



GAD

GENÇLİK | araştırmaları d e r g i s i

JOURNAL OF YOUTH RESEARCH

SAYI
35

Yıl: 2025 cilt: 13

**GENÇLİK ARAŞTIRMALARI DERGİSİ /
JOURNAL OF YOUTH RESEARCH**

Cilt/Volume: 13
Sayı/Number: 35
Nisan/April 2025

Yayın Dili
Türkçe/İngilizce

ISSN 2791-8157

Gençlik Araştırmaları Dergisi uluslararası hakemli bir dergidir. Yayımlanan makalelerin sorumluluğu yazarına/yazarlarına aittir.
Journal of Youth Research is the official peer-reviewed, international journal of the Ministry of Youth and Sports of Turkish Republic. Authors bear responsibility for the content of their published articles.

Genel Koordinatör/General Coordinator
Doç. Dr. Mehmet Fatih KÖSE

Yazı İşleri Müdürü/
General Publication Director
Rahime Mercan Sarı

Teknik Editör/
Technical Editor
Zahide Çınar

**Gençlik Araştırmaları Dergisi (GAD)
ULAKBİM TR DİZİN**
(Sosyal ve Beşeri Bilimler Veri Tabanı)'de
Sorgulanmaktadır.

**T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı ve
Gençlik Araştırmaları Dergisi Adına
İmtiyaz Sahibi/Owner**
Av. Doç. Dr. Safa KOÇOĞLU

Editör/Editor
Av. Doç. Dr. Safa KOÇOĞLU
Doç. Dr. Mehmet Fatih KÖSE
Rahime MERCAN SARI

Yabancı Dil Editörü/Foreign Language Editor
John Zacharias CRIST

Yayın Kurulu/International Editorial Board*
Aylin Görgün Baran / Hacettepe Üniversitesi
Hayri ERTAN/ Eskişehir Teknik Üniversitesi
Eugene Kennedy / Louisiana State University
Yakup Bilgili / Florida State College
Tolga TEK / Selçuk Üniversitesi
Emine YÜCEL / Selçuk Üniversitesi
Hatice EKİCİ / İzmir Katip Çelebi Üniversitesi
Muhammed Erkam KOCAKAYA / İstanbul Üniversitesi
Nilgün ÖZCAN / T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı
Hasan KAVGACI / T.C. Milli Eğitim Bakanlığı
Gülsemin ERTÜRK ÇELİK / T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı
Erhan AÇAR / Çanakkale Onsekiz Mart üniversitesi

***İsme göre alfabetik sırada/**
In alphabetical order by name

Yayın Koordinatörü/Publishing Coordinator
Rahime Mercan Sarı

Tasarım Dizgi ve Uygulama/Graphic Design
Bilal Said Doğrusöz

Mizanpaj/Proofreading
Bilal Said Doğrusöz

Yayın Türü/Type of Publication
Yaygın Süreli Yayın/Peer Reviewed Academic Journal

Yayın Periyodu/Publishing Period
Dört ayda bir (Nisan, Ağustos, Aralık aylarında) yayımlanır/
Three times a year (April, August, December)

Ankara - Nisan 2025/Ankara April 2025

Dergi Atıf Adı/Journal Name
Gençlik Arş. Derg./Journal of Youth Research



Yönetim Yeri/Management Location
T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı
Eğitim, Araştırma ve Koordinasyon
Genel Müdürlüğü
Örnek Mahallesi, Oruç Reis Caddesi No:13 Altındağ,
Ankara Telefon: 444 0 472
e-mail: genclikarastirmalari@gsb.gov.tr
web: <http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr>

İçindekiler Table of Contents

İNCELEME / ARAŞTIRMA	
Cicero'nun Yükümlülükler Üzerine Adlı Eserinde Gençlerin Ahlakî Eğitimi <i>Moral Education of Young People in Cicero's Work "On Duties"</i> Turgay Ovalı	01 15
ANALYSIS / RESEARCH	
Negative Problem Orientation and Wellbeing in Emerging Adulthood: The Mediating Roles of Optimism and Resilience <i>Beliren Yetişkinlikte Olumsuz Problem Yönelimi ve İyi Hali: İyimserlik ve Dayanıklılığın Aracı Rolü</i> Mehmet Avcı	19 29
İNCELEME / ARAŞTIRMA	
Ergenlerin İletişim Becerilerinin ve Öfke İfade Tarzlarının Değerlendirilmesi <i>Evaluation of Adolescents' Communication Skills and Anger Expression Styles</i> Cihangir Karakaya & Mehmet Başçılar	34 47
İNCELEME / ARAŞTIRMA	
Ne Eğitimde Ne İstihdamda Olan Gençlerin (NEET) Yaşam Deneyimleri: Zorluklar Gereksinimler ve Beklentiler <i>Life Experiences of Not in Education, Employment or Training (NEET) Young People: Challenges, Needs and Prospects</i> Menekşe Şahin & Gökhan Boduroğlu	54 69
İNCELEME / ARAŞTIRMA	
10-27 Yaş Arası Genç Sporcularda Zihinsel Antrenman Algı Düzeyinin Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerilerine Etkisi <i>The Effect of Mental Training Perception Level on Coping Skills with Sports Problems in Young Athletes Between the Ages of 10 and 27</i> Yunus Emre Büyükbasmacı	74 87
İNCELEME / ARAŞTIRMA	
Yazarlara Notlar <i>Notes for Writers</i>	93 95



Copyright © 2025 T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı
http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/
Gençlik Araştırmaları Dergisi • Nisan 2025 • 13(35) • 1-14

ISSN 2791-8157

Başvuru | 10 Tem 2024

Kabul | 20 Ağustos 2024

Cicero'nun *Yükümlülükler Üzerine* Adlı Eserinde Gençlerin Ahlaki Eğitimi

Turgay Ovalı*

Öz

Cicero'nun, Atina'da felsefe eğitimi alan küçük oğlu Marcus Minor Cicero için mektup biçiminde yazdığı *Yükümlülükler Üzerine* (*De Officiis*) adlı eseri gençlerin ahlaki eğitimine dair birçok unsuru içermektedir. Bugün pek revaçta olmayan bu eser, birtakım nedenlerden ötürü göz ardı edilmektedir. Hâlbuki Cicero gençlerin ahlaki eğitimi konusunda hatırlanması gereken bir figürdür. Bu çalışma, retorik dehası ile sağlam etik ve ahlaki kurallar arasındaki bağlantı kurma konusunda başarıları nedeniyle Cicero'nun hakkını teslim etmeyi amaçlamaktadır. Cicero'nun *Yükümlülükler Üzerine* adlı eserinin çoğunlukla genç öğrenciler için taşıdığı potansiyel nedeniyle, eğitim ortamlarında günümüz dünyasının bir parçası olması gerektiği düşünülmektedir. Bu çalışma, gençlerin ahlak eğitimi konusunda Cicero'nun ve özellikle *Yükümlülükler Üzerine*'sinin yeniden ele alınmasını tavsiye etmektedir. Bu amaçla, Cicero'nun adı geçen eseri başta olmak üzere ahlak felsefesine dair yazıları incelenmiş ve gençlerin ahlaki eğitimine dair tavsiyelerine yer verilmiştir. Doğası gereği çalışmanın yönteminde ciddi bir literatür taraması tercih edilmiştir. Çalışma, bir bütün olarak eserde sunulan ahlaki yükümlülükleri daha iyi değerlendirebilmek için Cicero'nun çalışmasını kaleme aldığı dönemdeki tarihsel bağlam, Cicero'nun temel siyasi kaygıları, eserinde ele aldığı ahlak felsefesi, esinlendiği kaynaklar açısından eserdeki felsefi ekoller ve gençlere yönelik öğütleri şeklinde kurgulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Cicero, *Yükümlülükler Üzerine*, Etik ve Ahlaki Gelişim, Gençlerin Eğitimi

* Dr. Arş. Gör., İstanbul Medeniyet Üniversitesi, İstanbul, Türkiye. turgay.ovalı@medeniyet.edu.tr, ORCID: 000-0001-9782-4548

Abstract

Cicero's work *On Duties* (*De Officiis*), which is in the form of a letter written to his son Marcus Minor Cicero, who was studying philosophy in Athens, contains many elements regarding the moral education of young people, especially his younger son. This work, which is not very popular today, is ignored for some reasons. However, Cicero is a figure that should be remembered regarding the moral education of young people. This work is an attempt to do justice to Cicero regarding the connection between his rhetorical genius and strong ethical and moral rules. Our study is based on the thought that Cicero's *On Duties* should become a part of the known world in educational settings, mostly because of its potential for young students. The aim of the article is to recommend a new look at Cicero and especially *On Duties*. For this purpose, Cicero's writings on moral philosophy, especially the aforementioned work, were examined and his recommendations on the moral education of young people were presented. Due to its nature, a serious literature review is preferred in the method of the study. As a whole, the study is structured as the historical context of the period in which Cicero wrote his work, Cicero's main political concerns, the moral philosophy he addressed in his work, the philosophical schools in the work in terms of the sources Cicero was inspired by, and his advice to young people, in order to better evaluate the moral obligations presented in the work.

Keywords: Cicero, On Duties, Ethical and Moral Development, Education of Young People

Giriş

Geç Roma Cumhuriyeti'nin fırtınalı döneminin en etkili figürlerinden biri olan Marcus Tullius Cicero¹, tarih boyunca farklı kültürler ve disiplinler tarafından büyük ölçüde yorumlanmıştır. Cicero üzerine yapılan çalışmaların çoğu onun kamusal hayattaki rolü, retorikteki büyük yeteneği ya da felsefi yazılarıyla ilgilidir². Bu önemli çalışmalar, Cicero'nun mirasının bir başka yönü olan gençlerin etik ve ahlaki gelişimine yönelik büyük endişesini merkeze alarak yazılmamışlardır. Cicero'nun gençler hakkındaki endişesi, M. Ö. 44 yılının sonbaharında, Cicero'nun son büyük eseri *Yükümlülükler Üzerine*'de tam ifadesini bulmuştur. Türkçeye 2011 yılında çevrilen *Yükümlülükler Üzerine*, Cicero'nun iyi bir yaşam için ahlaki yükümlülükleri yerine getirmenin en iyi yolu hakkındaki anlayışını açıkladığı üç kitaptan oluşan bir incelemedir. Eser, birinci kitapta neyin onurlu olduğunu, ikinci kitapta neyin kişinin yararına olduğunu ve üçüncü kitapta onur ve özel çıkar çatıştığında ne yapılması gerektiğini tartışır. İlk iki kitap için Cicero, Stoacı filozof Rodoslu Panaetius'a (M.Ö. 185-110) bağlı kalmış ancak üçüncü kitabı daha bağımsız bir şekilde kaleme almıştır. Eser, oğlu Marcus Minor'a, genç adamın felsefe eğitimi almak üzere Yunanistan'da bulunduğu bir dönemde yazılmıştır. Cicero'nun gençler hakkındaki endişesi, M. Ö. 44 yılının sonbaharında, Cicero'nun son büyük eseri *Yükümlülükler Üzerine*'de tam ifadesini bulmuştur.

- 1 Cicero, M.Ö. 106'da Roma dışında doğdu. Zengin bir ailede doğan Cicero orduda görev yaptıktan sonra Roma hukuku eğitimi aldı. Roma'nın başlıca devlet görevlerinden her birine seçilerek siyasi bir aileden gelmeden en yüksek konsül rütbesine ulaşan en genç vatandaş oldu. Cicero kariyeri boyunca Roma Cumhuriyeti'ne sadık kaldı. Birinci Üçlü Yönetim olarak bilinen ittifakın Cumhuriyet'in ilkelerine ve Senato'nun otoritesine doğrudan aykırı olduğunu düşünüyordu. Bu ittifaka katılmayı reddederek kendisini siyasi düşmanlarının saldırılarına karşı savunmasız bıraktı. Clodius tribün olarak seçildiğinde, onun saldırılarından kendisini koruyacak müttefiki kalmayan Cicero, Roma'dan kaçtı ve sürgüne gitti. Clodius'un tribün olarak görev süresinin bitmesinin ardından Pompey'in sayesinde Roma'ya geri dönmesine izin verildi. Cicero, Roma'ya döndüğünde siyasetten uzak durmaya zorlandı, bu yüzden yazmaya yöneldi. *Devlet Üzerine*, *Kader Üzerine*, *Yasalar Üzerine* ve *Hitabet Üzerine* gibi felsefeyle ilgili birçok eser yazdı. Kendini üreten bir Roma yazarı olarak kabul ettirdi. Cicero, Julius Sezar'ın suikastının ardından iktidara gelen Marcus Antonius'u kınadıktan sonra halk düşmanı ilan edildi ve M.Ö. 43'te idam edildi (Everitt, 2021).
- 2 Örneğin Boissier (1897), Cicero'nun kamusal ve özel yaşamının parçalarına ve zamanında yaşayan siyasi şahsiyetlerle kurduğu ilişkiler üzerinden Sezar dönemindeki Roma toplumunun bir incelemesini yaparken; Cowell'in (1948) çalışması Roma Cumhuriyeti'nin yıkılıp imparatorluk rejiminin ortaya çıkmasına neden olan etmenleri Cicero'nun yaşamı üzerinden ele almaktadır. Mitchell (1979), Cicero'nun siyasi yaşamında siyaset düşüncesinin geliştiği ilk yıllarına odaklanmaktayken; Rawson (1975), Cicero'nun konuşmaları, denemeleri ve yazışmalarından yola çıkarak yazdığı biyografisinde, onun siyasetini ve felsefesini incelemektedir. Everitt (2021) ise Cicero biyografisinde dönemin siyasi panoramasını sunmaktadır.

Türkçeye 2011 yılında çevrilen Yükümlülükler Üzerine, Cicero'nun iyi bir yaşam için ahlakî yükümlülükleri yerine getirmenin en iyi yolu hakkındaki anlayışını açıkladığı üç kitaptan oluşan bir incelemedir. Eser, birinci kitapta neyin onurlu olduğunu, ikinci kitapta neyin kişinin yararına olduğunu ve üçüncü kitapta onur ve özel çıkar çatıştığında ne yapılması gerektiğini tartışır. İlk iki kitap için Cicero, Stoacı filozof Rodoslu Panaetius'a (M.Ö. 185-110) bağlı kalmış ancak üçüncü kitabı daha bağımsız bir şekilde kaleme almıştır. Eser, oğlu Marcus Minor'a, genç adamın felsefe eğitimi almak üzere Yunanistan'da bulunduğu bir dönemde yazılmıştır.

Yükümlülükler Üzerine, onurlu bir klasik gelenek olan baba ile oğul arasındaki yazılı iletişimin bir örneği olarak incelenmesi açısından önemlidir. Bir babanın oğlu ve gelecek nesiller için beslediği duygusal umutların tüm izlerini taşımaktadır. Aynı zamanda Cicero'nun Roma'da olup bitenler ve kaybolmakta olan siyasi vizyonu için yakıldığı ağıtları da içermektedir.

Cicero eserinde genç bir adamın ahlakî yükümlülüklerinin ana hatlarını çizerek; kariyer seçimlerinin hayattaki en zor kararlardan biri olabileceğini ve herhangi bir alandaki yeterlilikler yerine karakter gelişimini tercih ettiğini belirtmektedir ve etik davranışın bu hayatta uğruna çabalamaya değer tek asil şey olduğunu savunmaktadır. Cicero'nun bu eseri Roma'da geniş yankı uyandırmış, medeni sorumluluk ve liderlik için bir el kitabı haline gelmiştir.

Roma Cumhuriyeti'nin son dönemlerindeki sorunların pek çoğunun günümüzde hâlâ devam etmesi nedeniyle Cicero, üzerine çalışılması ve eserleri özellikle incelenmesi gereken bir düşündürdür. Bu sorunlar siyasi yozlaşma, göç politikası, vergilendirme sistemleri, toprak ve servet dağılımı, terörizmin yarattığı tehditler ve gençlerin eğitimi ile ilgilidir³. Cicero'nun son büyük eseri *Yükümlülükler Üzerine*'nin merkezinde, gençlerin etik ve ahlakî açıdan eğitilmesi konusundaki görüşleri bulunmaktadır. *Yükümlülükler Üzerine*'de Cicero, yaşam tecrübesinin birikimi olan fikirlerini, en iyi bildiği hitabet sanatını kullanarak aktarmaktadır. Cicero, eserinde oğluna hitap etmektedir ancak çok daha geniş bir kitlenin öğütlerinden ders almasının beklendiği açıktır.

Yükümlülükler Üzerine'nin en önemli mesajı, yirmili yaşlardaki bir gençten altmışlı yaşlarda başarılı bir yetişkinin anlayış, bilgi ve deneyimlerine sahip olmasının asla beklenemeyeceğidir. Dolayısıyla Cicero, Marcus Minor'a ve sonraki genç okuyuculara anlayışını, bilgisini ve deneyimlerini sunarak eğitici rolünü üstlenmektedir. *Yükümlülükler Üzerine*'de ima edilen ve gözden kaçırılmaması gereken şey pedagojik zorunluluktur. Diğer bir deyişle yaşlı kişinin böyle bir tavsiyede bulunmakla yükümlü olduğu ve genç kişinin de bunu anlamaya çalışmak ve kendini bu anlayışla geliştirmekle yükümlü olduğudur.

Cicero'nun eğitim üzerindeki etkisi konusundaki literatüre bakıldığında, bu konunun çok sayıda eserde ele alındığı, çeşitli makalelerde, tez çalışmaları ve ansiklopedik eserlerde ele alındığı görülmektedir (Gwynn, 1926; Van der Blom, 2010; La Bua, 2019). Ancak bunlar Cicero'nun gençlerin ahlakî eğitimine dair fikirlerine bir bütün olarak yaklaşan eserler değildir. Genel itibarıyla Cicero'nun yaşadığı dönemde Roma eğitim sistemine ve Cicero'nun eğitim tarihindeki etkisine değinmekte, Cicero'nun eğitiminde aldığı rol modeller üzerinde durmakta ve çoğunlukla eğitim konusunda Cicero'nun *Devlet* adlı eserine atıflarda bulunmaktadır. Bununla

3 Örneğin Kay-Bujak (2023), Cicero'nun yaşamını ele aldığı eserini bu tez üzerine kurmaktadır. Cicero'nun kariyerinin kendi zamanımız için önemli paralellikler ve dersler barındırdığına inanan Kay-Bujak, eserinde Cicero'nun çocukluğundan ihtiyarlığına yaşamının her dönemini ayrı bölümlere ayırmış ve gerekli gördüğü yerlerde günümüzde yaşanan politik sorunlardan ilgili olanları seçerek Cicero'nun yaşamıyla özdeşim kurmuştur. Cicero'nun çıkmakta olan Roma Cumhuriyeti'ni ayakta tutmak için göstermiş olduğu çabalarında, modern demokrasinin korunmasına dair dersler olduğunu düşünen Kay-Bujak, Roma'nın Geç Cumhuriyet döneminde içine düştüğü problemler ile günümüzde yaşanan sorunlar arasında paralellikler kurmaktadır. Aslında Cicero'nun değindiği sorunların günümüz dünyasında cari olduğuna dair görüşler oldukça eskidir. Örneğin Shaul (1931, s. 271-272), *Cicero and Modern Problems* isimli makalesini, makalenin yazıldığı tarihteki sorunlara cevap niteliğindeki Cicero alıntılarını bitirmektedir. Yine Ullman (1935), *Cicero and Modern Politics* isimli makalesinde dönemin sıkıntılarıyla Cicero'nun Roma'sı arasında özdeşimler kurarak Cicero'ya kulak verilmesi gerektiğini öne sürmektedir.

birlikte yapılan çalışmalarda Cicero'nun gençlerin ahlaki eğitimine dair görüşleri, parçalı bir şekilde sunulmakta ve dolayısıyla kanımızca eksik kalmaktadır. Bu çalışma, Cicero'nun *Yükümlülükler Üzerine* eserinin gençlerin ahlaki eğitimi bağlamında incelenerek Cicero'nun ahlak eğitimi konusundaki etkisini ana hatlarıyla ortaya koymayı amaçlamaktadır. *Yükümlülükler Üzerine* eserinde Cicero, zaman ve kültürel sınırların ötesinde etik davranış için standartlar sağlamaya çalışmıştır. Eserinde Cicero bir yandan oğlu Marcus Minor'a hitap ederken, diğer yandan tüm gençlerin ahlaki eğitimini hedeflemektedir.

Tarihsel Bağlam

Cicero, Roma Cumhuriyeti'nin son yıllarında siyasi çalkantıların yoğun olduğu bir dönemde yaşamıştır. Roma Cumhuriyeti'nin gerilemesi ve çöküşüyle aynı zamana denk gelmiş ve zamanının önemli siyasi olaylarının çoğunda önemli bir aktör olmuştur. Cicero'nun Roma'sı, Pompey ve Sezar gibi komutanlarının siyasi hırslarının sonucunda askeri zaferlerle toprakları durmadan büyüyen fakat başkentinde siyasi karışıklıkların, iç savaşların ve darbe girişimlerinin eksik olmadığı bir dönemdir. Örneğin, M. Ö. 63'te Cicero'nun konsül seçildiği yıl, Senatör Catilina tarafından yönetilen bir komplo Cumhuriyeti devirmek istemiştir (Everitt, 2021, s. 29).

Özellikle dönemin yozlaşmış yöneticileri Sulla, Chrysogonus, Verres ve darbeci Catilina olmak üzere çeşitli kötü niyetli kişilerin Roma'daki gençler üzerinde olumsuz etkisi, Cicero'nun üzerinde durduğu konulardan biri olmuştur (Dyck, 1996; Kaplan, 1968; Zetzel, 2013). Her önde gelen Romalı gibi Cicero da bu olumsuz figürlerden herhangi birinin peşinden gitme eğiliminin gençler arasında güçlü olduğunu anlamıştır. *Yükümlülükler Üzerine*'nin amaçlarından biri de Romalı gençleri, onları yozlaştıracabilecek yetişkinlerle bir araya gelmekten alıkoymaktır (Mitchell, 1984, s. 29).

Cicero (2017, s. 22, 60, 68, 127), oğlu Marcus Minor'a başkalarına karşı yükümlülüklerin ve topluma hizmetin üstünkörü bir şekilde belirlenmiş kuru ve yasal etik normlardan daha fazlası olduğunu tembihlemektedir. *Yükümlülükler Üzerine*'nin yazıldığı dönemde Marcus Minor'un 21 yaşında bir genç olduğu bilinmektedir ve kuvvetle muhtemel Cicero, 21 yaşındaki bir genç olarak oğlu Marcus Minor'un, toplumu ve diğer insanları göz ardı edip daha çok kendine ilgi göstereceğinden ve Romalı ideallere göre bencilce hareket edeceğinden endişelenmektedir. Cicero'nun eserinin temel noktası, oğluna daha geniş bir topluluğa karşı yükümlülüklerini hatırlatmak olmuştur.

Yükümlülükler Üzerine'nin yazılmasına neden olan aile meselesi, Cicero'nun oğlu için öngördüğü kariyer yolunun kapanmış olmasıdır. M.Ö. 64'te doğan Marcus Minor bir filozof olmak istememiş, askerliği seçerek M.Ö. 49'da Pompey'in ordusuna girmiştir. Ertesi yıl Orta Yunanistan'daki Farsala'da Julius Sezar, Pompey'in yaklaşık 50.000 askerine karşı 30.000 askerle üstün gelerek şaşırtıcı bir askeri zafer kazanmıştır. Genç Cicero, Ceasar tarafından atfedilenler arasına girmiştir. Marcus, üç yıl sonra babasının emriyle iç savaş sürerken Aristotelesçi filozof Cratippus'tan eğitim almak üzere Atina'ya götürülmüştür. Ancak genç Cicero bu eğitimi reddederek babasının gözetiminden uzaklaşmış, eğlence ve şehvet peşinde koşan bir çapkın gibi yaşamıştır (Haskell, 1942, s. 117-121).

Cicero'nun oğlunun hayatıyla ilgili bu ayrıntılar, kariyer yolları ve yaşam tarzları arasında bocalayan genç bir adamı göstermesi ve Cicero'nun kendi aile üyelerinden birinin iyiliği için hareket etme ihtiyacını özetlemesi nedeniyle bu çalışma için önemli görülmüştür. Oğlundan taleplerde bulunmak yerine Cicero ikna yolunu tercih etmiştir. Cicero, *Yükümlülükler Üzerine*'yi M.Ö. 44 yılının Ekim ve Kasım aylarında, kişisel ve siyasi gerilimlerin üst üste geldiği yaklaşık beş haftalık bir dönemde kaleme almıştır (Cicero, 2016, s. 6). Eserinin özünde, ahlaki sorumlulukların öneminin ve toplum için duyduğu genel endişenin Marcus'un yetişkin yaşamının bir parçası haline geleceğini ummuştur.

Roma'da praetorluk ve Afrika'da valilik görevlerinde bulunan Catilina, genellikle kötü kamu politikalarına sahip bir politikacı, şüpheli taktikleriyle ünlü bir hükümet yöneticisi ve iğrenç kişisel davranışları olan bir vatandaş olarak bilinmektedir. Romalı tarihçi Sallust'un (M.Ö. 86-35), "Catilina'nın Komplosu" isimli eserinde⁴ M.Ö. 63 yılına ilişkin gelişmeleri anlatırken gençlik hakkında söyledikleri, dönemin ruhu açısından önemlidir. Sallust'un Catilina'yı tasviri, özellikle gençlerin siyasi hayatın yozlaştırıcı maddi cazibelerden pek uzak olmadığı ve kör hırsın bir bireyin temel motivasyon kaynağı olduğunda ölümcül olabileceği konusunda okuyucuları uyarmaktadır. Gençlik çetelerinin Roma'ya eziyet ettiği bir dönemde, Catilina çok sayıda genç adamı istenmeyen yaşam tarzlarına yönlendirme yeteneğine sahiptir. Sallust'un (2010) Catilina'nın kişiliğindeki kötülük unsuruna ilişkin ifadeleri dikkat çekicidir:

Catilina'nın en çok kur yaptığı kişiler gençlerdi; çünkü yaşlarından dolayı esnek ve oturmamış olan zihinleri, onun hileleriyle kolayca tuzağa düşürülebiliyordu. Her birinin yaşına göre farklı tutkuları vardı. Heyecanlandıkça bazılarını metresler tutuyor, bazılarını atlar ve köpekler satın alıyor, kısacası onları sadık ve güvenilir destekçileri haline getirebilmek için ne kesesini ne de karakterini esirgiyordu (s.17).

Cicero'nun Catilina'nın gençlik üzerindeki kötü etkisini ortadan kaldırmayı umduğu anlaşılmaktadır. Cicero'nun Catilina'ya karşı yaptığı ilk konuşma, ünlü "O tempora, O mores!" (Ah ne zamanlar... Ah ne ahlaklar!) cümlelerini içerir (Saphiro, 2005, s. 3). Belirli bir suçlu kınamaktan çok, Catilina'dan kaynaklanan sindirme ve ahlaksızlık ortamına saldırır. Cicero, Catilina'yı genç erkekleri yasadışı zevklerin çekiciliğiyle yozlaştırmakla ve ardından onları daha fazla şiddet ve şehvet istismarına teşvik etmekle suçlamaktadır (Saphiro, 2005, s. 55).

Cicero'nun 19 yıl sonra yazdığı *Yükümlülükler Üzerine*'de oğluna verdiği öğütlerde gençlerin bu şekilde yozlaşmış politikacıların maşası olma endişesi okunmaktadır. Bununla birlikte, *Yükümlülükler Üzerine*'nin arka planını oluşturan siyasi olay Julius Sezar'ın öldürülmesidir. *Yükümlülükler Üzerine*, bu anarşi anının ardından düzen için bir çerçeve sunmaktadır (Dyck, 1996, s. 23). Cicero, tiranı öldürme eylemini haklı çıkarmaya ve Sezar'ın yasadışı hırslarını, demagojisini, açgözlülüğünü ve aşırılıklarını kınamaya çalışmıştır (Cicero, 2017, s. 144). Başka bir deyişle Cicero tiran öldürmeyi kabul eden bir ahlak üretmiştir. *Yükümlülükler Üzerine*'de Sezar'dan bazen doğrudan bazen de ima yoluyla bahsedilir. Cicero, Sezar'ın mutlak kontrol istediğine inanmaktadır ve bu nedenle suikastından sonra mirasının tamamen ortadan kaldırılması gerektiğini düşünmektedir. Cicero'ya göre en büyük hata, Roma'nın kurtarıcılarının sonradan atılacak adımlar konusunda konuyu enine boyuna düşünmemiş olmalarıdır. Antonius konsül olmuş, suikastçılar için af ilan edilmiş ve diktatörlük makamı feshedilmiştir. Fakat Antonius, Sezar'ın uygulamalarını ve planlarını sürdürmeyi seçtiğinde, Cicero'nun apaçık bir düşmanı haline gelmiştir (Cicero, 1957, s. 3-19). Cicero'ya göre Sezar'a suikast düzenleyenler Antonius'u da ortadan kaldırmalıdır. Ancak böylece övgüye layık olacaklarını düşünmektedir (Cicero, 1957, s. 85-86). Antonius ile yandaşlarının gözünde en büyük tehditlerden biri haline gelmesine rağmen Cicero için Cumhuriyet kolayca vazgeçilemeyecek kadar önemlidir.

Bu konuda Cicero (2016) şöyle demektedir:

4 M.Ö. 68 yılında praetor ve M.Ö. 67-66 yıllarında Afrika eyaletinin valisi olan Catilina o zamanlar gasp suçlamasıyla yargılandığı için M.Ö. 65 yılındaki konsüllük seçimlerine katılamamıştır. Daha sonra M.Ö. 65'in başlarında konsülleri öldürüp iktidarı ele geçirmeyi planladığı yönünde konuşmalar olmuş ancak bu "ilk Catilina komplosu" için sağlam bir kanıt bulunamamıştır. M.Ö. 64 ve 63 yıllarında girdiği konsül seçimlerinde de başarılı olamamıştır. Bu son yenilginin ardından Catilina, silahlı bir ayaklanma düzenlemek ve hükümetin kontrolünü ele geçirmek için sistematik olarak bir destekçi grubu toplamaya başlamıştır. Borçların iptali ve zengin vatandaşların sınır dışı edilmesi yönündeki vaatleri ve ezilenleri savunuyor görünmesiyle Roma toplumdaki çeşitli hoşnutsuz kesimlere hitap etmiştir. Darbe hazırlığını casus ve muhbirleriyle haber alan konsül Cicero, senatoda yaptığı konuşmayla Catilina'yı vatana ihanetle suçlamış ve onunla birlikte takipçilerinin de öldürüleceği Pistoria Savaşı'na giden süreci başlatmıştır (Sallust, 2010).

Anne babamız kıymetlidir, çocuklarımız kıymetlidir; akrabalarımız ve yakınlarımız da öyle; ama vatan, hepimiz için değerli olan her şeyi kucaklayan tek şeydir. Hangi iyi insan, eğer bundan bir çıkarı olacaksa, bu ülke için canını vermekten çekinir? Anavatanlarını her türlü zorbalıkla paramparça eden ve onu tamamen yok etmek için uğraşan bu canavarlar çok daha iğrençtir (s.45).

Hayatının bu noktasında Cicero'nun siyasete katılımı büyük ölçüde kalemi aracılığıyla olmuştur. Ölüm riskine rağmen Marcus Antonius'u yerinden etme planından asla vazgeçmemiştir. *Yükümlülükler Üzerine* örneğinde de Roma için siyasi çıkmazların ve Marcus Minor için kişisel belirsizliğin Cicero'yu derin etik ve ahlaki görüşler sunmaya ittiği görülmektedir. Gerçek bir siyasi belirsizlik dönemidir ve *Yükümlülükler Üzerine*'nin ahlaki kararların zorluğuyla ilgilenmesi, bireylerin karşı karşıya olduğu ahlaki belirsizlikle yakından ilgilidir (Griffin, 1991, s. xv). Bunların yanında Cicero'nun yaşadığı dönemde çevresinden gelen göçlerle dolup taşan Roma, ahlaki çöküş içindedir. Cicero, ahlaki ve etik davranışların yanı sıra basit sosyal görgü kurallarının da bunlardan bihaber olanlara hatırlatılması gerektiğini düşünmektedir. Ortaya koyulan çözüm, Roma'daki herkesin etik davranışlarında *mos maiorum'a* (atalarımızın yolu) geri dönmesidir (Kenty, 2016, s. 432). Cicero (1913, s. 391), ataların hiçbir bağın iyi niyeti garanti etmede yeminden daha etkili olmadığı görüşünde olduğunu dile getirmektedir. Bu anlamda *Yükümlülükler Üzerine*, yemin etmenin Roma için yüksek standartları ve Cumhuriyet için ahlaki düzeni yeniden tesis etmeye yardımcı olabileceği iddiasına dayanan herkes için önemli olan bir belgedir.

***Yükümlülükler Üzerine*'in Temel Siyasi Kaygıları**

Cicero (1991, s. 89), yaşadığı kargaşa döneminde Cumhuriyet'in kaderi konusunda kararsız ve endişeli görünmektedir. Bazı pasajlar Cumhuriyet'in yıkılmasından, bazıları ise belagat ve hukukun bozulmasından duyulan korkuyu ifade etmektedir. Cicero (1991, s. 15), "Dünyanın en iyisi olmasa bile en azından bir tür anayasal hükümete sahip olmamız gerekirdi, oysa şu anki haliyle hiçbirine sahip değiliz." diye yazmaktadır. Buradaki ironi, *Yükümlülükler Üzerine*'nin kişisel bir iletişim olarak Marcus Minor ve onun gibi genç Romalıların askeri zafer, adli belagat, hukuki uzmanlık ve benzer mesleklerde güç ve nüfuz kazanabileceği Cumhuriyetçi siyasi sistemde başarılı olmalarına yardımcı olmak için tasarlanmış olmasıdır. Ama Cicero'ya göre (2017, s.118) Cumhuriyet artık ölmek üzeredir ve muhtemel katili de Julius Sezar'dır.

Yükümlülükler Üzerine, Julius Sezar'ın diktatörlüğüne ve dolaylı olarak gücü baskıcı bir şekilde kullanan tüm yöneticilere yönelik güçlü eleştiriler içerir. Eser, Sezar'ın tiranlığından kurtulan aristokrasi için ahlaki bir kod sağlama girişimi, Cicero'nun sevgili Roma'sının başına gelenler için samimi bir pişmanlık ve hatta Cicero'nun ailesine ve ülkesine vedaı olarak yorumlanabilir. Kitap, en yüksek ahlaki standartlara uygun yaşamaya çalışanlar için bir rehberlik sağlama girişimidir. Kısacası *Yükümlülükler Üzerine*, bir yurttaşlık erdemi el kitabı ya da bir yurttaşın devlete karşı yerine getirmesi gereken yükümlülüklerin kuramsal bir incelemesi olarak ele alınabilir (Syme, 2002, s. 145). Cicero'yu eleştirenler ise bu eserde Cicero'nun kendi yaşam standartlarını ve kariyerini meşrulaştırmaya çalıştığı uygulamalı bir etik sistemi görmektedirler (Kries, 2003).

Eski ve yeni Roma siyasi kültürü birbiri ile çelişmektedir ve her iki kültürün değerleri Cicero ile Sezar arasındaki kişisel çatışmada görülmektedir. Bazıları için maktul Sezar'a saldırmak çirkin bir davranıştır ancak suikastın günün en önemli meselesi olduğu hatırlanmalıdır. Cicero (1991, s. 121) şu soruyu sorarak sabık liderlere ahlaki gerekçelerle saldırmıştır: "Yanlışlı önlemeye çalışmamakla kalmayıp, aslında ona yardım ve yataklık eden adam hakkında ne düşünülmelidir?" Burada vurgulanmak istenen nokta, yanlışları fark etmenin zor olabileceğidir. Dürüst insanlar olarak ün yapmış kişilerde de ahlaki eksiklikler bulunabilmektedir. Aslında tarih bize bu ikisinin bir araya gelmesinin çok zor olduğunu göstermektedir. Cicero, aldatıcı liderlerin fark edilmesi kolay olmayan

bir kötülük olduğunu savunur. Oğluna, hayatta bilgelik maskesi takan düzenbazlıktan daha büyük bir lanet bulunamayacağını hatırlatır (Cicero, 1913, s. 343)."

Yükümlülükler Üzerine'nin satırları zaman zaman sadece Marcus Minor'u tartışıma dâhil etmek ister; diğer zamanlarda didaktiktirler ve talimat oldukça açıktır: Kötü etkiler kötü sonuçlar doğurur (Cicero, 2017, s. 139). Cicero'nun kendi kuşağından bıktığı ve endişelerini daha genç Romalılara yönelttiği açıktır. Sanki yaşlanan Cicero iyi ve ahlaki bir hayatın nasıl yaşanacağına dair bir müjdecî haline gelmiştir.

Bu siyasi kaygıları taşıyan Cicero, Platon'un Devlet'inde (2010, s. 267-302) ifade edilen insanların çevrelerindeki diğer insanlar için sorumluluk taşıdığı fikrini *Yükümlülükler Üzerine*'de geliştirip yetkinleştirmiştir. Cicero'nun (2016, s. 30) oğluna söylemeyi seçtiği şeyi özetleyen bir pasaj varsa o da şudur:

Platon'un takdire şayan bir şekilde ifade ettiği gibi, sadece kendimiz için doğmayız. Varlığımızdan ülkemiz bir pay, dostlarımız da başka bir pay talep eder. Stoacıların savunduğu gibi, yeryüzünde ortaya çıkan her şey insanların kullanımı için yaratılmıştır. Ancak insanlar, diğer insanların iyiliği için, birbirlerine faydalı olmak için doğarlar. Mademki böyledir, o zaman bu doğrultuda rehberimiz olarak Doğa'yı takip etmeli, iyilik eylemlerinin karşılıklı değişimi yoluyla, vererek ve alarak genel iyiliğe katkıda bulunmalı ve böylece becerimiz, sanatlarımız ve yeteneklerimizle insan toplumunu daha sıkı bir şekilde birbirine bağlamalıyız.

Cicero'nun argümanı, Panaetius'un ahlaki olarak doğru yol ile kişisel olarak yararlı yol arasında bir çatışma ortaya koyduğu ancak bunu asla çözemediğidir. Cicero, oğluna ahlaki açıdan doğru olanın aynı zamanda amaca uygun olan olduğunu söyler. İkisi bir ve aynı şeydir. Bu amaçla, siyasi hayata atıfta bulunan şu canlı alıntı örnek olarak sunulabilir:

Kesinlikle dürüst olmayan insanların hatası, yararlı gibi görünen bir şeye sanılmak ve hemen bunu ahlaki doğruluktan ayırmaktır. Suikastçının hançeri, zehirli kadeh, sahte vasiyetler kökenlerini bu hataya borçludur. Bu, hırsızlığa, kamu fonlarının zimmete geçirilmesine, taşralıların ve yurttaşların sömürülmesine ve yağmalanmasına yol açar. Bu aynı zamanda aşırı zenginlik, despotik güç ve nihayet özgür bir halkın ortasında bile kendini kral yapma arzusunu doğurur. Ve böyle bir tutkudan daha iğrenç ya da tiksindirici bir şey düşünülemez (Cicero, 1991, s. 113).

Bu tek pasajda Cicero, ahlaken doğru olandan sapan kınanacak davranış örneklerini hatırlamak için tüm hayatını gözden geçiriyor gibi görünmektedir. Failler isimlidir ama Cicero ima yoluyla Sulla, Chrysogonus, Verres, Catilina, Sezar, Antonius ve benzerlerinin faaliyetlerini kastetmektedir. Yukarıda da belirtildiği gibi Cicero, Sezar'a karşı suikastı savunur ancak bu alıntıda suikastçılar ve hançerleri de kınanmaktadır. Cicero bu tutarsızlığı Julius Sezar suikastındaki istisnai koşullar (Cicero, 2017, s. 16) olarak adlandırdığı duruma işaret ederek çözmeye çalışır: "Koşullar gerekli olarak değiştiğinde, yükümlülük de değişir, daima aynı kalmaz."

Cicero'nun Yükümlülükler Üzerine Eserinde Ahlak Felsefesi

Cicero'nun bir ahlak düşünürü olarak en iyi yazıları, ölümünden bir yıl önce, kişisel davranış kurallarının ana hatlarını çizen ve adalet, hayırseverlik ve kamu hizmetine büyük önem veren bu eseriyle gelmiştir (Reydam-Schils, 2021, s. 185). M.Ö. 44'ün son aylarında Cicero, üst üste gelen bir başarıya imza atarak 14 konuşmadan oluşan "*Philippicae*" adlı eseri ile Marcus Antonius'a karşı suçlamalarını sürdürmüştür (Cicero, 1957, s. 10) ve aynı zamanda en kalıcı eseri olan *Yükümlülükler Üzerine*'nin yanı sıra nispeten küçük diğer eserlerini de üretmiştir. *Yükümlülükler Üzerine*, Cicero'nun soyut, hatta sıradan ilkeleri tartışma ve aktarma girişimlerinden ziyade 63 yıllık yaşamış deneyimlerinin bir ürünü olarak okunmalıdır.

Yükümlülükler Üzerine'nin metafizik, mantık veya epistemolojiden ziyade pratik ahlakla, iyi bir hayatın nasıl yaşanacağıyla ilgilendiğini kabul etmek önemlidir. Aslında bu, pratik Romalıların Yunanlıların yüksek felsefi

fikirlerini kavrayamadıklarını, Yunanlıların üzerinde kafa yorabildikleri kavramları sadece uygulamaya koyduklarını öne sürmenin bir başka yoludur. Cicero (2017, s. 66) kendisini felsefeyi yeryüzüne indirmeye, kentlere ve evlere sokmaya çalışan biri olarak görmektedir. Bu şekilde felsefenin yaşamı ve ahlaki, iyiyi ve kötüyü bireyin deneyimleri içinde incelemek için kullanılabileceğini düşünmektedir. Cicero'da etik her zaman önce gelir ve çok az pratik sonuç veren zor ve anlaşılmasız konuların felsefi olarak incelenmesi kınanacak bir durumdur. Aynı zamanda ahlaki yükümlülüklerin incelenmesi düşünce için en zengin ve en verimli alan olarak öne çıkmaktadır (Higginbotham, 1967, s. 14).

Eser, ahlaki yükümlülüklerle kesin olarak inanmanın ve buna göre yaşamının ve davranmanın faydalarını göstermeye adanmıştır. Cicero (2017), mükemmel bilgiye ulaşamayabileceğini ancak ahlaki davranışların belirlendiğini (s. 66); siyasi kararların ılımlılıkla alınması gerektiğini (s. 37); asla bir amaç için insanlara araç muamelesi yapılmaması gerektiğini (s. 92) ve siyasi haklardan mahrum olmanın erdemi yozlaştırdığını (s. 122) savunmuştur. Cicero her konuda insanlığa karşı temel bir saygı gösterir. Ona göre insan ırkının tüm üyeleri arasında var olan ortak birlik ve dostluk bağlarına saygı duymak, bunları savunmak ve sürdürmek herkesin görevidir.

Eserin yazıldığı dönemin iç karışıklıkları ortasında Cicero, kural olarak anladığı şeye göre tavsiyelerde ve özellikle de pratik etik tavsiyelerde bulunmuştur. Bu onun Stoacı etiğe yaklaşımının bir parçasıdır. Kural, ahlaki ilerleme kaydetmenin bazen kişisel olarak çıkar sağlayan yolu seçmemek anlamına geldiğini söyler. Cicero, (1991, s. 130), Marcus'a şöyle yazar: "Tüm durumlar için, tamamen aşına olmanı istediğim bir kuralımız var: Uygun görünen şey ahlaki açıdan yanlış olmamalıdır; ya da ahlaki açıdan yanlışsa, uygun görünmemelidir." Burada hem birey olarak Marcus Minor için ahlaki açıdan doğru olanı hem de bir uygarlık olarak Roma için ahlaki açıdan doğru olanı kastetmektedir. Bu kural her ikisi için de geçerlidir.

Klasik cumhuriyetçilik ve hümanist etik onun motive edici inançlarıdır (Nicgorski, 2021, s. 215). Ona göre sivil toplumun retorik ve felsefe eğitimi almış, seçilmiş bir elite ihtiyacı vardır. Bu tür liderler anayasal yönetim çerçevesinde faaliyet göstermeli ve yüksek hitabet yoluyla kamuoyu oluşturabilmelidir. Tüm bu fikirler onun düzenli bir evrene, insanın doğasındaki iyiliğine ve aklın insanlık durumunu iyileştirme gücüne olan inancından kaynaklanmaktadır.

