

**T.C.
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANA BİLİMDALI**

**0-6 YAŞ GRUBUNDA ÇOCUĞU OLAN EBEVEYNLERİN PSİKOLOJİK
SAĞLAMLIK DÜZEYLERİ VE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ (ADANA ÖRNEĞİ)**

**TEZİ YAZAN
Nihal ÖZYEDEK**

**1.Tez Danışmanı: Prof. Dr. Bekir Aydın LEVENT
2.Tez Danışmanı: Doç. Dr. Gülhan TEMEL (Mersin Üniversitesi)
Jüri Üyesi: Doç. Dr. Murat KOÇ
Jüri Üyesi: Dr. Soner ÇAKMAK (Çukurova Üniversitesi)
Jüri Üyesi: Dr. Mustafa KALE**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MERSİN / EKİM 2020

ONAY

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne;
2017100170 numaralı öğrencimiz olan **Nihal ÖZYEDEK** tarafından hazırlanan “**0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Ebeveynlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki (Adana Örneği)**” başlıklı bu tez çalışması jürilerimiz tarafından **oybirliği** ile **Psikoloji** Ana Bilim Dalında **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.
 Üniv. İçi – Jüri Asıl Üyesi- 1.Tez Danışmanı - Jüri Başkanı: Prof. Dr. Bekir Aydın
 LEVENT

Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.
 Üniv. Dışı Asıl Üye – 2.Tez Danışmanı: Doç. Dr. Gülhan TEMEL
 (Mersin Üniversitesi)

Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.
 Üniv. İçi – Jüri Asıl Üyesi: Doç. Dr. Murat KOÇ

Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.
 Üniv. Dışı – Jüri Asıl Üyesi: Dr.Öğr.Üyesi Soner ÇAKMAK
 (Çukurova Üniversitesi)

Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.
 Üniv. İçi - Jüri Asıl Üyesi: Dr.Öğr.Üyesi Mustafa KALE

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.

Enstitü müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.

16/10/2020
 Doç. Dr. Murat KOÇ
 Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

NOT:Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu’ndaki hükümlere tabidir.

İTHAF



Sevgili Aileme...

ETİK BEYANI

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez çalışmamda sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar dahilinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,
bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

16/10/2020

Nihal ÖZYEDEK

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın planlanmasında ve yürütülmesinde, her adımda desteğiyle yanımda olan, kıymetli fikirleriyle beni yönlendiren, her koşulda vakit ayıran, anlayışı ve sabrıyla bana her zaman hem bilimsel hem de manevi olarak güç veren çok değerli danışman hocam Doç.Dr. Gülhan TEMEL' e,

Araştırma verilerimi toplayabilmemde uygulamalar sırasında bana destek sağlayan tüm okul idarecilerine, öğretmenlere ve ebeveynlere,

Çevirilerde bana yol gösteren ve yardımcı olan değerli kuzenim Sedat Can DAĞTEKİN' e,

Hayatım boyunca her zaman olduğu gibi bu süreçte de varlıklarıyla yolumu ve dünyamı aydınlatan, beni hep destekleyen, ellerinden gelen her şeyi fazlasıyla yapan, süreci kolaylaştırmak için uğraşan, hep yanımda olan, her anımı güzelleştiren ve bana her zaman güvenen canım ailem; babam Selim, annem Yıldız ÖZYEDEK' e ve süreç içerisinde her zaman bana motivasyon desteği veren, düzeltme ve düzenlemelerde bana hep yardımcı olan biricik ablam Gamze ÖZYEDEK' e sonsuz teşekkür ederim.

ÖZET

0-6 YAŞ GRUBUNDA ÇOCUĞU OLAN EBEVEYNLERİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİ İLE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Nihal ÖZYEDEK

Yüksek Lisans, Psikoloji Bölümü Ana Bilim Dalı

1.Tez Danışmanı: Prof. Dr. Bekir Aydın LEVENT

2.Tez Danışmanı: Doç. Dr. Gülhan TEMEL

Ekim 2020, 102 sayfa

Bu araştırmada 0- 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin ve demografik değişkenlere göre aradaki farkı belirleyebilmek amacıyla ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile problem çözme becerileri çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırmaya 2019- 2020 eğitim öğretim yılında çocuğu Adana'nın Yüreğir ilçesinde özel kreşlerde bulunan 113' ü kadın, 67'si erkek toplam 180 ebeveyn ve yine aynı bölgede yaşayan 103'ü kadın, 77' si erkek 180 ebeveyn olmayan yetişkin olmak üzere toplam 360 kişi katılmıştır. Araştırma kapsamında veri toplama araçları olarak; Kişisel Bilgi Formu, Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Problem Çözme Becerileri Envanteri kullanılmıştır. Elde edilen veriler istatistiksel olarak SPSS 15.0 Paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin istatistiksel analizinde Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. Korelasyon analizi Spearman Correlation Test ile yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; Ebeveynlerde psikolojik sağlamlıkla problem çözme becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu; ebeveynlerin gelir düzeylerine, yaşlarına ve psikolojik destek alma geçmişlerine göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin farklılaştığı, problem çözme becerileri ile ebeveynlerin çalışma durumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenirken ebeveyn olmayan grupta psikolojik sağlamlıkla problem çözme becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı çok zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler: 0- 6 yaş, ebeveyn, psikolojik sağlamlık, problem çözme becerileri.

ABSTRACT**THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL RESILLIENCE
LEVELS AND PROBLEM SOLVING SKILLS OF PARENTS WITH
CHILDREN 0-6 AGE GROUP****Nihal ÖZYEDEK****Master Thesis, Department of Psychology****1.Supervisor: Prof. Dr. Bekir Aydın LEVENT****2.Supervisor: Doç.Dr. Gülhan TEMEL****October 2020, 102 pages**

In this research, various demographic variables in terms of problem solving related to psychological robustness levels of parents with children aged 0- 6 were studied. A total of 180 parents (113 females and 67 males) whose children were in private nurseries in Yüreğir district of Adana and 180 non-parent adults (103 females and 77 males) participated in the study. As research data collection tools; Personal Information Form, Psychological Robustness Scale For Adults, and Problem Solving Skills Inventory were used. The data was statically analyzed with SPSS 15.0 Packet program. In the analysis of data, the Mann Whitney U and the Kruskal Wallis Test were used. to determine, whether a corelation existed, the Spearman Corelation Test was used. According to the research results; It has been found that there is a significant positive correlation between psychological resilience and problem solving skills in parents. It has been determined that psychological resilience levels differ according to the income levels, ages and history of receiving psychological support, and there is a significant relationship between problem solving skills and working status of the parents and in the non-parent group, there was a very weak positive correlation between psychological resilience and problem solving skills.

Keywords: 0- 6 years, parents, psychological resillience, problem solving skills.

ÖNSÖZ

Ebeveynlik bireyin yaşam yolculuğunda aldığı en büyük sorumluluk ve en önemli görevlerden biridir. Hayat boyu devam eden bu görev her zaman önemli olmakla birlikte belli dönemlerde çok daha hassas bir süreç izler. 0 -6 yaş ise bu hassas çizgide yer alan ilk dönemdir. Bireyin öz bakımı başta olmak üzere tüm alanlarda ebeveyne bağlı olduğu bu dönem insan hayatının en kritik ve en büyük öneme sahip olan dönemidir. Bu dönemde bireyin fizyolojik ve psikolojik olarak bütün ihtiyaçlarını karşılamakla yükümlü olan ebeveyniyle kurduğu ilişki bireyin tüm hayatı boyunca etkilerini gösterecektir. Ebeveynin psikolojisi bu nedenle oldukça önem kazanmaktadır.

Başından itibaren sorumluluklarla dolu olan bu dönemde süreç her zaman kolay değildir. Ebeveynlerin sorumluluklarına ek olarak karşılaştıkları olumsuz yaşam olayları onları bazen çocuklarıyla olan iletişimlerini etkileyecek derecede tesir altına alabilir. Bu noktada yaşanan sorunlar karşısında psikolojik sağlık düzeyinin kişinin olaylardan etkilene derecesini belirleyici etkisi bilinmektedir. Aynı şekilde problem çözme becerileri de kişilerin günlük yaşamda karşılaştıkları sorunlara yönelik bakış açılarını belirleyerek çözümün ya da sorunun bir parçası olan kişilik yapısına sahip olma durumuna anlam kazandırır. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı kişilerin ebeveynlik becerilerini etkileyen bu iki temel özellik için anlamlı olan faktörleri ve bunlar arasındaki ilişkinin dinamiğini belirleyerek aileleri bilinçlendirerek; gelişmeye ihtiyaç duyulan noktalarda destek verebilmektir. Araştırmanın bulgu ve sonuçlarının bilimsel yönden tüm araştırmacılara ve ebeveynlerin psikolojik gelişimine katkısı olmasını dilerim.

Unutulmamalıdır ki bir çocuk yetiştirmek bir nesil yetiştirmektir. Ve mutlu ebeveyn aslında mutlu çocuk demektir.

16/10/2020

İÇİNDEKİLER

KAPAK.....	i
ONAY	ii
İTHAF.....	iii
ETİK BEYANI	iv
TEŞEKKÜR	v
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
ÖNSÖZ	viii
İÇİNDEKİLER	ix
TABLolar LİSTESİ	xiii
EKLER LİSTESİ	xvi

BÖLÜM I

1. GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Arka Planı	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	2
1.3.Araştırmanın Problemi.....	3
1.4. Araştırmanın Önemi	3
1.5. Araştırmanın Hipotezleri.....	5
1.6. Araştırmanın Sayıltıları.....	6
1.7. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları	6
1.8. Tanımlar	6

BÖLÜM II

2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Gelişim Sürecinde 0-6 Yaş ve Ebeveyn Çocuk İlişkisinin Önemi.....	7
2.2. Çocuk Gelişiminde Ebeveyn Çocuk İlişkisinin Etkilerini Açıklayan Kuramlar....	8
2.2.1. Psikanalitik Kuram Çerçevesinde Çocuk Gelişimi	8
2.2.2. Bağlanma Kuramı Çerçevesinde 0- 6 Yaş Grubu Çocuk.....	10
2.3. Anne-Babanın 0-6 Yaş Arasındaki Çocuk ile İlişkileri	11
2.4. Gelişim Dönemlerine Göre Ebeveyn ve Çocuk Arasındaki İlişki.....	12
2.4.1. 0-18 Ay Dönemindeki Çocuk ve Ebeveynleri ile İlişkisi.....	12

2.4.2. 18 Ay- 3 Yaş Dönemindeki Çocuk ve Ebeveynleri ile İlişkisi.....	13
2.4.3. 3-6 Yaş Dönemindeki Çocuk ve Ebeveynleri ile İlişkisi	14
2.5. Psikolojik Sağlamlık Tanımı ve Tarihsel Gelişim Süreci.....	15
2.6. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler	16
2.6.1. Risk Faktörleri	16
2.6.2. Koruyucu Faktörler	17
2.7. Psikolojik Sağlamlık ile İlgili Araştırmalar	18
2.7.1. Dünyada Yapılan Çalışmalar	18
2.7.2. Türkiye 'de Yapılan Çalışmalar	18
2.8. Problem Çözme Becerileri	19
2.8.1. Problem Çözme Becerilerinin Önemi	19
2.8.2. Problemin Tanımı	20
2.8.3. Problem Çözme Süreci.....	20
2.8.4. Problem Çözme Sürecinin Aşamaları	21
2.9. Problem Çözme ile ilgili Kuramsal Yaklaşımlar.....	21
2.9.1. Bandura'nın Öz-Yeterlik Modeli	21
2.9.2. Seligman'ın Öğrenilmiş Çaresizlik Modeli	22
2.9.3. Davranışçı Yaklaşım	22
2.9.4. Bilişsel Yaklaşım	22
2.10. Problem Çözmede Etkili Faktörler	22
2.11. Problem Çözme ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	23
2.11.1. Problem Çözme ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar	23
2.11.2. Problem Çözme ile İlgili Türkiye' de Yapılan Araştırmalar.....	24
2.12. Psikolojik Sağlamlık ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkiyi Araştıran Çalışmalar	25
2.12.1. Teorik Çerçeve Metodoloji.....	26
2.12.2. Pozitif Psikoloji.....	26
2.12.3. Ekolojik Yaklaşım.....	26

BÖLÜM III

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı.....	28
3.2. Araştırmanın Modeli.....	28
3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	28
3.4. Araştırmanın Yapılışı (Prosedür)	31

3.5. Veri Toplama Araçları	31
3.5.1. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	32
3.5.2. Problem Çözme Becerileri Ölçeği	33
3.5.3. Kişisel Bilgi Formu	33
3.6. Verilerin Analizi	34

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

4.1. Ebeveyn Olan Grupta Kişisel Özelliklere Ait Bulgular.....	35
4.2. Ebeveyn Olan Grupta Psikolojik Sağlamlığa Ait Bulgular	37
4.3. Ebeveyn Olan Grupta Problem Çözme Becerilerine Ait Bulgular.....	41
4.4. Ebeveyn Olan Grupta Psikolojik Sağlamlık Düzeyi ve Problem Çözme Becerileri İlişkisine Yönelik Bulgular:.....	45
4.5. Ebeveyn Olmayan Grupta Kişisel Özelliklere Ait Bulgular	45
4.6. Ebeveyn Olmayan Grupta Psikolojik Sağlamlığa Ait Bulgular	48
4.7. Ebeveyn Olmayan Grupta Problem Çözme Becerilerine Ait Bulgular	52
4.8. Ebeveyn Olmayan Grupta Psikolojik Sağlamlık Düzeyi ve Problem Çözme Becerileri İlişkisine Yönelik Bulgular:.....	56
4.9. Ebeveyn Olan ve Ebeveyn Olmayan Grubun Karşılaştırılması İle ilişkili Sonuçlar	56
4.9.1. Psikolojik Dayanıklılığa İlişkin Karşılaştırmalar	56
4.9.2. Problem Çözme Becerilerine İlişkin Karşılaştırmalar	57

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE YORUM

5.1. Katılımcıların Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Problem Çözme Becerileri Ölçeğinden Aldıkları Sonuçlar	58
5.1.1. Katılımcıların Yaşı ve Cinsiyeti	60
5.1.2. Katılımcıların Gelir Düzeyi	61
5.1.3. Katılımcıların Eğitim Düzeyi	61
5.1.4. Katılımcıların Kardeş Sayıları	62
5.1.5. Katılımcıların Psikolojik Destek Alma Öyküsü	63
5.1.6. Katılımcıların Çalışma Durumu	63

BÖLÜM VI**6. SONUÇ VE ÖNERİLER**

6.1. Sonuç.....64

6.2. Öneriler66

7. KAYNAKÇA67**8. EKLER74**

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1.	Ebeveyn Grubunun Sosyo-demografik Değişkenlere Yönelik Frekans ve Yüzde Dağılımları	29
Tablo 2.	Ebeveyn Olmayan Grubun Sosyo-demografik Değişkenlere Yönelik Frekans ve Yüzde Dağılımları	30
Tablo 3.	Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Güvenirlik Çalışmasına İlişkin Bulgular.....	32
Tablo 4.	Problem Çözme Becerileri Ölçeğinin Güvenirlik Çalışmasına İlişkin Bulgular	33
Tablo 5.	Ebeveynlerin Cinsiyeti ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri.....	35
Tablo 6.	Ebeveynlerin Çalışma Durumu ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	35
Tablo 7.	Ebeveynlerin Gelir Düzeyi ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri.....	35
Tablo 8.	Ebeveynlerin Eğitim Düzeyi ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	36
Tablo 9.	Ebeveynlerin Yaşları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	36
Tablo 10.	Ebeveynlerin Kardeş Sayıları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri.....	36
Tablo 11.	Ebeveynlerin Psikolojik Destek Alma Durumları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	37
Tablo 12.	Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistikler	37
Tablo 13.	Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Ebeveynlerin Cinsiyetlerine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	38
Tablo 14.	Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Gelir Düzeylerine GöreKruskal Wallis Testi Sonuçları	38
Tablo 15.	Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Eğitim Düzeylerine GöreKruskal Wallis Testi Sonuçları	39
Tablo 16.	Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Kardeş Sayılarına GöreKruskal Wallis Testi Sonuçları	39
Tablo 17.	Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Psikolojik Destek Alma Öyküsüne Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	40
Tablo 18.	Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	40
Tablo 19.	Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Yaş Gruplarına GöreKruskal Wallis Testi Sonuçları	41

