

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞLAR, OTOMATİK DÜŞÜNCELER, UMUTSUZLUK VE YAŞAM DOYUMUNUN İNCELENMESİ¹

Doç. Dr. Songül TÜMKAYA
Ç.Ü. Eğitim Fakültesi İlköğretim
Bölümü
stumkaya@cu.edu.tr

Dr. Metehan ÇELİK
Ç.Ü. Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri
Bölümü
celmete@cu.edu.tr

Dr. Birsal AYBEK
Ç.Ü. Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri
Bölümü
baybek@cu.edu.tr

Özet

Bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumlarının incelenmesidir. Araştırma lise öğrencilerinin cinsiyet, anne-baba tutumu, sınıf düzeyi ve gelir düzeyi değişkenlerine göre boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumlarının karşılaştırıldığı betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın çalışma grubunu Adana ili merkez ilçelerindeki farklı tür liselere devam eden 153'ü kız, 121'i erkek olmak üzere toplam 274 gönüllü ergen oluşturmuştur. Veriler kişisel Bilgi Formu, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği, Otomatik Düşünceler Ölçeği, Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Verilerin analizinde bağımsız gruplar "t" testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson momentler çarpımı korelasyonundan yararlanılmıştır. Araştırma bulguları, boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler ve umutsuzluk arasında bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Lise öğrencilerinin cinsiyete göre boyun eğici davranışlarında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Anne-baba tutumuna göre boyun eğici davranışlarda anlamlı bir fark olduğu anlaşılmıştır. Sınıf düzeyine göre, boyun eğici davranışlarda dördüncü sınıf, lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Gelir düzeyine göre boyun eğici davranışlarda anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir. Lise öğrencilerinin cinsiyete göre otomatik düşünce puanlarında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Anne-baba tutumuna göre otomatik düşünce puanlarına anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Sınıf düzeyine göre, otomatik düşünce puanlarında birinci ve dördüncü sınıf, lehine anlamlı bir farklılık olduğu anlaşılmıştır. Gelir düzeyine göre otomatik düşünce puanlarında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Lise öğrencilerinin cinsiyete, anne-baba tutumlarına, sınıf ve gelir seviyesine göre, umutsuzluk düzeylerinin farklılaşmadığı gözlenmiştir. Lise

¹ Bu araştırma 19. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı'nda sözlü bildiri olarak sunulmuştur (16-18 Eylül, 2010), Lefkoşa, KKTC.

öğrencilerinin cinsiyete göre, yaşam doyumlarının farklılaşmadığı görülürken, anne-baba tutumuna göre yaşam doyumlarında demokratik anne-baba-tutumu lehine bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Ayrıca öğrencilerin sınıf düzeyine göre, yaşam doyumlarında anlamlı bir farklılık görülmezken, gelir düzeyine göre ise yaşam doyumunda ise geliri 1001 TL ile 1250 TL arasında olan öğrenciler lehine anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Lise öğrencileri, Boyun eğici davranışlar, Otomatik düşünceler, Umutsuzluk, Yaşam doyumunu.

Investigation of Submissive Behavior, Automatic Thoughts, Hopelessness and Life Satisfaction of High School Students

Abstract

The purpose of this study was to examine submissive behavior, automatic thoughts, hopelessness and life satisfaction in high school students. It is descriptive study comparing the submissive attitudes, automatic thoughts, hopelessness and life satisfaction in term of gender, attitude of parents, grade level. The sample of the study consisted of voluntary 274 (153 girls, 121 male) adolescents who ongoing different kind of high school. For data collection, Personal Information Form, Submissive Scale, Automatic Thoughts Questionnaire, The Beck Hopelessness Scale and Life Satisfaction Scale were used. For statistical analysis, independent groups of "t" test, one way anova, person product moment correlation were used. Research findings suggest that there is a relationship between submissive attitudes, automatic thoughts and hopelessness. There is no significant difference submissive behavior in terms of gender. Whereas, there is a significant difference submissive behavior in terms of attitude of parents. According to grade level, submissive behavior was a significant difference in favor of fourth grade. There was observed a significant difference submissive behaviors. There were no observed significant difference automatic thoughts scores in term of gender for high school students. According to class level, automatic thoughts scores was found a significant difference in favor of first and fourth grade. There was no significant difference automatic thoughts scores in terms of income level. Also, there were no difference level of hopelessness in terms of gender, parental attitudes, grade level and income level. There were no differences life satisfaction in terms of gender. But, there were differences life satisfaction in favor of democratic attitude of the parents in terms of parent attitude. In addition, there were no difference students' life satisfaction in terms of students' grade level. There was a significant difference life satisfaction in terms of income in favor of students who had income between 1250 TL to 1001TL.

Keywords: High school students, Submissive behavior, Automatic thoughts, Hopelessness, Life satisfaction.

Giriş

Ergenlik, 12-18 yaş arası kapsayan, çocukluktan yetişkinliğe uzanan bir geçiş dönemi olarak ifade edilmektedir (Spear, 2000). Ergenlik dönemi birçok psikolojik, bedensel, zihinsel değişimlerin yoğun yaşandığı ve bunlarla başa çıkmanın önemli olduğu bir evre olarak da tanımlanmaktadır (Patterson ve Mccubbin, 1987). Bazı durumlarda ergenlerden beklenen talepler, onların geleceğe dair kötümser ve çaresiz düşüncelerine neden olabilmektedir. Öte yandan ergenlerin bir sosyal gruba ait olma, sosyal statülerini koruma gibi ihtiyaçları söz konusu olabilmekte ve bu ihtiyaçlarını gidermek anlamında ergenler boyun eğici, her şeyi onaylama, kabullenme gibi bir takım davranışları da gösterebilmektedirler (Hofmann, Heinrichs ve Moscovitch, 2004).

Diğer taraftan eğitim sistemimizi düşündüğümüzde tüm eğitim- öğretim kademelerinde, öğrencilerin her dersten başarılı olmalarını gerektirmektedir. Bu nedendir ki diğer eğitim kademelerinde olduğu gibi lise kademesinde de ebeveynlerin öğrenciden beklentileri, sınavlardan iyi bir not alarak yüksek bir not ortalamasını elde etme ve dershaneye giderek yoğun çalışma temposu içine girme gibi yükümlülükleri de yerine getirmesi, gerekenler arasındadır. Bu durum başarı odaklı ergenlerin yetişmesine aynı zamanda ruhsal sağlık açısından olumsuz özelliklere sahip bireyler haline gelmelerine neden olabilmektedir.

