,51	2,7±0,57	2,69±0,53	2,64±0,58	2,67±0,54
	16-18 yaş	2,61±0,48	2,65±0,55	2,59±0,51	2,63±0,53	2,58±0,54
	F	0,514	0,435	1,08	0,032	0,774
	p	0,599	0,648	0,341	0,968	0,462
Eğitim Düzeyi	Ortok.	2,88±0,56	2,93±0,62	2,93±0,56	2,83±0,63	2,84±0,53
	Lise	2,54±0,45	2,57±0,5	2,52±0,48	2,55±0,5	2,52±0,52
	Ünv.	2,9±0,47	2,96±0,57	2,86±0,52	2,93±0,49	2,84±0,56
	F	18,288	16,479	18,54	13,808	11,839
	p	0,000**	0,000**	0,000**	0,000**	0,000**
	Fark	a,c>b	a,c>b	a,c>b	a,c>b	a,c>b
Baba Eğitim Düzeyi	ilk./alt.	2,78±0,43	2,79±0,49	2,78±0,5	2,76±0,5	2,77±0,51
	Ortaokl.	2,7±0,51	2,74±0,6	2,68±0,53	2,66±0,56	2,73±0,55
	Lise	2,54±0,5	2,58±0,55	2,53±0,51	2,55±0,55	2,51±0,52
	Lis./üst.	2,49±0,45	2,52±0,53	2,47±0,49	2,59±0,5	2,38±0,53
	F	6,403	4,358	6,578	3,023	8,74
	p	0,000**	0,005**	0,000**	0,03*	0,000**
	Fark	c,d<a,b	c,d<a,b	c,d<b<a	c<a	c,d<a,b

Ebeveynlerin psikolojik sağlık durumlarına göre problem çözme, gereken ilgiyi gösterme ve genel işlevler alt boyutlarına ait puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak, ebeveynlerin psikolojik sağlık durumlarına göre aile değerlendirme genel puanı ve alt boyutları (iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlemlenmiştir ($p<0,05$). Bu verilere göre, ebeveynleri psikolojik desteğe ihtiyaç duymayan ergenlerin aile değerlendirme genel puanı ve alt boyutları (iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü) daha yüksek olup, ebeveynleri psikolojik desteğe ihtiyaç duyan ergenlere kıyasla bu boyutlarda daha olumlu değerlendirmelere sahiptirler.

Ebeveynlerin psikolojik sağlık durumlarına göre psikolojik sağlamlık tutum beceri ölçeği genel puanı ve alt boyutları (ilişkiler/değerler, içgörü/yaratıcılık, bağımsızlık/girişimcilik, mizah) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Bu verilere göre, ebeveynleri psikolojik desteğe ihtiyaç duymayan ergenlerin psikolojik sağlamlık tutum beceri ölçeği genel puanı ve alt boyutları (ilişkiler/değerler, içgörü/yaratıcılık, bağımsızlık/girişimcilik, mizah) daha yüksek olup, ebeveynleri psikolojik desteğe ihtiyaç duyan ergenlere kıyasla daha olumlu bir psikolojik sağlamlık profiline sahiptirler.

Ergenlerin anne ve babanın birlikte yaşama durumlarına göre problem çözme puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlemlenmiştir ($p<0,05$). Bu verilere göre, anne ve babası ayrı yaşayan ergenlerin problem çözme puanları, birlikte yaşayan ergenlere göre daha yüksektir.

Tablo 6. Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ) ve Alt Boyutlarının Ergenlik Demografik Özelliklerine göre Karşılaştırılması