Tablo 20.	Problem Çözme Becerileri Envanterine İlişkin Betimsel İstatistikler	41
Tablo 21.	Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Cinsiyetlerine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	42
Tablo 22.	Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Gelir Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	42
Tablo 23.	Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Eğitim Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	43
Tablo 24.	Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Kardeş Sayılarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	43
Tablo 25.	Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Psikolojik Destek Alma Öyküsüne Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	44
Tablo 26.	Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	44
Tablo 27.	Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Yaş Gruplarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	45
Tablo 28.	Ebeveyn Olmayan Grubun Cinsiyeti ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	45
Tablo 29.	Ebeveyn Olmayan Grubun Çalışma Durumu ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	46
Tablo 30.	Ebeveyn Olmayan Grubun Gelir Düzeyi ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	46
Tablo 31.	Ebeveyn Olmayan Grubun Eğitim Düzeyi ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	46
Tablo 32.	Ebeveyn Olmayan Grubun Yaşları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	47
Tablo 33.	Ebeveyn Olmayan Grubun Kardeş Sayıları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	47
Tablo 34.	Ebeveyn Olmayan Grubun Psikolojik Destek Alma Durumları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri	47
Tablo 35.	Ebeveyn Olmayan Grupta Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistikler	48
Tablo 36.	Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Ebeveyn Olmayan Grupta Cinsiyete Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	48

Tablo 37. Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Grupta Gelir Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	49
Tablo 38. Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Grupta Eğitim Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	49
Tablo 39. Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Grupta Kardeş Sayılarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	50
Tablo 40. Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Psikolojik Destek Alma Öyküsüne Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	50
Tablo 41. Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Çalışma Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	51
Tablo 42. Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Yaş Gruplarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	51
Tablo 43. Problem Çözme Becerileri Envanterine İlişkin Betimsel İstatistikler	52
Tablo 44. Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Cinsiyetlerine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	52
Tablo 45. Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Gelir Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	53
Tablo 46. Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Eğitim Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	53
Tablo 47. Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Kardeş Sayılarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	54
Tablo 48. Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Psikolojik Destek Alma Öyküsüne Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	54
Tablo 49. Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Çalışma Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	55
Tablo 50. Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Yaş Gruplarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	55
Tablo 51. Psikolojik Sağlamlık Toplam Puanlarının Ebeveyn Olup Olmama Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	56
Tablo 52. Problem Çözme Becerileri Toplam Puanlarının Ebeveyn Olup Olmama Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	57

EKLER LİSTESİ

8.1. Etik Kurulu İzini Talep Formu ve Onay Tutanak Formu	74
8.2. Tez Anket İzin Yazısı	79
8.3. Tez Anket Onay Yazıları	81
8.4. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	84
8.5. Problem Çözme Envanteri	85
8.6. Kişisel Bilgi Formu	86



BÖLÜM I

1.GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Arka Planı

Yaşamın ilk altı yılı gelişimsel açıdan insan hayatının altın dönemi olarak adlandırılır bu yüzden insan hayatında 0-6 yaş arası dönem oldukça önemlidir. Bireyin, davranışlarının, duygularının birçoğu bu dönemde geçirdiği yaşantılar sonucu oluşur. İleriki yaşantıların ve kişiliğin bu dönemle etkileşimi çok fazladır. Bireyin yetişkinlik sürecinde sağlıklı bir psikolojik durumda olabilmesi için bu dönemde olumlu yaşantılara sahip olması, çevresinden pozitif geri bildirimler alması gerekmektedir. Bunlar çocuğun kendine ilişkin olumlu bir benlik algısı geliştirmesini sağlar. Bireyin kendine güvenen bir yapıya sahip olmasını sağlayan bu özellik, ileride ise kişinin kendini net bir şekilde ifade edebilen, sosyal ve girişken bir yapıda olmasını kolaylaştırır.

Çocukların bilişsel, psikolojik ve sosyal gelişimlerinde anne babaların ve sosyal öğrenmenin önemi bilinmektedir. Çocuğun gelişiminin olumlu ilerleyebilmesi için her anlamda sağlıklı bir ortamda büyümesi gerekmektedir. Çocuğa bu ortamı sağlayacak kişiler olan ebeveynlerin de öncelikle kendilerinin sağlık düzeyinin fizyolojik olarak iyi olması kadar psikolojik olarak da iyi olması gerekmektedir. Bu noktada ebeveynin psikolojik iyi oluşunu etkileyen tüm faktörler önem kazanmaktadır. Bu nedenle araştırma konusu olarak bireylerin ruhsal iyi oluşları konusunda belirleyicilerden oldukları bilinen psikolojik sağlamlık kavramı ve problem çözme becerileri incelenmiştir.

Psikolojik sağlamlık ile ilgili yapılan pek çok araştırma literatürde yer almaktadır. Çok sayıda değişkenle ilişkisi incelenen psikolojik sağlamlığın problem çözme becerileri ile olan ilişkisini araştıran araştırmalar az olmakla birlikte bu çalışmaların büyük çoğunluğu öğrenciler üzerinde ya da belli meslek grupları üzerinde yoğunlaşmıştır. Ebeveynler üzerinde yapılan psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri ilişkisini araştıran çalışmalar konusunda eksiklik vardır. Bu araştırmanın sonuçlarının bu eksikliği gidermek konusunda literatüre katkıda bulunacağı öngörülmektedir.

Bu araştırmanın sonucunda ortaya çıkacak olan yüksek lisans tezi ebeveynlerin psikolojik sağlamlıklarını ve problem çözme becerilerini inceleyerek bireylerin

yaşadıkları olaylara rağmen psikolojik olarak iyi durumda olabilmelerini etkileyen faktörleri incelemeyi amaçlamaktadır. Aynı zamanda araştırma sonuçları doğrultusunda hedef kitle olan ebeveynlere yönelik olarak düzenlenecek eğitimlerin içeriklerinin şekillenmesi amaçlanmaktadır. Böylelikle psikolojik olarak sağlıklarına katkıda bulunulacak olan ebeveynlerin çocuklarını psikolojik olarak iyi koşullarda yetiştirmesi araştırmanın ikincil kazanımı olarak hedeflenmektedir. Araştırma mutlu ebeveyn, mutlu çocuk fikrinden hareket ederek ebeveyn psikolojisini iyi tutan faktörlerin belirlenip bu doğrultuda geliştirici eğitimlerin içeriklerinin düzenlenmesini sağlayarak çocukların psikolojisine fayda sağlamayı hedeflemektedir.

Araştırma korelasyonel bir nitelikte olup araştırma konusu daha önce okul öncesi eğitim kurumlarında ebeveynlerle yapılan seminer ve eğitimlerin aile hayatına olan etkileri göz önünde bulundurularak belirlenmiştir. Araştırmada geçen psikolojik sağlamlık kavramını ölçmek için Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği; problem çözme becerilerini ölçmek için ise Problem Çözme Becerileri Envanteri kullanılacaktır. Araştırmada psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan kişilerin problem çözme becerilerinin ve aynı şekilde problem çözme becerileri yüksek olan kişilerin psikolojik sağlamlık düzeyinin daha iyi durumda olacağı öngörülmektedir. Bu araştırmanın sonuçları ebeveynlere yönelik olarak okullarda, belediyelerde ve diğer kurumlarda verilecek olan ebeveyn eğitimlerinin içeriklerine ilgili konuların dahil edilmesini sağlayarak eğitim içeriklerini şekillendirebilmek açısından önemlidir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı ebeveyn olan bireylerle ebeveyn olmayan bireyler arasında psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri düzeyleri açısından fark olup olmadığını belirlemek ve her iki grup için psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin derecesini analiz ederek psikolojik sağlamlık düzeylerini etkileyen faktörler konusunda mevcut anlayışımızı geliştirmektir. Bu amaç doğrultusunda ebeveynlerin ve ebeveyn olmayan bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ve problem çözme becerilerini uygun ölçeklerle belirleyerek ikisi arasındaki ilişkiyi ve gruplar arası farkı değerlendirmek hedeflenmektedir.

1.3.Araştırmanın Problemi

Ebeveynlik kavramı bireyin üzerindeki yaşamsal sorumlulukların arttırması ve bireylerin hayatlarında meydana getirdiği değişiklikler sebebiyle ayrı bir önem taşımaktadır. Özellikle bireyin ebeveynliği deneyimlemeye ve öğrenmeye başladığı 0- 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile problem çözme becerileri önemli bir dinamiğe sahiptir. Psikolojik sağlamlık tanımı çok farklılaşsa da temelde üç öğeyi içinde barındıran bir kavramdır. Koruyucu faktörler, risk faktörleri ve pozitif uyum. Bireyin hayatında karşılaştığı her tür problem bir risk faktörü olma özelliğini taşımakla beraber problem çözme becerileri ise birey için koruyucu faktör olma özelliği taşımaktadır. Bu nedenle psikolojik sağlamlık ile problem çözme becerileri iç içedir.

Bireyin tüm yaşantısının sorumluluğunu ve bir ailenin bir çocuğun sorumluluğunu üstlendiği, birtakım problemlerle karşılaşma sıklığının arttığı ebeveynlik dönemi yaşantısında psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri hem ayrı ayrı hem de etkileşimli olarak çok önemlidir. Bu ikisi arasındaki etkileşim bireyin hayatını yönetebilme becerisini, yaşam kalitesini, anne-babalık rolünü yerine getirebilme gücünü ve çocuğuyla olan iletişimini etkileyecektir. Bu durumda dolaylı olarak çocuğun psikolojisine etki edecektir. Çocuk için anne ve babası dış dünyanın ilk temsilidir ve çocuğun dünyayı algılayış şeklini belirlerler. Bir çocuk yetiştirmenin aslında bir nesil yetiştirmek olduğu düşünüldüğünde anne baba ve çocuk arasındaki iletişimi etkileyen her tür faktör önemlidir. Psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri şüphesiz ki bu faktörlerden ikisidir.

Tüm bunlar göz önüne alındığında ebeveynlerin psikolojik sağlamlık ve problem çözme beceri düzeylerinin birbirini etkileyeceği ve bu durumun da çocukları ile olan iletişimlerine yansıtacağı öngörülmektedir. Literatürde psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin ebeveynler üzerinde araştırılmadığı göz önünde bulundurulduğunda araştırmanın konu ile ilgili çalışmak isteyenlere yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Önemi

Ebeveynlik yaşamdaki en önemli sorumluluklardan biridir. Bu sorumluluğun en önem kazandığı dönem ise okul öncesi olarak da adlandırılan 0-6 yaş arasındaki süreçtir. Bu dönemde çocuğun bilişsel, sosyal, fiziksel ve psikolojik açıdan gelişimi için

aile birincil kaynaktır. Çocuğun tamamen çevresinden öğrenmeye ve aldığı tüm bilgileri kaydetmeye açık olduğu bu süreçte ebeveynlerin çocuğa yaklaşımı oldukça önemlidir. Ebeveynin ruh sağlığı çocuğuyla olan iletişimi açısından oldukça önemlidir. Ebeveyn ruhsal açıdan ne kadar sağlıklı olursa çocuğun psikolojik yönden ihtiyaçlarının karşılanması o kadar doyurucu olur. Bu noktada ebeveynin günlük yaşamda karşılaştığı problemleri çözebilme ve bu problemlerle baş edebilme yeteneği de önem kazanmaktadır. Ebeveynin psikolojik yönden sağlamlığı ve karşılaştığı problemleri çözme potansiyeli günlük yaşantısını daha kaliteli hale getirir ve bu durum da çocuğa ve çocukla olan iletişime olumlu bir biçimde yansır. Ebeveynlerin psikolojik yönden sağlamlığı açısından problem çözme becerilerinin düzeyini ve önemini farkına varması daha verimli anne- baba olmalarına katkıda bulunacaktır.

Çocuk yetiştirmek sadece bireysel olarak çocuk ya da ailenin kendisiyle sınırlandırılmayacak kadar önemli bir konudur. Bu bizzat toplumla ve toplumun ruh sağlığıyla ilişkilidir. Bu yüzden çocuk gelişiminde ilk altı yıl çocuk için her açıdan birincil kaynak olan ebeveynlerin psikolojik iyilik hallerini etkileyen her tür faktörün değerlendirilmesi çok önemlidir. Psikolojik sağlamlık kavramı ise bireylerin psikolojik iyilik halleri için bir koruyucu görevi görmektedir. Psikolojik sağlamlık düzeyini etkileyecek her bir durum değerlendirilmelidir.

Ebeveynler özellikle anne babalığı yeni deneyimlemeye başladıkları ve bir geçiş süreci niteliği taşıyan çocuklarının yaşamlarının ilk yıllarında psikolojik ve fizyolojik iyiliklerini etkileyecek birçok zorlukla karşılaşabilmektedir. Bu nedenle 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynler günlük yaşamdaki zorluklar, sosyal yaşam, iş yaşamı ve bireysel hayatlarını ebeveynlik rolüyle birleştirmenin zorlukları gibi stres düzeylerini yükselten birçok kişisel, kişilerarası ve çevresel sorunla karşılaşmaktadırlar. Bu zorlukların hepsi bir problem niteliği taşımakta ve beraberinde bir baş etme becerisi gerektirmektedir. Bu noktada problem çözme becerileri kişiler için oldukça önemlidir. Aksi halde bireyler yaşamlarında karşılaştıkları zorluklar ve çözemedikleri problemlerden kaynaklı maruz kaldıkları stres nedeniyle psikolojik ve fizyolojik sağlık sorunlarına daha yatkın olmaktadır (Steinhardt ve Dolbier, 2008).

Bu araştırma ebeveyn olan ve ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri düzeylerini karşılaştırarak her iki grupta da cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, eğitim düzeyi, kardeş sayısı, çalışma durumu ve psikolojik destek alma geçmişlerine göre psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerilerinin farklılaşma durumunu belirleyerek ebeveynlerin bu alanlardaki gelişim ihtiyaçlarının önemine

dikkat çekmek ve bu alanlarda ebeveynlere sağlanacak desteklerin doğru etkenler üzerinden yapılmasını sağlamak açısından önemlidir. Araştırma sonuçları kuramsal bilgiye katkı getirerek, ebeveynlere yönelik düzenlenecek olan eğitim çalışmaları adına ve ebeveynlere yönelik psikolojik destek sağlama noktasında gerekli önlemlerin alınmasında önemlidir.

1.5. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın temel iki hipotezi ve alt hipotezleri aşağıda verilmiştir;

Temel Hipotezler

Hipotez 1: Ebeveyn olan grup ile ebeveyn olmayan grubun psikolojik sağlık ve problem çözme becerileri düzeyleri arasında anlamlı fark vardır.

Hipotez 2: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Alt Hipotezler

Hipotez 3: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin cinsiyetleri ile psikolojik sağlıkları arasında anlamlı bir fark vardır.

Hipotez 4: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin gelir düzeyleri ile psikolojik sağlıkları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 5: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin eğitim düzeyleri ile psikolojik sağlıkları arasında anlamlı bir fark vardır.

Hipotez 6: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin kardeş sayıları ile psikolojik sağlıkları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 7: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik destek alma geçmişleri ile psikolojik sağlıkları arasında anlamlı bir fark vardır.

Hipotez 8: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin cinsiyetleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir fark vardır.

Hipotez 9: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin gelir düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 10: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin eğitim düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 11: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin kardeş sayıları ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez12: 0 - 6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik destek alma geğmişleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

1.6. Araştırmanın Sayıtları

1. Bu araştırmada kişilerin kişisel bilgi formunu ve ölçekleri samimi bir şekilde doldurdıkları varsayılacaktır.
2. Örneklemin evreni temsil edeceği varsayılmaktadır.

1.7. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları

1. Araştırmanın örneklemini 2019- 2020 eğitim öğretim döneminde çocuğu Adana'nın Yüreğir ilçesinde bir kreşte olan ebeveynler ve yine aynı bölgede yaşayan ebeveyn olmayan yetişkin bireylerle sınırlıdır.
2. Uygulanan testler kişilerin kendi beyanlarıyla sınırlıdır.
3. Araştırma uygulandığı örneklem ve uygulamada kullanılan kişisel bilgi formu, psikolojik sağlamlık ölçeği ve problem çözme becerileri envanteri ile sınırlıdır.

1.8. Tanımlar

Psikolojik Sağlamlık: Psikolojik sağlamlık stresli yaşam olaylarıyla karşılaşıldığında bir direnç kaynağı olarak çalışan kişilik özelliğidir (Kobasa, 1979).

Problem Çözme Becerileri: Problem çözme, içerisinde problemin tanımı, problem çözme süreci, problem çözme sürecinin aşamaları, problem çözme kuramları ve duyguların rolü gibi birçok faktörü barındıran bir kavramdır.

Ebeveyn: Önerilen çalışmada ebeveyn kavramı en az bir çocuğun bakımından sorumlu anne ya da baba olan kişiler için tanımlanmıştır.