Yapılan çalışmalarda ergenlik yıllarındaki akademik sorumlulukların, gençleri sosyo-psikolojik uyum, sosyal beceri eksikliği, boyun eğici davranma ve umutsuzluk gibi özellikler açısından önemli düzeyde etkilediği vurgulanmaktadır (Aber, Brown ve Jones, 2003; Kellam, Ling, Merisca, Brown ve Lalongo, 1998; Atar, Guerra ve Tolan, 1994).

Boyun eğici davranışlar, diğer bir deyişle itaat (submissive acts) Batı kültüründen çok Doğu kültüründe kişiler arası ilişkilerde daha egemendir. Ağırlıklı olarak Doğu kültürünün egemen olduğu Türkiye’de saygı ile itaat kavramının karıştırıldığı, anne babaların çocuklarından, yönetenlerin yönetilenlerden, öğretmenlerin öğrencilerinden, büyüklerin küçüklerden saygı adına boyun eğici davranışlar istedikleri gözlenmektedir. Saygının egemen olduğu kişilerarası ilişkilerde birey, özgürdür, bağımsız, yaratıcı ve üreticidir. Düşünür, karşı çıkar, değiştirir, alternatifler sunabilir (Yıldırım ve Ergene, 2003). Dolayısıyla ülkemizde hem aile içinde ebeveynler açısından, hem de öğretmenler açısından itaatin hakim kılındığı ergenlik döneminde lise öğrencilerinin ruhsal yapılarının başarılarının incelenmesi gerekli görülebilir.

Günümüz insanların hemen hepsi giderek karmaşıklaşan toplum içinde problem çözmeye yönelik birçok durumla karşı karşıya kalmaktadırlar. Özellikle ergenlik döneminde bulunan birey ise fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal birçok yaşamsal karmaşa ile yüzleşmektedir. Bu karmaşanın yarattığı sorunları çözmek için başa çıkma becerileri kullanabilmektedir. Bu beceriler gösterilirken olumlu ya da olumsuz otomatik düşünceler bireylerin duygularını, davranışlarını, yaşam doyumlarını etkileyebilmektedir. Yapılan bazı çalışmalar boyun eğici davranışlar ile otomatik düşünceler arasında bir ilişkinin olduğunu belirtmektedir (Gilbert, 2001; Hofmann, Heinrichs ve Moscovitch, 2004; Odaci, 2007).

Olumlu ve olumsuz düşünceler bütün insanlarda bulunmakta ve davranışlar üzerinde etkili olmaktadır. Genel anlamda kişinin kendini değerlendirmesi, kişinin kendisiyle ilgili ifadeleri ve iç diyalogları, olaylara yorum getirmesi, sosyal çevreden aldığı uyarıcılarla sözel ya da hayali olarak ve bilinçli hızlı ve doğal bir şekilde ortaya çıkan düşünceler olarak ifade edilebilir (Beck, Freeman ve Davis, 2004; Gotlib, ve Coyne, 1983).

Çocukluk ve gençlikte sağlıklı bir ruhsal yapı ile sorunlarla başa çıkabilme eğitimde önemli bir rol oynamaktadır. Gerek sosyal, gerek eğitsel problemlerini çözmeye başarısız olan ve bu nedenle sorunları gittikçe büyüyen öğrenciler çeşitli açılardan yardıma gereksinim duymaktadırlar. Özellikle toplumda önemli bir görevi üstlenecek geleceğin iş gücünü oluşturacak lise öğrencileri için problemlerle başa çıkma becerisi ve bunu engelleyebilecek olumsuz otomatik düşüncelerin araştırılması sorunların önceden tespit edilip giderilebilmesi açısından büyük önem taşımaktadır.

Ayrıca lise yıllarının ergenlik yıllarıyla örtüşmesi ve bu dönemdeki öğrencinin hem fiziksel gelişimi ile ilgili değişimlere uyum sağlaması hem de ailesel ve akademik sorumluluklarını yerine getirme çabası ergenin olumsuz duygular yaşamasına neden olabilir. Kendinden beklenen sorumluluklar altında yoğun stres ve kaygı yaşayan ergen bundan dolayı umutsuzluğa kapılabilir.

Yapılan çalışmalarda yüksek kaygı öğrencileri olumsuz etkileyerek umutsuzluk yaşamalarına neden olmaktadır (Poch, Esperanza, Villar, Capparros, Juan, Cornella ve Perez, 2004). Bununla birlikte kaygı bireylerin sadece kişilik özelliklerini değil aynı zamanda bu kişilerin okul motivasyonlarını, akademik benlik algılarını, mesleki kariyerlerini ve sağlıklarını etkilemekte ve umutsuzluğa kapılmalarına sebep olmaktadır (Spielberg ve Vagg, 1995; Zeidner, 1998; Pekrun, Götz, Titz ve Perry, 2002).

Lise öğrencilerinin içinde buldukları koşullar düşünüldüğünde gelecekle ilgili planlarına dair yoğun bir umutsuzluk yaşadıkları ifade edilebilir. Bu nedenledir ki lise de okuyan öğrencilerin ailevi ve yaşam koşullarının çoğunlukla olumsuz olduğu ve akademik şartların zorladığı ortaöğretimde öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini irdelemek önemli bir gereksinim olarak karşımıza çıkmaktadır.

Ortaöğretime devam eden ergenlerin işi ve mesleği aldıkları eğitimleridir. Dolayısıyla insanların yaptığı iş ve mesleği benliğine, kişiliğine uygun seçmesi ve bu doğrultuda eğitim alması duygusal gelişimini, psikolojik iyi olma halini ve yaşam doyumunu olumlu etkileyebilir (Kuiper, Martin ve Dance, 1992; Martin ve Lefcourt, 1983, Gündoğar, Sallan-Gül, Uskun, Demirci ve Keçeci, 2007).

Yukarıda yapılan açıklamalara bağlı olarak bu araştırmada lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumunu incelenmektedir. Bu genel amaç doğrultusunda şu alt amaçlara cevap aranmıştır.