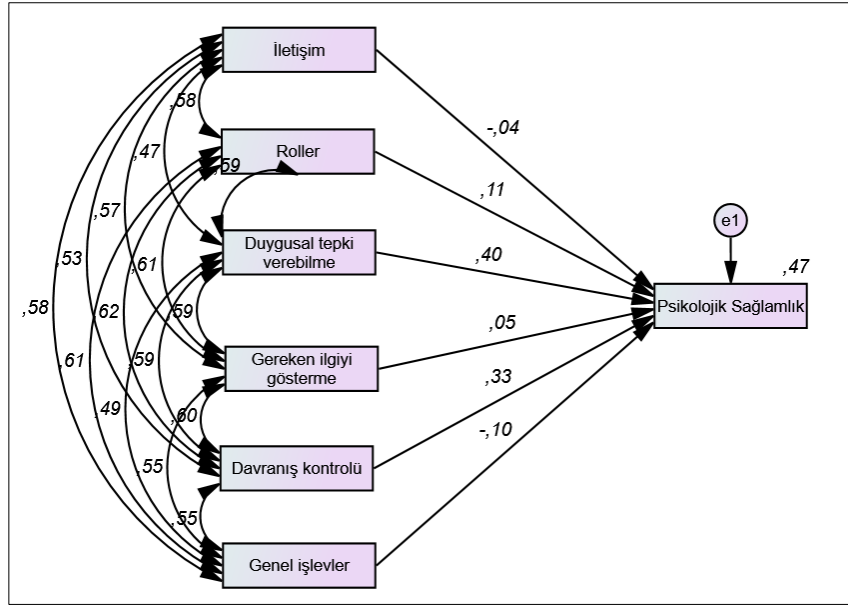
	Değişken	ADÖ	Prb. Çzm.	İletişim	Roller	Duygusal Tepki	İlgi Göst.	Dav. Kont.	Genel işlev
Aile Gelir Düzeyi	Düşük	2,41±0,33	2,35±0,49	2,42±0,47	2,42±0,43	2,43±0,52	2,39±0,45	2,53±0,42	2,32±0,38
	Orta	2,46±0,3	2,3±0,43	2,41±0,34	2,46±0,3	2,52±0,46	2,5±0,41	2,63±0,39	2,42±0,32
	Yüksek	2,52±0,36	2,48±0,5	2,52±0,4	2,54±0,3	2,59±0,51	2,44±0,5	2,58±0,41	2,46±0,4
	F	1,248	2,704	1,587	1,243	1,129	1,157	1,201	2,021
	p	0,288	0,068	0,206	0,29	0,325	0,316	0,302	0,134
Psk. Dst. Alma	Evet	2,45±0,3	2,36±0,57	2,37±0,39	2,38±0,36	2,51±0,41	2,49±0,4	2,59±0,4	2,43±0,39
	Hayır	2,47±0,29	2,32±0,43	2,43±0,36	2,48±0,3	2,52±0,49	2,48±0,42	2,62±0,39	2,41±0,33
	t	-0,437	0,525	-1,185	-1,925	-0,052	0,139	-0,601	0,277
	p	0,662	0,601	0,237	0,055	0,959	0,89	0,548	0,782
Ebeveyn Psk.	P.Ds. İhty.	2,4±0,3	2,32±0,44	2,35±0,37	2,37±0,29	2,41±0,37	2,43±0,37	2,55±0,33	2,37±0,32
	P.D.Yok	2,49±0,3	2,33±0,46	2,45±0,3	2,5±0,36	2,56±0,51	2,5±0,44	2,64±0,41	2,43±0,35
	t	-2,593	-0,125	-2,454	-3,505	-3,096	-1,711	-2,389	-1,547
	p	0,01*	0,901	0,015*	0,001**	0,002**	0,088	0,018*	0,123
Anne Baba	Evet	2,45±0,3	2,3±0,42	2,42±0,35	2,46±0,4	2,52±0,47	2,48±0,41	2,6±0,38	2,4±0,33
	Hayır	2,57±0,4	2,67±0,65	2,51±0,52	2,45±0,4	2,48±0,5	2,54±0,54	2,74±0,48	2,57±0,44
	t	-1,293	-2,959	-0,919	0,245	0,48	-0,761	-1,801	-1,936
	p	0,207	0,006**	0,366	0,807	0,632	0,447	0,073	0,063

Tablo 7. Psikolojik Sağlamlık Tutum Beceri Ölçeği (PSTBÖ) ve Alt Boyutlarının Ergenlik Demografik Özelliklerine göre Karşılaştırılması