De Oratore gibi diğer eserlerinde diyalog formunu seçen Cicero, *Yükümlülükler Üzerine*'de bunu tercih etmemiş ve deneme tarzına yakın bir üslup belirlemiştir. Bir diyalogun gerektirdiği gibi bir meselenin çeşitli yönlerini sunmak yerine, yukarıda da belirtildiği gibi daha didaktiktir. Çünkü Cicero genç Marcus'a doğru olanı yapmasını söyler ve doğru olanın ne olduğunu açıklamaya çalışır. Verdiği mesaj saf bir fedakârlık çağrısı değildir. Aşağıdaki alıntıda Cicero (1913, s. 185) erdemi tanımlarken saf bir fedakârlıktan ziyade kişisel çıkarların korunmasının ve gerektiğinde kendini savunmanın önemine değinmektedir:

Aslında genel olarak erdemin neredeyse tamamen üç özellikten oluştuğu söylenebilir. Birincisi, herhangi bir durumda neyin doğru ve gerçek olduğunu, ilişkilerinin, sonuçlarının ve nedenlerinin ne olduğunu algılama yeteneği olan bilgeliktir. İkincisi, tutkuları dizginleme ve dürtüleri itaat ettirme yeteneği olan ılımlılıktır. Üçüncüsü ise işbirliği sayesinde doğal isteklerimizi tam bir şekilde karşılayabilmemiz, yaklaşan herhangi bir belayı savuşturabilmemiz, bize zarar vermeye kalkışanlardan intikamımızı alabilmemiz ve onları yasalara ve insanlığın izin vereceği şekilde cezalandırabilmemiz için, birlikte olduğumuz kişilerle saygı ve bilgelikle davranma becerisi olan adalettir.

Cicero (2017, s. 69) hangi yükümlülüğün diğerlerinden öncelikli olduğunun açık olduğunu şu sözleriyle ifade eder: "İlk yükümlülüğümüz ölümsüz tanrılara karşıdır; ikincisi vatanımıza; üçüncüsü ebeveynlerimize ve böylece, azalan ölçekte, diğerlerine."

Yükümlülükler Üzerine'nin çoğunlukla üçüncü kitapta yer alan bir diğer önemli unsuru, etik ve ahlakî kesinliğe ulaşamayan durumlar olduğunu kabul etmesidir. Cicero (1913, s. 289), "Bana en olası görünen herhangi bir teoriyi savunmak benim hakkımdır." der. Yani bir tür ahlakî olasılıkçılığı savunarak determinizmden de kaçınmaktadır. Cicero'nun görüşüne göre, uygun ahlakî eylem konusunda bazen önceden kesinliğe ulaşamayacağı için olasılığa göre hareket etme ihtiyacı kabul edilebilir. Hatip devlet adamı için sağduyu en önemli erdem olarak görülür çünkü hitabet en iyiyi, yani doğru sonucu götürmesi en muhtemel eylem biçimini seçmek için olasılıkları tartmaya yardımcı olur. Bu düşünce tarzına göre, bir devlet adamını büyük yapan şey, en ihtiyatlı hareket tarzını seçme becerisine dayanmaktadır. Zaten Cicero (1957, s. 531) da hiç kimsenin kendisinden daha ihtiyatlı olmadığını dile getirmektedir. Dünya görüşü açısından Cicero, insan toplumunun tamamını mekanik ve yapay olarak inşa edilmiş bir birim olarak değil, doğal bir birim olarak anlamıştır (Reydam-Schils, 2021, s. 190). Bu nedenle Cicero için her insanın doğası gereği etrafındaki diğer insanlara bağımlı olmasından ziyade başkalarının kendisine olan bağımlılığının farkında olması ve bu ilişkiye uygun davranması gerekmektedir. Başka bir deyişle erdem, tanımı gereği doğaya uygun yaşamaktır ve doğa tarafından insanın kullanımı için üretilen her şey ortak yarar için paylaşılmalıdır. Cicero (2016, s. 27) bunu şöyle ifade eder: "Doğanın iyi biçimlendirdiği bir ruh, kendi çıkarı için öğüt veren, öğreten ya da adil ve meşru bir şekilde hükmedenlerin dışında hiç kimseye itaat etmek istemez. Bu tutumdan ruhun yüceliği ve dünyevi arzulara karşı bir üstünlük duygusu doğar."

Cicero genel olarak muhafazakâr bir kişilik olarak karşımıza çıkmaktadır. Elden gitme tehlikesi olan kurumları eleştirmektense savunmaya daha meyillidir (Dyck, 1996, s. 35). Bunun ötesinde, Cicero'nun etrafındaki dünya hakkında tutarlı bir şüpheciliği desteklediğini söylemek de mümkündür. Kendisini Epikürcü görüşten açıkça uzaklaştıracak şekilde yurttaşlık ahlakının ve buna katılımın önemini vurgulamıştır (Cicero, 2017, s. 27, 38, 39, 66, 69, 99, 126). Epikürcüler, tanrıların insan işlerinde hiçbir rolü ve hatta ilgisi olmadığına ve kamusal yaşamın ancak acil durum seviyesine ulaştığında devreye girmesi gerektiğine inanırlarken Cicero bunun aksini savunmaktadır. *Yükümlülükler Üzerine*'den sıkça alıntılanan pasajlardan birinde Cicero, Birinci Pön Savaşı'nda Romalı bir general olan Marcus Atilius Regulus'un hikâyesini anlatır. Regulus, Roma'ya zarar verecek bir yemini⁵ bozmak yerine Kartaca'ya dönmüş ve ölümle yüzleşmeden önce işkence görmüştür (Cicero, 2017, s. 151-152). Bu, hemen her Romalının Roma tarihinden dersler çıkaracağı kıssalar arasındadır. Cicero'nun ele aldığı şekliyle Regulus, devletin iyiliği için kişisel çıkarlarını ikinci plana atmaya, hatta kendini feda etmeye hazır olan ilkeli Romalıların en iyi örneğidir. Cicero, Regulus'un eylemlerini sınır tanımayan hırslara sahip Sezar'inkilerle karşılaştırmak için büyük çaba sarf eder. Regulus ve Sezar'ın birbirine tam olarak zıt davranışlarına atıfta bulunur. Onun iddiası, geleceğin Romalı genç liderlerinin devlet için doğru olanı yapmaya istekli olmaları gerektiğidir. Bu onların ihlal edilmemesi gereken birincil ahlakî yükümlülüğüdür.

Birinci kitap boyunca Cicero ahlakî doğruluğun kaynağı olan dört temel erdemden bahseder. Bunlar bilgelik ve sağduyu; adalet ve düzenli bir toplum; asil, yenilmez bir ruhun özelliği olan cesaret ve ölçülülükle gelen ılımlılıktır (Cicero, 2017, s. 9). Bu şema içinde, "erdemlerin taçlandırıcı görkemi" (Cicero, 1913, s. 295) ve "egemen hanımefendi ve kraliçe" (Cicero, 1913, s. 21) olarak andlandırdığı adaleti öne çıkarır. Adalet bu kadar çok odaklandığı için bazı yorumcular *Yükümlülükler Üzerine*'yi esas olarak siyasi bir anlatı olarak görür. Griffin'e göre (1991, s. xxiii) bu özel pratik etik eserine siyasi düşünce tarihinde önemli bir yer kazandıran özellik, sosyal ve siyasi ahlaka yaptığı vurgudur. Bununla birlikte, eserin siyasi içeriğine gençlere seçim yapma konusunda verdikleri tavsiyeler

5 Regulus, Afrika'da tutsak edilir ve Romalıların elinde bulunan Kartacalı soylu esirlerin vatanlarına dönmeleri karşılığında Roma'ya gönderilir. Bu esirler geri gönderilmezse, kendisinin de Kartaca'ya geri döneceğine söz verir. Roma'nın çıkarları doğrultusunda esirler geri gönderilmez ve Regulus sözünü tutarak Kartaca'ya geri dönüp orada işkencelere maruz bırakılarak can verir.

dışında aşırı değer biçmek doğru olmayacaktır. *Yükümlülükler Üzerine* Cicero'nun siyasi manifestosu değildir, o bunu M.Ö. 51 yılında Platon'un *Republica*'sına karşılık gelen *De Republica* ile sunmuştur.

Yükümlülükler Üzerine kendine hâkim olmayı, aileye bağlılığı ve başkalarına karşı hayırsever olmayı teşvik eden davranışları savunur. Herhangi bir alanda insanüstü ya da olağanüstü diyebileceğimiz bir çaba gösterilmesini istemez. Eser, mümkün olduğunca bilge kişilerle ilişki kurmayı seçmenin faydalarını öğretir ve gençlere kuşaklar arası tavsiyenin ciddi bir önem taşıdığını telkin eder. En etkili konuşmanın hem ölçülü hem de ağırbaşlı olduğunu savunur. *Yükümlülükler Üzerine*'nin etik ve ahlaka yaklaşımı ılımlı bir yaklaşımdır. Eser, etik ve ahlaki bir yaşam sürmenin gerekliliğinden kaçınılmaması gerektiğini savunurken mutlak kesinliğin çoğu zaman elde edilemeyeceğini ve bu nedenle olasılıkların kararlara rehberlik etmesi gerektiğini de kabul eder.

Yükümlülükler Üzerine'deki Felsefi Ekoller

Cicero'nun hem yetişme çağına hem de yetişkinliğinde felsefe ve filozoflarla olan ilişkisi önem arz etmektedir çünkü *Yükümlülükler Üzerine*'de bir gencin nasıl bir ahlaka sahip olması gerektiği hususunda çeşitli felsefi ekollere başvurur. Helenistik düşüncenin bir aktarıcısı olarak Cicero yeni bir felsefi görüş sunmaz (Lockwood, 2020, s. 49). Bunun yerine *Yükümlülükler Üzerine*'de Romalılara pratik etik tavsiyelerde bulunabilmek için Yunan felsefi kavramlarını ve kelime dağarcığını kullanır (MacKendrick, 1989, s. 232).

Cicero, yaşamı boyunca felsefi metinlerin öğrencisi olmuş, ancak bu okumaları uygulamaya çalışırken teknik olarak amatör kalmıştır. Felsefi teori ile siyasi gerçekleri birleştirmeye çalışırken Yunan felsefi uygulamalarının geliştirilmesinden ziyade devlete ve topluma karşı görevleri teşvik eden bir Roma kültürünün direnişiyle karşılaşmıştır. Cicero, geleneksel vatanseverlik ideallerinden tehlikeli bir şekilde Yunan kent devletlerine yıkım getiren ve tiranlığın kalıcı olarak yerleşmesine yol açabilecek türden egoist bir şan ve kendini yüceltme arayışına yöneldiğini gördüğü Roma'daki siyasi kültürde reform yapmayı amaçlamıştır (Dyck, 1996, s. 31). Felsefe başlığı altına girebilecek muazzam miktarda eser üretmesine rağmen derinlemesine incelendiğinde o, daha çok, kendinden öncekilerin felsefi düşünceleri saygın tutan ve bu fikirleri uygun gördüğü şekilde benimseyen eleştirel bir düşünür olarak nitelendirilir (Trollope, 2019, s.16).

Cicero, *Yükümlülükler Üzerine*'yi Stoacı filozof Panaetius tarafından ortaya atılan üç kategoriye dayandırmıştır: 1) Ahlaki açıdan iyi olan ve buna karşıt olan eylemler, 2) amaca uygun ya da çıkar sağlayan eylemlere karşı çıkar sağlamayan eylemler ve 3) iyilik ve çıkar arasındaki çatışmaların tanınması ve çözülmesi (Cicero, 2017, s. 6-7). *Yükümlülükler Üzerine*'nin ikinci kitabı, devletin taleplerine karşı bireyin temel hakları üzerinde ısrar eder. Bu, Cicero'nun genellikle kişisel özgürlüğün savunucusu olarak değerlendirilmesinin nedenlerinden biridir. Genel olarak, birinci ve ikinci kitabın önemli bölümleri Cicero'nun, öğretileri Stoacılığın çeşitli ilkelerini Roma toplumuna dâhil etme hareketinin bir parçası olan Panaetius'a büyük bir borcu olduğunu göstermektedir (Cicero, 2017, s. 24). Daha doğrusu Panaetius, Epikürcü hedonizmi reddeden ve gerek toplumda gerek siyasi hayatta gelenek ve düzene saygı gösteren bir Stoacılık versiyonu geliştirmiştir. Cicero ve daha sonra Seneca (M.Ö. 4-M.S. 65) bu çabanın ön saflarında yer almıştır.

Cicero için çok önemli olan doğanın değeri konusundaki ısrar, Stoacı düşüncenin merkezinde yer alır. Bununla birlikte, Marcus Minor'un Aristotelesçi bir Atinalı olan Cratippus'un öğrencisi olduğu da unutulmamalıdır. Çoğu zaman eklektik ve bu durumda nazik bir yazar olan Cicero, oğlunun öğretmenini gücendirecek kadar ileri gitmek istememiştir. Bununla birlikte Cicero, Stoacı ve Aristotelesçi bakış açıları arasında önemli ayrımlar yapar. Bir taraftan kendi felsefesinin onlardan farklı olmadığını söylerken (Cicero, 2017, s. 2) diğer taraftan onların doğaya dayalı sağlam bir ilke ortaya koymadıklarını dile getirir (Cicero, 2017, s. 4-5). Aristotelesçiler ahlaki iyiliğin en

yüksek iyi olduğunu düşünürken Stoacıların doğru olanı “yapmanın” tek iyi olduğuna inandıklarını yazar (Cicero, 2017, s. 115). Bu manada Cicero'nun yararı ahlaki iyi ile özdeşleştirilmesi Aristotelesçi olmaktan ziyade Stoacı bir yargıdır. Cratippus farklı bir felsefi ekolü temsil ettiğinden Cicero'nun inandığı şey oğlunun öğrendiği şeye zıttır. Cicero (2016, s. 135-136) tartışmayı, ahlaki doğruluk ve yarar arasındaki çatışmaları çözmek için gerekli adımları atmayan Panaetius'un çok ötesine taşır:

Saniyorum Panaetius, eğer bir talihsizlik ya da meşguliyet onları düşünmesine engel olmasaydı bu tür meseleleri takip ederdi... Bu nedenle, Panaetius'un atladığı bu kısmı, herhangi bir yardımcı olmadan, deyim yerindeyse kendi savaşımı vererek tamamlayacağım. Çünkü Panaetius'un zamanından beri bu hat üzerinde çalışılmış olanlardan elime geçen hiçbir şey beni tatmin etmedi.

Böylece Cicero (2017, s. 7), Panaetius'un gelişmemiş üçüncü bölümünü eserindeki en önemli bölüm haline getirir ve onun üç kategorisini beşe çıkarır: 1) Ahlaki açıdan neyin iyi olup neyin olmadığına incelenmesi, 2) farklı iyilerin karşılaştırmalı olarak incelenmesi, 3) neyin uygun olup neyin olmadığına incelenmesi, 4) farklı uygunlukların karşılaştırmalı olarak incelenmesi ve 5) ahlaki iyi ile uygunluk arasındaki çatışmanın böyle bir çatışmanın var olmadığını göstermeye çalışarak çözülmesi.

Cicero (2016, s. 136-137) ahlaki olan ile yararlı olanın aynı olduğunu şöyle ifade eder:

Mademki doğaya ahlaksızlık kadar aykırı bir şey yoktur (çünkü doğa doğru, uyumlu ve sabit olanı ister) ve madem ki yarar kadar doğaya uygun bir şey yoktur, o zaman yarar ve ahlaksızlığın bir arada var olması beklenemez. Benzer şekilde, eğer ahlaki doğruluk için doğduysak ve bu Zenon'un düşündüğü gibi aramaya değer tek şeyse ya da en azından Aristoteles'in savunduğu gibi diğer her şeyden sonsuz derecede ağır basıyorsa, bundan zorunlu olarak şu sonuç çıkar: Ahlaki olan ya tek iyidir ya da en yüce iyidir ve dahası, ahlaken iyi olan yararlı olandır. Sonuç olarak ahlaken doğru olan şey yararlı olan şeydir.

Cicero yukarıda belirtildiği gibi Stoacı etiği kabul etmeye isteklidir ama metafizik temellerini kabul etmeye pek yanaşmaz. Stoacı etiğin yararı görmezden gelerek erdem ile mutluluğu eşit gören yaklaşımı Cicero'ya oldukça naif gelmektedir (Ioppolo, 2016, s. 170). Ayrıca Aristotelesçilerin görüşleri ile kendi görüşleri arasında büyük farklar olmadığını belirtirken de tutarsız davranır. İki felsefi sistemi birleştirmeye çalışmaktadır ve bu çabası zaman zaman zorlama gibi görünmektedir.

Cicero diğer felsefi yaklaşımların eleştirilmesi kadar benimseyicisidir çünkü onunki büyük derinlikte orijinal fikirler üreten bir felsefi zihin değildir. Ancak hayatının erken dönemlerinde hitabet alanında yaptığı kapsamlı çalışmalar ve edindiği deneyimler sayesinde öğrendiklerini *Yükümlülükler Üzerine*'ye başarıyla aktarmıştır. Oğluna yazdığından anlaşılacağı üzere, Cicero (2017, s. 2) hitabet konusundaki becerilerinden oldukça emindir: “Başka birçoklarının felsefe bilgisinin benimkini bastıracağını kabul etmeme rağmen, tüm ömrümü hitabet uğraşısıyla tükettiğim için, kendimde bir hatibin karakterine uygun bir şekilde doğru, seçkin ve incelikli konuşma yeteneğinin olduğunu iddia edersem, böyle bir iddiayı dile getirmekte haklı görünürüm.”

Cicero'nun Genç Liderler için Tavsiyeleri

Üç kitabın üslubu ve söz diziminden de anlaşılacağı üzere, *Yükümlülükler Üzerine*'nin muhatabı bazen sadece Marcus bazen de hedef kitlesi hukukun ve yönetimin en üst kademelerine girebilecek genç Romalılardır. Bunlar, bir yaşam biçimine karar vermek zorunda olan ve yaşlı erkeklerin deneyimlerinden faydalanabilecek olan etki altındaki gençlerdir. Buradaki bağlam, Romalıların yaşa saygı, ataların başarılarının taklit edilmesi ve kamu yaşamı için pratik cıvraklığa olan inançlarıdır (Woolf, 2021, s. 169). Atticus'a yazdığı mektuplar Cicero'nun sadece oğlu için değil aynı zamanda Sezar ve daha sonra Antonius tarafından siyasi olarak etkilenen yeğeni Quintus ve

damadı Dolabella için de endişelendiğini göstermektedir (Cicero, 1919, s. 127, 157, 209, 221, 239, 251, 291, 311, 339, 471, 481, 483).

Cicero'nun öğrettiği şey, ahlaki kararların nasıl alınacağı ve birbiriyle rekabet halindeymiş gibi görünen olası eylem biçimlerinin nasıl analiz edileceğidir. Cicero (1913, s. 63), gençlerden toplama ve çıkarma yaparak doğru bir denge kurabilen ve her bireye ne kadar düşeceğini bulabilen iyi birer yükümlülük hesaplayıcısı çıkarmayı amaçlamaktadır. *Yükümlülükler Üzerine* her koşulda ahlaki eylem için bir taslak olma niyetinde değildir bundan ziyade eser, bir bireyin benimseyebileceği ahlaki muhakeme için bir çerçeve sunmayı hedeflemektedir (Kries, 2003, s. 376).

Yükümlülükler Üzerine, Roma'nın geleceği için liderlik konusunda genç Marcus Minor ve onun nesli için çok düşünceli ve uyarıcı notlarla doludur. Örneğin Cicero'nun (1913, s. 119),

Her şeyden önce kim ve ne tür bir insan olmak istediğimize ve hayatta hangi mesleği seçeceğimize karar vermeliyiz. Bu dünyadaki en zor sorundur. Çünkü muhakememizin en olgunlaşmamış olduğu ilk gençlik yıllarında, her birimiz hayattaki amacının ciddi bir şekilde hoşlandığı şey olması gerektiğine karar veririz. Ve böylece, kendimiz için en iyisinin ne olduğuna akıllıca karar vermeye uygun hale gelmeden önce, belli türdeki bir yaşam yoluna girmiş oluruz.

Sözleri bunları destekler niteliktedir.

Cicero'nun zekice hamlelerinden biri, oğlunun belirli yeteneklere, belirli becerilere sahip olabileceğini fark etmesidir. Bununla birlikte Cicero'ya göre (2017, s. 1, 9, 36, 71, 162), oğlunun etik ve ahlaki gelişimini teşvik etmek, onun becerilerini geliştirip siyasi başarıya ulaşmasından daha önemlidir. Cicero oğlunu kendisi için en uygun kariyere yönlendirmeyi ummaktadır ama oğlunun karakterini, yani duygusal, entelektüel ve ahlaki niteliklerini inşa etme girişimlerinde daha da kararlıdır. *Yükümlülükler Üzerine*'de, kariyer seçimi yapmanın ne kadar önemli bir süreç olduğu vurgulanmakla birlikte, çok daha büyük bir şey temsil edilmektedir. Gençlere, ileriye giden yol açık ve net bir kanal olmadığında gündelik hayatlarını nasıl yaşamaları gerektiği konusunda yol gösterir. Zira değerler değişmektedir ve birçok genç Romalı bu değişimlere çoğu zaman aşığlayıcı bir şekilde kapılmaktadır.

Tüm çabalarına rağmen Cicero, çağlar boyunca pek çok ebeveyn gibi çocuklarının yaşamları üzerinde sınırlı bir kontrole sahip olduğunu keşfetmiştir. Ancak taş kalpli bir ebeveyn oğlunun yetişmesinde samimi bir çaba gösterme konusunda ihmalkâr davranabilir. *Yükümlülükler Üzerine*, bakış açısı ve üslubu bakımından en az politikacı ya da filozof Cicero kadar baba Cicero'yu da ortaya koymaktadır. Eser, üslubu gereği çoğu zaman konusundan sapsa dahi yine de her zaman odak noktası olan tanrılara saygı, devlete saygı, başkalarına saygı, kendine saygı konularına geri döner.

Cicero (2017, s. 8, 47, 57, 61, 77) Marcus Minor'a içgüdülerin akıl tarafından bastırılmaması, aksine akıl tarafından düzeltilmesi gerektiğini söyler. Eserde, Stoacılığın temel erdemleri olan adalet, bilgelik, cesaret ve ölçülülük, içgüdüleri disipline sokmak için yeniden yorumlanmıştır. Bu içgüdülere pranga vurmamak doğru değildir; doğru olan bunları terbiye etmektir. Cicero içgüdülerin kontrolünü, kişisel çıkarları sınırlayan ve dürüst liderler yetiştirmeye yönelten önemli bir faktör olarak görmüştür. İçgüdüler bir kez erdeme dönüştürüldüğünde toplumun ve devletin hizmetine sunulabilir ve ülkenin daha da büyük ve görkemli olmasına aktif olarak katkıda bulunabilir; eğer dönüşüm olmazsa yol tiranlığa açıktır (Conte, 1994, s. 197).

Yükümlülükler Üzerine'deki etik kavramlar, bireysel ve ulusal düzeyde saldırgan eğilimlere uzun süre sıkı sıkıya değer vermiş bir kültür için incelik ve ılımlılığı, hoşgörü ve alçakgönüllülüğü desteklemektedir. Cicero (1913, s. 51), "Bir insan bu ince erdemlerle, ölçülülük, özdenetim ve hakkında çok şey söylenmiş olan adaletle ne kadar

donatılırsa, o kadar çok iltifatı hak eder.” diye yazmıştır. Ona göre hiçbir şey zenginliği sevmekten daha fazla alçak ve küçük bir ruha özgü değildir (Cicero, 2017, s. 31). Cicero, liderlik konumunda olanlar için ruh dinginliğinin önemine vurgu yapmaktadır. Liderlerle ilgili olarak Cicero (1913, s. 93) bize eskilerin şu sözünü hatırlatır: “Ne kadar yüksekte olursak o kadar alçakgönüllülükle yürümeliyiz.” Ayrıca Cicero (1913, s. 109) alçakgönüllülüğe ölçülü, dosdoğru ve iradeli olmayı ve bunların yanında sade ve makul bir yaşam sürdürmeyi de ekler.

Roma gençliğinin büyümesi ve ilerlemesi Cicero için *Yükümlülükler Üzerine*'de tam ifadesini bulan ancak *Pro Caelio*'da olduğu gibi kariyeri boyunca taşıdığı bir endişedir. Cicero'nun M.Ö. 56 yılında gerçekleşen bu davada yaptığı konuşma en başarılı konuşmalarından biridir (Conte, 1994, s. 183-184). Dostu ve aynı zamanda parlak bir genç olan Marcus Caelius Rufus'u çeşitli suçlamalara karşı savunmuştur. Caelius'u savunurken Cicero (2013, s. 176), etik ve ahlakî standartlar konusundaki eski katılığın varlıklı bir toplumdaki yeni fırsatlara karşı tekrar gözden geçirilmesi gerektiğini savunmuştur. Cicero'ya (2013, s. 177) göre eğer gençler karşılayamayacakları kadar yüksek normlara tabi tutulurlarsa tüm geleneksel değerlere karşı isyan edeceklerdir. *Pro Caelio*'da Cicero, oldukça ılımlı bir tutumla gençler üzerindeki dizginlerin gevşetilmesini istemiştir.

Cicero'nun *Yükümlülükler Üzerine*'deki mesajı ise bunun tam tersidir. Bazı kısıtlamaların gerekli olduğunu öne sürerek şöyle yazar: “Ama sevgili Cicero, felsefe alanının hiçbir kısmı ahlakî görevlerle ilgilenen kısmından daha zengin veya daha verimli değildir. Çünkü tutarlı ve ahlakî bir yaşam sürmenin kuralları bunlardan türetilir (Cicero, 1913, s. 275).” Dahası, Cicero (2017, s. 54) gençlere yakışanın yaşlılara saygı göstermek ve onlardan yönlendirme ve otorite bakımından ihtiyacını duydukları en iyi ve en doğru örneği almak olduğunu, zira gençlik döneminin deneyimsizliğinin yaşlıların bilgeliği ile kontrol altına alınması ve idare edilmesi gerektiğini dile getirir.

Cicero (1991: 58), *Yükümlülükler Üzerine*'yi manevi vasiyeti ve başyapıtı olarak kabul etmiş görünmektedir. Genç bir insanın hayatında özellikle savunmasız olduğu belirli bir dönem olduğu anlayışıyla hareket ederek ahlak felsefesinde en iyi seviyesine *Yükümlülükler Üzerine*'de yükselir. Burada söz konusu olan gencin hayattaki amacına ve daha da önemlisi ne tür bir birey olacağına karar verdiği dönemdir. Cicero (1913, s. 121), çoğu gencin daha deneyimli bir sesin etkisinden bağımsız olarak en iyi seçimleri yapma yeteneğine sahip olmadığını fark etmiştir. Eserde yanlış kullanılan ve harcanan gençlikle ilgili basit uyarılardan daha fazlası yer almaktadır. *Yükümlülükler Üzerine*'de pek çok fikir irdelenmiş ve bazen çatışmış olsa da Cicero'nun gençlerin çaba göstererek ve sağlam bir ahlakî eğitimin yardımıyla gelişip ilerleyebileceğine inandığı görülmektedir. Oğluna verdiği öğüt onun hem endişesini hem de ümidini göstermektedir: “Yapabileceğin en iyi zihinsel çabayı ortaya koy; öğrenmek bir keyiften ziyade bir iş olduğuna göre elinden geldiğince çalış. Başarılı olmak için elinden gelenin en iyisini yap ve gerekli tüm imkânları emrine sunduğumda, üzerinize düşeni yapmadığının söylenmesine izin verme (Cicero, 1991, s. 103).”

Sonuç

Cicero'nun *Yükümlülükler Üzerine*'si, eleştirel olmayan değerlendirmelerden ve kalıtsal görüşlerden vazgeçirebilmek için bireyleri genç yaşta etik ve ahlakî muhakemeye dâhil etmek istemektedir. Sadece bu nedenlerle bile Cicero'nun *Yükümlülükler Üzerine*'si gibi disiplinler arası bir yaklaşımla kalıcı insani değerleri bir araya getiren metinler, ahlakî öğretme, tartışma ve uygulama yolu olarak değerini korumalıdır.

Cicero'nun ahlak düşüncesi birçok açıdan eleştiriye tabi tutulmuştur. Onun eserini kafa karıştırıcı ve tutarsız bulanların yanı sıra (Nussbaum, 2001), sıradan ahlakî standartları kamu yararı için gerekli gördüğü zaman ihlal eden eylemlerde bulunduğunu, hatta bunu tavsiye ettiğini söyleyenler de bulunmuştur (Tsouni, 2023, s.48-49). Cicero'nun, toplumun tüm üyelerine toplumsal yaşamın dokusunu tehdit eden zalim figürleri öldürme ruhsatı,

hatta görevi vermek de dâhil olmak üzere 'koruyucu şiddeti' onayladığı da bir gerçektir (Gildenhard, 2023, s.224). Gerçekten de Cicero (2017, s. 150), görevlerin değiştiği ve 'tam tersinin geçerli olduğu' durumlara değinir ve bir ahlaki sorumluluğun yerine getirilmesinin faydadan çok zarar getirmesi durumunda, görev bilinciyle yapılan bir eylemin ahlaki olmayacağını savunur. Bu açıdan Cicero, iki katmanlı bir ahlak anlayışını savunmuştur (Remer, 2017, s. 64). Aslında Cicero, siyasi aktörlerin zaman zaman sıradan ahlaka aykırı davranmaya ahlaki olarak zorunlu oldukları önermesini savunan çağdaş siyasi teorisyenler, filozoflar ve sosyal düşünürlerden oluşan listenin antik dönem temsilcilerinden biridir (bkz. Weber, 2014, s. 121-23; Nagel, 1978, s. 75-90; Williams 1981, s. 60).

Bununla birlikte, Cicero'nun *Yükümlülükler Üzerine*'si Avrupa okullarında kendine yer bulmuştur ve hala yararlı bir kaynak olma potansiyeline sahiptir. Cicero, katı etik ve ahlaki kurallara bağlı olmaktan çok, bireysel çıkar ve toplumun yararı için önemli konular üzerinde akıl yürütebilecek şekilde eğitimin faydasına açık bir genç nesil yetiştirmek istemektedir. *Yükümlülükler Üzerine*, daha sonraki beşeri bilimler temelli eğitim sistemlerinin savunduğu ve amacın çok yönlü genç insanlar yetiştirmek olması gerektiği fikrinin erken bir müjdecisi olarak yorumlanabilir. İlk yükümlülüğümüzün tanrılara, ikincisinin vatanımıza, üçüncüsünün ebeveynlerimize ve böylece azalan bir ölçekte diğerlerine giden görev skalası, teoloji, politika ve toplumsal düzenin ilkel bir biçimde de olsa tanınması anlamına geldiği için çok yönlü bir eğitimin bir gereklilik olduğu fikrinin belki de ilk ifadesidir. Cicero son büyük eserinde, Roma'daki gençler arasında ahlaki muhakeme ve davranışları geliştirmenin bir yolu olarak geçmişin bilgeliğini aydınlatmak ve onun üzerine bir ahlak inşa etmek için yola çıkmıştır. Oğluna yazdığı uzun mektubun amacını doğrudan açıklayan Cicero (1913, s. 223) genç bir adamın ahlaki yükümlülüklerini ortaya koyduğunu ifade etmektedir. Aynı kararlılıkla, Cicero genç Marcus'un sadece ahlaki iyiliğin ve uygunluğun arzulanmayı hak ettiği inancını kabul etmesini istemiştir (Cicero, 2017, s. 31).

Yükümlülükler Üzerine'de Cicero sadece bilgi ve teori değil aynı zamanda bilgelige dönüşen istisnai bir belagat sunmaktadır. Bugün eğitimlerinin hassas bir döneminde Cicero'nun *Yükümlülükler Üzerine*'sini okumaya teşvik edilen gençler, Roma antik çağının etkili hatiplerinden birinin ilkeli bir yaşam sürmeye çalışmanın değerini öğrenebilirler. Özellikle üniversite çağındaki gençler, yakında vermek zorunda kalacakları kararların meslek ve kariyerle olduğu kadar nasıl bir birey olacaklarıyla da ilgili olduğunu anlamaya başlayabilirler. Cicero'nun amacındaki ciddiyeti, kestirme yolların olduğu bu günlerde, gençlerin materyalizmden önce yüce bir idealizmi benimsemelerine yardımcı olabilir.

Genç Marcus'a yönelik umutları ve öğütleriyle başlayıp yine bu şekilde biten bir anlatıda Cicero'nun oğlunun anlamasını her şeyden çok istediği şey; kim olduğuna, ne tür bir insan olmak istediğine ve hayatta hangi amacı takip edeceğine karar vermesidir. Bu alıntıya büyük önem verilmelidir çünkü burada Cicero öğrenmenin amacının itibarlı bir meslekte yeterliliğin yanı sıra karakter geliştirmek olduğunu öne sürmektedir. Bu meseleye daha yakından odaklanmak, Cicero'nun meslekten bahsetmeden önce karakterden bahsettiğini fark etmeyi gerektirmektedir.

Cicero, "yalnız kendimiz için doğmadık" şeklindeki inanç beyanıyla, insanlığın herkesin yararına birlikte çalışmasını talep etmiştir. Bu mesaj bugün daha da yüksek sesle ve daha net yankılanmaktadır. Dünya liderlerinin bencil ulusal çıkarlarını düşünmeleri ve vatandaşların kentlerimizdeki kamu düzeninin sadece polisin ve profesyonel kolluk kuvvetlerinin sorumluluğu olmadığını anlamaları gerekmektedir. Cicero, bizleri ortak iyiliğe, yani ülkemizin, ailemizin ve dostlarımızın bir parçamıza ihtiyacı olduğu gerçeğine davet etmektedir. Bu bakımdan modern dünya, Cicero'nun bu çağrısına kulak tıkamamalıdır.



Copyright © 2025 **Republic of Turkey Ministry of Youth and Sports**
<http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>
 Journal of Youth Research • April 2025 • 13(35) • 15-18

ISSN 2791-8157

Received | 10 Jul 2024

Accepted | 20 Aug 2024

EXTENDED ABSTRACT

Moral Education of Young People in Cicero's Work "On Duties"

Turgay Ovalı*

Introduction

Cicero has been widely interpreted by various cultures and disciplines throughout history. But these studies miss another perspective of Cicero's legacy: his interest in the ethical and moral improvement of youth. He expounded his ideas on this subject in his last major work, *On Duties*. The work was written for his son Marcus Minor while he was studying philosophy in Greece. In this book, Cicero describes a young man's moral obligations. He emphasizes that he prefers character development to career choice and competence in a particular field, and that moral competence is the only valuable thing worth pursuing in life. Cicero is a thinker who deserves to be studied because many of the problems of the late Roman Republic are still present today. These problems concern political corruption, immigration policy, the tax system, the distribution of land and wealth, the threat of terrorism and the young people's education. His views on the ethical and moral education of young people are at the center of Cicero's last major work, *On Duties*. The existing literature on Cicero's views on education appears sparse. The subject was dealt with in numerous works and summarized in numerous collections and encyclopedic studies. However, these are not comprehensive studies which present Cicero's role in the history of education.

The aim of this study is to outline Cicero's influence on moral education, as it is particularly evident in *On Duties*. Overall, the study is divided into the historical context of the time in which Cicero wrote his work, Cicero's main political concerns, the moral philosophy he dealt with in his work, the philosophical schools in the work in terms of the sources from which Cicero drew inspiration, and his advice to youth to better evaluate the moral obligations presented in the work.

Discussion

Cicero's concern about the moral education of young people is set in a historical context. One of Cicero's main concerns was the negative influence of various malevolent figures on the young people of Rome, particularly the corrupt rulers of the time, Sulla, Chrysogonus, Verres and the putschist Catiline. Like any

* Dr. Res. Asst. İstanbul Medeniyet University, İstanbul, Türkiye. turgay.ovali@medeniyet.edu.tr, ORCID: 0000-0001-9782-4548

leading Roman, Cicero understood that there was a great tendency among young people to follow one of these negative figures. One of the aims of *On Duties* was to discourage young Romans from surrounding themselves with adults who might corrupt them. However, the political event that forms the backdrop of *On Duties* is the assassination of Julius Caesar. *On Duties* provides a framework for order after this moment of anarchy. The main political concern of the work is the removal of the dictatorship of Caesar and the desire of his successors to use the youth to maintain the dictatorship. Therefore, the work is a manual of civic virtue or a theoretical study of the duties that a citizen must fulfill towards the state.

According to Cicero, the society in which people lived together was not artificially constructed, but was a natural entity. Therefore, for Cicero, it is not necessary for one to be naturally dependent on others, but for each person to be sensible of the dependence of other citizens on him and to behave in accordance with this relationship.

Cicero, who synthesized of Stoic and Aristotelian ideas, advocated self-control, loyalty to family and charitable behavior towards others. He did not want to make heavenly or extraordinary efforts in any field. The work demonstrates the importance of being with wise people as much as possible, and conveys the serious importance of intergenerational advice to young people.

Conclusion

On Duties can be interpreted as an early harbinger of the idea that later humanities-oriented education systems should aim to train well-educated young people. Texts that combine an interdisciplinary approach with enduring human values, such as Cicero's *On Duties*, should retain their value as a means of teaching, discussing and practicing morality.

In *On Duties*, Cicero offers not only knowledge and theory, but also exceptional eloquence expressed in wisdom. Young people today, who should read Cicero's *On Duties* at a sensitive time in their education, can learn from the most dazzling orator of Roman antiquity the importance of living a principled life. Young people, especially those of university age, can begin to understand that the choices they will soon have to make have as much to do with their profession and career as with the kind of person they will become. Cicero's earnestness can help young people choose a lofty idealism over materialism in these days of haste and shortcuts. With his profession of faith that "we are not born for ourselves alone", Cicero called on humanity to work together for the good of all. This message resonates even louder and clearer today.

Kaynakça/References

- Boissier, G. (1897). *Cicero and His Friends: A Study of Roman Society in the Time of Caesar*. Cornell University Press.
- Cicero, M. T. (1913). *On Duties* (W. Miller, Çev.). Harvard University Press.
- Cicero, M. T. (1919). *Letters to Atticus with an English Translation by E. O. Windstedt, Vol I*. William Heinemann Ltd & G. P. Putnam's Sons.
- Cicero, M. T. (1957). *Philippics with an English Translation by Walter C. A. Ker*. William Heinemann Ltd.
- Cicero, M. T. (1991). *On Duties* (M. T. Griffin ve E. M. Atkins, Eds.). Cambridge University Press.
- Cicero, M. T. (2013). *Pro Marco Caelio* (A R. Dyck, Ed.). Cambridge University Press.
- Cicero, M. T. (2016). *On Duties* (B. P. Newton, Trans.). Cornell University Press.
- Cicero, M. T. (2017). *Yükümlülükler Üzerine IV. Baskı* (C. C. Çevik, Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Conte, G. B. (1994). *Latin Literature: A History* (J. B. Solodow, Trans.). The Johns Hopkins University Press.
- Cowell, F. R. (1948). *Cicero and the Roman Republic*. Chanticleer Press.
- Dyck, A. R. (1996). *A commentary on Cicero, De Officiis*. University of Michigan Press.
- Everitt, A. (2021). *Cicero: Roma'nın En Büyük Politikacısının Hayatı ve Dönemi* (Y. E. Ceren, Çev.). Kronik Kitap.
- Gildenhard, I. (2023). Cicero's Extremist Ethics. R. Woolf (Ed.), *Cicero's De Officiis: A Critical Guide* (s. 224-242) içinde. Cambridge University Press.
- Griffin, M. T. (1991). Introduction. M. T. Griffin ve E. M. Atkins (Ed.), *Cicero: On Duties* (s. ix-xxix) içinde. Cambridge University Press.
- Gwynn, A. (1926). *Roman Education from Cicero to Quintilian*. Clarendon Press.
- Haskell, H. J. (1942). *This was Cicero: Modern politics in a Roman toga*. A. A. Knopf.
- Higginbotham, J. (1967). *Cicero on moral obligation*. University of California Press.
- Ioppolo, A. M. (2016). Sententia explosa: Criticism of Stoic ethics in De Finibus 4. J. Annas ve G. Betegh (Ed.), *Cicero's De Finibus: Philosophical approaches* (s. 167-197) içinde. Cambridge University Press.
- Kaplan, A. (1968). *Catiline: The Man and his role in the Roman Revolution*. Exposition Press.
- Kay-Bujak, P. (2023). *The Life of Cicero: Lessons for Today from the Greatest Orator of the Roman Republic*. Pen & Sword History.
- Kenty, J. (2016). Congenital virtue: Mos Maiorum in Cicero's orations. *The Classical Journal*, 111(4), 429-462.
- Kries, D. (2003). On the Intention of Cicero's "De Officiis". *The Review of Politics*, 65(4), 375-393.
- La Bua, G. (2019). *Cicero and Roman education: The Reception of the speeches and ancient scholarship*. Cambridge University Press.
- Lockwood, T. C. (2020). Documenting Hellenistic Philosophy: Cicero as a Source and Philosopher. K. Arenson (Ed.), *The Routledge Handbook of Hellenistic Philosophy* (s. 49-60) içinde. Routledge.
- MacKendrick, P. L. (1989). *The philosophical books of Cicero*. St. Martins Press.
- Mitchell, T. N. (1979). *Cicero: The Ascending Years*. Yale University Press.
- Mitchell, T. N. (1984). Cicero on the moral crisis of the late Republic. *Hermathena*, 136, 21-41.
- Nagel, T. (1978). Ruthlessness in Public Life. S. Hampshire (Ed.), *Public and Private Morality* (s. 75-91) içinde. Cambridge University Press.
- Nicgorski, W. (2021). Classical Republicanism. J. W. Atkins ve T. Benatouil (Ed.), *The Cambridge Companion to Cicero's philosophy* (s. 215-230) içinde. Cambridge University Press.
- Nussbaum, M. C. (2001). Duties of Justice, Duties of Material Aid: Cicero's Problematic Legacy. *Bulletin of the American Academy of Arts and Sciences*, 54(3), 38-52.
- Platon (2010). *Devlet, XX. Baskı* (S. Eyüboğlu ve M. Ali Cimcoz, Çev.). Türkiye İş Bankası Yayınları. I. Baskı 1999.
- Rawson, E. (1975). *Cicero: A Portrait*. Allen Lane.
- Remer, G. A. (2017). *Ethics and the Orator: The Ciceronian Tradition of Political Morality*. The University of Chicago Press.
- Reydams-Schils, G. (2021). Nature and Social Ethics. J. W. Atkins ve T. Benatouil (Ed.), *The Cambridge Companion to Cicero's Philosophy* (ss. 184-199) içinde. Cambridge University Press.
- Sallust. (2010). *Catiline's conspiracy, the Jugurthine War, histories* (W. W. Batstone, Çev.). Oxford University Press.
- Saphiro, S. O. (2005). *O Tempora! O Mores! Cicero's Catilinarian Orations: A student edition with historical essays*. University of Oklahoma Press.
- Shaull, D. (1931). Cicero and Modern Problems. *The Classical Journal*, 26(4), 266-272.

- Syme, R. (2002). *The Roman Revolution*. Oxford University Press.
- Trollope, A. (2019). *The Life of Cicero, Volume One*. Good Press.
- Tsouni, G. (2023). Conflict of Duties in Cicero's *De Officiis*. R. Woolf (Ed.), *Cicero's De Officiis: A Critical Guide* (s. 42-60) içinde. Cambridge University Press.
- Ullman, B. L. (1935). Cicero and Modern Politics. *The Classical Journal*, 30(7), 385-402.
- van der Blom, H. (2010). *Cicero's Role Models: The political strategy of a newcomer*. Oxford University Press.
- Weber, M. (2014). Politics as a Vocation. H. H. Gerth ve C. Wright Mills (Ed.), *From Max Weber: Essays in Sociology*, (s. 77-128) içinde. Routledge.
- Williams, B. (1981). *Moral Luck*. Cambridge University Press.
- Woolf, R. (2021). Ethical theory and the good life. J. W. Atkins ve T. Benatouil (Ed.), *The Cambridge Companion to Cicero's Philosophy* (s. 166-183) içinde. Cambridge University Press.
- Zetzel, J. E. G. (2013). A contract on America: Law and legality in Cicero's "Pro Roscio Amerino". *The American Journal of Philology*, 134(3), 425-444.



Copyright © 2025 **Republic of Turkey Ministry of Youth and Sports**
<http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>
 Journal of Youth Research • April 2025 • 13(35) • 19-28

ISSN 2791-8157
Received | 9 May 2024
Accepted | 18 Oct 2024

Negative Problem Orientation and Wellbeing in Emerging Adulthood: The Mediating Roles of Optimism and Resilience

*Mehmet Avci**

Abstract

Understanding the role of problem orientation for wellbeing during emerging adulthood is crucial to assist this cohort in successfully navigating the challenges of the transitional period. In this context, the present study investigates the interplay between negative problem orientation (NPO), resilience, optimism, and wellbeing among emerging adults. For this cross-sectional study, NPO, optimism, resilience, and wellbeing scales were administered to a total of 355 emerging adults (77% female, $M_{age} = 21.33$, $SD = 2.35$). The results revealed that NPO both directly and indirectly predicted wellbeing through optimism. However, contrary to the common assumption about positive resilience outcomes, no significant mediating effects of resilience between NPO and wellbeing were observed. The study concludes with a discussion of the findings' theoretical and practical implications.