BÖLÜM II

2.KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Gelişim Sürecinde 0-6 Yaş ve Ebeveyn Çocuk İlişkisinin Önemi

Aile birbiriyle sürekli etkileşim halinde bulunan ve birbirini şekillendirme özelliği bulunan canlı bir sistemdir. Annelik babalık bireyin hayatının her döneminde önemli olmakla birlikte çocuğun öz bakımı başta olmak üzere tüm ihtiyaçlarının ebeveyni tarafından karşılandığı 0-6 yaş arası dönemde artı bir önem kazanmaktadır. Bu dönemde çocuğun fiziksel ihtiyaçları kadar duygusal ihtiyaçları da anne babası tarafından karşılanmalıdır. Bu süreçte çocuğun duygusal gelişiminde ebeveynin rolü oldukça etkilidir. Çocuk ile ebeveynin ilişkisi çok boyutlu bir özelliğe sahiptir. Çocukların ebeveynleri ile olan bireysel deneyimlerinin niteliğini anlamak oldukça önemlidir. Annenin ve babanın kişilik özellikleri ve psikolojik yönden sağlıklı oluşları bu deneyimlerin niteliğini belirlemede büyük bir yere sahiptir. Çocuğun duygusal yakınlık kurmasının, emniyette ve güvende hissetmesinin temelini oluşturan bu deneyimler çocuk ile ebeveyni arasında bağlanma olarak adlandırılan güçlü duygusal bağın kurulmasını sağlar. Güvenli bağlanma çocukların duygusal yönden gelişimlerine pozitif yönde etki etmekle birlikte psikolojik sağlık durumları yönünden de yaşam boyu koruyucu bir kalkan görevi görmektedir. Çocuğun psikolojik yönden sağlıklı olabilmesi büyük ölçüde ebeveynin davranışlarının çocukta bıraktığı izlenimlerle ilişkilidir. Tatmin edici olmayan ebeveynlik çocuk açısından psikolojik problemlere uygun bir zemin hazırlama potansiyeline sahiptir. Ebeveyn çocuk arasındaki ilişkinin olumsuz ve yetersiz olmasının çocuklarda görülen psikolojik belirtiler açısından önemli bir risk faktörü olduğunu destekleyen pek çok araştırma bulgusu mevcuttur.

Çocukla ebeveynin ilişkisi kadar ebeveynlerin kendi içlerindeki ilişkileri de oldukça önemlidir. Bu ilişkinin dinamiği de çocukların duygusal gelişimlerini etkilemektedir. Bu kapsamda düşünüldüğünde ailedeki alt sistemler arasındaki ilişki ne kadar olumlu ise çocukların psikolojik yönden uyumlu olma ihtimalleri de o kadar yüksek olacaktır. Bu uyumun gerçekleşmesi için öncelikli olarak anne babaların öznel olarak iyi olmaları, psikolojik yönden sağlamlığı yüksek, sağlıklı bireyler olmaları ve yaşamda karşılaştıkları problemleri çözme becerisine sahip yetişkinler olmaları gerekmektedir. Kişilik gelişiminde ve çocuğun ileriki yaşamındaki psikolojik iyilik durumunu belirleyici özelliği olan ebeveyn çocuk ilişkisi birçok kuram çerçevesinde

açıklanmıştır. Farklı görüşler olsa da bu dönemdeki ebeveyn çocuk ilişkisinin bireyin tüm hayatı boyunca etkilerini sürdüren bir özelliğe sahip olduğu görüşü tüm kuramların ortak bir paydası olarak görülmüştür.

2.2. Çocuk Gelişiminde Ebeveyn Çocuk İlişkisinin Etkilerini Açıklayan Kuramlar

Çocuğun gelişim süreci ve ebeveyn-çocuk ilişkisini ele alan ve farklı kavramlarla açıklayan birçok kuram bulunmaktadır. Her bir kuramın bakış açısı ve kavramları farklı olmakla birlikte tüm kuramlar bu ilişkinin önemi üzerinde durmuştur.

2.2.1. Psikanalitik Kuram Çerçevesinde Çocuk Gelişimi

Sigmund Freud'un klasik psikanalitik kuramı ile birlikte psikoloji alanında ele alınmaya başlanan çocuk gelişimi konusu kısa zaman içerisinde tüm psikanalitik kuramcıların dikkatini çekmiştir. Freud, kişiliğin gelişiminin insan yaşamının ilk altı yılındaki deneyimlerle gerçekleştiği fikrini savunmuştur. Çocukluk yıllarının ve bu yıllardaki psiko-cinsel gelişim dönemlerinin yetişkinlikteki kişiliğin oluşumunda güçlü belirleyiciler olduğunu savunmuştur. Freud'dan sonraki süreçte psikanalitik bakış açısına sahip pek çok kuramcı çocukluk dönemi ile alakalı konulara değinmiştir. Freud'dan farklı olarak Erikson, insan yaşamı boyunca kişiliğin geliştiği fikrini savunmuş ve gelişimi sekiz dönem ile açıklamıştır. Ego işlevlerinin önemle üzerinde durmuştur. Buna göre egonun yoğun ve zorlayıcı istekler ile anne-baba başta olmak üzere sosyal çevre kısıtlamalarının arasında kaldığını belirtmiştir. Erikson'un sekiz aşamalı psiko-sosyal gelişim kuramının bir kısmı Freud'un gelişim dönemlerine benzemektedir. Bu yaşam evrelerinin, pozitif ve negatif boyutlara sahip olduğu, her bir döneme ait çatışmanın gelişim adına belirleyici olduğu ve yaşanan sosyal ortam ve kültürle şekillendiğini belirtmiştir (Geçtan, 1993).

Mahler'in çocuk ve ebeveynin ilişkisi hakkındaki fikirleri de önem arz etmektedir. Mahler, Freud'un klasik psikanalitik kuramına bağlı kalarak, insan yaşamının ilk üç yılını sistematik bir çerçevede incelemiştir. Mahler'e göre, insanın dünyaya gelişi biyolojik olarak bir doğum olsa da psikolojik doğum bununla eş zamanlı olarak gerçekleşmez ve bir süreç gerektirir. Bu süreçte babanın, bebeğin annenin haricinde birinin varlığıyla tanışmasında ilk ve en önemli deneyim olduğunu belirtmiştir (Mahler, & La Perriere, 1965).

Winnicott'a göre, çocuk hayatın başlangıcında tamamlanmamış, zaman ve mekansal açıdan bölünmüş deneyimler ile karşılaşır. Bu tecrübeler sayesinde çocukta kendilik yapısının temelini oluştuğunu söyler. Çocuğun annesi ile olan ilişkisinin ve bu çerçevede gelişen çevrenin çocuğun kendilik kavramını oluşturmaması ve geliştirmesini sağladığını öne sürmüştür. Bunun sonucunda, çocuğun kendisini tamamlanmış bir halde algılaması ve kendilik kavramını geliştirmesi anne ile paralel şekilde ilerleyen "kucaklayıcı çevre" faktörü ile mümkün olur. Annenin çocuğun zihnindeki bütünleşmiş izlenimlerinin ise çocuğun kendini bütün bir şekilde algılayabilmesini kolaylaştıracağını belirtir. Annenin çocuğun ihtiyaçlarına eş zamanlı karşılıklar vermesinin çocuğun istikrarlı bir kendilik duygusu geliştirmesinde ve bu durumun da çocuğun iç dünyasının gelişiminde önemli bir etken olacağını vurgulamıştır (Winnicott, 1998).

Anna Freud'a göre, çocukların günlük davranışları ve gösterdikleri belirtiler ebeveynlerinin ilgi ve bakımına, çocukların ihmal edilip edilmemesine, ebeveynlerin sevgi göstererek yaklaşmalarına, çocuğa değer vermelerine ya da çocuğu eleştirip küçük görmemeleriyle ve aile yaşamında belli bir düzenin olup olmamasıyla yakından ilişkilidir. Bununla birlikte Anna Freud, annedeki mizaç özelliklerinin de çocuğun üzerinde önemli bir etkisi olduğunu belirtmiştir (Freud, 2003).

Melanie Klein da çocukluk çağına psikanalitik çerçevede farklı açıdan bakan kuramcılardan biridir. Temelde klasik psikanalitik kurama paralel ilerleyen Klein, çocuklarla içselleştirilmiş nesnelere odaklı pek çok çalışma yürüterek psikanalitik kurama farklı bir boyut kazandırmıştır. Klein'a göre insan yaşamının ilk yılı psikolojik gelişim açısından en kritik ve belirleyici dönemdir. Melanie Kleinve ondan etkilenen diğer kuramcılar nesne ilişkileri kuramının günümüzdeki şeklini almasında etkili olmuştur. Nesne ilişkileri kuramında, dürtüler bir ilişki içinde belirlenir ve ikisi birbirinden ayrıştırılamaz. Bazı nesne ilişkileri kuramcıları ise, dürtülerin gerilim boşaltma sebebiyle değil, nesne (insan) arayışından ötürü ortaya çıktığı fikrini öne sürerek kuramsal görüşlerini daha farklı bir noktaya getirmişlerdir (Geçtan, 1993).

Konut'a göre, çocuğun gelişiminin olumlu ilerleyebilmesi için annesinden aldığı onay niteliğindeki dönütler oldukça önemlidir ve çocukların kendilerini değerli hissetmelerinde etkileri oldukça fazladır. Ayrıca, annenin aynalama (mirroring) tepkisini hiç vermemesi ya da yanlış vermesi durumunda, çocuğun benlik, bütünlük duygusunu sürdürmesinin ve öz saygısını oluşturup korumada zorluklar yaşamasının olası olduğunu belirtmiştir. Çocuğun bütünlüğünün zedelenmesi halinde ise çaresiz hislerle kusursuz olma çabalarıyla ebeveynlerini etkilemeye çalışacağını öne sürmüştür.

2.2.2. Bağlanma Kuramı Çerçevesinde 0- 6 Yaş Grubu Çocuk

Bağlanma, çocuğun doğumu ile başlayan ve temel hatları ile 0-3 yaş arası dönemde şekillenen bir süreçtir. Kanıtlanmamış olmakla birlikte, doğum öncesi dönemin de bağlanmanın şekillenmesinde etkili olduğu belirtilmektedir. Bowlby bağlanma kuramı dahilinde, çocuğun hayat boyu duygusal gelişim sürecinden bahsetmiştir. Asıl olarak bebeğin hayatta kalma ihtimalini arttıran bu süreç çocuk ile içinde bulunduğu çevre ve ebeveynlerin ilişkisi adına bir ayna niteliğindedir. Bağlanma kuramı, çocuğun duygusal gelişimi ve yaşam boyu etkisi sürececek olan kişilik gelişimiyle bağlanma sürecine dayanan bireysel ayırt edici durumların anlaşılması adına geniş bir kuramsal çerçeveye sahiptir (Bowlby, 1969).

Bowlby, çocuk ile anne (ya da temel bakımı sağlayan birey) arasında bağlanmanın oluşması için temel faktörleri açıklamıştır.

- a) İnsan ve hareketli objelere yönelik eğilim,
- b) Daha sık gördüklerini diğerlerinden ayırabilmenin öğrenilmesi,
- c) Tanıdığı kişi ve nesnelere yakınlık, tanımadığı kişi ve nesnelere karşı uzak durma,
- d) İstendik neticeye ulaştıran davranışları diğerlerinden ayırabilme ve sıklaştırma (Bowlby, 1973).

Ainsworth ve arkadaşları, Bowlby'nin bağlanma kuramı temelli ve buna paralel olarak üç farklı şekilde bağlanma örüntüsü olduğunu öne sürmüşlerdir. Bu örüntülerden ilki, güvenli bağlanmadır. Bu bağlanma biçiminin sağlanması için bebeğin temel ihtiyaçlarının bebeğe bakım veren kişi tarafından zamanında karşılanması gerekmektedir böylelikle bebek oyun oynamak ve dış dünyayı keşfedebilmek için kendini daha güvende hissedebilir bu durum bebeğin uyum gücünü arttırıcı niteliğe sahiptir. İkinci bağlanma örüntüsü, kaygılı/kararsız bağlanmadır. Bebeğin temel gereksinimlerinin bakım veren kişi tarafından tutarsız bir şekilde karşılık gördüğü ya da zamanında karşılık göremediği durumlarda bebekte kaygılı/kararsız bağlanma gelişebilir. Üçüncü olarak kaygılı/kaçıngan bağlanma örüntüsünde bebeğin gereksinimlerinin bakım veren kişi tarafından tutarlı bir şekilde karşılanmaması söz konusudur (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978).

Temel bağlanma süreçlerinde her ne kadar anne ile çocuk arasındaki ilişkiye odaklanılmışsa da bu dönemlerde babanın çocuk üzerindeki etkileri de oldukça önemlidir. Bu süreçte baba hem doğrudan hem de dolaylı olarak etkili olmaktadır.

2.3. Anne-Babanın 0-6 Yaş Arasındaki Çocuk ile İlişkileri

Günümüz çekirdek aile yapısı içerisinde anne ve babaların rol paylaşımında pek çok değişiklik meydana gelmiştir. Ebeveynlerin çocuk üzerindeki rollerini eskiye nazaran daha eşit bir şekilde paylaşması anne ve babanın mizaç özelliklerini çocuk ile kurulan ilişkiyle ilgili olarak ayrı ayrı önemli kılmaktadır. Anne ve babaların çocukları ile ilgilenme şekilleri yapıları gereği oldukça farklılık göstermektedir. Anneler genellikle 0-6 yaş grubundaki çocuklarda öz bakım ile ilgili gereklilikleri yerine getirirken; babaların çocuklarla daha çok oyun ve spor şeklinde aktivitelerle vakit geçirdikleri gözlemlenmektedir. İki ilişki biçiminde de yapılan paylaşımlar çocuk ile ebeveynleri arasında güçlü bir bağ kurulmasında büyük önem arz etmektedir. Bununla birlikte çocuğuyla vakit geçiren babaların okul öncesi dönemdeki çocuklarında daha az davranış problemi görülmüştür (Furstenberg, 1999, s.143-185).

Winnicott'a göre, oyun oynamak çocuk için güveni temsil etmektedir ve ilk olarak anne ile çocuk arasındaki ilişki neticesinde gelişir (Winnicott, 1998). Ailelerin öncelikli işlevleri arasında çocukların fiziksel ihtiyaçlarını karşılamak kadar psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını da karşılamak da yer almaktadır. Okul öncesi dönem çocuğun gelişiminde çevresel faktörlerin niteliğinin en önemli olduğu dönemdir. Modern toplumlarda çocuklar ebeveynlerinin dışında birçok farklı kişi ve ortamla iç içe büyümektedirler. Anne babaların çocuklarına uygun bir şekilde sınır koyma becerisine sahip olmaları gerekmektedir. Bu çocuğun dış dünyaya uyum gücünü arttıran bir etkidir. Aynı zamanda çocukların kişilik gelişimlerinde önemli bir boyut olan cinsel kimlik gelişimleri sırasında çocuklar cinsiyet rollerini anne ve babalarını gözlemlmeleri sonucu öğrenirler (Shaffer, 2009). Kişilik gelişimi ve benlik algısı açısından en önemli dönem çocukluktur. Çocukluk sürecinde yaşananlar bireylerin değer yargılarını ve kendileri hakkındaki görüşlerini etkiler. Bu süreçte yeterli desteği görememek çocuğun benlik algısında yaşam boyu süren olumsuzluklara neden olmaktadır. Aynı zamanda bu dönemdeki yaşam deneyimleri öz saygı ve öz yeterlilik yapılarının oluşumu açısından da oldukça önemlidir. Genel benlik algısında önemli izler bırakan bu süreçte çocukların psikolojik açıdan olumlu gelişim gösterebilmeleri için

ebeveynlerin psikolojik yeterlilikleri uygun ortamı çocukları için oluşturabilecek düzeyde olmalıdır.

2.4. Gelişim Dönemlerine Göre Ebeveyn ve Çocuk Arasındaki İlişki

Ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkiler her dönem açısından farklı özelliklere sahiptir. 0-6 yaş arasındaki dönem çocuğun anne ve babasına en üst seviyede bağımlı olduğu dönemdir ve bu dönem kendi içinde alt dönemlere ayrılmaktadır.

2.4.1. 0-18 Ay Dönemindeki Çocuk ve Ebeveynleri ile İlişkisi

İnsanlar yaşamları boyunca pek çok değişiklikle karşılaşır ve her bir değişikliğe uyum sağlanabilmesi için bir adaptasyon süreci geçmesi gerekir. Evlilik ise bireysel yaşantının tamamen değişmesi ve yeni bir düzeni beraberinde getirmesi sebebiyle uyum süreci nispeten zor geçen bir yaşam olayıdır. Bu yaşam olayı bir çocuğun aileye katılmasıyla birlikte çok daha farklı bir boyut kazanır. Bireyin ebeveynliğe adım attığı bu dönemde anne ve babalığa uyum gösterebilme gücü çok önemlidir. Çocuğun yaşamının ilk altı yılı farklı yaklaşımlara konu olsa da hepsinde ortak olan nokta bu dönemin çocuğun ileriki hayatı için çok önemli olmasıdır (Burger, 2006).

Freud çocuğun yaşamının ilk 18 aya oral dönem adını vermiştir. Bu dönemde çocuk dünyayı ağız bölgesi ile algılama ve deneyimlemeye başlar. Çocuğun tamamen anneye bağımlı olduğu bu dönemde çocuğun ihtiyaçlarının düzenli olarak karşılanması ve çocuğa doğru bir şekilde yaklaşarak bakımının sağlanması ileride "bağımlı kişilik" geliştirmemeleri adına oldukça önemlidir (Geçtan, 1993).