- 1- Lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 2- Lise öğrencilerinin boyun eğici davranışları; cinsiyet, sınıf, anne-baba tutumu ve gelir düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
- 3- Lise öğrencilerinin otomatik düşünceleri; cinsiyet, sınıf, anne-baba tutumu ve gelir düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
- 4- Lise öğrencilerinin umutsuzlukları; cinsiyet, sınıf, anne-baba tutumu ve gelir düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

5- Lise öğrencilerinin yaşam doyumları; cinsiyet, sınıf, anne-baba tutumu ve gelir düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

Yöntem

Örneklem

Çalışmanın örneklemini, 2009-2010 öğretim yılında Adana ili merkez ilçelerindeki farklı tür liselere devam eden 153'ü kız, 121'i erkek olmak üzere toplam 274 gönüllü ergen oluşturmuştur. Ergenlerin yaş ortalaması 16.44 yıl şeklindedir (Ss= .68).

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak için “Kişisel Bilgi Formu”, “Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği”, “Otomatik Düşünceler Ölçeği”, “Beck Umutsuzluk Ölçeği” ve “Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanan bu form yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, gelir düzeyi, anne-baba tutumuna yönelik sorulardan oluşturulmuştur.

Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği : Depresyonla ilgili boyun eğici sosyal davranışları değerlendiren, 16 maddeden oluşan tek faktörlü bir ölçektir. Türkçe uyarlaması Şahin ve Şahin (1992) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Beck Depresyon Envanteri ile korelasyonu .32, Sosyopati Ölçeği ile .36 olarak bulunmuştur. İç tutarlılık .89, test-tekrar test güvenilirliği .84 olarak saptanmıştır. Hem ergen, hem de yetişkinlere uygulanabilir. Her maddede sözü edilen davranışların kişiyi ne kadar iyi tanımladığı sorulmaktadır. Maddeler 1-5 arasında, 5'li Likert tipi puanlama esasına göre değerlendirilir. Ölçekten en düşük 11, en yüksek 80 puan alınabilir. Yüksek puanlar daha fazla boyun eğici davranışa işaret eder (Savaşır ve Şahin, 1997).

Otomatik Düşünceler Ölçeği: Hollon ve Kendall'ın (1980) geliştirdiği “Otomatik Düşünceler Ölçeği kişinin kendine yönelik olumsuz değerlendirmelerin sıklığını ölçmeyi amaçlamaktadır. 1-5 arasında puanlanan ve 30 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin puan ranjı 30-150 arasındadır. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin otomatik olumsuz düşüncelerinin sıklıkla ortaya çıktığını gösterir (Savaşır ve Şahin, 1997). Ölçeğin yurtdışında yapılan geçerlik-güvenirlik çalışmalarındaki güvenilirlik katsayısı .47 ve .97 arasında değişmiştir. Geçerlik katsayıları ise .45 ve .79 arasında bulunmuştur (Hollan ve Kendall, 1980; Harrel ve Ryon, 1983; Dobson ve Breiter, 1983). Ülkemizdeki güvenilirlik çalışmalarında Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı Şahin ve Şahin (1992) .93, Aydın ve Aydın'da ise (1990) .95 olarak bulunmuştur. Ölçeğin her bir maddesinden alınan puanlar ile tüm ölçekten alınan puanlar arasındaki madde toplam korelasyonları Şahin ve Şahin (1992) .30 ile .69; Aydın ve Aydın (1990) .37 ile .85 arasında bulunmuştur. Şahin ve Şahin (1992) ise bu yöntemle elde ettikleri güvenilirlik katsayısını .91 olarak belirtmişlerdir.

Beck Umutsuzluk Ölçeği: Ergen ve yetişkinlere uygulanabilen, Beck, Lester ve Trexler (1974) tarafından geliştirilen ölçekte, bireyin geleceğe yönelik karamsarlık derecesini belirlemek amaçlanmaktadır. Sorulara evet-hayır şeklinde cevap verilmekte ve negatif beklentileri yansıtmaktadır. Alınan puanlar yüksek olduğunda bireydeki umutsuzluğun yüksek olduğu varsayılır (Akt., Savaşır ve Şahin, 1997). Geçerlik ve güvenilirlik çalışması Seber (1991) ve Durak (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Durak (1994) iç tutarlılığı .85 madde-toplam korelasyonları .31 ile .67 arasında, yarıya bölme güvenilirliğini ise .85 olarak bulmuştur.

Yaşam Doymu Ölçeği: Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş, yedi dereceli Likert tarzı bir ölçektir. Ölçek 5 maddeden oluşan ve bireyin öznel iyilik durumunu ölçen bir ölçme aracıdır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .80 ile .89 arasında değişmektedir ölçek Türkçe'ye Köker (1991) tarafından uyarlanmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları sonucunda test-tekrar test güvenilirliği .85, madde test korelasyonları .71 ile .80 arasında bulunmuştur. Ölçeğin Aysan (2001) tarafından yapılan güvenilirlik çalışmasında ise, iç tutarlık katsayısı .85 olarak tespit edilmiştir (Akt., Aysan ve Harmanlı, 2003).

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde bağımsız gruplar “t” testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson momentler çarpımı korelasyonundan yararlanılmıştır. Farkların anlamlı çıktığı analizlerde farkın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için LSD testi kullanılmıştır. İstatistiksel işlemler SPSS 11.5 paket programı aracılığıyla yapılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

Bulgular

Lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına Pearson momentler çarpımı korelasyonu tekniği ile bakılmış ve sonuçlar aşağıda Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Boyun Eğici Davranışlar, Otomatik Düşünceler, Umutsuzluk ve Yaşam Doymu Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

	BOYEGI	OTMDSC	UMTSUZ	YASAMD
BOYEGI	-	.21**	.17**	-.04
OTMDSC		-	.64**	-.48**
UMTSUZ			-	-.43**
YASAMD				-

Tablo-1 incelendiğinde boyun eğici davranışlarla, otomatik düşünceler, umutsuzluk arasında pozitif ve yaşam doymuyla arasında negatif bir ilişkinin olduğu; otomatik düşüncelerle, boyun eğici davranışlar ve umutsuzluk arasında pozitif, yaşam doymuyla negatif yönde bir ilişki olduğu; umutsuzlukla boyun eğici davranış ve otomatik düşünceler arasında pozitif, yaşam doymuyla arasında negatif bir ilişkinin olduğu; yaşam doymuyla boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler ve umutsuzluk arasında negatif yönde ilişki olduğu görülmektedir.