	Değişken	PSTBÖ	İlişkiler	İçgörü	Bağımsızlık	Mizah
Aile Gelir Düzeyi	Düşük	2,59±0,34	2,59±0,46	2,57±0,38	2,6±0,46	2,59±0,34
	Orta	2,64±0,51	2,68±0,57	2,61±0,54	2,63±0,56	2,62±0,57
	Yüksek	2,56±0,4	2,55±0,46	2,63±0,48	2,61±0,44	2,47±0,49
	F	0,502	1,313	0,117	0,096	1,263
	p	0,606	0,27	0,889	0,908	0,284
Psk. Dst. Alma Drm.	Evet	2,51±0,44	2,51±0,53	2,46±0,48	2,53±0,55	2,56±0,53
	Hayır	2,64±0,49	2,68±0,55	2,64±0,52	2,65±0,53	2,61±0,54
	t	-1,846	-2,145	-2,424	-1,557	-0,618
	p	0,066	0,033*	0,016*	0,12	0,537
Ebeveyn Psk. Sap.Drm.	Psk.D. İhty.	2,44±0,35	2,45±0,39	2,44±0,4	2,41±0,44	2,47±0,4
	Psk.D. İht.Yok	2,7±0,52	2,74±0,58	2,69±0,54	2,72±0,55	2,65±0,59
	t	-5,437	-5,499	-4,802	-5,559	-3,299
	p	0,000**	0,000**	0,000**	0,000**	0,001**
Anne Baba Birlikte Yaşama	Evet	2,63±0,48	2,67±0,54	2,62±0,51	2,63±0,53	2,61±0,53
	Hayır	2,53±0,55	2,51±0,69	2,49±0,6	2,63±0,59	2,5±0,65
	t	1,014	1,428	1,314	-0,069	1,016
	p	0,311	0,154	0,19	0,945	0,31

Yapılan analizler sonucunda, ergenlerin aile değerlendirme ölçeği genel puanları ve alt boyutları (iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış) ile psikolojik sağlamlık tutum beceri ölçeğinin alt boyutları (ilişkiler/değerler, içgörü/yaratıcılık, bağımsızlık/girişimcilik, mizah) arasında düşük ve orta düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bu bulgular, aile değerlendirme puanlarının artışıyla psikolojik sağlamlık ve ilgili alt boyutların da arttığını göstermektedir.

Korelasyon analizinde, ergenlerin psikolojik sağlamlık ve tutum becerileri ile ilişkili bulunan iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme ve davranış (problem çözme alt boyutunun Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı için regresyon analizine dahil edilmemiştir) alt boyutları, bağımsız değişkenler olarak analize dahil edilmiştir. Bu doğrultuda, ergenlerin aile değerlendirme alt boyutlarının psikolojik sağlamlık ve tutum becerileri üzerindeki etkilerini inceleyen regresyon (yol) analizi sonuçları Şekil 1'de sunulmaktadır.



Şekil 1. Ergenlerin Aile Değerlendirme Alt Boyutlarının Psikolojik Sağlık ve Tutum Becerileri Üzerindeki Etkilerini İnceleyen Regresyon (Yol) Analizi Sonuçları

Bu bulgular doğrultusunda, aile değerlendirme alt boyutlarının ergenlerin psikolojik sağlık davranışlarındaki değişimlerin %47,1'ini açıkladığı görülmektedir. Psikolojik sağlık üzerinde en güçlü etkiye sahip değişkenler duygusal tepki verebilme ($\beta=0,399$) ve davranış kontrolü ($\beta=0,328$) olup, bu etkiler istatistiksel olarak anlamlıdır ($p<0,001$). Diğer değişkenler, roller ($\beta=0,107$), genel işlevler ($\beta=-0,095$), gereken ilgiyi gösterme ($\beta=0,055$) ve iletişim ($\beta=-0,042$) ise psikolojik sağlık üzerinde anlamlı bir etki göstermemektedir. Bu durum, ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını en fazla artıran aile özelliklerinin duygusal tepki verebilme ve davranış kontrolü olduğunu ortaya koymaktadır.