Margaret Mahler, ise Freud'a paralel bir şekilde ilerlemiş ve bu dönemi ayrılma-birleşme olarak adlandırmıştır. Bu dönemde çocuğun bedensel doyumlarının psikolojisine etki ederek bir yaşam dengesi sağladığını belirtmiştir. Zaman içinde bebeğin anneyi fark etmesiyle birlikte ortak yaşamsal dönem başlar ve bu süreçte nesne bağları fizyolojik ihtiyaçlardan psikolojik beklentilere aktararak nesne imgesinin sınırlarını şekillendirir (Mahler & La Perriere, 1965). Bu süreçte babanın rolü bebeğin annenin dışında başka bir varlığın olduğundan haberdar ederek sembiyotik ilişkinin kırılmasını sağlamaktır.

Erikson bu döneme temel güvene karşı güvensizlik adını vermiştir. Bebeğin tamamen çevresinde kendisine bakım veren kişilere bağımlı olduğu yaşamının ilk bir-

bir buçuk yılında ihtiyaçlarının zamanında karşılanması, yeterince ilgi ve sevgi görmesi ihtiyacı olduğunda dönüt alabilmesini bebeğin dünyanın iyi bir yer olduğuna dair inancını geliştirmesine bunların olmamasını ise bebeğin dünyayı güvensiz bir yer olarak algılamasına sebep olarak görmüştür. Temel güven duygusu gelişen bebeklerin büyüdülerinde daha dışa dönük ve sevecen olduklarını belirtirken temel güvensizlik duygusunun çocuğu yabancılaşma, özgüven eksikliği, içe kapanma ve kimseye güvenmeme olarak ileride etkileyeceğini belirterek bu süreci kişiliğin oluşumunda ilk dönüm noktası olarak değerlendirmiştir (Geçtan, 1994).

Bowlby'nin Bağlanma Kuramı'nda ise bağlanmanın gerçekleşmesinde ilk on sekiz ay çok önemlidir. Bu dönemde temel bağlanma figürü olan anne ile bebek arasında güvenli bir sağlıklı bir ilişki kurulması çok önemlidir. Bu süreçte anne, baba ve bebek arasında kurulan ilişkinin dengeli bir şekilde ilerlemesi gerekmektedir (Balint, Mitchell & Parsons, 1993).

Nesne ilişkileri kuramcıları ise çocukların gelişim süreçlerinde çevrelerindeki ilişkileri içselleştirdiklerini belirtir ve bu sadece anne ile kurdukları ilişkiyle sınırlı değildir. Bebek, annesini emme sırasında annenin varlığına paralel gelişen fiziksel uyarılar ile içselleştirmeye başlar. Bu durumda ihtiyaç duyduğunda annenin olmaması ise kızgınlık korku gibi duygulara neden olur ve bu zıt yaşantılar çocukta kendilik imgesi (ben), objenin imgesi (anne) ve ikisi arasındaki duyguların karşıt yönleri olarak içselleştirilir (Geçtan, 1993).

2.4.2. 18 Ay- 3 Yaş Dönemindeki Çocuk ve Ebeveynleri ile İlişkisi

Çocuğun gelişiminin ikinci aşaması olan bu dönem de farklı yaklaşımlarla incelenmiştir.

Freud'un kuramında bu dönem anal dönem olarak isimlendirilmiştir. Çocuğun tuvalet alışkanlığını kazandığı bu dönemde anne babanın bu eğitimi ne şekilde verdiğinin çocuğun ilerideki kişiliği adına belirleyici izler bırakacağını savunmuştur. Bu dönemde baskıcı tutuma maruz kalan çocukların ileride inatçı, katı, aşırı düzenli bir kişilikte olacağı düşüncesini savunmuştur (Burger, 2006).

Erikson ise özerkliğe karşı utanma ve şüphecilik olarak adlandırdığı bu dönemde ebeveynleri ile çocuk arasında kurulan sağlıklı ilişkinin çocuğun özerklik duygusunu kazanarak bu dönemi tamamlamasında çok önemli olduğunu belirtmiştir. Bu süreçte

aşırı koruyucu ebeveyn tutumlarının çocukta özerkliğe engel olduğunu, utangaçlık ve şüphe duygularına neden olduğunu savunmuştur.

Bağlanma kuramında ise çocuğun farkındalığının artmaya ve ayrılık kaygısı yaşamaya başladığı bu döneme bağlanma ismi verilmiştir. Bebeğin annesinden ayrıldığında duyduğu kaygılarla baş etmesine destek olan anne çocuğun güvenli bağlanmasını sağlar (Geçtan, 1993).

Mahler, "ayrılma-birleşme" döneminin sonunda egonun temelini oluşturan sürekli ve yansız kendilik ve nesne temsillerinin oluştuğunu belirtmiştir. Bu dönemdeki iki önemli kriz tuvalet eğitimi ve cinsiyet farkındalığının başlaması olumlu bir şekilde çözülür ve çocuk anneden sağlıklı bir şekilde ayrılabilirse sağlıklı bir gelişmeden bahsedilir bunlar gerçekleşmezse sağlıklı bir gelişme olmayacağı ve çocukta bağımlılığın gelişeceğini belirtmiştir. Mahler, "ayrılma" ve "birleşme" kavramlarını birbirini bütünleyen iki alan olarak tanımlamıştır. Ayrılma ile anne ile olan ortak yaşamsal durumdan çıkan çocuğun birleşme ile bireyselliğini üstlenmesi sağlıklı gelişim için beklendiği durumdur. Bu süreçte çocuğun bireyselleşmesine engel olan ebeveyn tutumu çocuğun gelişiminin tüm alanlarında geriye sebep olabilir (Mahler & La Perriere, 1965).

2.4.3. 3-6 Yaş Dönemindeki Çocuk ve Ebeveynleri ile İlişkisi

3-6 yaş arasında çocuk ile ebeveynleri arasındaki ilişki yeni bir döneme girer. Freud, fallik dönem olarak isimlendirdiği bu süreçte oedipus kompleksinden bahseder. Bu sürecin sağlıklı bir şekilde tamamlanması yetişkinlikte karşı cinsle olan ilişkiler için belirleyicidir (Freud, 2001).

Erikson'un kuramında ise çocuğun ebeveynleri dışındaki kişilerle etkileşim halinde olmaya başladıkları bu dönem girişkenliğe karşı suçluluk ile açıklanmıştır. Bu dönemde çocuk sosyalleştikçe dış dünyanın zorluklarıyla karşılaşır. Bu dönemde çocuğa karşılaşılabileceği problemlere karşı çözüm yollarının öğretilmesi çocuğun kendine uygun alanı yaratmasını kolaylaştıracak ve girişkenlik duygusunu geliştirecektir. Eğer çocuk dış dünyadaki etkileşimlerinde olumlu deneyimler yaşayamazsa suçluluk duygusu ile geri çekilme davranışı gösterebilir (Geçtan, 1993).

Bağlanma kuramında bu dönem çocuğun ebeveynleri ile olan temel bağlanma ilişkisi paralelinde dış dünya ile ilişkiler kurmaya çalıştığı dönem olarak açıklanmıştır (Bowlby, 1973).

3-6 yaş döneminde çocuğun bir okula başlamasının söz konusu olduğu günümüz aile hayatında çocukların ayrılık anksiyetesi geliştirmemesinde de ebeveyn tutumları oldukça etkilidir. Çocuğa güven veren, sorumluluk bilinci aşıl原因, ihmal etmeyen, aşırı sınırlandırmayan sevgi ve ilgi gösteren ebeveynlerin çocukları psikolojik gelişimlerini daha sağlıklı tamamladıkları gibi daha az uyum sorunu yaşamakta ve ileriki yaşantılarında ciddi psikopatoloji durumlarıyla karşılaşma ihtimalleri de azalmaktadır (Erermiş ve ark. 2009, s.14-21).

Tüm bu kuramlarda sözü geçen çocuğun kişisel ve duygusal temelli ihtiyaçlarını karşılamakla yükümlü ebeveynlerin psikolojik sağlamlık ve sağlık düzeyleri ile problem çözme becerileri kendi iyilik hallerini etkilediği gibi çocuklarıyla olan ilişkilerinin nitelikleri açısından da önemli bir belirleyici olacaktır.

2.5. Psikolojik Sağlamlık Tanımı ve Tarihsel Gelişim Süreci

Psikolojik sağlamlık kavramı, Latince “resilire” kökünden türemiştir ve resilient; esnek ve elastik olma anlamlarını içermektedir. Ramirez psikolojik sağlamlığı; psikolojik anlamda bir iyileşme ve kendini toparlayabilme yeteneği olarak değerlendirmiştir. Psikolojik sağlamlık, bireyin ruhen zor şartları tolere edebilme ve uyum gösterebilme kabiliyetidir. Psikolojik sağlamlık bir yetenek ve psikolojik özellik olarak görülmekle birlikte bireylerin sağlıklı gelişim gösterebilmelerini ve baş etme güçlerinin artmasını sağlama gibi birçok olumlu durumu beraberinde getirmektedir.

Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlığın pek çok farklı tanımı olduğu görülmüştür. Kahvecioğlu (2016) psikolojik sağlamlığı çevresel koşulların zorlayıcılığına rağmen kişilerin psikolojik sağlıklarını koruyabilme kapasitesi olarak tanımlamıştır. Bolat’a (2013) göre psikolojik sağlamlık, bireylerin olaylar karşısındaki mücadele gücünü belirleyen kişisel bir özelliktir. Benzer şekilde psikolojik sağlamlığın kişisel bir özellik olduğunu savunan araştırmacılar olduğu gibi gelişimsel ve dinamik bir kavram olduğunu savunan araştırmacılar da vardır. Bazı çalışmalarda ise genetik özelliklerin psikolojik dayanıklılığı belirlediği belirtilmiştir (Block ve Block, 1980).

Olumsuz yaşam olayları karşısında her bireyin etkilenme düzeyi farklılık göstermektedir. Aynı koşulları yaşayan iki kişinin tepkileri aynı değildir. Olumsuzluklar karşısında bir dayanma gücü olarak bilinen psikolojik sağlamlık bireyin koşullarla mücadele edebilmesidir (Gabriel, 2005). Tüm olumsuzluklara rağmen kendi psikolojik güçleriyle ruh sağlıklarını koruyabilen kişiler dayanıklı olarak nitelendirilmiştir. Bu

uyum gücü ise risk faktörleri ve koruyucu faktörlerle ilişkilendirilmiştir (Rutter ve ark. 1976).

Psikolojik sağlık araştırmalarının ilerleyişinde üç farklı kuşak meydana gelmiştir. Araştırmaların birinci kuşağı psikopatoloji gelişimi ile ilgilenmiş ve önleyici çalışmalara odaklanmıştır (Masten, 2011; Masten ve Gewirtz, 2006). Psikolojik sağlık araştırmalarının ikinci kuşağı psikolojik sağlık ile ilgili koruyucu etkenleri açıklayan süreçleri ve düzenleyici sistemleri bulmaya yönelmiştir (Masten ve Gewirtz, 2006). Bu alandaki çalışmalar ilerledikçe, psikolojik sağlık alanında bireyin kendisi dışındaki faktörlerin etkisi fark edilmiştir (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000).

Psikolojik sağlık araştırmalarının üçüncü kuşağı koruyucu etkenleri araştırmaktan ziyade genel işleyiş sistemine odaklanmıştır (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Süreci geliştirme çalışmalarına yönelerek önleyici ve müdahale edici olmayı amaçlamıştır (Cicchetti, Rogosch ve Toth, 2006).

2.6. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler

Tanımlamalardaki tüm farklılıklara rağmen psikolojik sağlamlığın temelinde yer alan üç ana unsur vardır. Bunlar; risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlardır. Psikolojik sağlamlığın anlaşılmasında birbirleriyle etkileşim halinde olan bu üç faktörün bilinmesi önemlidir.

2.6.1. Risk Faktörleri

Bireyin doğumundan itibaren başlayarak hayatının her evresinde psikolojik olarak iyilik durumunu etkileyecek olumsuz tüm faktörler risk faktörleri olarak adlandırılır (Armstrong, vd., 2005). Risk faktörleri olumsuz sonuçlarla karşılaşılma ihtimalini arttıran özelliğe sahiptirler. Psikolojik sağlık kavramından bahsedilebilmesi için risk faktörleri çok önemli bir yer tutmaktadır (Luthar ve Cicchetti, 2000; Luthar, vd., 2000).

Bu durumda bireyleri risk anlamında belirgin bir şekilde etkileyen faktörlerin ve bu durumlar karşısında sağlıklı uyum gösterebilen bireylerin tanımlanmaları gereklidir. Risk faktörleri kendi içinde üç gruba ayrılarak açıklanmıştır. Bireyin kendisiyle alakalı olan bireysel faktörler, ailesi ve ailesiyle olan etkileşimi ile alakalı ailesel faktörler ve bireyin içinde bulunduğu ortam ile alakalı çevresel faktörler risk faktörlerinin boyutlarını oluşturmaktadır (Tümlü ve Recepoğlu, 2013, s.206).

Bireysel Risk Faktörleri: Kişinin uyumluluk düzeyi, zeka seviyesinin normalin altında olması, bir gruba bağlanabilme yetisi, bağımlılık öyküsü, akademik başarısızlık gibi durumlardır. Bu risk faktörleri benlik saygısı, pozitif düşünme becerileri gibi koruyucu faktörler ile etkisiz hale gelebilir (Fraser, vd., 2008; Vance, vd., 1998).

Ailesel Risk Faktörleri: Çok çocuklu aile, ebeveynlerin psikolojik ya da fizyolojik rahatsızlara sahip olması, boşanma, sosyoekonomik düzeyin düşük olması gibi durumlardır. Bu risk faktörleri karşısında aile içi olumlu iletişim, bilinçli aile bireyleri gibi etkenler koruyucu olarak görülebilir (Akyıldırım, 2017, s.19).

Çevresel Risk Faktörleri: Sosyal desteğin yeterli olmaması, fiziksel ya da cinsel suistimal ve sosyal travmalar gibi durumlardır (Gürkan, 2006, s.22).

2.6.2. Koruyucu Faktörler

Koruyucu faktörlerin görevi psikolojik iyilik halini ve olumlu uyumun olabilirliğini arttırmak risk faktörlerinin ise etkisini azaltmaktır. Koruyucu faktörler kişilerin olumsuz yaşam olayları karşısında yapıcı bir tutum sağlayabilmesini kolaylaştırıcı etkiye sahiptirler (Masten, 1994). Bu görüşle bakıldığında koruyucu faktörler risk oluşturabilecek durumlar ve tecrübeler karşısında kalkan görevi görmektedir denilebilir.

Koruyucu faktörler olumsuz yaşam olaylarına karşı kişilerin uyum becerilerini geliştirirler ve bireysel, ailesel ya da çevresel kökenli faktörler olabilirler (Rutter ve ark. 1976). Gizir (2007, s.120) psikolojik sağlık çalışmalarında yer alan koruyucu faktörleri üç grup ile listelemiştir.

Bireysel Koruyucu Faktörler: Zeka düzeyi, uyumlu mizaç, özgüvenli olma, sosyal destek, pozitif düşünce yapısı, sağlıklı olma, yaşam amaçlarına sahip olma, geleceğe dair olumlu düşünceler ve umut, otokontrol, özsaygı ve problem çözme becerilerine sahip olma.

Ailesel Koruyucu Faktörler: Olumlu ve güvenli aile ortamı, iyi ve destekleyici ebeveynlerin varlığı, çocuğa yönelik olumlu davranışlar.

Çevresel Koruyucu Faktörler: İyi arkadaş ve akranların varlığı, destekleyici sosyal çevre gibi, aktif sosyal kaynaklar gibi etkenlerdir.

Olumlu Sonuçlar: Sağlık kavramından bahsedebilmek için, tehlikeli yaşam olayına karşı olumlu uyum sağlanmış olmalıdır (Masten, 2011). Bu nedenle psikolojik sağlık sisteminin adeta bir çıktısı niteliğinde olan olumlu sonuçların belirlenmesi de

gerekmektedir. Gizir (2004, s.117)psikolojik sağlamlık çalışmalarında yer alan yeterlik faktörlerini listelemiştir.

Psikolojik Sağlamlık alışmalarında Ele Alınan Yeterlik Faktörleri: Duygusal ve davranışsal problemleri daha az yaşama, akademik hayatta başarılı olma, olumlu sosyalleşme, psikolojik iyi oluşun korunması gibi sonuçlardır.

