

Ergenlerin Sosyal Duygusal Öğrenme Becerilerinin Sosyal İlişki Unsurları ve Umut Düzeyi İle İlişkinin İncelenmesi¹

DOI: 10.26466/opus.468698

*

Kerim Candan* - Ali Fuat Yalçın**

* Öğretmen, Meram Rehberlik Ve Araştırma Merkezi, Meram/Konya/Türkiye

E-Posta: krmcnd@gmail.com

ORCID: [0000-0003-3033-0150](https://orcid.org/0000-0003-3033-0150)

* Dr. Öğr. üyesi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, A.K. Eğitim Fakültesi, Meram/Konya/ Türkiye

E-Posta: dr_alifuatyalcin@yahoo.com

ORCID: [0000-0001-6088-3720](https://orcid.org/0000-0001-6088-3720)

Öz

Bu çalışmada, ergenlerin Sosyal Duygusal Öğrenme Becerilerinin (SDÖB), Sosyal İlişki Unsurları ve Umut Düzeyi ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırmanın katılımcılarını 257 kız, 302 erkek olmak üzere 559 ortaokul 6, 7 ve 8. Sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmada, Kabakçı'nın (2006) geliştirdiği Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği (SDÖBÖ), Sosyal İlişki Unsurlarını ölçmek için Turner, Frankel ve Levin'in (1983) geliştirip Duyan, Gelbal ve Var'ın (2013) Türkçe'ye uyarladığı Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği (SİUÖ), umut düzeyini ölçmek için Snyder ve arkadaşlarının (1997) geliştirip Atik ve Kemer'in (2009) Türkçe'ye uyarladığı Çocuklarda Umut Ölçeği (ÇUÖ) kullanılmıştır. Araştırmada ergenlerin SDÖB ile sosyal ilişki unsurları (SİU) ve umut düzeyleri arasındaki ilişki pearson momentler çarpımı korelasyon ile SİU aile ve arkadaş desteği ile umut düzeyinin SDÖB'ni yordayıp yordamadığı ise regresyon analizi ile incelenmiştir. Ergenlerin SDÖB alt boyutları ile SİU aile ve arkadaş desteği alt boyutları arasında orta ve düşük pozitif düzeyde, umut düzeyleri arasında ise orta düzeyde pozitif anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ergenlerin SİU aile desteğinin SDÖB problem çözme ve kendilik değerini artıran beceriler alt boyutlarını, SİU arkadaş desteği alt boyutuyla umut düzeylerinin ise SDÖB'nin bütün alt boyutlarını yordadığı ve açıklayıcı olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: *Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri, Sosyal İlişki Unsurları, Umut Düzeyi, Ergen*

¹ *Bu makale, Kerim CANDAN tarafından N.E. Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde 2018 yılında yapılmış olan yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

Examination of Adolescent's Social Education Learning Skills with Provision of Social Relationship and Level of Hope

*

Abstract

In this study, it is aimed to examine the correlation of the social emotional learning skills of adolescents with provision for social relations and level of hope. The present was conducted in Konya City center in the academic year 2015-2016 with 559 secondary school students consisting of 257 girls and 302 boys. In the study, it was used the Social Emotional Learning Skills Scale (SELSS) developed by Kabakçı (2006) to measure Social Emotional Learning Skills of adolescents; the Provision for Social Relations (PSR) Scale developed by Turner, Frankel and Levin (1983) and adapted to the Turkish by Duyan, Gelbal and Var (2013) to measure provision for social relations; the Children's Hope Scale developed by Snyder et al, (1997) and adapted to Turkish by Atik and Kemer (2009) to measure the Level of Hope of children and personal information form prepared by the researcher for demographic data. It was also examined the correlation between SELS of adolescents and provision for social relations (PSR) and level of hope with Pearson product-moment correlation coefficient, and whether or not provision for social relations (PSR) and level of hope and support from friend predicted SELS by regression analysis. It was found moderate and low positive correlations between SELS sub-dimensions of adolescents and PSR support from family and friend sub-dimensions and moderate positive significant correlations between the levels of hope. It was found that adolescents' PSR support from family predicted the problem solving and self-worth sub-dimensions, and the PSR support friend sub-dimension and level of hope predicted SELS sub-dimensions and that it has been descriptive.

Keywords: Social emotional learning skills, social relations elements, hope level in children, adolescents

Giriş

Ergenlik dönemi, bireyin hayatında önemli etkileri olan bir dönemdir. Yaşamın bu yıllarındaki gelişimsel özellikler, ihtiyaçlar ve yaşantıların, ergenlerin hayatında önemli sonuçları olmaktadır. Bu sonuçlar, kişilik gelişimi, kimlik kazanımı, meslek seçimi ve eş seçimi gibi önemli kararları etkilemektedir. Latince’de “adolescence” olarak ifade edilen ergenlik çağı, erinlikle başlayıp yetişkin olmaya kadar geçen süreyi kapsar ve çocukluk dönemi ile yetişkinlik dönemi arasındaki dönem olarak bilinmektedir (İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2004). Ergenlik, insanın gelişim sürecinin içerisinde çocukluk çağının bitişiyle birlikte fizyolojik ve psikolojik olarak erişkin oluncaya kadar yaşanan geçiş dönemidir (Koç, 2004). Bir geçiş süreci olmasının da etkisiyle ergenlik dönemi, bireyin sonraki hayatı için de önemli bir referans kaynağı olmaktadır (Durualp, 2014). Kişiliğin şekillenmesinde ve yetişkinliğe hazırlanmada belirleyici etkileri olduğu düşünülen ergenlik, bütün kültürlerde ve toplumlarda önem verilen bir gelişim dönemidir. Çünkü ergenlik döneminde ergen önemli fizyolojik ve fiziksel değişim ve gelişimler yaşamakta, arkadaşları ile etkileşime girmekte, geleceğine dair önemli kararlar alma süreci içerisinde olmaktadır (Gardiner ve Gander, 2007).

Ergenlik döneminde yaşanan bu değişimler, duygu ve düşünceler, başarı ya da başarısızlıklar, çatışmalar, alınan kararlar ve deneyimler, bireysel farklılıklar ve gelişimsel ihtiyaçlar yetişkin tutum ve davranışlarını belirlemekte ve yönlendirmektedir. Çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olarak görülen ergenlik döneminin başlıca gelişimsel ödevleri bireyleşme ve kimlik duygusunun kazanılmasıdır (Erikson, 1968; akt; Atak, 2011). Onur’a (1995) göre de ergenlik, gelişim özellikleri ve sorunlarıyla yüzleşmesi gereken bireyi olgunlaşmaya hazırlayan bir dönemdir. Gelişim psikolojisi konusunda çalışan bilim insanları ve uzmanlar da ergenlik döneminin farklı gelişimsel özelliklerine dair açıklamalar getirmişlerdir. Çünkü ergenlik dönemi gençlerin farklı gelişim alanlarındaki gelişimsel görevlerle ilgili önemli adımlar attıkları bir dönemdir.

Ergenlik döneminde sosyal ilişkilerden meslek seçimine kadar birçok konuda gelişimsel görevlerin olduğu bilinmektedir. Bu gelişimsel görevleri gerçekleştirirken ergenlerin yaşadıkları çatışmalar, ikilemler ve

güçlükler onların sosyal duygusal öğrenme becerilerine (SDÖB) ihtiyaç duyacaklarını göstermektedir. Pasi'ye göre (2001) bu beceriler temel olarak dört beceriyi kapsamaktadır. Bu beceriler; problem çözme becerileri, stresle başa çıkma becerileri, kendilik değerini artıran beceriler ve iletişim becerileridir. Norris'e göre de (2003) sosyal duygusal öğrenme becerileri (SDÖB), çocuk ve ergenlerin yaşam veya gelişimsel ödevlerini gerçekleştirmelerinde onlara yardımcı olacak, onları geliştirip geleceğe hazırlayacak pedagojik bir yaklaşımdır. Aslında SDÖB, sağlıklı ve başarılı sosyal ilişkiler, psikolojik ve kişisel iyilik hâli ve okul başarısını geliştirmek için düşünülmüş becerilerde yeterlik kazanmayı amaçlar. Kabakçı'ya göre (2006) SDÖ, eğitim sürecinde kazandırılması gereken iletişim becerileri, problem çözme becerileri, kendilik değerini artıran beceriler ve stresle başa çıkma becerilerini kapsayan temel becerilerdir.