Lise öğrencilerinin cinsiyet, anne-baba tutumu, sınıf ve gelir düzeylerine göre boyun eğici davranışlar ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalama, standart sapma ve t ve F değerleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Lise Öğrencilerinin Boyun Eğici Davranış Puanlarının Cinsiyet, Anne-Baba Tutumu, Sınıf ve Gelir Düzeyine Göre t-Testi Sonuçları ve F Değerleri

Değişkenler	Kategori	N	\bar{X}	SS	t / F değeri	Sd	p	LSD
Cinsiyet	Kız	153	38.99	9.45	-.976	272	.330	
	Erkek	121	40.03	7.78				
Anne-Baba Tutumu	Otoriter-Koruyucu	182	41.07	8.70	4.465*	272	.000	
	Demokratik	92	36.23	7.98				
Sınıf Düzeyi	1. Sınıf	69	37.31	6.92	3.028*		.030	4>1
	2. Sınıf	71	39.26	8.16				
	3.Sınıf	68	39.52	8.32				
	4.Sınıf	66	41.80	10.87				
Gelir Düzeyi	1-500 ve altı	33	43.48	8.95	2.65*		.023	1>3 1>4 1>5 2>5 6>5
	2-501-750	52	39.90	9.04				
	3-751-1000	44	38.90	8.00				
	4-1001-1250	66	38.69	8.46				
	5-1251-1500	35	36.17	8.63				
	6-1501ve üstü	36	40.22	8.93				

Tablo-2 incelendiğinde lise öğrencilerinin cinsiyete göre boyun eğici davranışlarında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir. Anne-baba tutumuna göre boyun eğici davranışlarda anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Sınıf düzeyine göre, boyun eğici davranışlarda dördüncü sınıf, lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Gelir düzeyine göre boyun eğici davranışlarda 1., 2. ve 6. gruplar lehine anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir.

Lise öğrencilerinin cinsiyet, anne-baba tutumu, sınıf ve gelir düzeylerine göre otomatik düşünce ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalama, standart sapma ve t ve F değerleri Tablo 3’de verilmiştir.

Tablo-3 incelendiğinde lise öğrencilerinin cinsiyete göre otomatik düşünce puanlarında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir. Anne-baba tutumuna göre otomatik düşünce puanlarında otoriter-koruyucu anne-baba tutumu lehine anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Sınıf düzeyine göre, otomatik düşünce puanlarının birinci ve dördüncü sınıf lehine ikinci sınıf öğrencilerinin puanlarından anlamlı bir şekilde farklı olduğu görülmüştür. Gelir düzeyine göre otomatik düşünce puanlarında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo 3. Lise Öğrencilerinin Otomatik Düşünce Puanlarının Cinsiyet, Anne-Baba Tutumu, Sınıf ve Gelir Düzeyine Göre t-Testi Sonuçları ve F Değerleri

Değişkenler	Kategori	N	\bar{X}	SS	t/F değeri	Sd	p	LSD
Cinsiyet	Kız	153	76.05	34.40	.693	272	.489	
	Erkek	121	73.37	28.30				
Anne-Baba Tutumu	Otoriter-Koruyucu	182	79.12	31.30	3.159*	272	.002	
	Demokratik	92	66.46	31.34				
Sınıf Düzeyi	1. Sınıf	69	80.91	34.31	2.795*		.041	1>2 4>2
	2. Sınıf	71	66.28	29.21				
	3.Sınıf	68	74.85	31.69				
	4.Sınıf	66	77.81	30.64				
Gelir Düzeyi	1-500ve altı	33	70.84	26.56	1.501		.190	
	2-501-750	52	71.98	33.43				
	3-751-1000	44	84.72	30.99				
	4-1001-1250	66	75.80	33.07				
	5-1251-1500	35	67.85	29.58				
	6-1501 ve üstü	36	78.69	33.05				

Lise öğrencilerinin cinsiyet, anne-baba tutumu, sınıf ve gelir düzeylerine göre umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalama, standart sapma ve t ve F değerleri Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo-4 incelendiğinde lise öğrencilerinin cinsiyete, anne-baba tutumlarına, sınıf ve gelir seviyesine göre, umutsuzluk düzeylerinin farklılaşmadığı gözlenmiştir.

Tablo 4. Lise Öğrencilerinin Umutsuzluk Puanlarının Cinsiyet, Anne-Baba Tutumu, Sınıf ve Gelir Düzeyine Göre t-Testi Sonuçları ve F Değerleri

Değişkenler	Kategori	N	\bar{X}	SS	t /F değeri	Sd	p
Cinsiyet	Kız	153	5.15	4.83	-1.748	272	.082
	Erkek	121	6.18	4.80			
Anne-Baba Tutumu	Otoriter-Koruyucu	182	5.93	4.61	1.56	272	.118
	Demokratik	92	4.96	5.21			
Sınıf Düzeyi	1. Sınıf	69	6.72	5.19	1.935		.124
	2. Sınıf	71	4.83	4.12			
	3.Sınıf	68	5.32	4.92			
	4.Sınıf	66	5.57	4.97			
Gelir Düzeyi	1-500ve altı	33	4.30	2.45	1.272		.276
	2-501-750	52	5.01	4.09			
	3-751-1000	44	6.50	5.54			
	4-1001-1250	66	6.16	5.53			
	5-1251-1500	35	5.11	5.22			
	6-1501ve üstü	36	6.19	4.97			

Lise öğrencilerinin cinsiyet, anne-baba tutumu, sınıf ve gelir düzeylerine göre yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanların aritmetik ortalama, standart sapma ve t ve F değerleri Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo-5 incelendiğinde lise öğrencilerinin cinsiyete göre, yaşam doyumlarının farklılaşmadığı görülürken, anne-baba tutumuna göre yaşam doyumlarında demokratik anne-baba-tutumu lehine bir farklılık olduğu belirlenmiştir.