4. SONUÇ VE TARTIŞMA

Çalışmaya katılan ergen bireylerin cinsiyet durumlarına bakıldığında, kız ergen bireylerin psikolojik sağlık puanlarının erkek ergen bireylere oranla alt seviyede olduğu tespit edilmiştir. Bu fark özellikle ilişkiler/değerler alt boyutunda belirginleşmiştir.

Ebeveynleri ayrı yaşayan ergen bireylerin problem çözme becerilerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bununla beraber, anne ve babaların psikolojik sağlık durumuna göre yapılan analizlerde de aile değerlendirme ile ilgili anlamlı farklar görülmüştür. Ebeveynleri psikolojik danışmanlığa gereksinimi olan ergen bireylerin, psikolojik danışmanlığa gereksinim duymayanlara göre daha düşük aile değerlendirme puanları aldığı görülmüştür.

Ergenlerin psikolojik sağamlıkları ile ilgili değerlendirmelerde de benzer bir durum gözlemlenmiştir. Ebeveynleri psikolojik danışmanlığa gereksinimi olan ergenlerin psikolojik sağamlık tutum beceri ölçeği geneli ve alt boyutlarında düşük puanlar alırken, psikolojik danışmanlık hizmeti alan ergenlerin puanları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Aynı zamanda, ergenlerin daha önce psikolojik destek alma durumlarıyla ilgili yapılan değerlendirmede, ilişkiler/değerler ve içgörü/yaratıcılık alt boyutlarında psikolojik destek alan ergenlerin daha düşük puanlar aldıkları görülmüştür.

Ayrıca, anne ve baba eğitim düzeylerinin de ergenlerin aile değerlendirme puanları üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir. Annelerin eğitim düzeyinin arttığı durumlarda, ergenlerin aile değerlendirme puanları genel olarak azalmış, buna paralel olarak psikolojik sağamlıkları da düşük olmuştur. Babaların eğitim düzeyinin artmasıyla birlikte benzer bir azalma görülmüştür.

Son olarak, ergenlerin yaşlarına göre aile değerlendirme puanları üzerinde farklılıklar gözlemlenmiş; 9-12 yaş arasındaki ergenlerin iletişim, roller ve duygusal tepki verebilme puanları, daha büyük yaş gruplarına göre daha yüksek çıkmıştır. Bununla birlikte, ergenlerin psikolojik sağamlık düzeyleri üzerinde yaşı beliren bir etkisi olmadığı sonucuna varılmıştır.

Tüm bu bulgular, ergenlerin aile yapısı, ebeveyn psikolojik sağlığı, eğitim düzeyi, yaş ve cinsiyet gibi faktörlerin, aile içindeki işlevsellik ve ergenlerin psikolojik sağamlık düzeyleri üzerinde önemli etkiler yarattığını göstermektedir. Bu nedenle, ergenlerin gelişim süreçlerine katkıda bulunmak amacıyla, aile içi etkileşimlerin güçlendirilmesi ve ebeveynlerin psikolojik sağlıklarının desteklenmesi önemli bir yere sahiptir.

Araştırma bulguları, ergenlerin psikolojik sağamlıklarının aile içindeki sağlıklı etkileşimler ve ebeveynlerin psikolojik sağlık durumlarıyla güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu göstermektedir. Aile içindeki güvenli bağlar ve ebeveynlerin psikolojik sağlıkları, ergenlerin duygusal ve psikolojik dayanıklılıklarını şekillendirmektedir. Ebeveynlerin sağlıklı psikolojik durumları, çocuklarının başa çıkma becerilerini doğrudan etkiler, bu da ergenlerin daha güçlü psikolojik sağamlık geliştirmelerini sağlar.

