

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
SOSYAL HİZMET BİLİM DALI

**ERGENLERİN BENLİK ALGILARI İLE İYİ OLUŞ
HALLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ: DİYARBAKIR ŞEHİTLİK SEMTİ
ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İBRAHİM KAYA

İstanbul
Mart-2022

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
SOSYAL HİZMET BİLİM DALI

**ERGENLERİN BENLİK ALGILARI İLE İYİ OLUŞ
HALLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ:
DİYARBAKIR ŞEHİTLİK SEMTİ ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İbrahim KAYA

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ

İstanbul
Mart-2022

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Sosyal Hizmet Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ

Üye Dr. Öğr. Üyesi Mehmet GEDİK

Üye Dr. Öğr. Üyesi Nur Funda BAŞER BAYKAL

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Metin TOPRAK

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Ergenlerin Benlik Algıları ile İyi Oluş Halleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Diyarbakır Şehitlik Senti Örneği**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

İbrahim KAYA

ÖN SÖZ

Çalışmamın tüm aşamalarında desteğini hissettiğim değerli tez danışmanım Dr. Öğretim Üyesi Sena ÖKSÜZ'e, yaşamıma anlam katan değerli kızım Öykü Ece'ye, sevgili eşim hayat arkadaşım Ruken'e, anneme, babama, kardeşlerime ve Diyarbakır Şehitlik Semtinde yaşayan gençlere sonsuz teşekkür ederim.

İbrahim KAYA
İstanbul-2022



ÖZET

ERGENLERİN BENLİK ALGILARI İLE İYİ OLUŞ HALLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ: DİYARBAKIR ŞEHİTLİK SEMTİ ÖRNEĞİ

İbrahim KAYA

Yüksek Lisans, Sosyal Hizmet

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ

Mart, 2022 - 99 Sayfa

Ergenlik dönemi, bireyler için çocukluktan yetişkinliğe giden yolda bir geçittir. Bu dönemde ergenlerin karşılaştıkları durumlara karşı benlik algıları verdikleri tepkileri, psiko-sosyal gelişimlerini ve sağlıklarını etkileyebilmektedir. Bu araştırmanın amacı, Diyarbakır ilinin dezavantajlı ve sosyal hizmete ihtiyaç duyan bireylerin fazlaca yaşadığı Şehitlik Sementi'nde yaşayan ergenlerin benlik algıları ile iyi oluşları arasındaki incelemektir. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmada kolayda örnekleme yöntemi belirlenen Diyarbakır Şehitlik Sementinde yaşayan 13-18 yaş aralığındaki 357 dezavantajlı ergene ulaşılmıştır. Araştırmada demografik bilgi formu, sosyal karşılaştırma ölçeği ile ergenler için beş boyutlu iyi oluş modeli (epoch) ölçeği kullanılmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda verilerin normal dağıldığı görüldüğü için çalışmada frekans, t testi ve one way ANOVA olmak üzere parametrik testler uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında Diyarbakır şehitlik sementinde yaşayan ergenlerin demografik özellikleri ile benlik algıları ve iyi oluş halleri arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. Ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Ergenlerin benlik algıları arttıkça iyi oluş halleri de olumlu yönde artış göstermektedir. Ergenlerin benlik algılarının iyi oluş halleri için belirleyici bir faktör olduğu anlaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik, Benlik Algısı, İyi Oluş, Güçlendirme Yaklaşımı, Şehitlik Sementi

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ADOLESCENTS' SELF-PERCEPTION AND WELL-BEING: AN EXAMPLE OF THE SEHITLIK DISTRICT OF DIYARBAKIR

İbrahim KAYA

Master, Social Work

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Sena ÖKSÜZ

March, 2022 - 99 Pages

Adolescence is a gateway on the path from childhood to adulthood for individuals. The reactions of adolescents to the situations they face during this period in terms of their self-perception, it can affect their psycho-social development and health. The aim of this study is to examine the relationship between self-perception and well-being of adolescents living in the Martyrdom District, where disadvantaged and needy individuals of Diyarbakir province live a lot, and the decency of the individuals who need social services. In this study, a relational screening model was used as one of the quantitative research methods. In the study, 357 disadvantaged adolescents aged 13-18 years living in the Martyrdom District of Diyarbakir, whose sampling method was determined in the study, were reached. In the research, demographic information form, social comparison scale and five-dimensional well-being model (epoch) scale for adolescents were used. As a result of the statistical analysis, it was seen that the data were distributed normally, parametric tests such as frequency, t test and one way ANOVA were applied in the study. The results of the research, considering the sociodemographic characteristics of adolescents who live in the neighbourhood of the martyrdom of Diyarbakir and the perceptions of self and well-being, there is a significant differentiation between a state of. There is a positive significant relationship between adolescents' self-perceptions and their well-being. Decency is a positive relationship between self-perceptions and well-being. As the self-perception of adolescents increases, their well-being also increases positively. It has been understood that adolescents' self-perceptions are a determining factor for their well-being.

Keywords: Adolescence, Self-Perception, Well-Being, Empowerment Approach, Şehitlik District

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ	viii
KISALTMALAR LİSTESİ	x
BİRİNCİ BÖLÜM	
GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Konusu ve Amacı	3
1.2. Araştırmanın Önemi	5
1.3. Sınırlılıklar ve Sayılılar	6
1.4. Tanımlar	7
İKİNCİ BÖLÜM	
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	8
2.1. Ergenlik	8
2.1.1. Ergenlik Dönemi Gelişim ve Özellikleri	10
2.1.1.1. Fiziksel Gelişim	11
2.1.1.2. Psikolojik Gelişim.....	12
2.1.1.3. Bilişsel Gelişim	13
2.1.1.4. Sosyo-Kültürel ve Çevresel Gelişim	14
2.2. Benlik Algısı	15
2.2.1. Ergenlik Döneminde Benlik Algısını Etkileyen Faktörler	17
2.3. İyi Oluş	18
2.3.1. Öznel İyi Oluş	20
2.3.2. İyi Oluşa Yönelik Kuramsal Bakış.....	21
2.3.2.1. Erek Kuramı	21
2.3.2.2. Uyum Kuramı	22
2.3.2.3. Akış Kuramı	23

2.3.2.4. Etkinlik Kuramı.....	23
2.3.2.5. Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı	24
2.3.2.6. Sabit Nokta Kuramı	25
2.3.2.7. Dinamik Denge Kuramı	25
2.3.2.8. Yargı Kuramı.....	26
2.4. Güçlendirme Yaklaşımı	26
2.4.1. Tarihsel Gelişimi	27
2.4.2 Sosyal Hizmet Müdahalesinde Güçlendirme Yaklaşımı	28
2.5. İlgili Araştırmalar	31
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	
ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ	33
3.1. Araştırmanın Modeli	33
3.2. Evren ve Örneklem.....	33
3.3. Veri Toplama Araçları	34
3.3.1. Demografik Bilgi Formu	34
3.3.2. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği.....	34
3.3.2. Ergenler için Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği	34
3.4. Verilerin Toplanması.....	35
3.5. Verilerin Çözümlemesi	36
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	
BULGULAR.....	37
BEŞİNCİ BÖLÜM	
TARTIŞMA.....	55
ALTINCI BÖLÜM	
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	59
KAYNAKÇA.....	63
EKLER	79
EK 1 : Etik Kurul İzni.....	79
EK 2 : Demografik Form.....	81
EK 3: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ).....	82
EK 4: Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği (EPOCHÖ).....	83
EK 5 : Ölçek İzinleri	84
ÖZGEÇMİŞ.....	86

TABLO LİSTESİ

Tablo 3.1: Normallik Dağılımı.....	36
Tablo 4.1: Ergenlerin Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı	37
Tablo 4.2: Ergenlerin Benlik Algı Düzeylerinin Dağılımı.....	40
Tablo 4.3: Ergenlerin Cinsiyet Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin t Testi Sonuçları.....	40
Tablo 4.4: Ergenlerin Yaş Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin t Testi Sonuçları.....	40
Tablo 4.5: Ergenlerin Eğitim Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları	41
Tablo 4.6: Ergenlerin Anne Eğitim Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları.....	41
Tablo 4.7: Ergenlerin Baba Eğitim Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları.....	42
Tablo 4.8: Ergenlerin Anne-Baba Medeni ve Yaşam Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları	42
Tablo 4.9: Ergenlerin Ailelerinin Gelir Durumuna Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları.....	43
Tablo 4.10: Ergenlerin ASHB, SYDV ve DBB'ye Başvuru Durumlarına göre Benlik Algı Düzeylerinin t Testi Sonuçları	43
Tablo 4.11: Ergenlerin İyi Oluş Düzeylerinin Dağılımı	44
Tablo 4.12: Ergenlerin Cinsiyet Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin t Testi Sonuçları.....	44
Tablo 4.13: Ergenlerin Yaş Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin t Testi Sonuçları	45
Tablo 4.14: Ergenlerin Eğitim Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları	46

Tablo 4.15: Ergenlerin Anne Eğitim Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları.....	47
Tablo 4.16: Ergenlerin Baba Eğitim Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları	49
Tablo 4.17: Ergenlerin Anne-Baba Medeni ve Yaşam Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları	50
Tablo 4.18: Ergenlerin Ailelerinin Gelir Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları.....	51
Tablo 4.19: Ergenlerin ASHB, SYDV ve DBB'ye Başvuru Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin t Testi Sonuçları.....	52
Tablo 4.20. Ergenlerin Benlik Algı Düzeyleri ile İyi Oluş Halleri Arasındaki İlişki R (Pearson Korelasyon) Testi Sonuçları.....	54

KISALTMALAR LİSTESİ

ASHB	: Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı
ASHİM	: Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü
DBB	: Diyarbakır Büyükşehir Belediyesi
Ed	: Editör
EPOCHÖ	: Ergenler için Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği
N	: Sayı
Sf	: Sayfa
SKÖ	: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
SYDV	: Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
Vd	: Ve Diğerleri

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Ergenlik, çocukluk döneminden yetişkin döneme geçişte bireyden bireye farklılık gösterebilen çeşitli değişimlerin gözlemlendiği bir dönemdir (Harlak, 2007). Ergenliğin başlayışı-bitışı kültürden kültüreü toplumdan topluma farklılık göstermektedir. Ancak birçok kültürde ortalama ergenliğin 10 ila 13 yaşlarında başladığı tespit edilmiştir (Santrock, 2012). Ergenlik duygusal ve fizyolojik süreçleri barındırmakla beraber aynı zamanda ruhsal ve cinsel olgunlaşma dönemidir. Bu dönemde birey bilişsel, fizyolojik ve sosyal çevre açısından değişimler yaşamaktadır (Derman, 2008).

Ergenlik, insanların ilk yetişkin döneme geçiş, zihnine ve bedenine maceralı bir yolculuğu olarak bilinen bir dönemdir. Bu kritik dönemde ergenler "ben kimim", "bu hayattaki amacım ne", "nasıl bir insan olmak istiyorum" gibi sorulara cevap ararken, kendilerini değerlendirmekte, sınırlarını öğrenmekte, geçmişini ve yaşam amaçlarını sorgulamaktadır (Tunç ve Kolburan, 2019). Ergenler bu sorularına cevap ararken benlik algıları ve iyi oluş halleri belirleyici olmaktadır.

Benlik bireylerin kendileri hakkındaki inancı, kim olduğuna ilişkin düşünceleri olarak tanımlanır (Baumeister, 1999). Benlik bireylerin tüm ilişkilerini, başarılarını, iyi oluşlarını etkileyen yaşamlarının merkezi olarak kabul edilir. Benlik algıları yüksek olan bireylerin kendilerini iyi hissettikleri ve başarılı olma ihtimallerinin arttığı bilinmektedir (Lawrence ve Vimala, 2013). İnsanlık tarihi boyunca insan kendinde var olan öz benliğini aramakta, kendi iç dünyasında kendini panoptike etmekte, değerlendirmekte ve yargılamaktadır. İnsan bunların hepsini yapmakta iken bir yandan da davranışlarını düzenleyen bir içsel güce sahiptir (Karadayı, 2018).

Benlik, kalıtsal özelliklerin yanı sıra insanların sosyalleştiği çevresiyle de sağladığı etkileşimler sonucu ortaya çıkan duygu, düşünce ve davranışların içsel olarak mütalaa edilmesi neticesinde oluşan psiko-sosyal özellikler olarak tanımlanır (Türksoy, 2014; Kılıç vd., 2017). İnsanların her biri ayrı özelliklerle doğar, bu oluşan benler ise kişisel gelişim sürecinden geçtikten sonra birleşip bir benlik algısı yaratır ve insanların kendilerini kabul etmelerine, olumlu yönde tutum, davranış sergilemelerine ve değerli

hissetmelerine destek olur (Coşkun ve Altay, 2009). İnsanların birbirleriyle iletişim kurması, benlik algısının oluşmasında ve kişisel gelişimlerini desteklemeleri noktasında önemlidir (Türksoy, 2014).

Benlik algısı gelişen insanların kendi yeteneklerini bilmesi, düşünerek hareket edebilmesi, duygusal yaşantılara ve duygusal yaşantıların bıraktığı psiko-sosyal etkilere karşı koyabilmesine uyum gösterebilmesine de benlik saygısı denilmektedir (Çiftçi, 2018). İnsanların kendi düşünceleri olumlu yönde gelişmekte ise benlik saygıları yüksek, olumsuz ve kötülül düşünceleri gelişmekte ise benlik saygıları düşük anlamına gelmektedir (Otrar vd., 2018). Düşük benlik saygısı insanlara sosyalleştikleri ortamda kendilerini olumsuz ve güvensiz hissettiren, yüksek benlik saygısı ise kendilerini güvende ve olumlu hissettirmektedir (Çiftçi, 2018). Özellikle ergenlik döneminde benlik kavramı son derece önemlidir. Çünkü ilk yetişkinliğe ilk adımını atan ergen için düşük benlik saygısı birçok sorunla baş başa kalması anlamına gelmektedir (Dilek ve Aksoy, 2013; Sevim vd., 2020). Birçok hormonal ve fiziksel değişimin, gelişimin yanısıra duygusal ve sosyal değişimin olduğu ergenlik döneminde ergenler kendilerini anlamak için çaba gösterirler. Benlik algıları da bu gösterdikleri çabayı destekler (Yüksel, 2015).

İyi oluş, olumlu ruh sağlığı, duygusal, sosyal ve bilişsel doyum sağlama olarak tanımlanabilir (Deiner, 2001). İyi oluş hali, insanların kendi yaşamlarını değerlendirebilmesi, kendi yaşamıyla ilgili karar verici olabilmesi anlamına gelmektedir. İyi oluş hali, olumlu ve olumsuz duygulanım ve yaşam doyumunu olmak üzere üç öğeden oluşur. Bireyin çeşitli yaşam alanlarındaki doyumuna ilişkin değerlendirmelerini yansıtır (Myers ve Deiner, 1995). İyi oluş, olumlu benlik algısına ve yeterince gelişmiş benlik saygısına sahip olma ile doğru oranlıdır. İyi oluş hali, insanların yaşamlarında etkileşim sağladığı ilişkilerinde benlik algılarının farkında olup olmamalarına bağlı bir süreçtir (Schmutte ve Ryff, 1997). İyi oluş kavramının ergenler için ciddi bir önemi vardır. Bu çalışmada ergenler için yaşamlarını sürdürmede belirleyici olan benlik algısı ve iyi oluş hallerinin incelenmesi, toplumsal gelişim ve değişim sağlanması adına kritiktir.

Ayrıca bu çalışmada ergenlerle yapılan çalışmalarda kullanılan güçlendirme yaklaşımının uygulama temelini ve dezavantajlı gruplara uygulanan psiko-sosyal destek sağlanabilmesi üzerinde durulmuştur. Thompson (2016)'a göre sosyal hizmet yaklaşımlarından olan güçlendirme yaklaşımının bir diğer özelliği ise her çevreyi

potansiyel bir güç kaynağı olarak görmesidir. Ergenler için de yaşadıkları sosyal çevre potansiyel güç kaynağıdır. Diyarbakır ilinde en çok Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü'ne başvuru yapan dezavantajlı ergenlerin olduğu semtlerden birisi Yenişehir'de bulunan Şehitlik Sempti'dir (Diyarbakır ASHİM, 2021). Bu nedenle ergenler için sosyal çevrenin önemi düşünüldüğünden bu çalışmada, Diyarbakır Şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin benlik algıları, iyi oluş halleri demografik özelliklerine göre incelenecek ve benlik algıları ile iyi oluş halleri arasındaki ilişki incelenecektir. Araştırma deseni bakımından nicel ve betimleyici bir araştırmadır. Çalışmada, ergenlik, benlik algısı, iyi oluş kavramları incelenecek ve Diyarbakır Şehitlik Sempti'nde yaşayan 13-18 yaş aralığındaki ergenlerin katıldığı bir araştırmaya yer verilmiştir.

1.1.Araştırmanın Konusu ve Amacı

Ergenlik, insanların benlik algılarını, öz kabullerini, kendilerine karşı öz saygılarını, kendilerini aradıkları ve sosyal çevreye uyum sağlamaya çalıştıkları önemli bir dönemdir (Çiftçi, 2018). Ergenlerin yaşamları boyunca karşı karşıya kaldıkları bazı olumsuz durumlar olabilir. Bunlar karşısında da verdikleri tepkiler psikososyal gelişimlerini ve sağlıklarını etkileyebilmektedir. Bu olaylar suça sürüklenme, ölüm, boşanma, aile içi şiddet, eğitime devam edememe, ebeveynlerin işsizliği, yoksulluk, gibi sıralanabilir. Ergenlerin bu dışsal etkilere verdikleri tepkiler farklıdır. Bazılarının bu olaylara karşı dayanıklılığı yüksekken bazılarının ise düşük olabilmektedir. Ancak ergenlerin her nek kadar bu olaylar karşısında güçleri olsa da bu olaylar ergenlerde psiko-sosyal tahribata yol açmaktadır (Albayrak, 2013).

Ergenlik döneminde önemli bir belirleyici olan benlik algısı; bireylerin doğumdan itibaren var olan özbenlik, genetik yapı ve sosyal çevreyle olan etkileşimi sonucunda ortaya çıkan fotoğrafı kendisinin anlatımını ifade eder (Tıraşoğlu, 2018). Tıraşoğlu (2018)'na göre bireylerin özgün ve farklı özellikleriyle ilgili yargılar ve izlenimler çok sayıda ben kavramını beraberinde getirir ve bu da benlik algısını oluşturur. Yapılan araştırmalar benlik algısına ve yerinde özgüvene sahip bireylerin sağlıklı ilişkiler kurabildiğini göstermektedir (Kalkan ve Yalçın, 2012). Aynı zamanda benlik algısının bireylerin duyuşsal, akademik, kişilik ve sosyal gelişimlerini etkileyen önemli bir faktör olduğu bilinmektedir (Gizir, 2012).

Ergenler karşlarına çıkan olumsuz durumlar karşısında nasıl mücadele etmeleri noktasında ve nasıl mutlu olabileceklerine dair arayışa girerler. İnsanın bu mutluluk arayışı iyi oluş kavramıyla örtüşmektedir (Babür, 1997).

İyi oluş kavramı, insanların veya ergenlerin yaşantılarına ve kendilerine dair olumlu bakış kazanmalarını, kişisel gelişimlerini desteklemelerini, yaşamlarının bir anlamı olduğunun farkında olmalarını, bu olumlu düşüncelerle diğer insanlara karşı da aynı şekilde yaklaşmalarını, kendi amaçları doğrultusunda bağımsız hareket edebilmelerini içeren etkili ve işlevsel bir kavramdır (Hamurcu, 2011). İyi oluş ve benlik algısı sadece bireyin kendiyle ilgili değildir. Bireyin sosyal çevresi ve yaşadığı ortam da bunlara etkendir. Bu sebeple sosyal hizmet disiplini açısından değerlendirildiğinde bireyi güçlendirmeye dair yapılan sosyal hizmet müdahalelerinin bireylerin iyi oluşlarına ve benlik algılarına katkısı olacağı değerlendirilmektedir.

Sosyal hizmet uygulamasının en önemli amaçlarından biri müracaatçıların yaşamlarında meydana gelenler üzerinde kontrol etmeye dair çalışma ve buna dair uygulamalar yapmaktır. Müracaatçının kontrolü elden kaçırmamasıyla beraber sosyal hizmet uzmanı sürece dahil olur. Güçlendirme yaklaşımını birey ve çevre arasındaki karşılıklı etkileşimi incelerken güçlendirme yaklaşımını bireyler, grup ve toplum ile iş birliği içinde yürütülebileceği belirtilmiştir. Sosyal hizmet bağlamında güçlendirme yaklaşımını birçok farklı uygulamada kullanılabilir (Teater, 2015). Bu durumlardan bazılarını Thompson (2016); psikolojik iyi olmama hali, düşük benlik algısı, korku, baskı, kaygı, çatışma, yas, borç içinde yaşam sürmek, öğrenme zorlukları, alkol ya da uyuşturucu madde kullanma olarak tasniflemiştir.

Tüm bunlar birlikte düşünüldüğünde ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasında bir ilişki olabileceği değerlendirilmektedir. Diyarbakır ilinde en çok Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü'ne başvuru yapan dezavantajlı ergenlerin olduğu semtlerden birisi Yenişehir'de bulunan Şehitlik Sementi'dir (Diyarbakır ASHİM, 2021). Bu sebeple bu tezin konusu, Diyarbakır Şehitlik Sementi'nde yaşayan ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

Bu araştırmanın temel amacı, Diyarbakır Şehitlik Sementi'nde yaşayan ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Buradan hareketle şu sorulara cevap aranmıştır:

- Ergenlerin demografik özelliklerine göre benlik algıları ile iyi oluş hallerinde anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- Ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Ergenlerin benlik algıları ile hayata bağlılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Ergenlerin benlik algıları ile kararlılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Ergenlerin benlik algıları ile ilişkililik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Ergenlerin benlik algıları ile iyimserlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Ergenlerin benlik algıları ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Çalışmanın araştırdığı sorulara bağlı olarak geliştirilen hipotezi; “H0: Ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.” şeklindedir.

1.2. Araştırmanın Önemi

Yeterli benlik algısına ve özgüvene sahip bireylerin daha mutlu oldukları ve sağlıklı ilişkiler kurabildiği bilinmektedir. Bireylerin içinde oldukları dezavantajlı durumlar benlik algılarını etkilemektedir. Yine benlik algısının bireylerin iyi oluşlarına da etki edebileceği değerlendirilmektedir (Kalkan ve Yalçın, 2012). Bu nedenle araştırmanın temel amacı, Diyarbakır Şehitlik Senti’nde yaşayan ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Ergenlerin demografik bilgileri (cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumları, anne-baba eğitim ve medeni durumları, ailelerinin gelir durumu vb) ve benlik algıları ile iyi oluşları arasındaki ilişki olup olmasının anlaşılmasıyla birlikte literatür, sosyal hizmet uygulamalarına katkı sağlaması amaçlanmaktadır. Ayrıca ergenlerin benlik algıları ile iyi oluşlarını ortaya koymak ve çalışma sonucunda öneriler geliştirmek uzmanların bu yönde kendilerini geliştirmeleri noktasında farkındalık sağlayacaktır. Bu bağlamda aile ve sosyal

hizmetlere başvuran ergenler, aileleri ve toplum için yürütülen mikro, mezzo ve makro tüm çalışmalara doğrudan katkı sağlayacaktır.

Çalışma, Diyarbakır ilinin dezavantajlı ve sosyal hizmetlere ihtiyaç duyan bireylerin fazlaca yaşadığı Şehitlik Sementi'nde yaşayan 13-18 yaş aralığındaki ergenlerin benlik algıları ile iyi oluşları arasındaki ilişkiyi inceleyerek sosyal hizmet alanlarında yapılan çalışmalara katkı sağlaması açısından önemlidir. Bununla birlikte, söz konusu araştırma ilerleyen dönemde yapılacak çalışmalar açısından güncel veri sunması açısından ayrıca önemlidir. Bireylerin benlik algılarını ve iyi oluşlarını inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Ancak sosyal hizmet sistemine dahil olan Diyarbakır Şehitlik Sementi'nde yaşayan ergenler üzerinde daha önce yapılan benzer bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu çalışma orijinalliği açısından değerlendirilirse; alanında yapılmış bu konuyla ilgili ilk çalışma olmuştur. Bu çalışma akademik anlamda bu boşluğu dolduracağı değerlendirilmektedir.