SDÖ'nin ortaya çıkışına baktığımızda; 2 asır öncesindeki eğitim reformlarıyla başlamakla beraber son çeyrek asırda ABD'de, eyaletlerdeki farklı okulların okul başarılarının farklarının gündeme gelmesiyle İngilizce, matematik ve fen bilimleri alanlarındaki başarıları yetersiz öğrencilerin sorunlarının artmasıyla SDÖB araştırmacılarının gündemine girmeye başlamıştır (Schaps, 2010; akt; Totan, 2011). Fetzer Enstitüsü tarafından 1994 yılında düzenlenen konferans bildirgesinde öğrencilerin gelişimsel, psikolojik, eğitimsel ve genel sağlık ihtiyaçlarının belirlenmesi ihtiyacının arttığı vurgulanmış ve bu ihtiyaçların belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma ve belirleme süreci ise SDÖ'nin ortaya çıkışına katkı sağlayıp hızlandırmıştır (Elbertson, Brackett ve Weissberg, 2010).

SDÖB çalışmalarının, ergenlerin yaşama uyum sağlamalarına, problem çözme becerileri ve okul başarısı gibi gelişimsel görevlerini tamamlamalarına yardımcı olduğu anlaşılmaktadır. Sosyal ve duygusal öğrenme becerileri akademik ortamların verimini artırırken imkânların etkin bir şekilde değerlendirilmesine de katkı sağlamaktadır. Bu bilgiler ışığında baktığımızda SDÖB'nin en çok ihtiyaç hissedildiği 12-14'lü yaşlarda kazandırılmasının önemine birçok kaynakta doğrudan ya da dolaylı yollardan atıfta bulunmaktadır. Ortaokul yılları, ergenlik döneminin başlarına işaret etmektedir. Bu yaş aralığı da 12-14 yaşlarıdır (Kabakçı ve Korkut-Owen, 2010). Ergenlik dönemi yaş sınırlarına Tablo 1

de yer verilmiştir. Bu tabloya göre de ortaokul yılları ergenlik döneminin başladığı yıllardır.

Tablo 1. Ergenlik Dönemi Yaş Sınırlamaları

Ergenlik Dönemi Yaş Sınırlamaları	
A.	Ergenliğin Başları 11-14 yaş (kızlar) 13-15 yaş (erkekler)
B.	Ergenliğin Ortaları 14-16 yaş (kızlar) 15-17 yaş (erkekler)
C.	Ergenliğin Sonları..... 16-21 yaş (kızlar) 17-21 yaş (erkekler)

Koç, 2004

Tablo 1'deki yaş aralıkları farklı kaynaklara göre değişik yaş ölçülerini esas alsa da ergenliğin başlangıcı coğrafi şartlar, ırk, iklim ve beslenme şartları gibi farklı unsurlardan etkilenmekte ve değişim gösterebilmektedir. Örneğin; Sıcak ikliminin egemen olduğu Akdeniz ülkelerinde, kızlar 8-10 yaşlarında ergenliğe girerken bu durum daha soğuk iklimlerde mesela kutuplarda yaşayan Eskimolarda 20'li yaşlar civarında ergenliğe girmektedirler (Koç, 2004).

Bu nedenle ergenlik dönemi yaş aralığı çeşitli toplumlarda farklılık gösterebilmektedir. Fakat ergenliğin başladığı ortaokul yılları birçok toplumda ön ergenlik dönemine denk gelmektedir. Bu dönemde de ergenlerin SDÖB'nin geliştirilmesine yönelik hazırlanacak plan, program ve çalışmaların ergenlerin yaş gruplarına özgü, okulun ve toplumun yapısını, etkileşimini dikkate alan bir şekilde uygulanması gerekmektedir (Türnüklü 2004).

Bu gerekliliklerin yanında kısmen soyut ve psikolojik bir yapı olan SDÖB, doğrudan gözlenerek değil örtük olarak incelenebilen becerilerdir (Coryn, Spybrook, Evergreen ve Blinkiewicz, 2009). SDÖB konusunda yukarıda bahsedilen farklı görüşler, ergenlerle ilgili farklı ve yeni psiko-sosyal programlar, eğitim programları ya da iletişim çalışmalarının ortaya çıkmasına ve ergenlere ulaşmada referans noktaları olarak görülebilmektedir. Bu referans noktalarından hareket edilerek anlaması ve anlaşılması en güç canlı olan insanın, zor bir döneminde anlaşılmaya çalışılmasının olumlu etkileri olacaktır. Sosyal duygusal öğrenme becerileri yetersizliği çocuklarda, ergenlerde ve yetişkinlerde, iletişim becerileri yetersizliği, şiddete eğilim, bağımlılık, ergen gebeliği, olumsuz

çatışma çözme davranışları, uyku, beslenme sorunları ve psikolojik rahatsızlıklara neden olabilmektedir (Payton, Wardlaw, Graczyk ve Bloodworth, 2000).

SDÖB yeterli olan öğrencilerin ise ailede, okulda ve okul dışındaki faaliyetlerinde yalnızlıkla daha güçlü baş edebildikleri ve akran zorbalığı, şiddet, madde kullanımı gibi olumsuz davranışlara eğilimlerinin olmadığı ve sağlıklı sosyal ilişkiler kurabilen, özgüven sahibi ve sorunlarla baş edebilecek gençler olacakları öngörülmektedir (Körler, 2011). Ayrıca Payton ve ark. (2000) şiddet, akran zorbalığı ve madde kullanımı gibi olumsuz davranışları azaltmada etkin olabilecek aşağıdaki becerileri de SDÖB olarak yer vermiştir:

- **Kendinin ve diğerlerinin farkında olmak:** Duyguların farkında olmak, duyguları yönetmek, güçlü ve zayıf yönlerinin farkında olmak, zorluklarla kendine güvenli ve pozitif bir şekilde mücadele etmek, perspektif sağlamak.
- **Olumlu tutum ve değerler edinmek:** Kişisel sorumluluk almak, diğer insanlarla anlayabilmek için dürüst olmak gibi güvenli ve sağlıklı davranışlar edinmek.
- **Farklılıklara saygı duymak:** Bireysel, toplumsal farklılıklara ve insan haklarına saygı duymak, sosyal sorumluluk olarak toplum içine karışmak ve doğayı korumak.
- **Sağduyulu kararlar alabilme:** Problemi tanımlama, problem çözme, sosyal norm analizi yapabilme, olumlu ve gerçekçi amaçlar belirleyebilme.
- **İletişim becerileri:** Etkin dinleme, etkili iletişim, iş birliği yapma, uzlaşma, reddetme, yardım isteme.

SDÖ'nin tarihsel gelişme sürecinde çeşitli araştırmacı ve yazarlarca çeşitli biçimlerde sınıflanmıştır. Bu beceriler Korkut'un (2004) aktardığına göre problem çözme becerileri (Cohen, 2001; Elias, 2001), iletişim becerileri (Patti ve Lantieri, 1999; Pasi, 2001) stresle başa çıkma becerileri (Kusché ve Greenberg, 2001; Marlow, Bloss ve Bloss, 2000) ve kendilik değerini arttıran beceriler (Cohen, 2001; Elias, 2006) olmak üzere dört beceri alanı biçiminde gruplanabilmektedir. Bu beceriler ise duygusal anlayış, iş birliği, girişkenlik, oto kontrol, engellenmeyi absorbe edebilmek, etkili çatışma çözme ve çatışma ile baş edebilme stratejilerinin geliştirilmesi gibi olumlu beceriler ve davranışlar, plan yapabilme,

zihinsel esneklik, genel sağlık durumu, cinsel gelişim ve akademik başarı gibi niteliklerin geliştirilmesidir (Joseph ve Strain, 2003; Payton, Wardlaw, Graczyk, Bloodworth ve diğ., 2000; Sandy ve Boardman, 2000). Psikolojik bir yapı olan SDÖB'nin dayandığı temeller açısından SDÖ yaklaşımı (Elias ve ark., 1997; Pasi, 2001) ve daha önce ifade edilen Korkut'un (2004) ayrımının önemli olduğu düşünülmektedir (akt; Kabakçı ve Korkut Owen, 2010).

Sosyal İlişki Unsurları

Sosyal destek, bireyin çevresinden elde ettiği sosyal ve psikolojik destek olarak tanımlanabilir (Yıldırım, 1997). Barrera (1986) kişiye verilen sosyal desteği, kişiye verilen sosyal destek olarak tanımlarken, algılanan sosyal desteği ise bireyin çevresinden edindiğine inandığı sosyal destek olarak ifade etmiştir. Bu inancın öneminden dolayı hayatı kolaylaştıran ve kişiyi koruyan bu faktörler, son bir asırda bilim insanlarının çok daha fazla ilgisini çekmiştir. Sosyal desteğin olması bireyin hayata daha kolay uyum sağlamasını kolaylaştıran önemli kavramlardandır (Duyan, Gelbal ve Var, 2013).