2.7. Psikolojik Sağlamlık ile İlgili Araştırmalar

2.7.1. Dünyada Yapılan alışmalar

Psikolojik sağlamlık araştırmaları ilk olarak erken dönem olumsuz yaşam tecrübeleri olan çocuklardaki psikopatoloji gelişim sürecine ilişkin olarak gerçekleştirilmiştir. şiddete maruz kalma, ebeveynlerin ruhsal sorunlarının varlığı, madde kullanımı ve yoksulluk erken yaşam felaketleri arasındadır. İlk araştırmalarda olumsuz koşullardaki çocukların risk faktörleri içeren yaşamları içerisinde sağlıklı olarak gelişebilmelerini etkileyen faktörler ve bu çocukların kişisel özellikleri üzerinde çalışılmıştır. Bu kapsamda bir çalışma gerçekleştiren Bleuler (1984) birçok ailesel ve çevresel risk faktörü içerisinde yetişen 14 yaşındaki Vreni ile ilgili çalışmasında Vreni 'nin mutlu bir yetişkin olduğunu ve sağlıklı bir evlilik yaptığını belirtmiştir.

1964'ten itibaren, Michael Rutter ocuklar ile yaptığını araştırmalarda birçok olumsuz yaşam koşulunu ve risk faktörünü içeren yaşantıları olan çocuklara yer vermiştir. Rutter bu çerçevede yaptığını çalışmalarda bir veya sayıca az stresöre sahip çocukların çok büyük ölçüde etkilenmediğini ancak stresörlerin bir arada var olmasının çocukları olumsuz etkilediği sonucuna varmıştır. Buna göre stres kaynaklarının ve olumsuz koşulların giderilmesinin olumlu sonuçlar için zemin hazırlayacağı sonucuna varmıştır.

Werner psikolojik sağlamlık kavramının risk faktörleri boyutunu açıklamak için boylamsal çalışmalar sürdürmüştür. Riskli koşullara sahip olduğu düşünölen bebeklerle gerçekleştirilen ve uzun bir zaman dilimine yayılan bu çalışmalar psikolojik kavramının tanımlanmasında büyük katkı sağlamıştır (Alvord ve Grados, 2005).

2.7.2. Türkiye 'de Yapılan alışmalar

Türkiye' de çok eski bir araştırma tarihine sahip olmayan psikolojik sağlamlık kavramı farklı örneklemlerde incelenmiş ve daha çok risk ve koruyucu faktörlerin etkisini araştırmak amaçlanmıştır. Bununla birlikte psikolojik sağlamlığı geliştireceği

düşünülen bazı modeller analiz edilmiştir. Terzi (2008) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmasında öznel iyi oluş düzeyi üzerinde "Psikolojik Dayanıklılık Modeli" ni incelemiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre iyi oluş düzeyi üzerinde başa çıkma stillerinin etkili olduğu belirlenmiştir.

Psikolojik sağlamlık eğitimi grup danışma programının psikolojik sağlamlık düzeyine etkisini üniversite öğrencileri üzerinde araştıran Gürgen (2006) farklı bölümlerde okuyan öğrencilerle oluşturduğu örneklem grubunda psikolojik sağlamlık puanlarının eğitim sonrasında alınan eğitim ile ilişkili olarak arttığı sonucuna varmıştır. Yalın (2007) üniversite eğitimlerinin ilk senesinde olan öğrenciler ile yaptığı çalışmasında psikolojik sağlamlık ve üniversite hayatına uyum sağlamada baş etme yöntemleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık ile baş etme yöntemleri ve üniversiteye uyum arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

2.8. Problem Çözme Becerileri

2.8.1. Problem Çözme Becerilerinin Önemi

Günümüz yaşantısında bireyler basit veya karmaşık pek çok problemle karşılaşmaktadır. Günlük yaşam problemleriyle karşılaşmak ve bunları çözme yükümlülüğü belli bir yaş grubuna özgü değildir. Ancak evlilik, ebeveynlik gibi bazı yaşam olayları günlük yaşam içerisindeki sorumlulukları artırarak problemler çözme becerisini daha önemli hale getirebilir. Çok geniş bir kapsamı olan problem kavramı beraberinde çözüm kavramını da gerekli kılmaktadır. Bazı problemler basit bir çözüm süreciyle sonuçlandırılabilirken bazı problemler daha karmaşık çözüm süreçlerini içermektedir. Karmaşık problemler bazen psikolojik rahatsızlıklara neden olabilir bazen de kişinin psikolojik açıdan gelişimine katkı sağlayabilir. Bir problemin çözümündeki başarı öncelikle kişinin sorunu algılayış ve ele alış biçimiyle ilişkilidir. Problem çözme sürecinde etkisiz davranış sistemine sahip bireyler problemleri çözmede yetersiz kalmaktadır. Bu durumda birikerek artan problemler kaygı ve depresyona neden olabilmektedir. Bireyin ruh sağlığını etkileyen bu durumun ortadan kalkabilmesi için kişinin etkili problem çözme becerilerine sahip olması önemlidir.

Depresyon ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki pek çok araştırmacı tarafından (Gotlib ve Asarnow, 1979; Nezu, 1985; Heppner ve ark., 1985; Nezu ve Ronan, 1985; Nezu, 1986; Nezu ve ark., 1986) incelenmiştir. Bu araştırmalara göre

problem çözme becerileri gelişmiş olan bireylerin daha az durumluk ve sürekli kaygı yaşadıkları, daha fazla iç kontrol yönelimli oldukları ve daha sistematik bir düşünce yapısına sahip oldukları problem çözme becerileri düzeyi ile kısa ve uzun süreli depresyonun bilhassa uzun süreli depresyonun ilişkili olduğu kişinin problem çözme becerileri düzeyi yükseldikçe depresyon ihtimalinin azaldığı belirlenmiştir.

Psikolojik sağlamlık ve psikolojik iyilik halinin korunmasında etkili bir faktör olan problem çözme becerileri kendi içerisinde problem, çözüm süreci, bireysel özellikler gibi birçok boyutu bir arada bulunduran bir kavramdır.

2.8.2. Problemin Tanımı

Problem kelimesi köken anlamı olarak "öne çıkan engel anlamına gelmektedir. Aynı zamanda problem kişinin içsel ya da dışsal olarak engelleyici durumlarla karşılaşması olarak da düşünülmüştür. Problemler bireyin amaçları doğrultusunda karşılaştıkları engellerdir ve kişilerin psikolojik olarak gerilmelerine sebep olurlar. Bu süreci sağlıklı bir şekilde geçirebilmek ve sonuçlandırabilmek için kişisel özellikler ve içsel farkındalık çok önemlidir. Problemler asıl olarak bireysel ve sosyal yaşantımızı geliştirmeye yönelik süreçlerin teşvik edici gücü olarak ortaya çıkmışlardır.

2.8.3. Problem Çözme Süreci

Problem çözme değişebilir ve geliştirilebilir bir süreç olarak kabul görmektedir. Nasıl ki problem amaca yönelik olarak çıkan engeller olarak görülmüşse problem çözme de amaca yönelik olan bu engelleri ortadan kaldırabilmek için verilen etkili tepki sistemini içeren bir süreçtir. Bu süreçte bireyin problemi fark etmesi, anlaması, yorumlaması ve buna ilişkin çözüm üretmesi gibi çok yönlü çabalar bütünü söz konusudur. Problem çözme içerisinde bilişsel, davranışsal, psikolojik ve dolayısıyla duygusal çabalar dizisini barındıran aktif bir süreçtir.

Problemlerin çözüm aşamaları kendine özgüdür. Karşılaşılan problemin karmaşıklık seviyesi, bireyin baş etme becerileri ve yeterliliği gibi faktörler problem çözüm aşamalarının farklılaştırır. Bazı problemler akılcı çözümlere ihtiyaç duyarken bazı problemlerde duygusal yeterlilik önem kazanmaktadır.

Problem çözme sürecini daha kolay hale getiren faktörler gibi bu süreci zorlaştıran faktörler de vardır. Bu süreçte en büyük engel kişinin farkındalık eksikliği nedeniyle yeni çözüm yollarına kapalı oluşudur. Diğer bir önemli faktör ise kişinin

kendine yönelik bakışı ve kendine atfettiği roldür. Kişinin psikolojik sağlamlığıyla da alakalı olan bu durum içsel enerjiyi oluşturur ve çözüm isteği üzerinde etki ederek probleme bakış açısını ve çözüm sürecini etkilemektedir.

2.8.4. Problem Çözme Sürecinin Aşamaları

Problem çözme sürecinde kişisel ve durumsal farklılıklar söz konusu olsa da problem çözme bilimsel temelleri ve aşamaları olan bir süreçtir. Bir problemin çözümündeki en önemli nokta problemin çözüm aşamalarının bilinmesidir. Bu aşamalar; problem çözme gereği hissetme, problemi açıklama, çözüm üzerine düşünme, çözüm olacağı düşünülen eyleme karar verme, çözümü uygulama ve çözümü analiz etmedir (Sungur, 1992).

Mountrose (2000),problem çözme sürecinde, duygu temeline dayanan beş boyutlu bir problem çözme yöntemi öne sürmüştür. Bu boyutlar; problemin tanımı, problemin hissettirdiklerini açıklama, negatif düşünceyi bulma, pozitif düşünce bulma ve geleceği hayal etme şeklindedir. Boyutlarının niteliği kuramı psikolojik açıdan zenginleştirmiştir. Shure ve Spivak tarafından 1970' lerde gerçekleştirilen çalışma empati odaklı bir temele dayanmaktadır. Shure tarafından öne sürülen "Ben Sorun Çözebilirim Programı" çocukların sorun çözme becerilerini geliştirmeyi hedeflemektedir. Çocuklara hem başkalarının duygularını tanıma hem de etkileme becerilerini kazandırmayı amaçlamaktadır. Çocukların sorun yönelimlerini ve problem çözme becerilerini geliştirecek sözcükler çocuklara öğretilerek sürece başlanır ve çocukların düşünce biçimini değiştirerek çözüm odaklı yaklaşmayı öğrenmeleri sağlanır (Öğülmüş, 2001).

2.9. Problem Çözme ile ilgili Kuramsal Yaklaşımlar

Problem çözmeye yönelik birçok kuram geliştirilmiştir. Bu kuramlar şöyledir:

2.9.1. Bandura'nın Öz-Yeterlik Modeli

Bandura' nın sosyal öğrenme kuramının yansımaları problem çözme ile ilgili olan öz-yeterlik modelinde görülmektedir. Bu modele göre bireyin içinde bulunduğu çevre problem çözme yöntemlerinin belirleyicisidir. Kişiler problem çözme yöntemlerini çevrelerini gözlemleyerek ve taklit ederek öğrenirler. Bu noktada önemli olan bir diğer faktör ise kişilerin kendi yeteneklerine dair genel inançlarıdır.

Yeteneklere dair genel inançlar kişinin problemler ile başa çıkmayı deneme ihtimali üzerinde etkilidir (Akt: Heppner, 1978).

2.9.2. Seligman'ın Öğrenilmiş Çaresizlik Modeli

Erken çocukluk döneminden itibaren temeli oluşan bir durum olan öğrenilmiş çaresizlik bireyi yaşamı boyunca etkileyen bir niteliğe sahiptir. Yaşadığı problemleri çözme konusunda başarısızlığı deneyimleyen birey yaşamı boyunca herhangi bir problemle karşılaştığında sonucu geçmiş yaşamındaki başarısız deneyimine benzeterek problemi çözememektedir. Bu genelleme kişinin kendine dair temel inançlarını olumsuz bir şekilde etkilemektedir (Seligman, 1978).

2.9.3. Davranışçı Yaklaşım

Davranışçı yaklaşımın problem çözme eğitimindeki amacı kişiyi var olan sorunlarıyla yüzleştirecek mevcut duruma uygun çözümler bulmaya çalışmaktır. Kişilerin öğrenme süreçlerinde ve istedik davranışların meydana gelip davranış kalıbı olarak benimsenmesinde pekiştiricilerden faydalanılır. Objektif bir bakış açısına sahip olan davranışçı yaklaşımda problemin kabul görmesi için net ve tarafsız bir şekilde ifade edilmesi gerekir. Bu kuramda problem çözme konusunda çevrenin bireyler açısından önemine yer verilmiştir (Akbaba, 1995).

2.9.4. Bilişsel Yaklaşım

Her ne konuda olursa olsun tüm problemler zihinde var olur ve zihinde çözülürler bu nedenle tüm problemler zihinsel bir sürece ihtiyaç duymaktadır (Gelbal, 1991, ss.167). Problem çözme öğrenilebilen ve geliştirilebilen bir özelliktedir ve tüm öğrenmelerin zihinde gerçekleştiğini savunan bilişsel yaklaşım problem çözmenin de zihinsel karmaşık ve mekaniksel olarak açıklanamayan bir süreç olduğunu öne sürmektedir (Akbaba, 1995, s.24).

2.10. Problem Çözmede Etkili Faktörler

Bir problemin çözülebilmesinde pek çok faktör etkilidir ve problem çözme süreci tek yönlü ele alınamayacak kadar geniş bir konudur. Problem çözmede problemin niteliğinden çok bazı bireysel özelliklerin süreci belirlediği düşünülmektedir. Aynı stres

verici olumsuz olayı yaşayan kişilerin bundan etkilenme ve tepki verme düzeyi aynı değildir. Bunun sebebi bireysel farklılıklardır. Bazı kişilik özelliklerine sahip kişilerin problemler karşısında daha çok çözüm sağlayabildiği ve daha çok dayanıklılık gösterebildiği belirlenmiştir (Heppner ve Baker, 1997). Zeka bu bireysel özelliklerden biridir ve kişinin zekası karşılaştığı problemleri çözmekteki başarısını doğru orantılı olarak etkiler (Morgan, 1999). Bireyin problem çözme yönelimi ve isteği kendisine olan güveniyle ilişkilidir. Özgüven sahibi kişilerin problem çözme sürecinde daha başarılı oldukları görülmüştür (Saygılı, 2000).

Yapılan araştırmalar problem çözme becerisinin psikolojik iyilik hali ile yakından ilişkili olduğunu göstermiştir. Depresyon ile ilgili yapılan araştırmalarda depresif kişileri günlük hayatlarında karşılaştıkları sosyal problemleri etkili olarak çözemedikleri belirlenmiştir (Heppner ve Petersen, 1982; Nezu ve Ronan, 1985; Heppner ve arkadaşları, 1993). Aynı zamanda kaygı düzeyi yüksek bireylerin sosyal hayatta karşılaştıkları problemleri çözmekte güçlük yaşadıkları görülmüştür. Jerath, Hasija ve Malhotra'ya (1993) göre dışa dönük olmak problem çözme süreci üzerinde önemli bir bireysel faktördür. Buna göre dışa dönük bireylerin problem çözmede daha başarılı oldukları görülmüştür.

Çok yönlü bir süreç olan problem çözme kişilerin gereksinimlerine, gayelerine, değer, inanç ve düşünce sistemlerine, zeka düzeylerine, duygusal durumlarına, psikolojik iyilik hallerine, özgüvenlerine göre farklılık gösterebilmektedir. Bu süreci etkileyen psikolojik kökenli faktörler düşünüldüğünde bireylerin ruh sağlığı ve psikolojik sağlamlıklarının süreç için önemi yadsınamaz (Bingham, 1998).

2.11. Problem Çözme ile İlgili Yapılan Araştırmalar

2.11.1. Problem Çözme ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar

Problem çözme becerilerine ilişkin yurt dışı kökenli araştırmalarda ağırlıklı olarak demografik ya da psikolojik özellik taşıyan değişkenler ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği görülmüştür. Ağırlıklı olarak cinsiyet, zeka seviyesi, kişilik özellikleri gibi değişkenler ele alınmıştır. Aynı zamanda problem çözme becerilerinin geliştirilebilir nitelikte olup olmadığı araştırılmıştır. Heppner ve Petersen (1982), kadın ve erkeklerden oluşan 19 kişilik bir grupta altı hafta toplam altı saatlik problem çözme becerileri eğitimi verip günlük görevlerle destekledikleri

problem çözme becerileri eğitiminin kişilerin problem çözme becerilerinin geliştirilmesi adına anlamlı bir etki yarattığı sonucuna varmışlardır.

Heppner ve Anderson (1985), 671 öğrenci ile gerçekleştirdikleri çalışmalarında psikolojik uyum ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bu araştırmanın sonucuna göre kişilerin psikolojik uyum düzeyi ve problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Heppner, Reeder ve Larson (1983), bilişsel faktörlerle problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında bilişsel değişkenlerin problem çözme becerileri düzeyini belirleyici olduğunu tespit etmişlerdir. Jerath, Hasija ve Malhatra (1993), 240 üniversite öğrencisi ile yürüttükleri çalışmalarında problem çözme becerilerini çeşitli değişkenlere göre incelemiştir ve sonuçlarda yüksek zeka düzeyinin ve dışa dönük kişilik yapısının problem çözme becerileri düzeyinin yükselmesiyle ilişkili olduğu belirlenmiştir. Yapılan yurt dışı araştırmaların sonuçlarına bakıldığında problem çözme becerileri ile kişilerin zeka seviyeleri, karar verme süreçleri, kişilik yapıları arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve problem çözme becerilerinin geliştirilebilir nitelikte olduğu görülmüştür.