Araştırma bulguları, ergenlerin cinsiyetlerine göre Psikolojik Sağamlık Tutum ve Beceri Ölçeği alt boyutlarında anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur. Alanyazın incelendiğinde, bu bulguyu destekleyen çalışmalara da rastlanmaktadır. Örneğin, Işık ve Çelik (2020) tarafından yürütölen araştırmada, ergenlerin psikolojik sağamlık düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Eğitim düzeyi yüksek babalar, çocuklarına daha bağımsızlık odaklı yaklaşımlar sergileyebilir. Bu durum, ergenlerin aile içindeki bağlanma veya destek algılarını değiştirebilir. Ancak, babaların kariyer odaklı yaşam tarzları nedeniyle iletişim ve duygusal paylaşım eksiklikleri de yaşanabilir. Bu da ergenlerin aileden aldıkları desteği azaltabilir. Ayrıca, eleştirel düşünme becerisi gelişen ergenler, aile içindeki iletişim veya destek eksikliklerini daha açık fark edebilirler. Cerit (2007) çalışmasında da benzer bir bulguya ulaşılmış; babaların eğitim düzeyinin, ergenlerin aile işlevlerine ilişkin alt boyutlarıyla anlamlı bir ilişki göstermediği ifade edilmiştir. Ancak babaların eğitim düzeyi arttıkça, ergenlerin aile değerlendirme ölçeğindeki davranış kontrolü, duygusal tepki verebilme, yeterli ilgi gösterme, iletişim ve genel işlevler alt boyutlarında puanlarının azaldığı gözlemlenmiştir. Bu durum, babalarının eğitim düzeyi yükseldikçe ergenlerin aile içi ilişkileri daha düşük bir işlevsellikle algılama eğiliminde olabileceklerini göstermektedir.

Aile içindeki sağlıklı iletişim ve destekleyici ebeveyn tutumları, ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını güçlendirmektedir. Aileden alınan duygusal destek, ergenlerin zorluklar karşısında daha güçlü durmalarını sağlar. Ayrıca, ebeveynlerin psikolojik sağlık durumu, ergenlerin başa çıkma becerilerini ve duygusal desteğin kalitesini etkiler. Stresli durumlarla başa çıkabilen ebeveynler, çocuklarına daha sağlıklı bir şekilde duygusal rehberlik edebilirler.

Araştırma bulgularına göre, yaş arttıkça psikolojik sağlamlık puanlarında bir düşüş gözlemlenmiştir. Bu durum, ergen bireylerin yaş ilerledikçe aile içi iletişim ve duygusal etkileşimlerinde azalma eğilimi gösterdiklerini ve aile içindeki rollerine dair algılarının değişebileceğini düşündürmektedir. Ergenlik dönemine özgü bireyselleşme çabaları ile sosyal çevreyle kurulan ilişkilerin yoğunluk kazanması, bu düşüşün olası nedenleri arasında değerlendirilebilir. Nitekim Bindal'ın (2018) çalışmasında da benzer biçimde, yaşça daha büyük ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha düşük olduğu belirlenmiş; bu da yaş ilerledikçe aile içi etkileşim dinamiklerinde farklılıklar olabileceğine işaret etmektedir. Cinsiyetin etkisi ise karmaşık bir ilişki sunmaktadır. Araştırmada erkek ve kız ergenler arasındaki psikolojik sağlamlık farkı belirgin olmamış olsa da cinsiyetin başa çıkma stratejilerinde farklılıklar yaratabileceği düşünülmektedir. Erkekler daha içe dönük ve problem odaklı başa çıkma stratejilerini kullanırken, kızlar duygusal destek arayışına girmektedirler. Bu araştırmanın sınırlamaları, yalnızca bir coğrafi bölgede ergenlerin incelenmesi ve kesitsel bir yapıya sahip olmasıdır. Gelecek araştırmalar, farklı kültürel yapılar içinde ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını etkileyen faktörleri daha derinlemesine inceleyebilir ve aile

içindeki dinamiklerin ergenlerin psikolojik sağlamlıkları üzerindeki etkisini daha kapsamlı şekilde araştırabilir.