Gelişim psikolojisi, 1970'li yıllardan başlamak üzere akran iletişimini, ilişkilerini, sosyal psikoloji de yetişkinlerin kendi toplumsal ve aile yakınları ve çocukları ile yaşantısal birlikteliklerini incelemeye başlamıştır ve bu ilişkilerin yaşantısal sürecini derinlemesine anlamaya çalışmıştır. Sonraki yıllardan günümüze kadar gelen süreçte insanların sahip olduğu sosyal destek ve bu desteğin günlük yaşamda kişi ve ilişkiler açısından bireye katkısı ve önemine dair geniş bir araştırma sahası oluşmuştur. Fakat 1970'ten günümüze kadar sosyal destek algısının kişinin yaşamında olumlu etkileri ve rolünün üzerinde sıkça belirtilmesine rağmen sosyal desteğin operasyonel etkisi hala tartışmalıdır ve net bir görüş oluşmamıştır. Hatta sosyal desteğin günlük yaşamda pratik olarak nasıl işlediği ve işleyiş şeklinde bireyin sağlığına nasıl katkı sağladığı konusunda farklı görüşler de vardır (Hortaçsu,1997).

Sosyal ilişki unsurları konusunda farklı görüşler ve tanımlar aşağıda açıklanmıştır: Kohut (1984)'un kuramına göre; bireyin hayatı boyunca değerinin fark edilip ilgi görmesine, onaylanmaya, beğenilmeye ve

kendinden daha güçlü olduğunu düşündüğü kişilerle özdeşleşim kurmaya, üzümlüp korktuğu ya da endişendiği durumlarda destek alıp teselli edilmeye ve kendisine yakın algıladığı kişilerle duygusal ve düşünsel paylaşımlarla birlikte olmaya ihtiyacı vardır. Cobb (1976) ise makalesinde sosyal desteği, bireyin kendini bir gruba dahil hissetmesi, değer verildiğini, sevildiğini ve o grubun bir üyesi olduğunu düşünmesi olarak tanımlamıştır (akt; Baştürk, 2002).

Budak (2017) aile ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin, ergenlerde olumlu etkileri olduğunu bulgusuna ulaşmıştır. Başka bir araştırmada (Ünüvar, 2003) ergenlerin akranlarından aldıkları algılanan sosyal destek algısının artmasının onlarda problem çözme becerilerini olumlu yönde arttırdığını tespit etmiştir. Umut Pakkal (2007) ise okul öncesi eğitim görenlerin ergenlik dönemlerinde okul öncesi eğitim görmeyen diğer ergenlere göre problem çözme becerilerinin ve psikososyal gelişimlerinin, benlik algılarının daha olumlu ve yüksek olduğunu bulmuştur. Algıladıkları arkadaş desteği ile ergenin probleme olumlu bakış açısı edinmesi, problemlere mantıklı ve tutarlı yaklaşımlar geliştirme ve toplum hayatında sorun çözebilmek gibi ilişkilerin incelendiği farklı bir çalışmada ise Arslan (2009) akran desteği ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde önemli ilişkilerin ve etkilerinin olduğunu tespit etmiştir. Başka bir çalışmada ise sosyal kaygı ve problem çözme yaklaşımları arasında ilişkilerin olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Baltacı, 2010).

Algılanan sosyal desteğin, bireyin gelişimine ve başarısına katkısı yadsınamaz bir gerçek olsa da bunun aile, arkadaş ya da diğerlerinden olmasının bireyin hangi yönlerini desteklediği sorusuna cevap aranması ihtiyacı oluşmaktadır. Cicchetti ve Toth'a (1998) göre ergenlere sağlanan sosyal destek yetersiz olduğu takdirde, anksiyete, depresyon ve umutsuzluk hissi artmaktadır. Bu arkadaş desteğinin bireyin psikososyal ve toplumsal uyumuna yapacağı katkı ve destek şüphesiz bireyin aile yaşamına da faydası olacaktır. Çünkü arkadaş desteği, özellikle ergenlik döneminde en temel ihtiyaçlardandır. Arkadaşlar bireyin dış dünyadaki en önemli destekçilerindedir. Ailede anne-baba yeterli gelebilir fakat kişinin kendini en yalnız hissettiği hayatın içinde güçlü bir arkadaş desteği şüphesiz stresle başa çıkma, problem çözme ve kendilik değeri konularında birey için çok önemli olacaktır. Nasıl ki arkadaş ailenin yerine geçip ebeveyn ihtiyacını karşılayamayacaksa, aile de ergenlerdeki bu

arkadaş ihtiyacına yeterli gelmeyecektir. Bu konuda Traş ve Arslan (2013) tarafından ergenlerle yapılan bir çalışmada da sosyal yetkinlik ile sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

Son yıllarda ebeveynlerin, anne baba rolünden sıyrılıp çocukları ile arkadaş gibi olmaları yönünde bir eğilim olsa da bu ihtiyaçların kaynağından ve adresinden karşılanması gerektiği gerçeğini değiştirmemektedir (Candan, 2015). Aynı şekilde ebeveyn rolü ve desteği de başka bir destekle karşılanamayacak kadar önemlidir. Bu nedenle ergenler sınırsız bir özgürlük isteseler de diğer yandan kendilerini yönlendirecek, kendilerine destek olacak güçlü bir ebeveyn profiline de ihtiyaç duyarlar.

Umut

Umut, herkes tarafından bilinen ve kullanılan bir kavram olmasına rağmen, açıklanması oldukça zordur. Umut, Türk Dil Kurumu sözlüğünde "Ummaktan doğan güven duygusu, ümit" olarak tanımlanmaktadır (TDK.a)

Frankl (1968) umudu, duygu ve düşüncenin birbiriyle ilişkili olduğunu, birbirlerini etkilediklerini bu nedenle ikisinin de bir karışımı olarak ifade edilmesinin daha doğru olacağını söylemiştir. Bu bilgiler ışığında da umudu bilişsel ve duygusal olarak iki boyutta inceleyen ilk kuramcıdır. Bununla birlikte insanlardaki umut duygusunun psikolojik danışma ve psikoterapi sağaltım sürecinde önemli katkısının olduğunu ve danışanların tedavi olup iyileşmesindeki olumlu etkilerinin rolünü ifade etmiştir (akt; Akman ve Korkut, 1993). Gottschalk'a göre (1974; akt: Aydoğan, 2010) umut, özelleşmiş faydalı sonuçlarla ilgili olumlu beklentileri kapsar ve insanı ruhsal sorunlarla birlikte geçinip gitme eğilimine sevk eder.

SDÖ becerileri, ergenliğin başlarında çocuk ve gençlerin ihtiyacı olan olumlu beceriler ve gelişimleri için önemli olan diğer becerilerden umut duygusu ile de örtüşmektedir. Umut duygusu SDÖ Becerileri gibi ergenlerin olumlu gelişiminde anahtar bir görev üstlenmektedir. Ayrıca olumsuz ve başa çıkılması gereken yaşantılara karşı psikolojik bir dayanıklılığı artırmak gibi bir işlev gösterir (Valle, Huebner, ve Suldo, 2006, akt;

Kabakçı ve Totan, 2013). Erik Erikson (1977) umudu, şevkli isteklere erişim adına dayanıklı düşünceler olarak tanımlar ve umut ile diğer dürtüler arasındaki mantıksal çıkarım, çocuğun birincil görevi olan en önemli ve güçlü olan var olmak/ inanç karşısında “inanmamak” ı ortaya çıkarır. Erikson’a (1994) göre bir diğer geniş mantıksal çıkarım, umuda karşı duruşunu yeğlemeye dayanan generativitedir. Generativite; insanın genellikle orta yaşlarda geliştirdiği ailesi ve kendisi dışındaki insanlara yönelik bir endişe ve ilgi, bir besleme ve yön gösterme, rehberlik ihtiyacı ve sonraki çağlara bir katkısı olma gereksinimi olarak tanımlanır ve psikolojide Erikson tarafından kullanılmıştır (Aydoğan, 2010).