1.3. Sınırlılıklar ve Sayıtlar

Araştırmanın sınırlılıkları;

- Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile Ergenler için Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama ve güvenilirlik, geçerlik çalışması yapılmıştır. Ancak farklı kültürel özelliklere sahip ülkemizin ölçeklerin tüm bölgelerde sosyo-kültürel işlevselliğinin değerlendirilmemesi çalışmanın sınırlılıklarından biridir.
- Araştırmanın Diyarbakır Şehitlik semtindeki ergenlerin iletişim bilgileri araştırmacının sosyal çevresi sayesinde öğrenilerek Google form üzerinden online olarak yapıldığı üzere ergenlerin ankete ayırdığı vakit ve özenle ilgili bir gözlem yapılamamıştır. Bu sebeple verilen yanıtlar doğru varsayılmış olsa da bu yüz yüze uygulanması gibi gözlemlenememesi araştırmanın sınırlılıklarından birisidir.

Araştırmanın sayıltıları;

- Araştırmaya katılan tüm katılımcıların gönüllü oldukları varsayılmıştır.
- Araştırmada kullanılan form ve ölçeklerdeki soruların anlaşıldığı varsayılmıştır.
- Araştırmaya katılan tüm katılımcıların doğru ve özenle cevapladığı varsayılmıştır.
- Araştırmaya katılan katılımcıların bizzat kendilerinin doldurduğu varsayılmıştır.

1.4. Tanımlar

Ergenlik; gelişim çağları arasında toplumsal faktörlerin insanlar için en yoğun olduğu bir evre olarak tanımlanmaktadır. Bu evrede; fiziksel, cinsel ve psiko-sosyal gelişim ve çocukluktan ilk yetişkin yaşama geçiş gerçekleşir (Susman ve Rogol, 2004).

Benlik algısı; insanların hayat tecrübelerinden edindiği bilgilerin ve deneyimlerin duygusal bütünü olarak tanımlanır (Demoulin, 1998).

İyi oluş; duygusal, bilişsel unsurlardan meydana gelen doyum ve psiko-sosyal olumlu hal olarak tanımlanır (Deiner, 2001).

Güçlendirme yaklaşımı; insanların içlerinde var olan güçlerini ortaya çıkarmayı ve bu güçleri işlevsel olarak kullanabilme yeteneklerini geliştirmeye yarayan bir sosyal hizmet yaklaşım modelidir (Teater, 2015).

Şehitlik Senti; Diyarbakır ili Yenişehir ilçesine bağlı yoğun nüfuslu bir semttir (Diyarbakır Valiliği, 2021).

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde ergenlik, benlik algısı ve iyi oluş kavramlarına ilişkin kavramsal bilgilere yer verilmiştir.

2.1. Ergenlik

Ergenlik dönemiyle ilgili yapılan ilk tanımlar Sokrates, Platon ve Aristo'ya kadar dayanmaktadır. Sokrates, lüksü seven gençlerin otoriteyi küçümseyerek kötü davranışlar sergileyenler olarak; Platon, gençliği ruhsal bunalım, sarhoşluk olarak; Aristo ise, gençlerin dürtüsel, tutkularına yenik düşen, eleştirilmeyi sevmeyenler olarak tanımlamıştır (Monahan vd., 2013). Aristo, 14 – 21 yaş dilimi üzerine dikkatleri çekmiş ve bu dönemde önemli değişikliklerin olduğunu dile getirmiştir (Abalı, 2014). Ergenlik Erikson'a göre kimlik oluşturma sürecidir. Erikson, genç bireyin ben duygusunu kaybetmeden çeşitli tecrübeler edindiklerini, bu deneyimlerden uygun gördükleri kendilik imgelerini bütünleştirmeye çalıştıklarını söylemektedir (Santrock, 2012). Freud ise ergenlik dönemini diğer gelişim dönemlerine göre sorunlu bir dönem olduğunu söyler. Freud'a göre ergenlik döneminde meydana gelen fiziksel değişimler fiziksel gerilimi ve cinsel aktivite isteğini arttırmaktadır (Graber vd., 1996). Ergenlik dönemi batıda "adolescent" olarak tanımlanır ve Latince "yetişmek" anlamına gelmektedir. İnsanda hızlı bir şekilde devam eden bir gelişim dönemini temsil eder (Yavuzer, 2002). Günümüzde birden fazla tanımla yapılan ergenlik dönemi; yaşam boyunca, doğumdan ölüme kadar bireyin sürekli gelişim ve değişim göstermiş olduğu bir dönemdir.

Ergenlik dönemi bireyin, fiziki alanlarda yoğun gelişiminin görüldüğü, hormonal, cinsel, toplumsal, hissel ve zihni tadillerin yaşandığı ve nihayetinde vücut büyümesiyle sonlandığı dönem olarak ifade edilmektedir (Kulaksızoğlu, 2008). Aynı zamanda ergenlik, sosyal çevrenin bireyin gelişimine etki ettiği bir adaptasyon süreci olarak da ifade edilebilir (Yavuzer, 2002).

Ergenlik dönemi bu gelişim dönemi sürecinin en önemli evresi olarak gösterilir (Dinçer, 2008). Birey hayatında doğum ile ölüm arasında, birden fazla dönemden geçmektedir. Bu dönemlerin kendilerine özgü birtakım özellikleri bulunmaktadır. Bu özellikler her bireyde aynı etkiyi göstermemektedir. Bu farklılıkların ana sebebi olarak bireyin hayatını yaşamış olduğu sosyal çevre, aile vb, faktörlerin farklı olması söylenebilir. Literatür incelendiğinde yaşam dönemleri; bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık dönemleri olarak yer almaktadır (Kulaksızoğlu, 2008).

Çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olarak bilinen ergenlik, cinsellikle ilgili hormonların hızlı bir şekilde salgılandığı, bedensel gelişim ve değişimlerin yaşandığı önemli bir dönemdir. Kadın ve erkeklerin çocukluktan yetişkinliğe geçişinin olduğu, cinsel kimliğini ve yaşamını sağlayacağı birincil ve ikincil cinsel değişimlerin ortaya çıkmasıdır. Ergenlik döneminde cinsel organlar gelişmekte, vücutta, cinsel organların çevresinde kıllanmalar oluşmakta ve kızlarda göğüsler büyümekte erkeklerde sakal çıkmaktadır (Köknel, 1999). Çocukluktan yetişkinliğe geçilen bu dönem ayrıca yeni davranışların öğrenildiği ve bireyde kalıcı değişimlerin olduğu fakat anlaşılması zor olan bir evredir (Cansever, 2013).

Bu dönem, bireyin yetişkin dünyasına adım attığı çocukluk ve erişkinlik döneminin en uzun evresidir. Birey, bu evrede birbirinden farklı serüvenlere ve deneyimlere açık olup, mensubu olduğu grupta kabul görmesi de birey için önemlidir. Bu süreçte genellikle ergenler, aile üyeleri ile çatışma içindedir ve daha çok bağımsızlık duygusu ön planda yer almaktadır (Şahin ve Özçelik, 2016).

Milli Eğitim bakanlığının yapmış olduğu açıklamaya göre ergenlik, 'bireyin genç yetişkinliğe ermesi ve toplum içerisinde sorumluluk alabilecek çocukluk dönemi ile yetişkinlik dönemlerini kapsayan on iki ve on dört yaşları içerisinde yer alan gruptur'. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization' nun yapmış olduğu açıklamada ise evli olmayıp, eğitimini tamamlamaya çalışan 12-14 yaşları arasındaki bireyler ergendir (Yılmaz, 2007). Aslında, erinlik veya ergenlik önemi başlangıç ve bitiş yaşları için kesin bir sınır ile belirtilemez. Çünkü cinsiyet, beslenme, coğrafi bölge vs. ergenliğe giriş yaşını değiştirebilmektedir (Alisinanoğlu, 2002).

Erikson'un kriz dönemi olarak adlandırdığı bu dönem farklılıkların olduğu ve bu farklılıkların birey tarafından bilinmesi gerektiği dönemdir. Çünkü bu dönem aynı zamanda yetişkin ve ergenler tarafından farklı algılanmış olup kimilerine göre bir kriz

dönemi, kimilerine göre ise hayatın en güzel dönemidir. Bu dönemdeki bireylerin zaman zaman çocukluklarını geride bırakarak farklı bir şekilde davrandıkları da gözlemlenmiştir. Bu dönemdeki bireyler, büyüdüklerini etrafındaki kişilere hissettirmek için davranışlarını, düşüncelerini, duygularını değiştirmektedir (Abalı, 2014).

APA aracılığıyla bildirilen ve duyurulan psikiyatri lügatinde çocukluktan yetişkinliğe geçiş olarak bilinen ergenlik çağı; fiziki ve duygusal proseslerin sebep olduğu seksüel ve psiko-sosyal gelişimleri ile devam eden bireyin bağımsızlığını ve toplumsal rollere faydalı olabileceği aynı zamanda üreticilik kazandırdığı bir zaman dilimi olarak ifade edilmektedir (Özkan, 2014).

2.1.1. Ergenlik Dönemi Gelişim ve Özellikleri

Çocukluktan ergenliğe geçiş olarak da bilinen 'buluğa erme' kavramı bir kısım biyolojik değişimlerin olduğu ve değişimlerin fizyolojik, ruhsal durumlar ortaya çıkardığı bir dönem olarak bilinmektedir. Buluğ çağı ikincil cinsiyet özelliklerinin edinildiği ve organların gelişim gösterdiği belli bir dönemi kapsayan bir kavramdır. Buluğ çağına giriş erkek ve kız bireylerde birbirinden farklı özellikler sergilemektedir. Bu çağ, kız bireylerde yumurtalık hücrelerinin aktifleşmesi, erkek bireylerde ise spermin aktifleşmesiyle başlamaktadır. Cinsel hormonların gelişmesi ve aktifleşmesi dolayısıyla diğer organlar da gelişimini hızlandırır ve hızla büyür (İnanç vd., 2012).

Değişim ve gelişim faktörünün bu dönemin en önemli göstergelerinden bir tanesi olduğu söylenebilir. Bu değişim ve gelişim genel olarak 4 boyutta ele alınmıştır

-Fiziksel gelişim

-Psikolojik gelişim

-Bilişsel gelişim

-Sosyo-kültürel ve çevresel gelişim (Abalı, 2014).

Gelişim; fiziksel, psikolojik, duygusal, bilişsel, toplumsal boyutları bulunan multi karmaşık bir süreçtir. Ergenlik, başlangıç ve bitişi net sınırlarla belli olmayan, bireyden bireye fark gösterebilen bir dönemdir (Şahin, 2014). Ergenlik dönemindeki bireylerde

fiziksel, psikolojik, sosyal ve duygusal açıdan önemli değişimler meydana gelmektedir.

2.1.1.1. Fiziksel Gelişim

Ergenlik dönemi insan yaşamında, bebeklikten sonra fiziksel anlamda en hızlı gelişim dönemidir ve bu dönemde birey biyolojik değişimle gelişmeye başlamakta bedensel, zihinsel ve duygusal gelişimle gelişimini tamamlamaktadır (Yavuzer, 2002). Pre-puberte olarak da adlandırılan bu dönemin kendine has birtakım özellikleri vardır. Büyüme ve gelişim cinsiyet açısından farklılık göstermektedir.

‘Ergenlik döneminde fiziki değişim’ isminden de anlaşılacağı üzere vücudun belli başlı kısımlarında meydana gelen büyüme, olgunlaşmadır. Çünkü bu dönem çeşitli bedensel değişikliklerin yaşanmış olduğu bir dönemdir. Bu dönemde vücutta meydana gelen birtakım değişimler ve büyümeler vardır (Kaşıkçı, 2014). Bunlar;

- Boyda ve kiloda meydana gelen büyümeler,
- Salgı bezlerinde meydana gelen değişimler,
- Kas ve iskelet sisteminde meydana gelen değişimler ve güçlenmeler
- Organlarda meydana gelen büyümeler ve değişimlerdir (Kulaksızoğlu, 2008).

Çoğunlukla kadınlar, erkeklere göre daha erken ergenlik dönemine girmektedir (Abalı, 2014). Çocukluk döneminde yavaşlamaya başlayan büyüme, ergenlik döneminde tekrar hız kazanmaktadır. İskelet sisteminde hızlı değişimlerin meydana geldiği bu dönemde eller, kollar, ayaklar büyümektedir. Bu dönemdeki orantısız büyümeler neticesinde sakarlıklar meydana gelmektedir. Kadınlarda göğüslerde büyüme, erkeklerde ise vücutta tüylenme ve yüzde sakallar meydana gelmektedir. Erkek ve dişi hormonlarının salgılandığı bu dönemde, vücutta salgılanan hormonların birbirlerine temas etmeleri neticesinde kemik ve kaslarda gelişim ve büyüme hızı artmaktadır. Meydana gelen bu büyümeler ve gelişimler neticesinde farklı cinslerin birbirlerine karşı olan ilgileri artmaktadır. Ergen bireyler, hemcinslerinden edinmiş oldukları modelleme sonucunda kazandığı davranışları karşı cinslere karşı yakınlaşmak için kullanmaktadırlar (Kulaksızoğlu, 2008).

Ergenlik döneminde bireyler dış görünümüne fazlasıyla önem vermektedirler. Dış görünümünü beğenmeyen ve çevresi tarafından bu konuda itilen bireyler, kendilerini toplumdan soyutlama yoluna gidebilirler (Deniz, 2017).

2.1.1.2. Psikolojik Gelişim

Bebeklikten itibaren başlayan toplumsallaşma isteği, ergenin evden ayrılma talebiyle başlar ve topluma açılma isteği ile sürer. Bu dönemde ergen bireyin yaşamış olduğu en önemli sorunlardan biriside Erikson'un psiko-sosyal gelişiminin beşinci basamağı olan "kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası" olan dönemdir (Şahin, 2014).

Bebeklik döneminde de psikolojik gelişimin en önemli unsuru bağlanmadır. Bu kavrama ilişkin ilk araştırmayı yapan Bowlby'e göre, anne ile çocuk arasındaki güvenli bir bağlanma sağlıklı psikolojik gelişim için olmazsa olmazdır. Güvensiz bağlanma ise psikolojik gelişimi olumsuz etkilemekle kalmaz, nevrotik bir kişiliğin oluşması için temel oluşturur (Tüzün ve Sayar, 2006).

Ergenlik en yoğun dönem olmakla birlikte bireyler her gelişim döneminde bir kriz ve bir çatışma içindedir. Erikson bu gelişim dönemlerinde karşı karşıya kalınan durumların bir facia olmadığını, bunun yanı sıra bireyin dayanıklılığını arttırabilmesi adına bir olanak olduğunu savunmaktadır. Bireyler ne kadar fazla sorunla ve olayla karşı karşıya gelip bunlarla baş edebiliyorsa o kadar sağlıklı olarak görülmektedir. Önceki gelişim döneminde yaşadığı zorluk sonraki gelişim döneminde zorlanmaması için önemlidir. Ergenlerin içinde olduğu dönem ise kimliğe karşı kimlik bocalaması dönemidir (Fleming, 2004).

Freud, bireylerin oral, anal, fallik, latens ve genital gelişim dönemlerinden geçtiğini, bu aşamalara da psikoseksüel aşamalar denildiğini söylemektedir. İlk üç dönem pregenital dönemdir. Bu dönemler kişilik gelişimi için en önemli dönemlerdir. İleriki yaşamında bu kişilik örüntüsüyle hareket etmektedir. Gelişim dönemlerinin herhangi birinde saplantı olası bir durumdur. Saplantı aşırı engelleme ya da fazla doyum kaynaklı olabilmektedir. En fazla saplantı yaşanan dönem ise ergenlik dönemidir (Akt.Dal, 2009).

Psikoanalitik kuram, çocukluktan yetişkinlik dönemine geçiş tüneli olarak bilinen ergenlik dönemini sorunlu ve karanlık bir evre olduğunu ileri sürer (Eskin, 2000).

Freud'a göre ergenlik dönemi gergin bir dönemdir. Bilinçdışı süreçler karmaşa ve gerginlikler yaratır (İnanç vd., 2012). Psikoseksüel gelişim kuramına göre ise ergenlik genital evre olarak tanımlanır. Freud bu evrede psikoseksüel gelişim tamamlandığını ileri sürer. Çocukluktan ergenliğe kadar psikoseksüel gelişim devam eder ancak ergenlikte tamamlanmış olmaktadır (Atkinson vd., 2006).

2.1.1.3. Bilişsel Gelişim

Piaget'in bilişsel gelişim kuramına göre, ergenlik soyut işlemler dönemidir. Ergenler bu dönemde düşüncelerini ve diğer zihinsel süreçleri manüpiyasyon yapmak için kullanmaktadır. Bu dönemde görülen belli başlı özellikleri şu şekilde sıralayabiliriz; anne babadan ayrılma isteği, arkadaş ilişkilerinde dalgalanmalar ve ideolojik arayış içinde olma vb. (Abalı, 2014).

Düşünce becerilerinin değişmiş olduğu bu dönemde, ergenlerin dünyayı algılama biçimleri de değişmektedir. Geleceğe yönelik hayali düşüncelerle donanmış olan bu dönemde din, ahlak, cinsellik gibi konularda da ergenlerin kendilerine has bir değer geliştirdikleri gözlemlenmiştir. Ergen, bu dönemde olaylar arasında bağlantı kurabilir, sadece görüntüye aldanmaz ve olaylardan çıkarımlar yapabilir. Çocukluk döneminde var olan somut düşünce ergenlik döneminin gelmesiyle birlikte geride kalarak ergende artık soyut düşünce yapıları gelişir. Bu tür düşüncelerle hayal kurma, mantık kurma, analizler, varsayımlar vb. gibi çıkarımlar yapılır. Fakat soyut düşünme, her ergenlik dönemine girmiş bireyin yaşayacağı bir durum değildir. Bu nedenle soyut işlemler evresinin evrensel olmadığı ileri sürülür (Kaşıkçı, 2014).

Ergen birey çevredeki olayları anlama, kavrama, tanıma ve bilmesini sağlayan durumları bilişsel gelişim olarak tanımlamaktadır. Piaget'in geliştirmiş olduğu kurama göre soyut işlemler döneminde olan bir bireyin 11 – 12 yaşlarında olması gerekmektedir. Soyut işlemler dönemine gelmiş bir birey, olayların nedenlerini araştırabilir, sistematize edebilir ve en önemlisi sorgulayabilir. Bu gibi faktörlere sahip ergen bir bireyin, yetişkin bir birey gibi düşünmesi önemli bir durumdur (Koç, 2019).

2.1.1.4. Sosyo-Kültürel ve Çevresel Gelişim

Doğumdan sonra bireylerin sosyal ve psikolojik olmak üzere birtakım ihtiyaçları ortaya çıkmaktadır. Sosyal bir varlık olan insan yaşam içerisinde uyum sağlama çabasıyla birlikte diğer insanlarla birlikte olmaya ihtiyaç duymaktadır. Sosyal gelişim, bireyin hayat içerisindeki kişiler tarafından kabul edilir bir şekilde davranmayı öğrenme sürecidir (Kulaksızoğlu, 2008).

Ergen bireylerdeki ilerleme neticesinden toplumsal çevredeki durumları, ebeveynçocuk ilişkileri, akran ilişkileri, şahsiyet, karakter gelişimi ve oluşumu, cinsiyet rollerinin kazanılması, manevi değerlerle birlikte yaşadığı toplumun kültürel gereksinimlerini edinmesi genel itibariyle ergen bireyin hayatındaki deneyimlerin birçoğunu içerisine almaktadır. Bu deneyimler aile içi ilişki yanında akran ilişkisini de etkileyen en önemli faktörlerdendir (Özkan, 2014).

Özdeşleşme, bireyin ailedeki kişilerden başlayarak çevresindeki bireylerin fikirlerini, kültürlerini istemsiz olarak kabul ettiği bir durumdur (Yavuzer, 2002). Ergenlik ile çocukluk dönemi arasında yer alan erenlik dönemindeki çocuklar özgürleşme arayışları içine girerek aileden arkadaş gruplarına doğru yöneliş yaşarlar. Bu dönemdeki bireyin en önemli konularından biri edinmiş olduğu çevresine dâhil olmaktır. Ergen bireyde gelişen fiziksel, zihinsel, sosyal yönler ebeveynlerle olan ilişkilere etki ederek olumsuzluklara neden olabilmektedir. Bu hususta ebeveynlerin çocukların tarafına karşı mücadeleci bir tavrı olabilmektedir. Bu noktada ailelere verilebilecek en önemli tavsiyeler arasında ergen bireyin anlaşıldığını hissettirmek, empati sağlayabilmek, ergen bireyin iletişim dilini kullanabilmek, özgür düşüncesine saygı göstermek bir hayli önem arz etmektedir. Aynı zamanda özdeşleşme ve arkadaşlık, sosyal ve duygusal gelişimin iki önemli aşamasını oluşturarak aile ilişkileri ve akran ilişkileri bu dönemde çok önemlidir (Cüceloğlu, 2003).

Sosyal olarak gelişimini gösteren ergen bireylerin de, toplumun etkin bir üyesi olduğu ve bu üyeliğe sadakatinin yüksek olduğu gözlemlenmektedir. Bu dönemdeki bireylerin sosyalleşme süreçlerinin ailede başladığı gözlemlenmiştir. Bireyin bir başka toplum ferdiyle nasıl bir iletişime geçeceği geçmiş yaşamındaki öğrenmelerine bağlıdır. Bu dönemdeki bireyler üyesi oldukları toplumun sorumluluklarını, görevlerini bilmeleri ve öğrenmeleri için rol model almaya ihtiyaç duyarlar (Kulaksızoğlu, 2008).

Dönemin bir başka önemli özelliği ise, ergende toplum içerisinde statü sahibi olma isteği oluşmasıdır. Ergenler bu dönemde edinmiş olduğu çevrede belli bir yere gelmek, çevresi tarafından saygı görülmeyi istemek ve bir statü elde etmek gayretini içerisindedir.

2.2. Benlik Algısı

Benlik konusu psikoloji, felsefe, sosyoloji gibi pek çok bilim dalının araştırma konusu olmuştur. Benlik ve benlik algısı ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, farklı araştırmacılar tarafından farklı şekillerde tanımlandığı ve açıklandığı görülmektedir. Psikoloji alanında benlik konusunu ilk kez ele alan William James'e göre benlik, kişinin kendisine yönelik söyleyebileceği her şeyin toplamıdır (Özen ve Gülaçtı, 2010).

Sosyal bir varlık olan insan bulunduğu sosyal yaşam içinde kendisine dair bilgi sahibi olma ihtiyacı içinde ve "ben kimim, nasıl bir insanım?" sorularının cevabı arayışındadır. Kişinin kendisini nasıl gördüğü ve algıladığı, kendisine dair yargıları benlik olarak ifade edilebilir.

James, benliğin "bilen benlik" ve "bilinen benlik" olarak iki boyuttan oluştuğunu savunmaktadır. "Bilen benlik" için özne anlamında "I" (ben), "bilinen benlik" için ise nesne anlamında "me" (benim) kavramlarını kullanırken; psikolojinin konusu olabilecek benliğin "bilinen benlik" alanı olduğunu belirtmektedir (Bacanlı, 2004). Bilinen benlik; kişinin bedeni, giyecekleri, evi gibi maddi, toplumsal ve kişinin duyguları, istekleri, arzuları gibi manevi öğelerden oluşmaktadır (Özen ve Gülaçtı, 2010). Bu anlamda James, insanların birçok benliğe sahip olduğu düşüncesini ortaya koymaktadır (Bacanlı, 2004).

Demoulin (1998) benlik algısını, "kişinin yaşam boyunca edindiği olumlu-olumsuz tüm deneyimlerin ve bilgilerin duygusal bir bütünü" olarak ifade etmiştir. Benlik algısı; "hayatın ilk yıllarından başlayarak kişinin çevresiyle etkileşimi sonucu kazandığı geri bildirimler ve birebir yaşadığı tecrübeler" ile oluşmaktadır. Kişi hayat boyunca iyi ve kötü pek çok şey deneyimler. Bu deneyimler sonucu fikirleri, duyguları oluşur ve olaylara nasıl tepki verdiğini, zorlu yaşam olayları ile başa çıkıp çıkamadığını göreyerek benliğini oluşturmaya devam eder (Makar, 2016).