2.11.2. Problem Çözme ile İlgili Türkiye' de Yapılan Araştırmalar

Problem çözme becerisi ile ilgili yapılan yurt içi araştırmalarda problem çözmenin daha çok; iletişim yetkinliği, benlik durumları, düşünce yapıları, zeka düzeyi, stres ve başarı düzeyi arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Problem çözme becerisi algısını inceleyen Üniversite öğrencileri ile yürütülen araştırmalarda sosyo-demografik değişkenlerle problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin detaylarını inceleyen araştırmalara rastlamak mümkündür.

Söylemez (2002), çalışmasında problem çözme becerilerinin geliştirilebilirliğini analiz etmiştir. Ergenlerle gerçekleştirilen bu çalışma problem çözme eğitimi alan ve almayan ayrıca problem çözme seviyeleri birbirine denk katılımcılardan oluşan iki grup ile yürütülmüştür. Sekiz hafta toplamda sekiz saat eğitim alan ve problem çözme becerileri eğitimi almayan iki grubun süreç sonunda problem çözme becerileri düzeyi test edildiğinde eğitim alan grubun problem çözme becerileri düzeyinde artış olduğu belirlenmiştir. Ünüvar (2003), ergenlerle gerçekleştirdiği çalışmasında problem çözme becerileri, benlik saygısı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 710 ergenden oluşan örnekleme ilgili ölçeklerin uygulanmasıyla elde edilen sonuçlara göre algılanan sosyal desteğin ve benlik saygısının problem çözme becerileri üzerinde etkili

olduğu algılanan sosyal destek ve benlik saygısı düzeyi yüksek olan ergenlerin problem çözme becerilerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kurtyılmaz (2005), çalışmasında saldırganlık davranışını çeşitli değişkenlere göre incelediği öğretmen adaylarından oluşan örneklem grubunda cinsiyet, akademik başarı ve problem çözme becerilerinin saldırganlık davranışları ile ilişkisini incelemiştir. 1437 kişilik örneklem grubundan elde edilen sonuçlara göre akademik başarı saldırganlık davranışı üzerinde etkili değilken erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre ve problem çözme beceri düzeyleri düşük olan öğrencilerin yüksek olan öğrencilere göre daha çok saldırgan davranış gösterme eğiliminde olduklarını belirlemiştir.

Problem çözme becerilerine ilişkin yurt içinde yapılan çalışmalar ele alındığında problem çözme becerilerinin bireysel özellikler, düşünce yapıları, stres düzeyi gibi birçok farklı faktörden etkilendiği ve geliştirilebilir özellikte olduğu görülmüştür.

2.12. Psikolojik Sağlamlık ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkiyi Araştıran Çalışmalar

Durmuş ve Okanlı (2018), 397 üniversite öğrencisi ile yürüttükleri çalışmalarında psikolojik sağlamlık ve problem çözme beceri düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin problem çözme beceri düzeyleri arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de doğru orantılı olarak arttığı belirlenmiş ve psikolojik sağlamlık ile problem çözme beceri düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Psikolojik dayanıklılığı etkileyen önemli değişkenlerden birisi de problem çözme becerileridir. Problem çözme becerisi hedefe ulaşmada karşılaşılan zorlukların üstesinden gelinebilmesidir (Earvolino-Ramirez, 2007). Problem çözme becerileri ile ilgili yapılmış çalışmalarda; problem çözme becerilerinin geliştirilmesinin bu yönde eğitimlerle mümkün olabileceği vurgulanmaktadır. Bireylerin psikolojik dayanıklılıklarını arttırmak için, dayanıklılığı etkileyen değişkenlerin belirlenmesi ve geliştirilmesi gerekmektedir.

Bu araştırmada psikolojik sağlamlık kavramının problem çözme becerileri ile olan ilişkisinin ebeveynler üzerinde incelenmesinin sebebi ebeveynlik kavramının aile ve toplum içindeki önemi olmakla birlikte ebeveynliğin bireyler üzerindeki yaşam sorumluluklarını artırdığının düşünülmesidir. Artan sorumluluklar ve beraberinde gelen günlük yaşam sorunları ebeveynlerin problem çözme becerilerinin gelişmesini önemli kılmaktadır. Böylelikle karşılaştıkları problemleri daha etkili bir şekilde çözebilecek

olan ebeveynlerin bu problemlerden etkilenme oranlarının düşeceği ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek oluşunun da ebeveynlik yolculuklarında karşılaştıkları olumsuz olaylar sırasında daha dirençli olmalarını ve çözüm odaklı bir yaklaşımda bulunmalarını kolaylaştıracağı öngörülmektedir.

2.12.1. Teorik Çerçeve Metodoloji

Psikolojik dayanıklılık kavramı, pozitif psikolojinin bir bileşeni olarak Luthans (2002) tarafından ortaya atılmıştır ve psikolojik dayanıklılık kavramı ekolojik ve pozitif psikoloji yaklaşımlarında sıklıkla ele alınan bir kişilik özelliği olmuştur.

2.12.2. Pozitif Psikoloji

Uzun yıllardır araştırmacılar risk altında hayatlarını devam ettiren çocukların hayata tutunmalarını kolaylaştıran faktörler üzerinde çalışmışlardır. Bu çalışmalar sonucunda psikolojik sağlamlığın bu durumu yönetebilme üzerinde kolaylaştırıcı etkisi olduğunu belirlemişlerdir (Yates ve Masten, 2004).

Pozitif psikoloji daha çok dezavantajlı bireylerde psikolojik sağlamlığın gelişim sürecini açıklamaya odaklanmıştır. Bu kapsamda psikolojik dayanıklılıkla ilgili çalışmaları pozitif sonuçlara ulaşabilmek, baş edebilmek ve uyum gösterebilmek ile ilişkilendirilmiştir. Bu yeterlilik bebeklikten yetişkinliğe kadar olan süreçte birçok yaşam görevini başarı ile tamamlamak ile açıklanmaktadır. Zorluklar ise bu uyumu bozan her şeydir. Bunlar kişinin öz kaynaklarını kullanmasını da engelleyerek bireyin yaşamında yıkıcı bir etki yaratabilirler.

Söz konusu etkenler ışığında, psikolojik dayanıklılık araştırmalarının üç temel boyutu olduğu görülmektedir. Bu boyutların; yüksek risk taşıyan yaşam koşullarında olumlu sonuçlara ulaşabilme yeteneği, stresörlere karşı yetkin işlev yeteneği, olumsuz yaşantılar sonrası kendini toparlayabilme gücü olduğu belirtilmektedir (Truffino, 2010).

2.12.3. Ekolojik Yaklaşım

Harvey (1996), psikolojik dayanıklılığı olumsuz olaylar karşısında bireylerin kendini toplama, iyileşebilme yeteneği olarak açıklamıştır ve bu süreçte bireyin çevresi ile kurduğu ilişkinin önemli olduğunu belirtmiştir. Psikolojik dayanıklılıkla ilgili kuramsal açıklamalar incelendiğinde, psikolojik dayanıklılığın zor yaşam olaylarını tolere edebilmede önemli bir kişilik özelliği olduğu ve bireyin hayat koşulları ile

yaşadığı çevreyle yoğun bir etkileşim halinde olduğu görülmektedir. Zamana, kültüre ve kaynaklara ulaşabilir olmaya bağlı gelişen psikolojik dayanıklılığın, bireyin yaşama uyum sağlamasında aktif bir role sahip olduğu ve bireyin psikolojik sağlığını önemli ölçüde etkilediği gözlemlenmiştir.

Bu araştırmada psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri kavramları pozitif psikoloji ve ekolojik yaklaşım teorilerinin sentezi ile incelenecektir. Psikolojik sağlamlık üzerinde problem çözme becerilerinin ekolojik psikoloji alanında Harvey'in tanımladığı gibi psikolojik sağlamlığı yüksek kişilerin ortak özelliklerinden biri olduğu düşünülmektedir. Bu sayede kişilerin uyum sağlama gücünün artacağı beklenmektedir. Aynı zamanda pozitif psikolojide olduğu gibi problem çözme becerilerinin kişinin psikolojik sağlamlık düzeyini belirlemede etkin olan öz kaynaklardan biri olduğu ön görülmektedir. Bu öz kaynağa sahip olan bireylerin olumsuz yaşam olayları karşısında daha yüksek direnç gösterecekleri ve sorunlarına karşı daha olumlu yaklaşarak çözüme yaklaşacağı böylelikle olumsuz koşullar karşısında olumlu uyum gösterme ihtimalinin artacağı ön görülmektedir.

BÖLÜM III

3.YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın amacı, modeli, evren ve örnekleme, araştırmanın prosedürü, kullanılan ölçme araçları ve verilerin toplanması, analizine ilişkin açıklamalar yer almıştır.

3.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı 0-6 yaş arasında çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Bu amaçla ebeveyn olmayan bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki de incelenerek ebeveynlerin bu yöndeki gelişim ihtiyaçlarının belirlenmesi ve elde edilen sonuçların alan yazında bilgi birikimine katkı sağlaması amaçlanmıştır.

3.2. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma nicel araştırma yöntemi olan ilişkisel tarama modeli ile yürütülmüştür. İlişkisel tarama modeli, en az iki ve daha çok değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2016, s.14). Çalışmada ebeveynlerin psikolojik sağlamlıkları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki istatistiksel veriler kullanılarak incelenmiştir.

Ebeveynlerin problem çözme becerilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine etkisini bulmayı amaçlayan bu çalışmada araştırma modelinin girdilerini; cinsiyet, yaş, çalışma durumu, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, kardeş sayısı ve psikolojik destek alma geçmişli bağımsız değişkenler olarak ve psikolojik sağlamlık düzeyi ile problem çözme becerileri düzeyi bağımlı değişkenler olarak oluşturmaktadır. Bu kapsamda ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyi ve problem çözme beceri düzeylerinin arasındaki ilişki incelenmiştir.

3.3. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın çalışma evreni Adana'nın Yüreğir ilçesinde bulunan 11 kreşin toplam 510 ebeveynidir. Araştırmanın örneklemini ise bu popülasyondan rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen öğrenci sayısı birbirine yakın olan üç kreş oluşturmaktadır. Bu kreşlerden tabakalı rastgele örnekleme kullanılarak seçilen ve her

bir kreşteki anne babaların dahil olduğu 60' ar kişilik gruplardan meydana gelen toplam 180 ebeveyn örneklem grubunu oluşturmaktadır. Örneklem belirleme aşamasında popülasyonun en az %30 'unun alınması gerekliliği kuralı uygulanmıştır. Ayrıca örneklem büyüklüğünün kullanılan ölçekteki madde sayısının en az beş katı olarak hesaplanması gerekliliği düşünüldüğünde minimum değer araştırmada kullanılacak olan otuz beş maddelik ölçeğe göre 175 olmaktadır. Sonuç olarak 180 kişilik örneklem büyüklüğünün evreni temsil edeceği düşünülmüştür.

Araştırmada kontrol grubu niteliğinde olan 180 kişilik ebeveyn olmayan grup ise ebeveyn olan grubun sahip olduğu özellikler dikkate alınarak ebeveyn grup ile aynı bölgede yaşayan; ebeveyn olan gruba benzer demografik özelliklere sahip olan yetişkin bireyler içerisinde rastgele örnekleme yöntemi kullanılarak seçilmiştir.

Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan ebeveynlerin ve kontrol grubunu oluşturan ebeveyn olmayan bireylerin sosyo-demografik değişkenlere göre frekans ve yüzde dağılımları Tablo 1 ve Tablo 2' de verilecektir.

Tablo1

Ebeveyn Grubunun Sosyo-Demografik Değişkenlere Yönelik Frekans ve Yüzde Dağılımları

Cinsiyet	n	%
Kadın	113	62,8
Erkek	67	37,2
Çalışma Durumu	n	%
Evet	139	77,2
Hayır	41	22,8
Gelir Düzeyi	n	%
Düşük	19	10,6
Orta	132	73,3
Yüksek	29	16,1
Eğitim Düzeyi	n	%
Ortaokul	11	6,1
Lise	32	17,8
Üniversite	117	65,0
Lisansüstü	20	11,1
Yaş	n	%
25 yaşından küçük	10	5,6
25 - 35 yaş arası	104	57,8
36 ve üzeri	66	36,7
Kardeş Sayıları	n	%
2 ve altı	60	33,3
3 veya 4	88	48,9
5 ve üzeri	32	17,8
Psikolojik Destek	n	%
Evet	55	30,6
Hayır	125	69,4
Toplam	180	100

Tablo 1'e göre; araştırmaya katılan ebeveynlerin 113'ü (%62,8) kadın, 67'si (%37,2) erkektir. Katılımcıların 139' u (%77,2) aktif olarak çalışmakta olup 41' i (%22,8) çalışmamaktadır. Katılımcıların 19'u (%10,6) düşük, 132'si (%73,3) orta, 29'u (%16,1) yüksek gelir düzeyindedir. Katılımcıların eğitim seviyeleri ortaokul 11 (%6,1), lise 32 (%17,8), üniversite 117 (%65) ve lisansüstü 20 (%11,1) olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılanların 10' u (%5,6) 25 yaşından küçük, 104' ü (%57,8) 25-35 yaşları arasında ve 66' sı (%36,7) 36 yaş ve üzerindedir. Kardeş sayılarına göre katılımcılar kendisiyle birlikte 2 ve altında kardeş olanlar 60 (%33,3), 3 ya da 4 kardeş olanlar 88 (%48,9) ve 5 ve üzeri kardeş olanlar 32 (%17,8) olarak bulunmuştur. Ebeveynlerin 55' i (%30,6) daha önce psikolojik destek almış olup 125' i (%69,4) daha önce psikolojik destek almamıştır. Örneklem grubunun sosyo - demografik özelliklerine ait frekans ve yüzde dağılımları Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 2

Ebeveyn Olmayan Grubun Sosyo-Demografik Değişkenlere Yönelik Frekans ve Yüzde Dağılımları

Cinsiyet	n	%
Kadın	103	57,2
Erkek	77	42,8
Çalışma Durumu	n	%
Evet	141	78,3
Hayır	39	21,7
Gelir Düzeyi	n	%
Düşük	24	13,3
Orta	125	69,4
Yüksek	31	17,2
Eğitim Düzeyi	n	%
Ortaokul	7	3,9
Lise	36	20,0
Üniversite	111	61,7
Lisansüstü	26	14,4
Yaş	n	%
25 yaşından küçük	27	15,0
25 - 35 yaş arası	95	52,8
36 ve üzeri	58	32,2
Kardeş Sayıları	n	%
2 ve altı	69	38,3
3 veya 4	80	44,4
5 ve üzeri	31	17,2
Psikolojik Destek	n	%
Evet	61	33,9
Hayır	119	66,1
Toplam	180	100

Tablo 2' ye göre; araştırmadaki ebeveyn olmayan katılımcıların 103' ünün (%57,2) kadın ve 77'sinin (%42,8) erkek olduğu görülmektedir. Ebeveyn olmayan katılımcıların 141' i (%78,3) aktif olarak çalışmakta olup 39' u (%21,7) çalışmamaktadır. Katılımcıların 24' ü (%13,3) düşük, 125' i (%69,4) orta, 31' i (%17,2) yüksek gelir düzeyinde olduğunu ifade etmiştir. Ebeveyn olmayan katılımcıların eğitim seviyeleri ortaokul 7 (%3,9), lise 36 (%20,0), üniversite 111 (%61,7) ve lisansüstü 26 (%14,4) olarak bulunmuştur. Ebeveyn olmayan katılımcıların 27' si (%15,0) 25 yaşından küçük, 95' i (%52,8) 25- 35 yaşları arasında ve 58' i (%32,2) 36 yaş ve üzerindedir. Kardeş sayılarına göre ebeveyn olmayan katılımcılar kendisiyle birlikte 2 ve altında kardeş olanlar 69 (%38,3), 3 ya da 4 kardeş olanlar 80 (%44,4) ve 5 ve üzeri kardeş olanlar 31 (%17,2) olarak bulunmuştur. Ebeveyn olmayan kişilerin 61' i (%33,9) daha önce psikolojik destek almış olup 119' u (%66,1) daha önce psikolojik destek almamıştır. Kontrol grubunun sosyo- demografik özelliklerine ait frekans ve yüzde dağılımları Tablo 2'de sunulmuştur.

3.4. Araştırmanın Yapılışı (Prosedür)

Veri toplama uygulanacak olan ölçekler ve kişisel bilgi formu ile gerçekleşmiştir. Anket içeriği Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Problem Çözme Becerileri Ölçeği ve kişisel bilgi formundan oluşmuştur. Verilerin analizinde 360 katılımcının verileri kullanılmış ve ölçme araçlarından elde edilen veriler SPSS 15.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırma öncesinde Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Problem Çözme Becerileri Ölçeğinin geçerlilik ve güvenirlik katsayıları incelenmiş ve araştırmacılardan gerekli izinler alınmıştır. Ardından Çağ Üniversitesi etik kurulundan, araştırmanın yapılacağı okul öncesi kurumlarından ve bağlı bulundukları Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'ndan gerekli izinler alındıktan sonra katılımcılarla anketler paylaşılarak gerekli veriler elde edilmiştir.