Umut, kişinin amaçlarına “harekete geçme güdüsü (agency)” ve o “amaçlara ulaşma yolları (pathways)” ile birlikte düşünme süreci olarak tanımlanan bir duygudur (Snyder, 1995). Breznitz (1986), umudun işlevlerinin strese neden olan olaylara karşılık yaptığı eylemleri kapsamak için 5 imge önerir. 1- Korunaklı Bir Alan 2- Bir Köprü, 3-Bir Niyet, 4-Başarım Ve 5- Kendi İçinde Bir Son. Ayrıca umudun illüzyona (göz yanılması) benzeyebileceğine dair bir uyarıda bulunur. Rideout ve Montemuro (1986) kronik kalp hastaları ile yaptıkları çalışmalarında umudu “amaçlara ulaşmada sıfırdan daha fazla bir beklentinin varlığı ve bir çıkış yolu olduğuna inancı” olarak tanımlamıştır (akt; Esenay, 2007).

Bazı kuramcılar tarafından tek boyutlu ve duygusal içerikli olarak ele alınan umut, son yıllarda farklı araştırmacılar umudu duygusal boyutunun yanında bilişsel boyutunun da ele alınması gerektiğini belirtmektedirler. Umut kuramı son 20 yılda hatırı sayılır bir ilgi görmüştür. Umutla ilgilenen birçok araştırmacı vardır. Averill, Catlin ve Chon (1990) umudu bilişsel terimlerle, 1 – amaçlar sonuçlar itibarıyla elde edilebilir olduklarında (orta düzeyde bir zorluk) 2 – denetim altında, 3 – önemli olarak görülüp 4 – toplumsal ve ahlaki olarak kabul edilebilir seviyelerde olduğunda uygun olarak görürler (akt; 2010).

Umut düzeyi yüksek insanların, istedikleri amaca ulaşmak için birçok yol ve yöntem bulabileceklerine dair güçlü bir inançları vardır (Snyder ve ark., 1991). Bu motivasyonun kaynağı bireyin inancıdır ve kişiyi çok yönlü olarak etkilemektedir. Örneğin, kişi kendisini yolundan çevirecek bir setle karşılaşarsa inanç sistemi kişinin çözüm ve yaklaşım geliştirmesinde çok önemli derecede etki yapar. (Snyder ve ark. 2000, akt; Tarhan ve Bacanlı, 2016).

İlköğretim ikinci kademedeki öğrencilerin umut düzeylerinin incelendiği bir çalışmada (Atik ve Kemer, 2009), umudun sınıf seviyelerine göre önemli farklılıklar gösterdiğini, bu farklılığın da 6. sınıftaki öğrencilerin umut düzeylerinin 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin umut düzeylerine göre önemli düzeyde daha yüksek olmasından kaynaklandığı bulunmuştur. Yılmaz (2017) yılında yapılan çalışmada ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin okudukları okul türü ve sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu farklı sonuçlar, umut düzeyinin, bireyin içinde bulunduğu farklı çevrelerde, sınıf düzeylerinde ve gelişim dönemlerinde değiştiğini göstermektedir.

Bu araştırmada ergenlerin SDÖ Becerilerinin, sosyal ilişki unsurları ve umut düzeyleri ile ilişkisinin incelenerek ergenlerin SDÖB farklılıklarının ve ihtiyaçlarının farkına varılması amaçlanmıştır. Ortaokul yılları bireyin kişiliğinin ve geleceğinin şekillendiği önemli bir dönemdir. Bu nedenle ortaokul yıllarında SDÖB'nin kişinin hayatında önemli etkileri ve sonuçları olmaktadır. Ergenlerin SDÖB düzeyleri ile aile akran desteği ve umut düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi öğrencilerin SDÖB'ni geliştirmeye yönelik yapılacak çalışmalara yön verebilir. Ayrıca elde edilen sonuçlar; alanda çalışan psikolojik danışmanlara, öğretmenlere ve ailelere; ergenlerin SDÖB'nin geliştirilmesine ilişkin ilgi, bilgi ve farkındalıklarının artmasına zemin hazırlanması açısından önem arz etmektedir. SDÖB, sosyal beceriler, iletişim becerisi, kendilik değeri, stresle başa çıkma ve problem çözme becerilerini kapsadığı için okul rehberlik programlarında SDÖB geliştirme etkinliklerinin yer alması öğrencilerin yaşadığı psikolojik problemlerin azaltılmasında yararlı olabilecektir.

Yöntem

Araştırma Grubu

Betimsel bir araştırma olan bu çalışmada "ilişkisel tarama modeli" kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2008). Araştırmada ilişkisel

tarama modelinin seçilme nedeni, var olan durumlar arası ayrımların betimlenmek istenmesidir. Çalışmanın örneklemini Konya ili merkez ilçelerinde 2015-2016 eğitim öğretim yılında öğrenimine devam eden 6, 7 ve 8. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcıların 217'si altıncı sınıfa (% 38,8), 203'ü yedinci sınıfa (%36,3), ve 139'u sekizinci sınıfa (%24,7) devam etmektedir.

Veri Toplama Araçları

Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği: Sosyal ve duygusal öğrenme becerileri ölçeği (Socialemotional learning skillsscale) SDÖBÖ, ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin SDÖ becerilerini ölçmek amacıyla Kabakçı (2006) tarafından geliştirilmiştir. SDÖB Ölçeği, her dört alt boyutu da (problem çözme becerileri, iletişim becerileri, kendilik değerini artıran beceriler ve stresle başa çıkma becerileri) 40 maddeden oluşan dört dereceli Likert tipi bir ölçektir (1- Hiç uygun değil, 2- Pek uygun değil, 3- Oldukça uygun, 4- Tamamen uygun). Ergenlerden ölçekte yer alan her bir durumun kendisi için ne kadar geçerli olup kendine ne kadar uyduğunu 1–4 arasında dereceleyerek göstermeleri istenmiştir. Ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 40 iken en yüksek toplam puan ise 160' tır. Ölçekten düşük puan alınması, SDÖ becerileri açısından yetersizliği, yüksek puan alınması SDÖ becerileri açısından yeterliliği ifade etmektedir. Geçerlik çalışmaları kapsamında yapılan betimleyici faktör analizi, ölçeğin dört faktöre sahip olduğunu göstermektedir. SDÖBÖ'nün Cronbach alfa katsayısı toplam puan için .88, alt ölçekler için .61-.83 arasında; test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise toplam puan için .85, alt ölçekler için ise .69-.82 arasındadır (Kabakçı, 2006).

Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği (SIUÖ): Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği, bireylerin sosyal destek algılarını sosyal ilişki unsurlarına göre (ail eve arkadaş desteği) ölçmek amacıyla Turner, Frankel ve Levin (1983) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmalarını ise Duyan ve ark. (2013) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılarak belirlenmiştir. Bu çalışmalarda 1070 ilköğretim ikinci kademe öğrencisine ulaşılmış Cronbach Alpha değeri .81 ve test-tekrar test güvenilirliği ise .85 olarak bulunmuştur. Alt boyutlardan aile desteği için

Cronbach Alpha değeri .74, arkadaş desteği alt boyutu için Cronbach Alpha değeri .75 bulunmuştur Geçerlik için yapılan doğrulayıcı faktör analizi çalışması neticesinde Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği'nin ilköğretim ikinci kademe öğrencileri için geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Duyan ve ark. 2013).

SİU Ölçeğinde ergenlerin sosyal ilişki unsurlarını (ail eve arkadaş) ölçen 15 madde bulunmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 15 ile 75 arasında değişmektedir. Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği ile yapılan iki çalışmada .75 ile .87 ranj aralığında iç tutarlılık sergilemiştir. Kaplan'ın Sosyal Destek Ölçeği ($r = .62$), Kellam ve Petersen'in Yansıtılan Kendine Güven ($r = .58$) ve Yansıtılan Sevgi Ölçekleri ile ($r = .61$) anlamı ve olumlu bir korelasyona sahiptir. Psikolojik stresi ölçen araçlarla ise olumsuz bir korelasyon sergilemektedir. Fischer ve Corcoran'a (1994) göre Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır. Ergenlerden ölçek maddelerinde belirtilen her bir düşünceye "benim için asla geçerli değil" cevabından, "benim için tamamıyla geçerli" cevabına kadar farklılık arz eden beş derecede görüşlerini belirtmeleri istenmiştir. Bu ölçekte sosyal ilişki unsurlarını sosyal destek açısından belirlemeye yönelik maddelerden ikisi olumsuz (7 ve 15) ve on üçü de olumlu anlam taşımaktadır. Olumlu maddeler puanlanırken "Benim için tamamıyla geçerli" yanıtı "5" ile ve "Benim için asla geçerli değil" yanıtı ise "1" ile puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin çevrelerinden daha çok sosyal destek aldıklarını düşündüklerini göstermektedir (Duyan, Gelbal ve Var, 2013).