Freud'a göre benlik, kişiliğin akılcı ve gerçekçi yanıdır. Psikanalitik Kurama göre Freud benlik kavramını id, ego ve süperego şeklinde yapısal olarak sınıflamaktadır. Haz ilkesine göre hareket eden id (alt-benlik), sadece kişisel isteklerini tatmin etmeye çalışırken; ego (benlik), gerçeklik ilkesine göre hareket eder ve id'in isteklerini, arzularını dış gerçeklikle bağdaştırmaya çalışır. Üst-benlik olan süperego ise kültürel ve çevresel kurallar bütünü olarak kişiliğin iç muhasebe organı olan vicdan olarak tanımlanabilir (Bacanlı, 2004).

Carl Rogers'ın Fenomenolojik Benlik Kuramında ise benlik, "kişinin sahip olduğu algılar ve inançlarla tutarlı bir birliktelik" şeklinde tanımlanmaktadır. Rogers benliği; benlik saygısı, benlik imajı ve ideal benlik olarak üç şekilde ele almakta ve herkesin kendini gerçekleştirme isteği içinde olduğunu, bireyin kendini gerçekleştirebilmesi için benlik imajı ile ideal benliklerinin uyumlu olması gerektiğini ifade etmektedir (Aslan Yılmaz, 2016).

Benlik algısı gelişiminde toplumun etkisine vurgu yaparken; Psikososyal Gelişim Kuramına göre benlik gelişiminin birçok evrede tamamlandığını belirtmektedir. Bunlardan en önemlisi ergenlik dönemidir. Her gelişim dönemi bir sonraki dönem için benlik algısının hazırlık aşamasıdır. Bir önceki gelişim döneminde çözülen sorunlar, bir sonraki dönem için çıkmazların çözümü noktasında yol gösterici olabilmektedir. Bireylerin karşılaştığı sorunlar ve olaylar benlik algıları olumsuz etkileyebileceği gibi geliştirebilmekte ve dayanıklılıklarını da arttırabilmektedir. Bir sonraki döneme geçen bireyler için güçlenen ve dayanıklılığı artan bir benlik algısının yeni dönemde karşılaşılabileceği sorunun üstesinden gelmesi noktasında önemli olduğu bilinmektedir. Özellikle ergenlik döneminde kimlik bocalaması yaşanmakta ve bu zorlu dönemde benlik algısı bocalanmanın hafif atlatılması anlamında önemlidir (Sarıca, 2013). Benlik, her evredeki gelişimini tamamlayarak ve kişilik ile ilgili problemlerini çözerek bir sonraki evreye geçebilmektedir (Köknel, 1989). Erikson'a göre benlik gelişimi yaşam boyu devam eden bir süreçtir (Karadayı, 2018).

Kişilerarası İlişkiler Kuramının öncüsü olan Sullivan, benliğin kişilerarası ilişkilerde ortaya çıkan dinamik bir süreç olduğunu ve anksiyete kavramı ile ilişkili olduğunu belirtmektedir (Aslan, 1992).

Sullivan (1953)'a göre "iyi ben", "kötü ben", "ben ve ben olmayan" olmak üzere 3 benlik sistemi vardır. İyi ben; anne ile iyi ilişkiler sonucu oluşan, kişinin kendisine

karşı olumlu duygular geliştirdiği, kendine olan saygısının arttığı benliktir (Yiğit, 2010). Kötü ben; annenin hoş karşılamadığı durumlar sonucu oluşan, kaygı doğuran, kişinin kendisine karşı olumsuz duygular geliştirdiği benlik olarak belirtilmektedir (Yanbastı, 1990). Ben ve ben olmayan benlik ise; annenin çocuğuna karşı aşırı hoşnutsuzluk gösterip çocukta yoğun bir kaygıya yol açması sonucu oluşan, bilinçaltında kalan kısımdır (Aslan, 1992).

2.2.1. Ergenlik Dönerinde Benlik Algısını Etkileyen Faktörler

Yaşamın ilk yıllarında düşünme yeteneğine sahip olmayan çocuk, onunla ilk etkileşime giren ebeveynleri aracılığıyla kendisini tanır ve kendisi ile ilgili bir algı oluşturmaya başlar. Damon ve Hart (1982)'a göre, bakım verenlerin çocukla kurduğu ilişki çocuğun kendisi hakkında fikirler üretmesinde ve benlik oluşumunda büyük bir rol oynamaktadır. Benlik algısı, ebeveynlerin çocuğa karşı sergiledikleri tutum ve davranışların yansıması olarak karşımıza çıkmaktadır (Kayım ve Ayaz, 2019).

Çocuk büyüdükçe dış dünyadaki diğer insanlarla etkileşimlerde bulunur, birtakım davranışlar geliştirir ve bu davranışlar diğer insanlar tarafından değerlendirilip yorumlanır. Bu değerlendirmeler sonucunda çocuk kendisine dair kanılar oluşturmaya başlar (Cüceloğlu, 2016). Çocuğun çevresindeki diğer insanların çocuğa karşı olan tutumları da olumlu veya olumsuz benlik algısı oluşturmasında etkilidir (Eldeleklioğlu, 2007).

Çocuk ve erenlerin kendilerine dair düşüncelerinin oluşmasında ebeveyn tutumları çok önemlidir (Yavuzer, 2019). Sevgi ve şefkatle yetişen çocuklar kabul görme hissiyle benlik algısı geliştirirken, düşmanca ve reddedici tutumla yetişen çocuklar ise değersizlik inançları gelişebilmektedir (Cüceloğlu, 2016). Ebeveyn tutumlarının tutarlı ve devamlı olması, çocuğun sağlıklı bir benlik algısı oluşturmasında önem taşımaktadır (Aydın, 2019).

Benlik kavramı; kişinin büyüüp gelişmesi, kendi varlığının farkına varması ile birlikte zaman içinde gelişen, değişime ve dönüşüme uğrayan bir süreçtir. Benlik gelişiminde hem kişinin bireysel deneyimlerine dair yaptığı değerlendirmeler hem de diğer kişilerle kurduğu etkileşim süreçleri önemli görülmektedir (Kayım ve Ayaz, 2019).

Güney (2020), bebeklik ve çocukluk döneminde çevremizdeki kişiler tarafından yapılan yorumların ve geri bildirimlerin benlik gelişimi üzerinde önemli bir rol oynadığını belirtmektedir. Benzer şekilde Demoulin (2000)'de benlik algısının oluşmasında çocukluk döneminin önemli olduğunu vurgulamaktadır.

Ergenlik dönemi bireylerin ilk yetişkinliğe geçiş, çocukluktan ayrılış dönemidir. Bireyler bu dönemde birçok değişime uğrar. Ergenler bu değişimlere ayak uydurmaya çalışarak sağlıklı bir benlik algısı geliştirmeye çabalarlar (Kaya ve Öz, 2020).

Bu dönemde ergen kim olduğu arayışına düşer (Karakurt, 2019). Ergenlik Erikson'na göre yaşamsal bir kavşak noktasıdır. Bu kavşak noktasını ergenlik döneminde etkileyen birçok faktör vardır. Bunlar aile, akran, teknoloji, bilişim, önemli yaşamsal olaylar vb.'dir (Çiftçi, 2018).

2.3. İyi Oluş

Lyubomirsky (2001) pozitif psikolojiden ortaya çıkan iyi oluşu, neşelilik halinin, yaşam doyumunun üst safhalarda olduğu bir psikolojik durum olarak nitelemektedir. Mutluluk, neşelilik hali, iyimserlik insanlar için bir kuvvet, sevinç faktörü olduğu için tüm bireyler tarafından istenilmektedir.

Tüm insanların kendilerini mutlu edebilmeleri için çaba sarf ettikleri düşünülürse öznel iyi oluşun aslında ne kadar önemli bir durum olduğu görülmektedir. Bu düşüncelerden yola çıkmış olursak insanlar için en nihai amaçların başında aslında mutlu olmanın geldiği görülebilir (Lama ve Cutler, 2011).

Mutluluk denilince ilk akla gelen bireyin zihinsel ve ruhsal açıdan iyi olma halidir (Camfield ve Skevington, 2008). Toplum içerisinde bazı bireylerin mutlu, bazı bireylerin mutlu olmadıkları halde kendilerini bulunmuş oldukları sosyal çevreye mutlu olarak gösterirler sorusundan dolayı "öznel mutluluk" pozitif psikoloji çerçevesinde toplumun önemli bir konusu haline gelmiştir (Doman, 2010).

Ergenlik dönemine girmiş bireylerin vücudunda ve ruhsal dünyasında birçok değişiklikler meydana gelmektedir. Yaşanılan bu evrede ergen bireyin hayatındaki birçok değişiklik onu etkilemekte hatta ciddi psikolojik durumlar ortaya çıkarmaktadır. Bu dönemde çevre ile olan ilişkilerde aksamalar meydana gelmek, alınan sorumluluklar artmaktadır (Canbay, 2010).

Kişilerin yaşam hakkındaki kıstasları iyi oluşturmaktadır. Bilim insanlarının yıllardır mutlu olabilmek için neler yapılmalıdır diyerek bu konuda araştırmalar yaptıkları görülmektedir. Bu araştırmalar sonucunda elde edilen bulgulara göre iyi bir hayat idame ettirilmek isteniyorsa bunun en önemli kısmı öznel iyi oluş, yani mutluluktur (Odabaşı, 2016).

Morganett, 2013'te yaptığı çalışmada, ergenlik döneminde olan bireylerde gözlenen değişimleri şu şekilde açıklamıştır; ergenlik, bireylerin hissiyatlarını yaygın alanda hissedip, şahsi güçlerini ve zayıflıklarını bulduğu ve değerler gibi mücerret düşüncelerle uğraştıkları bir dönemdir. Geldard ve Geldard (2010)'a göre ergenlik dönemindeki bireyler, birçok alanda hızlı değişimler yaşadıkları için bu durumdan farklı derecelerde etkilenmektedirler. Ergenlerin bir kısmı bu dönemi problemsiz bir şekilde atlatırken bir kısmı bir takım sosyal, psikolojik, duygusal problemler yaşayabilmekte ve bu problemlerde başa çıkmakta zorlanmaktadır. Santrock (2012) yapmış olduğu araştırmada, ergenlik dönemini üç evreye ayırmıştır. 10 ile 13 yaşları arasında olan dönemi erken ergenlik, 14 ile 18 yaşları arasında olan dönemi orta ergenlik, 19-22 yaş arası olan dönemi ise geçergenlik dönemi olarak ifade etmiştir. Ergenlik dönemi fiziki, kognitif ve duygusal değişimlerle beraber toplumsal yönde yoğun temasların olduğu bir periyottur.

Sosyal, psikolojik, duygusal, davranışsal problemlerin ergenlik döneminde bir önceki ve bir sonraki dönemlere binaen daha fazla olduğu bilinmektedir (Silk vd., 2003). Ergenlik döneminde görülen ruh sağlığı problemleri yetişkinlik döneminde de bireyi etkileyebilmektedir (Eskin, 2000). Dolayısıyla ergenlikteki mutluluk düzeyinin, ergenlik esnasında ve akabinde meydana çıkabilecek sorunlu davranışları seyrekleştirmede etkisi olacaktır (Hoyt vd., 2012).

Park (2004), tatmin edici ilişkilere sahip olma, zahmet verici olaylarla başa çıkma kuvveti ve anne-babaların ilgili olmasının ergen bireylerin öznel mutluluklarını pozitif yönde etkilediğini ifade etmektedir. Ergenlik döneminde öznel mutluluk, aile, arkadaş ilişkileri, okul döneminde yaşanan olaylar, pozitif ya da negatif hayat olayları, toplumsal çevre, şahsiyet algısı gibi etmenlerin çok önemli olabileceği görülmektedir (Baytemir, 2014). Ergenlik dönemindeki bireylerin, yakınları tarafından değer gördüğünü hissetmesi öznel iyi oluşunu direkt etkilemektedir (Eryılmaz, 2012).

2.3.1. Öznel İyi Oluş

Öznel iyi oluş psikolojinin insanlarda gözlemlenen rahatsızlıklara odaklanması ve bu rahatsızlıkların neticesinde ortaya çıkan hastalıkların tedavisine tepki olarak çıkmış, pozitif psikolojinin üzerinde durduğu önemli konular arasındadır (Ok, 2016). Öznel mutluluk kavramıyla alakalı ilk çalışmalara imza atan kişi Seligman'dır. Seligman'a göre, psikolojik iyi oluş, sadece problemlerin ortaya konulması ve bu ortaya konulan problemlerin çözüme kavuşması değil, bireyin faydasına olabilecek en iyi şeyin yapılmasıdır (Oynağanlı, 2015).

Kişinin hayatını belli açılardan değerlendirmesi anlamına gelen öznel iyi oluş, tek bir kapsamdan oluşmayıp, yaşam (evlilik, iş vb.) alanında doyum, pozitif duygulanım (sevinç, coşku, umut, itimat, ilgi vb.) ve negatif duygulanım (elem, suçluluk, nefret, kızgınlık vb.) olarak üç'e ayrılmıştır (Myers ve Deiner, 1995). Diğer bir ifade ile bu kavram, bireyin yaşamından elde ettiği doyum, pozitif duyguların fazla olması ve negatif duyguların çok az olmasıyla ilgili öznel iyi oluştur (Diener ve Bohlin, 1984). Öznel iyi oluşla ilgili literatür incelendiğinde, Antik Yunan tarihinden bu yana bu kavramın ele alındığı görülmektedir. Genel itibariyle, öznel iyi oluş; mutluluk, mutluluğa kavuşma olarak bilinmekte ve tek boyutlu olmayıp olumlu ve olumsuz duygulanım, yaşam doyumunu unsurlarından oluşmaktadır (Oynağanlı, 2015).

Sosyal bilimler alanında çalışma yapan birçok araştırmacı tarafından iyilik hali yerine iyi olmanın yapısını karşılayan öznel mutluluk, hayat doyumunu, iyi oluş gibi kavramların tercih edildiği literatürde görülmektedir (Gülaçtı, 2009). Bireylerin, yaşam koşullarından doyum alıp olumlu duyguları daha fazla yaşadıklarında mutlu olacakları söylenmektedir. Başka bir anlamıyla bireyler üst düzey öznel mutluluğa sahiptir (Eryılmaz ve Atak, 2011). Öznel iyi oluş düzeyi düşük olan kişilerin negatif duygulanımının fazla olduğu görülmektedir. Negatif duygulanımın fazla olması yaşanan hayatın olumsuz yönde gittiğinin bir göstergesidir. İstenmeyen bu yaşam tarzı kişinin hayatında tatsız hatıralar bırakarak yaşam kalitesini etkilemektedir (Diener, 2006).

2.3.2. İyi Oluşu Yönelik Kuramsal Bakış

İnsanların kendilerini mutlu edecek şeylerin peşinden gitmeleri ihtiyaçtır. Bireyler nasıl yaşamalıyım, nasıl yaşasam mutlu olurum sorularına cevap ararlar (Dursun, 2015). İyi oluşun da nasıl yaşarsam mutlu olurum sorusuna yeterince cevap bulmuş insanların yaşadığı bir duygulanım olduğu söylenebilir. Bu bölümde iyi oluşla ilgili Uyum, Erek, Etkinlik, Akış, Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya, Yargı, Sabit Nokta ve Dinamik Denge kuramlarına yer verilecektir.

2.3.2.1. Erek (Amaç) Kuramı

Erek, amaç, gaye, hedef anlamına gelmektedir. İnsanlar hedeflerine ulaştınca mutluluk duyarlar. Ereksel kurama göre, insanlar belirlemiş oldukları hedeflere ulaştıkları zaman ve ulaşılan bu hedef neticesinde ihtiyaçları giderilirse mutlu olur ve dolayısıyla, öznel iyi oluş seviyeleri de artar (Diener ve Bohlin, 1984).

Erek kuramı, öznel iyi oluşu en fazla etki eden kuram olarak bilinmektedir. Bu kuramın temel amacı yukarıda da ifade edildiği gibi ihtiyaçların giderilmesi ve var olan bu ihtiyaçların doyuma ulaştırılmasıdır. Araştırmalar incelendiğinde erek kuramının amaç ve gereksinim olmak üzere iki kapsamdan oluştuğu görülmektedir. Bireyler gereksinimlerini bilmezler ancak amaçlarını bilirler (Cantor, 1990). Bilim insanlarının üzerinde hem fikir olduğu konular sadece gereksinimlerin giderildiği zaman bireylerin mutlu olmadığı, mutluluk düzeyinin iki kapsamının da birbiriyle ilişkili olduğu yönündedir. Buna örnek verecek olursak; bir kimsenin kendi güvenliğini ve hayatını idame ettirebilmesi için ev arayışında olması hem bir amaç, hem de Maslow'un ihtiyaçlar piramidinde yer alan güvenlik ve korunma ihtiyacıdır. Bu iki durumun giderilmesi mutluluk haline sebebiyet verirken ihtiyaçların giderilmemesi mutsuzluğa sebebiyet verir (Canbay, 2010).

Bireylerin belirlemiş oldukları ereklerle ulaşıp, ihtiyaçlarını giderdikleri takdirde öznel iyi oluş seviyelerinin arttığı görülmektedir. Aksi bir durum meydana geldiği zaman; yani belirlenen hedefe ulaşamadıkları durumda bireylerin öznel iyi oluş seviyeleri düşmekte ve istenmeyen tepkilerin meydana geldiği görülmektedir (Ok, 2016). Diğer bir bakış açısıyla felsefede, bireyler belirledikleri hedeflere ulaştıkça mutluluk seviyelerindeki artış gözlenmiştir. Örneğin; Hedonist görüşte, kişinin hedeflemiş olduğu isteklere ulaşması ve ihtiyaçlarını gidermesi her birey tarafından ulaşılması

istenen bir amaçtır ve birey bunun için bir çaba sarf etmektedir. Hedonizme göre, birey daha çok acıdan kaçıp zevk arama arzularına yönelip, hedeflerini gerçekleştirdikçe mutluluğa ve hazzı erişir (Ekin, 2010). Özetle, bireyler ereklerine ulaştığı takdirde, öznel iyi oluş hallerini iyileştirirler ve mutlulukları da doğru orantıda artar.

Diğer yandan, bazı çalışmalarda bireyler tarafından belirlenen ulaşılması zor hedeflerin mutluluğu olumsuz yönde etkilediği görülmüştür. Belirlenen amaçlar ile reel durum arasındaki uyumsuzluğun öznel iyi oluşla ilgisi olduğu anlaşılmış ve bireyin belirlemiş olduğu hedefin çok yüksek olduğu takdirde öznel iyi oluş seviyesi düşerek yanında kaygı getirdiği görülmüştür (Tuzgöl Dost, 2004). Sonuç itibarıyla, erek kuramında, kişinin belirlemiş olduğu hedef doğrultusunda ihtiyaçlar giderilip ve hedefe ulaşıldığı zaman, öznel iyi olmanın arttığı söylenmektedir. Aynı zamanda belirlenen hedeflerin ulaşılabilir ve gerçekçi olmasının önemi de ifade edilmiştir (Yavuz, 2006).

2.3.2.2. Uyum Kuramı

‘Öznel mutluluğu’ hayatta sürekli değişken durumlardan dolayı, insanları mutlu eden olayların en önemli özelliklerinden birisinin uyum sağlayabilme gücüne bağlayarak açıklamaktadır. Yani, insanlar gerçekleşen olay ve durumlara karşı geliştirmiş oldukları uyum sayesinde üzüntü veren olaylardan sonra, uzun süre mutlu oldukları gibi; kişiyi sevindiren durumlar karşısında da uzun süre mutsuzluğu sürdürürler (Tuzgöl Dost, 2004). Örneğin; bireyin çalışmış olduğu işte en üst makama gelmesi ve aynı şekilde ekonomik durumundaki iyileşmenin üst seviyelere çıkmış olması kişiye mutluluk versede bu durum her zaman aynı kalmayacaktır (Canbay, 2010).

Lykken ve Tellegen (1996)’de öznel iyi oluşun katılımsal olduğunu söylerler. Diğer bir görüşte insanların içinde oldukları duruma uyum sağlayabildikleridir. İnsanlar mutluluğa da mutsuzluğa da alışmaktadır (Diener vd., 1999). Ancak herkes her duruma uyum sağlayamayabilir.

Diener (2006) ise çalışmasında, insanların yaşamış oldukları olaylar neticesinde birtakım olumlu veya olumsuz tepkiler verdiğini söylemiş ve bunun neticesinde mutlu veya mutsuz olduklarını eklemiştir. Bu tepkiler de, bireyin yaşamında zamanla alışagelmış bir hal almaya başlamıştır.

2.3.2.3. Akış Kuramı

Bu kuram, 2005 yılında Mihaly Csikszentmihalyi'nin geliştirmiş olduğu kuramda yer almaktadır. Akış kuramı, “bireyin yapmış olduğu aktivitelere odaklanarak çevresinde olup bitenleri görmeyecek kadar mutlu olup insanların bu aktiviteyi yapmak için büyük fedakârlıklar yapabilecekleri” şeklinde tanımlar. Bu kuram kişilerin etkinliklere katılıp bu katılım neticesinden elde etmiş oldukları yüksek mutluluk halini belirtir (Csikszentmihalyi, 2018). Kalıtım, hırs ve benlik akış kuramının üç temel güdüdür. Kalıtım; bireylerin daha önceden planlamış oldukları etkinlikleri aramalarıyla alakalıdır. Hırs; bireyin çevresi tarafından belirlenen hedef doğrultusunda başarıyı yakalaması ve bu başarıyı devam ettirmesi ile alakalıdır. Benlik ise; yukarıda açıklanan iki temel güdünün olmaması durumunda düzeni oluşturan hedeftir. Akış kuramı bunun yanında, bireyin mutluluğa ulaşması için iç dünyasını denetleme sürecini de incelemektedir (Csikszentmihalyi, 2005). Akış yaşantısının en önemli koşullarından biri de bireyin belirlemiş olduğu hedeften keyif alabilmesidir. Belirlenen hedef öz benliğe ne kadar uygunsuzsa içsel olarak kişi o kadar güdülenecek ve bireyin motivasyonu artacaktır. Akış süresince bireyin çevreyle olan bağı azalarak, yaşamın diğer yönlerinden kaynaklanan stres ayrılır ve böylece zarar verici etki azalır. Bu bakımdan akış “duygu odaklı” baş etme stratejisidir (Aydın, 2005). İnsanlar, daha önceden yaptığı etkinlikleri tekrar yapması durumunda ve kaygı oluşturan etkinlikler sonucunda yapılacak aktivitenin haz almayacaktır. Aksi durumda aktivite bireyin gücüne eş değer ise, birey o aktiviteden yüksek düzeyde haz alacaktır (Tuzgöl Dost, 2005).

2.3.2.4. Etkinlik Kuramı

Etkinlik Kuramı; Kant ve Hegel'in felsefik fikirleriyle, Marx ve Engels'in diyalektik materyalizm görüşleriyle, Vygotsky'nin bilinç ve düşünce çalışmalarıyla ortaya çıkmıştır (Engeström and Miettinen, 1999). Kuramın üç temel uğraş alanı vardır. Bunlar nesnelere, birey ve diğerleridir. Bunlar arasındaki etkileşimleri anlamaya çalışmak kuramın temel uğraşlarından biridir (Minnis and Steiner, 2000).

Etkinlik kuramı, sosyal bilimlerin batı ayağını revize eden, bütünleştiren, diyalektik tarihsel materyalizmden etkilenen psiko-sosyal bir kuramdır (Engeström, 1999).

Ayrıca bu kuram psikoloji, epistemoloji, gibi farkı alanlarda yeni teorilerin ortaya atılabilmesi için analitik kategorizasyon sunan meta kuram olarak da tanımlanır (Akt. Lynch, 2003). Bir başka deyişle etkinlik kuramı, yorumlayıcı bir kuramdan çok genel kavramsal bir sistemi geliştirmede yardımcı ilkeler dizisi ve betimleyici bir güç olarak kabul edilmektedir (Nardi, 1996).