Anahtar Kelimeler: Negative Problem Orientation, Optimism, Resilience, Wellbeing, Emerging Adulthood

* Assistant Professor., Recep Tayyip Erdogan University, mehmet.avci@erdogan.edu.tr, ORCID: 0000-0002-8289-8985

Özet

Beliren yetişkinlik döneminde problemlere karşı tutumların iyilik halindeki rolünü anlamak, bu gruba geçiş döneminin zorluklarını başarıyla aşmalarında yardımcı olmak için çok önemlidir. Bu bağlamda, bu çalışma beliren yetişkinler arasında problemlere karşı olumsuz tutum (POT), dayanıklılık, iyimserlik ve iyilik hali arasındaki etkileşimi araştırmaktadır. Bu kesitsel çalışma için, toplam 355 beliren yetişkinlik döneminde olan bireye (%77 kadın, $Ort = 21.33$, $SS = 2.35$) POT ölçeği, iyimserlik, dayanıklılık ve iyilik hali ölçekleri uygulanmıştır. Sonuçlar, POT'un hem doğrudan hem de iyimserlik aracılığıyla dolaylı olarak iyilik halini yordadığını ortaya koymuştur. Ancak, dayanıklılığın olumlu sonuçlarına ilişkin yaygın varsayımın aksine, dayanıklılığın NPO ve iyilik hali arasında anlamlı bir aracılık etkisi gözlenmemiştir. Bulgular hem teorik hem de pratik çıkarımlar açısından tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Olumsuz Sorun Yönelimi, İyimserlik, Dayanıklılık, İyilik Hali, Beliren Yetişkinlik

Introduction

Emerging adults encounter numerous challenges inherent in a multifaceted and demanding academic environment. In this context, maintaining a positive problem orientation is paramount (D'Zurilla et al., 2004). Previous studies on problem orientation found that a negative problem orientation (NPO) correlates with various adverse outcomes, including but not limited to heightened levels of stress, anxiety, depression, diminished self-efficacy, and constrained adaptability (D'Zurilla & Nezu, 1999; Ladouceur et al., 1998). An overarching scholarly consensus is that, considering that emerging adults exhibit a lesser degree of negative problem orientation in their educational pursuits, they are more inclined to achieve heightened levels of life satisfaction and academic accomplishment. Accordingly, Ridner et al. (2016) suggested a shift in focus from criticizing emerging adults problem-solving approaches to understanding the affective and cognitive attributes individuals display when faced with challenges.

Conceptually, negative problem orientation is based on cognitive theory that emphasizes the role of cognitive schemas in shaping individuals' perceptions and interpretations of their experiences (Robichaud & Dugas, 2005). Negative problem orientation is a cognitive distortion where individuals hold negative thoughts and beliefs about their problems. These negative thoughts elicit negative emotions, eventually resulting in maladaptive health behaviors, undermining individuals' wellbeing (D'Zurilla & Nezu, 1999). To date, evidence shows that individuals with higher levels of NPO are prone to poorer emotional wellbeing (Chang et al., 2009). NPO undermines individuals' ability to solve a problem and generates feelings of helplessness and hopelessness when confronted with challenges. Therefore, people with high NPO are likely to view challenges as threats and not as opportunities for self-realization (D'Zurilla et al., 1998).

Despite the intrinsic relatedness of NPO and negative thinking, the two constructs differ in focus. While NPO suggests a cognitive-emotional mental set within a problem, implying a threat to individuals' wellbeing, doubts about solving the problem on one's own, and skepticism about its successful solution, negative thinking embraces a broader scope of cognitive patterns that adversely affect individuals' perception of life contexts (Elliott et al., 1995; Nezu, 2004). For instance, a tendency toward NPO affects academic performance and has adverse consequences for social wellbeing (Chang et al., 2009). NPO also impacts social relations—accordingly, individuals with high NPO may struggle with communicating well and finding friends, which can elicit feelings of loneliness and thus lower their wellbeing (Chu et al., 2018).

A deeper understanding of the correlation between NPO and wellbeing can be derived from considering positive psychology concepts—namely, those of resilience or optimism necessary for keeping physically and emotionally healthy. The effect of a problem-solving attitude on other mental constructs, such as resilience and optimism should not be underestimated because it is shown how NPO impacts people's interpersonal skills (Rich & Bonner, 2004). The present study studies resilience or optimism as mediating variables in the relationship between NPO and wellbeing.

Resilience is the ability to adapt and bounce back from adversity and demonstrate mental, emotional, and behavioral flexibility in facing challenges (Prince-Embury, 2013). This ability impacts an individual's overall wellbeing. Resilient individuals are better equipped to regulate their emotions and manage stress effectively (Dumont & Provost, 1999). They can also maintain a positive outlook even in the face of adversity, which helps them experience greater wellbeing (Samsari & Soulis, 2019). As a result, resilient individuals cope more easily with negative emotions (e.g., anxiety and depression) and have a sense of emotional stability (Cohn et al., 2009). In addition, resilience is closely linked to psychological wellbeing, which encompasses self-acceptance, personal growth, purpose in life, positive relations, autonomy, and environmental mastery (Ong et al., 2006). In this relation, Masten and Obradovic (2006) argued that resilience is related to a positive component of the process of adapting to difficulties. Previous research on resilience primarily explored its connections to coping with stress, competence, emotional intelligence, optimism, humor, patience, acceptance, faith, and self-esteem (Ahern, 2006). Individuals with a high level of negative problem orientation may struggle to develop resilience because their tendency to view problems pessimistically can hinder their ability to confront and overcome difficulties effectively. Such individuals may lack the belief in overcoming obstacles, weakening their resilience. Conversely, individuals with higher levels of resilience are more likely to approach problems with a constructive mindset, viewing challenges as opportunities for growth, rather than as insurmountable barriers. Accordingly, resilient individuals are better equipped to navigate through setbacks and setbacks, which can mitigate the negative impact of a pessimistic problem orientation (Öz & Bahadır-Yılmaz, 2009).

Optimism, the other mediating variable explored in this study, is defined in positive psychology as a cognitive disposition characterized by the expectation of positive outcomes (Arslan & Yıldırım, 2021). Optimistic individuals view setbacks as temporary, specific, and external and attribute adverse events to external factors, rather than internal deficiencies (Carver et al., 2010). This positive mindset bolsters psychological wellbeing and promotes adaptive coping strategies (Scheier et al., 2001). Optimism was reported to be associated with improved subjective wellbeing during challenging times, thus emphasizing the importance of positive outcome expectancies in promoting psychological health (Alloy et al., 2006). Previous research reported a reciprocal relationship between NPO and optimism whereby interventions targeting cognitive distortions with a specific focus on fostering optimism were found to decrease negative problem orientation among young adults with concurrent depressive symptoms (Wilson et al., 2011). Furthermore, individuals with an optimistic disposition were found to exhibit a propensity to resolve problems encountered expeditiously (Chang & D'Zurilla, 1996). Due to their positive expectations for the future, optimistic individuals experience less anxiety in facing daily challenges (Trunzo & Pinto, 2003), have more positive emotions (Lai et al., 2005), and report increased life satisfaction (Bailey et al., 2007).

Since being optimistic comprises many factors contributing to wellbeing, it is essential to understand the impact of NPO on wellbeing. Such factors—including self-esteem, life satisfaction, and optimism (Caprara, 2009)—are closely intertwined with success in different domains such as health, academic achievement, and job effectiveness

(Baumeister et al., 2003). By contrast, NPO is associated with a range of adverse outcomes, such as worry, anxiety, and depression. NPO also affects optimism and resilience, promoting more adaptive problem-solving strategies and coping with stress and adversity (Campbell-Sills et al., 2006; Kircaburun et al., 2017). In previous research, resilience was linked to many positive outcomes, including improved mental health, greater life satisfaction, and better coping skills (Smith et al., 2008). In addition, optimism was reported to be associated with adaptive behaviors, cognitive flexibility, and more appropriate coping strategies, which can mediate the negative impact of NPO on overall wellbeing (Conversano et al., 2010). Said differently, optimistic individuals tend to have a more positive affectivity, which is linked to a better perception of health and wellbeing (Vera-Villarreal et al., 2016).

Present Study

The aim of the present study is two-fold. First, we aim to investigate the effect of NPO on wellbeing. The second goal is to explore the mediating role of optimism and resilience in the relationship between NPO and wellbeing. Investigating these associations may help to promote prevention and intervention strategies for emerging adults. Examining the relationships between these factors can provide valuable insights into strategies for promoting positive outcomes and mitigating the detrimental effects of NPO on wellbeing during emerging adulthood. Consequently, the results of this study can contribute to the current understanding of the implications of positive psychological constituents in individuals, particularly concerning wellbeing. In line with these research goals, the hypotheses addressed in this study are as follows:

H1: NPO would negatively correlate with emerging adults' wellbeing.

H2: NPO would negatively predict optimism and resilience.

H3: Optimism would play a mediating role in the relationship between NPO and wellbeing.

H4: Resilience would play a mediating role in the relationship between NPO and wellbeing.

Method

Procedure and Data Collection

All materials and procedures were approved by the Institutional Review Board (IRB) of the researcher's university (2023/221). Data were collected from university students in emerging adulthood, specifically those aged between 18 and 35 years. Participants older than 35 years were excluded from the study. Prior to participation, an informed consent form outlining the study's purpose, confidentiality measures, and voluntariness was obtained from all the participants. Data were collected using an Internet-based survey administered through Google Forms. Instructors were requested to distribute the survey link to students via mass email and online classroom portals.

Participants

Of the 355 university student participants who participated in the study, 23.1% were male and 76.9% were female. The mean age of the participants was determined as 21.33 ± 2.35 years and 13.2% were in the 18-19 age group, 68.2% were in the 20-22 age group, and 18.6% were in the 23 and older age group. The academic grade point average of the participants was determined as 2.90 ± 0.40 and 13.5% had a GPA of 2.50 and below, 49.3% between 2.51 and 3.00, 34.4% between 3.01 and 3.50, and 2.8% between 3.51 and 4.00. 15.8% of the participants are in 1st grade, 58.9% are in 2nd grade, 5.6% are in 3rd grade, and 19.7% are in 4th grade (Table 1).

Table 1. Distribution of participants according to demographic characteristics

Demographic Variable	Groups	n	%
Gender	Male	82	23.1
	Female	273	76.9
Age groups (21,33±2,35)	18-19 years	47	13.2
	20-22 years	242	68.2
	23 years and above	66	18.6
Academic grade point average (2,90±0,40)	2.50 and below	48	13.5
	2.51-3.00	175	49.3
	3.01-3.50	122	34.4
	3.51-4.00	10	2.8
Grade	1 st grade	56	15.8
	2 nd grade	209	58.9
	3 rd grade	20	5.6
	4 th grade	70	19.7

Measures

Sociodemographic Form

The characteristics of the participants were collected using a sociodemographic data form developed by the researcher. The form gathered data on age, gender, grade point average (GPA), and grade.

Negative Problem Orientation Scale (NPO)

The NPO scale developed by Gosselin et al. (2005) and translated to Turkish by Akyay (2016) was used. This scale consists of 12 items and measures the inability of individuals to solve daily life problems. The items are rated on a 5-point Likert scale ranging from 1 = “does not fit at all” to 5 = “fits extremely well.” The total scores of the NPO range between 12 and 60, with a higher score indicating a higher NPO. The original scale’s internal consistency was reported as .93. Scale adaptation was performed in healthy individuals with an average age of 33 years. Akyay (2016) reported the scale’s internal consistency as .90 and test-retest reliability as .87. The scale’s internal consistency in the present study was found to be .93.

Brief Resilience Scale (BRS)

The Brief Resilience Scale (BRS) developed by Smith et al. (2008) and translated into Turkish by Haktanir et al. (2016) was used. This scale evaluates individuals’ ability to bounce back or recover from stress and includes six items on a 5-point Likert scale ranging from “1 = Strongly Disagree” to “5 = Strongly Agree”. The scores range from 6 (lower resilience) to 30 (higher resilience). The scale was found to have a strong convergent and discriminant predictive validity, with internal consistency estimates ranging from .80 to .91 (Smith et al., 2008). The internal consistency of the scale in the present study was found to be .82.

Optimism and Pessimism Questionnaire (OPQ)

The OPQ, designed by Arslan and Yıldırım (2021) to evaluate pessimism and optimism in young Turkish adults, was used. This scale consists of six self-report items like “I hope many things will be better in the future.” The items are rated on a 5-point rating scale, ranging from 1 = “strongly disagree” to 5 = “strongly agree”. The internal consistency of the scale was reported to be .83 (Arslan & Yıldırım, 2021). The reliability coefficient in the present study amounted to .81.

Satisfaction with Life Scale (SWLS)

Students’ wellbeing was evaluated with the SWLS, designed to measure individuals’ cognitive assessments and judgments of life (Diener et al., 1985). The scale consists of five self-report items, such as “The conditions of my life are excellent.” The items are rated on a 7-point Likert-type scale ranging from 1 = “strongly disagree” to 7 = “strongly agree”. The scale was adapted into Turkish by Durak et al. (2010) and had satisfactory internal reliability in the Turkish sample. The internal consistency of the scale in the present study was found to be .91.

Data Analysis

Before proceeding to data analysis, the suitability of the data set for multivariate analyses was tested. First, we ensured no missing values since the data were collected online with forced answers. Outliers were checked using Mahalanobis distance; one outlier was detected and removed from the data set. Skewness and kurtosis values indicated the normality of the data set. Finally, tolerance levels exceeded .10, and variance inflation factor (VIF) values ranged between 1.20 and 1.59. In addition, no correlation coefficient was higher than .80. These results indicated that there was no multicollinearity problem. Therefore, pre-screening results showed that the data were suitable for multivariate analyses. Table 2 reports correlation coefficients and descriptive statistics. Bootstrapping analyses were run to test the mediators of resilience and optimism in the relationship between negative problem orientation and wellbeing using 10.000 bootstrapping samples.

Results

The correlations and descriptive statistics of the study variables are shown in Table 2. Participants had a mean score of 2.15 (SD = 0.88) for NPO, 2.91 (SD = 0.79) for resilience, 3.13 (SD = 0.52) for wellbeing, and 3.67 (SD = 0.87) for optimism. The results of correlation analyses revealed that NPO had significant negative correlations with resilience, optimism, and wellbeing; by contrast significant positive correlations were found between resilience, optimism, and wellbeing.

Table 2. Descriptive Statistics and Correlations among the Variables

Demographic Variable	1	2	3	4
1. Negative Problem Orientation	-			
2. Resilience	-.52***	-		
3. Optimism	-.47***	.39***	-	
4. Wellbeing	-.29***	.12**	.38***	-
$\bar{X}$	2.15	2.91	3.67	3.13
SD	.88	.79	.87	.52
Skewness	1.02	.16	-.58	-.68
Kurtosis	.54	-.34	-.16	.34

p* < .05, *p* < .001

Testing the Direct Effects on Wellbeing

A two-step hierarchical regression analysis was conducted to test the effects of negative problem orientation, resilience, and optimism (independent variables) on wellbeing (dependent variable). As consistent with the

purpose of this study, negative problem orientation was tested in the first step. Results showed that negative problem orientation negatively predicted wellbeing and explained 9% of the variance. In the second step, resilience and optimism were added to the model and explained an additional %8 of the variance. While resilience did not have a significant effect, optimism positively predicted wellbeing. When resilience and optimism were added to the model, the effect of negative problem orientation diminished, which indicated the potential mediating roles of resilience and optimism (Table 3). However, further bootstrapping analysis was conducted to test the significance of the mediating variables.

Table 3. Results of Hierarchical Regression Analysis on Predicting Wellbeing

Variables	R ²	Δ R ²	B	SE	β	t	F
Step 1							
Negative Problem Orientation			-.18	.03	-.29	-5.77***	33.25***
Step 2							
Negative Problem Orientation		.08	-.12	.04	-.20	-3.29**	23.02***
Resilience			-.07	.04	-.11	-1.91	
Optimism			.19	.03	.32	5.67***	

** $p < .05$, *** $p < .001$

Testing the Mediating Effects of Resilience and Optimism

A parallel mediation analysis was conducted using bootstrapping analysis with a 10,000 random resampling to test the mediating effects of resilience and optimism. The results are shown in Figure 1. Results showed that 95% confidence intervals for resilience included zero [-.01 to .08], which indicated a non-significant mediating role. Regarding mediating roles of optimism, confidence intervals did not include zero [-.13 to -.05], so optimism significantly mediated the effects of negative problem orientation. However, when considering the significant direct effect of negative problem orientation on wellbeing, the mediating role of optimism was partial. According to those results, a higher level of negative problem orientation was associated with diminished optimism, which in turn related to lower levels of wellbeing.

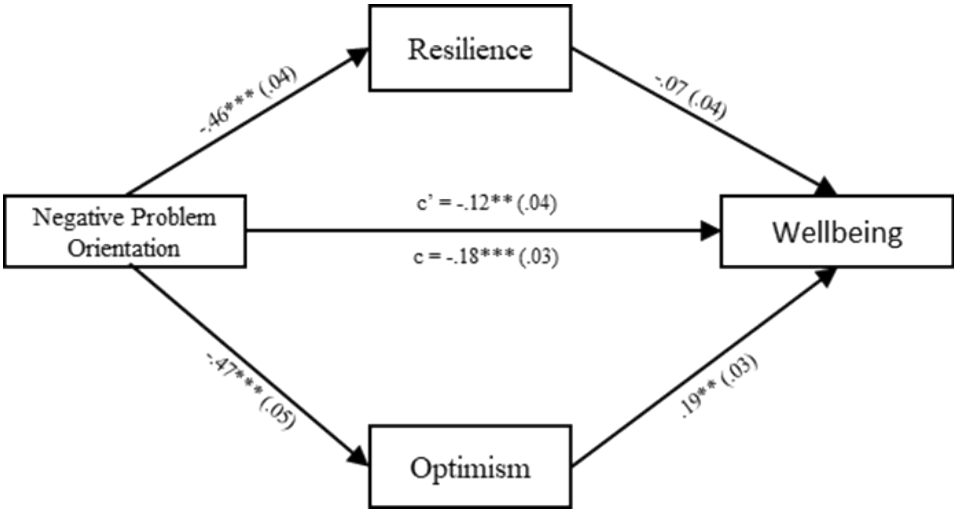


Figure 1. The mediating effect of resilience and optimism on the association between negative problem orientation and wellbeing. All presented effects are unstandardized, and standard errors are shown in parentheses. c' value represents the direct effect of negative problem orientation on wellbeing; c value represents the total effect of negative problem orientation on wellbeing.

** $p < .01$, *** $p < .001$.

Discussion

While previous research identified a wide range of variables that can foster positive problem orientation among emerging adults (Clarke et al., 2017), the role of emerging adults' psychological resources in the relationship between NPO and wellbeing has been scarcely investigated. This study aims to fill this gap in the literature by exploring the mediating role of optimism and resilience in the relationship between NPO and wellbeing. Based on the results of this study, the following conclusions that present meaningful implications for theory and practice can be drawn.

First, the results confirmed the negative correlation between NPO and wellbeing (H_1). This finding is consistent with previous research showing that emerging adults with high NPO, who tend to have maladaptive coping strategies and approach challenges with a pessimistic mindset, have a diminished level of wellbeing (Ciarrochi et al, 2009; Malouff et al., 2007). Conversely, positive problem orientation operates in conjunction with various variables, frequently serving as alternative indicators of wellbeing (Chang, 2017). These indicators include self-esteem, life satisfaction, and optimism, all of which positively correlate with wellbeing and success across diverse domains of functioning, such as health, academic achievement, and job performance (Baumeister et al., 2003; Caprara, 2009). The direct effect of NPO on wellbeing observed in this study aligns with the conceptualization that individuals with high NPO may struggle with persistent negative perceptions of problems, which can erode their wellbeing directly.

Second, in support of H_2 , we found that NPO negatively correlated with optimism and resilience (H_2). Furthermore, we found evidence in support of the mediating role of optimism in the relationship between NPO and wellbeing (H_3). However, the data analysis did not support hypothesis that resilience would mediate the relationship between NPO and wellbeing (H_4).

The current study's results revealed that NPO significantly predicted wellbeing both directly and indirectly through optimism. This finding underscores the critical role of optimism in mediating the relationship between NPO and wellbeing. Specifically, higher levels of NPO were associated with lower levels of optimism, which in turn negatively impacted wellbeing. This is consistent with previous research suggesting that negative problem orientation can undermine individuals' ability to maintain a positive outlook, diminishing their overall sense of wellbeing (Bouchard et al., 2017; Chang & D'Zurilla, 1996; Zaheer & Khan, 2022; Zheng et al., 2024). As emerging adults encounter various life transitions, including academic and career pressures, an optimistic outlook can facilitate adaptive coping and reduce the psychological burden associated with negative problem orientation. Moreover, optimism boosts emerging adults' positive problem orientation and facilitates the successful culmination of NPO into wellbeing (Chang & D'Zurilla, 1996; Trunzo & Pinto, 2003).

Previous studies have indicated that the commonly held belief regarding the impact of resilience on wellbeing may not always align with empirical evidence (Cam & Alkal, 2020; Southwick et al., 2014). In the present study, while optimism positively predicted wellbeing, resilience did not have a significant direct or indirect effect on wellbeing. One of the reasons underlying this pattern of results could be that resilience widely varies across

contexts and is diversely defined on individual, familial, organizational, societal, and cultural levels (Richardson & Chew-Graham, 2016). Accordingly, empirical research on resilience requires a multi-level analysis that includes genetic, epigenetic, developmental, demographic, cultural, economic, and social factors (Southwick et al., 2014). Another possible explanation might be that the characteristics of the sample could have affected the relationship between resilience and wellbeing in the present study (Mguni et al., 2012; Pretsch et al., 2012). Specifically, the sample primarily consisted of emerging adults who have not faced significant adversity or challenges yet, so the protective role of resilience might not be as apparent (Leung et al., 2022).

Furthermore, it was previously argued that resilience is of tenuous scientific utility because it reflects ontogenetic instability (Kaplan, 2013). In addition, young adults who face significant adversities, particularly those who exhibit successful adaptation, frequently contend with latent psychological challenges over time, including issues such as depression and post-traumatic stress (Luthar et al., 2015). This phenomenon might be linked to overwhelmed stress response systems observed in resilient individuals enduring adverse environments.

Implications

The present study contributes to extant knowledge on problem orientation in emerging adulthood. Previous research demonstrated how individuals use positive psychological traits (i.e., hope, self-efficacy, and grit) to overcome their adverse mindset regarding problem-solving features (Tras et al., 2013; Söğüt et al., 2022). The present study extends the principle of mindset in NPO by linking it to positive elements. The results reveal how the optimistic mechanisms work to boost positive problem orientation. Optimism can contribute to future-proofing in wellbeing analysis by diminishing NPO. Therefore, developing a more positive problem orientation, characterized by optimism and a constructive approach to problem-solving, can help individuals to make better decisions and improve their overall wellbeing.

The findings also provide several useful implications for practice. Specifically, we observed that not all psychological capacities influence the relationship between problem orientation and wellbeing. While resilience is associated with many positive outcomes, ranging from enhanced problem-solving skills to greater wellbeing and adaptability in the face of adversity (Lee et al., 2013), the mediating role of resilience in the relationship between NPO and wellbeing was not supported by current study's results. Resilience does not imply an absence of difficulty or distress. It can be influenced by various factors such as personal mastery, cognitive abilities, adaptability, attachment patterns, spirituality, neurobiological changes, and systemic influences (Southwick et al., 2014). We can better anticipate future risks by focusing on these psychological resources alongside a wellbeing lens. Therefore, the findings suggest that resilience is a complex construct and its role in the relationship between NPO and wellbeing warrants further research.

Limitations and Future Research

Wellbeing is a multifaceted construct that various factors beyond optimism and resilience can influence (Anglim et al., 2020; Yuen & Wu, 2024). Furthermore, the relationship between problem orientation and wellbeing might be dynamic and context-dependent (Ciarrochi et al., 2009). In a particular context, social support, thinking skills, coping strategies, and environmental stressors may have overshadowed the effects of resilience on wellbeing (Luthar et al., 2015). Exploring these potential mediators or moderators could provide deeper insights into this dynamic interplay.

This study is a cross-sectional study. While resilience is generally associated with better outcomes over time, its effects might not be immediately evident or might vary across different stages of life or in different situations

(Wang et al., 2022). Emerging adulthood is a time of rapid psychological and emotional development, and individuals may still be developing the emotional regulation skills and self-awareness needed to build resilience. This period is also frequently characterized by increased risk-taking behaviors and experimentation, which can undermine resilience efforts (Mouatsou & Koutra, 2023). As a result, while resilience is an essential trait for navigating the challenges of adulthood, it may not always be fully effective during this transitional period. Therefore, longitudinal studies tracking individuals over time could help to capture these nuanced dynamics. To conclude, this study highlights the critical importance of understanding NPO in emerging adulthood and provides novel insights into the connections between NPO, optimism, resilience, and wellbeing. While optimism emerged as a significant mediator in the relationship between NPO and wellbeing, the mediating role of resilience was not supported by the results, thereby challenging prevailing assumptions about its role in this context.



Copyright © 2025 **T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı**
<http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>
 Gençlik Araştırmaları Dergisi • Nisan 2025 • 13(35) • 29-33

ISSN 2791-8157
Başvuru | 9 May 2024
Kabul | 18 Ekim 2024

GENİŞLETİLMİŞ ÖZET

Beliren Yetişkinlikte Olumsuz Problem Yönelimi ve İyilik Hali: İyimserlik ve Dayanıklılığın Aracı Rolü

Mehmet Avcı*

Giriş

Beliren yetişkinlik döneminde bireyler çok yönlü ve zorlu bir akademik ortamın doğasında bulunan çok sayıda zorlukla karşılaşmaktadırlar. Bu bağlamda, olumlu bir sorun yöneliminin sürdürülmesi son derece önemlidir (D’Zurilla ve ark., 2004). Problem yönelimi üzerine yapılan çalışmalar, olumsuz problem yöneliminin, artan stres, kaygı, depresyon, azalan öz yeterlilik ve kısıtlı uyum yeteneği gibi çeşitli olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (D’Zurilla ve Nezu, 1999; Ladouceur ve ark., 1998). Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin eğitim süreçlerinde daha az olumsuz sorun yönelimi sergiledikleri düşünüldüğünde, yüksek düzeyde yaşam memnuniyeti ve akademik başarı elde etmeye daha meyilli oldukları bilinmektedir. Bu doğrultuda, Ridner ve arkadaşları (2016), gelişmekte olan yetişkinlerin problem çözme yaklaşımlarını eleştirmek yerine, bireylerin zorluklarla karşılaştıklarında sergiledikleri duygusal ve bilişsel nitelikleri anlamaya odaklanılmasını önermektedir. Bu bağlamda olumsuz problem yönelimi ve iyilik hali arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılması için pozitif psikoloji kavramlarından dayanıklılık ve iyimserlik gibi zihinsel yapıların incelenmesi gerekmektedir. Rich ve Bonner (2004) bu faktörlerin bireylerin hayatında ve özellikle iyilik hallerinde önemli unsurlar olduğunu belirtmişlerdir. Bu kapsamda, araştırmanın genel amacı beliren yetişkinlik döneminde dayanıklılık ve iyimserlik faktörlerinin olumsuz problem yönelimi ve iyilik hali ilişkisinde nasıl rol oynadıklarını incelemektir.

Yöntem

Çalışmada ilk olarak, olumsuz problem yöneliminin iyilik hali üzerindeki etkisini araştırmak amaçlanmıştır. İkinci amaç ise olumsuz problem yönelimi ile iyilik hali arasındaki ilişkide iyimserlik ve dayanıklılığın aracı rolünü araştırmaktır. Veriler, yaşları 18 ila 35 arasında değişen beliren yetişkinlik dönemindeki 355 üniversite öğrencisinden toplanmıştır. Araştırma verilerini toplamak için sosyodemografik form, Negatif Problem Yönelimi Ölçeği, Kısa Dayanıklılık Ölçeği, İyimserlik ve Kötümserlik Anketi ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır.

* Dr. Öğr. Üyesi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Rize, Türkiye. mehmet.avci@erodgan.edu.tr, ORCID: 0000-0002-8289-8985

Tartışma ve Sonuç

Sonuçlar, olumsuz problem yönelimi ile iyilik hali arasındaki negatif korelasyonu doğrulamıştır. Ayrıca olumsuz problem yöneliminin iyimserlik ve dayanıklılık ile negatif ilişki olduğu bulunmuştur. Sonuçlar, olumsuz problem yönelimi ile iyilik hali arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolünü desteklerken, dayanıklılığın bu ilişkide aracılık rolü oynayacağı hipotezini desteklememiştir. Beliren yetişkinlik döneminde iyimser bakış açısının olumlu sorun yönelimini artırarak, bireylerin stres düzeyleri ve gelecek kaygıları gibi iyilik hallerini olumsuz etkileyen unsurların azaltılmasında etkili olacağı öngörülmektedir. İyilik hali, iyimserlik ve dayanıklılığın ötesinde çeşitli faktörlerin etkileyebileceği çok yönlü bir yapıdır. Bu bağlamda, gelecekteki araştırmalarda sosyal destek, bilişsel beceriler, başa çıkma stratejileri ve çevresel stres faktörlerinin incelenmesi yoluyla olumsuz bakış açılarına karşı koruyucu önlemlerin geliştirilmesi önerilmektedir.

References/Kaynakça

- Ahern, N. R. (2006). Adolescent resilience: An evolutionary concept analysis. *Journal of Pediatric Nursing*, 21(3), 175–185. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2005.07.009>
- Akyay, A. (2016). *Endişe ve anksiyete ölçeği, Problemlere karşı olumsuz tutum ölçeği ve Bilişsel kaçınma ölçeği, Türkçe uyarlanması, geçerliliği ve güvenirliliği* [Master's dissertation]. Üsküdar University.
- Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Whitehouse, W. G., Hogan, M. E., Panzarella, C., & Rose, D. T. (2006). Prospective incidence of first onsets and recurrences of depression in individuals at high and low cognitive risk for depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 115(1), 145.
- Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D., Marrero, R. J., & Wood, J. K. (2020). Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological bulletin*, 146(4), 279.
- Arslan, G., & Yıldırım, M. (2021). Coronavirus stress, meaningful living, optimism, and depressive symptoms: A study of moderated mediation model. *Australian Journal of Psychology*, 73(2), 113–124. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1882273>
- Bailey, T. C., Eng, W., Frisch, M. B., & Snyder, C. R. (2007). Hope and optimism as related to life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 168–175. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760701409546>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyle? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1–44. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Bouchard, L. C., Carver, C. S., Mens, M. G., & Scheier, M. F. (2017). Optimism, health, and well-being. In *Positive psychology* (pp. 112–130). Routledge.
- Cam, S., & Alkal, A. (2020). An investigation of interpersonal problem solving in university students in terms of personality traits, resilience and hope. *European Journal of Educational Sciences*, 7(1), 15–31.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585–599. <http://doi.org/10.1016/j.brat.2005.05.001>
- Caprara, G. V. (2009). Positive orientation: Turning potentials into optimal functioning. *European Health Psychologist*, 11(3), 46–48.
- Chang, E. C. (2017). Applying the broaden-and-build model of positive emotions to social problem solving: Does feeling good (vs. feeling bad) influence problem orientation, problem-solving skills, or both? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 36(5), 380–395. <https://doi.org/10.1521/jscp.2017.36.5.380>
- Chang, E. C., & D'Zurilla, T. J. (1996). Relations between problem orientation and optimism, pessimism, and trait affectivity: A construct validation study. *Behaviour Research and Therapy*, 34(2), 185–194. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00046-1](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00046-1)

- Chang, E. C., D'zurilla, T. J., & Sanna, L. J. (2009). Social problem solving as a mediator of the link between stress and psychological wellbeing in middle-adulthood. *Cognitive Therapy and Research*, 33, 33–49. <https://doi.org/10.1007/s10608-007-9155-9>
- Chu, C., Walker, K. L., Stanley, I. H., Hirsch, J. K., Greenberg, J. H., Rudd, M. D., & Joiner, T. E. (2018). Perceived problem-solving deficits and suicidal ideation: Evidence for the explanatory roles of thwarted belongingness and perceived burdensomeness in five samples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 115(1), 137–160. <https://doi.org/10.1037/pspp0000152>
- Ciarrochi, J., Leeson, P., & Heaven, P. C. L. (2009). A longitudinal study into the interplay between problem orientation and adolescent wellbeing. *Journal of Counseling Psychology*, 56(3), 441–449. <https://doi.org/10.1037/a0015765>
- Clarke, J. B., Ford, M., Heary, S., Rodgers, J., & Freeston, M. H. (2017). The relationship between negative problem orientation and worry: A meta-analytic review. *Psychopathology Review*, 4(3), 319–340. <https://doi.org/10.5127/pr.034313>
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361–368. <http://dx.doi.org/10.1037/a0015952>
- Conversano, C., Rotondo, A., Lensi, E., Della Vista, O., Arpone, F., & Reda, M. A. (2010). Optimism and its impact on mental and physical wellbeing. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health: CP & EMH*, 6, 25.
- D'Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (1999). *Problem-solving therapy: A social competence approach to clinical intervention* (2nd ed.). Springer.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Maydeu-Olivares, A. (2004). Social problem solving: Theory and assessment. In E. C. Chang, T. J. D'Zurilla, & L. J. Sanna (Eds.), *Social problem solving: Theory, research, and training* (pp. 11–27). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10805-001>
- D'Zurilla, T. J., Chang, E. C., Nottingham, E. I., & Faccini, L. (1998). Social problem-solving deficits and hopelessness, depression, and suicidal risk in college students and psychiatric inpatients. *Journal of Clinical Psychology*, 54, 1091–1107. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199812\)54:8<1091::AID-JCLP9>3.0.CO;2-J](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199812)54:8<1091::AID-JCLP9>3.0.CO;2-J)
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa490113>
- Dumont, M., & Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(3), 343–363. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1021637011732>
- Durak, M., Senol-Durak, E., & Gencoz, T. (2010). Psychometric properties of the satisfaction with life scale among Turkish university students, correctional officers, and elderly adults. *Social Indicators Research*, 99, 413–429. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9589-4>
- Elliott, T. R., Sherwin, E., Harkins, S. W., & Marmarosh, C. (1995). Self-appraised problem-solving ability, affective states, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 42(1), 105. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.42.1.105>
- Gosselin, P., Ladouceur, R., & Pelletier, O. (2005). Évaluation de l'attitude d'un individu face aux différents problèmes de vie: Le questionnaire d'attitude face aux problèmes (QAP). *Journal de thérapie comportementale et cognitive*, 15(4), 141–153. [https://doi.org/10.1016/S1155-1704\(05\)81235-2](https://doi.org/10.1016/S1155-1704(05)81235-2)
- Haktanir, A., Lenz, A. S., Can, N., & Watson, J. C. (2016). Development and evaluation of Turkish language versions of three positive psychology assessments. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 38, 286–297. <https://doi.org/10.1007/s10447-016-9272-9>
- Kaplan, H. B. (2013). Reconceptualizing resilience. In S. Goldstein & R. B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp. 39–55). Springer.
- Kircaburun, M., Baştuğ, İ., & Bahtiyar, M. (2017). Modeling the psychological factors affecting computer programming self-efficacy/bilgisayar programlama öz-yeterliliğini etkileyen psikolojik faktörlerin incelenmesi. *Anadolu Eğitim Liderliği ve Öğretim Dergisi*, 5(1), 17–27.
- Ladouceur, R., Blais, F., Freeston, M. H., & Dugas, M. J. (1998). Problem solving and problem orientation in generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 12(2), 139–152.
- Lai, J. C., Evans, P. D., Ng, S. H., Chong, A. M., Siu, O. T., Chan, C. L., Ho, S. M. Y., Ho, R. T. H., Chan, P., & Chan, C. C. (2005). Optimism, positive affectivity, and salivary cortisol. *British Journal of Health Psychology*, 10(4), 467–484. <http://dx.doi.org/10.1348/135910705X26083>

- Lee, J. H., Nam, S. K., Kim, A. R., Kim, B., Lee, M. Y., & Lee, S. M. (2013). Resilience: A meta-analytic approach. *Journal of Counseling & Development*, 91(3), 269–279. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2013.00095.x>
- Leung, D. Y., Chan, A. C., & Ho, G. W. (2022). Resilience of emerging adults after adverse childhood experiences: A qualitative systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 23(1), 163–181. <https://doi.org/10.1177/1524838020933865>
- Luthar, S. S., Crossman, E. J., & Small, P. J. (2015). Resilience and adversity. In R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of child psychology and developmental science* (pp. 1–40). <https://doi.org/10.1002/9781118963418.childpsy307>.
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., & Schutte, N. S. (2007). The efficacy of problem solving therapy in reducing mental and physical health problems: a meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27(1), 46–57.
- Masten, A. S., & Obradović, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13–27. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.003>
- Mguni, N., Bacon, N., & Brown, J. F. (2012). The wellbeing and resilience paradox. *London: The Young Foundation*, 3–23.
- Mouatsou, C., & Koutra, K. (2023). Emotion regulation in relation with resilience in emerging adults: The mediating role of self-esteem. *Current Psychology*, 42(1), 734–747. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01427-x>
- Nezu, A. M. (2004). Problem solving and behavior therapy revisited. *Behavior Therapy*, 35(1), 1–33. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(04\)80002-9](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(04)80002-9)
- Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 730–749.
- Öz, F., & Yılmaz, U. H. E. B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82–89.
- Pretsch, J., Flunger, B., & Schmitt, M. (2012). Resilience predicts well-being in teachers, but not in non-teaching employees. *Social Psychology of Education*, 15, 321–336. <https://doi.org/10.1007/s11218-012-9180-8>
- Prince-Embury, S. (2013). Translating resilience theory for assessment and application with children, adolescents, and adults: Conceptual issues. In Prince-Embury, S., & Saklofske, D. (Eds.), *Resilience in children, adolescents, and adults* (pp. 9–16). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-4939-3_2
- Rich, A. R., & Bonner, R. L. (2004). Mediators and moderators of social problem solving. In E. C. Chang, T. J. D’Zurilla, & L. J. Sanna (Eds.), *Social problem solving: Theory, research, and training* (pp. 29–45). American Psychological Association.
- Richardson, J. C., Chew-Graham, C. A. (2016). Resilience and Well-Being. In Chew-Graham, C., Ray, M. (Eds.) *Mental Health and Older People*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-29492-6_2
- Ridner, S. L., Newton, K. S., Staten, R. R., Crawford, T. N., & Hall, L. A. (2016). Predictors of wellbeing among college students. *Journal of American College Health*, 64(2), 116–124.
- Robichaud, M., & Dugas, M. J. (2005). Negative problem orientation (Part II): Construct validity and specificity to worry. *Behaviour Research and Therapy*, 43(3), 403–412.
- Samsari, E. P., & Soulis, S. G. (2019). Problem solving and resilience self-efficacy as factors of subjective wellbeing in Greek individuals with and without physical disabilities. *International Journal of Special Education*, 33(4), 938–953.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (2001). Optimism, pessimism, and psychological wellbeing. In E. C. Chang (Eds.), *Optimism & pessimism: Implications for theory, research, and practice* (pp. 189–216). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10385-009>
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194–200. <http://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 325–338. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>
- Söğüt, M., Yedidağ, E., Ray-Yol, E., Özdemir, A. B., & Altan-Atalay, A. (2022). Problem orientation and psychological distress among adolescents: Do cognitive emotion regulation strategies mediate their relationship? *Psychological Reports*, 125(5), 2317–2336. <https://doi.org/10.1177/00332941211018802>
- Tras, Z., Arslan, C., & Hamarta, E. (2013). An examination of resilience in university students in terms of self-esteem and social self-efficacy. *International Journal of Academic Research*, 5(3), 323–328. <https://doi.org/10.7813/2075-4124.2013/5/3/B.49>.

- Trunzo, J. J., & Pinto, B. M. (2003). Social support as a mediator of optimism and distress in breast cancer survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71(4), 805–811. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.71.4.805>
- Vera-Villaruel, P., Valtierra, A., & Contreras, D. (2016). Affectivity as mediator of the relation between optimism and quality of life in men who have sex with men with HIV. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 16(3), 256–265.
- Wang, Q., Sun, W., & Wu, H. (2022). Associations between academic burnout, resilience and life satisfaction among medical students: A three-wave longitudinal study. *BMC Medical Education*, 22(1), 248. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03326-6>
- Wilson, C. J., Bushnell, J. A., Rickwood, D. J., Caputi, P., & Thomas, S. J. (2011). The role of problem orientation and cognitive distortions in depression and anxiety interventions for young adults. *Advances in Mental Health*, 10(1), 52–61. <https://doi.org/10.5172/jamh.2011.10.1.52>
- Yuen, M., & Wu, L. (2024). Relationship between school connectedness and psychological well-being in adolescents: a meta-analysis. *Current Psychology*, 43(12), 10590–10605. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-05164-1>
- Zaheer, Z., & Khan, M. A. (2022). Perceived stress, resilience and psychological well-being among university students: The role of optimism as a mediator. *Asian Social Studies and Applied Research*, 3(1), 55-67.
- Zheng, Y., Hou, Y., & Dong, Z. (2024). From Good Expectancy to Good Feelings: How Optimism Is Related to Subjective Well-Being in Chinese Adults through the Pathway of Coping. *Behavioral Sciences*, 14(3), 165. <https://doi.org/10.3390/bs14030165>



İNCELEME / ARAŞTIRMA

Ergenlerin İletişim Becerilerinin ve Öfke İfade Tarzlarının Değerlendirilmesi

Cihangir Karakaya*

Mehmet Başcılar**

Öz

Amaç: Fiziksel, ruhsal, sosyal, bilişsel ve davranışsal gelişim noktasında son derece kritik bir evre olan ergenlik döneminde bireyin yaşantısında önemli değişimler meydana gelmektedir. Bu dönemde iletişim becerileri gelişmekte, ergenlik dönemine özgü sosyal koşullar öfke duygusuna yönelik hassasiyet gelişmesine yol açabilmektedir. Bu çalışma ergenlerin iletişim becerileri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzı arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmada nicel araştırma tasarımından yararlanılmış olup araştırmanın örneklemini bir lisede öğrenim görmekte olan 136 ergen oluşturmaktadır. Veri toplama araçları olarak sosyodemografik bilgi formu, İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma ergenlerin iletişim becerilerinin öfke ifade tarzlarına etkisine dair önemli bulgular barındırmaktadır. Çalışmada ergenlerin iletişim becerileri ve öfke ifade tarzları ile not ortalamaları arasında ilişki olduğu ortaya konmuştur. Kalınan yer ve kendine ait odası olma durumuna göre duygusal iletişim becerileri arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Not ortalaması ile zihinsel, davranışsal iletişim becerileri alt boyutları ve iletişim becerileri toplam puanı arasında pozitif yönlü, not ortalaması ile öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumu alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. İletişim becerileri toplam puanı ile öfke dışı vurumu arasında negatif yönlü, iletişim becerileri toplam puanı ile öfke kontrolü arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Öneriler: Araştırma bulguları etkili ve kanıta dayalı okul sosyal hizmeti uygulamalarının gerekliliğini ortaya koymaktadır. Ayrıca okul ruh sağlığı hizmetleri kapsamında ergenlerin iletişim becerilerini artırma yönelik çalışmalar yapılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Ergenler, Ergenlik, İletişim Becerileri, Sürekli Öfke, Öfke İfade Tarzı

* Öğr. Gör. Dr., Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Zonguldak, Türkiye, chngr.krky@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1104-379X

** Doç. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya, Türkiye, mehmetbasccilar@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0223-8050

Abstract

Objective: During adolescence, which is a critical period in terms of physical, psychological, social, cognitive and behavioral development, important changes take place in an individual's life. In this period, communication skills develop and the social conditions specific to adolescence can lead to the development of sensitivity to anger. This study aims to examine the relationship between adolescents' communication skills, trait anger and anger expression style.

Materials and Method: The study used a quantitative research design and the sample consisted of 136 adolescents attending a high school. A socio-demographic information form, the Communication Skills Assessment Scale and the Trait Anger and Anger Expression Scale were used as data collection tools.

Findings: The study provides important findings on the effect of adolescents' communication skills on their anger expression styles. The study revealed that there is a correlation between adolescents' communication skills and anger expression styles and their grade point averages. It was found that there is a significant difference between emotional communication skills depending on the place of residence and having a room of one's own. There is a significant positive correlation between GPA and the sub-dimensions of mental and behavioral communication skills and communication skills total score, and a significant negative relationship between GPA and the sub-dimensions of anger internalization and anger expression. There is a significant negative correlation between the total score of communication skills and anger expression, and a significant positive correlation between the total score of communication skills and anger control.