Çocuklarda Umut Ölçeği (ÇUÖ): Snyder ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe'ye uyarlamasını Atik ve Kemer (2009), 758 ilköğretim ikinci kademe öğrencisinin (kız $n = 403$; erkek $n = 355$) katıldığı bir çalışma ile yapmışlardır. İki alt boyuttan (amaca ulaşma yolları ve amaca güdülenme) oluşan Çocuklarda Umut Ölçeği altı maddedir. Her iki alt boyut için 3'er madde bulunan Likert tipi (1- Hiçbir zaman, 2- Nadiren, 3- Bazen, 4- Sık sık, 5- Çoğu zaman, 6- Her zaman) bir ölçme aracıdır. ÇUÖ, iki alt boyuttan oluşsa da bu alt boyutları (amaca ulaşma yolları ve amaca güdülenme) birbirlerinden ayrı inceleyip değerlendirmenin yanlış olacağı belirtilerek toplam tek puanın kullanılması

gerekmektedir (Atik & Kemer, 2009). Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 36, düşük puan ise 6 olmakta ve ölçekten alınan yüksek puan yanıtlayıcının umut düzeyinin yüksek olduğunu, düşük puan ise yanıtlayıcının umut düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir.

ÇÜÖ'nin ayırıcı ve uyum geçerliğini farklı ölçeklerle inceleyen (Snyder ve arkadaşları, 1997), ölçeğin benzer amaçları ölçmeyi hedefleyen amaçlayan diğer ölçeklerle pozitif yönde, zıt özellikleri değerlendirmeyi hedefleyen diğer ölçeklerle de negatif yönde ilişkilendiğini bulmuşlardır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı birkaç farklı araştırmada .72'nin üzerinde, ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .71 olarak hesaplanmıştır (Atik ve Kemer, 2009).

Bilgi Formu: Araştırmada katılımcıların sınıf düzeyi, cinsiyet ve anne baba eğitim düzeylerini tanımlayan bilgi formu kullanılmıştır.

Verilerin Toplanması

Veri toplanmasına işlemi Konya ilinde üç ilköğretim okulunun ikinci kademe öğrencileri ile 2015–2016 eğitim-öğretim yılının ilk yarıyılı içerisinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın ölçekleri ve formu, okul yönetimi, öğretmenler ve velilerin izni alınarak araştırmacı tarafından katılımcılara yapılan bilgilendirme sonrasında 30-35 dakikalık sürelerde doldurulmuştur.

Verilerin Analizi

İstatistiksel çözümlenmelere geçmeden önce, belirlenen demografik değişkenler (cinsiyet, sınıf düzeyi ve anne baba eğitim düzeyleri) gruplandırılmış ardından öğrencilere uygulanan Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği (SDÖBÖ), Umut Ölçeği ve Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği (SİUÖ) puanlanmıştır. Daha sonra bu verilerin istatistiksel çözümlenmeleri, bilgisayar ortamında SPSS 22 paket programı ile bağımsız gruplar t testi, tek yönlü ANOVA testi, pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı, çoklu regresyon analizi hesaplamaları kullanılmıştır. Elde edilen verilerin anlamlılıkları minimum $p < ,01$ ve $p < ,05$ düzeyinde sınılandıktan sonra elde edilen bulgular araştırmanın amaçları doğrul-

tusunda tablolar halinde sunulmuştur. Bu tablolardan elde edilen bilgilerin, farklı ve benzer araştırma sonuçları ile birlikte tartışma ve yorumları yapılmıştır. Bu tartışma ve yorumlardan sonra da sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

Bulgular

Bu bölümde, sosyal duygusal öğrenme becerinin (SDÖB) alt boyutlar puanları ile sosyal ilişki unsurları (SİU) alt boyutlar puanları ve umut düzeyi puanları arasında anlamlı düzeyde ilişkiler olup olmadığına dair bulgular ele alınmıştır. Bu amaçla ergenlerin sosyal duygusal öğrenme beceri alt boyutlarının puanları ile sosyal ilişki unsurları alt boyutları ve umut düzeyleri puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla pearson momentler çarpımı korelasyon tekniği kullanılmış ve sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Ergenlerin Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri ile Sosyal İlişki Unsurları ve Umut Düzeyleri Arasındaki İlişki

SDÖB Alt Boyutları	Aile Desteği	Arkadaş Desteği	Umut Düzeyi
Problem Çözme Becerileri	.368**	.402**	.514**
İletişim Becerileri	.286**	.524**	.441**
Stresle Baş Etme Becerileri	.143**	.202**	.312**
Kendilik Değerini Artırma Becerileri	.404**	.417**	.506**

* $p < .05$

** $p < .01$

Tablo 2 incelendiğinde ergenlerin SDÖB problem çözme becerileri alt boyutu ile SİU aile desteği alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .368$, $p < .05$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SDÖB iletişim becerileri alt boyutu ile SİU aile desteği alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ($r = .286$, $p < .05$) anlamlı bir ilişki saptanmıştır. SDÖB stresle baş etme becerileri alt boyutu ile SİU aile desteği alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ($r = .143$, $p < .05$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SDÖB kendilik değerini artırma becerileri alt boyutu ile

SİU aile desteği alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .404$, $p < .05$) anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Ergenlerin SDÖB problem çözme becerileri alt boyutu ile SİU arkadaş desteği alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .402$, $p < .05$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SDÖB iletişim becerileri alt boyutu ile arkadaş desteği alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .524$, $p < .05$) anlamlı bir ilişki saptanmıştır. SDÖB stresle baş etme becerileri alt boyutu ile SİU arkadaş desteği alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ($r = .202$, $p < .05$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SDÖB kendilikdeğerini artırma becerileri alt boyutu ile arkadaş desteği alt boyutu arasında ise orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .417$, $p < .05$) anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Ergenlerin SDÖB problem çözme becerileri alt boyutu ile umut düzeyi arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .514$, $p < .05$) anlamlı ilişki bulunmuştur. SDÖB iletişim becerileri alt boyutu ile umut düzeyi arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .441$, $p < .05$) anlamlı ilişki, SDÖB stresle baş etme becerileri alt boyutu ile umut düzeyi arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .312$, $p < .05$) anlamlı ilişki, SDÖB kendilik değerini artırma becerileri alt boyutu ile umut düzeyi arasında orta düzeyde pozitif yönlü ($r = .506$, $p < .05$) anlamlı ilişki saptanmıştır.

Ergenlerin Sosyal İlişki Unsurları ve Umut Düzeyleri, Sosyal Duygusal Öğrenme Becerilerini Yordamakta mıdır?

Ergenlerin sosyal ilişki unsurları (SİU) ve umut düzeylerinin SDÖB'ni anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde sosyal ilişki unsurları ve umut düzeyleri puanları, SDÖB problem çözme becerileri alt boyutu puanlarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($R = .571$, $R^2 = .326$, $F = 89,63$, $p < .01$). Sosyal ilişki unsurlarını oluşturan aile ve arkadaş desteği alt boyutları ve umut düzeyi problem çözme becerilerindeki toplam varyansın %33'ünü açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde, aile desteği ($\beta = .203$), arkadaş desteği ($\beta = .178$) ve umut düzeyinin ($\beta = .427$) problem çözme becerileri üzerinde önemli bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Tablo 31. Ergenlerin Sosyal İlişki Unsurları ve Umut Düzeylerinin Sosyal Duygusal Öğrenme Becerilerini Yordayıp Yordamadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

SDÖB Alt Boyutlar	Değişkenler	R	R ²	F	β	t
Problem Çözme Becerileri	Aile Desteği				,203	3,73**
	Arkadaş Desteği	,571	,326	89,63	,178	4,79**
	Umut Düzeyi				,427	9,66**
İletişim Becerileri	Aile Desteği				,024	,54
	Arkadaş Desteği	,581	,338	94,31	,316	10,32**
	Umut Düzeyi				,251	6,88**
Stresle Baş Etme Becerileri	Aile Desteği				,003	,46
	Arkadaş Desteği	,323	,104	21,51	,085	1,98*
	Umut Düzeyi				,308	6,03**
Kendilik Değerini Artırma Becerileri	Aile Desteği				,288	4,86**
	Arkadaş Desteği	,582	,340	94,70	,204	5,04**
	Umut Düzeyi				,438	9,06**