Ayrıca öğrencilerin sınıf düzeyine göre, yaşam doyumlarında anlamlı bir farklılık görülmezken, gelir düzeyine göre ise yaşam doyumunda ise geliri 1001 TL ile 1250 TL arasında olan öğrenciler lehine anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir.

Tablo 5. Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Puanlarının Cinsiyet, Anne-Baba Tutumu, Sınıf ve Gelir Düzeyine Göre t-Testi Sonuçları ve F Değerleri

Değişkenler	Kategori	N	\bar{X}	SS	t /F değeri	Sd	p	(LSD)
Cinsiyet	Kız	153	23.33	6.93	1.512	272	.132	
	Erkek	121	22.08	6.62				
Anne-Baba Tutumu	Otoriter-Koruyucu	182	22.00	7.19	-2.679*	272	.008	
	Demokratik	92	24.31	5.72				
Sınıf Düzeyi	1. Sınıf	69	21.47	7.20	1.443		.231	
	2. Sınıf	71	22.69	6.24				
	3.Sınıf	68	23.80	7.18				
	4.Sınıf	66	23.18	6.51				
Gelir Düzeyi	1-500 ve altı	33	23.15	7.04	3.186*		.008	4>2 4>3 5>3
	2-501-750	52	21.36	7.38				
	3-751-1000	44	20.43	7.46				
	4-1001-1250	66	25.01	5.67				
	5-1251-1500	35	23.62	5.58				
	6-1501 ve üstü	36	22.83	6.73				

Tartışma ve Sonuçlar

Yapılan çalışmalar boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, ve umutsuzluk arasında bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Sowa ve Lurtman, 1984; Bonner ve Rich, 1988; Dixon , Heppner ve Anderson, 1991; Dixon, Heppner ve Rudd, 1994). Çalışmada yaşam doyumu ile umutsuzluk arasında negatif yönde ve orta düzeyde bir ilişkinin olduğu gözlenmiştir. Yapılan araştırmalar bireylerin yaşam doyumlarının iyi düzeyde olması veya kötü bir düzeyde olmasının onların birçok olumsuz duyguları yaşamalarına neden olabileceğini belirtmektedir (Bronk, 2005, Bronk ve ark., 2009). Mascaro ve Rosen (2005) bireylerin yaşam doyumları, umutları ve iyimserlik durumları arasında önemli ilişkilerin olduğunu, iyimser ve umutla yaşama bakan insanların yaşam doyumlarının da yüksek bir düzeyde olduğunu belirtmektedir. Ayrıca ergenlerin hayata dair hedef oluşturamamaları, amaçsız olmaları, yaşam doyumunun düşük olmasına, umutsuzluğa düşerek olumsuz düşüncelerin oluşmasına neden olmaktadır (Heisel ve Flett, 2004).

İkinci alt amaç için yapılan analizlerde lise öğrencilerinin cinsiyete göre, boyun eğici davranışlarının farklılaşmadığı gözlenmektedir. Bu durum her iki cinsiyetin de sosyal ve akademik açısından benzer koşullar altında olmalarından ve benzer sorumluluklar almalarından kaynaklı olabilmektedir (Nock, 1999; Bittman, England, Folbre, Sayer ve Matheson, 2003). Ebeveyn tutumu demokratik olan öğrencilerin boyun eğici davranışları daha az gösterdikleri görülmektedir. Yapılan çalışmalarda demokratik ebeveyn tutumunun bireylerin fiziksel, sosyal, zihinsel ve duygusal gelişimlerine olumlu anlamda katkı sağladığı belirtilmektedir (İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2008; Ulusoy, 2002).

Anne-baba tutumuna göre öğrencilerin boyun eğici davranışlarında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Kişilerin boyun eğici davranışlar kazanmalarında anne - babaların birinci derecede sorumlu oldukları söylenebilir. Son yıllarda yapılan çalışmalar psikolojik sorunların veya davranış problemlerinin nedeni olarak, bireyin kişisel duyguları ve davranışlarından çok, anne- babasının çocukla olan ilişkilerinin niteliği üzerinde durmaya başlamışlardır (Richter, Eisemann ve Richter, 1991; Rojo-Moreno, Livianos-Aldana, Cervera-Martinez ve Dominguez-Carabentes, 1999; Tiggeman, Winefield, Goldney ve Winefield, 1992). Ebeveyn davranışları açısından aşırı koruyuculuk, itaat etme, reddedilme endişesi gibi değerler bu gruplarda daha fazla görülebilir, bundan dolayı böyle farklılık ortaya çıkmış olabilir. Odacı (2007), ergenlerle yapmış olduğu çalışmada ergenlerdeki depresyon düzeyi ile bazı psikolojik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemiş ve anne-baba ile olan ilişkinin olumsuz olmasının ergenin birçok psikolojik soruna sahip olmasına yol açabileceğini ve boyun eğici davranışları arttırabileceğini belirtmiştir.

Sınıf düzeyine göre, boyun eğici davranışlarda dördüncü sınıf, lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Ergenlik döneminde ilerledikçe ergenler kimlik gelişimlerini tamamlamaktadırlar. Bu süreçte bağımsız ve özgün bir kişilik geliştirme çabası içindedirler (Senemoğlu, 2004, İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2008; Onur, 2008). Ancak boyun eğici davranışlarla ilgili yapılan çalışmalarda kültürün boyun eğici davranışların ortaya çıkmasında önemli bir etkiye sahip olduğu belirtilmektedir (Türküm, 2005; Yıldırım ve Ergene, 2003). Lise dördüncü sınıf öğrencileri ise bu bağımsızlık sürecinin sonlarında olmalarına rağmen kültürel etkilerden dolayı boyun eğici davranışlar sergileyebilmektedirler.

Gelir düzeyine göre boyun eğici davranışlarda alt ve üst gruplar lehine anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir. Bu durum alt ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki ailelerin çocuklarından beklentilerinin farklılaşmasından kaynaklı olabilir. Boyun eğici davranışların umutsuzluk, üzüntü, kötümserlik, yalnızlık gibi bazı değişkenlerle ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Tümkiye, Çelik, Aybek, 2010, Tekin, Filiz, 2008). Ayrıca ailelerin sosyo-ekonomik düzeyleri farklılaştıkça ebeveynlerin çocuklarından beklentilerinin nitelikleri değişmekte buna bağlı olarak çocukların kişilik özellikleri (umutsuzluk, boyun eğici davranış, kaygı, düşük benlik saygısı gibi) ve geleceğe dair beklentileri değişmektedir. Alt sosyo-ekonomik düzeydeki ailelerden gelen çocuklarda bu özelliklerin daha baskın olduğu belirtilmektedir (Kağıtçıbaşı, 1990, Kaya, Güneş, Kaya, & Pehlivan, 2004).