Katılımcılara etik ve gizlilik beyanı belirtilmiş ve gönüllük esasına dayalı bir uygulama gerçekleştirilmiştir.

3.5. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının kısaca tanıtımı yapılmıştır.

3.5.1. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Friborg, Hjemdal, Rosenvinge ve Martinussen (2003) tarafından ‘kişisel güç’, ‘yapısal stil’, ‘sosyal yeterlilik’, ‘aile uyumu’ ve ‘sosyal kaynaklar’ olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Sonraki dönemde Friborg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge ve Hjemdal (2005) 6 boyutlu bir ölçek yapısının psikolojik dayanıklılığı açıklamada daha etkili olacağını belirtmiştir.

Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek, 33 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar ‘yapısal stil’, ‘gelecek algısı’, ‘aile uyumu’, ‘kendilik algısı’, ‘sosyal yeterlilik’ ve ‘sosyal kaynaklar’ dır. 5’li Likert biçiminde değerlendirilmesi yapılan ölçeğin Türkçe uyarlamasında orijinalinde olduğu gibi araştırmacı serbest bırakılmıştır. Araştırmacı puanlar arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeyi artsın istiyorsa cevap kutucuklarını soldan sağa doğru 1-2-3-4-5 şeklinde kodlamalıdır. Puanlar azaldıkça psikolojik dayanıklılığın artması isteniyorsa kodlama 5-4-3-2-1 şeklinde olmalıdır. Bu araştırmada ölçekten alınan puanlar arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeyinin artması beklenerek puanlama yapılmıştır.

Bu araştırmanın güvenirlik çalışması kapsamında ölçeğe ilişkin iç tutarlılık katsayısı hesaplandığında Cronbach Alpha değerleri alt boyutlara göre; Kendilik Algısı için 0.82, Gelecek Algısı için 0.76, Sosyal Yeterlilik için 0.80, Sosyal Kaynaklar için 0.86, Aile Uyumu için 0.84 ve Yapısal Stil için 0.75 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin toplam Cronbach Alpha katsayısı 0.80 olarak bulunmuştur. Bu değerler ölçeğin iyi düzeyde güvenirliğe sahip olduğunu ve bu çalışmada yetişkinler için psikolojik dayanıklılığın değerlendirilmesinde ölçeğin kullanılabilir olduğu görüşünü desteklemektedir. Ölçeğin güvenirlik çalışmasına ilişkin sonuçlar Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3

Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Güvenirlik Çalışmasına İlişkin

Bulgular

	Cronbach's Alpha	Madde sayısı
Kendilik Algısı	0.82	6
Gelecek Algısı	0.76	4
Sosyal Yeterlilik	0.80	6
Sosyal Kaynaklar	0.86	7
Aile Uyumu	0.84	6
Yapısal Stil	0.75	4
Toplam	0.80	33

3.5.2. Problem Çözme Becerileri Ölçeği

Heppner ve Peterson (1982) tarafından geliştirilen ölçek Şahin ve Heppner (1993) tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Problem çözme becerileri ölçeği Likert tipi 1-6 arası puanlanan 35 maddeden oluşan ve problem çözme becerileri konusunda bireyin kendini algılayışını ölçen bir değerlendirme ölçeğidir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe bireylerin kendilerini problem çözme konusunda yetersiz algıladığı sonucuna varılmaktadır. 9., 22. ve 29. maddeler puanlama dışı tutulmaktadır (Savaşır ve Şahin, 1997). Faktör analizi çalışmaları sonucunda ölçeğin; problem çözme yeteneğine güven, yaklaşma kaçınma ve kişisel kontrol olmak üzere üç faktörden oluştuğu belirlenmiştir (Taylan, 1990:39).

Bu araştırmanın güvenirlik çalışması kapsamında ölçeğe ilişkin iç tutarlılık katsayısı hesaplandığında Cronbach Alpha değerleri alt boyutlara göre; Problem çözme yeteneğine güven için 0.86, Yaklaşma-kaçınma için 0.82 ve Kişisel kontrol için 0.81 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin toplam Cronbach Alpha katsayısı 0.83 olarak bulunmuştur. Bu değerler ölçeğin iyi düzeyde güvenirliğe sahip olduğunu ve bu çalışmada problem çözme becerilerinin değerlendirilmesinde ölçeğin kullanılabilir olduğu görüşünü desteklemektedir. Ölçeğin güvenirlik çalışmasına ilişkin sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4

Problem Çözme Becerileri Ölçeğinin Güvenirlik Çalışmasına İlişkin Bulgular

	Cronbach's Alpha	Madde sayısı
Problem Çözme Yeteneğine Güven	0.86	11
Yaklaşma- Kaçınma	0.82	16
Kişisel Kontrol	0.81	5
Toplam	0.83	32

3.5.3. Kişisel Bilgi Formu

Bu form yapılan literatür taraması sonucunda oluşturulmuştur. Demografik bilgilerin yer aldığı, katılımcıların cinsiyet, yaş, öğrenim düzeyi, gelir düzeyi, çalışma durumları, kardeş sayıları, psikolojik destek alma geçmişleri ile ilgili bilgi sahibi olmak için sorulan 7 soruyu içermektedir.

3.6. Verilerin Analizi

Gerekli izinler alınıp anket uygulamaları yapıldıktan sonra elde edilen veriler kodlanarak bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Anket formlarındaki veriler SPSS 15.0 paket programına girilerek çözümlenmiştir. İlk olarak verilerin normal dağılıma uygunluğu Shapirowilk testi ile test edilmiş ve araştırma verilerinin normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Kategorik yapıdaki verilerin tanımlayıcı istatistikleri olarak sayı ve yüzde, sürekli yapılar için medyan ve yüzdeler vermiştir. İki grup karşılaştırmalarında Mann Whitney U ikiden fazla grup karşılaştırmalarında Kruskall Wallis testi kullanılmıştır. Kruskall Wallis testinde belirlenen farklılıkların analizinde ise post-hoc testleri uygulanmıştır. Korelasyon analizinde Spearman korelasyon testi kullanılmıştır. Sonuçlarda p değerinin $<0,05$ olduğu durumlar anlamlı olarak kabul edilmiştir.

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

4.1. Ebeveyn Olan Grupta Kişisel Özelliklere Ait Bulgular

Tablo 5

Ebeveynlerin Cinsiyeti ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Cinsiyet	<i>f</i>	%
Kadın	113	62,8
Erkek	67	37,2
Toplam	180	100

Tablo 5 incelendiğinde çalışma kapsamında katılımcı olarak yer alan ebeveynlerin cinsiyet dağılımlarına bakıldığında katılımcıların 113' ünün (%62,8) kadın ve 67'sinin (%37,2) erkek olduğu görülmektedir.

Tablo 6

Ebeveynlerin Çalışma Durumu ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Çalışma Durumu	<i>f</i>	%
Evet	139	77,2
Hayır	41	22,8
Toplam	180	100

Tablo 6 'ya göre katılımcıların 139' u (%77,2) aktif olarak çalışmakta olup 41' i (%22,8) çalışmamaktadır.

Tablo 7

Ebeveynlerin Gelir Düzeyi ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Gelir Düzeyi	<i>f</i>	%
Düşük	19	10,6
Orta	132	73,3
Yüksek	29	16,1
Toplam	180	100

Tablo 7'ye göre gelir düzeylerine göre düşük, orta ve yüksek olarak üç boyuta ayrılmış olan katılımcıların 19'u (%10,6) düşük, 132'si (%73,3) orta, 29'u (%16,1) yüksek gelir düzeyinde olduğunu ifade etmiştir.

Tablo 8

Ebeveynlerin Eğitim Düzeyi ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Eğitim Düzeyi	<i>f</i>	%
Ortaokul	11	6,1
Lise	32	17,8
Üniversite	117	65,0
Lisansüstü	20	11,1
Toplam	180	100

Tablo 8 'e göre katılımcıların eğitim seviyeleri ortaokul 11 (%6,1), lise 32 (%17,8), üniversite 117 (%65) ve lisansüstü 20 (%11,1) olarak bulunmuştur yalnızca okur- yazar ya da ilköğretim düzeyinde olan ebeveyn bulunmamaktadır.

Tablo 9

Ebeveynlerin Yaşları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Yaş	<i>f</i>	%
25 yaşından küçük	10	5,6
25 - 35 yaş arası	104	57,8
36 ve üzeri	66	36,7
Toplam	180	100

Tablo9'a göre katılımcıların 10' u(%5,6) 25 yaşından küçük, 104' ü (%57,8) 25-35 yaşları arasında ve 66' sı (%36,7) 36 yaş ve üzerindedir.

Tablo 10

Ebeveynlerin Kardeş Sayıları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Kardeş Sayıları	<i>f</i>	%
2 ve altı	60	33,3
3 veya 4	88	48,9
5 ve üzeri	32	17,8
Toplam	180	100

Tablo 10' a göre kardeş sayılarına göre katılımcılar kendisiyle birlikte 2 ve altında kardeş olanlar 60 (%33,3), 3 ya da 4 kardeş olanlar 88 (%48,9) ve 5 ve üzeri kardeş olanlar 32 (%17,8) olarak bulunmuştur.

Tablo 11

Ebeveynlerin Psikolojik Destek Alma Durumları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Psikolojik Destek Geçmişi	f	%
Evet	55	30,6
Hayır	125	69,4
Toplam	180	100

Tablo 11' e göre psikolojik destek alıp almama durumuna göre sınıflandırılan ebeveynlerin 55' i (%30,6) daha önce psikolojik destek almış olup 125' i (%69,4) daha önce psikolojik destek almamıştır.

4.2. Ebeveyn Olan Grupta Psikolojik Sağlamlığa Ait Bulgular

Tablo 12

Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistikler

	N	En düşük	En yüksek	Ortalama	S. Sapma
Kadın	113	76.00	118.00	97.50	7.01
Erkek	67	76.00	124.00	98.31	9.44
Toplam	180	76.00	121.00	97.90	8.22

Tablo 12 incelendiğinde katılımcıların ölçekten aldığı en düşük puanın 76 ve en yüksek puanın ise 124 olduğu görülmektedir. Ölçeğin 180 kişilik örneklem grubundaki ortalaması 97.90 ve standart sapması ise 8,22 olarak hesaplanmıştır. Kadınların ölçekten aldığı puan incelendiğinde; en düşük puanın 76 ve en yüksek puanın 118 olduğu görülmektedir. Kadın katılımcıların Yetişkinler için Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları 97.50 olup, bu puanların standart sapmasının 7.01 olduğu görülmektedir. Erkek olan katılımcıların ölçekten aldıkları en düşük puan 76 olup, en yüksek puanın ise 124 olduğu görülmektedir. Erkek katılımcıların ölçekten aldıkları puanların ortalaması 98.31 ve bu puanların standart sapması 9.44'tür.

Tablo 13

Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Ebeveynlerin Cinsiyetlerine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Kadın med [Q ₁ - Q ₃]	Erkek med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Psikolojik Sağlamlık	98 [94. 102]	98 [95- 101]	3662,5	0.715

Ebeveynlerin psikolojik sağlamlık toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farka sahip olup olmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testinin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları kadın ve erkek ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir. (U=3662,5, z=-,365, p=0,715). Analiz sonucunda ebeveynlerde psikolojik sağlamlık düzeyinin cinsiyete göre değişmediği görülmüştür (p>.05).

Tablo 14

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Gelir Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Düşük Gelir med [Q ₁ - Q ₃]	Orta Gelir med [Q ₁ - Q ₃]	Yüksek Gelir med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Psikolojik Sağlamlık	101 [98. 104]	98 [94 .101.75]	97 [92.50 .102]	6,206	0.045

Ebeveynlerin psikolojik sağlamlık toplam puanlarının gelir düzeylerine göre anlamlı bir farka sahip olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık toplam puanları düşük, orta ve yüksek gelir düzeyinde olan ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermektedir (X²(2)= 6,206; p=0,045; p<0,05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla post-hoc analizi yapılmıştır. Analize göre gelir düzeyi düşük olan sınıfın psikolojik dayanıklılık toplam puanları gelir düzeyi orta ve yüksek olan sınıfın psikolojik dayanıklılık toplam puanlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir. Sonuç olarak ebeveynlerde psikolojik sağlamlık düzeyinin gelir düzeyine göre değiştiği görülmüştür (p<.05).

Tablo 15

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Eğitim Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Ortaokul	Lise	Üniversite	Lisansüstü	X ²	p
	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]		
Psikolojik Sağlamlık	96 [94 .97]	97[91.75 .101]	98[95 .103]	98[93.50 .100]	4,170	0.244

Ebeveynlerin psikolojik sağlamlık toplam puanlarının eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farka sahip olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık toplam puanları ebeveynlerin ortaokul, lise, üniversite veya lisansüstü mezunu olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($X^2(3) = 4,170$; $p = 0,244$; $p > 0,05$). Araştırmaya katılan ebeveynler arasında yalnızca okur- yazar durumunda ya da ilkokul mezunu olan ebeveyn bulunmamaktadır. Sonuç olarak ebeveynlerde psikolojik sağlamlık düzeyinin eğitim düzeylerine göre değişmediği görülmüştür ($p > .05$).

Tablo 16

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Kardeş Sayılarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	2 ve altı	3 ya da 4	5 ve üzeri	X ²	p
	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]		
Psikolojik Sağlamlık	108 [94 .102]	97 [94 .102]	98.50 [96 .104.50]	1,678	0.432

Ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık toplam puanlarının var olan kardeş sayılarına göre anlamlı bir farka sahip olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık toplam puanları ebeveynlerin sahip oldukları kardeş sayısının 2 ve altı, 3 ya da 4, 5 ve üzeri olmasına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($X^2(2) = 1,678$; $p = 0,432$; $p > 0,05$). Sonuç olarak ebeveynlerde psikolojik sağlamlık düzeyinin ebeveynlerin kardeş sayılarına göre değişmediği görülmüştür ($p > .05$).

Tablo 17

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Psikolojik Destek Alma Öyküsüne Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Evet med [Q ₁ - Q ₃]	Hayır med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Psikolojik Sağlamlık	96 [91 .102]	98 [96 .102]	2642,5	0.013

Ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık toplam puanının psikolojik destek alma geçmişlerine göre anlamlı bir farka sahip olup olmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testinin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları daha önce psikolojik destek alan ve almayan ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermektedir (U=2642,5; z=-2,473; p=0,013;p<0,05). Sonuç olarak ebeveynlerde psikolojik sağlamlık düzeyinin ebeveynlerin psikolojik destek alma geçmişlerine göre değiştiği görülmüştür (p<.05).

Tablo 18

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Çalışan med [Q ₁ - Q ₃]	Çalışmayan med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Psikolojik Sağlamlık	98 [95 .102]	97 [94 .103]	2804,5	0.878

Ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık toplam puanının çalışma durumlarına göre anlamlı bir farka sahip olup olmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testinin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları çalışan ve çalışmayan ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir. (U=2804,5; z=-,154; p=0,878; p>0,05). Sonuç olarak ebeveynlerde psikolojik sağlamlık düzeyinin ebeveynlerin çalışma durumlarına göre değişmediği görülmüştür (p>.05).

Tablo 19

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveynlerin Yaş Gruplarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	25 yaş ve altı med [Q ₁ - Q ₃]	26-35 yaş med [Q ₁ - Q ₃]	36 ve üzeri med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	P
Psikolojik Sağlamlık	95.50 [89 -100]	98 [92.25 -103]	97 [91.75 -101]	7,321	0.026

Ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık toplam puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık toplam puanları 25 yaşından küçük, 26 - 35 yaş arası ve 36 ve üzeri yaş grubunda olan ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermektedir ($X^2(2)= 7,321$; $p=0,026$; $p<0,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla post-hoc analizi yapılmıştır. Analize göre 25-35 yaş arasında olan grubun psikolojik dayanıklılık toplam puanları 25 yaşından küçük olan ve 36 yaş ve üzerinde olan grubun psikolojik dayanıklılık toplam puanlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir ve daha düşüktür. Sonuç olarak ebeveynlerde psikolojik sağlamlık düzeyinin ebeveynlerin yaş gruplarına göre değiştiği görülmüştür ($p<0,05$).

4.3. Ebeveyn Olan Grupta Problem Çözme Becerilerine Ait Bulgular

Tablo 20

Problem Çözme Becerileri Envanterine İlişkin Betimsel İstatistikler

	N	En düşük	En yüksek	Ortalama	S. Sapma
Kadın	113	86,00	142,00	115,1327	11,76823
Erkek	67	86,00	143,00	116,8955	10,93803
Toplam	180	86,00	142,50	116,0141	11,35313

Tablo 20 incelendiğinde katılımcıların envanterden aldığı en düşük puanın 86 ve en yüksek puanın ise 143 olduğu görülmektedir. Ölçeğin 180 kişilik örneklem grubundaki ortalaması 116,0141 ve standart sapması ise 11,35313 olarak hesaplanmıştır. Kadınların ölçekten aldığı puan incelendiğinde; en düşük puanın 86 ve en yüksek puanın 142 olduğu görülmektedir. Kadın katılımcıların Problem Çözme Envanterinden aldıkları puan ortalamaları 115,1327 olup, bu puanların standart sapmasının 11,76823 olduğu görülmektedir. Erkek olan katılımcıların ölçekten aldıkları en düşük puan 86 olup, en yüksek puanın ise 143 olduğu görülmektedir. Erkek

katılımcıların ölçekten aldıkları puanların ortalaması 116,8995 ve bu puanların standart sapması 10,93803'tür.