5. ÖNERİLER

Bulgulardan elde edilen sonuçlara dayanarak, ergenlerin aile ilişkileri ve psikolojik sağlamlıkları üzerinde olumlu etkiler yaratabilecek çeşitli önerilerde bulunulabilir. İlk olarak, aile içi iletişimi güçlendirmek büyük önem taşımaktadır. Ergenlerin aile değerlendirme puanları, özellikle iletişim ve duygusal tepki verebilme boyutlarında yaşa göre farklılıklar göstermektedir. 9-12 yaş arasındaki ergenlerin daha yüksek puan alması, bu yaş grubunun daha açık ve etkili iletişime sahip olduklarını göstermektedir. Aile içi iletişimi güçlendirmek amacıyla, özellikle daha büyük yaş gruplarındaki ergenlerle daha fazla açık iletişim kurmaya yönelik aile içi eğitim ve rehberlik programları düzenlenebilir. Ebeveynlerin, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve empati yapabilmek için eğitim alması önemlidir.

Diğer yandan, psikolojik destek alan ergenlerin bazı alt boyutlarda (ilişkiler/değerler, içgörü/yaratıcılık) daha düşük puanlar aldığı gözlemlenmiştir. Bu durum, psikolojik destek süreçlerinin daha dikkatli ele alınması gerektiğini ortaya koymaktadır. Ergenlere yönelik psikolojik destek ve danışmanlık hizmetlerinin, aile üyelerinin de katılımı ile kapsamlı hale getirilmesi, destek süreçlerinin etkinliğini artırabilir. Ayrıca, ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını geliştirebilmek için bireysel terapilerin yanı sıra aile terapisi ve grup terapileri gibi destekleyici yaklaşımlar da önerilebilir.

Ergenlik dönemine adım atan çocuklarda bedensel ve zihinsel değişimlerle birlikte, davranış ve tutumlarda farklılıklar, okul başarısında dalgalanmalar, akran zorbalığı ve şiddet gibi problemler ile ebeveynlerle yaşanan ev içi gerginlikler bu dönemin yaygın belirtilerindendir (Aybak, 2021). Bu nedenle, ergenlik döneminin önemini kavrayabilmek ve bu süreçte psikolojik sağlamlık ile aile ilişkilerini inceleyen özgün araştırmalara duyulan ihtiyaç giderek artmaktadır.

Son olarak, anne ve baba eğitim düzeylerinin ergenlerin aile değerlendirme ve psikolojik sağlamlıkları üzerindeki etkileri göz önünde bulundurularak, ebeveynlerin eğitim düzeyine bağlı olarak farklı ihtiyaçlar ortaya çıkmaktadır. Eğitimli ebeveynlere yönelik rehberlik ve destek programlarının, aile içi işlevselliği ve ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını artırmada önemli rol oynayacağı düşünülmektedir. Ebeveynlerin, özellikle ergenlik döneminde çocuklarıyla daha sağlıklı bir ilişki kurabilmek için gerekli bilgileri edinmeleri ve destek almaları önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Ağdemir, S. (1991). Aile ve eğitim. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1). <https://doi.org/10.21560/spcd.25017>
- Akar, A., & Aktan, T. (2020). Psikolojik Sağlık Tutum Beceri Ölçeğinin (PSTBÖ) uyarlaması: Geçerlik güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(74), 665–679. <https://doi.org/10.17755/esosder.574101>
- Akarçay, H. (2023). *Erken ve orta ergenlik dönemindeki sporcularda değer yönelimlerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Tokat, Türkiye).
- Ayar, D. (2018). Gençlerde psikolojik sağlık. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 6(15), 91–112.
- Aybak, T. (2021). *Ergenlik dönemindeki çocuğa sahip ebeveynlerin yaşadıkları sorunlar* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul).
- Bayer, A. (2013). Değişen toplumsal yapıda aile. *Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 4(8), 101–129.
- Bayram, K., & Kanmaz, A. (2022). 8. sınıf öğrencilerinin üstbilişsel okuma stratejilerini kullanma düzeyleri ile okuduğunu anlama başarıları arasındaki ilişki. *Ana Dili Eğitimi Dergisi*, 10(2), 309–326. <https://doi.org/10.16916/aded.1064636>
- Bindal, G. (2018). *Ergenlerin psikolojik sağlamlığının (resilience), çocukluk çağındaki travma ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep).
- Bulut, I. (1993). *Ruh hastalığının aile işlevlerine etkisi*. Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı. Kılıçaslan Matbaacılık.
- Büyüköztürk, Ş. (2020). *Sosyal bilimler için veri analiz el kitabı* (27. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Cerit, T. (2007). *Ergenlerin aile ilişkilerini algılamalarının bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara).
- Cojocar, A., et al. (2024). A systematic review of resilience in at-risk youth for psychotic disorders: An analysis of protective and risk factors from recent literature. *Behavioral Sciences*, 14(10), 898. <https://doi.org/10.3390/bs14100898>
- Cooper, M., Stafford, M. R., Saxon, D., Beecham, J., Bonin, E.-M., Barkham, M., Bower, P.,