Çalışmada, lise öğrencilerinin cinsiyete göre otomatik düşünceler açısından farklılaşmadığı gözlenmiştir. Araştırma sonucunun bu şekilde çıkması kız ve erkeğe

verilen rol ve sorumlulukların giderek benzerlik göstermesinden kaynaklanmış olabilir. Ancak, Odacı (2007) bu araştırmada elde edilen sonuçtan farklı olarak otomatik düşünceler açısından, kızlar lehine anlamlı bir farklılık bulunduğunu bildirmiştir. Diğer bir sonuç ise otoriter-koruyucu ebeveyn tutumu ile yetişen ergenlerin daha fazla otomatik düşünce ürettikleridir. Literatüre bakıldığında otoriter-koruyucu ebeveyn tutumu ile yetişen bireylerin daha çok olumsuz özelliklere sahip olduğu vurgulanmaktadır (Yavuzer, 2000; 2004). Anne babanın çocuğa gereğince sıcak, içten, yakın davranmamasının ve çocuk üzerinde baskı oluşturmasının olumsuz otomatik düşüncelere, depresyona yol açtığı, çocukların strese girmelerinin esas kaynağının da anne-baba davranışlarının olduğunu belirtilmektedirler (Mackinnon, Henderson, ve Andrewes, 1992). Birinci sınıfa devam eden ergenlerin sürecin başında olmaları ve hem akademik hem de yaşamsal sorumlulukları çok yoğun üstlenmeleri yaşadıkları döneme adaptasyon sağlarken yaşadıkları bocalama onların daha çok otomatik düşünceler üretmesine neden olabilmektedir (Eryüksel, 1996; Öztütüncü, 1996; Hisli, 1990). Öğrencilerin gelir düzeyine göre ise otomatik düşüncelerinde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Dördüncü alt amaç için yapılan analizlerde lise öğrencilerinin cinsiyete, anne-baba tutumlarına, sınıf ve gelir seviyesine göre, umutsuzluk düzeylerinin farklılaşmadığı gözlenmiştir. Bu sonuç gelir düzeyleri farklı dahi olsa lise öğrencilerinin ailevi ve akademik ortamda karşılaştıkları problem yaratıcı unsurların ve koşulların benzer ve ortak oluşundan dolayı meydana geldiği düşünülebilir. Ayrıca insanların aile, okul ve diğer sosyal alanlardaki yaşam tarzlarının niteliği ve bu yaşam içerisindeki karşılaştıkları olumsuz koşullar ve kötü yaşam olayları bu insanların karamsar, umutsuz ve depresif olmalarına neden olabilmektedir (Abramson, Alloy ve Metalsky, 1995; Lakdawalla, Hankin ve Mermelstein, 2007). Ergenlerle ilgili yapılan çalışmalarda özellikle ergenin aile içerisinde aldığı düşük sosyal destek, aile içi uyumsuzluk gibi durumların ergenlerin arkadaş ilişkileri, okul ilişkileri gibi aile dışındaki yaşantılarını olumsuz etkilediği ve umutsuzluğa, karamsarlığa düştüğünü belirtmektedir (Timko ve Moos, 1996; Larson, Richards, Moneta, Holmbeck, ve Duckett, 1996).

Beşinci alt amaç için yapılan analizlerde lise öğrencilerinin cinsiyete göre, yaşam doyumlarının farklılaşmadığı gözlenmiştir. Yapılan bazı çalışmalar, yaşam doyumunun bireyin yaşam kalitesini arttırmakla birlikte, cinsiyet açısından farklılaşmadığını göstermiştir (Çivitci, 2009; Çivitci, 2007). Anne-baba tutumuna göre yaşam doyumlarında demokratik anne-baba-tutumu lehine bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Demokratik ebeveyn tutumunda bireyler hem denetlenir, hem de ihtiyaçlarına karşı duyarlılık vardır. Ebeveyn bireye karşı duyarlı, kararlı, tutarlı, hoşgörülü, güven verici ve destekleyici bir tutum içerisindedir. Aile içindeki sınırlar önceden belirlenmiştir ve bireyin görüş ve düşünceleri önemlidir. Kişinin öz denetimli, bağımsız bir kişilik geliştirmesine zemin hazırlanır ve mutlu sağlıklı bir ortam sunulmaktadır. Demokratik ebeveyn tutumu ile yetişmiş bireylerin hayata dair yaklaşımları sosyal ve duygusal gelişimleri diğer ebeveyn tutumlarına göre daha iyi olmaktadır (Yavuzer, 2000; 2004; Senemoğlu, 2007). Bundan dolayı demokratik aile ortamında yetişen ergenlerin, yaşam doyumlarının diğer ergenlerin yaşam doyumlarına göre daha yüksek olması beklenen bir durumdur. Ayrıca öğrencilerin sınıf düzeyine göre, yaşam doyumlarında anlamlı bir farklılık görülmezken, gelir düzeyine göre ise yaşam doyumunda ise orta gelirli öğrenciler lehine anlamlı farklılık olduğu

gözlenmiştir. Farklı gelir düzeylerine sahip öğrenciler farklı yaşam kalitesine sahiptirler. Genel anlamda düşük gelir düzeyine sahip bireylerin içinde buldukları kötü ekonomik şartlardan dolayı yaşam doyumlarının düşük olabileceği ifade edilebilir. Yüksek gelir düzeyine sahip ergenler ise maddi imkanlarının çok iyi olması sonucunda her şeyi kolayca ve erken elde etmeleri nedeniyle bir doyumsuzluk yaşıyor olabilirler. Orta gelire sahip ergenlerin, hayata dair elde ettikleri tüm hedeflerde çaba, emek ve feragat gibi süreçleri yaşamaları onların hayata daha farklı ve daha bilinçli, bakmalarına ve yaşam doyumlarının yüksek olmasına neden olmuş olabilir.