* $p < ,05$

** $p < ,01$

Sosyal ilişki unsurları ve umut düzeyleri puanlarının SDÖB iletişim becerileri alt boyutu puanlarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($R = ,581$, $R^2 = ,338$, $F = 94,31$, $p < ,01$). Sosyal ilişki unsurlarını oluşturan aile ve arkadaş desteği alt boyutları ve umut düzeyleri iletişim becerilerindeki toplam varyansın %34'ünü açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde, arkadaş desteği ($\beta = ,316$) ve umut düzeyinin ($\beta = ,251$) iletişim becerileri üzerinde önemli bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Sosyal ilişki unsurları ve umut düzeyi puanlarının SDÖB stresle baş etme becerileri alt boyutu puanlarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($R = ,323$, $R^2 = ,104$, $F = 21,51$, $p < ,01$). Sosyal ilişki unsurlarını oluşturan aile ve arkadaş desteği alt boyutları ve umut düzeyleri stresle baş etme becerilerindeki toplam varyansın %10'unu açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde, arkadaş desteği ($\beta = ,085$) ve umut düzeyinin ($\beta = ,308$) stresle baş etme becerileri üzerinde önemli bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Sosyal ilişki unsurları ve umut düzeyleri puanlarının SDÖB kendilik değerini artırma becerileri alt boyutu puanlarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($R = ,582$, $R^2 = ,340$, $F = 94,70$, $p < ,01$). Sosyal ilişki unsurlarını

oluşturan aile ve arkadaş desteği alt boyutları ve umut düzeyleri kendilik değerini artırma becerilerindeki toplam varyansın %34'ünü açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde, aile desteği ($\beta = ,288$), arkadaş desteği ($\beta = ,204$) ve umut düzeyinin ($\beta = ,438$) kendilik değerini artırma becerileri üzerinde önemli bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Ergenlerin Sosyal Duygusal Öğrenme Becerilerinin, Sosyal İlişki Unsurları ve Umut Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışma ve Yorumu

SDÖB ölçeğinin problem çözme alt boyutu ve kendilik değerini artıran beceriler alt boyutları ile SİÜ ölçeğinin aile desteği alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönlü, SDÖB stresle baş etme ve iletişim becerileri alt boyutları ile SİÜ ölçeğinin aile desteği alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır. Bu sonuç, aile desteğinin SDÖB iletişim ve stresle baş etme becerileri alt boyutu üzerinde az da olsa olumlu etkisi olduğunu göstermektedir.

Merter (2013) tarafından yapılan çalışmada; çocuğun ailesinden gördüğü destek ile sosyal duygusal öğrenme becerileri stresle başa çıkma becerileri ve kendilik değerini arttıran beceriler alt boyutları açısından anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SDÖB ile aile desteği arasındaki bu anlamlı ilişki bu araştırma bulgularını desteklemektedir. Budak'ın (1999) yaptığı çalışmada lise öğrencilerinin ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyi arttıkça problem çözme becerilerinin de arttığını tespit etmiştir. Bu araştırma bulgularını destekleyen bir çalışma da Demirtaş (2007) tarafından yapılmıştır. Demirtaş (2007) çocuk ve ergenlerde yalnızlık ve stresle başa çıkma ilişkisini araştırdığı çalışmasında, öğrencilerin yalnızlık düzeyinin arttıkça stresle başa çıkma düzeylerinin de azaldığını ve algıladıkları aile sosyal destek düzeyleri ve genel sosyal destek düzeylerinin de arttıkça stresle baş etme becerilerinin de arttığını bulmuştur.

SDÖB Ölçeğinin problem çözme, iletişim ve kendilik değerini artıran beceriler alt boyutları ile SİÜ Ölçeğinin arkadaş desteği alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeğinin stres alt boyutu ile Sosyal İlişki

Unsurları Ölçeğinin arkadaş desteği alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Aile ve arkadaş desteği ile SDÖB arasında düşük çıkan stresle baş etme becerisi hariç diğer alt boyutlarda orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuş olması önemlidir. Bu aile ve arkadaş desteğinin bireyin SDÖB üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir. Bu konuda Budak (1999) aile ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin, ergenlerde olumlu etkileri olduğunu, Ünüvar (2003) ise ergenlerin, akranlarından algıladıkları sosyal destek algısının artmasının onların problem çözme becerilerini olumlu yönde arttırdığını tespit etmiştir. Bu bulguların yanında ergenlerin algıladıkları aile desteği, ergenlerin okul başarılarının artmasına katkısı olmaktadır. Bunun aksine ergenlerin aileleri ile sorunlar yaşamaları (ailenin ergeni ders çalışmaya zorlaması, ergenle ilgilenmemek, ergenden potansiyelinin üzerinde başarı beklenmesi, aile içi geçimsizlikler) okul başarılarının azalmasına sebep olabilmektedir (Yıldırım 2006). Bu bulgular aile ve arkadaş desteğinin ergenlerin sosyal duygusal öğrenme becerileri yanında başkaca yeterlilikler kazanmalarında da önemli olduğunu göstermektedir.

SDÖB Ölçeğinin bütün altboyutlarının (problem çözme, iletişim, stresle başa çıkma ve kendilik değerini artıran becerilerinin) umut düzeyleri ile arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Türküm (2002) yaptığı çalışmada stresle başa çıkma ile umutsuzluk düzeyi arasında negative yönde anlamlı ilişki bulmuştur. Bingham (2004; akt; Totan, 2011) her ne kadar problem çözmenin bir genel yetenek olarak değerlendirilse de aslında problem çözüme bireyin umut içinde olmasının önemine işaret etmiştir. Gilman ve Huebner'in (2006; akt; Cihangir Çankaya ve Meydan, 2018) yaptığı çalışmada yaşam doyumu yüksek olan ergenlerin umut, özsaygı ve içsel kontrol odağı düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgular umut duygusunun bir çok sosyal beceride önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Umut düzeyi yükseldikçe bireylerin problem çözme, stresle başa çıkma, iletişim ve kendilik değerini artıran beceriler konusunda daha yetkin olabileceği anlaşılmaktadır..

Kabakçı ve Totan (2013) SDÖB'nin Çok Boyutlu Yaşam Doyumuna ve Umuda Etkisi çalışmalarında, sosyal duygusal öğrenme becerileri ile

özgüvenin yaşam doyumunu, sosyal duygusal öğrenme becerilerinin ise umut üzerinde pozitif yönde olumlu etkisi olduğunu ve yordadığını belirlemiştirlerdir. Aynı çalışmada SDÖB alanlarının öğrencilerin umutlarını ne düzeyde açıkladığını belirlemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi bulgularına göre bağımsız değişkenler olarak iletişim becerileri, stresle başa çıkma, kendilik değerini artıran becerilerle, SDÖB'nin umudu toplam varyansın %35'i ile açıkladıkları ortaya çıkmıştır ($R^2 = .35$). Bir diğer SDÖ becerisi olan problem çözme becerilerinin ise regresyon modeline dâhil olamadığını saptamışlardır. Bu sonuçlar ergenlerin SDÖB ile umut düzeyi ilişkisinde problem çözme becerileri alt boyutu hariç diğer alt boyutlarda bu çalışmada ulaşılan bulguları desteklemektedir. Yılmaz (2017) tarafından yapılan çalışmada da ergenlerin umut düzeyi ile okul türleri ve sınıf düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Atik ve Erkan Atik (2017) akademik öz-yeterlik, problem çözme, cinsiyet ve yaş değişkenlerinin lise öğrencilerinin sürekli ve durumluk umut düzeylerini ne derece yordadığını incelemiştirlerdir. Umut düzeyleri yüksek olan öğrencilerin akademik öz-yeterlik inanç düzeyleri ve problem çözme beceri düzeyleri daha yüksek olduğu yönünde bulgulara ulaşılmıştır.

Bu sonuçlar umut duygusunun birçok alanda ergenlerin yeterlilik duygusunu artırdığını ve desteklediğini ortaya koymaktadır. Ayrıca bu araştırma sonucu; alan yazındaki umut düzeyinin önemine dair beklenti ve düşünceleri doğrulayıcı niteliktedir. Çünkü umut düzeyi, bireyin beklenti ve hedeflerini ifade ederken SDÖB'ne de olumlu katkıları olduğunu düşündürmektedir.

Ergenlerin Sosyal İlişki Unsurlarının ve Umud Düzeyinin, Sosyal Duygusal Öğrenme Becerilerini Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Sosyal ilişki unsurları ve umut düzeyleri puanlarının sosyal duygusal öğrenme becerilerinin bütün alt boyutları üzerinde problem çözme becerileri, iletişim becerileri, stresle baş etme becerileri ve kendilik değerini artıran becerileri üzerinde yordayıcı ve açıklayıcı olduğu bulunmuştur. Regresyon katsayısı incelendiğinde sosyal ilişki unsurları ve umut düzeylerinin en fazla SDÖB alt boyutlarından iletişim becerileri ve

kendilik değerini artıran becerileri yordadığı saptanmıştır. Bunu sırasıyla problem çözme becerileri ve stresle baş etme becerileri izlediği bulunmuştur.