Bu kurama göre, öznel mutluluk seviyesini artırmanın bir yolu yapılan sosyal faaliyetleri arttırmaktır. Bu kuramın temsilcileri, yapılan etkinliklerden elde edilen mutluluklar yerine süreç içerisinde geçirilen zamanı ve bu zaman zarfında yapılan çalışmanın vermiş olduğu mutluluğu öne alırlar (Çelik, 2008). Yetim, (1991 “Dağın doruğuna erişmektense dağa tırmanma aktivitesinin kişide daha büyük mutluluk oluşturabileceği söylenebilir” demiştir (akt. Bızancı, 2014).

2.3.2.5. Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı;

Diener ve arkadaşları (1999) yaptıkları çalışmada “Aşağıdan Yukarıya” kuramını günlük olayların belirlediğini, yani mutlu olacakları ortamda mutlu, mutsuz olacakları ortamda mutsuz olduklarını, “Yukarıdan Aşağıya” kuramı ise, bireylerin benlik algıları ve kişisel özellikleriyle ilişkili olduğunu söylemiştir. Aşağıdan yukarıya kuramında çevresel faktörler vardır (Topuz, 2013). İyi oluş halinde huy, mizaç ve kişilik gibi özelliklerin etkisi büyüktür (Diener, 2006).

Aşağıdan yukarıya kuramına göre; insanları yaşadıkları kötü şeylerin ve hazların mütealasını yaparak mutlu ya da mutsuz oldukları konusunda bir karara varırlar. Bireye haz veren olayların ya da kötü olayların sıklığı bu kararın netleşmesine yarar. Bu kurama göre mutluluk ve iyi oluş, küçük şeylerin birleşimiyle meydana gelir (Diener, 2006).

Yukarıdan aşağıya kuramına göre ise mutluluğun temeli atomistik düşüncedir. Yani mutluluk bireyin kişiliğinin ve mizacının bir özelliği olarak değerlendirilir. Mutluluk dış etmenlerle değil içsel faktörlerle yaşanır. Bireyin içsel özellikleri yaşadığı olaylar karşısında belirleyicidir. Bireylerin olayları yorumlayış şekilleri, bireyin mutluluğunu etkilemektedir. Bununla birlikte düşünüldüğünde kişisel faktörlerin önemli olduğu ve iyi oluşu etkilediği aşikardır (Tuzgöl Dost, 2004).

2.3.2.6. Sabit Nokta Kuramı

Bu kuram deneysel çalışmalar neticesinde bilim dünyasına kazandırılmıştır. Bu yüzden net bir kuramcısı olmadığı ifade edilebilir. Bu kuram, insanların mutlu olabilmeleri için belli bir sınırlarının var olduğunu ifade etmektedir. Birey hayatını belli standartlara göre istikrarlı şekilde yaşadığı takdirde mutluluğa ulaşılmaktadır. Bu hususta en önemli durum genetik faktördü. Kurama göre, genetik faktörlerle aktarılan karakteristik özelliklerimizin mutluluk hali için en önemli husus olduğu söylenmektedir (Emmons ve McCullough, 2003).

Sabit nokta kuramının bir diğer ismi denge kuramı olan uyum kuramıyla içeriklerinin aynı oldukları gözükse de en nihayetinde değindikleri bazı kısımlar farklıdır. Sabit nokta kuramında bireyin öznel iyi oluş düzeyine etki eden yapının genetik faktör olduğu ifade edilirken, uyum kuramında öznel iyi oluşa etki eden durumun geçmiş yaşantılar ve gelecekte beklenenler olduğu söylenmektedir. İsminden de anlaşılacağı gibi kuramda mutluluğun daim olacağı değerlendirilir (Koyuncu, 2019).

2.3.2.7. Dinamik Denge Kuramı

Bireyin yaşadığı olumlu, olumsuz olaylar sonucunda ruhsal durumları karakterlerini belirler (Koyuncu, 2019). İnsanların yaşadığı olumsuz olaylar kötü hissettirirken, yaşanan iyi ve olumlu olaylar ise bireyleri mutlu edebilmektedir. Bu kuram iyi oluşun sürece bağlı olduğunu vurgular (Headey ve Wearing, 1989). Bu kuram iyi oluşun iyi ya da kötü olaylara göre belirlenen bir süreç olduğunu savunmaktadır.

Dinamik denge kuramı, öznel iyi oluşun denge halinde olması gerektiğinin altını çizmektedir. Bu kuram, uyum kuramında farklı bir kuramdır. Değindikleri cümleler benzermiş gibi gözükse de aslında dinamik denge kuramının denge halini sağlayan durum temelde karakter duvarıdır (Koyuncu, 2019). Yukarıdan aşağıya kuramında olduğu için dinamik denge kuramı için kişilik ve mizaç belirleyicidir. Bireyin kişiliği medcezirli bir yapıya sahipse, dengeden bahsetmek zor olacaktır. Ancak bireyin kişiliği oturmuş ve mizacen iyi oluş düzeyi yerinde ise karşısına çıkan olumlu olumsuz tüm olaylarda bir denge kurabilir.

2.3.2.8. Yargı Kuramı

Yargı kuramının, mutluluk seviyesini belli derecelendirme kriterlerine göre değerlendirdiği görülmektedir. Öznel mutluluğu mental komponentleri belli bir kriterlere göre bilinçli değerlendirirken, hissel komponentleri ise bilinçdışı olarak değerlendirmektedir. İnsanların iyimserlik, neşelilik kısacası mutluluk düzeylerini ölçmek ve çevredekilerle karşılaştırmak için kullanılan değerlendirme kriterleri; bir başka bireyler veya bireylerin ebeveynlerin söylemleri olabilmektedir. Ölçütler kıyaslandığında oluşturulan değerlendirme ölçütlerinin üstünde olan durumların mutluluk seviyesini artıracakları düşünülmektedir (Diener, 2006).

Yargı kuramına göre, bireyin yargılanmasında kullandığı ölçüt, bireyin geçmiş yaşantılarını oluşturmaktadır. Şimdiki yaşantı ile geçmişteki yaşantı arasında yüksek bir fark bulunduğu takdirde, bireyin öznel iyi oluş seviyesi yükselmektedir (Eryılmaz, 2009). Yargı kuramına göre, bireyin daha önceden oluşturmuş olduğu değerlendirme kriterleri hali hazırda şu an ki durumu arasındaki farklılıklara bağlıdır. Kişi, şimdi ve burada ilkesini baz alarak oluşturmuş olduğu kriterler ya da hedeflemiş olduğu kriterlerin üzerine çıkabilirse mutlu olması kaçınılmazdır. Bu durumun aksi olduğu varsayılırsa ise kişinin mutsuz olması kaçınılmazdır (Diener, 2006). Gerçekte belirlenen durum saptanan hedefi aştığı takdirde iyimserlik, neşelilik hali oluşacaktır. İhtiyaçların giderilmesi ve doyuma ulaşıldığı göz önüne alındığında bu tür kıyaslanmaların farkında olarak yapıldığı kanısına varılabilir. Fakat duygulanım kıyaslamaları bilinçsiz ya da bilinç dışı olarak yapılmaktadır. Yargı kuramları olayların ne tür sonuçlar çıkaracağını ön görememesine rağmen, olaylar sonucunda duygu miktarını ön görebilirler (Yetim, 1991). Bireyler yaşadıkları ortamın ne diyeceği kaygısıyla hareket ederler (Koyuncu, 2019).

2.4. Güçlendirme Yaklaşımı

Güçlendirme, sosyal hizmet uygulamasında mikro, mezzo ve makro şekilde destek sağlamayı hedefleyen bir süreç olarak tanımlanır (Barker, 1999). Sosyal hizmet literatürün de güçlendirme yaklaşımı bir müdahale yaklaşımı olarak tanımlanmış ve kuramsal bilgi havuzun da bu şekilde yerini almıştır. Ancak genel literatür incelendiğinde güçlendirmenin bir yaklaşım, model veya kuram mı olduğu sorusunun cevabının tam olarak verilemediği görülmüştür (Erbay, 2019).

Thompson (2016)'a göre güçlendirme kavramı “insanlara kendi hayatları, koşulları üzerinde büyük bir kontrol kazanmaları için yardım etmek” şeklindedir. Adams'a göre (2003) güçlendirme “birey, grup ve toplulukların kendi yaşam koşullarını kontrol altına almalarına olanak sağlamak ve belirledikleri amaçlara ulaşarak kendi yaşamlarının kalitesini arttırmalarına yardımcı olmak” için bir araçtır.

Güçlendirme de ki ana mantık kişinin olumlu yönlerini fark etmesini sağlamak, bu olumlu yönleri belirginleştirip destekleyerek bireyin başkalarından bağımsız olarak yaşamayı ve hayatta kalabilmeyi öğrenmesini sağlamaktır (Özmete, 2011). Bu açıdan bakıldığında güçlendirme bireye sadece ruhsal açıdan bağımsızlığını kazanmasını sağlaması için yardımda bulunmaktan fazlasıdır (Thompson, 2016).

Şahin (2011)' e göre güçlendirme yaklaşımında bireylerin geçmiş sorunlarının çözümünün de hangi baş etme mekanizmalarını kullandıkları ve sorunlarının üstesinden hangi yolla kurtulmayı başardıkları bilgisinin bireyin gelecekte ortaya çıkabilecek sorunlarına olası çözümlerinin nasıl olacağını belirleyeceği görüşündedir.

Danışan olarak gelen bireylerin daha önce yaşadıkları zorluklarla nasıl mücadele ettikleri bilgisinin danışmanı tarafından bilinmesi danışanın geleceğinin sağlam bir şekilde oluşturmak için fayda sağlayacaktır (Altıntop, 2017). Bu bağlamda Arıkan' a göre (2011) bireyleri güçlendirebilmek için danışmanın gelen müracaatçının şu bilgileri bilmesi gereklidir. Bunlar : “bireyin kişilik özellikleri(içer kapantik, depresif, saldırgan vb.), eğitim düzeyi, yaşı ve cinsiyeti, ağırlıklı olarak kullandığı savunma mekanizması, sorun çözme tarzı, öfke kontrol becerisi, iletişim becerileri, sosyal destek sistemleri(akraba, komşu, arkadaş vb .) gibi değişkenlerdir.

2.4.1. Tarihsel Gelişim

Güçlendirme yaklaşımının sosyal bilimler içerisinde kullanılması ve benimsenmesinin çok eski tarihlere dayandığını söylemek oldukça güçtür. Sosyal hizmet meslek ve disiplinine güçlendirme yaklaşımının dâhil oluşu 1980'lere dayanmaktadır. Güçlendirme Yaklaşımının ilk uygulandığı sosyal hizmet dalı klinik sosyal hizmettir ve sadece var olan problemleri çözmeye odaklanmış sorun odaklı yaklaşımlara alternatif olarak kullanılmıştır (Duyan, 2019). Sosyal bilimler uzun yıllar psikianalitik yaklaşımın etkisinden kurtulamamış ve toplumda var olan tüm sorun yaratan durumlara psikianalitik çerçevede çözümler getirmiştir. Sosyal hizmet disiplini de uzun yıllar toplumsal sorunlara

Psikianalitik yaklaşımın bir ürünü olan medikal model çerçevesinde çözümler getirmeye çalışmıştır. Ancak 1980 'lerde çalışmalar yürüten bir sosyal hizmet düşünürü olan Dennis Saleebey sosyal hizmet de medikal modele tepki olarak güçlendirme yaklaşımının gerekliliğini savunmuştur. Yine bir sosyal hizmet akademisyeni olan Barbara Solomon'un 1976 yılında yayımlanan "Black Empowerment" adlı eseri sosyal hizmet literatürüne güçlendirme yaklaşımıyla ilgili kazandırılmış ilk eserlerdendir (Erbay, 2019).

Sosyal Hizmet uygulamalarının da uzun yıllar Psikanalitik yaklaşım uygulama merkezinde olmuş ve gelen müracaatçı hasta, uçlu ve yaşadığı problemin kaynağı olarak görülmüştür (Duyan, 2019). Güçlendirme yaklaşımı ve sistem yaklaşımı gibi yaklaşımların sosyal hizmetin uygulama alanının merkezine alınması yaşanan sorunun kaynağının yalnızca birey olarak görülmesi düşüncesini yıkmış ve birey biyopsikososyal bir varlık olarak görülüp yaşadığı sorunun birçok dinamiğin toplamı olduğu görüşü hâkim olmuştur.

2.4.2 Sosyal Hizmet Müdahalesinde Güçlendirme Yaklaşımı

Sosyal hizmet disiplini sosyal bilimler içerisinde var olduğu günden bugüne çeşitli disiplinlerin kuram ve yaklaşımlarından faydalanmış ve mesleki uygulamasına dâhil etmiştir. Mesleğin ilk zamanların da diğer sosyal bilimleri de etkisi altına alan sorun odaklı yaklaşım çerçevesinde müdahaleler gerçekleştirmiştir. Bu müdahale anlayışında bireyin sorunları ve patolojik nedenleri üzerinde durulmuş ve bunlara çözümler getirilmeye çalışılmıştır. Ancak güçlendirme yaklaşımının sosyal hizmet disiplinine dâhil olmasıyla sosyal hizmetin uygulamasının merkezine patolojik nedenler ve sorunlardan ziyade bireyin güç ve kaynakları konulmuştur (Şahin, 2011) Bu nedenle güçlendirme yaklaşımının sosyal hizmet meslek ve disiplinine dâhil olması ve uygulamalarda temel alınması devrim niteliğindedir. Sosyal hizmetin günümüzde düşünce yapısına ulaşmasında ve modern sosyal hizmet uygulamalarının günümüzde uygulanıyor olmasında önemli bir etkiye sahip olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

Günümüz sosyal hizmet uygulamaların da özellikle sistem ve güçlendirme kuramları temelli müdahale yöntemleri uygulanmaktadır. Sistem ve güçlendirme kuramları birbiriyle bağlantılı ve birbirini besleyen iki kuramdır. Sistem kuramı bireyin diğer sistemlerle olan ilişkisini görmemizi sağlayıp, problemin kaynağını anlayabilmemiz açısından bize yol gösterirken, güçlendirme yaklaşımı ise sistem yaklaşımıyla tespit edilen sorunun bireyin hangi yolu kullanarak ortadan kaldıracacağı ve bir daha böyle bir sorunla

karşılaştığı zaman sistemin bozulmadan sağlıklı bir şekilde varlığını devam ettirmeyi nasıl öğreneceğini bireye öğretmeyi amaçlayan bir yaklaşımdır.

Sosyal hizmet uzmanları bu bireylerle çalışırken onların hayatında yapıcı ve güçlendirici bir konum üstlenerek bireylerin kendilerini suçlamalarının önüne geçmektedirler (Artan, 2020). Güçlendirme yaklaşımının da bireye yardım odak noktasıdır. Bu uygulama da amaç bireylerin kendi yaşamları üzerinde daha fazla söz hakkı bulması ve bağımsızlaşmaları için gerekli tüm kaynakları harekete geçirip yardım etmektir (Thompson, 2016). İhtiyacı olan insanlara yardım etmek, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde işlevsellik kazandırmak, ihtiyaç duyulan gücü ve desteği sağlamak sosyal hizmetin temel felsefesinde yer almaktadır (Apak, 2018).

Sosyal hizmet uygulamasının merkezinde “insan” vardır ve insanların yaşadığı problemler, sıkıntılar, mücadeleler sosyal hizmetin ana malzemesidir (Arıkan, 2011). Bu sıkıntıların kaynağı bireyin kendisi değil bireyi güçsüz kılan diğer sistemler olarak görülmektedir. Sosyal hizmet uzmanlarının uygulama alanında karşılaştıkları bireylerin çoğu şiddet, yoksulluk, kötü yaşam tarzı, kimsesizlik, baskılanma, eğitim ve bilgi eksikliği gibi sorunları yaşayan, bu durumdan kurtulmayı isteyen ancak bunu yapacak gücü ve yöntemi tek başlarına bulamakta zorluk çeken kişilerdir (Duyan, 2019).

Güçlendirme de amaç bireyi güçsüzleştiren duygu ve düşünceleri etkisiz hale getirmek, böylelikle var olan iç motivasyonu ve gücü belirginleştirerek bireyin var olan sorununa çözümü yine kendinde ve kendi motivasyonlarında bularak kendi kaderini belirlemesine olanak sağlamaktır (Erbay, 2019). Güçlendirme yaklaşımı çerçevesinde sosyal hizmet müdahalesinde bulunurken bireylerin toplumsal düzen içinde bireysel ya da bireylerarası ilişkilerinde sağlam ve güçlü olmalarına olanak sağlayarak, onları negatif olarak etkileyen kurumlar, uygulamalar ve sosyal tutumları ortadan kaldırmak hedeflenmektedir (Duyan, 2019).

Kendi özünde var olan bilgi ve becerilerin yardımıyla güçlendirilen birey, bu bilgi ve becerileri ileride karşılaştığı muhtemel sıkıntı ve problemlere karşı tekrar kullanıp kendi sosyal işlevselliğini yardım almadan gerçekleştirebilmektedir (Altıntop, 2018). Güçlendirmenin hem şimdi hem de gelecekte ortaya çıkması muhtemel problemleri kapsamaması bu yaklaşımı sosyal hizmet uygulaması için hem araç hem de amaç haline getirmektedir (Özkan vd., 2011).

Sosyal hizmet uzmanı güçlendirme uygularken bireyin sorunlarla baş etme mekanizmasını geliştirmeyi hedeflemektedir. Birey hali hazırda sorunlarını çözebilecek güce sahip olduğu

ancak bunun farkında olmadığı, farkında olsa bile bunu nasıl harekete geçireceğini bilemeyen konumundadır. Sosyal hizmet uzmanları güçlendirme yaklaşımı çerçevesinde uygulama yapıp bireyin güçlerini ortaya çıkardıkları zaman sadece o soruna özgü bir çözüm getirmiş olmaz aynı zamanda bireyin sorun çözme mekanizmasını güçlendirerek bireyi ilerde karşılaşılabileceği sorunlara karşı güçlendirmiş olmaktadır.

Thompson (2016)'a göre bireylerin profesyonel düzeyde yardım almalarına neden olan problemler aşağıdaki başlıklar halinde sıralanmaktadır.

- **Düşük Benlik Saygısı:** Bireylerin kendileriyle ilgili güven ve inançlarıyla ilgili olumsuz kök inançlarının bulunması, sorunlarla baş edemeyeceğini düşünmesi ve kendine olan inancını ve saygısını kaybetmesi olarak açıklanabilmektedir.
- **Anksiyete:** Güçlendirmeye ihtiyaç duyan bireylerin çoğu ileri derecede Anksiyeteye neden olan durumlarla boğuşmaktadırlar. Yaşanılan bu yüksek anksiyete durumu bireyin sorunlarla baş etmesi için kullanacağı mekanizmaları görmesini ve kullanmasını engelleyici bir faktör olmaktadır.
- **Çatışma:** Çatışma içeren durumlarla karşılaşan bireyler karar verme mekanizmalarını doğru kullanamamakta ve bu nedenle güçlendirmeye ihtiyaç duymaktadır.
- **Acı Çekmek:** Yaşanılan acının boyutu ve zamanı, bireyin bu acıya hazır olup olmama durumu bireyin acıyla karşılaştığı anda güçlerini kullanıp kullanamayacağına neden olan, böylelikle sorunu bireyin mi çözeceğine yoksa profesyonel desteğe ihtiyaç mı duyacağını belirleyen durumdur.
- **Borç İçinde Yaşamak:** Borç sahibi olmak bireye kendini yetersiz ve başarısız hissettiren bir durumdur. Bireyler bu yetersizlik duygusu içindeyken çoğu zaman güçlerinin farkında değildirler ve bu güçleri aktive etmekte güçlükler yaşarlar.
- **Ruh Sağlığı Sorunları:** Bireylerin geçmiş ya da hali hazırda var olan ruh sağlığı sorunları kendi beceri ve kaynaklarını görmelerini güçleştiren durumlardır.

Sosyal hizmet uzmanları sorunla karşılaşan, bunu çözmede güçlük çeken bireyleri destekleyen, başarılı ve güçlü oldukları yönlerini vurgulayan aynı zaman da bunları yaparken bireyi değişimin baş unsuru haline getirip ona sorumluluklar veren, bireyi

pasif ve işlevsiz olarak görmeyip aksine aktif ve çözümün parçası haline getirmeyi amaçlayan profesyonel meslek elemanlarıdır (Erbay, 2019).

Güçlendirme yaklaşımına ihtiyaç duyan bireyler genellikle sosyal işlevselliği tıkanan ve toplumla yaşamını devam ettirmekte güçlük yaşayan bireylerdir. Bireyler yaşamlarının belli dönemlerin de problemlerini çözmekte gerekli kaynaklara sahip olamadıkları olsa bile bu kaynakları sorunlarının doğru çözümü için gerekli yöne kanalize edemedikleri durumlarda güçlendirme yaklaşımına ihtiyaç duyulmaktadır (Altıntop, 2018). Günlük hayatta bireylerin çoğu karşılaştıkları problemleri çözmede beceriklidirler. Bireylerin içinde yaşadıkları çevre, bu çevrede ki sosyal destek ağları çoğu zaman birey farkında olmadan bu bireyleri güçlendiren ve destekleyen roldedir. Bu nedenle toplumsal düzene baktığımızda bireylerin sosyal destek sistemleri görünmez güçlendirme uygulayıcılarıdır. Ancak bu destekler çoğunlukla basit düzeyde kalmakta, günlük problemler ve çıkmazlarla ilgili güçlendirmelerdir. Bireyin sorununun boyutu arttıkça profesyonel düzeyde destek ve güç alma isteği de artmaktadır.

2.5. İlgili Araştırmalar

Ergenlerin deneyimleri, gelecek beklentileri ve sosyal çevresine göre şekillenen tutum ve davranışları benlik algılarını oluşturmaktadır. Ergenler olumlu bir tutum ve davranışlar sergilemekteyse olumlu benlik algısının geliştiği anlamına gelmektedir. Aynı şekilde olumsuz benlik algısı da ergenin davranış ve tutumlarının olumsuz olmasıyla doğru orantılıdır (Aksoy ve Bursa, 2020). Kaya ve Uysal (2015)'in yaptığı çalışmada yüksek benlik algısına sahip olan bireylerin düşük benlik algısına sahip bireylere göre iyi oluş hallerinin daha iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Li ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında iyi oluş halinin sosyo demografik özelliklere, ekonomik ve sağlık koşullarına göre farklılaştığını, kadınların iyi oluş düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Rosenfield ve Smith, (2019)'in yaptığı bir başka çalışmada iyi oluşun bireysel deneyimlere göre değişkenlik gösterdiği ve toplumsal cinsiyetin bireylerin iyi oluş hallerini etkilediği tespit edilmiştir.

Düzgün (2003) ergenlik dönemindeki 448 lise öğrencisiyle yaptığı çalışmada; saldırganlık, depresyon, anksiyete, benlik gelişimi gibi psikolojik belirtiler ile anne-baba tutumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda elde edilen

bulgular otoriter, kontrollü ve hoşgörüsüz anne-babaya sahip ergenlerde olumsuz benlik algısının geliştiğini; anlayışlı, sıcak ve hoşgörülü anne-babaya sahip ergenlerde ise olumlu benlik algısının geliştiğini göstermiştir.

Claes ve diğerleri (2010), 150 lise öğrencisi ile yaptıkları araştırmanın sonunda kendisine zarar verme eğiliminde olan öğrencilerin kendisine zarar verme eğiliminde olmayan öğrencilere göre benlik algılarının daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir.

Akşın Yavuz ve diğerleri (2016)'nin yaptıkları çalışmada, annelerin çocuklarına karşı olan ilgisizlik ve ihmal davranışlarının artmasının çocukların öz saygı ve olumlu benlik algılarının azalmasına neden olduğu bulunmuştur. Ayrıca, çocukların benlik algılarının cinsiyete göre farklılık gösterdiği; erkek çocukların olumlu benlik algılarının kız çocuklara göre daha yüksek olduğu araştırmanın bulguları arasındadır.

Güçlü ve arkadaşlarının (2016) yaptıkları çalışmada, yetişkinlerde aileden algılanan sosyal desteğin anksiyete ve benlik algısı ile ilişkisini incelemişlerdir. Yapılan çalışmanın sonucunda, evli bireylerin olumlu benlik algılarının bekârlara göre daha yüksek olduğu ve aileden algılanan sosyal destek arttıkça bireylerin olumlu benlik algılarının da arttığı görülmüştür.