Öneriler

Ergenlik dönemindeki bireyler olumlu kişilik gelişimi yaşamaları onların eğitim öğretim ortamında karşılaşacakları öğrenme yaşantıları ile sağlanabilmektedir. Bu bağlamda öğrencilerin boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler ve umutsuzluk gibi duygusal ve bilişsel faktörlerden etkilenmemesi için bu unsurlarla ilgili kişisel-sosyal rehberlik kapsamında eğitici programlar düzenlenebilir.

Ergenlerin yaşam kalitelerini arttırmaya yönelik boş zaman etkinlikleri konusunda eğitici bilgi verilerek onların yaşam doyumlarının yükseltilmesi sağlanabilir.

Ailelere ergenlik dönemi ve ergenlerin yaşadıkları psikolojik sorunlarla boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve ebeveyn eğitimi ile ilgili olarak seminerler düzenlenebilir, aileler bilgilendirilebilir ve bu şekilde olumlu kişilik özelliklerini daha kolay ve çabuk edinmeleri sağlanabilir.

Boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluğun ortaya çıkmasına neden olan faktörlerle ilgili çalışmalar yapılabilir.

Boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ergenlik döneminde ergenin kimlik anlamında kazanması gereken bilişsel, duygusal ve davranışsal beceriler, engellediği için okuldaki öğretmenlerin ortak anlayış ve tutum içerisinde olmalarına yönelik konsültasyon çalışmaları yapılabilir.

Kaynaklar

- Aber, J.L., Brown, J.L. & Jones, S. M. (2003). Developmental trajectories toward violence in middle childhood: Course, demographic differences, and response to school-based intervention. *Developmental Psychology*, 39 (2): 324-34.
- Abramson, L.Y., Alloy, L.B., & Metalsky, G.I. (1995). Hopelessness depression. In G.M. Buchanan, & M.E.P. Seligman (Eds.), *Explanatory style* (pp. 113–134). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associate
- Atar, B., Guerra, N., & Tolan, P. (1994). Neighborhood disadvantage, stressful life events and adjustment in urban elementary-school children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 23: 391-400.
- Aydın, G. ve Aydın, O. (1990). Otomatik düşünceler ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(24): 51-55.
- Aysan, F. ve Harmanlı, Z. (2003). Yaşam doyumunu yordamada, yaşam uyumu, özyeterlik ve başa çıkma stratejileri. *VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri*. Malatya, İnönü Üniversitesi. Ankara: Pegem A, 93.
- Beck, A. T., Freeman, A. & Davis, D. D. (2004). *Cognitive Therapy of Personality Disorders*. Second Edition. New York: The Guilford Pres. 31.
- Bittman, S.L., England, P., Folbre, N., Sayer, L. & Matheson, G. (2003). When does gender trump money? Bargaining and time in household work. *American Journal of Sociology*, 109: 186-214.
- Bonner, R. L. & Rich, A. (1988). Negative life stress, social problem-solving self appraisal, and hopelessness: implication for suicide research. *Cognitive Therapy and Research*, 12(6): 549-556.
- Bronk, K. C., Hill, P. L., Lapsley, D. K., Talib, T. L. & Finch, H. (2009). Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. *The Journal of Positive Psychology*, 4 (6): 500-510.
- Bronk, K.C. (2005). Portraits of purpose: A study examining the ways a sense of purpose contributes to positive youth development. *Dissertation Abstracts International*, (UMI No. 3187267).
- Çivitci, A. (2007). Erken ergenlik döneminde içsel-dışsal denetim odağı boyutları ve cinsiyete göre mantıkdışı inançlar. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14(1): 3-12.
- Çivitci, A. (2009). Relationship between irrational beliefs and life satisfaction in early adolescents. *Eurasian Journal of Educational Research*, 37: 91-109.
- Dixon, W. A., Heppner, P. P. & Anderson, W.P. (1991). Problem-solving appraisal, stress, hopelessness and suicide ideation in a college population. *Journal of Counselling Psychology*, 38(1): 51-56.
- Dixon, W. A., Heppner, P. P. & Rudd, M.D. (1994). Problem-solving appraisal, stress, hopelessness and suicide ideation: Evidence for a mediational model. *Journal of Counselling Psychology*, 41(1): 91-98.
- Dobson, K. S. & Breiter, H. S. (1983). Cognitive assessment of depression; reliability and validity of three measure. *Journal of Abnormal Psychology*, 92(1): 107-109.
- Durak, A. (1994). Beck umutsuzluk ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31): 1-11.

- Eryüksel, G. N. (1996). Ana-baba ve ergen ilişkilerinin problem çözme iletişim becerileri, bilişsel çarpıtmalar ve aile yapısı açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Gilbert, P. (2001). Evolution and social anxiety: The role of attraction, social competition, and social hierarchies. *The Psychiatric Clinics of North America*, 24: 723-751.
- Gotlib, I. & Coyne, J. (1983). The role of cognition in depression: A critical appraisal. *Psychological Bulletin*, 94(3): 472-505.
- Gündoğar, D., Sallan-Gül, S., Uskun, E., Demirel, S. ve Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10:14-27.
- Harrel, T. H. & Ryon, N. B. (1983). Cognitive-behavioral assessment of depression: Clinical validation of the automatic thoughts questionnaire. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(5): 721-725.
- Heisel, M.J., & Flett, G.L. (2004). Purpose in life, satisfaction with life, and suicide ideation in a clinical sample. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(2): 127-135.
- Hisli, N. (1990). Almanya'dan dönüş yapan öğrencilerden uyum yapan ve yapmayanların fonksiyonel olmayan tutumlar, otomatik olumsuz düşünceler ve problem çözme yeterliği konusunda kendilerini algılayışları açısından farklılıkları. *Psikoloji Seminer Dergisi*. Özel Sayı 8: 711-723.
- Hofmann, S. G., Heinrichs, N., & Moscovitch, D. A. (2004). The nature and expression of social phobia: Toward a new classification. *Clinical Psychology Review*, 24: 769-797.
- Hollon, S. & Kendal, P. (1980). Cognitive self-statement in depression: Clinical validation of an automatic thoughts questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*. 4. 383-395
- İnanç, B., Bilgin, M. ve Atıcı, M. (2008). Gelişim Psikolojisi. Çocuk ve Ergen Gelişimi. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Kaya, M., Güneş, G., Kaya, B., & Pehlivan, E. (2004). Tıp fakültesi öğrencilerinde boyuneğici davranışlar ve şiddet ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 5: 5-10.
- Kellam, S., Ling, X., Merisca, R., Brown, C.H., & Ialongo, N. (1998). The effect of the level of aggression in the first grade classroom on the course and malleability of aggressive behavior into middle school. *Development and Psychopathology*, 10:165-185.
- Köker, S. (1991). Comparison of the level of life satisfaction of normal adolescents and adolescents with problems. Unpublished Master's Thesis, Ankara University, Institute of Social Sciences, Ankara.
- Kuiper, N. A., Martin, A. & Dance, K. A. (1992). Sense of humor and enhanced quality of life. *Personality and Individual Differences*, 13: 1273-1283.
- Lakdawalla, Z., Hankin, B.L., & Mermelstein, R. (2007). Cognitive theories of depression in children and adolescents: A conceptual and quantitative review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 10: 1-24.
- Larson, R.W., Richards, M.H., Moneta, G., Holmbeck, G. & Duckett, E. (1996). Changes in adolescents' daily interactions with their families from ages 10-18: Disengagement and transformation. *Developmental Psychology*, 32: 744-754.