- Cromarty, K., Duncan, C., Pearce, P., Rameswari, T., & Ryan, G. (2021). Humanistic counselling plus pastoral care as usual versus pastoral care as usual for the treatment of psychological distress in adolescents in UK state schools (ETHOS): A randomised controlled trial. *Lancet Child & Adolescent Health*, 5(3), 178–189. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30363-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30363-1)
- Çiftçi, A. (2023). Ergenlik dönemi ve aile ilişkilerinin benlik algısı ve sosyal anksiyete üzerindeki etkileri: Türkiye'deki araştırmaların incelenmesi. *Kapadokya Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1), 219–225. <https://doi.org/10.58241/ksbd.19>
- Dong, Y., Dai, L., Yang, D., Wang, N., Zhang, J., & Others. (2023). Analysis of risk factors of precocious puberty in children. *BMC Pediatrics*, 23(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12887-023-04265-x>
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M., & Bishop, D. S. (1983). The McMaster Family Assessment Device. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9(2), 171–180.
- Ergün, O. (2016). *Ergenlerde duygusal zeka özellikleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi).
- Gül, S. K., & Güneş, İ. D. (2009). Ergenlik dönemi sorunları ve şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 80.
- Hurtes, K., & Allen, L. (2001). Measuring resiliency in youth: The resiliency attitudes and skills profile. *Therapeutic Recreation Journal*, 35(4), 333–347.
- Işık, Y., & Çelik, E. (2020). Ergenlerde psikolojik sağlamlığın sosyal dışlanma, sosyal kaygı, cinsiyet ve sınıf düzeyi açısından incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 16(27), 174–209. <https://doi.org/10.26466/opus.642037>
- Kalaycı, Ş. (2005). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistiksel teknikler* (6. baskı). Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Karagöz, Y. (2021). *SPSS ve AMOS 24 uygulamalı istatistiksel analizler* (3. baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Karcı, A., & Balcı-Çelik, S. (2024). Ergenlerde algılanan stres, akademik öz yeterlik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi (TEBD)*, 22(1), 186–214. <https://doi.org/10.37217/tebd.1324851>
- Kaya, F., Peker, A., & Gündüz, B. (2016). Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının eğitim stresi açısından incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2).
- Koivusilta, L. K., Acacio-Claro, P. J., Mattila, V. M., & Rimpälä, A. H. (2024). Health and

health behaviours in adolescence as predictors of education and socioeconomic status in adulthood – A longitudinal study. *BMC Public Health*, 24, 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18668-7>

Oktan, V. (2008). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Olgun, E. G. (2020). *Prematür pubarş ile başvuran kız olgularda izlemde santral erken ergenlik sıklığının ve eklenme zamanının araştırılması: İki yıllık izlem sonuçları* (Tıpta uzmanlık tezi, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara).

Öner, C., & Baysan Arabacı, L. (2021). Ebeveyninde kronik ruhsal veya fiziksel hastalığı olan ergenlerde psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 6(3), 101–107.

Özmen, F. H. (2022). *Son ergenlik döneminde belirsizliğe tahammülsüzlük ve aleksitimi arasındaki ilişkide anksiyetenin aracı etkisi* (Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi).

Saçan, E. (2023). *Ergenlik döneminde bağlanmanın anne-baba tutumu ve beslenme özellikleri ile liderlik becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, KTO Karatay Üniversitesi, Konya).

Turgut, Ö., & Çapan, B. E. (2017). Ergen psikolojik sağlamlık düzeyinin yordayıcıları: Algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (44), 162–183.