**Makalenin Orijinal Dilindeki Adı**

**Öz**

Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Özet 10 punto ve tek satır aralığı olarak yazılmalıdır. Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Özet 10 punto ve tek satır aralığı olarak yazılmalıdır. Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Özet 10 punto ve tek satır aralığı olarak yazılmalıdır. Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Özet 10 punto ve tek satır aralığı olarak yazılmalıdır. Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Özet 10 punto ve tek satır aralığı olarak yazılmalıdır. Öz, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir.

*Anahtar Kelimeler:* Benlik, Benlik Saygısı, Stres, Stresle Başaçıkma, Stres Yönetimi

**Makalenin İkinci Dilindeki Adı (Örneğin İngilizce)**

**Abstract**

Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir. Abstract, makalenin amacını, yöntemini ve bulgu-sonuçlarını içerecek biçimde düzenlenmiş olmalı ve 150-220 (en az-en fazla) sözcüğü geçmemelidir.

*Keywords:* Self, Self Esteem, Stress, Coping with Stress, Stress Management

**Giriş**

Makalenin giriş bölümü ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin giriş bölümü ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin giriş bölümü ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin giriş bölümü ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin giriş bölümü ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin giriş bölümü ile ilgili bilgiler burada yer alacak. 10. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin giriş bölümü ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

**Yöntem**

Makalenin yöntem bölümü ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

**Evren - Örneklem**

Makalenin evren ve örneklemi ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

**Veri Toplama Araçları**

*Veri Toplama Aracının Adı.* Makalenin veri toplama aracı/araçları ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

*Veri Toplama Aracının Adı.* Makalenin veri toplama aracı/araçları ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

**Verilerin Analizi**

Makalenin verilerin analizi ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

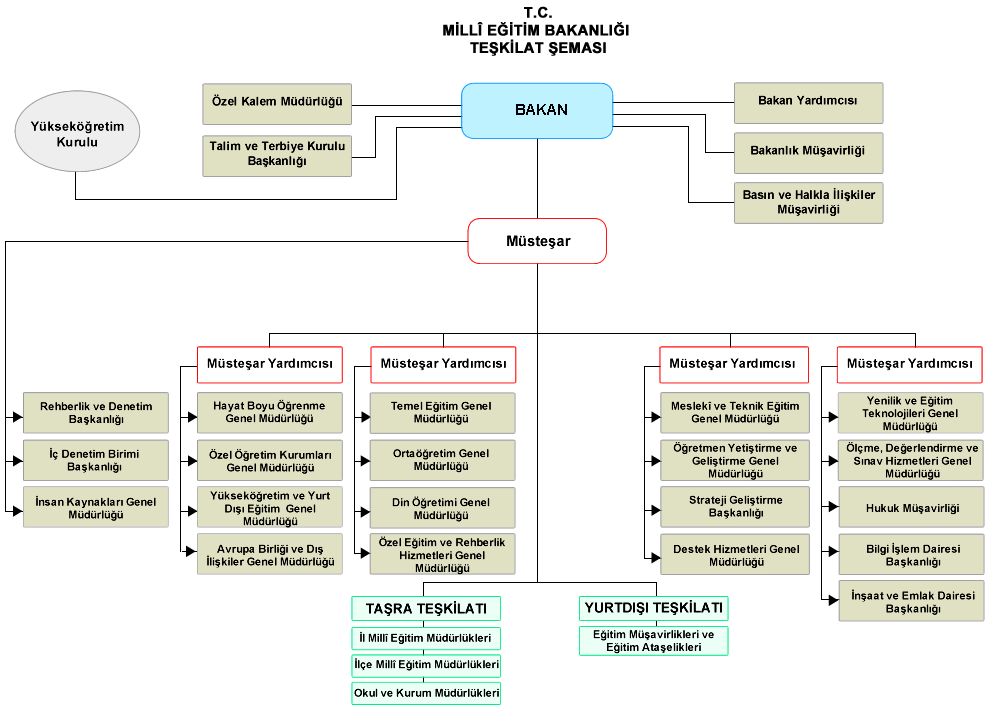
**Bulgular**

Makalenin bulguları ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

**Tablo 1.** *Tablonun Adı*

| ***Model*** | ***B*** | ***Standart Hata*** | ***Beta*** | ***t*** | ***p*** | ***r*** | ***Partial r*** | ***Part r*** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  | |  | |  | |  |

Makalenin bulguları ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.