Stead ve Bibby (2017)'in yaptığı çalışmada iyi oluş düzeyi cinsiyet ve yaşa göre anlamlı şekilde farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Demirtaş (2016)'ın yaptığı araştırmasında da benzer şekilde iyi oluş ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kaplan (2018)'in çalışmasında ise erkeklerin kadıncara göre daha yüksek iyi oluş haline sahip olduğu tespit edilmiştir.

Otrar ve arkadaşlarının (2018), öğrencilerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeylerini yordayıcılığını inceledikleri çalışmayı orta okulda okuyan 609 öğrenci ile gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın sonunda benlik algısı puanlarının mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Kayım ve Ayaz (2019) tarafından yapılan bir araştırma ebeveyn tutumları ile benlik kavramları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 3-4 yaş grubundaki 60 çocuk ve ebeveynleri oluşturmaktadır. Yapılan analizler sonucu elde edilen bulgulara göre, ebeveyn tutumlarının benlik kavramını etkilediği, demokratik ve eşitlik ebeveyn tutumu ile benlik kavramı arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren, örneklem, veri toplama araçları, veri toplama ile analiz süreci aktarılmıştır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Çalışmada, Diyarbakır Şehitlik Sementi'nde yaşayan 13-18 yaş aralığındaki ergenlerin benlik algıları ile iyi oluşları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu kapsamda bu araştırma modeli bakımından nicel ve betimleyici desenli bir araştırmadır. Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, durum tespit edilen araştırmalarının ötesine giderek, durumu tespit edilen tüm olgular arası ilişkileri de ortaya çıkaran araştırma modelidir. Temel olgular araştırmanın değişkenleri olarak kabul edilir. "İlişki açıklayıcı araştırma" olarak da adlandırılan bu modelde, araştırmanın konusunu veya sorusunu araştırmanın amacı belirlemektedir (Karasar, 2015).

Diyarbakır ilinde en çok Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü'ne başvuru yapan dezavantajlı ergenlerin olduğu semtlerden birisi Yenişehir'de bulunan Şehitlik Sementi'dir (Diyarbakır ASHİM, 2021). Bu sebeple bu tezin konusu, Diyarbakır Şehitlik Sementi'nde yaşayan ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Çalışma takvimi içinde Diyarbakır Şehitlik Sementinde yaşayan gönüllü ergenlere demografik bilgi formu, Sosyal Karşılaştırma ile Ergenler için Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli (EPOCH) Ölçeği uygulanmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Diyarbakır İli Yenişehir İlçesi Şehitlik Sementi'nde TÜİK (2020) verilerine göre 46,266 kişi yaşamaktadır. Yine TÜİK (2020) verilerine göre Diyarbakır İli Yenişehir İlçesi Şehitlik semtinde yaşayan 13-18 yaş aralığında yaklaşık 5000 ergen yaşamaktadır. Örneklem büyüklüğü hesaplamasına göre (Özdamar, 2003) evren büyüklüğü 5000 kişi

ise 0,05 örnekleme hatasına göre 357 kişi örnekleme oluşturmaktadır. Kolayda örnekleme yöntemi belirlenen 357 dezavantajlı ergene ulaşmak hedeflenmiştir. Kolayda örnekleme, uygun ve elverişli birimlerden bir örnek elde etmeye çalışılan tesadüfi olmayan örnekleme tekniğidir. Kolayda örneklemede, örneklemin seçimi araştırmacıya bırakılmıştır (Karasar, 2015).

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada demografik bilgi formu, sosyal karşılaştırma ölçeği ile ergenler için beş boyutlu iyi oluş modeli (epoch) ölçeği kullanılmıştır.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmada ergenlerin demografik özellikleriyle ilgili veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi formunda yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, anne-baba eğitim, vb. olmak üzere on soru yer almaktadır.

3.3.2. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)

Bu ölçek 1991 yılında Gibert, Allan ve Trent tarafından 6 madde olarak geliştirilmiştir. Kişinin, başkaları ile karşılaştırıldığında çeşitli boyutlarıyla kendisini nasıl gördüğüne ilişkin benlik algılarını ölçmekte olan bu ölçek, Şahin ve Şahin (1992) tarafından Türkçeye uyarlanan daha sonra 18 maddelik form olarak Şahin, Durak ve Şahin (1993) geliştirilen Sosyal Karşılaştırma Ölçeği iki kutuplu ve 18 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa Katsayısı .89 olarak bulunmuştur. Ölçekten en düşük 18 puan alınırken, en yüksek 108 puan alınmaktadır. Ölçekten alınan puanların 33 yüksek olması, olumlu benlik algısına, düşük olması ise olumsuz benlik algısına işaret etmektedir (Şahin vd., 1993).

3.3.3. Ergenler için Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli (EPOCH) Ölçeği

Kern ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilen, Demirci ve Ekşi (2015) tarafından uyarlanan ölçek beşli Likert tipli 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin beş boyutlu modelinin uyumunu belirlemek için yapılan doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır (χ^2

= 381,29, sd = 160, RMSEA = .074, NFI = .96, NNFI = .98, CFI = .98, IFI = .98, RFI = .96 ve SRMR = .052). Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı toplam puan için .95 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlık katsayısı; ilişkililik (1, 10, 14, 16) .88, hayata bağlılık (5, 7, 11, 12) .84, mutluluk (4, 6, 8, 20) .88, iyimserlik (3, 13, 15, 18) .84 ve kararlılık (2, 9, 17, 19) .72, olarak bulunmuştur. Ölçeğin değerlendirilmesinde, her boyutta puanların ortalamasının alınmasıyla 1 ile 5 arasında bir puan üretilmektedir. Her boyutta 4 madde olmak üzere toplamda 20 madde bulunan ölçekte, ters puanlanan madde yoktur. Bu çalışma için Cronbach alfa katsayısı ölçeğin toplam puanı için .88 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlık katsayısı; bağlılık .71, kararlılık .63, ilişkililik .79, iyimserlik .79 ve mutluluk için .84 olarak bulunmuştur (Demirci ve Ekşi, 2015).

İlişkililik; bireyin kurduğu ilişkilerden memnun olması, çevresi tarafından ilgi ve değer gördüğü, sevildiği, başkaları için de aynı duyguları hissettirebildiği ilişkileri anlamına gelmektedir (Kern vd., 2015). Hayata bağlılık; bireylerin yaşama, katıldığı faaliyetlere, işine tam anlamıyla dahil olabilmesi, odaklanması anlamına gelir. Hayata bağlılığın yüksek olması, bireyin zamanın nasıl geçtiğini anlamayacak derecede işine, eğitimine ya da başka bir aktivitesine bağlılığı anlamına gelmektedir. Buna da akışa kapılmak denilmektedir (Csikszentmihalyi, 2018). Mutluluk; bireyin anlık duyguları dışında genel olarak hayatından memnun olması olarak ifade edilir. İyimserlik; bireyin olayların olumlu yanlarını görebilme becerisinin geliştiği, olumsuz olayların da geçici olduğunun bilincinde olması anlamına gelmektedir. Kararlılık ise bireyin engellerle karşılaşsa bile hedeflerine doğru ilerleme noktasında gösterdiği kabiliyet yeterliliği anlamına gelir (Kern vd., 2015).

3.4. Veri Toplama Süreci

Ergenlere araştırmacı tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış Demografik Bilgi Formu, Sosyal Karşılaştırma ve Ergenler için Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli (EPOCH) Ölçeği uygulanarak veriler toplanmıştır. Veriler araştırmacının daha önce görevi nedeniyle saha çalışmalarında karşılaştığı ve iletişimde olduğu Diyarbakır Yenişehir Şehitlik Senti'nde yaşayan dezavantajlı ergenlerin iletişim bilgilerine ulaşması ve araştırmacı tarafından araştırmanın amacı içeriği elde edilen bilgilerin nasıl kullanılacağı ve kişisel bilgilerin gizli tutulacağına ilişkin online açıklama yapılarak

ve online onam alınarak internet bağlantısı olan ergenlerden gönüllü olanlara internet tabanlı anket tekniği kullanılarak Google drive uygulaması üzerinden uygulanmıştır. Katılımcılar çalışmaya gönüllülük esasına bağlı kalınmıştır. Veri toplama süreci yaklaşık 1 ay olup verilerin (Kasım-Aralık 2021) toplanmıştır.

3.5. Verilerin Çözümlemesi

Araştırma kapsamında toplanan verilerin analizi için SPSS 22.0 programına aktarılması, analizinin yapılması, sayısal sonuçların dökümünün alınması ve yorumlanması yapılmıştır. Veri toplama araçları kullanılarak internet tabanlı form tekniği ile veriler toplanıp ve sonrasında analiz edilmiştir.

Tablo 3.1: Normallik Dağılımı

	Skewness	Kurtosis
SKÖ	-,400	-,066
EPOCHÖ	-,271	-,674

Tablo 3.1 incelendiğinde; veriler SPSS 22.0 programına yüklendikten sonra normallik alanizi yapılmış ve normal dağıldığı görülmüştür. Kurtosis ve Skewness değerleri -1.5 ile +1.5 olduğu zaman normal dağılım olduğu kabul edilmektedir (Tabachnick, 2013). Bu nedenle araştırmada frekans, t testi ve one way ANOVA olmak üzere parametrik testler uygulanmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırma kapsamında elde edilen verilerin istatistiksel analizi neticesinde bulunan bulgu ve yorumlar paylaşılmıştır.

Tablo 4.1: Ergenlerin Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

	n	%
<i>Cinsiyet</i>		
Kadın	221	61.9
Erkek	136	38.1
<i>Yaş</i>		
13-15	251	70.3
16-18	106	29.7
<i>Eğitim Durumu</i>		
Okuryazar	6	1.7
İlkokul	13	3.6
Ortaokul	211	59.1
Lise	113	31.7
Üniversite Öğrencisi	14	3.9
<i>Anne Eğitim Durumu</i>		
Okuryazar Değil	108	30.3
Okuryazar	36	10.1
İlkokul	151	42.3
Ortaokul	36	10.1
Lise	22	6.2

Üniversite	4	1.1
<i>Baba Eğitim Durumu</i>		
Okuryazar Değil	35	9.8
Okuryazar	33	9.2
İlkokul	116	32.5
Ortaokul	105	29.4
Lise	59	16.5
Üniversite	9	2.5
<i>Anne-Baba Medeni ve Yaşam Durumu</i>		
Anne-Baba Evli ve Hayatta	311	87.1
Anne-Baba Boşanmış	29	8.1
Anne ve/veya Baba Vefat	17	4.8
<i>Aile Gelir Durumu</i>		
Asgari Ücret Altı	198	55.5
Asgari Ücret	114	31.9
Asgari Ücret Üstü	45	12.6
<i>ASHİM Başvuru Durumu</i>		
Evet	154	43.1
Hayır	203	56.9
Toplam	357	100.0
<i>ASHİM Başvuru Nedeni</i>		
Sosyal Yardım	89	57.8
Eğitim Yardımı	61	39.6
Psiko-Sosyal Destek	4	2.6
Toplam	154	100.0
<i>SYDV Başvuru Durumu</i>		
Evet	133	37.3
Hayır	224	62.7

Toplam	357	100.0
<i>SYDV Başvuru Nedeni</i>		
Sosyal Yardım	114	85.6
Eğitim Yardımı	19	14.4
Toplam	133	100.0
<i>DBB Başvuru Durumu</i>		
Evet	73	20.4
Hayır	284	79.6
Toplam	357	100.0
<i>DBB Başvuru Nedeni</i>		
Sosyal Yardım	55	77.5
Eğitim Yardımı	16	22.5
Toplam	73	100.0

Tablo 4.1’de araştırma kapsamına alınan Diyarbakır Şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin demografik özelliklerine bakıldığında; %61,9’unun kadın, %38,1’inin erkek olduğu, %70,3’ünün 13-15 yaş aralığında, %29,7’sinin 16-18 yaş aralığında olduğu, çoğunluğunun ortaokul (%59,1) ve lise (%31,7) mezunu olduğu, çok azının ise okuryazar (%1,7), ilkokul (%3,6) ve üniversite öğrencisi (%3,9) olduğu, annelerinin çoğunun okuryazar değil (%30,3), okuryazar (%10,1), ilkokul (%42,3) mezunu olduğu, çok azının annesinin ise ortaokul (%10,1), lise (%6,2) ve üniversite (%1,1) mezunu olduğu, babalarının çoğunun ilkokul (%32,5), ortaokul (%29,4) ve lise (%16,5) mezunu olduğu, çok azının ise okuryazar değil (%9,8), okuryazar (%9,2) ve üniversite (%2,5) mezunu olduğu, çoğunun anne-babasının evli ve hayatta (%87,1) olduğu, çok azının ise anne-babasının boşanmış (%8,1) ve anne ve/veya vefat (%4,8) olduğu görülmektedir. Ergenlerin ailelerinin gelir durumlarına bakıldığında; yarısından fazlasının (%55,5) asgari ücret altı gelire, %31,9’unun asgari ücret gelire, %12,6’sının ise asgari ücret üstü gelire sahip olduğu, Diyarbakır ASHİM’e %43,1’inin başvurduğu, başvuranların yarısından fazlasının (%57,8) sosyal yardım, %39,6’sının eğitim yardımı ve %2,6’sının ise psiko-sosyal destek için başvurduğu, %37,3’ünün SYDV’ye başvurduğu, başvuranların %85,6’sının sosyal yardım, %14,4’ünün ise

eğitim yardımı için başvurduğu, %20,4'ünün DBB'ye başvurduğu, başvuranların %77,5'inin sosyal yardım, %22,5'inin ise eğitim yardımı olduğu görülmüştür.

Tablo 4.2: Ergenlerin Benlik Algı Düzeylerinin Dağılımı

	N	Min	Max.	Ort.	Ss.
SK Toplam	357	44.00	108.00	85.29	12.014

Tablo 4.2'de araştırma kapsamına alınan ergenlerin benlik algı düzeylerine ilişkin toplam ölçek puanları verilmektedir. Buna göre grubun SK Toplam puan ortalaması 85.29 ± 12.014 (min. 44.00, max. 108.00)'dr. Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin benlik saygıları yüksek bulunmuştur.

Tablo 4.3: Ergenlerin Cinsiyet Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Ss.	t	P
SK Toplam	Kadın	221	84.72	.201	53.655	.000*
	Erkek	136	86.21	.337		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.3'te araştırma kapsamına alınan ergenlerin cinsiyetlerine göre benlik algı düzeylerinin t testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; SK toplam puanı ile ergenlerin cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($t=53.655$; $p<0.05$). Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan kadın ergenlerin benlik algıları erkeklere göre daha düşüktür.

Tablo 4.4: Ergenlerin Yaş Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin t Testi Sonuçları

	Yaş	N	Ort.	Ss.	t	P
SK Toplam	13-15	251	84.46	.921	134.130	.000*
	16-18	106	87.26	.877		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.4'te araştırma kapsamına alınan ergenlerin yaşlarına göre benlik algı düzeylerinin t testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; SK toplam puanı ile ergenlerin yaşları arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($t=134.130$; $p<0.05$).

Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin yaşları arttıkça benlik algıları artmaktadır.

Tablo 4.5: Ergenlerin Eğitim Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

	N	Ort.	Ss.	F	p
Okuryazar	6	81.50	.445		
İlkokul	13	83.44	.862		
SKÖ Toplam Ortaokul	211	86.29	.234	6.731	.000*
Lise	113	87.27	.543		
Üniversite Öğrencisi	14	98.85	.478		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.5'te araştırma kapsamına alınan ergenlerin eğitim durumlarına göre benlik algı düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; toplam puanlara göre okuryazar (81.50±.445), ilkokul (83.50±.862), ortaokul (86.29±.234), lise (87.27±.543) mezunu ergenlerin üniversite öğrencisi (98.85±.478) ergenlere göre daha az puanları olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu (F=6.731; $p < 0.05$) görülmektedir. Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin eğitim düzeyleri arttıkça benlik algıları artmaktadır.

Tablo 4.6: Ergenlerin Anne Eğitim Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

	N	Ort.	Ss.	F	p
Okuryazar Değil	108	81.36	.334		
Okuryazar	36	84.14	.123		
SKÖ İlkokul	151	84.95	.493	1.480	.025*
Ortaokul	36	85.14	.654		
Lise	22	87.15	.332		
Üniversite	4	94.75	.543		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.6'da araştırma kapsamına alınan ergenlerin eğitim durumlarına göre benlik algı düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; ölçek toplam puanına (F=1.480; $p < 0.05$) göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin anne eğitim düzeyleri arttıkça benlik algıları artmaktadır.

Tablo 4.7: Ergenlerin Baba Eğitim Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss.	F	p
SKÖ	Okuryazar Değil	35	83.41	9.112	1.1924	.090
	Okuryazar	33	84.96	14.764		
	İlkokul	116	85.48	12.432		
	Ortaokul	105	85.68	11.788		
	Lise	59	89.78	10.332		
	Üniversite	9	90.06	11.664		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.7’de araştırma kapsamına alınan ergenlerin baba eğitim durumlarına göre benlik algı düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; ölçek toplam puanına ($F=1.1924$; $p>0.05$) göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 4.8: Ergenlerin Anne-Baba Medeni ve Yaşam Durumlarına Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss.	F	p
SKÖ	Anne-Baba Evli ve Hayatta	311	88.34	11.922	1.085	.339
	Anne-Baba Boşanmış	29	85.07	10.932		
	Anne ve/veya Baba Vefat	17	84.00	15.136		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.8’de araştırma kapsamına alınan ergenlerin anne-babalarının medeni ve yaşam durumlarına göre benlik algı düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; toplam puanına göre anne-babası evli ve hayatta olanların (88.34 ± 11.922), anne-babası boşanmışlar (85.07 ± 10.932) ve anne ve/veya babası vefat edenlere (84.00 ± 15.136) göre daha yüksek puanlara sahip olduğu, ancak istatistiksel olarak da anlamlı bir farklılık olmadığı ($F=1.085$; $p>0.05$) görülmektedir.

Tablo 4.9: Ergenlerin Ailelerinin Gelir Durumuna Göre Benlik Algı Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss.	F	p
SKÖ	Asgari Ücret Altı	198	83.69	12.600	4.390	.013*
	Asgari Ücret	114	86.74	11.443		
	Asgari Ücret Üstü	45	88.62	1.618		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.9’da araştırma kapsamına alınan ergenlerin ailelerinin gelir durumlarına göre benlik algı düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; en yüksek puanların asgari ücret üstü en az puanların ise asgari ücret altında geliri olanların olduğu görülmüş ve ölçek toplam puanına ($F=4.390$; $p<0.05$) göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin ailelerinin gelir düzeyleri arttıkça benlik algıları artmaktadır.

Tablo 4.10: Ergenlerin ASHB, SYDV ve DBB’ye Başvuru Durumlarına göre Benlik Algı Düzeylerinin t Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss.	t	p
ASHB Başvuru	Evet	154	84.80	1.569	59.759	.000*
	Hayır	203	85.67	1.627		
SKÖ SYDV Başvuru	Evet	133	84.71	1.755	63.511	.000*
	Hayır	224	85.63	1.561		
DBB Başvuru	Evet	73	84.93	1.232	83.997	.000*
	Hayır	284	86.71	1.124		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.10’da araştırma kapsamına alınan ergenlerin ASHB, SYDV ve DBB’ye başvuru durumlarına göre benlik algı düzeyleri t testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; ASHB ($F=59.759$; $p<0.05$), SYDV ($F=63.511$; $p<0.05$) ve DBB ($F=83.997$; $p<0.05$) başvuru yapanların yapmayanlara göre daha düşük puanlara sahip olduğu ve bu durumun istatistiksel olarak da anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir. ASHB, SYDV ve DBB’ye başvuranların benlik algıları, başvurmayanlara göre daha düşüktür.

Tablo 4.11: Ergenlerin İyi Oluş Düzeylerinin Dağılımı

	N	Min	Max.	Ort.	Ss.
İlişkililik	357	1.00	5.00	3.54	.861
Hayata Bağlılık	357	1.00	5.00	3.45	1.004
Mutluluk	357	1.00	5.00	3.42	1.135
İyimserlik	357	1.00	5.00	3.51	.982
Kararlılık	357	1.00	5.00	3.69	.924
EPOCHÖ Toplam	357	1.00	5.00	3.54	.861

Tablo 4.11’de araştırma kapsamına alınan ergenlerin iyi oluş düzeylerine ilişkin alt ölçek ve toplam ölçek puanları verilmektedir. Buna göre; ilişkililik alt ölçeği puan ortalaması $3.54 \pm .861$ (min. 1.00, max. 5.00), hayata bağlılık alt ölçeği puan ortalaması 3.45 ± 1.004 (min. 1.00, max. 5.00), mutluluk alt ölçeği puan ortalaması 3.42 ± 1.135 (min. 1.00, max. 5.00), iyimserlik alt ölçeği puan ortalaması $3.51 \pm .982$ (min. 1.00, max. 5.00), kararlılık alt ölçeği puan ortalaması $3.69 \pm .924$ (min. 1.00, max. 5.00) ve EPOCHÖ toplam puan ortalaması $3.54 \pm .861$ (min. 1.00, max. 5.00)’dir. Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin iyi oluş halleri ortalamanın üzerindedir.

Tablo 4.12: Ergenlerin Cinsiyet Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	Ss.	t	p
İlişkililik	Kadın	221	3.51	1.024	77.661	.000*
	Erkek	136	3.58	.968		
Hayata Bağlılık	Kadın	221	3.50	1.024	64.980	.000*
	Erkek	136	3.38	.968		
Mutluluk	Kadın	221	3.33	1.140	56.921	.000*
	Erkek	136	3.57	1.117		
İyimserlik	Kadın	221	3.48	1.015	67.607	.000*
	Erkek	136	3.57	.928		
Kararlılık	Kadın	221	3.69	.936	75.595	.000*
	Erkek	136	3.71	.906		
EPOCHÖ Toplam	Kadın	221	3.51	.878	77.661	.000*
	Erkek	136	3.58	.833		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.12’de araştırma kapsamına alınan ergenlerin cinsiyetlerine göre iyi oluş düzeylerinin t testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; EPOCGÖ alt ölçekleri ve toplam puanı ile ergenlerin cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($t=77.661$; $p<0.05$). Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan kadın ergenlerin ilişkililik, mutluluk, iyimserlik, kararlılık ve genel iyi oluşları erkeklere göre daha yüksektir ancak hayata bağlılıkları erkeklerin kadınlara göre daha yüksektir.

Tablo 4.13: Ergenlerin Yaş Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin t Testi Sonuçları

	Yaş	N	Ort.	Ss.	t	p
İlişkililik	13-15	251	3.68	1.024	64.980	.000*
	16-18	106	3.46	.968		
Hayata Bağlılık	13-15	251	3.48	1.024	64.980	.000*
	16-18	106	3.38	.968		
Mutluluk	13-15	251	3.48	1.140	56.921	.000*
	16-18	106	3.29	1.117		
İyimserlik	13-15	251	3.58	1.015	67.607	.000*
	16-18	106	3.37	.928		
Kararlılık	13-15	251	3.81	.936	75.595	.000*
	16-18	106	3.43	.906		
EPOCHÖ Toplam	13-15	251	3.61	.878	77.661	.000*
	16-18	106	3.39	.833		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.13’te araştırma kapsamına alınan ergenlerin yaşlarına göre iyi oluş düzeylerinin t testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; EPOCHÖ alt ölçekleri ve toplam puanı ile ergenlerin yaşları arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($t=77.661$; $p<0.05$). Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin yaşları arttıkça iyi oluş halleri düşmektedir.