- Mackinnon, A., Henderson, A. S., & Andrews, G. (1992). Parental 'affectionless control' as an antecedent to adult depression: A risk factor redefined. *Psychological Medicine*, 23: 135-14.
- Martin, R.A. & Lefcourt, H. M. (1983). Sense of humor as a moderator of the relation between stressors and moods. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45: 1313-1324.
- Mascaro, N. & Rosen, D.H. (2005). Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms. *Journal of Personality*, 73: 985-1013.
- Nock, S. (1999). The problem with marriage. *Society*, 36: 20-27.
- Odaci, H. (2007). Depression, submissive behaviors and negative automatic thoughts in obese Turkish adolescents. *Social Behavior and Personality*, 35(3): 409-416.
- Öztütüncü, F. (1996). Liseli ergenlerdeki irrasyonel / olumsuz otomatik düşüncelerin ana-baba tutumları ve aile-içi ilişkiler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Patterson, J. & McCubbin, H. I. (1987). Adolescent coping style and behaviors. Conceptualization and measurement. *American Journal of Community Psychology*, 18: 793-824.
- Pekrun, R., Götz, T., Titz, W. & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: A program of qualitative research. *Educational Psychologist*, 37: 91-106.
- Poch, F. V., Esperanza, V., Caparros, B., Juan, J., Cornella, M. & Perez, I. (2004). Feelings of hopelessness in a Spanish university population: Descriptive analysis and its relationship to adapting to university, depressive symptomatology and suicidal ideation. *Social Psychiatry and Psychiatry Epidemiology*, 39: 326-334.
- Richter, J., Richter, G. & Eisemann, M. (1991). Perceived parental rearing and family atmosphere of adult depressives. *Depression Briefing*, 4: 234-237.
- Rojo-Moreno, L., Livianos-Aldana, L., Cervera-Martinez, G. & Dominguez-Carabantes, J. (1999). Rearing style and depressive disorder in adulthood: A controlled study in a Spanish clinical sample. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 34(10): 548-554.
- Savaşır, I. ve Şahin, N.H. (1997). *Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Seber, G. (1991). *Beck umutsuzluk ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği üzerine bir çalışma*. Yayınlanmamış Doçentlik Tezi, Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Senemoğlu, N. (2007). *Gelişim öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya*. Ankara: Gönül Yayıncılık Ltd. Şti.
- Sowa, C. J. & Lustman, P. J. (1984). Gender differences in rating stressful events, depression, and depressive cognition. *Journal of Clinical Psychology*, 40(6): 1334-1337.
- Spear, L. P. (2000). The adolescent brain and age-related behavioral manifestations. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 24: 417-463.
- Spielberg, C. D., & Vagg, P. R. (1995). *Test anxiety: Theory, assessment and treatment*. Taylor & Francis, Washington, DC.

- Şahin, N.H. & Şahin, N. (1992). Reliability and validity of the Turkish version of the automatic thoughts questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, 48: 334-340.
- Tekin M. & Filiz K. (2008). Beden eğitimi ve spor yüksekokullarının antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1: 27-37.
- Tiggeman, M., Winefield, H. R., Goldney, R. D., & Winefield, A. H. (1992). Attributional style and parental rearing as predictors of psychological distress. *Personality and Individual Differences*, 13: 835-841.
- Timko, C., & Moos, R.H. (1996). The mutual influence of family support and youth adaptation. In G.R. Pierce, B.R. Sarason, & I.G. Sarason (Eds.), *Handbook of social support and the family* (pp. 289–310). New York: Plenum.
- Tümkiye, S., Baybek, B. & Çelik, M. (2010). Yoksul ailelerden gelen ergenlerde psiko-sosyal bir olgu olarak umutsuzluk ve boyuneğici davranışların incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 7(1): 970-984
- Türküm, S. A. (2005). Do optimism, social network richness and submissive behaviors predict well-being? Study with a Turkish sample. *Social Behavior and Personality*, 33(6): 619-628.
- Ulusoy, A. (2002). *Gelişim ve Öğrenme*. Anı Yayıncılık, Ankara.
- Winefield, H., R., Goldney, R. D., Winefield, A. H. & Tiggemann, M. (1992). Psychological correlates of the level of alcohol consumption in young adults. *The Medical Journal of Australia*, 156(11):755-9.
- Yavuzer, H. (2000). *Ana-Baba ve Çocuk*. 9. Basım. Remzi Kitapevi.
- Yavuzer, H. (2004). *Ana-Baba Okulu*. 11. Basım. Remzi Kitapevi
- Yıldırım, İ. ve Ergene, T. (2003). Lise son sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının yordayıcısı olarak sınav kaygısı, boyun eğici davranışlar ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25: 224-234.
- Zeidner, M. (1998). *Test anxiety: The state of the art*, Plenum Publishing Corporation, Newyork.