Recommendations: Research findings revealed the necessity of effective and evidence-based school social work practices. In addition, studies should be conducted to improve adolescents' communication skills within the scope of school mental health services.

Keywords: Adolescents, Adolescence, Communication Skills, Trait Anger, Anger Expression

Giriş

Biyolojik, bilişsel ve davranışsal değişimlerin meydana geldiği ergenlik döneminde (Christie ve Viner, 2005, s. 301-302; Koş, 2004, s. 234) benzersiz güçlükler yaşanmakta ve yeni iletişim süreçleriyle karşılaşmaktadır (Erişen, 2019, s. 10; Yalom ve Steiner, 2008). Bu değişimle birlikte ergenlerin aile hayatı, sosyal kabulü ve mesleki kariyeri şekillenmektedir. Bireyin, ergenlik döneminde toplumla bütünleşebilmesi ve yeterli olgunluğa erişebilmesi için bilgi, beceri ve deneyim kazanması, davranışlarını kontrol etmesi ve duygularını doğru ifade son derece önemlidir. Buna paralel olarak toplumsal, davranışsal ve iletişimsel etmenlerden kaynaklanan öfke duygusunun ifade tarzı, ergenin yaşantısında olumlu veya olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir (Duran ve Eldeleklioğlu, 2005, s. 268). Öfke ifade tarzı, ergenlerin aile yapısına, iletişim becerilerine, akranlarıyla ilişkilerine, etkileşimde bulundukları birey ve çevreye göre farklılıklar gösterebilmektedir (MacKinnon-Lewis ve Lofquist, 1996, s. 490-492). Nitekim sorunlarla baş etme, iletişim esnasında izlenen yol ve sosyal kabul gibi pek çok husus öfke ifade tarzıyla şekillenmektedir (Albayrak ve Kutlu, 2009, s. 58). Öfke ifade tarzı ve iletişim becerileri birbirleriyle ilişkili kavramlardır. Öfkenin doğru ifadesi yüksek zihinsel, duygusal ve sosyal iletişim becerileri gerektirmektedir (Flanagan ve ark., 2010, s. 87-90; Siyez ve Tan Tuna, 2014, s. 12-14). Yeterli düzeyde iletişim becerilerine sahip olunmaması, ergenlerde öfke ifade becerisinde düşüklüğe neden olabilmektedir. Ergenlerin iletişim becerileri ve öfke konuları ayrıntılı incelenmeden önce bir sonraki bölümde ergenlik dönemi ana hatlarıyla ele alınacaktır.

Ergenlik Dönemi

Ergenlik, insanın değişim ve gelişim yaşadığı, topluma katılım sürecine uyum sağladığı ve çevreyle iletişiminin yeni boyut kazandığı eşsiz bir dönemdir. Her bireyin farklı deneyimlediği ergenlik döneminin birtakım özellikleri bulunmaktadır. UNESCO'nun (2014) tanımına göre ergenlik, doğum öncesi ve yenidoğan büyümesi dışında insanın yaşadığı en hızlı fiziksel büyümeyi içeren, yetişkinliğe doğru yol alınan kilit bir süreci ifade etmektedir. Buluş çağı olarak da adlandırılan ergenlik dönemi, ilk ergenlik ile başlayan ve bedensel, bilişsel ve psikolojik olgunlaşma ile son bulan bir dönemdir. Bu dönem kişide fizyolojik, psikolojik ve bilişsel değişim ve gelişmeleri beraberinde getirmektedir (Hatipoğlu, 2013, s. 12-13; Kulaksızoğlu, 2015, s. 37-38). Ergenlik döneminde bedensel değişiklikler kimliğe entegre edilirken psikolojik ve davranışsal değişimlerin etkileri de hissedilmektedir (UNESCO, 2014, s. 12-13; WHO ve BZgA, 2010).

Ergenlik süreci erken ergenlik, orta ergenlik ve geç ergenlik olmak üzere üç döneme ayrılmaktadır. *Erken ergenlik dönemi* (11-14 yaş), kişinin hızlı fizyolojik değişimler yaşadığı, çevresindekilere karşı tepkilerinde ani çıkışlar gösterebildiği ve soyut düşünmeye başladığı bir dönemdir (Şahin ve Özçelik, 2016, s. 43-44; Üstüner, 2015). *Orta ergenlik* (15-17 yaş), kişinin fiziksel gelişmelere uyum sağlamaya başladığı, kişilik arayışına girdiği, benlik duygusunun olgunlaşmaya başladığı ve bağımsızlık dürtüsünün güçlendiği bir dönemdir (Marcell, 2007, s. 60-62). *Geç ergenlik* (18-21 yaş) ise kişinin karar alma ve uygulama konusunda çelişkilerinin azaldığı, ilgi ve yeteneklerini keşfettiği, sorunları ele alma ve sorunlarla baş etme konusunda daha uyumlu davrandığı bir dönemdir (Kulaksızoğlu, 2015; Şahin ve Özçelik, 2016, s. 44; Üstüner, 2015, s. 257-258).

Ergenin bilişsel ve psikolojik gelişimi bireyin geleceğine, aile hayatına, sosyal kabulüne ve mesleki kariyerine yön vermektedir. *Bilişsel gelişim*, ergenin bakış açısındaki değişimi, geleceğe yönelik ilgisindeki artışı, soyut düşünmeye ve değerler edinmeye başlamasını içermektedir (Erişen, 2019, s. 12-13; Gardiner ve Gander, 2015). *Psikolojik gelişim* ise ergenlerin davranışlarındaki ve hislerindeki dengesizlikleri, çevresiyle ilişkilerindeki çekişmeleri, otonomi isteklerini, öfke, saldırganlık, başkaldırı ve bıkkınlık gibi duygu ve davranışlarını içermektedir (Yalom ve Steiner, 2008). Fiziksel, bilişsel ve psikolojik gelişim süreçlerinin deneyimlenme biçimi; ergenin kişilerarası ilişkilerini, sosyal becerilerini, karar alma süreçlerini, aile hayatı ve mesleki kariyeri gibi tüm yaşamsal süreçlerini etkilemektedir. Gelişim süreçlerinin en sağlıklı biçimde gerçekleşmesi için ergenin iletişim becerilerinin yüksek olması ve duygularını doğru ifade etmesi gerekmektedir.

Ergenlik Döneminde İletişim Becerileri

İletişim kavramı en net tabiriyle duygu, düşünce, bilgi ve görüşlerin bir kişiden diğer kişiye ortak dil veya davranış dizisi aracılığıyla aktarıldığı bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Guthrie ve Reed, 1991; Jacobson, 2009; Zillioğlu, 2007). Gelişen teknoloji ve küreselleşmeyle beraber iletişim süreçleri yeni bir boyut kazanmakta ve kişilerarası ilişkilerde, toplumsal yaşamda, eğitim-öğretim hayatında ve mesleki ilişkilerde iletişimin önemi gitgide artmaktadır. Yüksek iletişim becerilerine sahip olmak, bireyin yaşam süreçlerini başarılı geçirmesine katkı sağlamaktadır. İletişim becerilerini edinmek için en önemli dönem kuşkusuz bireyin en çok gelişim gösterdiği ergenlik dönemidir. İnsan sosyal bir varlık olmanın gereği olarak kendini anlama, benliğinin farkında olma, başkalarını tanıma, anlama, etkileme, başkalarına duygu ve düşüncelerini anlatma ve iş birliği halinde çalışma gibi pek çok farklı nedenle iletişim sürecinden yararlanmaktadır (Cüceloğlu, 2019).

İletişim, kişisel etkileşim ve konuşma gibi kişilerarası süreçleri ve internet teknolojisi, gazete, dergi, radyo, televizyon, telefon, posta, kitaplar, film, billboard gibi kitle iletişim araçlarını içermektedir. Bundan dolayı kişinin etkili iletişim kurabilmesi için bütün iletişim kaynaklarından haberdar olması ve bu kaynakları etkili kullanması gerekmektedir (Jacobson, 2009, s. 10). McKay ve arkadaşları (2018), iletişim becerilerini temel, ileri, çatışma, sosyal, aile ve toplumsal beceriler olarak sıralamaktadır:

Tablo 1. İletişim Becerileri

Temel Beceriler	İleri Beceriler
• Dinleme • Kendini İfade Etme	• Vücut Dili • Gizli Gündemler • Transaksyonel Analiz • Anlaşılır Bir Dil Kullanma
Çatışma Becerileri	Sosyal Beceriler
• Kendine Güvenme Becerisi • Doğrulama Stratejileri • Arabuluculuk	• Doğru İlk İzlenimler Oluşturmak • İletişim Kurmak • Dijital İletişim
Aile Becerileri	Toplumsal Beceriler
• Çift Becerileri • Çocuklarla İletişim • Aile İletişimi	• Başkalarını Etkileme • Toplumsal İletişim • Görüşme

Ergenlik, bireyin kişilerarası ilişkilerde başarılı olmaya ve sosyal kabul görmeye çalıştığı bir dönemdir (Öztaban ve Adana, 2015). İletişim becerilerine sahip birey kendisine yöneltilen bir uyarı, eleştiri veya şikâyetlere birçok açıdan anlam verme yeteneğine sahiptir. Öte yandan iletişim becerilerine sahip olunması, kişinin iç dünyasına ilişkin ipuçları hakkında fikir sahibi olunmasını ifade etmektedir (Cüceloğlu, 2019; Özer, 2015). Ceyhan (2006), ergenlerin doğru ve etkili iletişim kurabilmeleri için iletişimde uygun cevaplar verilmesi, mantıklı sorular sorulması, vücut dilinin doğru kullanılması, iletişimdeki ipuçlarının çözülmesi, iyi bir dinleyici olunması, göz temasına dikkat edilmesi, doğru geribildirim verilmesi, ben dilinin kullanılması, empati yapılması, girişken olunması ve çatışmaların doğru yönetilmesi gerektiğini belirtmektedir. Dökmen (2016), bilgi sağlayıcı, öğretici, birleştirici ve tamamlayıcı iletişim becerilerine sahip olan ergenlerin hayatlarının kolaylaştığını, toplumsallaşma ve karar alma süreçlerini etkin gerçekleştirdiklerini, doğru bilgiye kolay ulaştıklarını, insan ilişkilerinde başarılı olduklarını ve iletişim kurdukları bireyle ortak bir dile sahip olmayı başardıklarını ifade etmektedir.

Literatür incelendiğinde ergenlerin iletişim becerileri konusunda yapılan çalışmaların 2000 yılı sonrasında artış gösterdiği fark edilmektedir. Ergenlerin iletişim becerilerine ilişkin yapılan çalışmalar, *sosyal beceriler* (Hair ve ark., 2002; Mantzouranis ve ark., 2019), *çevrim içi iletişim* (Valkenburg ve Peter, 2007; Valkenburg ve Peter, 2011); *iletişim süreçlerinde yaşanan zorluklar* (Purvis ve ark., 2019; Smith, 2009); *sosyal medya kullanımı* (Bozzola ve ark., 2022; O’Keeffe ve Clarke-Pearson, 2011); *öfke kontrolü* (Anjanappa ve ark., 2023; Keçialan ve Ocağcı, 2018) ve *yaşam becerileri* (Haider ve Burfat, 2018; Sagone ve ark., 2020) üzerinde yoğunlaşmaktadır. Ergenlerin iletişim becerilerini sosyodemografik açıdan inceleyen çalışmalarda da cinsiyet, yaş (Feraco ve

Meneghetti, 2023; Karademir ve Türkçapar, 2016), ailenin ekonomik durumu (Hamidovic, 2017; Spencer ve ark., 2017), sağlık durumu (Collett ve ark., 2019; Mao ve ark., 2022) gibi değişkenlere odaklanılmıştır. Literatürdeki çalışmaların iletişim becerilerinin ergenin çevresiyle olan ilişkisine ve çevrim içi iletişime etkisine odaklandığı söylenebilir.

Ergenlik Döneminde Öfke

Öfke; günlük yaşamda sıklıkla karşılaşılabilen, fizyolojik değişimlerin eşlik ettiği, farklı yoğunluklarda tecrübe edilen bir duygu olarak tarif edilmektedir (Hollenhorst, 1998). Bir başka tanımda öfke; fizyolojik ve bilişsel tepkileri, hayal kırıklıklarını, şiddet ve kızgınlık durumlarını içerisinde barındıran, olumlu veya olumsuz neticeleri bulunan bir duygudur (Berkowitz ve Harmon-Jones, 2004). Öfke duygusu çeşitli fizyolojik, davranışsal ve iletişimsel süreçlerden kaynaklanmakta, genellikle engellenme, rahatsız edilme, dürtüsellik ve düşük benlik saygısına sahip olma gibi durumlarda ortaya çıkmaktadır (Starner ve Peters, 2004). Öfke, durumluk ve sürekli olmak üzere iki boyutta incelenmektedir: *Durumluk öfke*, yaşanan olaylara verilen anlık tepkileri ifade ederken zaman, mekân ve olaylara göre değişim göstermektedir. *Sürekli öfke* ise herhangi bir olay, durum veya uyarıcıdan bağımsız olarak devam eden öfke durumudur (Spielberger ve ark., 1988). Öfkenin birbiriyle bağlantılı üç ana boyutu bulunmaktadır.

Öfkenin bilişsel boyutu kişinin beklentilerini, inançlarını, bilgi yapılarını ve yorumlama süreçlerini içeren şemaları; *öfkenin fizyolojik boyutu* ise biyolojik süreçleri ifade etmektedir. Son olarak *öfkenin davranışsal boyutu* öfkenin ifade tarzıyla ilişkilidir (Atış, 2019, s. 12-14; Robins ve Novaco, 1999).

Öfke, doğru ifade edildiğinde olumlu etkileri olan bir duygudur. Bu nedenle kişilerarası ilişkilerde güçlükler yaşayan ergenler için öfkenin doğru bir şekilde ifade edilmesi önem arz etmektedir (Hollenhorst, 1998). Öfke ifade tarzı bireylerin bilişsel farklılıklarına, uyarıcının türü ve derecesine göre değişkenlik göstermektedir. Bireylerin bir bölümü toplumun ve sosyal sistemin etkisi ile öfkelerini bastırmayı veya kontrol etmeyi; bazıları da öfkelerini dışa vurmayı tercih etmektedir (Partlak Günüşen, 2016, s. 36-37). Spielberger (2010), öfkenin ifade tarzlarını *öfkenin içe yönltilmesi*, *öfkenin dışa yönltilmesi* ve *öfkenin kontrol edilmesi* olarak üç başlık altında sınıflandırmaktadır. *Öfkenin içe yönltilmesi*, bireyin var olan öfkesini gizlemesi veya öfkeyi içinde tutmasıdır. *İçe yönltilme*, bireyin öfke uyaran ve etmenleriyle baş etmede kullandığı bir uyum mekanizması olarak değerlendirilmektedir. *Öfkenin dışa yönltilmesi*, bireyin öfke anında sözlü, fiziksel ya da agresif davranışlar sergilemesi olarak tanımlanmaktadır (Atış, 2019; Kerr ve Schneider, 2008). *Dışa yönltilme* ise öfke duygusu, sözel, görsel ve davranışsal olarak yansıtılmaktadır (Spielberger, 2010). *Öfkenin kontrolü*, kişiden kişiye farklılık göstermekle birlikte en uygun yöntemi belirlemek kişinin benliğine ve bakış açısına bağlıdır. Öfke kontrol sürecinde bireyin günlük yaşam kalitesinin ve kişilerarası ilişkilerinin zarar görmemesi, öfkenin farkında olunması ve öfkenin kabullenilmesi son derece önemlidir (Luhn, 2004; Soykan, 2003, s. 23-24).

Öfke duygusu, ergenlik döneminde sıklıkla deneyimlenmesi ve olumsuz neticeler ortaya çıkarabilmesi sebebiyle detaylı bir şekilde irdelenmelidir (Flanagan ve ark., 2010, s. 87-90; Siyez ve Tan Tuna, 2014, s. 12-14). Ergenlik döneminde öfkenin nedenlerinin başında sosyal etmenler gelmektedir. Bu etmenler; sosyal engellenme, düş kırıklıkları, sosyal etkinliklerinin kısıtlanması, benliğe yönelik eleştiri ve reddedilme olarak sayılabilir (Dolgin, 2017). Bu süreçte ergenler alay edilme, eleştirilme, reddedilme ve utandırılma davranışlarına karşı çok hassastır. Söz konusu davranışlar ergenler tarafından kimliğe yönelik bir tehdit

olarak algılanabilmektedir. Ergene karşı yöneltilen bu tür tutum ve davranışlar, ergenlik dönemine özgü sorunlarla kesiştiğinde ergenin öfke gösterme olasılığı artış göstermektedir (Karababa ve Dilmaç, 2015, s. 1152). Sergilenen tutum ve davranışların başında somurtma, ailedeki veya çevredeki bireylerle çatışma, içe kapanma, küfür etme, çevredeki bireylere başkaldırma ve öfke nöbetleri geçirme gelmektedir (Dolgin, 2017). Ergenlerde öfke ile ilgili yapılan çalışmalar 2000 yılından sonra hız kazanmıştır. Ergenlerde öfke alanında yapılan çalışmalar *yaşam tarzı* (Musante ve Treiber, 2000), *duygusal sorunlar* (Colletti, 2000), *utanma* (Lutwak ve ark., 2001), *bilişsel davranışçı yaklaşım* (Nickerson, 2003), *cinsiyet* (Boman, 2003), *saldırganlık* (Campano ve Munakata, 2004; Valizadeh ve ark., 2010; Wittmann ve ark., 2008), *öfke ifade tarzı* (Albayrak ve Kutlu, 2009; Kerr ve Schneider, 2008; Olmuş, 2001; Starner ve Peters, 2004) ve *riskli karar alma* konuları üzerinde yoğunlaşmaktadır. Ergenlerin öfke ifade tarzlarını sosyodemografik açıdan inceleyen çalışmalarda da sağlık durumu (Kidwell ve ark., 2016; Özyurt ve ark., 2020), sosyal ilişkiler (Keleşoğlu ve ark., 2019), cinsiyet ve kültürel farklılıklar (Karkhanis ve Winsler, 2016) gibi değişkenlere odaklanılmıştır. Ancak literatürde ergenlerin iletişim becerileri ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiye odaklanan sınırlı sayıda çalışma olması ergenlerde iletişim becerileri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarına odaklanmanın gerekliliğini ortaya koymaktadır. Bu gereklilikten hareketle çalışmanın amacı ergenlerin iletişim becerileri ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaca uygun olarak çalışmada aşağıda verilen üç alt probleme yer verilmiştir:

- Ergenlerin sosyodemografik özellikleri nelerdir?
- Ergenlerin sosyodemografik özelliklerine göre iletişim becerileri ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir fark var mıdır?
- Ergenlerin iletişim becerileri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında herhangi bir ilişki var mıdır?

Yöntem

Ergenlerde iletişim becerilerinin ve sürekli ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesinin amaçlandığı bu araştırmada nicel araştırma yöntemi benimsenmiştir. Araştırmada, genel ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmada seçilen örneklem üzerinde, belirlenen ölçme araçlarıyla yapılan inceleme sonucunda evren hakkında bilgi sahibi olunması, araştırmanın içeriğine uygun olarak belirlenen değişkenler arasında ilişki olup olmadığının incelenmesi amaçlanmaktadır.

Katılımcılar ve Süreçler

Araştırmanın evrenini Kilis ilinde öğrenim gören ortaöğretim öğrencisi ergenler oluşturmaktadır. Araştırmacıların katılımcılara erişimini daha olanaklı kılması, Kilis ilinin seçilmesinde etkili olmuştur. Örneklem seçiminde olasılıksız örnekleme yöntemlerinden olan uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygun örnekleme, erişim kolaylıklarına ve uygunluklarına göre seçilen, olasılığa dayalı olmayan bir örnekleme yöntemidir (Krysis, 2010). Araştırmanın örneklemini bir lisede öğrenim gören, 14-18 yaş aralığında, araştırmaya katılmaya gönüllü öğrenciler oluşturmaktadır. Öğrencilere gerekli bilgilendirmenin yapılmasının ardından araştırma sorularını içeren formun yer aldığı internet bağlantısı öğrencilerle paylaşılmış ve yanıtlar internet ortamında toplanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak 'Sosyodemografik Form', 'İletişim Becerileri Envanteri' ve 'Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları'

kullanılmıştır. Araştırmaya katılmaya gönüllü 147 öğrenci, okul dışı zamanlarında anket sorularını yanıtlamıştır. Ancak eksik olarak yanıtladığı fark edilen 11 soru formu analize dâhil edilmemiş ve 136 katılımcıya ait yanıt değerlendirmeye alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Sosyodemografik Form

Araştırmacı tarafından hazırlanan yarı-yapılandırılmış ‘Sosyodemografik Form’da katılımcıların cinsiyet, yaş, sınıf, barınma, not ortalaması, kardeş sayısı ve kendine ait odaya sahip olma durumu gibi bilgilerini öğrenmeyi amaçlayan sorular yer almaktadır.

Tablo 2. Ergenlerin Sosyodemografik Özellikleri

	N	%
Cinsiyet		
Erkek	75	55.1
Kadın	61	44.9
Yaş		
Ortalama $\pm$ Sd	16,44 $\pm$ 1,29	
En düşük-en yüksek	14-18	
Sınıf (Lise)		
1	52	38,2
2	17	12,5
3	30	22,1
4	37	27,2
Barınma		
Ev	110	81,5
Yurt	25	18,5
Not Ortalaması		
Ortalama $\pm$ Sd	60,28 $\pm$ 13,4	
En düşük-en yüksek veri	25-89,5	
Kardeş Sayısı		
1	3	2,3
2	29	21,8
3	41	30,8

4	28	21,1
5+	32	24,2

Kendine ait odası

Evet	69	51,1
Hayır	66	48,9

Tablo 2’de katılımcıların sosyo-demografik bilgilerine yer verilmektedir. Ergenlerin %55,1’i erkek olup yaşları 14 ile 18 arasında değişmektedir. Katılımcıların ortalama yaşı $16,44 \pm 1,29$ (ortalama $\pm$ s.sapma) olup %38,2’si 9.sınıf öğrencisidir. Katılımcıların %18,5’i yurtda barınmakta ve %51,1’inin yaşadıkları ev veya yurtda kendilerine ait bir odaları bulunmamaktadır.

İletişim Becerileri Envanteri

Korkut (1996) tarafından geliştirilen ‘İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği’, 70 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından yapılan çalışmanın ardından kısaltılmış ve yeni form 45 maddelik bir ölçek haline gelmiştir. Ölçek bireyin iletişim becerilerini bilişsel, duygusal, davranışsal olmak üzere üç alt boyutta değerlendirmektedir. Beşli likert tipi olarak hazırlanan envanterin toplam puanı en düşük 45, en yüksek 225’tir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0,72 olarak hesaplanmıştır. Alt boyutlarda ise bilişsel 0,83, duygusal 0,73, davranışsal boyut 0,82’dir. Ölçekten alınan puanın artış göstermesi, katılımcının iletişim becerilerinin de arttığını göstermektedir.

Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği

‘Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği’, Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilmiş, Özer (1994) tarafından ise Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçek, dördümlük likert tipinde olup toplam 34 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin ilk 10 maddesi sürekli öfke; 10-34. maddeleri ise öfke ifade tarzlarına ilişkindir. Bu ölçeğin alt boyutları, sürekli öfke, içe yönelik öfke, dışa yönelik öfke ve öfke kontrolüdür. Geçerlik güvenirlik çalışmasında alt boyutlara ilişkin Cronbach alfa değerleri sırasıyla; 0,79, 0,62, 0,78 ve 0,84’tür.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 25.0 programı ile yapılmıştır. Öncelikle tüm değişkenlerin tanımlayıcı analizleri yapılmıştır. Yapılan Kolmogorov-Smirnov Testi sonucunda verilerin normal olarak dağıldığı tespit edilmiştir. Bunun üzerine değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için parametrik testlerden yararlanılmıştır. Barınma ve kendisine ait odası bulunma durumları ile iletişim becerileri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzları puanları arasındaki farkı incelemek için bağımsız örneklem t-testi; ölçek puanları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak adına Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular

İletişim becerileri, iletişim becerilerinin alt boyutları, sürekli öfke ve öfke ifade tarzı değişkenleri için gerçekleştirilen ortalama, standart dağılım ve bağımsız örneklem t-testi (t) Tablo 3’te gösterilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların İletişim Becerileri, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Puanları, Standart Dağılımı ve Bağımsız Örneklem t-Testi (t) Sonuçları

Zihinsel İB			Duygusal İB		Davranışsal İB		İB Toplam	
	M (SD)	t	M (SD)	t	M (SD)	t	M (SD)	t
Kalınan Yer								
Ev	51,5 (7,6)	,126	47 (5,6)	-2,445*	52,6 (7,8)	-,326	151,2 (15,2)	-1,026
Yurt	51,3 (6,3)		50,1 (6)		53,1 (6,5)		154,6 (14)	
Kendine ait oda								
Ev	50,9 (7,7)	-,772	46,8 (4,9)	-2,015*	52,3 (7,4)	-,531	149,9 (14,2)	-1,419
Yurt	51,9 (7)		48,6 (6,4)		53,0 (7,8)		143,6 (15,7)	
Sürekli Öfke			Öfke İç		Öfke Dış		Öfke Kontrol	
	M (SD)	t	M (SD)	t	M (SD)	t	M (SD)	t
Kalınan Yer								
Ev	21,6 (6)	1,036	17,3 (4,7)	1,870	16,9 (5,2)	,970	18,5 (5,4)	,711
Yurt	20,2 (6,8)		16 (2,8)		15,8 (3,7)		20 (4,7)	
Kendine ait oda								
Evet	22 (7)	1,150	17,2 (4,5)	,260	17,3 (5,6)	1,454	18,7 (5,3)	-,283
Hayır	20,7 (5,7)		17 (4,4)		16 (4,1)		18,9 (5,2)	

* $p < 0,05$

Kalınan yere göre duygusal iletişim becerileri ($t = -2,445$, $df = 130$, $p < 0,05$) arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Bunun yanında kendine ait odası olma durumuna göre duygusal iletişim becerileri ($t = -2,015$, $df = 130$, $p < 0,05$) değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Buna karşın kalınan yere göre zihinsel, davranışsal ve toplam iletişim becerileri ile sürekli öfke ve ifade tarzları değişkenleri arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p > 0,05$). Kendine ait odası olma durumuna göre zihinsel, davranışsal ve toplam iletişim becerileri ile sürekli öfke ve ifade tarzları değişkenleri arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 4. Korelasyon Katsayıları: Not Ortalaması, İletişim Becerileri, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Değişkenleri

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Not Ortalaması (1)	1								
Zihinsel İB (2)	0,267**	1							
Duygusal İB (3)	0,093	-0,015	1						
Davranışsal İB (4)	0,304**	0,480**	0,307**	1					
İletişim Becerileri Toplam (5)	0,333**	0,730**	0,534**	0,860**	1				
Sürekli Öfke (6)	-0,050	-0,071	-0,080	-0,110	-0,121	1			
Öfke İç Vurumu (7)	-0,231*	0,001	-0,183*	-0,067	-0,105	0,390**	1		
Öfke Dış Vurumu (8)	-0,216*	-0,115	-0,167	-0,190*	-0,218*	0,732**	0,491**	1	
Öfke Kontrolü (9)	0,005	0,241**	0,105	0,190*	0,256**	-0,126	0,310**	-0,086	1

** $p < 0,01$, * $p < 0,05$

Tablo 4'te görüldüğü üzere not ortalaması ile zihinsel ($r = 0,267$; $p < 0,01$) ve davranışsal ($r = 0,304$; $p < 0,01$) iletişim becerileri alt boyutları ile iletişim becerileri toplam puanı ($r = 0,333$; $p < 0,01$) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Not ortalaması ile öfke iç vurumu ($r = -0,231$; $p < 0,01$) ve öfke dış vurumu ($r = -0,216$; $p < 0,01$) alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

İletişim becerileri toplam puanı ile İletişim Becerileri Ölçeği'nin tüm alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p < 0,01$). İletişim becerileri toplam puanı ile öfke dış vurumu ($r = -0,218$; $p < 0,05$) arasında negatif yönlü, iletişim becerileri toplam puanı ile öfke kontrolü ($r = 0,256$; $p < 0,01$) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Zihinsel iletişim becerileri ile öfke kontrolü ($r = 0,241$; $p < 0,01$) arasında pozitif yönlü, duygusal iletişim becerileri ile öfke iç vurumu arasında ($r = -0,183$; $p < 0,01$) negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Sürekli öfke ile öfke iç vurumu ($r = 0,390$; $p < 0,01$) arasında pozitif yönlü, sürekli öfke ile öfke dış vurumu ($r = 0,732$; $p < 0,01$) arasında pozitif yönlü; öfke iç vurumu ile öfke dış vurumu ($r = 0,491$; $p < 0,01$) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Tartışma

Bu araştırma, ergenlerde sürekli öfke, öfke ifade tarzı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Öncelikle ergenlerin sosyodemografik özelliklerine göre iletişim becerileri ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı fark olup olmadığı incelenmiştir. Ergenlerin kaldıkları yer ve kendilerine ait odaları olma durumları ile duygusal iletişim becerileri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Daha sonra ise ergenlerin iletişim becerileri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişki incelenmiştir. Ergenlerin iletişim becerileri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında çeşitli alt boyutlarda ilişki olduğu bulunmuştur.

Çalışmada not ortalaması ile öfke içe ve öfke dışı vurumu alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bu araştırmanın bulgularına paralel olarak Campano ve Munakata (2004) da ergenlerin öfke düzeyleri ile akademik başarı puanları arasında anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Yine benzer şekilde Kanoğlu (2008), ergenlerin akademik başarı durumu ile sürekli öfke, öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumu arasında anlamlı ilişki bulmuştur. Aynı şekilde Albayrak ve Kutlu (2009) tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin akademik başarıları ile sürekli öfke ve öfke dışı vurum düzeyleri arasında negatif, öfke kontrol düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu çalışmanın bulgularının ergenlerin öfke ve öfke ifade tarzları ile akademik başarı ilişkisi hakkında literatürdeki geçmiş çalışmalarla uyumlu olduğu söylenebilir.

Çalışmada kalınan yere göre sürekli öfke ve ifade tarzları değişkenleri arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Mevcut çalışmanın bulgularına paralel olarak Gönültaş ve Atıcı (2014), ergenlerin aileyle birlikte yaşama durumlarına göre sürekli öfke puanları ile arasında anlamlı bir farklılık bulmamıştır. Buna karşın Tambağ (2004), yurtda kalan ergenlerin öfke puanının ailesiyle yaşayan ergenlerin öfke puanından anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Çalışmamızda evde kalan ergenlerin sayısının yurtda kalan ergenlere göre bir hayli fazla olması yurtda kalan ergenlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları hakkında yorumlama yapmayı zorlaştırmaktadır. Ancak hem evin hem de yurtda kalan ergenler açısından çeşitli zorlukları barındırabileceği düşünüldüğünde kalınan yere göre sürekli öfke ve ifade tarzları değişkenleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamış olması olası gibi görünmektedir. Çünkü ev ortamının bütün ergenler için sağlıklı ve destekleyici bir ortam sağladığı söylenememekle birlikte yurt yaşamının da ergenlerin sosyal ve duygusal gelişimini etkileyebileceği ve bazı durumlarda öfke yaşamalarına neden olabileceği değerlendirilmektedir.

Bu çalışmada öfke kontrolü ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öfke, hayatta kalmak için gerekli olan doğal bir duygudur. Ancak aşırı olması halinde işlevselliğe zarar verebilir. Ergenlerin sağlık ve güvenliklerinin geliştirilmesi için öfkeleriyle baş edebilecek becerilerle donatılmaları gerekmektedir. Duygu ve düşüncelerini sağlıklı olarak ifade eden ergenlerin öfkelerini kontrol etmede daha başarılı oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Anjanappa ve ark., 2023) Kilag ve arkadaşları (2023) da öfke kontrolünün katılımcıların iyilik hali, iletişim becerileri ve duygu düzenlemeyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada da öfke kontrolü ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiye dair bulguların literatürdeki çalışmalarla uyumlu olduğu söylenebilir.

Çalışmada öfke içe vurumu ile duygusal iletişim becerileri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu araştırmanın bulgularına paralel olarak Lutwak ve arkadaşları (2001) de iletişim becerileri ile öfkenin içe yöneltilmesi arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulmuştur. Field ve arkadaşları (2001), ailesi ve arkadaşları ile iletişim kurma konusunda yetersiz olan ergenlerin öfkelerini içe vurmaya yönelimli olduklarını belirtmektedir. Yine benzer şekilde Albayrak ve Kutlu (2009), iletişim becerileri yüksek olan ergenlerin öfke içe vurum düzeylerinin anlamlı bir şekilde düşük olduğunu bulmuştur. Bu noktada araştırmanın bulgularının literatürdeki çalışmaların bulgularıyla paralellik gösterdiği söylenebilir.

Çalışmada öfke dışı vurumu ile davranışsal iletişim becerileri ve iletişim becerileri toplam puanı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu öfke dışı vurumu yüksek olan ergenlerin iletişim becerilerinin düşük olduğunu göstermektedir. Araştırmamızın bulgularına benzer şekilde Silver ve

arkadaşları (2000), öfkesini dışa vuran ergenlerin iletişim becerilerinin yetersiz olduğunu bulmuştur. Yine Haskan Avcı ve Yıldırım (2014) tarafından yapılan çalışmada, ailesi ve arkadaşları ile iletişim kurma düzeyleri yetersiz olan ergenlerin öfkelerini dışa vurdukları ve şiddete meyilli oldukları bulunmuştur. Çalışmada sürekli öfke ile iletişim becerileri alt boyutları ve toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak Puskar ve arkadaşları (2008), ergenlerde öfke ile iletişim becerileri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aslan ve Sevinçler Togan (2009) ergenlerin iletişim becerileri ile öfke düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Bu noktada bu araştırmanın bulgularının literatürdeki çalışmalardan farklılık gösterdiği söylenebilir. Ergenlerin yaşadıkları sosyoekonomik koşullar, aile yapısı, kültürel farklılıklar, psikososyal faktörler ve sosyal destek gibi unsurlar bu farklılığın nedeni olabilir. Ayrıca iletişim becerileri ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzı arasındaki ilişkiyi etkileyebilecek diğer değişkenlerin etkileşimli etkilerinin farklılaşması da bu farklılığa neden olmuş olabilir.

Sürekli öfke ile öfke içe-dışa vurumu arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında öfke içe vurumu, öfke dışa vurumu ve öfke kontrolü arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Benzer şekilde Armstead ve Clark (2002) ergenlerin öfke ifade etme biçimlerini inceledikleri çalışmada, öfke içe vurum ve öfke dışa vurum puanları arasında anlamlı ilişki olduğunu bulmuştur. Starner ve Peters (2004) ise sürekli öfke, öfke içe vurumu, öfke dışa vurumu ve öfke kontrolü arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Albayrak ve Kutlu (2009) ergenlerde sürekli öfke düzeyi ile öfke içe-dışa vurumu arasında pozitif, sürekli öfke düzeyi ile öfke kontrolü arasında negatif, öfke dışa vurumu ile öfke kontrolü arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sürekli öfke ve öfke ifade tarzları konusundaki literatürdeki çalışma bulgularının kimi yönleriyle bu araştırma bulgularına paralellik gösterdiği kimi yönleriyle de ayrıldığı görülmektedir. Araştırmanızda ergenlerin iletişim becerileri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi incelerken literatürdeki diğer çalışmalarla tam bir uyum yakalayamamamızın çeşitli nedenleri olabilir. Farklı çalışmalarda incelenen ergenlerin yaşları ve gelişimsel dönemleri farklılık göstermiş olabilir. Ergenlerin yaşadığı sosyoekonomik koşullar, aile yapısı, eğitim düzeyi gibi etmenlerin farklılaşması bu duruma neden olmuş olabilir. Farklı kültürlerde yetişen ergenlerin iletişim tarzları, duygularını ifade etme biçimleri ve sosyal normları farklı olabilir. Bu da farklı araştırma sonuçlarına yol açabilir. Ölçeklerin içeriği ve odaklandığı boyutlar sözel iletişim, beden dili veya duygusal ifade açısından farklı noktaları ölçüyor olabilir.

İnsan ilişkilerinin farklı boyut kazandığı ve daha anlamlı hale geldiği günümüzde, ergenlerin olgunlaşma ve toplumsal hayata katılma sürecinde başarılı olabilmeleri için duygu ve düşüncelerini doğru bir şekilde aktarmalarını sağlayacak iletişim becerilerine sahip olmaları gerekmektedir. Ergenin kişilerarası ilişkilerini, eğitim hayatını, benlik saygısını ve mesleki kariyerini olumlu veya olumsuz anlamda etkileme ihtimali olan öfke duygusunun doğru ifade edilmesi için ergenin iletişim becerilerinin yüksek olması gerekmektedir. Bu çalışma ergenlerin iletişim becerilerinin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını anlamlı derecede etkilediğini göstermesi bakımından önem arz etmektedir. Ayrıca çalışma, ergenlerin iletişim becerilerinin geliştirilmesi ve öfkelerinin doğru ifade edilmesinin sağlanması noktasında diğer çalışmalar için yol göstericidir.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada ergenlerin iletişim becerileri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzları incelenmiştir. Çalışmada ergenlerin iletişim becerileri arttıkça öfke kontrol düzeylerinin anlamlı bir şekilde artış, öfke dışı vurum düzeylerinin ise anlamlı bir şekilde azalış gösterdiği bulunmuştur. Ergenlik, bedensel, ruhsal ve bilişsel olarak esaslı değişimlerin meydana geldiği önemli bir dönemdir. Kişiler arası ilişkilerin geliştirildiği ve bireyin sosyal kabul için ilave çabalar sarf ettiği bir dönem olan ergenlikte iletişim becerileri, gelişim sürecinin önemli bir unsuru halini almaktadır. Ergenlik döneminde öfke, genellikle sosyal koşullar nedeniyle gerçekleşmektedir. Alay edilme, eleştiriyeye maruz kalma ve reddedilme gibi davranışlara karşı gelişen hassasiyetle birlikte söz konusu davranışlar ergenler tarafından kimliğe yönelen bir tehdit olarak değerlendirilmektedir. Öfke duygusu, ebeveynlere, arkadaşlara veya sosyal çevrede yer alan diğer bireylere karşı şiddet içeren davranışlar sergilenmesiyle sonuçlanabilmektedir.

Bu araştırma bulguları çerçevesinde kamu kurum ve kuruluşları ile yerel yönetimler tarafından politikalar geliştirilebilir. Milli Eğitim Bakanlığı, öğrencilerin duygusal farkındalık ve çatışma çözme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmak için sosyal-duygusal öğrenme programlarını müfredata dâhil etmelidir. Rehberlik servisleri daha fazla grup etkinliği ve bireysel danışmanlık sunmalıdır. Ailelerin çocuklarıyla iletişimlerini geliştirmelerine yardımcı olmak için ebeveyn eğitim programları uygulanabilir. Ayrıca belediyeler ve sivil toplum kuruluşları gençlik merkezlerinde öfke kontrolü atölyeleri, drama seansları ve spor aktiviteleri düzenleyebilir.

Sosyal hizmet meslek ve disiplini müracaatçı grupları arasında yer alan ergenlerin iyilik hali ve sosyal işlevselliği noktasında önemli roller üstlenmektedir. Araştırma bulguları ergenlik döneminde bireylerin iletişim becerilerinin geliştirilmesine yönelik faaliyetlerin gerek öfkenin dışı vurumu gerek kontrolü noktasında son derece önemli olduğunu göstermektedir. Türkiye’de henüz pilot uygulama düzeyinden öteye geçemeyen okul sosyal hizmetinin gerekliliği bu araştırmanın bulgularıyla bir kere daha anlaşılmaktadır. Okul sosyal hizmet uzmanları, ergenlere etkili iletişim becerileri kazandırarak, onların duygularını daha sağlıklı bir şekilde ifade etmelerine ve çatışmaları daha yapıcı bir şekilde çözmelerine yardımcı olabilir. Ergenlerin öfke yönetimi becerilerini geliştirmek, okul sosyal hizmetinin önemli bir görev alanıdır. Öfke yönetimi eğitimleri, ergenlere öfkenin nedenlerini anlamalarını, öfke belirtilerini tanımlarını ve öfkeyle başa çıkma stratejileri geliştirmelerini öğretebilir. Araştırma, ergenlerin sosyodemografik özelliklerinin iletişim becerileri üzerindeki etkisini ortaya koymuştur. Okul sosyal hizmet uzmanları, bu farklılıklara duyarlı olarak ergenlere özel destek programları geliştirebilirler.

Ergenlik, bireyin bedensel, psikolojik ve bilişsel gelişimi ile yetişkinlik dönemindeki iyilik hali noktasında son derece önemli bir evreyi ifade etmektedir. Bu çalışmada iletişim becerilerinin geliştirilmesinin aynı zamanda ergenlerin öfke kontrolüne ve öfkenin yapıcı olarak ifade edilmesine katkı sağladığı bulunmuştur. Kanıta dayalı etkili uygulamaların yürütülebilmesi için ergenlerde iletişim becerileri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzları konularına odaklanan daha fazla araştırma yapılmalıdır. Örneğin farklı sosyoekonomik düzeylerden ve kültürel arka planlardan gelen ergenleri içeren daha geniş örneklem grupları üzerinde çalışmalar yapılabilir. Psikolojik ve sosyal faktörlerin etkilerinin daha detaylı incelenmesi için boylamsal araştırmalar gerçekleştirilebilir. Bu sayede ergenlerin iletişim becerileri ve öfke arasındaki ilişki hakkında daha kapsamlı ve güvenilir bilgilere ulaşmak mümkün olabilir.



EXTENDED ABSTRACT

Evaluation of Adolescents' Communication Skills and Anger Expression Styles

*Cihangir Karakaya**

*Mehmet Başcılar***

Introduction

In order for an individual to integrate with the society and reach sufficient maturity during adolescence, it is extremely important for him/her to gain knowledge, skills and experience, control his/her behaviors and express his/her emotions correctly. In parallel with this, the expression style of anger determined by social, behavioral and communicative factors can have positive or negative consequences in the adolescent's life (Duran and Eldeleklioğlu, 2005, p. 268). In fact, many issues such as coping with problems, the way followed during communication and social acceptance are shaped by the anger expression style (Albayrak and Kutlu, 2009, p. 58). Anger expression style and communication skills are interrelated concepts. The correct expression of anger requires high mental, emotional and social communication skills (Flanagan et al., 2010, pp. 87-90; Siyez and Tan Tuna, 2014, pp. 12-14). However, the limited number of studies focusing on the relationship between communication skills and anger expression styles of adolescents in the literature reveals the necessity of focusing on communication skills, trait anger and anger expression styles in adolescents. Based on this necessity, the aim of this study is to examine the relationship between communication skills and anger expression styles in adolescents. In accordance with this purpose, the following three sub-problems were addressed in the study:

- What are the sociodemographic characteristics of adolescents?
- Is there a significant difference between adolescents' communication skills and trait anger and anger expression styles depending on their sociodemographic characteristics?
- Is there any relationship between adolescents' communication skills and trait anger and anger expression styles?

* Lecturer, Zonguldak Bülent Ecevit University, Zonguldak, Türkiye, chngr.krky@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1104-379X

** Associate Professor, Necmettin Erbakan University, Konya, Türkiye, mehmetbascilar@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0223-8050

Method

In this study, which aims to examine the relationship between communication skills and trait expression styles in adolescents, a quantitative research method was employed. General and relational survey models were used in the study. It is aimed to elicit information about the study group by using some measurement tools and to examine whether there is a relationship between the variables determined in accordance with the content of the study. The population of the study consists of high school adolescents in Kilis province. The convenience sampling method (Krysik, 2010) was used in the study. The sample of the study consists of high school students attending a private high school in Kilis province. A sociodemographic form, the Communication Skills Scale and the Trait Anger and Anger Expression Styles Scale were used as data collection tools. The data were analyzed using the SPSS 25.0 program. First of all, descriptive analysis of all the variables was performed. As a result of the Kolmogorov-Smirnov Test, it was determined that the data were normally distributed. Therefore, parametric tests were used to examine the correlations between variables. Independent sample t-test was used to examine the correlation between place of residence and having a room of their own and communication skills, trait anger and anger expression styles scores and Pearson correlation analysis was used to reveal the correlation between the scale scores..

Conclusion and Discussion

In the study, a significant correlation was found between grade point average and anger internalization and anger externalization sub-dimensions. In parallel with the findings of this study, Campano and Munakata (2004) also found a significant correlation between adolescents' anger levels and academic achievement scores. Similarly, Kanoğlu (2008) found a significant correlation between adolescents' academic achievement and trait anger, anger internalization and anger externalization. Similarly, Albayrak and Kutlu (2009) found a significant negative correlation between adolescents' academic achievement and trait anger and anger externalization levels, and a significant positive correlation with anger control level. In the study, the variables of trait anger and expression styles were found to not vary significantly depending on the place of residence. In parallel with our findings, Gönültaş and Atıcı (2014) did not find a significant difference between trait anger scores of adolescents depending on their living with their families. On the other hand, Tambağ (2004) found that the anger scores of adolescents living in dormitories were significantly higher than the anger scores of adolescents living with their families.