**Şekil 1.** *Şeklin Adı*

Makalenin bulguları ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.



**Resim 1.** *Frederic Winslow Taylor*

Makalenin bulguları ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin bulguları ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin bulguları ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

**Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Makalenin tartışma, sonuç ve önerileri ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin tartışma, sonuç ve önerileri ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin tartışma, sonuç ve önerileri ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin tartışma, sonuç ve önerileri ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin tartışma, sonuç ve önerileri ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin tartışma, sonuç ve önerileri ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

Makalenin tartışma, sonuç ve önerileri ile ilgili bilgiler burada yer alacak. Makalelerde yazı karakteri olarak “Garamond” yazı karakteri kullanılmalıdır. Özel bir yazı tipi (font) kullanılması gerektiren makalelerde, kullanılan yazı tipi de yazıyla birlikte gönderilmelidir. Makale sayfa düzeninde üst, sağ ve sol kenarlardan 2,5 cm, alttan 1,5 cm boşluk bırakılmalıdır. Makale metni “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Metin tek sütun olarak yazılmalıdır. Her bir paragraf en az üç cümleden oluşmalıdır. Paragraflar 0,75 cm'lik girinti ile başlamalı, paragraf aralarında boşluk bırakılmamalıdır.

**Kaynakça**

Arıcak, O. T. (1999). *Grupla psikolojik danışma yoluyla benlik saygısı ve mesleki benlik saygısının geliştirilmesi* (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Avşaroğlu, S. (2007). *Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başaçıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Aydın, C. ve Cavuş, S. (2017). Kuşadası konaklama işletmelerinde çalışanların örgütsel stres ve tükenmişlik düzeyleri. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, *6*(5), 79-95.

Aydın, İ. (2016). *İş yaşamında stres* (4. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Aydın, Ö. (2011). *Yaşamı sürdürmede dinî inancın rolü* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Baltaş, Z. (2010). *Verimli iş hayatının sırrı: Stres* (4. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Baltaş, Z. ve Baltaş, A. (2000). *Stres ve başaçıkma yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Bektaş, M. ve Karagöz, Ş. (2017). Stresle başaçıkma tarzlarının yalnızlığa etkisi: meslek yüksekokulu öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* *9*(21), 342-355. doi: 10.20875/makusobed.316905

Braham, B. J. (1998). *Stres yönetimi. Ateş altında sakin kalabilmek* (Çev: V. G. Diker). İstanbul: Hayat Yayınları.

Caspi, A., Roberts, B. W. ve Shiner, R. L. (2005). Personality development: Stability and change. *Annual Review of Psychology*, *56*, 453-584.

Cüceloğlu, D. (1994). *İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları*.İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çam, O. ve Altınköprü, H. (2013). Üniversite öğrencilerinde müziğin ruhsal duruma ve stresle başaçıkma tarzları üzerine etkisi. *Motif Akademi Halkbilimi Dergisi,* *2*, 262-272.

Folkman, S. ve Lazarus, R. S. (1988) Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*(3), 466-475.

Hamarta, E., Arslan, C., Saygın, Y. ve Özyeşil, Z. (2009). Benlik saygısı ve akılcı olmayan inançlar bakımından üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yaklaşımlarının analizi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, *7*(18), 25-42.

Hancıoğlu, Y. (2017). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres düzeyleri ile stresle başaçıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Yönetim ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, *15*(1), 130-149. doi: http://dx.doi.org/10.11611/yead.270449

Kağıtçıbaşı, Ç. (2012). *Benlik, aile ve insan gelişimi, kültürel psikoloji* (3. Baskı). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

Karasar, N. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.