Tablo 4.14: Ergenlerin Eğitim Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss.	F	p
İlişkililik	Okuryazar	6	3.95	.458	1.253	.288
	İlkokul	13	3.61	1.073		
	Ortaokul	211	3.51	.999		
	Lise	113	3.42	1.018		
	Üniversite Öğrencisi	14	3.03	.994		
Hayata Bağlılık	Okuryazar	6	3.95	.445	1.253	.288
	İlkokul	13	3.61	.458		
	Ortaokul	211	3.51	1.073		
	Lise	113	3.42	.999		
	Üniversite Öğrencisi	14	3.03	1.018		
Mutluluk	Okuryazar	6	4.82	.562	8.203	.000*
	İlkokul	13	4.58	.277		
	Ortaokul	211	3.42	1.116		
	Lise	113	3.33	1.156		
	Üniversite Öğrencisi	14	2.89	.684		
İyimserlik	Okuryazar	6	4.26	.790	3.745	.005*
	İlkokul	13	3.75	.563		
	Ortaokul	211	3.49	.978		
	Lise	113	3.54	.978		
	Üniversite Öğrencisi	14	2.85	1.063		
Kararlılık	Okuryazar	6	4.75	.273	8.691	.000*
	İlkokul	13	4.57	.437		
	Ortaokul	211	3.73	.865		
	Lise	113	3.57	.990		
	Üniversite Öğrencisi	14	2.91	.731		
EPOCHÖ Toplam	Okuryazar	6	4.36	.140	5.869	.000*
	İlkokul	13	4.28	.436		
	Ortaokul	211	3.52	.828		
	Lise	113	3.51	.914		
	Üniversite Öğrencisi	14	2.98	.761		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.14’te araştırma kapsamına alınan ergenlerin eğitim durumlarına göre iyi oluş düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; ergenlerin eğitim durumlarına göre iyi oluş düzeyleri ilişkililik ve hayata bağlılık alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmazken ($F=1.253$; $p>0.05$), mutluluk ($F=8.203$; $p<0.05$), iyimserlik ($F=3.745$; $p<0.05$), kararlılık ($F=8.691$; $p<0.05$) ve ölçek toplam puanına ($F=5.869$; $p<0.05$) göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Tabloya göre ergenlerin eğitim düzeyleri arttıkça iyi oluş düzeylerinin düştüğü anlaşılmaktadır.

Tablo 4.15: Ergenlerin Anne Eğitim Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss.	F	p
İlişkililik	Okuryazar Değil	108	3.63	.913	.735	.597
	Okuryazar	36	3.44	1.151		
	İlkokul	151	3.60	.963		
	Ortaokul	36	3.85	1.062		
	Lise	22	3.48	1.385		
	Üniversite	4	3.37	1.108		
Hayata Bağlılık	Okuryazar Değil	108	3.48	1.025	.877	.490
	Okuryazar	36	3.42	1.031		
	İlkokul	151	3.46	.987		
	Ortaokul	36	3.61	.875		
	Lise	22	3.06	1.139		
	Üniversite	4	3.25	1.172		
Mutluluk	Okuryazar Değil	108	3.40	1.086	.938	.456
	Okuryazar	36	3.33	1.146		
	İlkokul	151	3.44	1.177		
	Ortaokul	36	3.68	.875		
	Lise	22	3.04	1.434		
	Üniversite	4	3.50	1.000		
İyimserlik	Okuryazar Değil	108	3.69	.889	2.380	.038*
	Okuryazar	36	3.77	1.055		
	İlkokul	151	3.44	.978		
	Ortaokul	36	3.27	.868		
	Lise	22	3.27	1.313		

	Üniversite	4	3.21	.924		
Kararlılık	Okuryazar Değil	108	4.00	.897		
	Okuryazar	36	3.76	1.030		
	İlkokul	151	3.71	.890	3.219	.007*
	Ortaokul	36	3.31	.708		
	Lise	22	3.32	1.168		
	Üniversite	4	3.25	.866		
EPOCHÖ Toplam	Okuryazar Değil	108	3.58	.779		
	Okuryazar	36	3.34	.999		
	İlkokul	151	3.54	.852	1.606	.158
	Ortaokul	36	3.78	.711		
	Lise	22	3.24	1.164		
	Üniversite	4	3.35	1.009		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.15'te araştırma kapsamına alınan ergenlerin anne eğitim durumlarına göre iyi oluş düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; ergenlerin anne eğitim durumlarına göre iyi oluş düzeyleri ilişkililik ($F=.735$; $p>0.05$), hayata bağlılık ($F=.877$; $p>0.05$), mutluluk ($F=.938$; $p>0.05$) alt boyutlarında ve ölçek toplam puanına ($F=1.606$; $p>0.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmazken, iyimserlik ($F=2.380$; $p<0.05$) ve kararlılık ($F=3.219$; $p<0.05$) alt boyutlarına göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Tabloya göre ergenlerin anne eğitim düzeyleri arttıkça iyimserlik ve kararlılık konularında iyi oluş düzeylerinin düştüğü anlaşılmaktadır.

Tablo 4.16: Ergenlerin Baba Eğitim Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss.	F	p
İlişkililik	Okuryazar Değil	35	3.75	.930	.868	.502
	Okuryazar	33	3.56	1.179		
	İlkokul	116	3.54	.993		
	Ortaokul	105	3.58	.939		
	Lise	59	3.80	1.021		
	Üniversite	9	3.30	1.498		
Hayata Bağlılık	Okuryazar Değil	35	3.52	1.025	.911	.474
	Okuryazar	33	3.34	1.055		
	İlkokul	116	3.57	1.069		
	Ortaokul	105	3.41	.944		
	Lise	59	3.33	.865		
	Üniversite	9	3.08	1.380		
Mutluluk	Okuryazar Değil	35	3.62	1.047	.584	.712
	Okuryazar	33	3.27	1.173		
	İlkokul	116	3.45	1.181		
	Ortaokul	105	3.36	1.005		
	Lise	59	3.45	1.210		
	Üniversite	9	3.08	1.718		
İyimserlik	Okuryazar Değil	35	3.90	.790	1.662	.143
	Okuryazar	33	3.61	.962		
	İlkokul	116	3.43	1.006		
	Ortaokul	105	3.43	.979		
	Lise	59	3.57	.936		
	Üniversite	9	3.25	1.494		
Kararlılık	Okuryazar Değil	35	4.19	.675	2.570	.027*
	Okuryazar	33	3.70	1.062		
	İlkokul	116	3.72	.932		
	Ortaokul	105	3.67	.822		
	Lise	59	3.57	.917		
	Üniversite	9	3.47	1.683		
EPOCHÖ Toplam	Okuryazar Değil	35	3.80	.695	.975	.433
	Okuryazar	33	3.50	.980		
	İlkokul	116	3.51	.878		
	Ortaokul	105	3.49	.817		

Lise	59	3.57	.809
Üniversite	9	3.23	1.462

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.16’da araştırma kapsamına alınan ergenlerin baba eğitim durumlarına göre iyi oluş düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; ergenlerin baba eğitim durumlarına göre iyi oluş düzeyleri ilişkililik ($F=.868$; $p>0.05$), hayata bağlılık ($F=.911$; $p>0.05$), mutluluk ($F=.584$; $p>0.05$), iyimserlik ($F=1.662$; $p>0.05$) alt boyutlarında ve ölçek toplam puanına ($F=.975$; $p>0.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmazken, kararlılık ($F=2.570$; $p<0.05$) alt boyutuna göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Tabloya göre ergenlerin baba eğitim düzeyleri arttıkça kararlılık konusunda iyi oluş düzeylerinin düştüğü anlaşılmaktadır.

Tablo 4.17: Ergenlerin Anne-Baba Medeni ve Yaşam Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss.	F	p
İlişkililik	Anne-Baba Evli ve Hayatta	311	3.60	1.019	.137	.872
	Anne-Baba Boşanmış	29	3.70	.945		
	Anne ve/veya Baba Vefat	17	3.58	.955		
Hayata Bağlılık	Anne-Baba Evli ve Hayatta	311	3.47	.982	1.701	.184
	Anne-Baba Boşanmış	29	3.12	1.072		
	Anne ve/veya Baba Vefat	17	3.55	1.226		
Mutluluk	Anne-Baba Evli ve Hayatta	311	3.42	1.125	.200	.819
	Anne-Baba Boşanmış	29	3.31	1.171		
	Anne ve/veya Baba Vefat	17	3.51	1.309		
İyimserlik	Anne-Baba Evli ve Hayatta	311	3.54	.960	1.288	.277
	Anne-Baba Boşanmış	29	3.39	1.042		
	Anne ve/veya Baba Vefat	17	3.19	1.248		
Kararlılık	Anne-Baba Evli ve Hayatta	311	3.72	.910	1.090	.337
	Anne-Baba Boşanmış	29	3.50	.997		
	Anne ve/veya Baba Vefat	17	3.52	1.049		
EPOCHÖ Toplam	Anne-Baba Evli ve Hayatta	311	3.55	.848	.440	.645
	Anne-Baba Boşanmış	29	3.40	.874		
	Anne ve/veya Baba Vefat	17	3.47	1.085		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.17’de araştırma kapsamına alınan ergenlerin anne-babalarının medeni ve yaşam durumlarına göre iyi oluş düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; ergenlerin anne-babalarının medeni ve yaşam durumlarına göre iyi oluş düzeyleri ilişkililik ($F=.137$; $p>0.05$), hayata bağlılık ($F=1.701$; $p>0.05$), mutluluk ($F=.200$; $p>0.05$), iyimserlik ($F=1.288$; $p>0.05$), kararlılık ($F=1.090$; $p>0.05$) alt boyutlarında ve ölçek toplam puanına ($F=.440$; $p>0.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.18: Ergenlerin Ailelerinin Gelir Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin One Way ANOVA Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss.	F	p
İlişkililik	Asgari Ücret Altı	198	3.55	1.054	.873	.418
	Asgari Ücret	114	3.70	.859		
	Asgari Ücret Üstü	45	3.63	1.147		
Hayata Bağlılık	Asgari Ücret Altı	198	3.53	.991	3.261	.040*
	Asgari Ücret	114	3.44	.968		
	Asgari Ücret Üstü	45	3.11	1.094		
Mutluluk	Asgari Ücret Altı	198	3.62	1.150	3.669	.026*
	Asgari Ücret	114	3.37	1.061		
	Asgari Ücret Üstü	45	3.12	1.187		
İyimserlik	Asgari Ücret Altı	198	3.67	.981	3.159	.044*
	Asgari Ücret	114	3.32	.958		
	Asgari Ücret Üstü	45	3.26	1.004		
Kararlılık	Asgari Ücret Altı	198	3.83	.853	7.561	.001*
	Asgari Ücret	114	3.64	.908		
	Asgari Ücret Üstü	45	3.26	1.116		
EPOCHÖ Toplam	Asgari Ücret Altı	198	3.55	.837	2.576	.078
	Asgari Ücret	114	3.61	.834		
	Asgari Ücret Üstü	45	3.28	.995		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.18’de araştırma kapsamına alınan ergenlerin ailelerinin gelir durumlarına göre iyi oluş düzeyleri One Way ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; ergenlerin ailelerinin gelir durumlarına göre iyi oluş düzeyleri ilişkililik ($F=.873$; $p>0.05$) alt boyutunda ve ölçek toplam puanına ($F=2.576$; $p>0.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı, ancak hayata bağlılık ($F=3.261$; $p<0.05$), mutluluk ($F=3.669$; $p<0.05$), iyimserlik ($F=3.159$; $p<0.05$), kararlılık ($F=7.561$; $p<0.05$) alt boyutlarında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmektedir. Ailelerin gelir düzeyleri arttıkça hayata bağlılık, mutluluk, iyimserlik ve kararlılık konularında ergenlerin iyi oluş düzeyleri azalmaktadır.

Tablo 4.19: Ergenlerin ASHB, SYDV ve DBB’ye Başvuru Durumlarına Göre İyi Oluş Düzeylerinin t Testi Sonuçları

			N	Ort.	Ss.	t	p
İlişkililik	ASHB Başvuru	Evet	154	3.49	1.982	4.184	.042*
		Hayır	203	3.71	1.876		
	SYDV Başvuru	Evet	133	3.37	1.876	4.727	.030*
		Hayır	224	3.76	1.765		
	DBB Başvuru	Evet	73	3.45	1.123	2.359	.125
		Hayır	284	3.65	1.343		
Hayata Bağlılık	ASHB Başvuru	Evet	154	3.46	1.634	.025	.875
		Hayır	203	3.45	1.543		
	SYDV Başvuru	Evet	133	3.36	1.987	1.647	.200
		Hayır	224	3.51	1.765		
	DBB Başvuru	Evet	73	3.45	1.761	.002	.966
		Hayır	284	3.45	1.823		
Mutluluk	ASHB Başvuru	Evet	154	3.34	1.521	1.391	.239
		Hayır	203	3.48	1.764		
	SYDV Başvuru	Evet	133	3.28	1.799	3.254	.072
		Hayır	224	3.51	1.765		
	DBB Başvuru	Evet	73	3.35	1.231	.414	.520
		Hayır	284	3.44	1.112		
İyimserlik	ASHB Başvuru	Evet	154	3.51	1.981	.008	.928
		Hayır	203	3.52	1.632		
	SYDV Başvuru	Evet	133	3.38	1.793	4.162	.042*
		Hayır	224	3.60	1.587		
	DBB Başvuru	Evet	73	3.43	1.212	.747	.388
		Hayır	284	3.54	1.112		
Kararlılık	ASHB Başvuru	Evet	154	3.80	1.554	3.223	.078
		Hayır	203	3.62	1.645		

	SYDV Başvuru	Evet	133	3.67	1.711	.236	.627
		Hayır	224	3.72	1.522		
	DBB Başvuru	Evet	73	3.67	1.232	.099	.753
		Hayır	284	3.71	1.122		
	ASHB Başvuru	Evet	154	3.52	1.982	.150	.699
		Hayır	203	3.56	1.765		
EPOCHÖ Toplam	SYDV Başvuru	Evet	133	3.41	1.723	4.727	.030*
		Hayır	224	3.62	1.543		
	DBB Başvuru	Evet	73	3.47	1.432	.645	.422
		Hayır	284	3.56	1.127		

* $p \leq 0.05$

Tablo 4.19’da araştırma kapsamına alınan ergenlerin ASHB, SYDV ve DBB’ye başvuru durumlarına göre iyi oluş düzeyleri t testi sonuçları verilmiştir. Tablo incelendiğinde; ilişkililik alt boyutunda; ASHB ($F=4.184$; $p<0.05$), SYDV ($F=4.727$; $p<0.05$) başvuru yapanların, iyimserlik alt boyutunda SYDV ($F=4.162$; $p<0.05$) başvuru yapanların ve ölçek toplam puanına göre ise SYDV ($F=4.727$; $p<0.05$) başvuru yapanların istatistiksel olarak da anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir. SYDV’ye başvuru yapanların iyi oluş düzeyleri başvuru yapmayanlara göre daha düşük olduğu, ilişkililik düzeylerinin düşük olduğu ve daha az iyimser olduğu, ASHİM’ne başvuranların başvurmayanlara göre ise ilişkililik düzeyi düşük olduğu görülmektedir.

Tablo 4.20: Ergenlerin Benlik Algı Düzeyleri ile İyi Oluş Halleri Arasındaki İlişki R (Pearson Korelasyon) Testi Sonuçları (n=357)

		SKÖ (Benlik Algısı)
		Toplam
İlişkililik	R	.301**
	P	.000
Hayata Bağlılık	R	.301**
	P	.000
Mutluluk	R	.524**
	P	.000
İyimserlik	r	.465**
	P	.000
Kararlılık	r	.351**
	P	.000
EPOCHÖ (İyi Oluş Halleri) Toplam	r	.483**
	P	.000

* $p \leq 0.05$ ** $p < 0.005$

Tablo 4.20’de araştırma kapsamına alınan ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır.

İlişkililik alt boyutu ile benlik algısı arasında pozitif yönde ($r=.301$; $p<0.005$), hayata bağlılık alt boyutu ile benlik algısı arasında pozitif yönde ($r=.301$; $p<0.005$), mutluluk alt boyutu ile benlik algısı arasında pozitif yönde ($r=.524$; $p<0.005$), iyimserlik alt boyutu ile benlik algısı arasında pozitif yönde ($r=.465$; $p<0.005$), kararlılık alt boyutu ile benlik algısı arasında pozitif yönde ($r=.351$; $p<0.005$) ve EPOCHÖ toplam puanı ile benlik algısı arasında pozitif yönde ($r=.483$; $p<0.005$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ergenlerin benlik algıları arttıkça iyi oluş halleri de olumlu yönde artış göstermektedir. Ergenlerin benlik algılarının iyi oluş halleri için belirleyici bir faktör olduğu anlaşılmıştır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmaların bulgularıyla elde edilen sonuçların ilgili literatürle birlikte tartışılmıştır.

Çalışmada Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan kadın ergenlerin benlik algıları erkeklere göre daha düşük olduğu bulunmuştur. Akşin Yavuz ve arkadaşlarının (2016) yaptıkları araştırmada, benlik algılarının cinsiyete göre farklılık gösterdiği; erkeklerin olumlu benlik algılarının kadınlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu da çalışmamızın literatürü destekler nitelikte olduğunu göstermektedir. Erkeklerin kadınlara göre daha fazla benlik algısına sahip olmasının bölgesel dinamiklerle ilgili olduğu söylenebilir. Güneydoğu Anadolu bölgesinin sosyokültürel yapısında erkeğe ve erkekliğe yüklenen anlam, erkeğin güçlü olması gerektiğidir. Bölgenin kadına verdiği yüklediği anlam ise, kadının güçsüz, aciz ve korunması gerektiğidir. Erkek bu toplumda bu anlamların ve öğretilerin içinde gelişim dönemlerini sağladığı için erkek ergenlerin benlik algılarının da kadınlara göre yüksek görülmesi olağandır.

Çalışmada ergenlerin yaşları arttıkça benlik algıları artmaktadır. Akşin Yavuz ve arkadaşları (2016) ile Düzgün (2003)'ün yaptıkları araştırmalarda, benlik algılarının yaşa göre farklılık göstermediği görülmüştür. Çalışmamız da literatürden farklı olarak özgün bir bulgu tespit edilmiştir. Benlik algısının ergenlerin yaşları arttıkça artması bulgusunun deneyimle ilgili olabileceği değerlendirilmektedir. Benlik algısının artması farkındalığın gelişmesiyle doğru orantılı bir durumdur. Ergenlerin yaşları arttıkça yaşama ilişkin deneyimleri artmakta, farkındalıkları gelişmekte ve olağan olarak benlik algıları da artmış olmaktadır.

Çalışmada ergenlerin eğitim ve anne eğitim düzeyleri arttıkça benlik algıları artmaktadır ancak baba eğitim düzeyleri ile benlik algıları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Düzgün (2003) ergenler üzerinde yaptığı çalışmada; otoriter, kontrollü ve hoşgörüsüz anne-babaya sahip ergenlerde olumsuz benlik algısının geliştiğini; anlayışlı, sıcak ve hoşgörülü anne-babaya sahip ergenlerde ise olumlu benlik algısının geliştiğini göstermiştir. Akşin Yavuz ve arkadaşlarının (2016) yaptıkları araştırmada, annelerin çocuklarına karşı olan ilgisizlik ve ihmal

davranışlarının artmasının çocukların öz saygı ve olumlu benlik algılarının azalmasına neden olduğu bulunmuştur. Bu da ergenlerin aile ile etkileşimlerinin çok önemli olduğunu göstermektedir. Ergenlerin ve onların ailelerinin eğitim düzeyleri ergenlerin benlik algılarında belirleyicidir. Çalışmamızda özellikle ergenlerin kendilerinin ve annelerinin eğitim düzeylerinin ergenlerin benlik algılarında belirleyici olduğu anlaşılmıştır. Bu bulgu da literatürü destekler niteliktedir. Güneydoğu Anadolu bölgesinde geleneksel olarak erkeklerin çocuklarıyla ilgilenmek ve çocuklarına ilişkin eğitim vermek noktasında bir ödevleri yoktur. Bu nedenle ergenlerin babalarının eğitim düzeylerinin ergenlerin benlik algılarında etki etmediği ancak annelerin eğitim düzeylerinin ergenlerin benlik algılarında etki ettiği görülmektedir.

Çalışmada ergenlerin anne-babalarının medeni ve yaşam durumlarına göre benlik algılarında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Güçlü, Değirmen ve Uncu (2016) yaptıkları çalışmada, evli bireylerin olumlu benlik algılarının bekârlara göre daha yüksek olduğu ve aileden algılanan sosyal destek arttıkça bireylerin olumlu benlik algılarının da arttığı görülmüştür. Ergenlerin ailelerinin medeni durumları ve yaşam durumlarının benlik algılarını etkileyebileceği düşünülmüştür ancak çalışmamızda bu konuda anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Bu sebeple literatürden farklı bir bulgu tespit edilmiştir.

Çalışmada ergenlerin ailelerinin gelir düzeyleri arttıkça benlik algıları artmaktadır. Kayım ve Ayaz (2019) tarafından yapılan bir araştırma ebeveyn tutumlarının benlik kavramını etkilediği, demokratik ve eşitlik ebeveyn tutumu ile benlik kavramı arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ailelerinin davranış durumları gelir durumlarına göre şekillenmektedir. Çalışmamız da ailelerin refah düzeyleri arttıkça ergenlerin benlik algılarının arttığı görülmüştür. Çalışmamız bu yönüyle de literatürü destekler niteliktedir. Ayrıca çalışmamız sonucunda elde edilen ASHB, SYDV ve DBB'ye başvuranların benlik algıları, başvurmayanlara göre daha düşük olduğu bulgusudur. Bu da yine gelir düzeyinin ergenlerin benlik algılarında belirleyici bir faktör olduğunu göstermektedir.

Çalışmada kadın ergenlerin ilişkililik, mutluluk, iyimserlik, kararlılık ve genel iyi oluşları erkeklere göre daha yüksektir ancak hayata bağlılıkları erkeklerin kadınlara göre daha yüksektir. Stead ve Bibby (2017)'in yaptığı çalışmada iyi oluş düzeyi cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Demirtaş (2016)'ın

yaptığı araştırmasında da benzer şekilde iyi oluş ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Li ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında kadınların iyi oluş düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kaplan (2018)'in çalışmasında ise erkeklerin kadınlara göre daha yüksek iyi oluş haline sahip olduğu tespit edilmiştir. Görüldüğü üzere literatürde bu konuda farklı bulgular tespit edilmiştir. Bu sebeple literatür cinsiyet ve iyi oluş arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı noktasında tutarlı olmasa da çalışmamız sonuçlarına göre erkeklerin hayata bağlılıkları kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Ancak kadınların diğer boyutlarda erkeklere göre daha yüksek iyi oluş halleri bulunmaktadır. Erkeklerin hayata bağlılıklarının yüksek olması da yöresel ve geleneksel değerlerin etkisinden kaynaklı olabileceği değerlendirilmektedir.

Ergenlerin yaşları ve eğitim düzeyleri arttıkça iyi oluş halleri düşmektedir. Stead ve Bibby (2017)'in yaptığı çalışmada iyi oluş düzeyi yaşa göre anlamlı şekilde farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Ergenlerin yaş ve eğitim düzeylerinin artmasıyla birlikte iyi oluş düzeylerinin düşmesinin tespit edilmesi literatürden farklı bir bulgu olmuştur. Yaş ve eğitim faktörünün iyi oluş düzeyinde etki ettiği anlaşılmıştır. Ancak bu bulgu ergenlik döneminde daha küçük yaşta olanların ve daha az eğitim düzeyinde olanların iyi oluş farkındalıklarının düşük olabileceği şeklinde değerlendirilebilir.

Ergenlerin anne eğitim düzeyleri arttıkça iyimserlik ve kararlılık konularında iyi oluş düzeylerinin düştüğü, baba eğitim düzeyleri arttıkça kararlılık konusunda iyi oluş düzeylerinin düştüğü anlaşılmaktadır. Ergenlerin anne-babalarının medeni ve yaşam durumlarına göre iyi oluş düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Rosenfield ve Smith, (2019)'in çalışmasında iyi oluş halinin sosyo demografik özelliklere, ekonomik ve sağlık koşullarına göre farklılaştığını tespit etmiştir. Çalışmamızda da ergenlerin iyi oluş hallerinin anne- baba eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık görülmüştür. Bu da literatürü destekler bir bulgu olduğu görülmektedir. Güneydoğu Anadolu'da geleneksel öğretiler doğrultusunda erkek, kadınlara göre daha ön plandadır. Özellikle insanların eğitim düzeylerinin artmasıyla birlikte kadın erkek arasındaki bu eşitsizlik azalmaktadır. Ergenlerin babalarının eğitim düzeylerinin artmasının ergenlerin kararlılık konusunda iyi oluşlarının düşmesine sebep olan durumun ergenlerin sosyokültürel ortam ile aile kültürünün farklı oluşuyla ilgili olabileceği söylenebilir. Babasının eğitim düzeyi yüksek olan

ergenin yaşadığı aile ortamında gördüğü demografik aile tutumudur. Ancak toplumda gördüğü ise ataerkil aile örüntüsüdür. Bu iki durumun karmaşası içinde kararlılık iyi oluş düzeyinde düşüş yaşaması da olağan bir durum olabilir.