Bu sonuçlar sosyal ilişki unsurları aile ve arkadaş desteği ile umut düzeylerinin SDÖB problem çözme, iletişim becerileri, stresle baş etme becerileri ve kendilik değerini artırma becerileri üzerinde yordayıcı ve açıklayıcı olduğunu göstermektedir. SİU aile desteği alt boyutunun SDÖB problem çözme ve kendilik değerini artıran becerileri yordadığı görülürken, iletişim ve stresle baş etme becerilerini ise yordamadığı saptanmıştır. SİU arkadaş desteği alt boyutu ile umut düzeyleri puanlarının SDÖB'nin bütün alt boyutları üzerinde yordayıcı ve açıklayıcı olduğu bulunmuştur.

İlgili literatür incelendiğinde ergenlerin sosyal ilişki unsurları ile SDÖB'ni doğrudan inceleyen araştırma bulgularına rastlanmamıştır. Fakat Çamurlu (2018) ortaokul 8. Sınıf öğrencilerinde algılanan aile desteği, iyilik hali ve sınava ilişkin tutumları ile TEOG başarısı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında iyilik hali, sınav kaygısı (tutumu) ve algılanan aile desteği ile TEOG başarısı arasında anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğunu bulmuştur. Bu bulgular ergenlerde algılanan aile desteği arttıkça TEOG başarısının arttığı yönündedir.

Benzer bir çalışmada Kabakçı ve Totan'ın (2013) ergenlerin umut düzeylerinin SDÖB'ni yordadığına dair bulguları bu araştırma sonuçlarını desteklemektedir. İlgili literatür incelendiğinde ergenlerin umut düzeyi ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen başka çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat Yılmaz (2017) ortaokul öğrencilerinin akademik başarılarının yordanmasında umut ve yaşam doyumlarını incelemiş ve yapılan regresyon analizleri sonucunda başarıyı yordamada yaşam doyumunun değil de umudun önemli bir yordayıcı olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

Ergenlerde umut, Batı ülkelerinde sık çalışılan konular arasında yer alırken; Türkiye'de ise ergenlerde umudungöreceli olarak yeni bir araştırma konusu olduğu ve çoğunlukla son 15 yıl içerisinde yoğun bir şekilde çalışıldığı görülmektedir (Atik ve Erkan Atik, 2017). Fakat bu çalışmaların önemli bir kısmı sınav kaygısı, öznel iyi oluş, akademik erteleme, benliksaygısı gibi konulardır. Alan yazında yapılmış araştırma

ve çalışmalar incelendiğinde de az da olsa umutla ilgili çalışmaların olduğu görülürken ergenlerin SDÖB ile umut düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen başka araştırmalara rastlanılmamıştır.

Sonuç

Ergenlerin SDÖB alt boyutları ile SİU aile ve arkadaş desteği alt boyutları arasında orta ve düşük pozitif düzeyde, umut düzeyleri arasında ise orta düzeyde pozitif anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ergenlerin SİU aile desteğinin SDÖB problem çözme ve kendilik değerini artıran beceriler alt boyutlarını, SİU arkadaş desteği alt boyutuyla umut düzeylerinin ise SDÖB'nin bütün alt boyutlarını yordadığı ve açıklayıcı olduğu bulunmuştur.

Araştırmada elde edilen bu bulgular ışığında aşağıdaki önerilere yer verilmiştir:

1. Bu araştırma Konya ili merkez ilçelerinde öğrenim gören 6, 7 ve 8. sınıf öğrencileri ile yapılmıştır. Bu araştırmanın değişik şehirlerde öğrenim gören öğrencileriyle tekrarlanması araştırmanın genelleşebilmesine katkı sağlayabilir.
2. Ergenlerin SDÖB'nin aile ve arkadaş desteği ile ilişkisinin pozitif yönde çıkmış olması ergenlerin aile ve arkadaş desteği yönünden desteklenmesi gerektiğini göstermektedir. Bu nedenle ergenlerin sosyal becerileri, sosyalleşmeleri, aile içi iletişim ile aile ve akran desteğinin artırılması faydalı olabilir.
3. Ergenlerin SDÖB ile umut düzeyleri arasında anlamlı ilişki çıkmış olması eğitimciler ve ebeveynlerin bu konuda ergenleri daha çok destekleyecek yaklaşım, etkinlik ve programlara yer vermesi gerektiği görülmektedir.
4. Okullarda da önleyici/gelişimsel rehberlik programları ve çalışmalarını kapsamında öğrencilere SDÖB eğitimleri düzenlenebilir. Bu amaçla öncelikle öğrencilerin ihtiyaçlarının belirlenmesi için hangi sosyal duygusal öğrenme beceri alanlarında yetersizlik yaşadığı ve gelişmeye ihtiyacı olduğu okul genelinde test ve anket çalışmalarıyla tespit edilebilir. Bu doğrultuda okul temelli rehberlik önleme çalışmaları planlanırken, öğrenciler tespit edilen sosyal duygusal öğrenme becerileri konusunda desteklenebilir.

EXTENDED ABSTRACT

Examination of Adolescent's Social Education Learning Skills with Provision of Social Relationship and Level of Hope

*

Kerim Candan – Ali Fuat Yalçın

Ministry of National Education / Necmettin Erbakan University

Adolescence is a period having important effects of the life of the individual. There are important consequences of developmental tasks, needs and experiences during these years of life in the lives of adolescents. While carrying out these developmental tasks, the conflicts, dilemmas, and difficulties experienced by adolescents reveal that they will need social emotional learning skills (SELS). These skills basically consist of four components: they are problem solving, coping with stress, self-esteem and communication skills. However, SEL skills help adolescents in performing their developmental tasks and contribute in developing and preparing them for the future. Indeed, the SELs are the healthy and successful social relationships, and aim at bringing the individual in revealing psychological well-being and school success, because it is considered that, in adolescences, the SELS (problem solving, coping with stress, communication skills and skills increasing self-esteem) will be the basis of struggling with life and developing methods to cope with the problems they encountered. Secondary school years are the important developmental period in which personality and the future of the individual take form. Therefore, there might be important benefits of the studies on the development of SELS in the life of the person during the secondary school years. When examining the literature, although there are different studies in which the correlations between different variables and SELS were examined, any study examining the correlation be-

tween SELS and provision of social relations and level of hope could not be found.

In this study in which it is attempted to find to what extent the family and friend support and hope are important in developing SELS, the correlation between the Social Emotional Learning Skills (SELS) of the adolescences and the provision of social relations and level of hope are examined. With this study, it is attempted to attract attention to the relations with social support sources considered to be effective on SELS and the sense of hope expressing optimism for the future. For this purpose, “the “relational screening model which is a descriptive research model is used in the study. The sample of the study consisted of Grade 6, 7 and 8 students in the central districts of Konya city in the 2015-2016 academic year. 217 of the participants were in grade 6 (38.8%), 203 in grade 7 (36.3%), and 139 in grade 8 (24.7%).In the study, it was used the Social Emotional Learning Skills Scale (SELSS) developed by Kabakçı (2006), the Provision for Social Relations (PSR) Scale developed by Turner, Frankel and Levin (1983) and adapted to the Turkish by Duyan, Gelbal and Var (2013 to measure provision for social relations; the Children’s Hope Scale developed by Snyder et al, (1997) and adapted to Turkish by Atik and Kemer (2009) to measure the Level of Hope. Within the scope of the study, the SELS Scale, the Provision for Social Relations (PSR) Scale, the Children’s Hope Scale and the personal information form were applied by the researcher himself/herself, after having necessary consents. In the study, relationship between SELS of the adolescences and THE Provision for Social Relations (PSR) and level of hope was examined by the Pearson’s Moments Multiplication Correlation and whether or not PSR family and friend support and level of hope predicted the SELS by the regression analysis.