Kavas, E. (2013). Dini tutum-stresle başaçıkma ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *37*(1), 143-168.

LeSergent, M. Ch. ve Haney, C. (2005). Rural hospital nurse’s stressors and coping strategies: *A Survey International Journal of Nursing Studies*, *42*, 315-324.

Madenoğlu, C. (2010). *Eğitim örgütü yöneticilerinin örgütsel stres kaynakları ve stresle başaçıkma tarzlarının benlik saygısı düzeyleriyle olan ilişkisi* (Doktora Tezi). Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

Mark, G. ve Smith, A. P. (2012). Effects of occupational stress, job characteristics, coping and attributional style on the mental health and job satisfaction of university employees. *Journal Anxiety, Stress & Coping an International Journal, 25(*1), 63-78. doi: 10.1080/10615806.2010.548088

McCrae, R. R. ve Costa, P. T. Jr., (2008). *The five-factor theory of personality*. *Handbook of personality: Theory and research.* New York: Guilford Press.

Orth, U., Robins, R. W., Meier, L. L. ve Conger, R. D. (2016). Refining the vulnerability model of low self-esteem and depression: Disentangling the effects of genuine self-esteem and narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, *110*(1), 133-149.

Özbay, Y. ve Şahin, B. (1997). Stresle başaçıkma tutumları envanteri: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *IV. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi.* Ankara, 1-3 Eylül.

Palermiti. A. L., Servidio, R., Bartolo, M. G. ve Costabile, A. (2017). Cyberbullying and self-esteem: An Italian study*. Computers in Human Behavior*, *69*, 136-141.

Parmaksız, İ. (2011). *Öğretmen adaylarının benlik saygısı düzeylerine göre iyimserlik ve stresle başaçıkma tutumlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Parmaksız, İ. ve Avşaroğlu, S. (2012). Öğretmen adaylarının benlik saygısı düzeylerine göre iyimserlik ve stresle başaçıkma stillerinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, *11*(2), 543-555.

Ptacek, J. T., Smith, R. E. ve Zanas, J. (1992) Gender, appraisal and coping: A Longitudinal Analysis. *Journal of Personality*, *60*(4), 747-770.

Robins, R. W., Tracy, J. L., Trzesniewski, K., Potter, J. ve Gosling, S. D. (2001). Personality correlates of self-esteem. *Journal of Research in Personality*, *35*, 463-482.

Savcı, M. ve Aysan, F. (2014). Üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeyi ile stresle başaçıkma stratejileri arasındaki ilişki. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, *3*, 44-56.

Soysal, A. (2009). İş yaşamında stres. *Çimento İşveren Dergisi*, Mayıs 2009, 17-40.

Tagay, Ö., Çalışandemir, F. ve Ünüvar, P. (2018). Genç yetişkinlerin algılanan stres düzeyleri ile akılcı olmayan inançları ve benlik saygıları arasındaki ilişki. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, *7*, 167-175.

Waldron, J. C., Scarpa, A. ve Kim-Spoon, J. (2018). Religiosity and interpersonal problems explain individual differences in self esteem among young adults with child maltreatment experiences. *Child Abuse & Neglect*, *80*, 277-284.

Yörükoğlu, A. (1993). *Gençlik çağı ruh sağlığı ve ruhsal sorunlar* (8. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.

**EXTENDED ABSTRACT**

Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır. Dergiye gönderilen her makalede “Kaynakça” kısmından sonra 750-1000 sözcükten oluşan bir GENİŞ ÖZET bulunmalıdır. Makalenin dili Türkçe ise geniş özet İngilizce, İngilizce ise Türkçe olmalıdır. Geniş özetler alt başlık (örneğin, GİRİŞ) içermemeli, tek sütun halinde ve belirtilen uzunlukta olmalıdır. Geniş özetler “Garamond” yazı karakteri, 11 punto büyüklüğünde, tek satır aralığı, önce ve sonra 6 nk aralık bırakılarak” yazılmalıdır.