Ailelerin gelir düzeyleri arttıkça hayata bağlılık, mutluluk, iyimserlik ve kararlılık konularında ergenlerin iyi oluş düzeyleri azalmaktadır. SYDV'ye başvuru yapanların iyi oluş düzeyleri başvuru yapmayanlara göre daha düşük olduğu, ilişkilik düzeylerinin düşük olduğu ve daha az iyimser olduğu, ASHİM'ne başvuranların başvurmayanlara göre ise ilişkililik düzeyi düşük olduğu görülmektedir. Rosenfield ve Smith, (2019)'in yaptıkları çalışmada iyi oluşun bireysel deneyimlere göre değişkenlik gösterdiği tespit edilmiştir. Çalışmamız da ergenlerin yaşadığı koşulların iyi oluş düzeylerini etkilediğini göstermektedir. Bu sebeple çalışmamız sonuçlarının literatürü destekler nitelikte olduğu anlaşılmaktadır. Sosyal hizmet literatüründe çevresi içinde birey kavramına sıkça vurgu yapılmaktadır. Ergenlerin yaşadığı olanaklar ve koşulların iyi oluşlarını etkileyeceğini düşünmek olası bir sonuçtur.

Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Ergenlerin benlik algıları arttıkça iyi oluş halleri de olumlu yönde artış göstermektedir. Ergenlerin benlik algılarının iyi oluş halleri için belirleyici bir faktör olduğu anlaşılmıştır. Kaya ve Uysal (2015) yaptıkları çalışmada, diğer insanların kişiyi değerlendirme şeklinin benlik algısı gelişimi üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda diğer insanlar tarafından olumlu değerlendirilen kişilerin benlik algılarının olumsuz değerlendirilenlere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Claes ve arkadaşları (2010), 150 lise öğrencisi ile yaptıkları araştırmanın sonunda kendisine zarar verme eğiliminde olan öğrencilerin kendisine zarar verme eğiliminde olmayan öğrencilere göre benlik algılarının daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Otrar, Dönmez ve Uzel (2018), ergenlerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik ve iyi oluş hallerini düzeylerini etkilediğini bulmuştur. Çalışmamız da ergenlerin yaşam deneyimlerine göre şekillenen benlik algılarının iyi oluş düzeylerini etkilediğini göstermektedir. Bu sebeple çalışmamız sonuçlarının literatürü destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Çalışma sonucunda olumlu benlik algısının olumlu iyi oluşa, olumsuz benlik algısının olumsuz iyi oluşa sebep olduğu anlaşılmaktadır.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmaların bulgularıyla elde edilen sonuçlara ve bu doğrultuda bazı öneriler ele alınmıştır.

Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin benlik algıları genel olarak ortalamanın üzerinde bulunmuştur. Kadın ergenlerin benlik algıları erkeklere göre daha dūřüktür. Bunun sebebi geleneksel ve kültürel özelliklerin etkili olduğu göstermektedir. Ergenlerin yaşları arttıkça benlik algılarının arttığı görülmüştür. Bu da yaşam deneyimlerinin benlik algıları üzerindeki etkisini göstermektedir.

Ergenlerin eğitim ve anne eğitim düzeyleri arttıkça benlik algıları artmaktadır ancak baba eğitim düzeyleri ile benlik algıları arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Bu bulgu da bize bölgenin kültürel kodlarıyla ilgili olduğunu göstermektedir. Bölgede genellikle erkekler çalışır eve ekmek getirir. Kadınlar ise evde çocuklarına bakar. Bu bakış açısının sonucu bulgularımıza yansımıştır.

Ergenlerin anne-babalarının medeni ve yaşam durumlarına göre benlik algılarında da anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Ergenlerin ailelerinin gelir düzeyleri arttıkça benlik algıları artmaktadır. ASHB, SYDV ve DBB'ye başvuranların benlik algıları, başvurmayanlara göre daha dūřüktür. Bu bulgular da ergenlerin benlik algılarının yaşam koşullarına göre olumlu ya da olumsuz yönde geliştiğini göstermektedir.

Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin iyi oluş halleri ortalamanın üzerindedir. Kadın ergenlerin ilişkililik, mutluluk, iyimserlik, kararlılık ve genel iyi oluşları erkeklere göre daha yüksektir ancak hayata bağlılıkları erkeklerin kadınlara göre daha yüksektir. Yine bölgenin kültürel ve sosyal özellikleri erkeklerin her zaman güçlü olması ve hayata bağlı olması gerektiğini vurgulamaktadır. Bölgenin koşullarının yine bulgulara yansıldığı görülmektedir.

Ergenlerin yaşları ve eğitim düzeyleri arttıkça iyi oluş halleri düşmektedir. Bu bulgu da ergenlerin yaşam deneyimleriyle ilgilidir. Ergenlerin yaşam deneyimleri ve eğitim düzeyleri arttıkça iyi oluş farkındalıkları artmakta olduğu şeklinde değerlendirilebilir.

Ergenlerin anne eğitim düzeyleri arttıkça iyimserlik ve kararlılık konularında iyi oluş düzeylerinin düştüğü, baba eğitim düzeyleri arttıkça kararlılık konusunda iyi oluş düzeylerinin düştüğü anlaşılmaktadır. Bu bulgu ergenlerin anne-baba düzeyleri arttıkça iyi oluş farkındalıkları artmakta olduğu şeklinde değerlendirilebilir.

Ergenlerin anne-babalarının medeni ve yaşam durumlarına göre iyi oluş düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Ergenlerin ebeveylelerinin çoğunluğu evli ve hayattadır. Ergenlerin ebeveylelerinin medeni ve yaşam durumlarının iyi oluş hallerini etkileyeceğini düşünmek zor değildir. Ancak burada farklı sonuç elde edilmesinin nedeni veri dağılım farkının fazla olması olarak değerlendirilebilir. Ailelerin gelir düzeyleri arttıkça hayata bağlılık, mutluluk, iyimserlik ve kararlılık konularında ergenlerin iyi oluş düzeyleri azalmaktadır. SYDV'ye başvuru yapanların iyi oluş düzeyleri başvuru yapmayanlara göre daha düşük olduğu, ilişkilik düzeylerinin düşük olduğu ve daha az iyimser olduğu, ASHİM'ne başvuranların başvurmayanlara göre ise ilişkilik düzeyi düşük olduğu görülmektedir.

Diyarbakır şehitlik semtinde yaşayan ergenlerin benlik algıları ile iyi oluş halleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Ergenlerin benlik algıları arttıkça iyi oluş halleri de olumlu yönde artış göstermektedir. Ergenlerin benlik algılarının iyi oluş halleri için belirleyici bir faktör olduğu anlaşılmıştır.

Çalışma sonuçlarına göre değerlendirmek gerekirse ergenlerin iyi oluş düzeylerini etkileyen benlik algılarının gelişimi noktasında akademisyenlere ve sosyal hizmet uzmanlarına dönük mikro, mezzo ve makro bazı öneriler sunulmuştur.

Mikro Öneriler

- Ergenlerin benlik algılarının ve iyi oluş hallerinin artırılması için bireysel psiko-sosyal çalışmaların artırılması gerekmektedir.

- Diyarbakır Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü AR-GE birimi tarafından uygulanan projeler kapsamında verilen MEB onaylı eğitimlerin İŞKUR ile işbirliği halinde bölgedeki aktif işgücü ihtiyacı olan alanlar da gözetilerek gençlerin yetenekleri ve ilgileri doğrultusunda planlanması gerekmektedir. Gençlerin istihdam olabileceği alanlarda eğitim almaları da benlik algılarını ve saygılarını arttıracaktır. Bu sebeple İŞKUR bünyesindeki iş meslek danışmanlarının desteği alınarak ergenlerin bireysel meslek ve iş yönelimlerinin tespit edilmesi ve açık iş gücü olan alanlarda mesleki eğitimlere yönlendirilmeleri istihdam olabilmelerini kolaylaştıracaktır.
- Dezavantajlı ergenlerin eğitim düzeyleri benlik algılarını ve iyi oluş düzeylerini etkilemektedir. Bu sebeple eğitim yaşamından uzaklaşmış ve okul terki yaşamış ergenlerin yeniden okula dönmeleri ve sosyal uyumlarının artırılması için MEB bünyesinde yürütülen çalışmaların Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlükleri işbirliğinde yapılması, okul sosyal hizmeti uygulamalarının hayata geçirilmesi ve Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü bünyesinde gündüzlü çocuk, genç destek merkezlerinin kurulması gerekmektedir.
- Kadın ergenlerin benlik algıları erkeklere göre daha düşüktür. Bunun sebebi geleneksel ve kültürel özelliklerin etkili olduğu göstermektedir. Kadın ergenlerin toplumsal cinsiyet konusunda eğitimlerle desteklenmesi gerekmektedir.

Mezzo Öneriler

- Ergenlerin ailelerinin eğitim düzeylerinin ve farkındalıklarının ergenlerin benlik algıları ve iyi oluş düzeyleri üzerinde etkisi görülmüştür. Bu sebeple aile eğitimlerinin artırılması gerekmektedir.
- Diyarbakır Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü AR-GE birimi tarafından uygulanan en önemli projeler “Gençlik ile El Ele Projesi” ile “Yazılım Atölyesi ve Kuluçka (start-up) Merkezi Projesi”dir. Bu projelerde dezavantajlı gençlerin benlik algılarının ve saygılarının gelişmesi, teknolojik gelişmelerden geri kalmamaları ve yazılım konusunda temel atmaları sağlanmaktadır. Bu projeler kapsamında gençler ve çocukların eğitim almaları sosyal uyumlarına ve benlik algılarına pozitif yönde etki edeceği değerlendirilmektedir.

- Ergenlerle çalışan meslek elemanlarının akademik süpervizyon ve meslek içi eğitimlerle desteklenmesi gerekmektedir.

Makro Öneriler

- Sosyal hizmet yaklaşımlarından olan güçlendirme yaklaşımı ile temellendirilmiş, bölgenin sosyo-kültürel yapısına göre zenginleştirilmiş bir müdahale programı geliştirilmesi ve bu müdahale programının Aile ve Sosyal Hizmet Bakanlığı'nda görevli sosyal hizmet uzmanlarınca uygulanması gerekmektedir. Proje temelli bir planlı bir müdahale süreci hazırlanmalı ve uygulanmalıdır.
- Dezavantajlı birey, aile ve toplum için koruyucu ve önleyici çalışmalar yürüten Diyarbakır Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü AR-GE birimi tarafından UNICEF, Türkiye Kalkınma Vakfı ve GAP destekli projeler uygulanmakta ve atölye çalışmaları yapılmaktadır. Atölyeler ile ergenlerin kişisel bilgi ve becerileri artmakta ve dolayısıyla benlik algıları ve öz benlik saygıları gelişmektedir. Bu çalışmanın da en önemli sonuçlarından birisi ergenlerin iyi oluş düzeylerinin benlik algıları ile doğrudan ilişkili olduğudur. Bu sebeple ergenlerin şimdi ve gelecekte yaşam kalitelerini etkileyen iyi oluş hallerinin benlik algılarını arttırıcı çalışmalarla desteklenmesi önemlidir. Tüm bunlarla birlikte değerlendirildiğinde ergenlerin benlik algılarını ve saygılarını arttırıcı bu çalışmaların Diyarbakır'da olduğu gibi ülke genelindeki Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüklerinde de uygulanması gerekmektedir.
- Dezavantajlı ergenlerin psiko-sosyal ve ekonomik anlamda destekleneceği ve bunların yanında sanat, kültür, spor gibi serbest zamanlarını destekleyici faaliyetlerin uygulanacağı Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlükleri bünyesinde eskiden uygulanan hali hazırda lavedilen toplum merkezlerinin yenilikçi bakış açısıyla çağın sorunlarına ve ihtiyaçlarına göre revize dilip sosyal hizmet merkezleri bünyesinde yeniden faaliyete geçirilmesi gerekmektedir.
- Çalışma tek bir bölge ile sınırlandırılmıştır. Bölgenin geleneksel ve kültürel özelliklerinin yansımalarının daha iyi görebilmek adına farklı bir bölgede araştırmanın yeniden yapılması gerekmektedir.

KAYNAKÇA

- Abalı, O. (2014). Ergenlik dönemi ve ruhsal yaklaşım. Deha Terapi eğitim danışmanlık ltd şti.
- Adams, R. (2003), Social Work and Empowerment. New York Palgrave Macmillan.
- Aksoy, AB., & Bursa, GY. (2020). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığı ile benlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (56), 206-226.
- Akşin Yavuz, E., Güven, G., Bayındır, D., Sezer, T., & Yılmaz, E. (2016). Annelerin Çocuğunu Kabul Düzeyi İle Çocukların Benlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(3), 1065-1081.
- Albayrak, G. (2013). Psiko-eğitim programı ile psiko-dramanın üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarına etkisinin karşılaştırılması. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Alisinanoğlu, F. (2002). Gençlik dönemi özellikleri ve genç anne-baba iletişimi. *Eğitim ve bilim*, 27(123).
- Altıntop, M. (2017). Madde bağımlılığı tedavi merkezlerine başvurmuş 18-24 yaşları arasındaki bireylerin tedavi süreçlerine bakış açıları: Diyarbakır örneği (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Amador, X. F., & David, A. S. (1999). Insight and psychosis. *Nordic Journal of Psychiatry*, 53(6), 467-468.
- Apak, H. (2018). Güçlendirme ve Maneviyata Duyarlı Sosyal Hizmet, *The Journal of Academic Social Science Studies*, Number: 67, p. 399-411, Spring III 2018

- Arıkan, Ç. (2011). Aile içi şiddet: İstismar ve ihmale yönelik sosyal hizmet müdahalesi, Sosyal dışlanma ve aile: Sosyal hizmet müdahalelerinde güçlendirme yaklaşımı Ed. Y. Özkan. Ankara: Maya Akademi, 31-49.
- Aslan, E. (1992). Benlik Kavramı ve Bireyin Yaşamındaki Etkileri. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi* (4), 7-14.
- Aslan Yılmaz, H. (2016). Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar Ve Tanımlamalar. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (48), 79-89.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E., Bem, D., & Nolen-Hoeksema, S. (2006). Psikolojiye Giriş (Çeviren: Yavuz Alogan). Arkadaş Yayınevi, Ankara.
- Aydın, K. B. (2005). Akış Kuramına Dayalı Stresle Başa Çıkma Grup Programının Ergenlerin Stresle Başa Çıkma Stratejilerine Etkisi Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Aydın, E. (2019). Bağlanma Stillerinin Orta Çocukluk Dönemindeki Çocuklarda Benlik Algısı Ve Mükemmeliyetçilik Tutumu İle İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Babür, S. (1997). Nikomakhos'a Etik. (Aristoteles - Çev.). Ankara: Ayraç Yayınevi.
- Bacanlı, H. (2004). Sosyal İlişkilerde Benlik: Kendini Ayarlamının Psikolojisi. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Barker, R., L. (1999). The Social Work Dictionary, 4th edition, Washington DC, NASW Press.
- Baumeister, R. F. (Ed.). (1999). The self in social psychology. Psychology Press.
- Baytemir, K. (2014). Ergenlikte ebeveyn ve akrana bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide kişilerarası yeterliğin aracılığı. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Bızancı, M. (2014). Ailede Kadına Yönelik Şiddeti Meşru Görme, Cinsiyetçilik, Öznel İyi Oluş: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Çalışma Yüksek Lisans, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Camfield, L., & Skevington, S. (2008). On subjective well-being and quality of life. *Journal of Health Psychology*, 13(6): 764-775.
- Canbay H. (2010), Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri İle Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Cansever, A. B. (2013). Ergenlerin internet kullanımının toplumsal ilişkilerinde yarattığı sorunlar. Melek Kalkan, Canani Kaygusuz (Ed.), İnternet Bağımlılığı (s.193-210). Ankara: Anı Yayınları.
- Cantor, N. (1990). From taught to behavior: Having and doing in the study of personality. *American Psychologist*, 45(6): 735-750.
- Cenkseven, F. (2004). Üniversite Öğrencilerinde Öznel ve Psikolojik İyi Olmanın Yordayıcılarının İncelenmesi. (Yayınlanmamış doktora tezi) Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Claes, L., Houben, A., Vandereycken, W., Bijttebier, P., & Muehlenkamp, J. (2010). Brief Report: The Association Between Non-Suicidal Self-İnjury, Self-Concept And Acquaintance With Self-İnjurious Peers İn A Sample Of Adolescents. *Journal of Adolescence*, 33(5), 775-778.
- Cooper, H., Okamura, L., & McNeil, P. (1995). Situation and personality correlates of psychological well-being: Social activity and personal control. *Journal of Research in Personality*, 29(4), 395-417.
- Coşkun, Y., & Altay, CA. (2009). Lise öğrencilerinde yabancılaşma ve benlik algısı ilişkisi. M.Ü. *Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Dergisi*, 29: 41-56.
- Csikszentmihalyi, M. (2005). Akış, Mutluluk Bilimi, Ankara: HYB yay.

- Csikszentmihalyi, M. (2018). Akış Mutluluk Birimi (İkinci baskı). İstanbul: Buzdağı Yayınevi
- Cüceloğlu, D. (2003). İnsan ve davranışı. 12. Baskı., Remzi Kitapevi, 591 s., İstanbul.
- Cüceloğlu, D. (2016). İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çelebi, E. (2016). Yaşlı ve çocuk grupları ile çalışan psikologlarda mesleki tükenmişlik, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi. Beykent Üniversitesi, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul.
- Çeçen, A. R. (2007). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 180-190.
- Çeçen, A.R., & Cenkseven, F. (2007). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığının yordayıcısı olarak psikolojik iyi olma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(2), 109-118.
- Çelik, İ. (2008). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal zeka açısından incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Çiftçi, H. (2018). Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması meslek yüksekokulu ve meslek lisesi öğrencileri üzerine bir inceleme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, Güz -2018 Cilt:17 (68) :1648-1665.
- Dal, V. (2009). Farklı kişilik özelliklerine sahip bireylerin risk algılarının tüketici davranışı açısından incelenmesi: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi. Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Damon, W., & Hart, D. (1982). The Development of Self-Understanding from Infancy Through Adolescence. *Child Development*, 53(4), 841-864.
- Deiner, E. (2001). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national Index. *American Psychologist*, Vol.55. No.1, 34-43.

- Demirci, İ. ve Ekşi, F. (2015). Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli: EPOCH Ölçeği'nin Türkçe Formunun Geçerliği ve Güvenirliliği. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 9-30
- Demirtaş, S. (2016). Okul yöneticilerinin psikolojik iyi olma ve örgütsel vatandaşlık davranışları arasındaki ilişki. Mevlana Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Konya.
- Demoulin, D. F. (1998). Giving Kids A Good Emotional Start-What Head Start Parents and Teachers Should Know to Ensure Emotionally Healthy Children. *Children and Families*, Fall. <https://www.ilikeme.org/article1.html>
- Demoulin, D. F. (2000). I Like Me: Enhancing Self Concept in Kindergarten-age Children Through Active School/Business Partnerships. *NASP Communiqué*, 27(8), 90-95.
- Deniz, U. (2017). Ergenlik Dönemindeki Futbolcuların Esenlik Algıları ve Özsayıgı Düzeylerinin Performanslarına Etki Eden Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde Psikososyal Gelişim. Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi, 63(1), 19-21.
- Diener, E. & Bohlin K.E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3): 568-575.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well Being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2): 276-30
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and Ill Being. *Journal of Happiness Studies*, 7: 397-404.
- Dilek H, Aksoy B. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ile anne- babalarının benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(3), 95 - 109.

- Dilmaç, B., & Bozgeyikli, H. (2009). Öğretmen adaylarının öznel iyi olma ve karar verme stillerinin incelenmesi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 171-187
- Dinçer, B., (2008). Alt ve üst sosyo ekonomik düzeyde lise ikinci sınıfa devam eden ergenlerin anne baba tutumlarını algılamaları ile arkadaşlık ilişkilerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Diyarbakır ASHİM (2021). Bilgi Notu.
- Diyarbakır Valiliği. (2021). <http://www.diyarbakir-yenisehir.gov.tr> (ET: 12.12.2021).
- Doğan, T. (2004). Üniversite Öğrencilerinin İyilik Halinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış doktora tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Doman, M. (2010). Compassion fatigue, burnout, compassion satisfaction and Subjective happiness in mental health providers unpublished PhD thesis. University Of La Verne College of Arts and Sciences Psychology Department, 12-27.
- Dursun, A. (2015). Anne Babası Boşanmış Ergenlerin Öznel İyi Oluşunu Arttırma Programının Etkililiğinin İncelenmesi.
- Duyan, V. (2019). Baskı ve Ayrımcılığa Karşı Sosyal Hizmet. *Journal of Academic Value Studies*, 4(19), 273-283.
- Düzgün, Ş. (2003). Öğrencilerin Psikolojik Belirtileri İle Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkiler. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(1-2).
- Ekin, V. (2010). Tüketim toplumu, hedonizm ve araç olarak yazılı basın, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi.
- Eldeleklioğlu, J. (2007). Kişilik Gelişimi. M. E. Deniz (Dü.) içinde, Eğitim Psikolojisi (s. 147-150). Ankara: Maya Akademi Yayınları.

- Emmons, R.A., & McCullough, M.E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal Of Personality and Social Psychology*, 84, 377–389.
- Engeström, Y. (1999). Activity theory and transformation. In Engeström, Y., Miettinen, R., Punamaki, R. L. (Ed.). *Perspectives on activity theory*. (pp.19-38). USA: Cambridge University Press.
- Engeström, Y. and Miettinen, R. (1999). Activity theory: a well-kept secret. In Engeström, Y., Miettinen, R., Punamaki, R. L. (Ed). *Perspectives on activity theory*. (pp.1-16). USA: Cambridge University Press.
- Erbay, E. (2019). Güç ve güçlendirme kavramları bağlamında sosyal hizmet uygulaması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 19(42), 41-64.
- Eryılmaz, A. (2009). Başa Çıkma Stratejilerinin Kişilik Özellikleri ile Ergen Öznel İyi Oluşu Arasındaki Aracı Rolü Doktora Tezi Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı.
- Eryılmaz, A., & Atak, H. (2011). Investigation of Starting Romantic Intimacy in Emerging Adulthood in Terms of Self-Esteem, Gender and Gender Roles. *Educational sciences: theory and practice*, 11(2), 595-600.
- Eryılmaz, A. (2012). Ergenler öznel iyi oluş düzeylerini çevreyle ilişkiler aracılığıyla nasıl artırırılar? *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 11(4): 407-414.
- Eskin, M. (2000). Ergen ruh sağlığı sorunları ve intihar davranışıyla ilişkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 3(4), 228-234.
- Fleming, J. S. (2004). Erikson's psychosocial developmental stages. *Childhood Development*, 1(1), 9-24.
- Geldard, K. & Geldard, D. (2010). *Counselling Adolescents: The Proactive Approach For Young People*. London: SAGE Publications.

- Gilbert P, Allan S, Trent D. (1991): A Social Comparison Scale: Psychometric Properties and Relationship to Psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 19 (3), 293-299
- Gizir, C. A. (2012). İlişki İnançları Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2).
- Graber JA., Petersen AC., ve Brooks-Gunn J. (1996). Pubertal processes: methods, measures, and models, JA Graber, J Brooks-Gunn ve AC Petersen (Ed), Mahwah, Lawrence Earlbaum Associates, s. 23-53.
- Güçlü, S., Değirmen, N., & Uncu, B. (2016). Yetişkinlerde Sosyal Destek, Anksiyete Ve Benlik Algısı Arasındaki İlişki. *Journal of Current Researches on Health Sector*, 6(1), 13-22.
- Gülaçtı, F. (2009). Sosyal beceri eğitimine yönelik programın üniversite öğrencilerinin, sosyal beceri, öznel ve psikolojik iyi olma düzeylerine etkisi. (Yayınlanmamış doktora tezi), Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Güney, S. (2020). Sosyal Psikoloji. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Hamurcu, H. (2011). Ergenlerin Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluşlarını Yordamada Psikolojik İhtiyaçlar. (Yayınlanmamış doktora tezi), Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Haring, M. J., Okun, M. A., Stock, W. A. & Witter, R. A. (1984). Health and subjective well-being: A meta-analysis. *The International journal of aging and human development*, 19(2), 111-132.
- Harlak, H. (2007). Ergen ve Ruhsal Sorunları Durum Saptama Çalışması II. A.M.Ü. Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi, Proje Bitirme Raporu.
- Harris, M. R. (2010). The relationship between psychological well-being and perceived wellness in graduate-level counseling students. Degree of Doctor of Philosophy Psychology. Walden University.