In this study, a significant correlation was found between anger control and communication skills. It was concluded that adolescents who express their feelings and thoughts in a healthy way are more successful in controlling their anger (Anjanappa et al., 2023). Kilag et al. (2023) also show that anger control is related to participants' well-being, communication skills and emotion regulation. In this study, it can be said that the findings regarding the correlation between anger control and communication skills are consistent with the studies in the literature.

In the study, a significant negative correlation was found between anger internalization and emotional communication skills. In parallel with the findings of this study, Lutwak et al. (2001) also found a significant negative correlation between communication skills and anger internalization. Field et al. (2001) stated that adolescents who are inadequate in communicating with their family and friends tend to internalize their anger.

In the study, a significant negative correlation was found between anger expression and behavioral communication skills and communication skills total score. Similar to the findings of our study, Silver et al. (2000) found that adolescents who externalize their anger have inadequate communication skills. Again, in the study conducted by Haskan Avcı and Yıldırım (2014), it was found that adolescents with inadequate levels of communication with their family and friends externalized their anger and were prone to violence. In the study, no significant correlation was found between trait anger and communication skills sub-dimensions and total score. However, Puskar et al. (2008) found a significant negative correlation between anger and communication skills in adolescents. Aslan and Sevinçler Togan (2009) found a significant negative correlation between communication skills and anger levels of adolescents. At this point, it can be said that the findings of this study differ from the studies in the literature.

A significant correlation was found between trait anger and anger internalization-externalization. In addition, there is a significant correlation between anger internalization, anger externalization and anger control. Similarly, Armstead and Clark (2002) found a significant correlation between anger internalizing and anger externalizing scores in their study examining the anger expression styles of adolescents. Starner and Peters (2004) found a significant correlation between trait anger, anger internalization, anger externalization and anger control. Albayrak and Kutlu (2009) found a positive correlation between trait anger level and anger internalization-externalization, a negative correlation between trait anger level and anger control, and a negative significant correlation between anger externalization and anger control in adolescents. It is seen that the findings of the studies in the literature on trait anger and anger expression styles are parallel to the findings of this study in some aspects and differ in some others.

Adolescents should have strong communication skills in order to express their anger, which may positively or negatively affect their interpersonal relationships, educational life, self-esteem and professional career. This study is important in terms of showing that adolescents' communication skills significantly affect their trait anger and anger expression styles. In addition, the study is a guide for other studies in terms of improving adolescents' communication skills and ensuring the correct expression of their anger.

Kaynakça/References

- Albayrak, B. ve Kutlu, Y. (2009). Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2(3), 57-69.
- Anjanappa, S., Govindan, R., Munivenkatappa, M. ve Bhaskarapillai, B. (2023). Effectiveness of anger management program on anger level, problem-solving skills, communication skills, and adjustment among school-going adolescents. *Journal of Education and Health Promotion*, 12(1), Article 90. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1216_22
- Armstead, C. A. ve Clark, R. (2002). Assessment of self-reported anger expression in pre- and early-adolescent African Americans: psychometric considerations. *Journal of adolescence*, 25(4), 365-371. <https://doi.org/10.1006/jado.2002.0481>
- Aslan, E. ve Sevinçler Togan, S. (2009). Duygu yönetimine bir hizmet: Ergen Öfke Değerlendirme Ölçeği Türkçe versiyonu (Adolescent Anger Rating Scale - AARS). *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(2), 369-400.
- Atuş, Y. (2019). *Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile boyun eğici davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.

- Berkowitz, L. ve Harmon-Jones, E. (2004). Toward an understanding of the determinants of anger. *Emotion* (Washington, D.C.), 4(2), 107–130. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.4.2.107>
- Boman, P. (2003). Gender differences in school anger. *International Education*, 4(2), 71-77.
- Bozzola, E., Spina, G., Agostiniani, R., Barni, S., Russo, R., Scarpato, E., Di Mauro, A., Di Stefano, A. V., Caruso, C., Corsello, G. ve Staiano, A. (2022). The Use of social media in children and adolescents: scoping review on the potential risks. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 9960. <https://doi.org/10.3390/ijerph19169960>
- Campano, J. ve Munakata, T. (2004). Anger and aggression among Filipino students. *Adolescence*, 39(156), 757-764.
- Ceyhan, A. A. (2006). An investigation of adjustment levels of Turkish university students with respect to perceived communication skill levels. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 34(4), 367–380. <https://doi.org/10.2224/sbp.2006.34.4.367>
- Christie, D. ve Viner, R. (2005). Adolescent development. *BMJ (Clinical research ed.)*, 330(7486), 301–304. <https://doi.org/10.1136/bmj.330.7486.301>
- Collett, B. R., Chapman, K., Wallace, E. R., Kinter, S. L., Heike, C. L., Speltz, M. L. ve Werler, M. (2019). Speech, language, and communication skills of adolescents with craniofacial microsomia. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 28(4), 1571–1581. https://doi.org/10.1044/2019_AJSLP-19-0089
- Colletti, L. (2000). *Effects Of An Anger Management Program In The Classrooms Of Emotionally Disturbed Adolescents* [Unpublished doctoral thesis]. Rutgers The State University Of New Jersey.
- Cüceloğlu, D. (2019). *İnsan insana*. Remzi Kitabevi.
- Dolgin, K. G. (2017). *The Adolescent: Development, relationships and culture*. Pearson.
- Dökmen, Ü. (2016). *İletişim çatışmaları ve empati*. Remzi Kitabevi.
- Duran, Ö. ve Eldeleklioğlu, J. (2005). Öfke kontrol programının 15 ve 18 yaş arası ergenler üzerindeki etkililiğinin araştırılması. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(3), 267-280.
- Erişen, F. (2019). *Ergenlerde öfke düzeyi ve öfke ifade tarzları ile duygusal zeka ve öz-duyarlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Yakın Doğu Üniversitesi.
- Ersanlı, K. ve Balcı, S. (1998). Developing a communication skill inventory: Its validity and reliability. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 10(2), 7-12. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.7212>
- Feraco, T. ve Meneghetti, C. (2023). Social, emotional, and behavioral skills: Age and gender differences at 12 to 19 years old. *Journal of Intelligence*, 11(6), 118. <https://doi.org/10.3390/jintelligence11060118>
- Field, T., Diego, M. ve Sanders, C. (2001). Adolescent depression and risk factors. *Adolescence*, 36(143), 491-498.
- Flanagan, R., Allen, K. ve Henry, D. J. (2010). The impact of anger management treatment and rational emotive behavior therapy in a public school setting on social skills, anger management, and depression. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 28(2), 87–99. <https://doi.org/10.1007/s10942-009-0102-4>
- Gardiner, H. W. ve Gander, M. J. (2015). *Çocuk ve ergen gelişimi*. (A. Dönmez ve N. Çelen, Çev.). İmge Kitabevi.
- Gönültaş, O. ve Atıcı, M. (2014). Ortaokul son sınıf öğrencilerinin öfke düzeyleri ve saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(1), 370-386.
- Guthrie, J. W. ve Reed, R. J. (1991). *Educational administration and policy: Effective leadership for American education*. Prentice Hall.
- Haider, S. I. ve Burfat, F. M. (2018). Improving self-esteem, assertiveness and communication skills of adolescents through life skills based education. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 26(2), 157-175.
- Hair, E., Garrett, S. B. ve Jager, J. (2002). *Helping teens develop healthy social skills and relationships: What the research shows about navigating adolescence*. Child Trends.
- Hamidovic, L. D. (2017). Emotional and behavioral problems in early adolescents and association with socio-demographic risk factors. *European Psychiatry*, 41(S1), S128–S128. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.1941>
- Haskan Avcı, Ö. ve Yıldırım, İ. (2014). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(1), 157-168.

- Hatipoğlu, N. Ş. (2013). Adolesanlarda psikososyal gelişim . *Türkiye Klinikleri Family Medicine - Special Topics*, 4(1), 12-15.
- Hollenhorst, P. S. (1998). What do we know about anger management programs in corrections. *Federal Probation*, 62(2), 52-64.
- Jacobson, S. K. (2009). *Communication skills for conservation professionals*. Island Press.
- Kanoğlu, E. (2008). *Lise öğrencilerinin öfke düzeyleri ve öfke ifadelerinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.
- Karababa, A. ve Dilmaç, B. (2015). Ergenlerde insani değerlerin sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerini yordamadaki rolü. *İlköğretim Online*, 14(3), 1149-1158. <http://dx.doi.org/10.17051/10.2015.85927>
- Karademir, T. ve Türkçapar, Ü. (2016). The study of communication skills in adolescent students according to sport activities and some variables. *International Peer-Reviewed Journal of Humanities and Academic Science*, 18, 25-45. <https://doi.org/10.17368/UHABAB.20161824266>
- Karkhanis, D. G. ve Winsler, A. (2016). Temperament, gender, and cultural differences in maternal emotion socialization of anxiety, somatization, and anger. *Psychological Studies*, 61(3), 137-158. <https://doi.org/10.1007/s12646-016-0360-z>
- Keçialan, R. ve Ocakçı, A. F. (2018). Ergenlerle yapılan sosyal beceri eğitiminin iletişim ve öfke kontrolüne etkisi. *Medical Sciences*, 13(3), 58-65.
- Keleşoğlu, F., Aksakal Kuc, H. ve Atasayar, M. (2019). Predictor relationships between the anger level, anger styles and social sharing. *Turkish Journal of Applied Social Work*, 2(2), 154-173.
- Kerr, M. A. ve Schneider, B. H. (2008). Anger expression in children and adolescents: a review of the empirical literature. *Clinical Psychology Review*, 28(4), 559-577. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2007.08.001>
- Kidwell, K. M., Van Dyk, T. R., Guenther, K. D. ve Nelson, T. D. (2016). Anger and children's health: Differentiating role of inward versus outward expressed anger on sleep, medical service utilization, and mental health. *Children's Health Care*, 45(3), 342-358. <https://doi.org/10.1080/02739615.2015.1038680>
- Kilag, O. K. T., Yamson, J. B., Bocao, M. T., Cordova Jr, N. A. ve Sasan, J. M. (2023). Anger and stress management techniques for successful educational leadership. *International Journal of Scientific Multidisciplinary Research*, 1(9), 1103-1118. <https://doi.org/10.55927/ijsmr.v1i9.3578>
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(17), 231-256.
- Korkut, F. (1996). İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin geliştirilmesi: Güvenirlik ve geçerlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 18-23.
- Krysik, J. L. (2010). *Research for effective social work practice*. Routledge.
- Kulaksızoğlu, A. (2015). *Ergenlik psikolojisi*. Remzi Kitabevi.
- Luhn, R. (2004). *Managing anger*. Alfa Basım yayım Dağıtım.
- Lutwak, N., Panish, J., Ferrari, J. R. ve Razzino, B. (2001). Shame and guilt and their relationship to positive expectations and anger expressiveness. *Adolescence*, 36(144), 641-653.
- MacKinnon-Lewis, C. ve Lofquist, A. (1996). Antecedents and consequences of boys' depression and aggression: Family and school linkages. *Journal of Family Psychology*, 10(4), 490-500. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.4.490>
- Mantzouranis, G., Baudat, S. ve Zimmermann, G. (2019). Assessing online and offline adolescent social skills: Development and validation of the real and electronic communication skills questionnaire. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(6), 404-411. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0655>
- Mao, P., Yang, X., Tan, M., Luo, A., Jiang, S., Guo, J., Su, J., Wiley, J., Xu, P. Ve Chen, J. L. (2022). The roles of parental absence, life skills and personality traits in mental health status among adolescents in rural China. *Journal of Pediatric Nursing*, 64, e15-e23. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.01.011>
- Marcell, A. (2007). Adolescence. R. Behrman, R. Kliegman ve H. Jenson (Ed.), *Nelson's textbook of pediatrics* (s. 60-65) içinde. Saunders Elsevier.
- McKay, M., Davis, M. ve Fanning, P. (2018). *Messages: The communication skills book*. New Harbinger Publications.

- Musante, L. ve Treiber, F. A. (2000). The relationship between anger-coping styles and lifestyle behaviors in teenagers. *The Journal of adolescent health* : Official publication of the Society for Adolescent Medicine, 27(1), 63–68. [https://doi.org/10.1016/s1054-139x\(99\)00098-1](https://doi.org/10.1016/s1054-139x(99)00098-1)
- Nickerson, K. (2003). *Anger in adolescents: The effectiveness of a brief cognitive behavioral anger management training program for reducing attitudinal and behavioral expressions of anger* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Capella University.
- O’Keeffe, G. S., Clarke-Pearson, K. ve Council on Communications and Media (2011). The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics*, 127(4), 800–804. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-0054>
- Olmuş, G. (2001). *Ergenlerin aile içi psikolojik örüntülere göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Özer, A. K. (1994). Sürekli Öfke (Sl- Ofke) ve İfade Tarzı (Öfke-Tarz) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Özer, A. K. (2015). *İletişimsizlik becerisi*. Galata.
- Öztaban, Ş. ve Adana, F. (2015). Lise öğrencisi erkek ergenlerde problem çözme eğitiminin; problem çözme becerisi, kişilerarası ilişki tarzı ve öfke kontrolü üzerine etkisi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 17(1), 21-36. <https://doi.org/10.69487/hemarge.695884>
- Özyurt, G., Tuncel, T., Eliaçık, K., Şenol, H. D., Öztürk, Y. ve Özdoğru, E. E. (2020). Adolescents with asthma reported more peer victimization, more anger repression, and less anger expression. *Journal of Asthma*, 58(10), 1307–1313. <https://doi.org/10.1080/02770903.2020.1782428>
- Partlak Günüşen, N. (2016). Öfke, saldırganlık ve psikiyatri hemşireliği. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatric Nursing-Special Topics*, 2(2), 36-43.
- Purvis, C., McNeill, B. ve Sutherland, D. (2014). Language, communication, and literacy skills of adolescents with behavioral difficulties in mainstream education. *Speech, Language and Hearing*, 17(4), 225–236. <https://doi.org/10.1179/2050572814Y.0000000044>
- Puskar, K., Ren, D., Bernardo, L. M., Haley, T. ve Stark, K. H. (2008). Anger correlated with psychosocial variables in rural youth. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 31(2), 71–87. <https://doi.org/10.1080/01460860802023513>
- Robins, S. ve Novaco, R. W. (1999). Systems conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology*, 55(3), 325–337. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1097-4679\(199903\)55:3<325::aid-jclp5>3.0.co;2-o](https://doi.org/10.1002/(sici)1097-4679(199903)55:3<325::aid-jclp5>3.0.co;2-o)
- Sagone, E., De Caroli, M. E., Falanga, R. ve Indiana, M. L. (2020). Resilience and perceived self-efficacy in life skills from early to late adolescence. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 882–890. <https://doi.org/10.1080/02673843.2020.1771599>
- Silver, M., Field, T., Sanders, C. ve Diego, M. (2000). Angry adoslescents who worry about becoming violent. *Adoloscence*, 35(140), 663-669.
- Siyez, D. M. ve Tan Tuna, D. (2014). Lise öğrencilerinin öfke kontrolü ve iletişim becerilerinde çözüm odaklı psiko-eğitim programının etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(41), 11-22. <https://doi.org/10.17066/pdrd.57097>
- Smith, M. M. (2009). The dual challenges of aided communication and adolescence. *Augmentative and Alternative Communication*, 21(1), 67-79. <https://doi.org/10.1080/10428190400006625>
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27. https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000192
- Spencer, S., Clegg, J., Stackhouse, J. ve Rush, R. (2017). Contribution of spoken language and socio-economic background to adolescents’ educational achievement at age 16 years. *International Journal of Language & Communication Disorders*, 52(2), 184-196. <https://doi.org/10.1111/1460-6984.12264>
- Spielberger, C. D. (2010). State-Trait Anger Expression Inventory. B. Weiner & W. E. Craighead (Ed.), *The Corsini encyclopedia of psychology* içinde. <https://doi.org/10.1002/9780470479216.corpsy0942>
- Spielberger, C. D., Jacobs, G., Russell, S. ve Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The State-Trait Anger Scale. J. N. Butcher ve C. D. Spielberger (Ed.), *Advances in Personality Assessment* (s. 161-189) içinde. Routledge.
- Spielberger, C. D., Krasner, S. S. ve Solomon, E. P. (1988). The Experience, Expression, and Control of Anger. M. P. Janisse (Ed.), *Individual differences, stress, and health psychology* (s. 89-108) içinde. Contributions to Psychology and Medicine Series. Springer.

- Starner, T. M. ve Peters, R. M. (2004). Anger expression and blood pressure in adolescents. *The Journal of School Nursing: The Official Publication of the National Association of School Nurses*, 20(6), 335-342. <https://doi.org/10.1177/10598405040200060801>
- Şahin, Ş. ve Özçelik, Ç. Ç. (2016). Ergenlik dönemi ve sosyalleşme. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(1), 42-49.
- Tambağ, H. (2004). *Aileleri ile birlikte ve yetiştirme yurtlarında yaşayan adölesanların öfke ifade etme biçimleri* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- UNESCO. (2014). *Puberty education & Menstrual hygiene management*. 4 Nisan 2020 tarihinde https://unesdoc.unesco.org/in/documentViewer.xhtml?v=2.1.196&id=p::usmarcdef_0000226792&file=/in/rest/annotationSVC/DownloadWatermarkedAttachment/attach_import_18c091fe-fdee-4cc7-8746- adresinden erişim sağlanmıştır.
- Üstüner, F. (2015). Yetişkinliğe bir adım kala. A. F. Ocaklı (Ed.), *Ergen sağlığı* (s. 255-275) içinde. Göktuğ Basım ve Dağıtım.
- Valizadeh, S., Davaji, R. B. ve Nikamal, M. (2010). The effectiveness of anger management skills training on reduction of aggression in adolescents. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 1195-1199. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.260>
- Valkenburg, P. M. ve Peter, J. (2007). Preadolescents' and adolescents' online communication and their closeness to friends. *Developmental psychology*, 43(2), 267-277. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.2.267>
- Valkenburg, P. M. ve Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: an integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *The Journal of Adolescent Health: Official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 48(2), 121-127. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>
- WHO ve BZgA. (2010). *Standards for sexuality education in Europe. A framework for policy makers, educational and health authorities and specialists*. 08.05.2020 tarihinde <http://www.bzga-whocc.de/?uid=072bde22237db64297daf76b7c-b998fo&id=Seite4486> adresinden alındı.
- Wittmann, M., Arce, E. ve Santisteban, C. (2008). How impulsiveness, trait anger, and extracurricular activities might affect aggression in school children. *Personality and Individual Differences*, 45(7), 618-623. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.07.001>
- Yalom, I. D. ve Steiner, H. (2008). *Ergen terapisi*. Prestij Yayınları.
- Zillioğlu, M. (2007). *İletişim nedir?*. Cem Yayınevi.



İNCELEME / ARAŞTIRMA

Ne Eğitimde Ne İstihdamda Olan Gençlerin (NEET) Yaşam Deneyimleri: Zorluklar Gereksinimler ve Beklentiler

*Menekşe Şahin**

*Gökhan Boduroğlu***

Öz

Bu çalışma, ne eğitimde ne istihdamda olan gençlerin (NEET) yaşam deneyimlerinde karşılaştıkları zorlukları, gereksinimlerini ve beklentilerini ele almaktadır. Çalışma, yaşları 15 ile 24 yaş arasında ve tamamı NEET statüsünde olan 17 gençle yapılan derinlemesine görüşmelere dayanarak, gençlerin deneyimlerini kendi anlatılarıyla yorumlamaktadır. Araştırma bulgularına göre NEET gençler; düşük ücretler, güvencesiz işler, uzun çalışma saatleri ve deneyim eksikliği gibi nedenlerle istihdamdan uzaklaşmaktadır. Gençlerin eğitimden uzaklaşmalarının temelinde ise ekonomik zorluklar ve eğitim sistemine olan güvensizlik gelmektedir. NEET gençler gelecek kaygısı, depresyon, huzursuzluk, özsaygıda azalma, sosyal çekilme ve sosyal izolasyon gibi ciddi psikososyal sağlık sorunlarıyla karşı karşıya kalmaktadır. Günlük yaşamlarında sosyal hayattan izole olan NEET gençler, işsizlik ve umutsuzluk nedeniyle devlete olan güvenlerini kaybetmekte; istihdam politikalarının ve sosyal desteklerin yetersizliğinden şikayet etmektedir. Bu çalışmanın ampirik temelli kavramsal sonuçlarına dayanarak sosyal açıdan hassas olan NEET gençlere yönelik genel ve müdahaleci yaklaşımın aşılması ve kişiselleştirilmiş bir yaklaşımın benimsenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: NEET Gençlik, Genç İşsizliği, Gençlik Hizmetleri, Sosyal Dışlanma

* Doç. Dr., Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, Çorum/Türkiye, meneksesahin@hitit.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9312-770X

** Öğr. Gör., Hitit Üniversitesi, Sungurlu MYO, Sosyal Hizmet ve Danışmanlık Bölümü, Çorum/Türkiye, gokhanboduroglu@hitit.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6424-6478

Abstract

The current study examines the challenges, needs, and expectations young individuals classified as not in education, employment or training (NEET) face in their lives. The study interprets the experiences of these young people through their narratives based on in-depth interviews conducted with 17 young people aged 15 to 24, all of whom are in NEET status. According to the research findings, NEET young people distance themselves from employment for reasons such as low wages, insecure jobs, long working hours and lack of experience. The main reasons for their disengagement from education include economic difficulties and mistrust to the education system. NEET young people face serious psychosocial problems such as anxiety about the future, depression, anxiety, reduced self-esteem, social withdrawal and social isolation. Isolated from social life in their everyday lives NEET young people lose trust in the state due to unemployment and hopelessness and complain about the inadequacy of both employment policies and social support. Based on the empirical and conceptual findings of this study, it is considered important to overcome the general and interventionist approach towards socially vulnerable NEET young people and to pursue a personalised approach.

Keywords: NEET Young People, Youth Unemployment, Youth Services, Social Exclusion

Giriş

Ne eğitimde ne istihdamda olan (not in education, empyoment or training-NEET) gençler, gelişmiş ve gelişmekte olan pek çok ülkenin sosyal politika tartışmalarında önemli bir nüfus alt grubu olarak görülmektedir. Son birkaç on yıldır hem işgücü piyasasından hem de eğitim ve öğretim sisteminden kopmuş gençlerin sayısında endişe verici bir artış yaşanmıştır. Bu eğilim 2008 durgunluğunun başlangıcından önce başlamış ve büyümeye devam etmiştir. Eurostat 2023 verilerine göre, AB ülkelerinde 15-24 yaş aralığında yaklaşık 4.3 milyon NEET genç bulunmaktadır. Genç bir nüfusa sahip olan Türkiye’de ise 2.6 milyon genç NEET statüsündedir. Türkiye, AB ülkeleri arasında yüksek NEET oranlarına sahip bir ülkedir. Eurostat (2023) verilerine göre, 15-24 yaş arası NEET’lerin AB ülkeleri ortalaması %9,1’dir. Türkiye %22,5 ile AB ortalamasının iki buçuk katı ve tüm AB ülkeleri arasında en yüksek NEET oranına sahiptir. Bu durum hem ekonomik kalkınma hem de kişisel gelişim potansiyelinin kaybedilmesi anlamına geldiğinden önemli bir güncel toplumsal kaygıyı temsil etmektedir (Erdoğan ve ark., 2017, s. 9).

Türkiye işgücü piyasasında NEET gençlere yönelik ilgi nispeten daha yenidir. Türkiye’de gençlere yönelik tartışmaların ve politikaların daha çok işsizlik üzerinden ilerlemesi, gençlerin istihdam veya eğitimde olmama sorunlarına yönelmeyi ertelemiştir. NEET göstergeleri 2014 yılından itibaren temel işgücü göstergeleri arasında yer almaya başlamış ve 2021 yılında “Ulusal Genç İstihdam Stratejisi” planına dâhil edilmiştir. Türkiye’de NEET gençlerin sosyal ve ekonomik yaşama katılımı Ulusal İstihdam Stratejisi’nde doğrudan yer almamakla birlikte eğitim istihdam ilişkisinin güçlendirilmesi kapsamında değerlendirilmektedir. Genç işsizlikle mücadele politikalarında, eğitimden istihdama geçişi kolaylaştırarak gençlerin işsiz olmasını önlemeye yönelik müdahalelere uzun süredir yer verilmektedir. Genç nüfusun eğitime ya da istihdama yönlendirilmesine

yönelik bu tür müdahaleler gençlerin potansiyel NEET olmasını önleme adına önemlidir ve uzun dönemde NEET sayısının azalmasında etkili olabilecek önlemler olarak değerlendirilebilir. Ancak NEET statüsü genç işsizlikten daha derin bir sorunu temsil etmekte; işsizlik, yoksulluk ve sosyal dışlanma gibi daha geniş sorunları içermektedir. NEET statüsü, gençlerin hem işgücü piyasasının hem de eğitim kurumlarının dışında olması sosyal dışlanma riskini artırırken yeniden istihdam edilme şanslarını da azaltmaktadır. Bu nedenle hem istihdam hem de eğitim dışında kalan ve sosyal dışlanma riski yüksek olan bu gençlerin NEET statüsünün arkasında yaşanan deneyimleri veya nedenleri anlamak önemlidir.

Bu çalışmada ne eğitimde ne istihdamda olan gençlerin durumları mevcut istatistiksel göstergelerin ötesinde; eğitimden ve istihdamdan kopma nedenleri, yaşadıkları sosyal sorun ve kırılganlıklar bağlamında ele alınmıştır. Çalışma NEET gençlerin sorun ve deneyimlerini derinlemesine anlama amacıyla yapıldığı için nitel araştırma yöntemi kullanılarak tamamlanmıştır. Çalışmanın katılımcıları 15-24 yaş aralığında NEET özelliklerine sahip 17 gençten oluşmaktadır. Çalışmanın ampirik temelli kavramsal sonuçlarının NEET etiketiyle ilişkilendirilen gençlerin statüsüne ilişkin niceliksel-istatistiksel çalışmalara, daha ileri sistematik vaka karşılaştırmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

NEET'in Kavramsal Çerçevesi

NEET kavramı, ilk kez 1988'de uygulamaya konulan ve esas olarak 18 yaşın altındaki gençleri işsizlik istatistiklerinden çıkaran yardım hakkı düzenlemeleri kapsamında 1990'ların sonlarında Birleşik Krallık'ta kullanılmıştır (Furlong, 2006, s. 59). 2000'li yılların başında itibaren hemen hemen tüm AB ülkelerinde daha geniş bir yaş aralığında (15-24) istihdam, eğitim veya yerleştirmede bulunmayan gençleri temsil etmek üzere kullanılmaya başlanmıştır (House of Lords, 2014). Kavram kısa sürede Japonya, Yeni Zelanda, Hong Kong ve Güney Kore gibi ülkelerde popülerlik kazanmaya başlamıştır (Eurofound, 2012, s. 20-22).

Gençlerin işgücü piyasasındaki durumunu, özellikle de hareketsizliklerini ve kırılganlıklarını daha iyi anlamak için yaygın olarak kullanılan NEET kavramı için uluslararası düzeyde ortak ve standart bir tanım bulunmamaktadır. NEET kategorisinin temel ölçütü eğitim sisteminin dışında bulunma ve istihdamda olmamadır. Yaş aralığı seçimi ise semptomatiktir. Örneğin, Birleşik Krallık ve Yeni Zelanda'da NEET kavramı 16-18 yaş grubunda bulunan zorunlu eğitimini tamamlamış gençleri tanımlamak için kullanılmaktadır (Coles ve ark., 2002, s.23). Japonya ve Güney Kore NEET statüsünü 15-34 yaş arasında evli olmayan, istihdamda ve eğitimde olmayanlar ve iş aramayanlar olarak genişletmiştir (Ykji, 2007; OECD, 2007). AB üye ülkeler de bu kavramı önceleri 15-24 yaş grubu için kullanmış olup zamanla 15-29 yaş grubuna genişletmiştir (Eurofonud, 2012, s.20). ILO, kavramı ne eğitimde ne de istihdamda olmayan 15-24 yaş arası gençlerin göstergesi olarak tanımlamaktadır (ILO, 2015). OECD ülkeleri, 15-29 yaş grubunda istihdamda, eğitimde veya mesleki bir kursta olmayan gençleri kapsayacak şekilde kullanmaktadır (Eurofound, 2012, s.19). Türkiye İstatistik Kurumuna göre NEET statüsü hâlihazırda bir işi olmayan, eğitime katılmayan veya öğrenci olmayan 15-24 yaş arası gençleri kapsamaktadır. Bu bağlamda kavram, eğitim fırsatlarına erişme imkânı bulamayan, işsiz ve/veya aktif olmayan "risk altındaki gençleri" içermektedir. Diğer bir ifade ile bu gençler eğitim, istihdam ve sosyal aktiviteler açısından dezavantajlı durumda olan ve daha fazla sosyal ve ekonomik destek sistemlerine ihtiyaç duyan bireyler olarak görülmektedir (Ak ve ark., 2021, s.2). NEET kavramı, genç işsizliğinden ve eğitime devam ettiği için işgücüne dâhil olmayan gençlerden daha geniş bir kapsama sahiptir (Polat, 2021, s.25). Kavram, iş bulma umudunu kaybettiği için işgücü piyasalarından ayrılan ve işsizlik oranlarına dâhil olmayan gücümüş genç işgücünü (Tamesberger ve Bacher, 2014, s.1239), engellilik veya ev işleri gibi bakım sorumluluğu nedeniyle ekonomik olarak aktif olmayan gençleri (ILO, 2013; Yates ve

Payne, 2006, s.330; Furlong, 2006, s.59) kapsamaktadır. NEET kavramı, gönüllü ya da gönülsüz olarak işgücü ve eğitim sisteminin dışına çıkmış gençleri dikkate aldığından işgücü piyasasına girme potansiyeli olan gençleri de görünür kılabilir (Yüksel Arabacı, 2020, s.105).

Genç işgücü piyasalarının değerlendirilmesinde ek bir gösterge olarak yararlı olmasına rağmen, NEET kavramı özellikle çeşitli deneyimleri olumsuz bir şemsiye terim altında toplaması nedeniyle sık sık eleştirilmiştir. Yates ve Payne (2006), NEET'in gençleri olmadıkları şeylerle tanımlayan sorunlu bir kavram olduğunu, çeşitli durumları ve zorlukları kavramsallaştırılmayan heterojen bir genç grubun olumsuz algılanan bir etiket altında sınıflandırıldığını ileri sürmektedir. Bynner'a (2013) göre NEET statüsü, umutsuz istihdam beklentileri ve başarısız geçişler yaşayan gençlerin gidişatlarının heterojenliğini bastıran aşırı derecede basitleştirilmiş bir kategorizasyondur. Colley ve Hodgkinson (2001) ise istihdam ve eğitime katılımsızlığın nedenlerini yalnızca bireylerde ve onların kişisel eksikliklerinde bulmayı eleştirmektedir. Benzer şekilde Spielhofer ve arkadaşlarına göre (2009) eğitim ve istihdam dışında kalan gençlerin NEET olarak gruplandırılması politik bir söylemde katılımsızlığı bireyselleştirmekte, sosyal ve ekonomik yapısal sorunların gözden kaçırılmasına neden olmaktadır. Ayrıca NEET grubun heterojenliği nedeniyle de kavram sıklıkla eleştirilmiştir (Furlong, 2006; Cuzzocrea, 2014; Holte, 2017; Sergi ve ark., 2018).

Tüm eleştiri ve eksikliklerine rağmen NEET kavramı, toplumsal eşitsizlik için bir referans noktası sağlamaktadır. Çoğu genç için eğitimin ve istihdamın dışında kalmak yalnızca yoksulluk riski anlamına gelmeyip uzun vadede sosyal dışlanma olasılığını da beraberinde getirmektedir (Simmons ve ark., 2014). NEET olmak genellikle yoksulluk, kronik işsizlik ve sosyal dışlanmanın yanı sıra suça karışma, uyuşturucu kullanımı ve anti-sosyal davranışlara katılma olasılığının artması gibi bir dizi sosyal sorunla ilişkilendirilmektedir (Rodwell ve ark., 2018; Yates ve Payne, 2006; Reiter ve Schlimbach, 2015). NEET'ler, işgücü piyasası ve eğitim gibi önemli sosyal kurumlardan kopmuş (Baggio ve ark., 2015, s. 239), henüz bir yol haritası oluşturamayan, aileye ve devlete bağımlı olarak yaşamak zorunda kalan (Dickens ve Marx, 2020, s. 65) ve bunun sonucunda ciddi istikrarsızlıklar yaşayan gençlerdir (Arnett, 2000, s. 470).

NEET gençler, daha yüksek sosyal dışlanma riski, daha düşük refah ve daha fazla zihinsel sağlık sorunları yaşama açısından yüksek riskli bir kategoriye temsil etmektedir (Felaco ve Parola, 2022; Dickens ve Marx, 2020; Bäckman ve Nilsson, 2016). Yapılan pek çok çalışmada NEET gençlerde okuyan ya da çalışan gençlere oranla anksiyete, stres, depresyon, panik, kaygı gibi zihinsel sağlık sorunlarının daha sık görüldüğü (Axelsson ve Ejlerstsson, 2002; Benjet ve ark., 2012; Gariépy ve ark., 2022) ve madde kullanım bağımlılığı eğilimlerinin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Mngoma ve Ayonrinde, 2023; Gutiérrez-García ve ark., 2018).

Uluslararası kuruluşlar tarafından işgücü piyasası analizlerinde öne çıkmaya başlayan NEET göstergelerinin işgücü politikaları ve ekonomik stratejiler üzerindeki etkisinin arttığı görülmektedir (Eurofound, 2012, s.18). TÜİK "ne eğitimde ne de istihdamda olan" olarak kullandığı kavramı, "işsiz ve işgücüne dahil olmayan genç nüfusta yer alıp aynı zamanda eğitime (örgün eğitim, yaygın eğitim, çıraklık eğitimi, kurs) devam etmeyen nüfus" olarak tanımlamaktadır. Ancak Türkiye işgücü piyasası göstergeleri arasında 2014 yılından itibaren kullanılmaya başlayan NEET kavramının ulusal literatürde farklı şekillerde kullanıldığı görülmektedir. Örneğin Yüksel Arabacı (2020), Uysal ve Acar (2019) "ne eğitimde ne istihdamda olan gençler" ifadesini kullanırken NENİ kısaltmasını tercih etmiştir. Tatar ve Öztürk (2024), Çizel ve arkadaşları (2023) ile Tolgay ve Çakır (2022) ise "ne eğitimde ne istihdamda olan gençler" ifadesini NEET kısaltmasıyla kullanmayı uygun görmüşlerdir. Lüküslü ve Çelik (2021)

kavramı, “istihdam, eğitim veya öğretimde olmayan gençler” (NEET) olarak kullanmıştır. Kılıç (2014), Özen Atabey (2019), Şahin, Kocakaya ve Akgül (2021b) ve Polat (2021) “ne eğitimde, ne istihdamda ne de yetiştirmede” olarak çevirdiği kavramı “NEİY” olarak kısaltmaktadır. Ulusal Genç İstihdam Stratejisi Belgesi’nde (UGİS, 2021-2023) ise NEET kavramı “ne eğitimde ne istihdamda olan gençler” olarak kullanılmaktadır.

Yöntem

NEET statüsünü etkileyen faktörlerin çeşitliliği ve bu grubun heterojenliği dikkate alındığında NEET gençlerin istihdam ve eğitimden kopma nedenlerini, yaşadıkları sosyal kırılanlıklarını ve psiko-sosyal durumlarını analiz etmek bu gençlere uygulanacak müdahalelerin uygunluğu ve etkinliği açısından oldukça önemlidir. NEET gençlerin mevcut durumlarını derinlemesine ve nedenleriyle birlikte analiz eden çalışmaların ulusal literatürde sınırlı olduğu görülmüştür. Bu nedenle mevcut çalışma “NEET gençlerin eğitim ve istihdamdan uzaklaşma nedenleri ve yaşadıkları sorunlar nelerdir? sorusundan hareketle NEET olmanın nedenlerini ve zorluklarını tespit etmeye çalışarak, bu gençlerin istihdama aktif bir şekilde katılımlarını ve topluma daha iyi entegre olmalarını sağlayacak müdahale önlemlerine katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Bu amaca uygun olarak çalışmada nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Niteliksel araştırmanın NEET statüsü etiketin ardındaki yaşanmış deneyim çeşitliliğini tasvir etmek için özellikle uygun bir yaklaşım olduğu düşünülmektedir.

NEET gençliğinin kişisel deneyimlerini, karşılaştıkları zorlukları ve sosyal kırılanlıklarını analiz etmek amacıyla uzman görüşü alınarak veri toplama aşamasında kullanılmak üzere 8 (sekiz) sorudan oluşan yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşme formu hazırlanmıştır. Araştırma veri toplama süreci için Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu’ndan gerekli etik izin (05.04.2024 tarih ve 2024-122 sayılı) alınmıştır. Araştırma sürecinde katılımcıların uygun olduğu tarih ve saatlerde uygun bir görüşme ortamı sağlanmıştır. Veri toplama ve analizinde veri koruma politikasına uygun olarak, araştırmaya katılımların gönüllü olduğu, anonimlik ve gizliliğin sağlanacağı katılımcı gençlere gönüllü onam formu ile yazılı ve sözlü olarak bildirilmiştir. Elde edilen veriler MAXQDA programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırmada kartopu örnekleme yoluyla Çorum ilinde ikamet eden, tamamı NEET statüsünde 17 genç ile derinlemesine yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Tablo 1’de görüldüğü üzere katılımcıların 9’u kadın 8 erkek NEET gençlerden oluşmuştur. Katılımcı NEET gençlerden 6’sı lise, 4’ü önlisans, 3’ü lisans mezunu iken 4’ü eğitimini yarıda bırakmıştır.

Tablo 1. Araştırmaya Katılım Sağlayan NEET Gençlere Yönelik Tanımlayıcı Bilgiler

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Eğitim Durumu
Katılımcı 1	Erkek	19	Önlisans Terk
Katılımcı 2	Kadın	17	Lise Terk
Katılımcı 3	Kadın	24	Lisans Mezunu
Katılımcı 4	Erkek	22	Önlisans Mezunu
Katılımcı 5	Erkek	19	Lise Mezunu
Katılımcı 6	Erkek	18	Lise Mezunu
Katılımcı 7	Kadın	24	Lisans Mezunu
Katılımcı 8	Erkek	21	Lise Terk

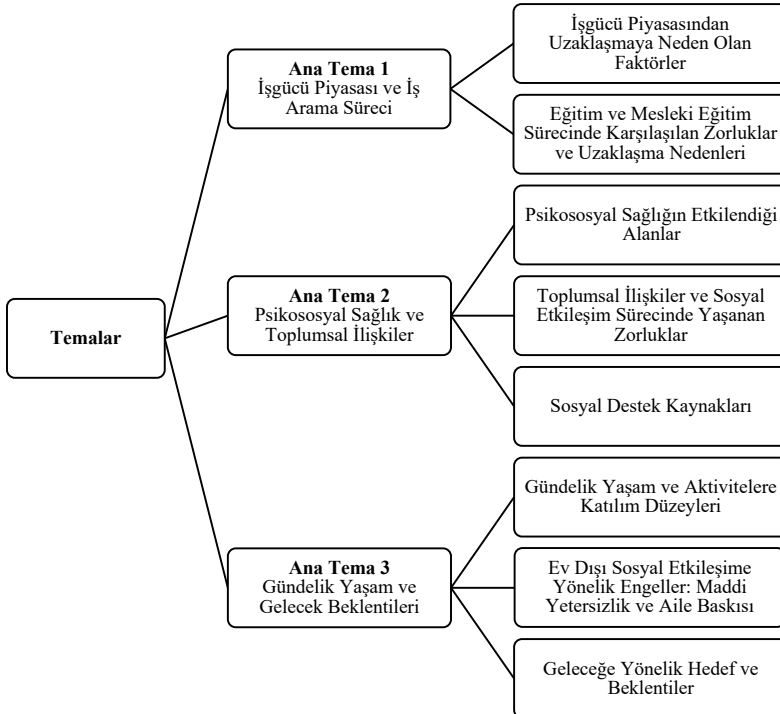
Katılımcı 9	Erkek	24	Lisans Mezunu
Katılımcı 10	Kadın	23	Önlisans Mezunu
Katılımcı 11	Kadın	21	Lise Mezunu
Katılımcı 12	Kadın	21	Önlisans Mezunu
Katılımcı 13	Kadın	22	Önlisans Terk
Katılımcı 14	Kadın	21	Önlisans Mezunu
Katılımcı 15	Erkek	23	Lise Terk
Katılımcı 16	Erkek	24	Lise Mezunu
Katılımcı 17	Kadın	23	Lise Mezunu

Görüşmelerden elde edilen veriler araştırmacılar tarafından MAXQDA programında tematik analiz teknikleri kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma kapsamında analiz edilen araştırma verilerinde görüşülen kişilerin isimleri ve bahsettiği tüm isimler (örneğin; kişilerin, okulların, şirketlerin) gizli tutularak kodlanmıştır. Görüşmelerden elde edilen ifadelerde katılımcı kodları (1-17), cinsiyetleri ve katılımcıların yaşları parantez içerisinde belirtilmiştir.

Bulgular

Araştırma kapsamında toplanan nitel görüşme verilerinden elde edilen bulgular “İşgücü Piyasası ve İş Arama Süreci”, “Psikososyal Sağlık ve Toplumsal İlişkiler”, “Gündelik Yaşam ve Gelecek Beklentileri” olmak üzere 3 (üç) ana tema altında ele alınmıştır.

Şekil 1. Araştırmanın Ana Temaları



Ana Tema 1. İşgücü Piyasası ve İş Arama Süreci

İşgücü Piyasası ve İş Arama Süreci ana teması altında: “İşgücü Piyasasından Uzaklaşmaya Neden Olan Faktörler” ve “Eğitim ve Mesleki Eğitim Sürecinde Karşılaşılan Zorluklar ve Uzaklaşma Nedenleri” olmak üzere iki alt tema bulunmaktadır.

İşgücü Piyasasından Uzaklaşmaya Neden Olan Faktörler

Araştırmamıza katılan NEET gençlerin büyük bir kısmı iş bulma konusunda önemli engellerle karşılaştığından bahsetmiştir. Bunlar arasında özellikle genç işgücüne olan talebin düşük olmasının, mevcut işlerin çoğunun düşük nitelikli işler olması ve birçok eğitim programının/bölümünün istihdam fırsatı sunmamasının motivasyon kırıcı etkileri yer almaktadır.

Görüşmeye katılan genç bireylerin özellikle üniversite mezunu olanların iş arama süreçlerinde karşılaştıkları deneyimsizlik sorunu sıklıkla dile getirilmiştir. İş başvurularında işverenlerin genellikle deneyimli adayları tercih etmeleri, yeni mezunlar için iş bulmayı daha da zorlaştırmaktadır. Sınırlı istihdam koşullarında eğitimden istihdama geçişteki deneyim eksikliği gençlerin iş arama motivasyonları üzerinde olumsuz etki yaratmakta, olumsuz iş arama deneyimleri onları umutsuzluğa sürüklemekte ve aktif olarak iş aramayı bırakmalarına neden olmaktadır. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

İşsizlik sorununu derinden hissediyorum. Öncelikle ben üniversite mezunuyum. KPSS'ye hazırlanma sürecim oldu. Denedim, yetersiz kaldı. Özel sektöre yöneldim ama büyük ölçüde tecrübe arıyorlardı. Birkaç iş görüşmesine de gitmişliğim var. Onlar da olumsuz olunca tecrübe vs. isteyince deyinca moralim bozuldu, özgüvenim kayboldu, strese girdim ve çaresiz hissettim. Ben de iş aramayı da bıraktım. Artık iş aramıyorum (Katılımcı 11, Kadın, Yaş 21).

İş görüşmesine de birkaç kez gitmişliğim var. Onlar da olumsuz olunca işverenlerin deneyimli, tecrübe istekleri olunca moralim bozuldu. Sonrasında hiç iş aramak içimden gelmiyor, iş arama motivasyonumu kaybettim (Katılımcı 13, Kadın, Yaş 22).

Genelde tecrübeli eleman arıyorlar. Ben mesela üniversiteyi bitirdim. Diyor ki tecrübeli lazım ama peki ben üniversiteyi daha yeni bitirmişim, bir işe gireceğim ki sen beni alacaksın ben senle çalışırsam tecrübe edinebilirim. Maalesef günümüzde Türkiye şartlarında en sıkıcı durumlardan birisi. Herkes tecrübeli eleman istiyor. Peki ben senin yanına gelmeden sen benim önümü, yolumu açmadan ben nasıl tecrübe sahibi olabilir? (Katılımcı 4, Erkek, Yaş 22).