The results obtained as a result of study can be summarized as follows: it was found a moderately significant positive correlation between the sub-dimensions SELS problem-solving skills and the skills increasing the self-esteem and the sub-dimension of PSR family support, but lowly significant positive correlation was found between the sub-dimensions of SELS skills of coping with stress and communication skills sub-dimensions and the sub-dimensions of PSR family support. It was found a moderately significant positive correlation between SELS sub-

dimensions of adolescents' problem solving skills, communication skills and the skills increasing the self-esteem and PSR family support sub-dimension, but however, it was found lowly significant positive correlation between the sub -dimension of the SELS skills of coping with stress and the sub-dimension of PSR friend support. It was found a moderately significant positive correlation between the SELS sub-dimensions of adolescents' problem solving skills, communication skills and the skills increasing the self-esteem and the sub-dimension of level of hope. When examining the literature in which there is a positive correlation between the subscales of the SELS and family support, it is observed that it is supported by the findings in the body of literature. Similarly, the finding on that the correlation between the sub-dimensions of SELS and friend support is positive shares similarities to the literature and to the findings in the body of literature. The findings of the correlation between SDLT and hope level were similar with the findings of similar studies. These results reveal the fact that the sense of hope is important in increasing the SDLT of adolescents in many areas. And the findings of correlation between the SELS and the level of hope that is another variable show parallelism with the similar findings of study. These results reveal the fact that the sense of hope is important in many areas in increasing the SELS in adolescents .

When examining whether or not the Provision of Social Relations (PSR) of adolescents significantly predicted the SELS; while it is seen that family support sub-dimension of the Provision for Social Relations predicted the SELS sub-dimension of problem-solving and skills increasing the self-esteem, it was found that it did not predict the communication skills and skills of coping with stress. And the scores between friend support sub-dimension of the Provision for Social Relations and level of hope were found to be predictor and descriptor on all the sub-dimensions of the SELS. The results of similar studies, in which the level of hope of the adolescents predicted the SELS, support each other with the results of this study.

This study was conducted with Grade 6, 7 and 8 students in the central districts of Konya city and its repetition with adolescents studying in different cities may contribute to the generalizability of study. The posi-

tive correlation of adolescents with the SELS's family and friend support shows that adolescents must be supported in terms of family and friend support. Therefore, it might be useful to increase the social skills, socialization, intra-family communication and family and peer support of adolescents. The significant positive correlation between the SELS and level of hope reveals that educators and parents should allow for approaches, activities and programs that will support adolescents more in this regard.

Kaynakça/References

- Akman, Y. ve Korkut, F. (1993). Umud ölçeği üzerine bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9, 193 – 202.
- Arslan, Y. (2009) *Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile sosyal problem çözüme arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Atak, H. (2011). Kimlik gelişimi ve kimlik biçimlenmesi: kuramsal bir değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(1), 163–213
- Atik G. ve Erkan Atik, Z. (2017). Lise öğrencilerinin umut düzeylerinin yordanması: akademik öz-yeterlik ve problem çözmenin rolü. *Eğitim ve Bilim*, 42(190), 157–169.
- Atik, G. ve Kemer, G. (2009). Çocuklarda umut ölçeğinin psikometrik özellikleri: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *İlköğretim Online*, 8(2), 379-390.
- Aydoğan, S. (2010). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin umut ve benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. S. Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Baltacı, Ö. (2010). *Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, sosyal destek ve problem çözüme yaklaşımları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Baştürk, D. (2002). *Ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerde algılanan sosyal desteğin, akademik başarı üzerine etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Budak, S. (2017). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

- Candan, K. (2015) *Ebeveyn Notları*. Konya: Tebeşir Yayınları.
- Cihangir Çankaya Z. ve Meydan B. (2018). Ergenlik döneminde mutluluk ve umut. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17 (65), 207-222.
- Coryn, C.L.S., Spybrook, J.K., Evergreen, S.D.H. ve Blinkiewicz, M. (2009). Development and evaluation of the social-emotional learning scale. *Journal of psychoeducational assessment online first*, 1,13.
- Cicchetti, D., & Toth, S. (1998). Çocuk ve gençlerde depresyonun gelişimi. (Çev: S. Kazak Berument). *Türk Psikoloji Bülteni*, 4(10), 105-112.
- Çamurlu A. (2018). *Ortaokul sekizinci sınıf öğrencilerinde algılanan aile desteği, iyilik hali ve sınavla ilişkin tutumları ile TEOG başarısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi. Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demirtaş, A. S. (2007). *İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri ile stresle başa çıkma düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Durualp, E. (2014). *Ergenlerin sosyal duygusal öğrenme becerilerinin cinsiyet ve sınıfa göre incelenmesi*. International Journal of Social Science: <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2326>, 28 Aralık 2016 tarihinde indirildi.
- Duyan, V., Gelbal, S. ve Var, E. Ç. (2013). Sosyal ilişki unsurları ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 159-169.
- Elbertson, N. A., Brackett, M. A., ve Weissberg, R. P. (2010). *School-based social and emotional learning (SEL) programming: Current perspectives*. Springer Netherlands: In second international handbook of educational chang.
- Esenay, F. (2007). *Sağlıklı ve kanserli ergenlerde umut*. Yayımlanmamış Doktora tezi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Gardiner, H. W. ve Gander, M. J. (2007). *Çocuk ve ergen gelişimi (Çevirmen; Ali Dönmez, Bekir Onur, H. Nermin çelen)*. Ankara: İmge Yayınevi.
- Hortaçsu, N. (1997). *İnsan ilişkileri*. İstanbul: İmge Yayınevi.
- İnanç, B.Y., Bilgin, M. ve Atıcı, M. (2004). *Gelişim psikolojisi: Çocuk ve ergen gelişimi (1. Basım)*. Adana: Nobel Yayınevi.

- Kabakçı, Ö.F. (2006). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kabakçı, Ö.F. ve Owen-Korkut, F. (2010). Sosyal duygusal öğrenme becerileri ölçeği geliştirme çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 35(157), 152–166.
- Kabakçı, Ö.F. ve Totan, T. (2013) Sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin çok boyutlu yaşam doyumuna ve umuda etkisi. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 6(1), 40–61
- Karasar, N. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler* (On sekizinci baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 172 (231–256 s.)
- Körler, Y. (2011). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından yalnızlık düzeyleri ve yalnızlık ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiler*, Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Merter, K. (2013). *Ortaokul öğrencilerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi (Maltepe İlçesi Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi. T.C. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Norris, J. (2003). Looking at classroom management through a social and emotional learning lens. *Theory into Practice*, 42(4), 313-318.
- Onur, B. (1995). *Ergenliği anlamak*. Ankara: İmge Yayınevi
- Pasi, R. J. (2001). *Higher expectations promoting social emotional learning and academic achievement in your school*. New York: Teacher College Press.
- Payton, P. J., Wardlaw, D. M., Graczyk, P. A., Bloothworld, M. R., Tompsett, C. J., ve Weissberg, R. P. (2000). Social and emotional learning: A framework for promoting mental health and reducing risk behavior in children and youth. *Journal of School Health*, 70 (5), 179-185.
- Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring and nurturing hope. *Journal of Counseling & Development*. 73, 355–360.

- Tarhan, S. & Bacanlı, H. (2016). İlkokuldan üniversiteye umut kavramının tanımlanması üzerine nitel bir çalışma. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 4(2), 86-113
- Tıraş, Z. ve Arslan, E. (2013). Ergenlerde sosyal yetkinliğin, algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. *Elementary Education Online*, 12(4), 1133-1140. Elementary Education Online: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/ilkonline/article/viewFile/5000037748/5000036606> adresinden 11 Aralık 2017'de indirildi.
- Totan, T. (2011). *Problem çözme becerileri eğitim programının ilköğretim 6. sınıf öğrencilerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerine etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Türk Dil Kurumu, a. *Türk Dil Kurumu*. Güncel Türkçe Sözlük: http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5a784ede189093.78470793 adresinden 20 Ekim 2017'de alındı
- Türküm, A.S. (2002). Stresle başa çıkma ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, II(18), 25-30
- Türnüklü, A. (2004). Okullarda sosyal ve duygusal öğrenme. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 37, 150-151.
- Umut Pakkal, F. (2007). *Okul öncesi eğitim alan ergenlerin, sosyal benlik değerlerinin problem çözme becerisine etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ünüvar, A. (2003). *Çok yönlü algılanan sosyal desteğin 15-18 yaş arası Orta öğretim öğrencilerinin problem çözme becerisine ve benlik saygısına etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yıldırım, İ. (2006). Akademik başarının yordayıcısı olarak gündelik sıkıntılar ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, 258-267.

Yılmaz, E. (2017). *Ortaokul öğrencilerinin akademik başarılarının yordanmasında umut ve yaşam doyumlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Kaynakça Bilgisi / Citation Information

Candan, K. ve Yalçın, A. F. (2018). Ergenlerin sosyal duygusal öğrenme becerilerinin sosyal ilişki unsurları ve umut düzeyi ile ilişkisinin incelenmesi. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 319-348. DOI: 10.26466/opus.468698