- Headey, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and dwb: toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(4): 731-739.
- Hoyt, L.T., Chase-Lansdale, P.L., McDade, T.W. and Adam, E.K. (2012). Positive youth,healthy adults: Does positive well-being in adolescence predict better perceivedhealth and fewer risky health behaviors in young adulthood? *Journal of Adolescent Health*, 50(1): 66-73.
- İlhan, T. (2005). Öznel iyi oluşa dayalı mizah tarzları modeli. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İnanç, B. Y., Bilgin M., Atıcı, M. K. (2012). Gelişim psikolojisi: çocuk ve ergen gelişimi. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Kalkan, M. ve Yalçın, İ. (2012). Evlilik Öncesi Dönem ve Romantik İlişkiler. M.Kalkan ve Z.Hamamcı. (Ed.) Evlilik Öncesi Psikolojik Danışma. (ss.1-7). Ankara: Anı Yayıncılık
- Kaplan, E. (2018). Eşlerin duygusal zekâlarının psikolojik iyi oluşları üzerine etkisi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü İstanbul.
- Karadayı, S. (2018). Ergenlik ve İlk Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerde Yaşam Doyumu, Psikolojik İhtiyaçlar ve Benlik Algısı. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul.
- Karakurt, RB. (2019). Ergenlerin Benlik Saygıları ile Beden İmajlarının Sosyal Medya Kullanımı ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Programı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Karasar, N. (2015). Bilimsel araştırma yöntemi. 28. Edition. Nobel Akademi Yayıncılık. Ankara.

- Kaşıkcı, Ş. (2014). Ergenlik döneminde riskli sağlık davranışları. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya, F. Ş., & Uysal, V. (2015). Günümüzde Dindarlık ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Algıları Üstüne Bir Araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(36), 646-662.
- Kaya, Y., & Öz, F. (2020). Ergenlerin benlik algısı üzerinde algılanan ebeveyn tutumlarının ve bağlanma stillerinin rolü: Bir yapısal eşitlik modellemesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 11(2), 106-114.
- Kayım, F., & Ayaz, M. (2019). 3-4 Yaş Grubu Çocuklarda Benlik Kavramı Ve Ebeveyn Tutumlarının Cinsiyetler Açısından Karşılaştırılması. *İstanbul Aydın Üniversitesi Dergisi*, 11(3), 241-254.
- Kelley, T. M., & Stack, S. A. (2000). Thought recognition, locus of control, and adolescent well-being. *Adolescence*, 35(139), 531.
- Kern, M. L., Adler, A., Waters, L. E. & White, M. A. (2015). Measuring whole-school well-being in students and staff. In *Evidence-based approaches in positive education* (pp. 65-91). Springer, Dordrecht.
- Kılıç B, Kırılı G, Ön Esen F. (2017). The relationship between the usage of social media and self perception: A research on tourists. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 16(1), 70-85.
- Koç, F. C. (2019). Ergenlerin Ebeveynlerine Bağlanma Düzeyi İle Mental İyi Oluş, Benlik Saygısı Ve Akran İlişkilerinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Koyuncu, B. A. (2019). Evli Bireylerde Öznel Mutluluk Ve İlişkisel Mutluluğun Evlilik Doyumuna Etkisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Köknel, Ö. (1999). Ergenlik Dönemi. Ana-Baba-Çocuk Okulu. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Kulaksızoğlu, A. (2008). Ergenlik Psikolojisi. Ankara: Remzi Kitabevi.
- Lama, D., & Cutler, H. (2011). Mutluluk sanatı. İstanbul: Klan Yayınları.
- Lawrence, A. S., ve Vimala, A. (2013). Self-Concept and Achievement Motivation of High School Students. Online Submission, 1(1), 141-146.
- Lee, G. R., Seccombe, K., & Shehan, C. L. (1991). Marital status and personal happiness: An analysis of trend data. *Journal of Marriage and the Family*, 839-844.
- Li, Y., Lan, J., & Ju, C. (2015). Self Esteem, gender and the relationship between extraversion and subjective well-being. *Social Behaviour and Personality*, 43(8), 1243-1254
- Lynch, L. C. Y. (2003). Using Activity Theory as an analytical lens for examining technology professional development in schools. Retrieved May 24, 2003 from http://www.cedu.niu.edu/~lynch/using_activity_theory.pdf.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological science*, 7(3), 186-189.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? the role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56(3): 239-249.
- Makar, E. (2016). Spor Eğitimi Gören Öğrencilerin, Sosyal Beceri, Fiziksel Benlik Algısı ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Minnis, M. and Steiner, V. P. J. (2000). Are we ready for a single, integrated theory?. Essay Review of Perspectives on Activity Theory. Retrieved December 12, 2003 from http://lhc.ucsd.edu/MCA/Paper/00_01/AT_Vera.htm.
- Monahan, K. C., Steinberg, L., Cauffman, E., & Mulvey, E. P. (2013). Psychosocial (im) maturity from adolescence to early adulthood: Distinguishing between

adolescence-limited and persisting antisocial behavior. *Development and Psychopathology*, 25(4pt1), 1093-1105.

Morganett, S. R.(2013). Yaşam becerileri. Ergenler için grupla psikolojik danışma uygulamaları.(S. Güçray, A. Kaya ve M. Saçkes, Çev.). Ankara: Pegem.

Myers, D., Deiner, E. (1995). Who is happy. *American Psychological Society*, Vol. 6. No.1.p19.

Nardi, B. A. (Ed.) (1996). Context and consciousness: Activity Theory and human-computer interaction. Cambridge: The MIT Press.

Odabaşı, Ş. (2016). Üniversite öğrencilerinin online oyun bağımlılığı düzeylerinin öznel mutluluk düzeyleriyle ilişkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Ok, E. (2016). Anlam Arayışı Eğitim Programının Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi.

Otrar M, Uzel B, Dönmez D. (2018). Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeylerini yordama gücü. *HUMANITAS-Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(12), 235-254.

Oynağanlı, S. (2015). 60 Yaş Ve Üzeri Kişilerde Benlik Saygısı Ve Öznel İyi Oluş 69 Düzeyleri Yüksek lisan Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özdamar, K. (2003). Modern bilimsel araştırma yöntemleri. Eskişehir: Kaan Kitabevi.

Özen, Y., & Gülaçtı, F. (2010). Benlik-Kavramı Ve Benliğin Gelişimi: Bilen Benliğe Gereksinim Var Mı? *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 21-37.

Özkan, M., Karakurt, N., & Yaşar, İ. (2011). Zengin Okul Çevresi, Büyük Öz Kaynak: Okul Aile Birliği Gelirlerinin Okul Çevresinin Sosyoekonomik Düzeyine Göre İncelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (12), 17-32.

- Özkan, İ. (2014). Ergenlerde anne baba tutumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Özmete, E. (2011). Yoksul Ailelerde Sosyal Dışlanmaya Karşı Güçlendirme Yaklaşımı. Ed. Özkan Y., Sosyal Dışlanma Ve Aile: Sosyal Hizmet Müdahalelerinde Güçlendirme Yaklaşımı, Maya Akademi Yayınevi, 71-87.
- Park, N. (2004). Character strengths and positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 40-54.
- Rosenfield, S., & Smith, D. (2019). Gender and Mental Health: Do Men and Women Have Different Amounts or Types of Problems? doi:<https://doi.org/10.1017/CBO9780511984945.017>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current directions in psychological science*, 4(4), 99-104.
- Ryff, C. D., Magee, W. J., Kling, K. C., & Wing, E. H. (1999). Forging macro-micro linkages in the study of psychological well-being. C.D. Ryff ve V.W.Marshall (Ed.) In *The Self and Society in Aging Processes*. New York: Springer.
- Santrock, J. W. (2012). Ergenlik. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Sarıca, E. (2013). Ebeveynlerin sosyal sorun çözme yönelimi ile çocukların benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, Akdeniz Üniversitesi).
- Schumaker, J. F., Shea, J. D., Monfries, M. M. & Groth-Marnat, G. (1992). Loneliness and life satisfaction in Japan and Australia. *The Journal of Psychology*, 127 (1), 65-71
- Schmutte, P. S., & Ryff, C. D. (1997). Personality and well-being: reexamining methods and meanings. *Journal of personality and social psychology*, 73(3), 549.
- Sevim S, Önal AA, Avşar V, Doğan BG. (2020). Erinlik, ergenlik ve beliren yetişkinlikte olumsuz benlik kavramının yordayıcıları: akılcı olmayan

inançlar, benmerkezlilik ve cinsiyetin rolü. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, P-ISSN: 2146-9490.

Silk, J. S., Steinberg, L. and Morris, A.S. (2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, 74

Stead, H. & Bibby, P. A. (2017). Personality, Fear of Missing Out and Problematic Internet Use and their Relationship to Subjective Well-Being. *Computers in Human Behavior*, 76, 534-540.

Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal Theory Of Psychiatry*. New York: W. W. Norton & Company.

Susman EJ, Rogol A. (2004). Puberty and Psychological Development. In: "Handbook of Adolescent Psychology". (eds) Lerner RM, Steinberg L. 2th ed. Hoboken, New Jersey. John Wiley&Sons, Inc. 15-44.

Şahin NH, Durak A, Şahin N. (1993): Sosyal Karşılaştırma Ölçeği: Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme. *Türk Psikologlar Derneği Yayınları*, Ankara.

Şahin, G. N. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma, Öznel İyi Oluş Ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılması, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir.

Şahin, N. (2014). Ergenlik problemleri ve başatme yöntemleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Haliç Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Şahin, Ş., ve Özçelik, Ç. Ç. (2016). Ergenlik dönemi ve sosyalleşme. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(1), 42-49.

Tabachnick, B. G. (2013). *BG Tabachnick, LS Fidell Using Multivariate Statistics*.

Teater, B. (2015). *An Introduction to Applying Social Work Theories and Methods*. (A. Karatay, Çev.) Ankara: Nika Yayınevi.

- Thompson, D. (2016). *The Schematic State*. Cambridge University Press.
- Thompson, N. (2016). *Güç ve Güçlendirme*, Çeviri Editörü: Cankurtaran, Özlem, Nika Yayınevi, Ankara
- Tıraşoğlu, S. E. (2018). *Evli bireylerde evlilik uyumu ve benlik algısı arasındaki ilişki: (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. İstanbul Aydın Üniversitesi. İstanbul.
- Timur, M. S. (2008). *Boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş modellerini etkileyen faktörlerin incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Topuz, C. (2013). *Üniversite öğrencilerinde özgeciliğin öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Fatih Üniversitesi, İstanbul.
- Tunç Z, Kolburan ŞG. (2019). *Ergenlik döneminde benlik saygısı ile sigara bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Aydın Toplum ve İnsan Dergisi, Yıl 5 Sayı 1:55-70.*
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.*
- Tuzgöl Dost, M. (2005). *Öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(23): 103-109.*
- TÜİK (2020). *İl, İlçe ve Mahallelere Göre Nüfus Dağılımları, <https://biruni.tuik.gov.tr/medas/?kn=95&locale=tr> (E.T: 01/10/2021).*
- Türksoy FB. (2014). *Hemşirelik Fakültesi Öğrencilerinde Benlik Saygısı Ve Stresle Baş Etme Yöntemleri: Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Örneği. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Tüzün, O., Sayar, K. (2006). *Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. Düşünen Adam. 19: 24-39.*

- Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1986). Loneliness, social skills, and social perception. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12(1), 121-130.
- Yanbastı, G. (1990). Kişilik Kuramları. İzmir: Ege Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi Yayınları.
- Yavuz, Ç. (2006). Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Öğrencilerinde Öznel İyi Olma Hali, Psikiyatrik Belirtiler Ve Bazı Kişilik Özellikleri: Karşılaştırmalı Bir Çalışma Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yavuzer, H. (2002). Doğum Öncesinden Ergenlik Sonuna Çocuk Psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2019). Çocuk Psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Yetim, Ü. (1991). Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu, Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yılmazer, Y. (2007) Anne-Baba Tutumları ile İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Okul Başarısı ve Özerkliklerinin Gelişimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yiğit, H. (2010). Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu Ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Yüksel G. (2015). Yaşam Boyu Gelişim Psikolojisi. Nobel Akademik Yayıncılık, yayın no. 250, s. 248-406.

EKLER

EK 1 : ETİK KURUL İZİNİ

Evrak Tarih ve Sayısı: 13.12.2021-E.18412



T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı :E-20292139-050.01.04-18412
Konu :Etik Kurul Kararları

Sayın İbrahim KAYA
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisi

"Ergenlerin Benlik Algıları ile İyi Oluş Halleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Diyarbakır Şehitlik Semti Örneği" başlıklı araştırmanız kurulumuzun 26.11.2021 tarihli ve 2021/11 sayılı toplantısında değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğu katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Nasuh USLU
Kurul Başkanı

Ek:32-İbrahim KAYA Etik Onay Belgesi (1 sayfa)

Mevcut Elektronik İmzalar

NASUH USLU (Etik Kurulu Başkanlığı - Kurul Başkanı) 13.12.2021 15:10

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :*BSUM1S8T7* Pin Kodu :75702

Belge Takip Adresi : <https://ebys.izu.edu.tr/enVision/Dogrula/0N3>

Adres:Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul
Telefon:444 97 98 Faks:+90 (212) 693 82 29
e-Posta:bilgi@izu.edu.tr Web:www.izu.edu.tr
Kep Adresi:izu@hs01.kep.tr

Bilgi için: Zeyneb Funda TEZ
Unvanı: Yeminli Katip
Tel No: +902126929606





T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAIM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU

ETİK ONAY BELGESİ

Tarih	26.11.2021
Sayı	2021/11
Araştırmanın Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Araştırmanın Adı	<i>Ergenlerin Benlik Algıları ile İyi Oluş Halleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Diyarbakır Şehitlik Senti Örneği</i>
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	İbrahim KAYA
Diğer Araştırmacılar/Danışman Adı Soyadı	Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ
Karar	UYGUNDUR

(İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizle ilgili etik ilkelerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amacını taşımaktadır.)

Prof. Dr. Nasuh USLU
Başkan

Prof. Dr. Metin TOPRAK
Üye

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ
Üye

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ
Üye

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇECİK
Üye

Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU
Üye

Av. Bilal ŞAMAT
Üye

Kurul Yeminli Kâtibi

Zeyneb Funda TEZ

EK 2 : DEMOGRAFİK FORM

1. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()
2. Yaşınız: 13-15 () 16-18 ()
3. Eğitim Durumunuz: İlkokul M. () Ortaokul M. () Lise M. () Üniversite Öğrencisi ()
4. Anne Eğitim Durumu: İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()
5. Baba Eğitim Durumu: İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()
6. Anne-Baba Medeni ve Yaşam Durumu:
Anne-Baba Evli ve Hayatta () Anne-Baba Boşanmış () Anne ve/veya Baba Vefat ()
7. Aile Gelir Durumu: Asgari Ücret Altı () Asgari Ücret () Asgari Ücret Üstü ()
8. Aile ve Sosyal Hizmetlere Müracaat Durumu: Evet () Hayır ()
- 8.1. (8 evet ise) Müracaat Nedeni:
Sosyal Yardım () Eğitim Yardımı () Psiko-Sosyal Destek () Diğer ()
9. Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfına Müracaat Durumu: Evet () Hayır ()
- 9.1. (9 evet ise) Müracaat Nedeni: Sosyal Yardım () Eğitim Yardımı () Diğer ()
10. Diyarbakır Büyükşehir Belediyesine Müracaat Durumu: Evet () Hayır ()
- 10.1. (10 evet ise) Müracaat Nedeni: Sosyal Yardım () Eğitim Yardımı () Diğer ()

EK 3: SOSYAL KARŞILAŞTIRMA ÖLÇEĞİ (SKÖ)

Sizin de bildiğiniz gibi, hepimiz zaman zaman kendimizi diğer insanlarla karşılaştırır ve bazı değerlendirmeler yaparız. Bu değerlendirmeler sonucunda kendimizle ilgili bazı fikirler ediniriz. Sizin de kendinizle ilişkili bazı kişisel görüşleriniz mutlaka vardır. Lütfen, aşağıdaki sıfatların her birinde sizi en iyi yansıtan sayıyı bularak üzerine (X) işareti koyunuz.

Yetersiz	1	2	3	4	5	6	Yeterli/üstün
Beceriksiz	1	2	3	4	5	6	Becerikli
Başarısız	1	2	3	4	5	6	Başarılı
Sevilmeyen biri	1	2	3	4	5	6	Sevilen biri
İçe dönük	1	2	3	4	5	6	Dışa dönük
Yalnız	1	2	3	4	5	6	Yalnız değil
Dışta bırakılmış	1	2	3	4	5	6	Kabul edilmiş
Sabırsız	1	2	3	4	5	6	Sabırlı
Hoşgörüsüz	1	2	3	4	5	6	Hoşgörülü
Söyleneni yapan	1	2	3	4	5	6	İnsiyatif sahibi
Korkak	1	2	3	4	5	6	Cesur
Kendine güvensiz	1	2	3	4	5	6	Kendine güvenli
Çekingen	1	2	3	4	5	6	Atılgan
Dağınık	1	2	3	4	5	6	Düzenli
Pasif	1	2	3	4	5	6	Aktif
Kararsız	1	2	3	4	5	6	Kararlı
Antipatik	1	2	3	4	5	6	Sempatik
Boyun eğici	1	2	3	4	5	6	Hakkını arayıcı

EK 4: ERGENLER İÇİN BEŞ BOYUTLU İYİ OLUŞ MODELİ ÖLÇEĞİ (EPOCHÖ)

Aşağıda sizinle ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanız. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz. Katkılarınız için teşekkürler.

1= Hiçbir zaman 2= Bazen 3=Sıklıkla 4=Çoğu zaman 5=Her zaman anlamına gelmektedir.



1. Başıma iyi şeyler geldiğinde çevremde bu iyi haberleri paylaşmayı sevdiğim insanlar vardır.	1 2 3 4 5
2. Başladığım işi bitiririm.	1 2 3 4 5
3. Geleceğim hakkında iyimserim.	1 2 3 4 5
4. Mutlu hissederim.	1 2 3 4 5
5. Bir şeylerle meşgul olduğumda o kadar eğlenirim ki zamanın nasıl geçtiğini anlamam.	1 2 3 4 5
6. Çok eğlenirim.	1 2 3 4 5
7. Kendimi yaptığım işe tamamen kaptırırım.	1 2 3 4 5
8. Hayatı severim.	1 2 3 4 5
9. Odevlerimi bitirene kadar başka bir şeyle ilgilenmem.	1 2 3 4 5
10. Bir sorun yaşadığımda benimle ilgilenen birileri vardır.	1 2 3 4 5
11. Uğraştığım işe kendimi o kadar kaptırırım ki, geri kalan her şeyi unuturum.	1 2 3 4 5
12. Yeni bir şeyler öğrendiğimde zamanın nasıl geçtiğini anlamam.	1 2 3 4 5
13. Belirsizlik durumlarında en iyisini umarım.	1 2 3 4 5
14. Hayatımda beni gerçekten önemseyen insanlar var.	1 2 3 4 5
15. İyi şeyler yaşayacağımı düşünürüm.	1 2 3 4 5
16. Gerçekten önemsemiğim arkadaşlarım var.	1 2 3 4 5
17. Bir şey için plan yaptığımda o plana uyarım.	1 2 3 4 5
18. Ne kadar zor görünürse görünsün her şeyin yoluna gireceğine inanırım.	1 2 3 4 5
19. Çalışkan bir insanım.	1 2 3 4 5
20. Neşeli bir insanım.	1 2 3 4 5

EK 5 : ÖLÇEK İZİNLERİ

SOSYAL KARŞILAŞTIRMA ÖLÇEĞİ (SKÖ)

 **Ergun Oksuz**
Akıcı ben ▾

@ 14 Ekim Per 06:47 (2 gün önce) ☆ ↻

Merhaba,

Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile ilgili dokümanları ekte bulabilirsiniz.

Başarılar dilerim.

Prof. Dr. Ergun Oksuz
Baskent University
Faculty of Medicine
Department of Family Medicine
Bağlica Kampusu Sağlık Merkezi
06770 Etimesgut – Ankara/Turkey

4 Ek



ERGENLER İÇİN BEŞ BOYUTLU İYİ OLUŞ MODELİ (EPOCH)



İbrahim DEMİRCİ

Alıcı: ben ▾

14 Ekim Per 11:17 (2 gün önce)



Merhabalar,

Ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçeğe toaddan ulaşabilirsiniz. Linkteki 5. satırdaki word dosyasında açıklamalar bulunuyor: <https://toad.halileksi.net/olcek/epoch-olcegi>
İyi çalışmalar dilerim.

Dr. İbrahim DEMİRCİ

Sinop Üniversitesi

Eğitim Fakültesi

Eğitim Bilimleri Bölümü

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı



ÖZGEÇMİŞ

İBRAHİM KAYA

Eğitim Bilgileri

- **Yüksek Lisans** İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sosyal Hizmet Bölümü, İstanbul
- **Lisans** Hacettepe Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, Ankara
- **Lise Birlik Lisesi**, Diyarbakır

Çalışma Deneyimi

- Diyarbakır Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü – ARGE Birim Sorumlusu / Sosyal Çalışmacı (2018- Halen)
- Bitlis Valiliği Proje Birimi – Proje Uzmanı (2014-2018)
- Bitlis Eren Üniversitesi, Sosyal Hizmet Bölümü – Misafir Öğretim Görevlisi (2014)
- Bitlis Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü – ARGE Birim Sorumlusu/ Sosyal Çalışmacı (2013 - 2014)

Kurs ve Sertifika ve Belgeler

- Teşekkür Belgesi- Bitlis Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü (2013)
- Başarı Belgesi- Bitlis Valiliği (2014)
- 3.Bitlis Kent Kurultayı (2014)
- Avrupa Birliği Bakanlığı AB Metodolojisine Göre Proje Hazırlama Eğitimi Programı (Kasım 2014)
- ERASMUS + Most Project “Meaningful Occupation Solutions Together”
- English Acedemy İngilizce Dil Kursu (Proficiency Exam 68) (2006-2007)
- Hacettepe Üniversitesi “Yaratıcı Drama ve Psikodrama Risk Grubundaki Çocuklar Grup Çalışması Eğitimi” (2007-2009)
- Çocuk Hakları Sözleşmesi Eğitimi Güven Eğitim Sağlık Vakfı (2010-2011)

- Global Academy Eu Projects Cycle Managemt(Pcm) Training Camp Certificate (2012-2013)
- Kalkınma Bakanlığı Ve Bitlis Valiliği - Kamu Ortaklık Strateji Geliştirme İletişim Teknikleri Eğitimi (2014)
- Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Risk Grubundakilerle Çalışan Meslek Elemanlarına Yönelik Travma Eğitici Eğitimi “ve” Sunum Teknikleri
- Kamu İhale Kurumu (KİK) Sertifikası Atatürk Üniversitesi ve MEB onaylı
- 2018-2019 Kamu-STK İşbirliği İçin Kapasite Güçlendirmesi Teknik Yardım Projesi 3 aşamalı eğitim
- 2018-Başkent Üniversitesi Kobi Danışmanlığı Sertifikası

Bilgisayar Bilgisi

- Microsoft Windows 95/98/XP/NT/VISTA/WINDOWS 8 (İyi Derecede)
- Microsoft Office Word – Excel – Powerpoint (İyi Derecede)

Yabancı Dil Bilgisi

İngilizce Okuma: İyi, Yazma: İyi, Konuşma: Çok İyi

Hobiler

Fotoğrafçılık, Edebiyat, Sanat, Tarih, Sinema, Müzik, Yüzme, Yazılım ve Robotik Kodlama, ayrıca Tiyatro, Drama

Dernek ve Kulüp Üyelikleri

Sağlıklı Yaşam ve Sosyal Hizmet Derneği (Üye)