İş arama sürecindeki deneyimlerinden bahseden NEET gençler düşük ücretler, uzun çalışma saatleri, güvencesiz ve geçici çalışma koşulları, kötü örgütsel iletişim ve genç işgücünün değersiz görülmesi gibi sorunlardan bahsetmiştir. Araştırmaya katılan katılımcılardan daha önce iş deneyimi olan gençler, yeni işe başlayan gençlere çoğu zaman asgari ücretin dâhi altında ücretlerin teklif edildiği, çalışma sürelerinin oldukça uzun olduğu ve iş tanımının belirsizliği gibi faktörleri istihdam için önemli bir sorun olarak görmektedir. Bu sorunlar, araştırmaya katılan gençlerin erişebildiği işin kalitesinin onların iş bulma ve sürdürme becerilerini önemli ölçüde etkilediğini de göstermektedir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

İş arama sürecinde firmalara gidip görüşmek, firmaların, oradaki insanların işe alım. Yani sonuçta karşınızdaki insan iş görüşmesi yaparken dahi her alanda bu şekilde ama sanki siz insan değil misiniz de oraya mecbur musunuz gibi davranmaları çok zoruma gidiyordu. İşverenler insanın sahibi gibi hissettiriyor (Katılımcı 17, Kadın, Yaş 23).

En azından Türkiye standartlarına koyulan yasalara uygun, çalışma saatleri, mesai saatleri olan bir iş olsun istedim. Ama son girdiğim işte sürekli bağırın, sanki sahibin gibi davranan iş yeri sahipleri ile çalışmak istemiyorum (Katılımcı 11, Kadın, Yaş 24).

Çalışma süresi çok uzun olmamalı bir de görev tanımım belli olmalı, iş sahipleri her işi yaptırarak istiyorlar sekreter olarak giriyorsun çayı temizliği her şeyi sana yaptırıyorlar. Sorumlulukları belli olsun ne işi yapacağım belli olsun. Böyle iş bulmadığım için şu aralar bakmıyorum artık (Katılımcı 6, Erkek, Yaş 18).

Katılımcıların çoğu mevcut piyasa koşullarındaki düşük ücretler ve uzun çalışma saatleri, geçici ve güvencesiz işler, yüksek genç işsizliği gibi yapısal engellerden dolayı gelecekte düzgün, güvenli bir iş bulmanın pek olası olmadığını düşünmektedir. Katılımcıların çoğu daha önce iş bulmaya yönelik sık sık çabaladıklarını, bu çabalarının çoğunun başarısız olduğunu, aldıkları eğitimlerin etkisiz olduğu bir ortamda yüksek ücretli ve düzgün çalışma koşulları olan bir iş bulabilme konusunda umutsuzluğa düşmüş ve artık iş aramadıklarını ifade etmiştir. Bazı katılımcılar ise bu süreçte yaşadıkları olumsuz deneyimler nedeniyle özgüven kaybı yaşadıklarını ve iş aramaktan yoruldıkları için iş aramadıklarını ifade etmiştir. Araştırmamıza katılan katılımcıların yaşadığı olumsuz iş deneyimleri ve iş aramalarına rağmen uzun süre iş bulamamaları onların umutsuzluğu ve motivasyonsuzluğu göstermektedir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Uzaklaşmamdaki sebep iş bulamamak birçok özel sektöre başvurduğum fakat hiçbirinden olumlu dönüt alamadım.

Çok başvuru yaptım olumsuz olduğu için bende vazgeçtim artık (Katılımcı 10, Kadın, Yaş 23).

Çoğu firma asgari ücretin altını teklif ediyor. Çalışma saatini çok uzun tutuyorlar. Birçok sorun. Genç ve deneyimsiz olduğunuzdan üstten bir bakış, iğneleyici konuşmalar, böyle bir işte çalışmaktansa evde boş boş otururum. İş aramıyorum artık zaten aldığım üç kuruşu da yol, yemek, kıyafet vs. derken harcayacağım (Katılımcı 17, Kadın, Yaş 23).

Çalışmaktan beni uzaklaştıran faktörler çalışma saatlerinin çok ağır olması ve şartların yetersiz olması o kadar az ücretler teklif ediliyor ki. Çalışmanın maddi olarak sana getirisi olmuyor. Ayrıca iş ararken de farklı birçok iş yerine başvurduğum ancak hepsinde çalışma saatleri koşulları çok ağır karşılığında sundukları ücret çok az. Maalesef kabul edeceğim şartlarda bir iş bulamadım. Bulabileceğimi de düşünmüyorum sanki (Katılımcı 8, Erkek, Yaş 21).

Eğitim ve Mesleki Eğitim Sürecinde Karşılaşılan Zorluklar ve Uzaklaşma Nedenleri

Araştırmaya katılan NEET gençler için ailenin ekonomik durumunun eğitim ve kariyer planlarını etkileyebilen önemli bir faktör olduğu görülmüştür. Katılımcıların bazıları, ailelerinin yetersiz ekonomik durumu nedeniyle eğitimlerine devam etmekte zorlandıklarını ve bazı durumlarda ailelerine destek olmak için eğitime devam edemediklerini ifade etmiştir. Bazı gençler için yükseköğrenime devam etmeme nedeni ailenin maddi yetersizliği olarak görülse de özellikle ebeveynlerini kaybetmiş olan NEET gençler ailelerine finansal olarak destek olmak veya eğitim maliyeti oluşturmamak için eğitimlerine ara vermek zorunda kaldıklarını ifade etmiştir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Üniversiteye girmedim yani biraz çalışmıştım ama girmedim. Sonra aslında çalışmak da olmadı. Çünkü ablam üniversitede okuyordu, ailemin ikimizi birden okutması zordu. O yüzden eğitime devam edemedim, üniversiteye gitmedim (Katılımcı 5, Erkek, Yaş 19).

2016 yılında babamı kaybettim o yüzden eğitim hayatından uzaklaşmak zorunda kaldım. Babamı kaybettikten sonra evin en büyük çocuğu olduğum için birçok sorumluluğu üstlenmek zorunda kaldığım için eğitim hayatına tekrar atılma şansım olmadı (Katılımcı 15, Erkek, Yaş 23).

Babamı kaybettikten sonra ekonomik sebeplerden dolayı eğitim hayatından uzaklaştım. O zamanlar sıkıntılı bir dönemdi olduğu için ondan kaynaklı olarak uzaklaştım (Katılımcı 16, Erkek, Yaş 24).

Araştırmaya katılım sağlayan bazı NEET gençler, üniversite mezunu olmanın kendilerine bir fayda sağlayacağına inanmadıklarını düşündükleri için yükseköğrenimi bıraktıklarını ifade etmiştir. Artan yükseköğrenim oranlarına rağmen gençler arasındaki yüksek işsizlik oranları gençler için üniversite diplomasının getirisinin azaldığını düşünmelerini neden olabilmektedir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Okulu bırakmak sıkıntı yaratıyor. Mezun olduğumuz yerde çok büyük beklentiler vardı. Ama bölümümün bana katacağı bir şey olmadığından bıraktım (Katılımcı 1, Erkek, Yaş 19).

Ailem sen oku biz sana bakarız, maddi manevi arkandayız dedi ama ben istemedim. Üniversite okursam ne iş yarayacak artık okumak çözüm değil (Katılımcı 11, Kadın, Yaş 21).

Araştırma kapsamındaki NEET gençler arasında eğitim ve öğretimi zamanından önce bırakmasının nedenleri olarak öğrenme güçlükleri, eğitim sisteminin veya süresinin şekli, ekonomik durum gibi faktörler bildirilmiştir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Okula devam edemedim. İki yıl üst üste sınıfta kaldım, bu yüzden okulu bıraktım (Katılımcı 2, Kadın, Yaş 17).

Üniversite sınavından puanım düşük olduğu için devam etmedim (Katılımcı 6, Erkek, Yaş 18).

İlk başta devam etmeyi okula devam etmeyi düşündüm ama başarılı olamıyorum bir an önce iş bulayım diye okulu bıraktım, devam etmek istemedim (Katılımcı 13, Kadın, Yaş 22).

Ana Tema 2: Psikososyal Sağlık ve Toplumsal İlişkiler

Psikososyal Sağlık ve Toplumsal İlişkiler ana teması altında: “Psikososyal Sağlığın Etkilendiği Alanlar”, “Toplumsal İlişkiler ve Sosyal Etkileşim Sürecinde Yaşanan Zorluklar” ve “Sosyal Destek Kaynakları” olmak üzere üç alt tema bulunmaktadır.

Psikososyal Sağlığın Etkilendiği Alanlar

Araştırmaya katılan NEET gençler, eğitimde ve istihdamda olmamaları nedeniyle sıklıkla gelecek hakkında belirsizlik endişesi, kendilerini geçindirememek ve başkalarına yük olmak gibi maddi kaygılar, huzursuzluk, yetersizlik, mutsuzluk, depresyon ve duygusal boşluk hisler yaşadıklarını ifade etmiştir. Bu ifadeler, NEET statüsünün gençlerin psikolojik refahları üzerinde önemli bir etkisi olabileceğini göstermektedir. Uzun süre istihdam veya eğitim gibi sosyal kurumlardan uzak kalmanın yarattığı psiko-sosyal sorunlar NEET gençlerin kendi mutluluk ve yaşam doyumlarını olumsuz olarak yorumlamalarına neden olmaktadır. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Bu süreçte çoğunlukla kendimi işe yaramaz hissettiğimi söyleyebilirim. Kimseye faydası olmayan anlamsız bir varlık gibi diyelim. Tabi bu duygu uzun sürdüğünde sizi çok etkiliyor. Bir süre kendimi tamamen kapattım. Çok kötü bir duygu nasıl söylesem yalnızlaşma, umutsuzluk, çaresizlik, isyan hepsi bir arada. Bu durumu çok çevreme yansıtmak istemedim içimde yaşamak istedim, belki bu yüzden daha depresif yaşamış olabilirim. Artık her konuda kendimi yetersiz buluyorum (Katılımcı 7, Kadın, Yaş 24).

Hem psikolojik olarak hem ekonomik özgürlük olarak kendimi yetersiz hissediyorum. Bu durum kendime olan güvenimi inancımı sarıyor, kendini işe yaramaz hissediyorum. Bu yüzden de hiç mutlu değilim, kaygılıyım, endişeliyim ve en kötüsü umutlu değilim yıprandığımı düşünüyorum (Katılımcı 10, Kadın, Yaş 23).

Sosyal sağlığım açısından biraz zorlandığım zamanlar oldu. Özellikle psikoloji zamanlarını biraz yaşamaz oldu bu süreçlerde. Parasızlık, daha çok sevdiğim bir şey yemek, elde edememek, bu tarz ihtiyaçlarımı karşılamakta zorlandım. Bu süreçte işe kapanma, yalnız hissetme, depresyon gibi psikolojik olarak olumsuz dönemler yaşadım (Katılımcı 16, Erkek, Yaş 24).

Toplumsal İlişkiler ve Sosyal Etkileşim Sürecinde Yaşanan Zorluklar

Paylaşılan NEET deneyimleri, istihdam ve eğitim dışında olmanın yarattığı ekonomik ve psikolojik sorunların daha az sosyal etkileşime yol açabileceğini göstermektedir. Araştırmaya katılan NEET gençlerin ifadelerinde, ekonomik olarak aile ve arkadaşlarına bağımlı olmaları nedeniyle sosyal ilişkilerinde mahcubiyet hissettikleri, utanç ve değersizlik duygusu ve sosyal çekilme yaşadıkları baskın bir şekilde görülmektedir. NEET süreci, katılımcıların sosyal hayatlarını ve sosyal etkileşimlerini kısıtlarken aile ve toplum baskısı NEET deneyimini daha da zorlaştırmaktadır. Bazı NEET gençlerin ifadeleri, yaşadıkları ekonomik ve sosyal zorlukların psikolojilerini ve sosyal refahlarını önemli derecede etkilediğini göstermektedir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

En basitinden şimdi üniversite okurken illaki babamızdan sıkıştığım zaman para isteyebiliyordum. Baban diyor ki o zaman git çalış hadi sen artık büyüdüün bir birey oldun artık ben sana nereye kadar bakacağım diyor. Bir yerde de senin de artık bir sorumluluk sahibi olman gerektiğini söylüyor. En basitinden arkadaşlarımla bir yere oturuyorsun, ne bileyim bir kafe farklı bir yere oturuyorsun. Sen çalışmıyorsun, para yok, arkadaşlarım çalışıyor, parası var.

Hep onlara bağımlı olmuyor, mahcup oluyor insan eziliyor ister istemez. Bunu söylemeseler de hissediyorsun yüz ifadelerinden, davranışlarından, kültür ve toplum zorbalığı var (Katılımcı 4, Erkek, Yaş 22).

Aileme çok yansıtmadım karamsarlığımı ama arkadaşlarıma yansıttım. Dışarı çıkmak istiyordum, arkadaşlarımla bir şeyler yapmak istiyordum ama çok da çıkmıyordum. Arkadaşlarla vakit geçirmek sosyalleştirir ama dışarı çıkmayınca sosyalleşemiyorsun. Kendi kabuğuna çekildiğin zaman ilişkilerinde bozuluyor ister istemez (Katılımcı 5, Erkek, Yaş 19).

Ben öyle tek başımayım, arkadaşım yok, ev dışında bir şey yapmıyorum, sosyal hayatım pek fazla yok. Çok çevremle etkileşime girmiyorum (Katılımcı 13, Kadın, Yaş 22).

Etrafımdaki kişilerin baskısından dolayı evleneyim iş derdim kalmasın diye düşündüm. Çünkü artık aile ve çevre baskısını kaldıramaz oldum. Özellikle akrabalarım hepsi artık evli evlenmem istiyor, evliliği çözüm yolu buluyorlar (Katılımcı 3, Kadın, Yaş 24).

Aile ve sosyal çevrelerin istihdam ve eğitim dışında olma durumları ile ilgili olumsuz tutumları gençlerin özsaygısını zedeleyebilmektedir. Özellikle mevcut durumları nedeniyle aile desteği göremeyen NEET gençlerin yaşadıkları damgalama, gençlerin psikolojik refahını olumsuz etkilemektedir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

En basitinden aileniz oğlum bir işe gir çalış diye her gün söylüyorlar, bu baskılar insanı yıpratıyor, işten de hayattan uzaklaştırıyor. Arkadaşlarınızdan bile uzaklaşıyorsunuz, çünkü paranız yok insan psikolojik olarak bir yerden sonra kendisine bile baskısı oluyor (Katılımcı 4, Erkek, Yaş 22).

Okulu bıraktığım için babam bu durumu sürekli eleştirip, yüzüme vuruyor. Çevremde olumsuz yaklaşım sergileyen pek kimse yok, daha çok annem babam olumsuz eleştiriyor. Babam her gün okumadın işte diye başlayan cümleler kurar, okumadığım için çalışmama da izin vermiyor (Katılımcı 2, Kadın, Yaş 17).

Katılımcılar, toplumun ve çevrenin iş bulma veya atanma gibi konularda yaptığı baskıların ne kadar yıkıcı ve yıpratıcı olduğunu vurgulamaktadır. Toplumun ve akrabaların sürekli sorgulamalarının ve yargılamalarının kişilerin özsaygısını ve motivasyonunu olumsuz yönde etkilediği ve psikolojik olarak yıprattığı belirtilmektedir. Bu durumlar karşısında bazı katılımcılar kendilerini suçlu veya yetersiz hissettiklerini ve bu durum nedeniyle psikolojik olarak zorlayıcı bir deneyim yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Toplum aslında insanı karamsarlığa itiyor. Yani iş bulamadın mı şeklinde baskı yapıyorlar, insanları yanlış şeye de sürüklüyorlar seni sevmediğin işlere sürüklüyorlar. Yani ailem değil de bunu çevremdeki arkadaşlarım veya akrabalarımız daha bir iş yapmayacak mısın, daha bir işe başlamayacak mısın? diye soruyorlar. Böyle olunca ben de sırf artık toplumun baskısından uzaklaşmak yanlış şeyler yapıyoruz. Toplum baskısıyla yanlış şeyi seçiyoruz (Katılımcı, Erkek, Yaş 19).

Çevremdeki bazı insanlar yargılama lüksünde bulunuyorlar mesela atanamadın mı ne zaman atacaksın, işe girmedin mi vs. tarzında bir yargılama içerisine giriyorlar ve bu beni çok rahatsız ediyor böyle diyenlerin bazen boğazlarını sıkamak istiyorum. Toplum sizi yargılıyor suçluyor ezmeye çalışıyor (Katılımcı 8, Erkek, Yaş 21).

Akraba ve eş dost baskısı var. Bazen acıyorlar bazen küçümsüyorlar, bunları konuşmalarından yüzlerinden anlayabiliyorum. Çalışmıyorsan evlen madem, senden başka bir şey olmaz der gibi bir yaklaşımı var. Bazen ben bile evleneyim kurtulayım bile düşünmedim değil. Etrafımdakiler sürekli bari evlen çoluk çocuğa kavuş diyorlar. Bu bakış açısı sorgulamalar, baskılar beni çok zorluyor. Kendimi kötü hissediyorum, umudumu kırıyorlar. Hiçbirini görmek istemiyorum (Katılımcı 11, Kadın, Yaş 21).

Araştırmaya katılan kadın NEET'ler için aile ve çevresi tarafından sıklıkla "evlenme" baskısı yapılmaktadır. Evlilik, kadınlar için sosyal ve ekonomik güvenliğin yolu olarak görülmektedir. Bazı kadın katılımcılar, kendilerini aileleri ve çevrelerinin evlilik ve aile kurma beklentileriyle kişisel tercihler arasında sıkışmış hissettiklerini ifade etmiştir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Ailemizde olduğu gibi akrabalarında illaki insan ister istemez gözüne batıyor. Akrabalarım sürekli nasıl olacak sen evlenemezsin de iş yok evlilik yok nasıl olacak şeklinde sürekli eleştiriyor, baskı yapıyor, küçümsüyorlar. Hep aileye bağımlı yaşamak olmuyor. Akrabalarımın gazına gelen annem babam da çalışmayacaksan askere git gel bari sonra evlen diyerek baskı yapıyor (Katılımcı 4, Erkek, Yaş 22).

Akraba ve komşular, genelde kız olduğum için evlenmem konusunda baskı yapıyorlar (Katılımcı 12, Kadın, Yaş 21).

Akrabalarım artık evlen, okul yok iş yok ne bekliyorsun, bari evliliği erteleme diyorlar (Katılımcı 3, Kadın, Yaş 24).

Sosyal Destek Kaynakları

Araştırmaya katılan NEET gençler, işgücü piyasası ve eğitim gibi önemli sosyal kurumlardan kopmuş, henüz bir yol haritası oluşturamamış yaşam yapısı kuramamış ve aileye bağımlı olarak yaşamaktadır. Katılımcı gençlerin birçoğu, NEET sürecinde ailelerinin maddi ve manevi destek olmaya çalıştıklarını ancak bu desteğin bir yaşam sürebilecek veya ihtiyaçlarını karşılayacak düzeyde olmadığını ifade etmiştir. Türk aile yapısındaki güçlü aile bağları NEET gençler için değerli bir güven kaynağı konumundadır. NEET statüsündeki gençlerin aile desteği psikolojik iyi oluşlarını olumlu yönde etkilemektedir. Ancak aynı zamanda gençlerin ailelerine karşı kendilerini sorumlu hissettikleri, onlara yük olduklarını düşündükleri için de kendilerini kötü hissettikleri görülmektedir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Babam ve annem, ablam, iki tane ablam var zaten ailemden çok fazla destek gördüm görüyorum. Yani hem maddi hem manevi. Her iki desteği de gördüm ailemden en çok yine babam yani sonuçta bir baba olarak annem çalışmıyordu. O yüzden maddi desteği babamdan, manevi desteği annemden ve kız kardeşlerimden gördüm (Katılımcı 5, Erkek, Yaş 19).

Ailemin maddi ve manevi desteği olmasaydı bu süreci daha kötü bir şekilde geçirebilirdim, ailem maddi ve manevi açıdan her zaman en büyük destekçim (Katılımcı 7, Kadın, Yaş 24).

Sağ olsun ailem zaten çok büyük destekçim. Benim maddi açıdan da manevi açıdan da. onların bu desteği olmasa bu kadar dayanamazdım. Bütün giderlerinizi ailem karşılıyor. Birkaç arkadaşım var onlar da manevi destek oluyor (Katılımcı 11, Kadın, Yaş 21).

NEET gençler için aile dışındaki diğer sosyal destek kaynağı olarak arkadaşlar görülmektedir. Katılımcılar, eğitim ve istihdam dışında oldukları bu süreçte ailelerinin dışında özellikle arkadaşlarının kendilerine maddi ve manevi destek olduklarını ifade etmiştir. Katılımcı bazı NEET gençler maddi yetersizlik yaşadıklarında arkadaşlarından destek gördüklerini, özellikle sosyalleşme ortamlarında masrafların arkadaşlarınca karşılandığını dile getirmişlerdir. Bu gençler arkadaşlar tarafından sağlanan sosyal desteğin kendilerini iyi hissettirdiğini ifade etmiştir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Kesinlikle arkadaşlarımın bana çok maddi manevi desteği olmuştur. En basiti normal bir yere oturduğumuzda paramın olmadığını bildikleri için hesapları onlar öder, ailem de maddi olarak destekte sağlıyorlardı. Belli bir süre sonra kimseden bir şey istemedim gücüne gidiyordu. Hayatta kimseye kambur olmak istemiyorum (Katılımcı 4, Erkek, Yaş 22).

Arkadaşlarım maddi özellikle de manevi olarak her zaman benim yanımda oldular sürekli destek verdi. Hiçbir zaman bana olumsuz hiçbir yaklaşımda bulunmadılar, halen de destek oluyorlar. Hatta bu kadar olumlu yaklaşımları beni hem memnun ediyor hem üzüyor. Çoğu zaman onlara layık olamadım bunları hak etmiyorum diye düşünüyorum (Katılımcı 8, Erkek, Yaş 21).

Ana Tema 3: Gündelik Yaşam, Aktivite Katılımı ve Gelecek Beklentileri

Gündelik Yaşam, Aktivite Katılımı ve Gelecek Beklentileri ana teması altında: “Gündelik Yaşam ve Aktiviteler Katılım Düzeyleri”, “Ev Dışı Sosyal Etkileşime Yönelik Engeller: Maddi Yetersizlik ve Aile Baskısı” ve “Geleceğe Yönelik Hedef ve Beklentiler” olmak üzere üç alt tema bulunmaktadır.

Gündelik Yaşam ve Aktivitelere Katılım Düzeyleri

Araştırma kapsamındaki NEET gençler, özellikle gündelik yaşamlarında çeşitli nedenlere bağlı olarak sosyal hayattan uzaklaşmalarını dile getirmiştir. İşsizlik, ekonomik yetersizlik, ev içindeki sorumluluklar ve zaman zaman yaşanan içsel (ruhsal) sorunlar NEET gençlerin ev dışında sosyal etkileşime girmelerini ve toplumla bağlantı kurmalarını güçleştirmekte, günlük sosyal bağlantılarını zayıflatmaktadır. Bu gençler, bazen kendi aile üyeleri de dâhil olmak üzere diğer insanlarla pek fazla sosyal etkileşime girmeme ve evlerinden dışarı çıkmama, uyku problemi, isteksizlik ve halsizlik gibi bazı durumlar yaşadıklarını ifade etmiştir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Ev dışında çok zaman geçirmiyorum aslında. Sosyalleşmeyi de ev de yani online olarak gerçekleştiriyorum diyebilirim. Zamanının büyük çoğunluğu internette geçiyor, Dışarıda pek sosyal ortamım yok aslında çok fazla arkadaşım olduğunu söyleyemem. Bir de ekonomik koşullar var, dışarıda sosyalleşme için gerekli olan ekonomik durumum yok bu nedenle evde ve teknolojikle sosyalleşmeye çalışıyorum diyebilirim (Katılımcı 7, Kadın, Yaş 24).

Ev dışında pek fazla zaman geçiremiyorum. Aile bireylerim çalıştığı evdeki bütün sorumluluklar, temizlik, kardeşime bakmak, yemek gibi vs. şeylerin hepsini bir arada yürütmek çok zor, hal böyle olunca da sosyal hayata zamanım hiç kalmıyor ve artık dışarı bile çıkasım da gelmiyor. Evde olmaya o kadar alışıyorsunuz ki dışarı çıkmak istemiyorsunuz, gündelik yaşantım çok sıradan anlayacağımız (Katılımcı 10, Kadın, Yaş 23).

Genellikle evde vakit geçiriyorum aslında ev dışına çok çıktığımı söyleyemem. İstemsiz bir şekilde dışarıya bazı dönemlerde kendimi kapatıyorum. Kimseyle görüşmek istemiyorum bazı dönemlerde, hatta bazen telefonda bile günlerce kimseyle konuşmuyorum. Evde ailemle de konuşmuyorum oturup sohbet edemiyorum. Dışarıdan hiçbir şey yokmuş gibi görünüyor ama akşam olunca kafama tüm olumsuzluklar üşüşüyor. Akşamları bu nedenle düzenli uyuyamıyorum. Evde bir fanusundayım (Katılımcı 12, Kadın, Yaş 21).

Ev Dışı Sosyal Etkileşime Yönelik Engeller: Maddi Yetersizlik ve Aile Baskısı

Özellikle gençler için arkadaşlarıyla dışarda vakit geçirme önemli bir sosyalleşme aracıdır. Araştırmaya katılan çoğu NEET genç için arkadaşlarıyla zaman geçirme konusunda dışarıda gerçekleştirilecek sosyal aktiviteler için gerekli olan maddi imkânın olmaması önemli bir engel olarak ifade edilmiştir. Bazı gençler için ise aile denetimi veya baskısı sosyal aktivitelerini ve sosyal etkileşimlerini sınırlandırmaktadır. Katılımcı bazı NEET gençlerin “evlerine çekilme, eve kapanma, inzivaya çekilme veya kendi kendini tecrit etme” şeklinde ifade ettikleri deneyimlerin bu gençlerin sosyal geri çekilme ve sosyal izolasyonla karşı karşıya olduğunu göstermektedir.

Evde oturmak vakit kaybı bence ömrünüzden gençliğinizden boş boş gidiyor. Dışarıda zaman geçirmeme ailem daha doğrusu babam izin vermiyor, çok nadir annem izin verdiğinde arkadaşlarımla görüşüyorum dışarda, mutlu muyum yok değilim (Katılımcı 2, Kadın, Yaş 17).

Her gün eve kapalı kalıyoruz, çalışmadığımız sürece eğitim de almıyoruz. Harcayacak paramız yok. Ben çoğu zaman dışarı bile çıkmadım (Katılımcı 17, Kadın, Yaş 23).

Bir yerde kendini kısıtlaman gerekiyor bu durumlarda maalesef ki ben de o kısıtlama sürecine girdim. Evet. kendimi eve kapattım. çok dışarı çıkmak istemiyorum (Katılımcı 4, Erkek, Yaş 22).

Geleceğe Yönelik Hedef ve Beklentiler

Araştırmaya katılım sağlayan NEET gençler, işsizlikle mücadele eden gençlerin yaşadığı zorluklara dikkat çekmektedir. Araştırma kapsamındaki NEET gençlerle yapılan görüşmelerde gençlerin çalışmama isteği görülmemekte aksine hepsinin çalışmak istemesine rağmen uygun bir iş bulma konusundaki inançsızlığı dikkat çekmektedir. Katılımcı bazı gençlerin ifadelerinde işgücü piyasasında eğitilmiş gençler için yeterli ve üretken istihdam alanlarının olmadığı, gençlerin yaşamış olduğu işsizlik nedeniyle gelecek endişesi ve umutsuz bir genç neslin devlete olan güveninin sarsıldığı görülebilmektedir. Özellikle yükseköğrenim mezunu NEET gençler genç işsizlikle ilgili politikaların yetersizliğinden yakınmaktadır. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Özellikle üniversite mezunu gençlerin yaşadığı işsizliğin önemli bir sorun olduğunun farkında olmadığını ya da duyarsız olduğunu düşünüyorum. Devletten gençlerin yaşadığı işsizlik sorunun çözümü için acil planlar yapılmasını isterdim. Çünkü devlete karşı güvensiz bir gençlik ortaya çıktı, benim gibi eğitilmiş gençler umutsuz ve gücümüş durumda, özellikle kamudaki liyakatsiz atamalar yüzünden devlete küsmüş bir nesil var (Katılımcı 7, Kadın, Yaş 24).

Halen bir güvensizlik var, gelecekle ilgili umutsuzluk var (Katılımcı 13, Kadın, Yaş 22).

Katılımcıların çoğunluğu, gençlerin iş bulma sürecinde karşılaştıkları zorlukların devlet politikası ile çözülmesi gerektiğini savunmaktadır. İşgücü piyasasında gençlerin deneyimsizlik ve beceri eksikliği nedenleri ile çalıştırılmak istenmediği veya çok düşük ücretlerde çalıştırılmak istendiği görüşmeciler tarafından sıklıkla dile getirilmiştir. NEET gençler işsizlik özellikle genç işsizlik konusunda devletin işgücü piyasasına müdahale etmesi ve istihdam koşullarının iyileştirilmesi gerektiğine inanmaktadır. Ayrıca gençlerin istihdama ve topluma entegre edilmesi için gençlere etkin bir danışmanlık hizmeti verilmesi gerektiği de düşünülmektedir. Buna ilişkin bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

Öncelikle devlet istihdama yönelik danışmanlık yapılmasını isterdim, iş arama sürecinde çok başıboş kalıyoruz. Bir de bu deneyim isteme mevzusunu devlet çözmeli, yeni mezun olmuş hevesle çalışmak için iş aradığınızda tüm kapılar yüzünüze çarpıyor deneyim diyerek sonra iyice çalışma hayatından kopuyoruz (Katılımcı 12, Kadın, Yaş 21). Devletten beklentim. Sıkıntımız var. Gerçekten iş bulmak çok zor. Dediğim gibi bir yıl bulamadım. Yani kendime göre bir iş bulamadım. Belki bizlere daha çok iş imkânı sunabilir. Gençlere daha fazla şeyler yapılabilir. Çünkü benim gibi çalışma hayatından tamamen genç işsiz sayısı da çok fazla, uygun şartlar oluşsa tekrar çalışma hayatına girme çabası içerisinde girerdim (Katılımcı 5, Erkek, Yaş 19).

Atanamayan herkes şu an maddi anlamda zaten sıkıntılar çekiyor, çalışma hayatından tamamen kopup, kendilerini karamsarlık içerisinde eve kapatıyor. Psikolojileri normal değil insanların. Bir şekilde bir yere sığınacak bir liman arıyorlar. Devletin eğitilmiş gençlerin iş hayatına küsmeden topluma kazandırması gerekiyor (Katılımcı 9, Erkek, Yaş 24).

Tartışma ve Sonuç

NEET (ne eğitimde ne istihdamda olan) gençler, gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde önemli bir sosyal sorun olarak görülmektedir. Türkiye yüksek NEET oranına sahip ülkelerden biridir. Eurostat verilerine göre, Türkiye, AB ortalamasının iki katından fazla NEET oranına sahiptir. Bu bağlamda NEET statüsüne ilişkin etkin politika müdahaleleri için NEET etiketiyle ilişkilendirilen gençlerin profillerine, ihtiyaçlarına, sorunlarına odaklanan daha fazla niceliksel-istatistiksel çalışmalara, daha ileri sistematik vaka karşılaştırmalarına ihtiyaç bulunmaktadır. Bu çalışma, NEET statüsündeki gençlerin yaşadığı sosyal sorunları ve kırılma noktaları, bu gençlerle yaptığı derinlemesine görüşmelere dayanarak incelemektedir.

Avrupa Komisyonu'nun 2011 yılında 31 Avrupa ülkesini kapsayan "Erken Okul Terki Tematik Çalışma" araştırması gerçekleştirmiştir. Komisyon Raporu, NEET gençlerin eğitim süreçlerinden ayrılmasının çoğu zaman bireysel ve çevresel faktörlerin birleşimi olduğuna dikkat çekmektedir. Rapor, erken okul terkinin kişisel, sosyal, ekonomik, eğitim veya aileyle ilgili kümülatif nedenlerin bir sonucu olarak ortaya çıkan, çok yönlü ve karmaşık bir sorun olduğunu vurgulamaktadır (EC, 2013). Araştırmamızın bulguları da NEET gençlerin eğitimden ayrılmasının sadece bir nedene dayanmadığını, aksine birden fazla faktörün bir araya gelerek bu durumu tetiklediğini göstermektedir. Bu faktörler arasında ekonomik zorluklar, eğitim sisteminin yetersizliği ve kişisel öğrenme güçlükleri araştırmada ön plana çıkmıştır. Yapılan derinlemesine görüşmelerde bazı gençlerin, ailenin ekonomik koşulları nedeniyle özellikle eğitim masraflarını sonlandırmak veya ailelerine destek olmak amacıyla okulu bırakma kararı aldıkları gözlenmiştir. Ayrıca aldığı eğitimin onları geleceğine doğrudan ekonomik fayda sağlamayacağı, eğitim sisteminin ihtiyaçlarına tam olarak cevap veremediği düşüncelerinin ve kişisel öğrenme

güçlükleri yaşayan öğrencilerin okulda zorlanma durumlarının, gençlerin eğitim süreçlerine karşı olumsuz bir tutum geliştirmelerine neden olduğu görülmüştür. Eğitimde yaşanan bu sorunlar, gençlerin gelecekteki yaşamlarını etkileyebilecek, sosyal ve ekonomik sonuçlara neden olabilecektir. Bu bağlamda, eğitim sisteminin bu gençlerin ihtiyaçlarına daha iyi uyum sağlaması ve uygun destekleyici mekanizmaların oluşturulması büyük önem taşımaktadır.

Araştırma kapsamında NEET gençlerin istihdamdan kopma nedenleri arasında; deneyim ve beceri eksikliği, işverenler tarafından hor görülme, olumsuz sonuçlanan iş arama deneyimleri, umutsuzluk, düşük ücret teklifleri, uzun çalışma saatleri, nitelikli işlerin yetersizliği, kurumsal işyerlerinin azlığı, iş tanımlarının belirsizliği gibi işgücü piyasası ile ilgili sorunlar yer almaktadır. Bu bulgu, iş piyasasındaki fırsatlar ve motivasyon eksikliklerinin NEET gençlerinin iş arama davranışlarını nasıl şekillendirdiğine dair önemli bir perspektif sunmaktadır. İşgücü piyasasındaki fırsatların NEET gençlerin istihdama katılım eğilimini etkileyen önemli bir unsur olduğu birçok araştırma sonuçları ile desteklenmektedir. Örneğin 2022 yılında Türkiye Cumhuriyeti Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı, UNDP ve Sabancı Vakfı ortaklığında yürütülen “Geleceğini Üreten Genç Kadınlar Projesi” kapsamında hazırlanan *Ne Eğitimde Ne İstihdamda Yer Alan Genç Kadınlar Mevcut Durum ve İhtiyaç Analizi Araştırması* sonuçlarına göre NEET grupları için işgücü piyasasındaki öncelikli sorunlar; düşük ücretler, işverenin sigorta yaptırmaması ve ev işi sorumluluğu olarak tespit edilmiştir (UNDP-Türkiye, 2023). Lüküslü ve arkadaşları (2022), Türkiye’deki NEET genç kadınlar açısından işgücü piyasasındaki en önemli sorunların; uzun çalışma saatleri ve kurumsal olmayan iş tanımı olduğunu, Tolgay ve Çakır (2022) ise düşük ücretler, ağır çalışma şartları ve ekonomik koşullar gibi faktörlerin gençlerin NEET olma statülerini etkilediğini öne sürmektedir. Genda (2007) Japonya’da yaptığı araştırmasında özellikle çalışmanın finansal ya da kişisel anlamda getirilerinin düşük olduğunu düşünen gençlerin, bu olumsuz algıdan dolayı iş aramaktan kaçındığı ve çalışmayı tercih etmediğini öne sürmektedir. İş aramak, çoğu zaman kişisel tatmin ve ekonomik kazanç sağlama amacıyla yapılmaktadır. Ancak işgücü piyasasında, özellikle düşük ücretli ve düşük statülü işler için bu getirilerin yetersiz olduğu düşünüldüğünde, gençlerin bu tür işlere yönelmesi cazip olmamaktadır. Eğer bir genç, çalışarak elde edeceği gelirin yaşam standartlarını iyileştirmeye veya kişisel gelişimini desteklemeye yetmeyeceğini düşünüyorsa, bu genç iş aramaktan kaçınma eğiliminde olabilmektedir.

Araştırma kapsamında, işgücü piyasasında işlerin niceliksel ve niteliksel olarak yetersiz olduğunun düşünülmesinin NEET gençlerinin geleceğe dair karamsar bir bakış açısı geliştirmesine neden olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan NEET gençlerin istihdam fırsatları ve iş kalitesinin yetersizliği gibi nedenlerle gelecek kaygısı, adaletsizlik ve güvensizlik duygusu yaşadıkları gözlemlenmiştir. Katılımcı NEET gençlerin mevcut durumları nedeniyle kendilerini geçindirememek ve başkalarına yük olmak gibi ekonomik kaygılar yanında; huzursuzluk, yetersizlik, mutsuzluk, depresyon, duygusal boşluk, gelecek hakkında belirsizlik endişesi, umutsuzluk, güvensizlik hisleri içinde oldukları ve bu durum nedeniyle sosyal geri çekilme ve sosyal izolasyon yaşadıkları görülmüştür. Bu bulgular NEET gençlerin yaşadıkları sosyal ve psikolojik sorunlarına ilişkin yapılan pek çok araştırma bulgularıyla örtüşmektedir. Örneğin Yıldırım (2022) tarafından yapılan çalışmada, NEET statüsünde yer alan yükseköğrenim mezunu gençlerin işgücüne dâhil olmamalarının psikolojik olarak gençleri olumsuz etkilediği ve sosyal izolasyona neden olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde Şahin ve arkadaşları (2021a) tarafından yapılan araştırmada NEET olma durumlarının gençleri sosyal yaşantıdan (eğlenceli faaliyetlerden) uzaklaştırdığı, aile içi huzursuzlukları artırdığı, toplumsal dışlanma, gelecek hakkında umutsuzluk ve kamu politikalarına karşı güvensizlik hislerinin artmasına neden olduğu öne sürülmektedir. Bu bulgular, NEET olmanın gençlerin kişisel gelişimi, yaşam hedefleri ve toplumsal katılımı açısından önemli bir sorunu işaret etmektedir. Gaspani'nin

(2018) araştırmasında, NEET gençlerinin geleceğiyle ilgili yaşadıkları belirsizlik duygusunun, onların hayatlarını planlama ve kimlik inşa süreçlerini olumsuz yönde etkilediği vurgulanmaktadır.

Bu araştırma kapsamındaki gençlerin deneyimleri ve anlatımları NEET sorununun işsizlikten daha derin sosyal sonuçları olan bir sorun olduğunu göstermektedir. NEET gençlerin yaşadıkları ekonomik sorunlar nedeniyle birçok psiko-sosyal sorunla mücadele etmek zorunda oldukları görülmektedir. Özellikle araştırmaya katılan NEET genç kadınlar, aileleri ve çevreleri tarafından evlenme baskısıyla karşı karşıya kalmaktadır. Aileler tarafından evlilik, sosyal ve ekonomik güvenliğin bir yolu olarak algılanmakta, bu da kadınların kişisel tercihlerine göre hareket etme özgürlüklerini kısıtlamaktadır. Ayrıca evlilik ve aile kurma beklentileri bireyler üzerinde duygusal ve psikolojik bir yük yaratmaktadır. Bu durum, toplumsal cinsiyet rollerinin güçlü bir şekilde varlığını sürdürdüğünü ve kadınların bireysel kimliklerini koruma mücadelesinin zorluğunu ortaya koymaktadır. Lüküslü ve Çelik (2021) araştırmalarında Türkiye'deki NEET kategorisinin cinsiyet tarafsız bir şekilde ele alınmasının kadınların sosyal dışlanma sorunlarını göz ardı ettiğini ve analize cinsiyet boyutunun eklenmesinin kritik olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca araştırmalarında, genç NEET kadınların eğitim ve istihdam sistemlerinden dışlanmalarının kişisel tercihlerden ziyade etkisiz politikalar ve geleneksel cinsiyet rollerinin bir sonucu olduğunu ortaya koymaktadırlar.

Türkiye'de gençlere yönelik tartışmaların ve politikaların daha çok işsizlik üzerinden ilerlemesi, gençlerin eğitimde ve istihdamda olmama sorunlarına yönelmeyi ertelemiştir. Genç bir nüfusa sahip olan Türkiye'de genç işsizlikle mücadele politikaları Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı'nın 2014-2023 Ulusal İstihdam Stratejisi'nde öncelikli konular arasında yer almaktadır (ÇSGB, 2013). Genç işsizliğin azaltılmasına yönelik arz yönlü programlar (eğitim istihdam ilişkisinin güçlendirilmesi, beceri kazandırma programları, iş arama becerileri ve danışmanlık hizmetleri gibi) ile genç işsizlik önlenmeye çalışılmaktadır. Genç işsizliğini önlemeye çalışan bu programlar, şu an eğitimde olan gençlerin NEET olmasını önleyebilir ve NEET sayısının azalmasında katkı sağlayabilir. Ancak NEET gençleri yönetmek için yeterli bir müdahale olmayabilir. Gençlerin NEET olmasını engellemeye çalışan politikalar ve uygulamalarla, NEET statüsünde yer alan gençlerle yeniden ilişki kurmaya çalışan uygulamalar farklı müdahaleler gerektirir. NEET statüsü olmayı etkileyen faktörlerin genellikle karmaşık ve birbiriyle bağlantılı nedenleri düşünüldüğünde; sadece eğitim veya istihdam odaklı değil, aynı zamanda sağlık, psikolojik destek, sosyal hizmetler gibi çok disiplinli bir yaklaşım gerektirmektedir. Bu bağlamda, mevcut politikalar kapsamında farklı bakanlıkların hizmet sunumlarında yer alan (eğitim desteği ve yönlendirme, istihdam desteği ve işe yönlendirme, gençlik çalışmaları, sosyal hizmetler, psiko-sosyal destekler gibi) uygulamaların NEET'ler için "tek merkez noktası" olabilecek bir hizmet merkezi sistemi oluşturulabilir. Bu merkezlerde her NEET için bireyselleştirilmiş planlar ve uygun programlar sunulabilir.



Copyright © 2025 **Republic of Turkey Ministry of Youth and Sports**
<http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>
 Journal of Youth Research • April 2025 • 13(35) • 69-73

ISSN 2791-8157
Received | 22 May 2024
Accepted | 18 Sep 2024

EXTENDED ABSTRACT

Life Experiences of Not in Education, Employment or Training (NEET) Young People: Challenges, Needs and Prospects

Menekşe Şahin*

Gökhan Boduroğlu**

Introduction

This study examines the social problems and risks faced by young people in NEET (Not in Education, Employment, or Training) status. NEET young people are considered a significant social problem in both developed and developing countries. Türkiye is one of the countries with a high NEET rate. According to Eurostat data, the NEET rate in Türkiye is more than twice as high as the EU average. Youth-oriented policies in Türkiye typically focus on combating unemployment; however, NEET status represents a deeper problem than unemployment. This study aims to gain a deeper understanding of the reasons why NEET young people turn away from education and employment, their experiences of social exclusion, and other related challenges. The study, conducted using a qualitative approach, involved 17 NEET young people aged 15-24, and the findings are expected to contribute to quantitative studies and further systematic research.

Method

In this study, a qualitative research method was used to understand the experiences of NEET young people and contribute to intervention measures. A semi-structured in-depth interview form consisting of 8 questions was prepared for data collection and ethical approval was obtained from Hitit University. The study was conducted with 17 NEET young people residing in Çorum, including 9 female and 8 male participants. Their educational levels include high school, associate degree, bachelor's degree, and those who dropped out. The data collected was analyzed using MAXQDA software.

* Assoc. Prof. Dr., Hitit University, Faculty of Health Sciences, Department of Social Work, Çorum/Türkiye, meneksesahin@hitit.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9312-770

** Lecturer Dr., Hitit University, Sungurlu Vocational School, Department of Social Work and Counseling, Çorum/Türkiye, gokhanboduroglu@hitit.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6424-6478

Result and Discussion

The study identifies structural barriers such as low wages, precarious employment, long working hours and lack of experience as major obstacles preventing NEET young people from entering the labour market. Inexperience creates a cycle: if they cannot find work due to insufficient skills, they cannot to gain the experience needed for stable employment. Many NEET young people turn down jobs with poor wages and conditions, leading them to leave the labour market entirely. Educational disengagement, often linked to economic difficulties, family responsibilities, and mistrust to the education system, further exacerbates the problem. Financial constraints force some NEET young people to drop out of education, while others believe that education offers no future economic benefit. This feeling is particularly strong among young people from disadvantaged backgrounds. Psychosocial problems, such as depression, anxiety, low self-esteem and social isolation, also hinder NEET young people. Unemployment and uncertainty about the future deeply affect their mental health. These problems are compounded by a lack of social support, which fosters feelings of loneliness and alienation. Over time, isolation undermines self-confidence and creates barriers to reintegration into society. One notable finding is a dwindling trust in state institutions and social systems. Many NEET young people feel that employment and support policies are inadequate and poorly targeted to their needs. This mistrust exacerbates their difficulties, as inadequate vocational training and a lack of tailored programs thwart their reintegration attempts. Policies often fail to address the multi-dimensional challenges faced by NEET young people, leaving them vulnerable. The study emphasizes that current policies in Türkiye focus more on combating unemployment, but lack a holistic, multi-disciplinary approach to NEET young people.

The study recommends a personalised approach to interventions targeting NEET young people. Current strategies tend to generalise and overlook individual circumstances. However, NEET young people face multifaceted challenges that go beyond economic issues and include social and psychological vulnerabilities.

Kaynakça/References

- Ak, Y., Polat, K., Toktaş, D. ve Şahin-Söylemez, S. (2021). Türkiye’de eğitim, istihdam ve yetiştirmede olmayan gençler. L. Şahin, M. E. Kocakaya, ve O. Akgül (Ed.), *Türkiye’de Eğitim, İstihdam ve Yetiştirmede Olmayan Gençler* (ss. 1-124) içinde. İstanbul Üniversitesi Yayınevi. <https://doi.org/10.26650/B/SS46.2021.014>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Axelsson, L. ve Ejrlertsson, G. (2002). Self-reported health, self-esteem and social support among young. *International Journal of Social Welfare*, 11(2), 111-119. <https://doi.org/10.1111/1468-2397.00205>
- Bäckman, O. ve Nilsson, A. (2016). Long-Term consequences of being not in employment, education or training as a young adult. Stability and change in three Swedish birth cohorts. *European Societies*, 18(2), 136-157. <https://doi.org/10.1080/14616696.2016.1153699>
- Baggio, S., Iglesias, K., Deline, S., Studer, J., Henchoz, Y., Mohler-Kuo M, M. ve Gmel, G. (2015). Not in education, employment or training status among young Swiss men. Longitudinal associations with mental health and substance use. *Journal of Adolescent Health*, 56(2), 238-243. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.09.006>
- Benjet, C., Hernández-Montoya, D., Borges, G., Méndez, E., Medina-Mora, M., ve Aguilar-Gaxiola, S. (2012). Youth who neither study nor work: Mental health, education and employment. *Salud Pública de México*, 54(4), 410-417.

- Coles, B., Hutton, S., Bradshaw, J., Craig, G., Godfrey, C. ve Johnson, J. (2002). *Literature review of the costs of being "Not in Education, Employment or Training" at age 16-18*. Department for Education and Skills Research Report. Research Report RR347. <https://www.york.ac.uk/inst/spru/pubs/pdf/RR347.pdf> adresinden 18.06.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Colley, H. ve Hodkinson, P. (2001). Problems with bridging the gap. The reversal of structure and agency in addressing social exclusion. *Critical Social Policy*, 21(3), 335-359. <https://doi.org/10.1177/026101830102100>
- Cuzzocrea, V. (2014). Projecting the category of NEET into the future. CoE-EC Youth Partnership (Ed.). Perspectives on youth. *What do YOU see?* (ss.69-82) içinde. Council of Europe. <https://pjp-eu.coe.int/documents/42128013/47261962/Cuzzocrea.pdf/eca88b43-501e-445c-9bbc-30e87cbba672> adresinden 29.04.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Çakmak, B. Y. ve Yigit, B. (2022). Türkiye’de ne eğitimde ne istihdamda yer almayan genç (NEET) olmak: sistematik literatür analizi, A. Özdemir (Ed.) *Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Seçme Yazılar-VI* (ss.149-165) içinde. Değişim Yayınevi.
- Çizel, R., Aşkun, V., Durmaz, Ş., Yağmur, A. ve Gürsoy, S. (2023). Ne eğitimde ne istihdamda (NEET) olma ile ilişkili faktörlerin oecd bağlanılı ülkelerde karşılaştırmalı analizi: Bulanık küme nitel karşılaştırmalı analiz (fsQCA). *Sosyoekonomi*, 31(57), 437-475. <https://doi.org/10.17233/sosyoekonomi.2023.03.21>
- ÇSGB. (2013). *Ulusal İstihdam Stratejisi 2014-2023*. http://www.sp.gov.tr/upload/xSPTemelBelge/files/OodjE+Ulusl_Istihdam_Stratejisi.pdf adresinden 14.04.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Dickens, L. ve Marx, P. (2020). NEET as an outcome for care leavers in South Africa: The case of girls and boys town. *Emerging Adulthood*, 8(1), 64-72. <https://doi.org/10.1177/2167696818805>
- EC. (2013). *Reducing early school leaving: Key messages and policy support. Final report of the thematic working group on early school leaving*. November 2013. https://education.ec.europa.eu/sites/default/files/early-school-leaving-group2013-report_en.pdf adresinden 04.10.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Erdoğan, E., Yentürk, N., Akyüz, A. A., Kurtaran, Y., Yurttagüler, L., Dursun, K. ve Oy, B. (2017). TÜBİTAK Support for the project titled “Study on Determining the Profiles of Neet Youth in Türkiye from the Perspective of Well-being and Policy Making”. İstanbul Bilgi Üniversitesi. TÜBİTAK 2519 - COST Çalışma Grubu Destek Programı, (Nisan 2017). Türkiye. https://www.iai.it/sites/default/files/p2y_30.pdf adresinden 12.05.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Eurofound. (2012). *NEETs young people not in employment, education or training: Characteristics, costs and policy responses in Europe*. Publications Office of the European Union. https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_files/pubdocs/2012/54/en/1/EF1254EN.pdf adresinden 14.04.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Eurostat. (2023). Statistics on Young People Neither in Employment nor in Education or Training. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Statistics_on_young_people_neither_in_employment_nor_in_education_or_training adresinden 20.04.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Felaco, C. ve Parola, A. (2022). Subjective well-being and future orientation of NEETs: Evidence from the Italian sample of the European Social Survey. *Social Sciences*, 11(10), 482. <https://doi.org/10.3390/socsci1100482>
- Furlong, A. (2006). Not a very NEET solution: Representing problematic labour market transitions among early school leavers. *Work, Employment & Society*, 20(3), 553-569. <https://doi.org/10.1177/0950017006060670>
- Gariépy, G., Danna, S., Hawke, L., Henderson, J. ve Iyer, S. (2022). The mental health of young people who are not in education, employment, or training: A systematic review and meta-analysis. *Social Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 57(6), 1107-1121. <https://doi.org/10.1007/s00127-021-02212-8>
- Gaspani, F. (2018). Young-adults NEET in Italy: orientations and strategies toward the future. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 38(1/2), 150-164. <https://doi.org/10.1108/IJSSP-04-2017-0038>
- Genda, Y. (2007). Jobless youths and the NEET problem in Japan. *Social Science Japan Journal*, 10(1), 23-40. <https://doi.org/10.1093/ssjj/jym029>
- Gutiérrez-García, R. A., Benjet, C., Borges, G., Rios, M. E. ve Medina-Mora, M. E. (2018). Emerging adults not in education, employment or training (NEET): Socio-demographic characteristics, mental health and reasons for being NEET. *BMC Public Health*, 18(1201). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6103-4>
- Holte, B. H. (2017). Counting and meeting NEET young people: Methodology, perspective and meaning in research on marginalized youth. *Young*, 26(1), 1-16. <https://doi.org/10.1177/1103308816677618>

- House of Lords. (2014). *Youth Unemployment in the EU: A Scarred Generation?*. European Union Committee 12th Report of Session 2013-14. <https://publications.parliament.uk/pa/ld201314/ldselect/lddeucom/164/164.pdf> adresinden 20.04.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- ILO. (2013). *Global Employment trends for youth 2013: A generation at risk*. International Labour Organisation. https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/documents/publication/wcms_212423.pdf adresinden 12.04.2014 tarihinde erişim sağlandı.
- ILO. (2015). *What does NEETs mean and why is the concept so easily misinterpreted?* Technical Brief No.1. <https://www.ilo.org/media/443671/download> adresinden 20.04.2024 tarihinde erişilmiştir.
- Kılıç, Y. (2014). Young People in Turkey who are not in education, employment or training (NEET). *Education and Science*, 39(175), 121-135. <http://dx.doi.org/10.15390/EB.2014.3094>
- Lüküslü, D. ve Çelik, K. (2021). Gendering the NEET category: Young NEET women in Turkey. *Turkish Studies*, 23(2), 200-222. <https://doi.org/10.1080/14683849.2021.1882861>
- Lüküslü, D., Şimşek, B. E., Çakır, C., Yağmuroğlu, M., Günşen, İ., ve Şahin, Y. B. (2022). *Ne Eğitimde Ne İstihdamda Yer Alan Genç Kadınlar Mevcut Durum ve İhtiyaç Analizi Araştırması*. Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı (UNDP) Türkiye.
- Mngoma, N. F. ve Ayonrinde, O. A. (2023). Mental distress and substance use among rural black South African youth who are not in employment, education or training (NEET). *International Journal of Social Psychiatry*, 69(3), 532-542. <https://doi.org/10.1177/002076402211142>
- OECD. (2007). *Jobs for Youth/Des emplois pour les jeunes: Korea 2007, Jobs for Youth/Des emplois pour les jeunes*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9789264040809-en>
- Özen Atabey, A. (2019). Gençlik Garanti Programı doğrultusunda ne eğitimde ne istihdamda ne de yetiştirmede yer alan gençler (NEİY) sorununa çözüm önerileri. *International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 6(43), 3054-3063. <https://doi.org/10.26450/jshsr.1469>
- Polat, S. (2021). *Ne Eğitimde Ne İstihdamda Ne de Yetiştirmede Yer Alan Gençler (NEİY/NEET)*. Doğu Marmara Kalkınma Ajansı Kalkınma Bülteni. Sayı: 68, 18-23. <https://www.marka.org.tr/wp-content/uploads/2022/09/Kalkinma-Bulteni-68-sayi.pdf> adresinden 16.04.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Rahmani, H., ve Groot, W. (2023). Risk factors of being a youth not in education, employment or training (NEET): A scoping review. *International Journal of Educational Research*, 120(2023). <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2023.102198>
- Reiter, H. ve Schlimbach, T. (2015). NEET in Disguise? Rival Narratives in troubled youth transitions. *Educational Research*, 57(2), 133-150. <https://doi.org/10.1080/00131881.2015.1030851>
- Rodwell, L., Romaniuk, H., Nilsen, W., Carlin, J., Lee, K. ve Patton, G. C. (2018). Adolescent mental health and behavioural predictors of being NEET: A prospective study of young adults not in employment, education, or training. *Psychological Medicine*, 48(5), 861-871. <https://doi.org/10.1017/S0033291717002434>
- Sergi, V., Cefalo, S. ve Kazepov, Y. (2018). Young People's disadvantages on the labour market in Italy: Reframing the NEET category. *Journal of Modern Italian Studies*, 23(1), 41-60. <https://doi.org/10.1080/1354571X.2017.1409529>
- Simmons, R., Russell, L. ve Thompson, R. (2014). Young people and labour market marginality: Findings from A longitudinal ethnographic study. *Journal of Youth Studies*, 17(5), 577-591. <https://doi.org/10.1080/13676261.2013.830706>
- Spielhofer, T., Benton, T., Evans, K., Featherstone, G., Golden, S., Nelson, J. ve Smith, P. (2009). *Increasing participation: understanding young people who do not participate in education or training at 16 and 17*. DCSF-RR072. National Foundation for Educational Research. <https://www.nfer.ac.uk/media/ajfds5y4/pejo1.pdf>
- Şahin, L., Kocakaya, M. E., Demir, İ., Akgül, O., Ak, Y., Polat, K., Bükey, M., Toktaş, D., Onal, A., Baş, H., Şahin Söylemez, S. ve Akgül, Ö. (2021a). Türkiye’de “Ne Eğitimde, Ne İstihdamda Ne de Yetiştirmede” (NEİY) Olan Gençler Profil Araştırması. L. Şahin, M. E. Kocakaya ve O. Akgül (Ed.). *Türkiye’de Eğitim, İstihdam ve Yetiştirmede Olmayan Gençler* (ss. 125-249) içinde. İstanbul Üniversitesi. <https://doi.org/10.26650/B/SS46.2021.014.02> <https://cdn.istanbul.edu.tr/file/JTA6CLJ8T5/0115E54930354267852804676FB476F8>
- Şahin, L., Kocakaya, M. E. ve Akgül, O. (2021b). Türkiye’nin Ulusal NEİY Stratejisi: Kurumsal yaklaşım ve öneriler. L. Şahin, M. Kocakaya ve O. Akgül (Ed.), *Türkiye’de Eğitim, İstihdam ve Yetiştirmede Olmayan Gençler* (ss. 252-285) içinde. İstanbul Üniversitesi Yayınevi. <https://doi.org/10.26650/B/SS46.2021.014>

- Tamesberger, D. ve Bacher, J. (2014). NEET youth in Austria: A typology including socio-demography, labour market behaviour and permanence. *Journal of Youth Studies*, 17(9), 1239-1259. <https://doi.org/10.1080/13676261.2014.901492>
- Tatar, M. ve Öztürk, M. (2024). Türkiye’de NEET gençliği sorunsalına çözüm: NEET İzleme Merkezlerinin oluşturulması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (53), 133-152. <https://doi.org/10.52642/susbed.1405239>
- Tolgay, C. ve Çakır, Ö. (2022). Ne eğitimde ne istihdamda olan gençlerin genç işsizliğine yönelik algıları üzerine bir araştırma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24(4), 1680-1707. <https://doi.org/10.16953/deu-sosbil.1121889>
- UĞİS. (2021-2023). *Ulusal Genç İstihdam Stratejisi 2021-2023*. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı. <http://www.sp.gov.tr/upload/xSPTemelBelge/files/giziG+ulusal-genc-istihdam-stratejisi-ve-eylem-plani-2021-2023.pdf> adresinden 12.04.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- UNDP Türkiye (Aralık, 2022). *Ne Eğitimde Ne İstihdamda Yer Alan Genç Kadınlar Mevcut Durum ve İhtiyaç Analizi Araştırması*’22. Aralık, 2022. <https://www.undp.org/tr/turkiye/publications/ne-egitimde-ne-istihdamda-yer-alan-genc-kadinlar-mevcut-durum-ve-ihciyac-analizi-arastirmasi> adresinden 10.04.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Uysal, G. ve U. Acar (2019). 15-19 Yaş Aralığındaki 1,3 Milyon Genç Ne Eğitimde Ne İstihdamda. Araştırma Notu 19/242. BETAM-Bahçeşehir Üniversitesi. <https://betam.bahcesehir.edu.tr/wp-content/uploads/2019/05/ArastirmaNotu242.pdf> adresinden 02.05.2024 tarihinde erişim sağlandı.
- Yates, S. ve Payne, M. (2006). Not so NEET? A critique of the use of ‘NEET’ in setting targets for interventions with young people. *Journal of Youth Studies*, 9(3), 329-344.
- Yıldırım, R. (2022). *NEET Grubunda yer alan genç işsizlerin işsizlik nedenlerine ilişkin nitel bir araştırma: Kastamonu Üniversitesi örneği* [Yayımlanmış yüksek lisans tezi]. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi.
- Ykji, G. (2007). Jobless youths and the NEET problem in Japan. *Social Science Japan Journal*, 10(1), 23-40. <http://dx.doi.org/10.1093/ssjj/jymo29>
- Yüksel Arabacı, R. (2020). Türkiye’de ne eğitimde ne istihdamda olan gençlerin sosyo-demografik yapısı ve işgücü piyasası ile bağlantısı. *AHBVÜ Amme İdaresi Dergisi*, 53(3), 103-130.



Copyright © 2025 **T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı**
<http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>
Gençlik Araştırmaları Dergisi • Nisan 2025 • 13(35) • 74-86

ISSN 2791-8157
Başvuru | 17 Mart 2024
Kabul | 10 Şubat 2025

İNCELEME / ARAŞTIRMA

10-27 Yaş Arası Genç Sporcularda Zihinsel Antrenman Algı Düzeyinin Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerilerine Etkisi

*Yunus Emre Büyükbasmacı***

Öz

Bu çalışmanın amacı, genç sporcularda zihinsel antrenman algı düzeyinin sportif sorunlarla başa çıkma becerilerine etkisini incelemektir. Çalışmada veri toplama aracı olarak, Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri ile Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemi, olasılıkdışı örneklem seçim modellerinden amaçsal ve teorik örneklem seçim tekniği kullanılarak belirlenmiştir. Araştırmada toplam 167 genç sporcu yer almıştır. Çalışma öncesinde kurulan hipotezleri test etmek amacıyla ilk olarak normallik testi, sonrasında sırasıyla tanımlayıcı istatistik, korelasyon ve çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırmanın sonunda, sporda zihinsel antrenman ve sportif sorunlarla başa çıkma becerileri algıları arasında, olumlu yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel Antrenman, Sportif Sorunlar, Başa Çıkma, Sporcu

* Dr., Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman, Türkiye, emrebasmaci@kmu.edu.tr, ORCID: 0000 0003 1090 3273

Abstract

The aim of this study is to investigate the effect of mental training perception level on the coping skills of young athletes when faced with sports problems. In the study, the "Sport Mental Training Questionnaire" and the "Inventory of Coping Skills with Sports Problems" were used as data collection tools. The samples of the study were determined using the "Purposive and Theoretical Sampling Selection Technique" from the non-probability sample selection models. A total of 167 young athletes participated in the study. In order to test the hypotheses established prior to the study, a normality test was first carried out, followed by descriptive statistics and a correlation and regression analysis. At the end of the study, a positive and moderately significant correlation was found between the perception of mental training in sport and coping skills with sports problems.

Keywords: Mental Training, Sports Problems, Coping, Athlete

Giriş

Zihinsel antrenman motor becerilerin zihinde düşünülmesi ve tasarlanmasıdır. Literatürde zihinsel antrenman, antrenman ve yarışma esnasında ortaya çıkabilecek olumlu ve olumsuz durumlara karşı, herhangi bir uygulama yapılmaksızın zihinde canlandırılması ve amaçlanan eylemin planlı ve yoğun olarak zihinde görselleştirilmesi şeklinde tanımlanmaktadır. (Akandere ve ark., 2018; Hecker ve Kaczor, 1988). Bu durumda bir sporcu, bir hareketi kendi zihninde yaşamakta ve gerekli olan alıştırmalarını gerçekleştirmektedir. Zihinsel antrenman; zihinde canlandırılan durumu, bütün duyu organları ile yaşamaktır (Schling ve Gubelman, 1995). Zihinsel antrenmanda sporcular bir beceri veya duygu durumunu zihinsel canlandırma yoluyla çalışırlar. Bir hareketin zihinde canlandırılması, bireylere gerçek hayatta bu hareketle karşılaştıklarında avantaj sağlar. Böylesi durumlarda kişilerde elektriksel aktivite meydana geldiği bilinmektedir (Ekmekçi, 2022). Bu nedenle sporcuların zihinsel antrenman gerçekleştirmeleri kendilerine sosyal yaşamlarından, sportif başarıları, becerilerin geliştirilmesinden, duygu durumlarının düzenlemesine kadar tüm konularda avantaj sağlayacağı düşünülmektedir (Özsubaşı, 2023). Literatür incelendiğinde sportif sorunlar; fiziksel sorunlar, psikolojik sorunlar, çevresel ve yapısal sorunlar, sosyal ve akademik sorunlar gibi konularda incelenmiştir.

Fiziksel sorunlar; sakatlık ve yoğun antrenman gibi unsurlardır. Sakatlıklar derecesine göre sporda çeşitli sorunları beraberinde getirebilir. Örneğin; sporcuların antrenman veya müsabaka sırasında yaşadığı sakatlanmalar, performans düşüşüne ve spordan uzak kalmasına neden olabilir. Kas ve iskelet sistemi sakatlanmaları, sporcuların kariyerlerini olumsuz etkileyebilir (Chaari ve ark., 2022). Bilinçsiz bir şekilde uygulanan yoğun antrenmanlar ise sporcu sakatlanmalarını meydana getirebilmektedir. Yetersiz dinlenme ve yoğun antrenman programları, sporcularda aşırı antrenman sendromuna yol açarak, fiziksel tükenmişlik ve sakatlık riskini artırabilir (Wang ve ark., 2019).

Psikolojik sorunlar motivasyon, konsantrasyon, stres ve kaygı, iletişim, öfke, tükenmişlik, zihinsel dayanıklılık, özsaygı, özgüven, mükemmeliyetçilik, sosyotropik otonomik kişilik, prososyal ve antisosyallik, narsisizm,

duygusal zeka gibi duygu durumlarından meydana gelebilir (Büyükbasmacı, 2023). Bu konularda yüksek veya düşük duygu durumları sportif sorunlar oluşturabilmektedir. Spor sorunlarda istenen başarıya ulaşmak için motive olmak ve hedefler koymak, konsantre olmak, pozitif düşünme becerisini geliştirmek, sporcular açısından önemli davranışlardır. Buna benzer davranışlar zihinsel antrenman ile mümkün olabilmektedir.

Çevresel ve yapısal sorunlara, tesis ve ekipman eksiklikleri ve yönetimsel sorunlar örnek gösterilebilir. Yetersiz veya uygun olmayan antrenman tesisleri ve ekipmanları, sporcuların optimal performans göstermesini engelleyebilir (Dağdeviren ve ark., 2024). Spor yöneticilerinin yetersizliği veya yanlış politikalarda sporcuların gelişimini ve motivasyonunu olumsuz etkileyebilir (Sunay ve Kaya, 2019).

Sosyal ve akademik sorunların başlıca nedenleri arasında yanlış kariyer yönetimi ile aile ve sosyal destek eksikliği yer alabilir. Özellikle genç sporcular, eğitim ve spor kariyerlerini dengeleme konusunda zorluklar yaşayabilirler. Bu durum, her iki alanda da performans düşüşüne neden olabilir (Urhan ve Fişne, 2022). Sporcuların ailelerinden veya sosyal çevrelerinden yeterli destek alamamaları, psikolojik sorunların artmasına ve spora olan bağlılıklarının azalmasına yol açabilir (Dağdeviren ve ark., 2024).

Sporcuların spor sorunları ile baş etme becerileri; zorluklar ile baş etme, hedef belirleme ve zihinsel hazırlık, konsantrasyon, başarı için güven ve motivasyon, kaygıdan kurtulma, baskı altında yüksek performans ve öğrenmeye açıklık, becerilerinin toplamıdır (Bedir ve ark., 2015). Takım ya da bireysel sporcuların sportif sorunlar ile baş etme stratejilerini kavramaları ve meydana gelebilecek stresli durumlardan önce hazırlıklı olmaları açısından önemli bir konudur (Holt ve ark., 2007; Klien 2012). Bu çalışma da sporcuların sportif sorunlarla başa çıkma stratejileri zihinsel antrenman modelleri ile sentezlenmeye çalışılmıştır.

Spor ortamı yüksek derecede zihinsel antrenman gerçekleştirilmesi gereken alanlardan birisidir. Genel olarak zihinsel antrenman sporcuların antrenmanlara odaklanabilmesine ve performanslarının artmasına yardımcı olan bir zihinsel uygulamadır. Günümüzde sporcular, fiziksel antrenmanların yanında zihinsel antrenmanlardan da yararlanmaktadırlar (Altıntaş ve Akalan, 2008). Literatürde, kendisine günden güne daha fazla yer bulan zihinsel antrenman uygulamasının sportif sorunlarla baş edilmesine etkisi ile ilgili bire bir çalışmaya rastlanılamamıştır. Bu çerçevede araştırma süreci yürütülmeye başlanmıştır. Çalışmanın hipotezlerini ise zihinsel antrenmanın sportif sorunlarla mücadele etmesinin yönü ve şiddetini ortaya koymak oluşturmaktadır. Çalışma zihinsel antrenmanın sportif sorunlarla baş etme konusuna etkisini belirlemek için planlanmıştır. Bu çalışmanın literatüre zihinsel antrenmanın spor psikolojisi alanındaki rolünü detaylandırmak, genç sporcuların performansını ve psikolojik dayanıklılığını artırmada nasıl bir etkiye sahip olduğunu belirlemek, spor psikolojisi, antrenman bilimi ve performans geliştirme alanlarında mevcut literatüre teorik ve pratik açılardan katkı sağlamak, zihinsel antrenmanın sportif sorunlarla başa çıkma becerileri üzerindeki etkisini vurgulayarak, gelecekte yapılacak araştırmalara bulgular sunmak gibi alanlarda katkı sağlaması hedeflenmektedir. Egzersiz ve spor psikolojisi alanında “sportif sorunlar” kavramı Şekil 1. ile sunulmuştur. Çalışmanın sonuçları bilimsel araştırmalarda kullanılabileceği gibi zihinsel antrenmana ihtiyaç duyan sporculara zihinsel antrenman teşvik edilirken örnek sunulabilir. Bu çalışmada sporcuların zihinsel antrenman algı düzeyinin sportif sorunlarla başa çıkma düzeyini yordama derecesi ölçülmüştür.

Zihinsel Antrenman

Zihinsel antrenman motor becerilerin zihinde düşünülmesi ve tasarlanmasıdır. Daha genel bir tanımda; antrenman ve müsabaka esnasında meydana gelebilecek olumlu ve olumsuz olaylara karşı uygulanması düşünülen hareketin aktivite olmaksızın planlı ve yoğun bir şekilde zihinde canlandırılmasına dayanan bir antrenman çeşididir (Hecker ve Kaczor, 1988; Kuruç ve Bayar, 2004). Sporcunun zihinde canlandığı durumu,

görme, dokunma, tat alma, işitme, koklama gibi bütün duyu organlarıyla kinestetik bir şekilde zihninde yaşamasıdır (Schling ve Gubelman, 1995).

Zihinsel Antrenman Modelleri

Zihinsel antrenmanın grup çalışması, sessiz ortam çalışması, içsel çalışma, sesli ortam çalışması, imgeleme çalışması, obje çalışması şeklinde beş yöntemi bulunmaktadır (Aktepe, 2013; Murathan, ve Bozyılan, 2020).

Bu modellerden içsel çalışma sporcunun yalnızlık duyguları içerisinde yeterliliği ile ilgili şüphelere düştüğü vakitlerde kendi pozitif içsel duygu durumlarına dönmesi şeklinde kullanılan bir yöntemdir (Aktepe, 2013).

Grup çalışmasında ise sporcular, spor psikologu ve antrenör kılavuzluğu eşliğinde onlarla işbirliği içerisinde ortak amaç doğrultusunda çalışmasına imkân oluşturan bir türdür. Sporcu ile antrenörün ortaya koyduğu konular grup materyali olarak kabul edilir. Ayrıca sporcuların ortaya attığı lehte ve aleyhte konular tartışılarak düzeltilmeye çalışılır. Psikolojik danışmanların, olayları derinliğine incelemek, grup çalışmasını ilerletmek maksadıyla gözetim ve denetim çalışmalarına katılmaları çalışma açısından çok verimli bir ortam sağlamaktadır (Akandere ve ark., 2018).

Sessiz ortam çalışması; sporcunun sessiz ortamlarda dış etmenlerden etkilenmeden iç sesini dinleyerek müsabaka, antrenman öncesi ve sonrasında başına gelen çeşitli olguları düşünerek odaklanma halinde bulunması yöntemidir. Bu yöntemde sporcunun sestten arındırılmış bir ortamda bulunması ve içsel bir odaklanma haline gelmesi hedeflenmektedir (Aktepe, 2013).

Sesli ortam çalışmasında sporcu yanında yer alan antrenörü ya da spor psikologunun sözlerine kendisini yoğunlaştırır. Bu çalışma tamamen sesli bir ortamda gerçekleştirilmekte olduğu için yoğunlaştığı sesler haricinde duyulan seslerin konsantre olma durumunu bozmasına izin verilmez. Sporcuya antrenörü veya spor psikoloğundan gelen sesler dinletilir, ne olduğunu yorumlaması istenir ve tekrar eski konsantre durumuna geri dönmesi beklenir (Aktepe, 2013).

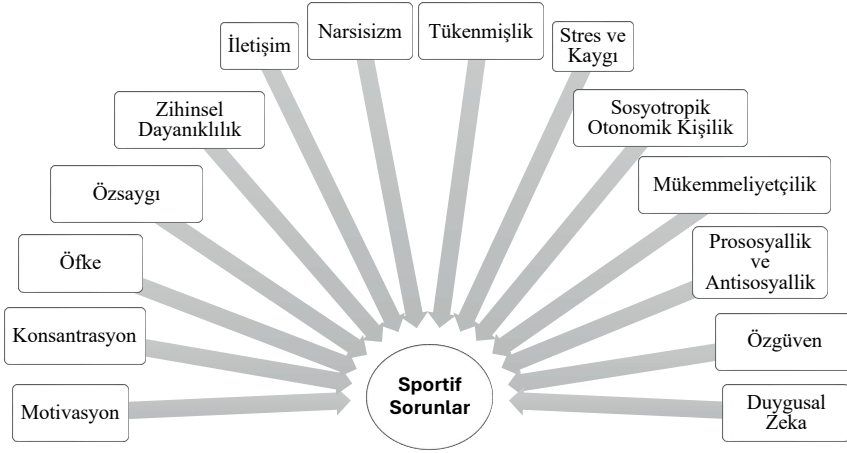
Obje çalışmasında günlük yaşamımızda yer bulan, tüm malzemeler obje olarak isimlendirilmektedir. Zihinsel antrenmanda kullanılan objeler; kullanılan sportif aletlerden, spor sahasının çizgilerine, spor ayakkabısından formasına, yarışmacılardan seyircilere kadar her türlü obje olabilir. Bu objelerin yardımıyla sporcuda özel çağrıştırmaya yapılması amaçlanır (Aktepe, 2013).

İmgeleme çalışması ise bir olayın, durumun, hareketin zihinde canlandırılmasıdır. İmgelemenin çok önemli özelliklerinden birisi olayları yaşama, hissetme ve duyma gibi duyguları kişiye öncesinde yaşatarak, deneyim yaşatmasıdır (Bilgi, 2019; Ekmekçi, 2016). Kısaca zihinde canlandırılan durumun, işitme, tat alma, görme, koklama, dokunma gibi davranışların tüm duyular ile yaşanmasıdır (Konter, 1999). İmgeleme çalışması sporcular ve antrenörler tarafından genellikle antrenman veya yarışma öncesi ve sonrası, ölü sezon ile kişisel zamanlarda tercih edilmektedir (Aktepe, 2013).

Sportif Sorunlarla Başa Çıkma

Baş çıkma Lazarus ve Folkman'a (1984) göre insanların çevresi ile ilişkilerinde veya günlük yaşadıkları rutin zorluklar karşısında sorunlarını yönetmesi, azaltması veya düzenlemesidir. Baş çıkma davranışını iki işlevli bir süreç olarak yorumlamışlardır. Bunlardan birincisi, sorun odaklı baş çıkma, ikincisi ise duygu odaklı baş çıkmadır. Sporcuların baş çıkma stratejilerini öğrenmeleri, negatif durumlara hazırlıklı olmaları açısından önemlidir (Holt ve ark., 2007; Klien 2012). Sportif sorunlar ile baş çıkma stratejileri arasında; kendi kendine konuşma, planlama, duyguları optimizasyon, hedef belirleme, gevşeme, aktif baş çıkma, rasyonalizasyon, sosyal destek ve önleme stratejilerinin, yeniden değerlendirme şeklinde kabul edilmiştir (Nicholls ve Polman, 2007).

Şekil 1. Egzersiz ve Spor Psikolojisi Alanında Sportif Sorunlar



Yöntem

Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden anket tekniği kullanılarak hazırlanmış bir bağıntısal model çalışmasıdır. Nicel araştırma yöntemleri verisel olarak hipotezlerin test edilmesine olanak tanır. Değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkilerini belirlemeye yardımcı olur (Neuman, 2014). Bağıntısal Model ise iki ya da daha fazla değişken arasında ilişki olup olmadığını incelemek amacıyla kullanılır (Gençer, 2020). Çalışmanın hipotezleri belirlendiğinde yöntemi belirlenmiştir.

Araştırma Modeli

Bu başlık altında araştırmanın model şeması şekil 2. de gösterilmiştir.

Şekil 2. Araştırmanın Modeli



Araştırmanın Hipotezleri

H⁰: Sporcularda zihinsel antrenman ile sportif sorunlarla başa çıkma algıları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki yoktur.

H¹: Sporcularda zihinsel antrenman ile sportif sorunlarla başa çıkma algıları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.

Evren ve Örneklem

Evren, araştırmanın kapsamına giren tüm bireylerin oluşturduğu topluluktur. Bu, araştırmacının ilgisini çeken tüm bireyleri, olayları ya da durumları içerir. Evrenin büyüklüğü, araştırma sorusuna ve alanına göre değişebilir (Babbie, 2020). Örneklem ise evrenden seçilen ve araştırmanın yapılacağı grup olarak tanımlanabilir. Evrenin tamamı üzerinde çalışma yapmak çoğu zaman pratik veya mali açıdan mümkün olmadığından, araştırmacılar evrenden belirli bir kısmı seçer ve bu kısmı araştırmanın temel grubu olarak kullanabilir (Cohen ve ark., 2018). Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından Uluslararası Gençlik Değişim Programları kapsamında 14-29 yaş arası bireyler genç olarak ifade edilmektedir (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2025). Örneklem grubunun yaş grupları

dikkate alınarak araştırma örneklemelerinde sadece 27 yaş sınırı aranmıştır. Bu araştırmanın evreni İstanbul ilinde yaşayan 10-27 yaş arasında yer alan sporcular oluşturmaktadır. Örneklemeler ise olasılık dışı örneklem seçim yöntemlerinden “Amaçsal ve Teorik Örneklem Seçim Tekniği” ile belirlenmiş; Mertterspor, Hadımköyspor ve Haznedarspor sporcuları oluşturmaktadır. “Amaçsal ve Teorik Örneklem Seçim Tekniği” araştırmacıların evren ile ilgili bilgilerine ve öngörülerine dayanarak evreni temsil edebileceğini düşündüğü bir küme ya da birkaç denek belirlediği bir tekniktir (Ural ve Kılıç 2011). Araştırmada zamansal sınırlılıklar bulunduğu için ve ulaşılabilirlik açısından örneklem grubu Mertterspor, Hadımköyspor ve Haznedarspor’un bazı sporcuları ile sınırlandırılmıştır. Bu çalışmanın örneklemi erkekler futbol branşında 54 sporcu ile Mertterspor U-15/B ve U-16 takımlarının sporcuları; 42 sporcu ile Hadımköyspor U-13 ve 1. Amatör lig takımlarının sporcuları; 71 sporcu ile Haznedarspor U-11, U-12, U-13 ve 2. amatör lig takımlarının bazı sporcuları olmak üzere toplam 167 sporcu oluşturmuştur. Anketler üç spor kulübü sporcularına da bir antrenör eşliğinde gerekli süre tanınarak soyunma odası ortamında uygulanmıştır.

Şekil 3. Çalışma Grubu Tanımlayıcı Bulguları

Klasmanınız Nedir?					
		Sıklık	Yüzde	Geçerli Yüzde	Birikimli Yüzde
Geçerli	1. Amatör Lig	22	13,2	13,2	13,2
	2. Amatör Lig	20	12,0	12,0	25,1
	U-11	14	8,4	8,4	33,5
	U-12	19	11,4	11,4	44,9
	U-13	38	22,8	22,8	67,7
	U-15/B	28	16,8	16,8	84,4
	U-16	26	15,6	15,6	100,0
	Total	167	100,0	100,0	

Tanımlayıcı bulgular incelendiğinde U-11 takım sporcuları %8,4; U-12 takım sporcuları %11,4; U-13 takım sporcuları %22,8; U-15/B takım sporcuları %16,8, U-16 takım sporcuları %15,6; 1. Amatör Lig takım sporcuları %13,2 ve 2. Amatör Lig takım sporcuları %12,0’lık bir bölümünü oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama araçları olarak; “Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri” ile “Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri” kullanılmıştır. Araştırma korelasyon ve regresyon çalışması olduğundan ötürü erkek sporculara ve belirli yaş gruplarına yapıldığı için demografik bilgi formu kullanılmamış, sadece “Klasmanınız Nedir” sorusu yöneltilmiştir.

Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri

Zihinsel Antrenman Envanteri spor ortamında zihinsel antrenman uygulamalarında kullanılan zihinsel beceri ve zihinsel teknikleri ölçmek amacıyla Behnke ve arkadaşları (2017) tarafından geliştirilmiştir. Envanterin Türkçeye uyarlama çalışması Yarayan ve İlhan (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. Sporcular için geliştirilen bu envanter,

Zihinsel Temel Beceriler (4 madde) $\alpha=.60$, Zihinsel Performans Becerileri (6 madde) $\alpha=.78$, Kişilerarası Beceriler (4 madde) $\alpha=.72$, Kendinle Konuşma (3 madde) $\alpha=.85$, Zihinsel Canlandırma (3 madde) $\alpha=.70$, olmak üzere 5 alt boyut ve 20 maddeden oluşmaktadır. 5'li likert tipi yapısında olan envanter (1) "Tamamen Katılmıyorum" ve (5) "Tamamen Katılıyorum" biçiminde puanlanmaktadır. Envanterden elde edilebilecek en düşük puan 20, en yüksek puan ise 100'dür (Behnke ve ark., 2017). Envanterin genel "cronbach alfa" değeri 0,91'dir (Erman ve ark., 2023). Bu çalışma için hesaplanan cronbach alpha değeri ise 0,89 olarak tespit edilmiştir.

Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri

"Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri" 1995 yılında Smith, Schutz, Smoll ve Ptacek tarafından geliştirilmiş; ölçeğin Türkçeye uyarlanma çalışması ise 2017 yılında Özcan tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu envanter Kaygıdan Uzak Olma (3 madde) $\alpha=0,62$, Zorlukla Baş Etme (4 madde) $\alpha=0,66$, Güven ve Başarı Güdüsü (3 madde) $\alpha=0,65$, Konsantrasyon (4 madde) $\alpha=0,68$, Hedef Belirleme/Zihinsel Hazırlık (4 madde) $\alpha=0,70$, Baskı Altında Yüksek Performans (4 madde) $\alpha=0,80$, Antrene Edilebilirlik (4 madde) $\alpha=0,71$, olmak üzere 7 alt boyut, 26 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin tümü için belirtilen alpha güvenilirlik katsayısı 0.86 olarak belirtilmektedir. Ölçek; 0=Hiçbir zaman, 1=bazen, 2=sıklıkla 3=her zaman şeklinde puanlanmış, 4'lü likert tipinde hazırlanmıştır (Özcan, 2017). Bu çalışma için hesaplanan genel Cronbach Alpha değeri ise 0,90 olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi

Analizlerde SPSS programı tercih edilmiştir. Verilerin normal dağılım sonuçlarına ulaşmak amacıyla normallik testi gerçekleştirilmiştir. Verilerin normal dağıldığı gözlemlenmiş, parametrik testlerin kullanımı uygun bulunmuştur. Verilerin analizinde ilk tanımlayıcı istatistik bulguları, ardından değişkenler arasındaki ilişkinin yön ve şiddetini tespit etmek amacıyla korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Değişkenler arasındaki neden sonuç ilişkisini tespit etmek için ise çoklu regresyon analizi uygulanmıştır.

Etik Onayı ve Katılım İzni

Bu araştırma için Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan 226-234 karar numaralı ve 22 Eylül 2023 tarihli etik kurul onayı alınmıştır. Tüm araştırma örneklemelerinden bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Araştırma, ilgili kılavuz ve yönetmeliklere uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Normallik testi, tanımlayıcı istatistik ve korelasyon analizi bulguları

1.	1.1.	1.2.	1.3.	1.4.	1.5.	2.	2.1.	2.2.	2.3.	2.4.	2.5.	2.6.	2.7.
1. Sporda Zihinsel Antrenman	1	,685**	,874**	,788**	,768**	,667**	,571**	,393**	,444**	-,022	,251**	,380**	,434**
1.1. Zihinsel Temel Beceriler	1	,545**	,303**	,348**	,266**	,348**	,468**	,290**	-,033	,220**	,301**	,326**	,211**
1.2. Zihinsel Performans Becerileri													
1.3. Kişilerarası Beceriler													
1.4. Kendinle Konuşma													
1.5. Zihinsel Canlandırma													
2. Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri													
2.1. Kaygıdan Uzak Olma													
2.2. Zorlukla Baş Etme													
2.3. Güven ve Başarı Gütüsü													
2.4. Konsantrasyon													
2.5. Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık													
2.6. Baskı Altında Yüksek Performans													
2.7. Antrene Edilebilirlik													
Ortalama	58,15	10,24	15,35	13,34	9,75	9,46	21,48	2,58	3,06	2,14	3,65	3,07	3,25
Standart Sapma	24,83	5,16	6,28	6,01	4,88	4,74	11,45	1,58	2,00	2,11	2,37	1,70	1,98
Çarpıklık	0,31	-0,83	-0,81	-0,42	-0,54	-0,42	0,04	0,19	0,33	0,70	0,36	0,37	0,46
Baskılık	-1,20	0,84	1,64	-0,01	0,12	-0,19	-1,32	1,67	1,69	1,42	0,82	1,78	2,99

Bu çalışmada skewness ve kurtosis (çarpıklık ve basıklık) değerleri -2 ile +2 arasında değer alan değişkenler normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir (George ve Mallery, 2010). Buna göre; araştırmının hipotezlerini oluşturan sporda zihinsel antrenman ve sportif sorunlarla başa çıkma becerileri değerlerinin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Diğer alt boyut değerleri de normal dağılım göstermektedir. Böylece parametrik testler tercih edilmiştir. Araştırmının hipotezlerini oluşturan sporda zihinsel antrenman ve sportif sorunlarla başa çıkma becerileri algılarını gösteren tanımlayıcı istatistik bulguları incelendiğinde, sporda zihinsel antrenman (Ort.=58,15, S=24,83), sportif sorunlarla başa çıkma becerileri (Ort.= 21,48, SS = 11,45) olarak belirlenmiştir. Korelasyon analizi sonucunda, araştırmının hipotezlerini oluşturan sporda zihinsel antrenman ve sportif sorunlarla başa çıkma becerileri düzeyleri arasında, olumlu, orta düzeyli bir ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 2. Değişkenler arası çoklu regresyon sonuçları

Modeller	Bağımlı Değişkenler	Bağımlı Değişkenler	B	Std. Hata	β	t	p
Model 1	Sporda Zihinsel Antrenman	(Sabit)	59,73	3,173		18,82	,000
		Kaygıdan Uzak Olma	2 ,757	,449	,149	1,686	,094
		Zorlukla Baş Etme	,901	,424	,213	2,127	,035
		Güven ve Başarı Güdüsü	-1,409	,458	,250	-3,080	,002
		Konsantrasyon	,129	,361	,035	,356	,722
		Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık	,077	,412	,020	,186	,853
		Baskı Altında Yüksek Performans	1,002	,410	,221	2,444	,016
		Antrene Edilebilirlik	,451	,404	,103	1,117	,266
			R=,547 ^a R ² = ,300 F(9,655)=85,851 P=,000 ^b				
Model 2	Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri	(Sabit)	10,985	6,707		1,638	,103
		Zihinsel Temel Beceriler	,755	,616	,185	1,225	,222
		Zihinsel Performans Becerileri	-	-	-	-	-
		Kişilerarası Beceriler	,392	,718	,087	,546	,586
		Kendinle Konuşma	,479	,712	,084	,673	,502
		Zihinsel Canlandırma	,167	,719	,027	,232	,817
		Sporda Zihinsel Antrenman	5,343	,255	,571	,987	,000
			R=,434 ^a R ² =,189 F(7,434)=138,458 P=,000 ^b				

Tablo 2'de, gerçekleştirilen çoklu regresyon analizi sonucunda, araştırmanın hipotezlerini oluşturan sporda zihinsel antrenman ve sportif sorunlarla başa çıkma becerileri algıları arasında, anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. Sporda zihinsel antrenman algı düzeyi, sportif sorunlarla başa çıkma becerilerini %46,3 oranında yordamaktadır. Sporda zihinsel antrenman algı düzeyi nötr durumda bulunması halinde örneklemelerin sportif sorunlarla başa çıkma düzeyi ($\beta=5,343$) düzeyinden başlayacağı görülmüştür. Sporda zihinsel antrenmanın sportif sorunları etkileme düzeyi 0,457 ile açıklanabilir.

Tartışma

Uygulanan korelasyon analizi sonucunda araştırmanın hipotezlerini oluşturan sporda zihinsel antrenman ve sportif sorunlarla başa çıkma becerileri algıları arasında olumlu ve orta düzeyli bir ilişki tespit edilmiştir. Çoklu regresyon analizi sonucunda ise araştırmanın hipotezlerini oluşturan sporda zihinsel antrenman ve sportif sorunlarla başa çıkma becerileri algıları arasında, istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. Buna göre H_0 reddedilmiş H_1 hipotezi kabul edilmiştir. Sporda zihinsel antrenman algı düzeyi, sportif sorunlarla başa çıkma becerilerini %46,3 oranında yordamaktadır. Sporda zihinsel antrenmanın sportif sorunları etkileme düzeyi 0,457 ile açıklanabilir.

Zihinsel antrenman algı düzeyinin sportif sorunlarla başa çıkma becerisine etkisine yönelik gerçekleştirilen bire bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Her ne kadar iki konu arasında korelasyon çalışmasına denk gelinmese de benzer birçok çalışma gerçekleştirildiği görülmektedir.

Literatür incelendiğinde araştırmamızı destekleyen çok sayıda çalışma olduğu gözlemlenmiştir. Buna göre; Walter ve arkadaşları (2019) yüzme, cimnastik, hentbol, voleybol gibi birçok farklı spor dalında yarışmalara hazırlanan genç sporculara kendi kendine konuşma tekniği ile psikolojik beceri antrenman programı uygulamış ve sporcuların zihinsel antrenman alt boyutları içerisinde yer alan bedensel kaygıdan uzaklaşabilme, öz güven ve öz yeterlilik düzeylerinin olumlu yönde etkilendiğini ortaya koymuştur. Reigal ve arkadaşları (2020) benzer şekilde yaptıkları çalışmada psikolojik profilin yarışma kaygısına etkisini incelemiş ve psikolojik profiling yarışma kaygısını önemli derecede etkilendiğini tespit etmişlerdir. Kaygı her yönüyle sportif sorunlar arasında yer almaktadır. Zihinsel antrenman modelli uygulamaların kaygı yönetiminde etkili olduğu birçok çalışmada vurgulanmıştır (Dziembowska ve ark., 2016; Jimenez Morgan ve Molina Mora, 2017; Lagos ve diğerleri, 2008; Pusenjak ve diğerleri, 2015). Vidic ve arkadaşları (2022) psikolojik beceri antrenmanlarının sportif baş etme becerilerine etkisini incelemiş ve önemli ölçüde artış tespit etmişlerdir. Elliott (2003) çalışmasında liseli softbol oyuncularıyla hedef belirleme, imgeleme, gevşeme ve kendi kendine konuşma tekniklerinin yer aldığı psikolojik beceri antrenman programları yürütmüş; program sonrasında sportif sorunlar arasında yer alan öz güven düzeylerinde artış olduğu tespit edilmiştir. Beauchamp ve arkadaşları (1996) kolejli amatör golfçülere konsantrasyon tekniklerinin yer aldığı psikolojik beceri programı uygulamış ve program sonunda amatör golfçülerin sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinde artış olduğunu gözlemlemişlerdir. Mamassis ve Doganis'de (2004) 14 yaş tenis sporcularına hedef belirleme, imgeleme, gevşeme ve konsantrasyon tekniklerinin yer aldığı psikolojik beceri antrenman programı uygulamış ve sporcuların yarışma kaygılarında azalma olduğunu ortaya koymuşlardır. Yarışma kaygısı ile sportif sorunlarla başa çıkma ölçeğinin alt boyutları arasında yer alan kaygıdan uzak olma alt boyutu benzerlik göstermektedir. Mamassis ve Doganis'un (2004) çalışması da bu yönüyle çalışmamızı desteklemektedir. Ayrıca Mamassis ve Doganis (2004) zihinsel antrenman programı uygulayan sporcuların uygulamayan sporculara göre kendine güven düzeyinin daha fazla yükseldiğini rapor etmişlerdir (Mamassis ve Doganis, 2004). Curry ve Maniar (2003), üniversiteli genç sporculara hedef belirleme, imgeleme, problem çözme strateji ve tekniklerinin yer aldığı psikolojik beceri antrenman programı uygulamış; araştırma sonunda sporcuların baskı altında performans

ve sportif sorunlarla başa çıkma becerilerini geliştirdiklerini tespit etmişlerdir. Vishwanth ve arkadaşları (2019) 14-17 yaş grubu basketbolculara yaptığı araştırmada, zihinsel antrenman uygulamasının sportif sorunlarla baş etme altboyutları arasında bulunan kaygı ve öz güven üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu etmişlerdir. Patrick ve Hrycaiko (1998) tarafından yapılan çalışmada, zihinsel antrenman programının dayanıklılık performansı üzerine etkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, zihinsel antrenman programı dayanıklılık performansını olumlu yönde etkilemektedir. Dayanıklılık davranışı, sportif sorunlarla baş etme davranışları ile yakından ilişkilidir. Patrick ve Hrycaiko'nun (1998) çalışmasında bu yönüyle bu araştırma sonucunu desteklemektedir. Yine sportif sorunlar alt konuları arasında bulunan özsaygı ile zihinsel antrenman ilişkisini inceleyen Golby ve Wood (2016) genç örneklemelere psikolojik beceri antrenmanı uygulamışlardır. 6 aylık antrenman programı sonunda antrenman öncesi, antrenman anında ve sonrasında incelemeler yapılmış ve antrenman uygulaması ile birlikte özsaygı durumunda olumlu gelişmeler olduğu gözlenmiştir.

Genel olarak zihinsel antrenman algı düzeyi özellikle genç sporcular üzerinde birçok parametrede olumlu etki göstermektedir. Öyle ki; Martin ve Moritz'in (1999) yaptığı çalışmada zihinsel antrenman uygulamasının sporcu performansını artırdığı sonucunu tespit etmişlerdir. Thelwell ve Greenlees (2001), gevşeme, hedef belirleme, zihinsel canlandırma ve kendi kendine konuşma alt boyutları ile zihinsel antrenman çalışmasının salon triatlon branşı sporcularına katkısını araştırmışlardır. Araştırmada performans yükseltme konusunda zihinsel antrenman uygulamasının olumlu etkisinin olduğunu tespit etmişlerdir. Li-Wei ve arkadaşları (1992) 7-10 yaş arası çocuklarda zihinsel antrenman uygulamasının performans artışına etkisini incelemişlerdir. Araştırma sonunda zihinsel antrenman kullanan çocukların kullanmayan çocuklara göre sportif tekniklerinin doğruluğu ve kalitesinde önemli ölçüde gelişme yaşadıklarını gözlemlemişlerdir. Wolfram ve Micklewright (2011), araştırmalarında sportif sorunlar alt boyutları içerisinde bulunan hedef belirleme, kendi kendine konuşma, konsantrasyon ve imgeleme çalışmalarına yer verilmiştir. Zihinsel eğitim süreci sonunda örneklemelerin katıldıkları yarışta performanslarına olumlu etkiler olduğunu ifade etmişlerdir. Makaracı (2022) çalışmasında zihinsel antrenman çalışmasının öntest ve son test ölçümleriyle sporcular üzerinde bilişsel beceri ve performans düzeylerine etkisini incelemiştir. Çalışma sonunda zihinsel antrenman programlarının müsabık sporcularda fizyolojik, bilişsel ve sportif performans özelinde geliştirici bir etki oluşturduğu ifade etmiştir. Makaracı'nın (2022) çalışması bilişsel ve sportif performans boyutu ile incelendiğinde bu çalışmayı desteklemektedir. Bilişsel beceri, bilgi edinme ve bilgiyi kullanma becerisi olarak açıklanır. Bilişsel becerisi yüksek düzeyde olması sorun çözme durumuna olumlu etki edeceği düşünülmektedir. Özetle; bilişsel beceri sorun çözme kavramı ile yakından ilişkilidir. Sportif performans ise güçlü şekilde sportif sorunlarla başa çıkılma durumunun habercisidir. Makaracı'nın (2022) çalışması çok yönlü olarak bu çalışmayı destekler nitelikte sonuçlara ulaştığı söylenebilir. Bir diğer çalışmada Karakoç (2023), 15-21 yaş grubu okulculuk sporcuları üzerinde zihinsel antrenman uygulamasının atış becerisi ve zihinsel dayanıklılık düzeyleri üzerindeki etkisini araştırmıştır. Karakoç'un (2023) çalışmasında iki farklı grubu değer almıştır. Bu grupların birisi deney grubu diğeri ise kontrol grubudur. Deney grubuna 10 haftalık zihinsel antrenman uygulaması gerçekleştirilmiştir. Kontrol grubu ise zihinsel antrenman uygulamasına katılmamıştır. Elde edilen veriler incelendiğinde deney grubunda zihinsel dayanıklılık puanlarında anlamlı bir şekilde artış olduğu, kontrol grubunda ise anlamsız bir düzeyde azalma olduğu tespit edilmiştir. Zihinsel dayanıklılık algısı da sportif sorunlarla başa çıkma becerisi algısını çağrıştırmaktadır. Zihinsel dayanıklılık düzeyi yüksek olan bireylerin sportif sorunlarla baş etme algılarının da yüksek olması beklenir. Doğru orantılı ve benzer konular olması nedeniyle Karakoç'un (2023) çalışması da bu çalışmayı destekler niteliktedir. Benzer bir çalışma olan Çat'ın (2023) çalışmasında zihinsel antrenman ile zihinsel dayanıklılık algıları arasında pozitif, zayıf düzeyli bir ilişki

olduğu belirlenmiştir. Güneş'in (2023) çalışmasında da zihinsel dayanıklılık ile zihinsel antrenman düzeyleri arasındaki anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiş, sporcuların zihinsel antrenman uygulaması ile zihinsel dayanıklılıklarının geliştirilebileceği ifadeleri kullanılmıştır. Beşler (2020) ise farklı olarak futbol antrenörleri üzerinde çalışmasını gerçekleştirmiş, zihinsel antrenmanın zihinsel dayanıklılık ve problem çözme becerilerine etkisini incelemiştir. Çalışmanın sonucunda örneklem grubunda yer alan futbol antrenörlerinin problem çözme ve zihinsel dayanıklılık becerilerinde artış olduğu tespit edilmiştir. Özçelik'in (2012) hentbolcular üzerinde 16 oturum ile uyguladığı zihinsel antrenman programı sonucunda bilişsel kaygı düzeyini azalttığı ve kendine güven düzeyini artırdığını ifade etmiştir. Bilişsel kaygı ve kendine güven eksikliği sportif sorunlardan bazılarıdır. Dolayısıyla Özçelik'in (2012) çalışmasında bu çalışmayı destekler niteliktedir. Karaca ve Gündüz'ün (2021) oryantiring sporcuları üzerinde gerçekleştirdiği araştırmasında zihinsel antrenmanın performans algısını pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir şekilde etkilediği belirlenmiştir. Performans ve sportif sorunlar ile baş etme uyumlu kavramlardır. Bu nedenle Karaca ve Gündüz'ün (2021) çalışması da bu çalışmayı destekler niteliktedir. Benzer bir şekilde Çiftçi ve arkadaşlarının (2021) gerçekleştirdiği çalışmada da zihinsel antrenman becerileri ile toplam öz güven puanı arasında pozitif yönde kuvvetli bir ilişki tespit edilmiştir. Öz güven yüksekliği sportif sorunlarla baş etme konusunda güçlü bir anahtardır. Dolayısıyla Çiftçi ve arkadaşlarının (2021) gerçekleştirdiği çalışmada bu çalışmayı desteklemektedir.

Literatürde araştırmamızın sonuçlarıyla örtüşmeyen araştırmalar da mevcuttur. Buna göre; Crocker ve arkadaşları (1988), sportif sorunlarla başa çıkma becerileri alt boyutları arasında yer alan kendi kendine konuşma tekniği ile 16-18 yaş genç voleybolculara psikolojik beceri antrenmanı uygulamış, araştırma sonunda zihinsel antrenman alt boyutları arasında yer alan kaygı ile başa çıkma davranışında etkili olmadığı bulgusuna ulaşmışlardır. Klien (2012) beyzbol ve softbol takımında yer alan genç sporcular üzerinde yaptığı araştırmada kendi kendine konuşma tekniği ile gerçekleştirdiği psikolojik beceri çalışmasının, başa çıkma düzeyini etkilemediği bulgusuna ulaşmıştır. Bu çalışmanın sonucuyla benzerlik göstermeyen bir diğer çalışma Skvarla ve Clement'in (2019) gerçekleştirdiği çalışmadır. Benzer şekilde, kolejli genç dansçılar üzerinde imgeleme, gevşeme ve kendi kendine konuşma tekniklerini içeren bir psikolojik beceri programı uygulanmıştır. Çalışma sonucunda, psikolojik beceri antrenmanı uygulanan grup ile uygulanmayan grup arasında sporla başa çıkma beceri düzeyleri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Zihinsel antrenman ve psikolojik beceri antrenmanı paralel bir yapıda olduğu düşünüldüğünde Skvarla ve Clement'in (2019) araştırma bulguları çalışmamızı desteklememektedir.

Her ne kadar araştırmamızın sonuçları ile çelişen sonuçlar bulunsada çok büyük oranı destekler niteliktedir. Zihinsel antrenman birçok konuda olduğu gibi sportif sorunlarla baş etme konusunda da çok etkilidir. Çünkü zihin emsalsiz bir güçtür (Carter, 2023). Antrenmanların yanında mutlak bir suretle zihinsel antrenman süreçlerine de önem verilmesinin gerektiğini, bilimin bize sunduğu verilerle anlamaktayız (Anderson ve ark., 2021; Guskowska ve Wojcik, 2021; Hopper ve ark., 2019; Jordan, 2017; Tomiyama, 2018) Zihinde bir şeyi doğru şekilde canlandırmak, gerçek uygulama sırasında daha kolay ve etkili bir şekilde uygulanmasını sağlar (Hillier, 2007). Bu durum sportif sorunlar karşısında kalkan oluşturmaktadır. Sporcuların psikolojik hazırlığı, herhangi bir spor eğitiminin temel unsurlarından birisidir (Blumenstein ve Orbach, 2020) ve çeşitli zihinsel çalışmaların tümünü içerir (Eklund ve Tenenbaum, 2014). Çünkü zihinsel antrenmandaki genel amaç sporunun psikolojik becerilerini geliştirmektir (Vealey, 2007). Zihinsel antrenman, genel olarak sporcularda imgeleme, rahatlama, negatif ruh halini pozitif çevirme gibi somatik ve bilişsel teknikleri içeren, sportif performansı artırmaya yönelik bir yöntem olarak kullanılmaktadır (Weinberg ve Gould, 2015).

Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın sonunda, sporda zihinsel antrenman ve sportif sorunlarla başa çıkma becerileri algıları arasında, olumlu yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sporcularda zihinsel antrenman toplam algı düzeyi sportif sorunları çözme aşamasına olumlu etki edeceği düşünülse de bu çalışma kontrol amaçlı gerçekleştirilmiştir. Kontrol çalışması olan bu çalışmada literatür ile eşgüdümlü sonuç elde edilmiştir. Zihinsel antrenmanın sportif sorunlara olumlu etkisi resmiyet kazanmıştır.

Zihinsel antrenman sporcuların davranışsal, bilişsel ve duygusal becerilerini geliştirmektedir. Ayrıca sporcuların gerçekleştirmek istediği hareketlere odaklanmasını engelleyen faktörleri ortadan kaldırarak konsantrasyon becerisini artırmaktadır. Tüm bu durumlar sportif sorunlarla başa çıkılması konusunda sporculara destek sağlamaktadır. Sporcularda, antrenörlerde ve spor yöneticilerinde zihinsel antrenmanlar konusunda farkındalık oluşturulabilir ve teşvik edilebilir. Kulüplerin antrenman programlarında zihinsel antrenman uygulamalarına yer verilebilir. Sportif sorunlar; fiziksel sorunlar, psikolojik sorunlar, çevresel ve yapısal sorunlar, sosyal ve akademik sorunlar gibi sınıflandırmalarla ayrı ayrı ele alınarak, sportif sorunların çözümüne etki eden unsurlar; farklı bilimsel araştırmalarda incelenebilir.



EXTENDED ABSTRACT

The Effect of Mental Training Perception Level on Coping Skills with Sports Problems in Young Athletes Between the Ages of 10 and 27

Yunus Emre Büyükbasmacı*

Introduction

Mental training is the thinking and shaping of motor skills in the mind. In the literature, mental training is defined as visualizing in the mind without any practice against positive and negative situations that may occur during training and competition and visualizing the intended action in the mind in a planned and intense way (Akandere et al., 2018; Hecker & Kaczor, 1988). In this case, an athlete experiences a movement in his/her own mind and performs the necessary exercise. Mental training means experiencing the situation visualized in the mind with all sensory organs (Schling and Gubelman, 1995).

When the literature is examined, it is seen that sports problems are analyzed in terms of physical problems, psychological problems, environmental and structural problems, social and academic problems.

The study was designed to determine the effect of mental training on coping with sports problems. In this study, the degree to which athletes' perception level of mental training predicts the level of coping with sports problems was measured.

Method

The aim of this study is to examine the effect of mental training perception level on coping skills with sports problems in young athletes. This study employed a quantitative research model and used the questionnaire technique. It is a correlational study. The hypotheses in the findings section were established before the study and tested at the end of the study. The Mental Training Inventory in Sport and Inventory of Coping Skills with Sports Problems were used as data collection tools in the study.

The population of this study consists of athletes between the ages of 10 and 27 living in Istanbul. The participants were determined by using "Purposive and Theoretical Sample Selection Technique", which is one of the non-probability sample selection methods and from among the Merterspor, Hadımköyspor and Haznedarspor athletes. Since there were temporal limitations in the study, the sample group was

* Dr., Karamanoglu Mehmetbey University, Karaman, Türkiye, emrebasmaci@kmu.edu.tr, ORCID: 0000 0003 1090 3273

limited to some athletes of Merterspor, Hadımköyspor and Haznedarspor. The study group consisted of 54 athletes from Merterspor U-15/B and U-16 teams, 42 athletes from Hadımköyspor U-13 and 1st amateur league teams, 71 athletes from Haznedarspor U-11, U-12, U-13 and some athletes from 2nd amateur league teams, thus a total of 167 athletes. The questionnaires were administered to the athletes of the three sports clubs in the locker rooms by giving the required time in the presence of a coach. Only the age limit of 27 years was sought as the criterion of inclusion.

SPSS program was preferred in the analyses of the collected data. A normality test was performed in order to decide whether the data distributed normally. It was observed that the data were normally distributed and the use of parametric tests was found appropriate. In the analysis of the data, first descriptive statistics were calculated then a correlation analysis was performed to determine the direction and severity of the correlation between the variables. Multiple regression analysis was applied to determine the cause and effect relationship between the variables.

Conclusion and Discussion

As a result of the correlation analysis, a positive, moderate correlation was determined between the perceptions of mental training in sport and coping skills with sports problems, which constitute the hypotheses of the study. As a result of the multiple regression analysis, a statistically significant correlation was found between the perceptions of mental training in sport and coping skills with sports problems, which constitutes the hypotheses of the study. Accordingly, H_0 was rejected and H_1 was accepted. The perception level of mental training in sport predicts the coping skills with sports problems by 46.3%.

When the literature was examined, it was observed that there are many studies supporting our study. Walter et al. (2019) applied a psychological skills training program with self-talk technique to young athletes preparing for competitions in many different sports such as swimming, gymnastics, handball, volleyball and revealed that athletes' ability to move away from physical anxiety, self-confidence and self-efficacy levels, which are included in the mental training sub-dimensions, were positively affected. Similarly, Reigal et al. (2020) examined the effect of psychological profiling on competition anxiety and found that psychological profiling significantly affected competition anxiety. Anxiety is among the sports problems in every aspect. It has been emphasized in many studies that mental training modeled practices are effective in anxiety management (Dziembowska et al., 2016; Jimenez Morgan & Molina Mora, 2017; Lagos et al., 2008; Pusenjak et al., 2015). There are also studies in the literature that do not overlap with the results of our study. Crocker et al. (1988) applied psychological skills training to young volleyball players aged 16-18 years with the self-talk technique, which is among the sub-dimensions of coping skills with sports problems, and at the end of the study, they found that it was not effective in coping with anxiety, which is among the sub-dimensions of mental training.

Although there are results that contradict the results of our study, the majority of them are supportive. Mental training is very effective in coping with sports problems as it is in many subjects because the mind is a unique power (Carter, 2023). We understand with the data provided that mental training processes should be given importance in addition to training (Anderson et al., 2021; Guskowska & Wojcik, 2021; Hopper et al., 2019; Jordan, 2017; Tomiyama, 2018)

Kaynakça/References

- Akandere, M., Aktaş, S. ve Er, Y. (2018). Zihinsel antrenman ve spor. *Türkiye Barolar Birliği*, 5, 60-74.
- Aktepe, K. (2013). *Sporda zihinsel antrenman*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Altuntaş, A. ve Akalan, C. (2008). Zihinsel antrenman ve yüksek performans. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 6(1), 39-43. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000131
- Anderson, S. A., Haraldsdottir, K. ve Watson, D. (2021). Mindfulness in athletes. *Current Sports Medicine Reports*, 20(12), 655-660. <https://doi.org/10.1249/jssr.0000000000000919>
- Andrew, D. P., Pedersen, P. M. ve McEvoy, C. D. (2019). *Research methods and design in sport management*. Human Kinetics.
- Babbie, E. (2020). *The Practice of Social Research* (15th ed.). Cengage Learning.
- Bedir, D., Erhan, S. E., Güler, M. Ş. ve Ağduman, F. (2015). Sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeği'nin türkçe geçerlilik güvenirlik çalışması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 59-71.
- Behnke, M., Tomczak, M., Kaczmarak, L., Komar, M. ve Gracz, Z. (2017). The sport mental training questionnaire: Development and validation. *Current Psychology*, 37(1), 1-13.
- Beauchamp, P. H., Halliwell, W. R., Fournier, J. F. ve Koestner, R. (1996). Effects of cognitive-behavioral psychological skills training on the motivation, preparation, and putting performance of novice golfers. *The Sport Psychologist*, 10(2), 157-170.
- Beşler, H. K. (2020). *Zihinsel antrenmanın futbol antrenörlerinin zihinsel dayanıklılık ve problem çözme becerilerine etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Eskişehir Anadolu Üniversitesi.
- Bilgi, F. (2019). *Elit bayan voleybolcuların imgeleme biçimlerinin belirli değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Blumenstein, B. ve Orbach, I. (2020). Periodization of psychological preparation within the training process. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(1), 13-23. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2018.1478872>
- Büyükbasmacı, Y. E. (2023). *Uygulamalı egzersiz ve spor psikolojisi*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Büyükoztürk, Ş. (2009). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Yayınları.
- Carter, R. (2013). *Beyin kitabı*. (Ömer Çiftçi, Çev.). Alfa Basın Yayımları.
- Chaari, F., Boyas, S., Sahlia, S., Fendria, T., Harrabia, M. A., Rebaia, H. ve Rahmani A. (2022). Postural balance asymmetry and subsequent noncontact lower extremity musculoskeletal injuries among Tunisian soccer players with groin pain: A prospective case control study. *Gait & Posture* 98, 134-140. <https://doi.org/10.1016/j.gaitpost.2022.09.004>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2th ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Crocker, P. R. E., Alderman, R. B. ve Smith, F. M. R. (1988). Cognitive-affective stress management training with high performance youth volleyball players: Effects on affect, cognition, and performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(4), 448-460.
- Curry, L. ve Maniar, S. (2003). Academic course combining psychological skills training and life skills education for university students and student-athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(3), 270-277. <https://doi.org/10.1080/10413200305384>
- Çat, N. (2023). *Zihinsel antrenman becerileri ve tekniklerinin zihinsel dayanıklılık ile ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi.
- Ciftçi, M. C., Tolukan, E. ve Yılmaz, B. (2021). Sporcuların zihinsel antrenman becerileri ile sürekli sportif öz güven düzeyleri arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(1), 151-162.
- Dağdeviren, İ. C., Kök, M., Düz, N. ve Manav, Ö. (2024). *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin karşılaştıkları sorunların tespiti ve çözüm önerileri*. *Uşşılım Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(10), 37-61.
- Dillard, J. P. (2020). *Currents in the study of persuasion*. Routledge.
- Dziembowski, I., Izdebski, P., Rasmus, A., Brudny, J., Grzelczak, M., ve Cysewski, P. (2016). Effects of heart rate variability biofeedback on EEG alpha asymmetry and anxiety symptoms in male athletes: A pilot study. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 41(2), 141-150.
- Eklund, R. C. ve Tenenbaum, G. (2014). *Encyclopedia of sport and exercise psychology*. Sage Publications.
- Ekmekçi, R. (2016). *Hakemlikte zihinsel hazırlık*. Nobel Yayınevi.
- Ekmekçi, R. (2022). *Sporda zihinsel antrenman (Bir Adım Önde)*. Detay Yayıncılık.

- Elliott, J. A. (2003). *The effects of psychological skills training on the cognitions and performance of high school softball players* [Yüksek lisans tezi]. Michigan State Üniversitesi.
- Erman, M. Y., Turhan, M. Ö. ve Sarı, C. (2023). Sporcuların zihinsel antrenman düzeyleri ile sporda mücadele ve tehdit algılarının incelenmesi. *Gazi Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 28(1), 32-41.
- Gençer, E. (2020). Sosyal bilimlerde araştırma yaklaşımları çerçevesinde din eğitimi biliminde kullanılan yöntem ve teknikler. *Kalemname*, 5(9), 182-219.
- Gençlik ve Spor Bakanlığı. (2025). *Uluslararası Gençlik Değişim Programı Başvuruları Başladı*. Gençlik ve Spor Bakanlığı. <https://genclikhizmetleri.gov.tr/genclik-merkezlerine-yonelik-uluslararası-genclik-programlari-basvurulari-basladi/>. Erişim Tarihi: 28 Şubat 2025.
- George, D. ve Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference*, 17.0 update (10th ed.). Pearson.
- Golby, J. ve Wood, P. (2016). The effect of psychological skills training on mental toughness and psychological well-being of student-athletes. *Psychology*, 7(1), 901-913. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2016.76092>
- Guskowska, M. ve Wojcik, K. (2021). Effect of mental toughness on sporting programme: Review of studies. *Baltic Journal Of Health And Physical Activity*, 13(7), 1-12.
- Güneş, G. (2023). *Voleybolcuların zihinsel antrenman düzeyleri ve zihinsel dayanıklılık arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Nişantaşı Üniversitesi.
- Hecker, J. E. ve Kaczor, L. M., (1988). Application of imagery theory to sport psychology. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 10, 363-373.
- Hillier, A. (2007). *Beynin Gizli Güçleri*. Safir Yayınevi.
- Holt, N. L., Berg, K. ve Tamminen, K. A. (2007). Tales of the unexpected: Coping among female collegiate volleyball players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78(2), 117-132. <https://doi.org/10.1080/02701367.2007.10599409>
- Hopper, S. I., Murray, S. L., Ferrara, L. C. ve Singleton, J. K. (2019). Effectiveness of diaphragmatic breathing for reducing physiological and psychological stress in adults. *A Quantitative Systematic Review*, 17(9), 1855-1876.
- Jordan, F. (2017). "How to stimulate your vagus nerve for better mental health". Erişim Adresi: <https://www.providence.org>. Erişim Tarihi: 28 Şubat 2025.
- Jiménez Morgan, S. ve Molina Mora, J. A. (2017). Effects of heart rate variability biofeedback on performance: A systematic review. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 42(3), 235-245.
- Karaağaç, S. ve Şahan, H. (2021). Bireysel ve takım sporlarında optimal performans duygu durumu ve zihinsel antrenman ilişkisinin incelenmesi. *Uluslararası Türk Spor ve Egzersiz Psikolojisi Dergisi*, 1(1) 26-39.
- Karaca, R. ve Gündüz, N. (2021). Oryantiring sporcularında zihinsel antrenman ve performans ilişkisinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 19(1), 99-115. <https://doi.org/10.33689/spormetre.719991>
- Karakoç, B. (2023). 15-21 Yaş Okçuluk sporcularında zihinsel antrenmanın atış puanı ve zihinsel dayanıklılık düzeyleri üzerindeki etkisi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Klien, T. G. (2012). *Proactive coping, psychological skills, self-talk, coping self-efficacy and performance in collegiate baseball and softball athletes* [Yüksek lisans tezi]. Texas Üniversitesi.
- Koç, K. (2018). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği adaylarının liderlik özellikleri ile sosyal problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 223-232. <https://doi.org/10.25307/jssr.328103>
- Konter, E. (1999). *Uygulamalı spor psikolojisinde zihinsel antrenman*. Bağırçan Yayınları.
- Kuruç, Z. ve Bayar, P. (2004). Zihinsel antrenman ve spor. *Sporda Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(1), 1-8.
- Lagos, L., Vaschillo, E., Vaschillo, B., Lehrer, P., Bates, M. ve Pandina, R. (2008). Heart rate variability biofeedback as a strategy for dealing with competitive anxiety: A case study. *Biofeedback*, 36(3), 109-115.
- Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Li-Wei, Z., Qi-Wei, M., Orlick, T. ve Zitzelsberger, L. (1992). The effect of mental imagery training on performance enhancement with 7-10-year-old children. *The Sport Psychologist*, 6(3), 230-241. <https://doi.org/10.1123/tsp.6.3.230>
- Makaracı, M. (2022). *Biyolojik geribildirim ile zihinsel antrenman programının sporcuların bilişsel beceri ve performansına etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Mamassis, G. ve Doganis, G. (2004). The effects of a mental training program on juniors precompetitive anxiety, self-confidence, and tennis performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(2), 118-137.
- Martin K.A. Moritz, S. (1999). Imagery use in sport. *Sport Psychologist* 1(7). 245-268.

- Murathan, G. ve Bozyılan, E. (2020). *Zihinsel Antrenman. Sporun Kavramsal Temelleri-4* (ss. 381-398). Efe Akademi Yayınları.
- Neuman, W. L. (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches* (7th ed.). Pearson.
- Nicholls, A. R. ve Polman, R. C. J. (2007). *Coping in sport: A systematic review. Journal of Sport Sciences*, 25(1), 11-31. <https://doi.org/10.1080/02640410600630654>
- Özcan, V. (2017). *Ortaokul öğrencilerinin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Gazi Üniversitesi. [Doktora tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Özsubaşı, İ. H. (2023). *Curling sporcularında zihinsel dayanıklılık, problem çözme becerisi ve sürekli kaygı durumlarının zihinsel antrenman yöntemleriyle geliştirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Patrick, T. D. ve Hrycaiko, D. W. (1998). Effects of a mental training package on an endurance performance. *The Sport Psychologist*, 12(3), 283-299.
- Pusejnak, N., Grad, A., Tusak, M., Leskovsek, M. ve Schwarzlin, R. (2015). Can biofeedback training of psychophysiological responses enhance athletes' sport performance? A practitioner's perspective. *The Physician and Sports Medicine*, 43(3), 287-299.
- Reigal, R. E., Vazquez-Diz, J. A., Morillo-Baro, J. P., Hernandez-Mendo, A. ve Morale Sanchez, V. (2020). Psychological profile, competitive anxiety, moods and self-efficacy in beach handball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1). 241. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010241>
- Schling, G. ve Gubelman, H. (1995). *Enhancing performance with mental training. European perspectives on exercise and sport psychology*. Human Kinetics Leeds.
- Skvarla, L. A. ve Clement, D. (2019). The delivery of a short-term psychological skills training program to college dance students a pilot study examining coping skills and injuries. *Journal of Dance Medicine & Science*, 23(4), 159-166.
- Smith, R. E., Schutz, R. W., Smoll, F. L. ve Ptacek, J. T. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The athletic coping skills inventory-28. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17(4), 379-389. <https://doi.org/10.1123/jsep.17.4.379>
- Sunay, H. ve Kaya, B. (2019). Türk spor yönetimindeki mevcut sorunlarla ilgili antrenörlerin görüşleri. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(3), 301-311.
- Thelwell, R. C. ve Greenlees, I. A. (2001). The effects of a mental skills training package on gymnasium triathlon performance. *The Sport Psychologist*, 15(2), 127-141.
- Tomiyama, A. J. (2018). Annual review of psychology stress and obesity. *Annual Review of Psychology*, 70(5), 703-718. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102936>
- Ural, A. ve Kılıç, İ. (2011) *Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS ile Veri Analizi*. Detay Yayıncılık.
- Urhan, Ş. ve Fişne, M. (2022). Çift Kariyer Yapan Milli Sporcu Öğrencilerin Yaşadıkları Problemlerin İncelenmesi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 59-67.
- Vealey, R. S. (2007). Mental skills training in sport. *Handbook of Sport Psychology*, 3, 287-309. <https://doi.org/10.1002/9781118270011.ch13>
- Vidic, Z. ve Cherup, N. P. (2022). Take me into the ball game: An examination of a brief psychological skills training and mindfulness-based intervention with basebaall players, *International Journal of Sportand Exercise Psychology*, 20(2), 612-629. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2021.1891120>
- Vishwanth, T., Eshwara, K. A. ve Manjunatha S. K. (2019). Effect of mental imagery intervention on anxiety, self-confidence and basketball free throw performance. *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*, 4(1), 400-402
- Walter, N., Nikoleizig, L. ve Alfermann, D. (2019). Effects of self-talk training on competitive anxiety, self-efficacy, volitional skills, and performance: An intervention study with junior sub-elite athletes. *Sports*, 7(148), 1-20.
- Wang, C., Vargas, J. T., Stokes, T., Steele, R. ve Shrier, L. (2019). The acute: Chronic workload ratio: Challenges and prospects for improvement. Arxiv. <https://arxiv.org/abs/1907.05326>
- Weinberg, R. S. ve Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics.
- Wolframm I. A. ve Micklewright, D. (2011). Pre-competitive levels of arousal and self-confidence among elite and non-elite equestrian riders. *Journal of Veterinary Behavior*, 6(5), 267-275.
- Yarayan, Y. E. ve İlhan, E. L. (2018). Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri'nin (SZAE) Uyarılma Çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 205-218.
- Yıldız, K. (2016). *Bilgi ve iletişim teknolojileri boyutuyla spor ve iletişim*. Nobel Akademik Yayıncılık.

- Yousefi, Z., Abedi, M., Baghban, I., Eatemadi, O. ve Abedi, A. (2011). Personal and situational variables, and career concerns: Predicting career adaptability in young adults. *The Spanish Journal of Psychology*, 14(1), 263-271. <https://doi.org/10.25307/jssr.328103>

GENÇLİK ARAŞTIRMALARI DERGİSİ

Yazarlara Notlar

Dergimizde sadece özgün ve daha önce yayınlanmamış makalelere yer verilmektedir.

Yazı gönderme ve değerlendirme süreçleri Dergipark sistemi üzerinden yürütülmektedir. Aşağıdaki biçimsel şartları taşımayan ve imla kurallarına uygun olmayan çalışmalar bilimsel değerlendirme sürecine alınmamaktadır. Araştırmacılar intihal.net ya da turnitin gibi programlarda oluşturmuş oldukları benzerlik raporunu da sisteme yüklemelidir.

Değerlendirilmek üzere dergimizde gönderilen çalışmalar; başlık düzeni, yapı, atıf, alıntı, kaynakça, tablo ve şekiller dahil olmak üzere tümüyle APA (7th edition of the Publication Manual of the American Psychological Association) yazım kuralları dikkate alınarak hazırlanmalıdır.

Gönderilerin uzunluğunun 4.000-8.000 kelime arasında olması beklenmektedir. Daha geniş kapsamlı çalışmalar için editörle irtibat kurulmalıdır. Çalışmalar, Times News Roman yazı tipinde, 12 punto büyüklüğünde ve çift satır aralığında hazırlanmalı, sayfa kenar boşlukları 2.5 cm olarak düzenlenmelidir. Çalışmalar için 150-200 kelime arasında bir Özet Türkçe ve İngilizce olarak hazırlanmalıdır. Ayrıca Türkçe çalışmalar için İngilizce, İngilizce çalışmalar için de Türkçe olmak üzere, yaklaşık 750 kelime uzunluğunda bir Genişletilmiş Özet hazırlanmalıdır.

Editör değerlendirmesinden sonra, tüm makaleler en az iki hakeme gönderilmektedir. Kör hakem değerlendirmelerine dayalı olarak nihai karar Editör tarafından verilmektedir.

Tüm başvurular elektronik olarak <https://dergipark.org.tr/tr/pub/genclikarastirmalari> adresinde yer alan bağlantı kullanılarak gönderilmelidir. Kör hakemlik süreci için sisteme yüklenen makale metinlerinde kesinlikle çalışmanın yazarlarına ilişkin herhangi bir bilgi yer almamalıdır.

Çalışmalarda sırasıyla aşağıdaki başlıklar yer almalıdır:

Başlık;

- 10-12 kelime uzunluğunda, içeriği yansıtan kapsayıcı nitelikte düzenlenmelidir.

Özet;

Her ampirik çalışma; Amaç, Yöntem (araştırma modeli, ölçme araçları, çalışma grubu), Temel Sonuçlar, Araştırma ve Uygulama için Öneriler alt başlıklarından oluşan, Türkçe ve İngilizce dillerinde hazırlanmış bir yapılandırılmış özet içermelidir. Ampirik olmayan ya da kavramsal çalışmalar kendi çerçevelerine uygun olarak Amaç, Kavramsal Model, Sonuçlar ve Öneriler gibi alt başlıklar taşımamalıdır.

Çalışmanın özgün değeri Amaç alt başlığı altında kısaca vurgulanabilir. Yapılandırılmış özet yaklaşık 150-200 kelime sınırlarında olmalıdır.

Anahtar Kelimeler;

- En az 3 en çok 5 anahtar kelime ya da kelime grubu belirlenmelidir. Anahtar kelimeler mümkün mertebe başlıkta yer almayan kavramlardan oluşmalıdır.

Giriş;

- Araştırmanın kavramsal temeli ve çerçevesi, alanyazında yer alan konu ile ilgili geleneksel ve güncel tartışmalar ve mevcut çalışmanın ilgili alanyazına katkısı bu bölümde geniş olarak açıklanmalıdır. İlgili alandaki mevcut bilgi birikimi eleştirel bir değerlendirmeye tabi tutulmalı ve mevcut araştırmanın önemi ve özgün değeri güçlü biçimde vurgulanmalı, amaç ve alt problemleri net olarak tanımlanmalıdır. Araştırmacılar gerekli gördükleri takdirde bu bölüm içerisinde alt başlıklar oluşturabilirler.

Yöntem;

- Araştırmanın modeli, evren, örneklem ya da çalışma grubu, veri toplama araçları, geçerlik ve güvenirlik kanıtları, veri toplama ve analiz yöntemleri ile sınırlılıkları detaylı olarak açıklanmalıdır.

Bulgular;

- Araştırma bulguları, araştırmanın problem cümlesi ile uyumlu olarak, gerekli durumlarda tablo, şekil ya da grafik desteği ile sunulmalıdır. Araştırmanın çalışma grubu ile ilgili demografik bilgiler, Bulgular bölümünde değil Yöntem bölümünde ilgili başlık altında sunulmalıdır. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarına ilişkin geçerlik ve güvenirlik bilgileri, Bulgular bölümünde değil Yöntem bölümünde ilgili başlık altında sunulmalıdır.

Tartışma;

- Araştırmanın temel bulguları özetlenmeli, bulgular ilgili ve güncel alanyazınla ilişkilendirilerek tartışma derinleştirilmeli ve çıkarımlara (sonuç) ulaşılmalıdır. Tartışmada eleştirel ve bilimsel bir yaklaşım ortaya konulmalıdır.

Sonuç ve Öneriler;

- Tartışma sonucunda ortaya çıkan temel çıkarımlar ve bu çıkarımlara bağlı olarak geliştirilen öneriler özetlenmelidir. Sonuç ve öneriler araştırma bulgularının ötesine geçmemelidir.

Kaynakça;

Kaynakçanın oluşturulmasında APA son sürümü esas alınmalıdır. Araştırmacılar, nitelikli bir çalışmanın hem ilgili alanyazındaki klasik kaynaklara/yaklaşımlara atıfta bulunması hem de güncel tartışmaları ihtiva etmesi gerektiğini dikkate almalıdır.

JOURNAL OF YOUTH RESEARCH

Notes for Writers

Our journal accepts only original and previously unpublished articles.

All processes related to the submission and evaluation of manuscripts are run through Dergipark. Studies not following proper formatting or spelling rules will not be considered for scientific evaluation. A similarity report issued from programs like www.intihal.net or turnitin must accompany all submissions of manuscripts.

Studies sent to our journal for evaluation are to follow APA style guidelines (7th Edition of the Publication Manual of the American Psychological Association). This includes all headings, citations, quotations, references, and figures included in the study, as well as the actual structure of the study itself.

As we expect that manuscripts' length range from 4,000 to 8,000 words, authors should contact the editor for works exceeding the upper limit. Studies should be double spaced and written in 12 point Times New Roman font. Page margins should be at 2.5 cm. An abstract consisting of 150 to 200 words in both Turkish and English should accompany all studies. Furthermore, a Turkish extended abstract of approximately 750 words should accompany English-language studies whereas an English extended abstract of equal length should accompany Turkish-language studies.

After evaluation by the editor, all articles are sent to at least two referees for blind review. Basing his/her decision on the referees' comments, the editor makes the ultimate decision for whether the article will proceed on to subsequent stages.

All applications are to be sent electronically using the link found on <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gendikarastirmalari>. During the blind review process, absolutely no information related to the author(s) of a study is to be included in the texts uploaded.

Studies should include the following headings:

Title;

- The title should consist of 10 to 12 words and reflect the content of the work in a comprehensive manner.

Abstract;

Empirical studies should contain a structured abstract in both Turkish and English that consists of the following sections: Aim, Method (research model, measurement tools, and study group), Basic Conclusions, and Recommendations for Future Research and Practice. Non-empirical or conceptual studies, however, should include the following sections, as necessary: Aim, Conceptual Model, Conclusions, and Recommendations.

The study's original value may be briefly emphasized in a sub-section under the study's aim. The structured abstract should range from 150 to 200 words.

Keywords;

- A minimum of three and a maximum of five keywords or word groups should be specified. As much as possible, keywords should be concepts not used in the title.

Introduction;

- The conceptual foundation and framework of the research, traditional and contemporary discussions related to the subject in the literature, and how it will contribute to the relevant literature should be broadly expounded upon in this section. The current knowledge accumulation should be critically evaluated, the importance and original value of the research strongly emphasized, and the objectives and sub-problems clearly identified. Researchers may add supplemental sub-headings as they deem fit in this section.

Method;

- In this section, the research model, universe, sample or study group, data collection tools, evidence on the study's validity and reliability, and the data collection and analysis methods used in this study, including their limitations, should be explained in details.

Findings;

- The research findings should be in harmony with the problem statement of the research and supported by the necessary tables, figures, and/or graphics. The demographics of the study group should be presented under the method and not under the findings. Likewise, information on the validity and reliability of the measurement tools used during research should also be presented in the method and not under the findings.

Discussion;

- The basic research findings should be summarized, discussion on the findings should be deepened and related to the relevant contemporary literature, and conclusions should be made. Discussion should be critical and scientific in nature.

Conclusions and Recommendations;

- The basic conclusions resulting from the discussion and recommendations based on these conclusions should be summarized without exceeding the actual scope of the findings.

References;

The most recent version of APA should be used as a basis while composing references. Researchers should keep in mind that a high-quality study should include references not only to classic sources and approaches present in the relevant literature but also to contemporary discussions.

BU SAYIDA

Turgay Ovalı

Cicero'nun Yükümlölükler Üzerine Adlı Eserinde Gençlerin Ahlaki Eğitimi
Moral Education of Young People in Cicero's Work "On Duties"

Mehmet Avcı

Negative Problem Orientation and Wellbeing in Emerging
Adulthood: The Mediating Roles of Optimism and Resilience
*Beliren Yetişkinlikte Olumsuz Problem Yönelimi ve İyi Hali:
İyimserlik ve Dayanıklılığın Aracı Rolü*

Cihangir Karakaya & Mehmet Başçılar

Ergenlerin İletişim Becerilerinin ve Öfke İfade Tarzlarının Değerlendirilmesi
Evaluation of Adolescents' Communication Skills and Anger Expression Styles

Menekşe Şahin & Gökhan Boduroğlu

Ne Eğitimde Ne İstihdamda Olan Gençlerin (NEET) Yaşam Deneyimleri:
Zorluklar Gereksinimler ve Beklentiler
*Life Experiences of Not in Education, Employment or Training (NEET) Young People:
Challenges, Needs and Prospects*

Yunus Emre Büyükbasmacı

10-27 Yaş Arası Genç Sporcularda Zihinsel Antrenman Algı
Düzeyinin Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerilerine Etkisi
*The Effect of Mental Training Perception Level on Coping Skills with
Sports Problems in Young Athletes Between the Ages of 10 and 27
University Students' Perspective*