Tablo 21

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Cinsiyetlerine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Kadın	Erkek	U	p
	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]		
Problem Çözme Becerileri	117 [107 -123]	119 [110 -126]	3460,5	0.336

Ebeveynlerin problem çözme becerileri toplam puanının cinsiyete göre anlamlı farka sahip olup olmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testinin sonuçlarına göre problem çözme becerileri puanları kadın ve erkek ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir (U=3460,5, z=-,962, p=0,336). Analiz sonucunda ebeveynlerde problem çözme becerileri düzeyinin cinsiyete göre değişmediği görülmüştür (p>.05).

Tablo 22

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Gelir Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Düşük Gelir	Orta Gelir	Yüksek Gelir	X ²	p
	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]		
Problem Çözme Becerileri	111 [103 -121]	119 [107 -124]	115 [110 -127]	2,152	0.341

Ebeveynlerin problem çözme becerileri toplam puanlarının gelir düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları düşük, orta ve yüksek gelir düzeyinde olan ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir (X²(2)=2,152; p=0,341). Sonuç olarak ebeveynlerde problem çözme becerileri düzeyinin ebeveynlerin gelir düzeyine göre değişmediği görülmüştür (p>0,05).

Tablo 23

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Eğitim Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Ortaokul	Lise	Üniversite	Lisansüstü	X ²	p
	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]		
Problem Çözme Becerileri	123 [111.124]	115[105.121]	118[107.125]	119[113.128]	3,648	0.302

Ebeveynlerin problem çözme becerileri toplam puanlarının eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları ebeveynlerin ortaokul, lise, üniversite veya lisansüstü mezunu olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($X^2(3)= 3,648$; $p= 0,302$). Araştırmaya katılan ebeveynler arasında yalnızca okur-yazar durumunda ya da ilkokul mezunu olan ebeveyn bulunmamaktadır. Sonuç olarak ebeveynlerde problem çözme becerileri düzeyinin ebeveynlerin eğitim düzeyine göre değişmediği görülmüştür ($p>0,05$).

Tablo 24

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Kardeş Sayılarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	2 ve altı	3 ya da 4	5 ve üzeri	X ²	p
	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]	med [Q ₁ - Q ₃]		
Problem Çözme Becerileri	115 [106.122]	119 [107.124]	120 [110.128]	3,534	0.171

Ebeveynlerin problem çözme becerileri toplam puanlarının var olan kardeş sayılarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçlarına göre problem çözme toplam puanları ebeveynlerin sahip oldukları kardeş sayısının 2 ve altı, 3 ya da 4, 5 ve üzeri olmasına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. ($X^2(2)=3,534$; $p= 0,171$; $p> 0,05$). Sonuç olarak ebeveynlerde problem çözme becerileri düzeyinin ebeveynlerin kardeş sayılarına göre değişmediği görülmüştür ($p>.05$).

Tablo 25

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Psikolojik Destek Alma Öyküsüne Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Evet med [Q ₁ - Q ₃]	Hayır med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Problem Çözme Becerileri	118 [108 - 123]	118 [107 - 124]	3357,5	0.804

Ebeveynlerin problem çözme becerileri toplam puanının psikolojik destek alma geçmişlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U testinin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları daha önce psikolojik destek alan ve almayan ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir (U=3357,5; z=-,249; p=0,804; p>0,05). Sonuç olarak ebeveynlerde problem çözme becerileri düzeyinin ebeveynlerin psikolojik destek alma geçmişlerine göre değişmediği görülmüştür (p>.05).

Tablo 26

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Çalışan med [Q ₁ - Q ₃]	Çalışmayan med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Problem Çözme Becerileri	119 [109 - 124]	115 [101 - 122.50]	2225,0	0.033

Ebeveynlerin problem çözme becerileri toplam puanının çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U testinin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları çalışan ve çalışmayan ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermektedir (U=2225,0; z=-2.131; p=0,033; p<0,05). Sonuç olarak ebeveynlerde problem çözme becerileri düzeyinin ebeveynlerin çalışma durumlarına göre değiştiği görülmüştür (p<.05).

Tablo 27

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveynlerin Yaş Gruplarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	25 yaş ve altı med [Q ₁ - Q ₃]	26-35 yaş med [Q ₁ - Q ₃]	36 ve üzeri med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Problem Çözme Becerileri	108 [102- 119]	119 [110- 126]	116 [107- 123]	4,495	0.106

Ebeveynlerin problem çözme becerileri toplam puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları 25 yaşından küçük, 26-35 yaş arası ve 36 ve üzeri yaş grubunda olan ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($X^2(2) = 4,495$; $p=0,106$; $p>0,05$). Sonuç olarak ebeveynlerde problem çözme becerileri düzeyinin ebeveynlerin yaş gruplarına göre değişmediği görülmüştür ($p>0,05$).

4.4. Ebeveyn Olan Grupta Psikolojik Sağlamlık Düzeyi ve Problem Çözme Becerileri İlişkisine Yönelik Bulgular:

Psikolojik Sağlamlık Düzeyi ve Problem Çözme Becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Spearman Correlation test uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda psikolojik sağlamlık düzeyi ve problem çözme becerileri arasındaki korelasyon değeri 0,281 olarak hesaplanmış, p değeri 0,015 olarak bulunmuştur ($p<0,05$). Buna göre ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyi ve problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı zayıf bir ilişki bulunmaktadır. Bununla birlikte temel hipotezde H_0 reddedilerek H_1 hipotezi kabul edilir.

4.5. Ebeveyn Olmayan Grupta Kişisel Özelliklere Ait Bulgular

Tablo 28

Ebeveyn Olmayan Grubun Cinsiyeti ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Cinsiyet	f	%
Kadın	103	57,2
Erkek	77	42,8
Toplam	180	100

Tablo 28 incelendiğinde çalışma kapsamında katılımcı olarak yer alan ebeveyn olmayan kişilerin cinsiyet dağılımlarına bakıldığında katılımcıların 103' ünün (%57,2) kadın ve 77'sinin (%42,8) erkek olduğu görülmektedir.

Tablo 29

Ebeveyn Olmayan Grubun Çalışma Durumu ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Çalışma Durumu	<i>f</i>	%
Evet	141	78,3
Hayır	39	21,7
Toplam	180	100

Tablo 29 'a göre ebeveyn olmayan katılımcıların 141' i (%78,3) aktif olarak çalışmakta olup 39' u (%21,7) çalışmamaktadır.

Tablo 30

Ebeveyn Olmayan Grubun Gelir Düzeyi ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Gelir Düzeyi	<i>f</i>	%
Düşük	24	13,3
Orta	125	69,4
Yüksek	31	17,2
Toplam	180	100

Tablo 30' a göre gelir düzeylerine göre düşük, orta ve yüksek olarak üç boyuta ayrılmış olan ebeveyn olmayan katılımcıların 24' ü (%13,3) düşük, 125' i (%69,4) orta, 31' i (%17,2) yüksek gelir düzeyinde olduğunu ifade etmiştir.

Tablo 31

Ebeveyn Olmayan Grubun Eğitim Düzeyi ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Eğitim Düzeyi	<i>f</i>	%
Ortaokul	7	3,9
Lise	36	20,0
Üniversite	111	61,7
Lisansüstü	26	14,4
Toplam	180	100

Tablo 31 'e göre ebeveyn olmayan katılımcıların eğitim seviyeleri ortaokul 7 (% 3,9), lise36 (% 20,0), üniversite 111 (% 61,7) ve lisansüstü 26 (%14,4) olarak

bulunmuştur yalnızca okur - yazar ya da ilkokul düzeyinde olan katılımcı bulunmamaktadır.

Tablo 32

Ebeveyn Olmayan Grubun Yaşları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Yaş	f	%
25 yaşından küçük	27	15,0
25 - 35 yaş arası	95	52,8
36 ve üzeri	58	32,2
Toplam	180	100

Tablo 32'ye göre ebeveyn olmayan katılımcıların 27' si (% 15,0) 25 yaşından küçük, 95' i (% 52,8) 25- 35 yaşları arasında ve 58' i (% 32,2) 36 yaş ve üzerindedir.

Tablo 33

Ebeveyn Olmayan Grubun Kardeş Sayıları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Kardeş Sayıları	f	%
2 ve altı	69	38,3
3 veya 4	80	44,4
5 ve üzeri	31	17,2
Toplam	180	100

Tablo 33' e göre kardeş sayılarına göre ebeveyn olmayan katılımcılar kendisiyle birlikte 2 ve altında kardeş olanlar 69 (% 38,3), 3 ya da 4 kardeş olanlar 80 (%44,4) ve 5 ve üzeri kardeş olanlar 31 (% 17,2) olarak bulunmuştur.

Tablo 34

Ebeveyn Olmayan Grubun Psikolojik Destek Alma Durumları ile İlgili Frekans ve Yüzde Değerleri

Psikolojik Destek Geçmişi	f	%
Evet	61	33,9
Hayır	119	66,1
Toplam	180	100

Tablo 34' e göre psikolojik destek alıp almama durumuna göre sınıflandırılan ebeveyn olmayan kişilerin 61' i (%33,9) daha önce psikolojik destek almış olup 119' u (%66,1) daha önce psikolojik destek almamıştır.

4.6. Ebeveyn Olmayan Grupta Psikolojik Sağlamlığa Ait Bulgular

Tablo 35

Ebeveyn Olmayan Grupta Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistikler

	N	En düşük	En yüksek	Ortalama	S. Sapma
Kadın	103	85.00	123.00	100.23	6.85
Erkek	77	77.00	123.00	101.97	10.84
Toplam	180	81,00	123.00	101.1	8.84

Tablo 35 incelendiğinde katılımcıların ölçekten aldığı en düşük puanın 77 ve en yüksek puanın ise 123 olduğu görülmektedir. Ölçeğin 180 kişilik ebeveyn olmayan gruptaki ortalaması 101.1 ve standart sapması ise 8,84 olarak hesaplanmıştır. Kadınların ölçekten aldığı puan incelendiğinde; en düşük puanın 85 ve en yüksek puanın 123 olduğu görülmektedir. Kadın katılımcıların Yetişkinler için Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları 100.23 olup, bu puanların standart sapmasının 6.85 olduğu görülmektedir. Erkek olan katılımcıların ölçekten aldıkları en düşük puan 77 olup, en yüksek puanın ise 123 olduğu görülmektedir. Erkek katılımcıların ölçekten aldıkları puanların ortalaması 101.97 ve bu puanların standart sapması 10.84'tür.

Tablo 36

Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Ebeveyn Olmayan Grupta Cinsiyete Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Kadın med [Q ₁ - Q ₃]	Erkek med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Psikolojik Sağlamlık	100 [96 -105]	100 [95 -105]	3743,5	0.520

Ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik dayanıklılık toplam puanının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları kadın ve erkek ebeveyn olmayan bireyler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir (U=3743,5, z=-,643, p=0,520). Analiz sonucunda ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik sağlamlık düzeyinin cinsiyete göre değişmediği görülmüştür (p>.05).

Tablo 37

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Grupta Gelir Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Düşük Gelir med [Q ₁ - Q ₃]	Orta Gelir med [Q ₁ - Q ₃]	Yüksek Gelir med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Psikolojik Sağlamlık	102 [97 -110]	100 [96 -105]	97 [94 -104]	5,728	0.057

Ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik dayanıklılık toplam puanlarının gelir düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık toplam puanları düşük, orta ve yüksek gelir düzeyindeki ebeveyn olmayan bireyler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($X^2(2)= 5,728$; $p=0,057$; $p>0,05$). Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde psikolojik sağlamlık düzeyinin gelir düzeyine göre değişmediği görülmüştür ($p>.05$).

Tablo 38

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Grupta Eğitim Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Ortaokul med [Q ₁ - Q ₃]	Lise med [Q ₁ - Q ₃]	Üniversite med [Q ₁ - Q ₃]	Lisansüstü med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Psikolojik Sağlamlık	95 [92 -97]	99[96 -105]	01[96 -105]	98[95 -104]	6,120	0.106

Ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik dayanıklılık toplam puanlarının eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık toplam puanları ebeveyn olmayan kişilerin ortaokul, lise, üniversite veya lisansüstü mezunu olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($X^2(3)= 6,120$; $p= 0,106$; $p> 0,05$). Araştırmaya katılan kişiler arasında yalnızca okur - yazar durumunda ya da ilkokul mezunu olan katılımcı bulunmamaktadır. Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde psikolojik sağlamlık düzeyinin eğitim düzeyine göre değişmediği görülmüştür ($p>.05$).

Tablo 39

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Grupta Kardeş Sayılarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	2 ve altı med [Q ₁ - Q ₃]	3 ya da 4 med [Q ₁ - Q ₃]	5 ve üzeri med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Psikolojik Sağlamlık	100 [95 -103]	100 [95 -105]	102[97 -105]	2,871	0.238

Ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik dayanıklılık toplam puanlarının var olan kardeş sayılarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık toplam puanları ebeveyn olmayan kişilerin sahip oldukları kardeş sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($X^2(2) = 2,871$; $p = 0,238$; $p > 0,05$). Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde psikolojik sağlamlık düzeyinin kardeş sayısına göre değişmediği görülmüştür ($p > .05$).

Tablo 40

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Psikolojik Destek Alma Öyküsüne Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Evet med [Q ₁ - Q ₃]	Hayır med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Psikolojik Sağlamlık	100 [94.5 -106]	00 [96 -104]	3375,5	0.442

Ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik dayanıklılık toplam puanının psikolojik destek alma geçmişlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları daha önce psikolojik destek alan ve almayan kişiler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($U=3375,5$; $z=-,769$; $p=0,442$; $p > 0,05$). Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde psikolojik sağlamlık düzeyinin psikolojik destek alma öyküsüne göre değişmediği görülmüştür ($p > .05$).

Tablo 41

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Çalışma Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Çalışan med [Q ₁ - Q ₃]	Çalışmayan med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Psikolojik Sağlamlık	100 [95 .105]	101 [96 .109]	2316,0	0.132

Ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik dayanıklılık toplam puanının çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları çalışan ve çalışmayan kişiler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir (U=2316,0; z=-1,508; p=0,132; p>0,05). Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde psikolojik sağlamlık düzeyinin çalışma durumuna göre değişmediği görülmüştür (p>.05).

Tablo 42

Psikolojik Sağlamlık Düzeyinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Yaş Gruplarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	25 yaş ve altı med [Q ₁ - Q ₃]	26-35 yaş med [Q ₁ - Q ₃]	36 ve üzeri med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Psikolojik Sağlamlık	101 [96 .109]	100 [96 .105]	99 [95.75 .105]	1,068	0.586

Ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik dayanıklılık toplam puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık toplam puanları 25 yaşından küçük, 26-35 yaş arası ve 36 ve üzeri yaş grubunda olan kişiler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($X^2(2)= 1,068$; p=0,586; p>0,05). Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde psikolojik sağlamlık düzeyinin yaş gruplarına göre değişmediği görülmüştür (p>.05).

4.7. Ebeveyn Olmayan Grupta Problem Çözme Becerilerine Ait Bulgular

Tablo 43

Problem Çözme Becerileri Envanterine İlişkin Betimsel İstatistikler

	N	En düşük	En yüksek	Ortalama	S. Sapma
Kadın	103	94,00	142,00	117,4078	10,32172
Erkek	77	86,00	143,00	116,6623	10,13282
Toplam	180	90,00	142,50	117,03505	10,22727

Tablo incelendiğinde katılımcıların envanterden aldığı en düşük puanın 86 ve en yüksek puanın ise 143 olduğu görülmektedir. Ölçeğin 180 kişilik örneklem grubundaki ortalaması 117,03505 ve standart sapması ise 10,22727 olarak hesaplanmıştır. Kadınların ölçekten aldığı puan incelendiğinde; en düşük puanın 94 ve en yüksek puanın 142 olduğu görülmektedir. Kadın katılımcıların Problem Çözme Envanterinden aldıkları puan ortalamaları 117,4078 olup, bu puanların standart sapmasının 10,32172 olduğu görülmektedir. Erkek olan katılımcıların ölçekten aldıkları en düşük puan 86 olup, en yüksek puanın ise 143 olduğu görülmektedir. Erkek katılımcıların ölçekten aldıkları puanların ortalaması 116,6623 ve bu puanların standart sapması 10,13282'dir.

Tablo 44

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Cinsiyetlerine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Kadın med [Q ₁ - Q ₃]	Erkek med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Problem Çözme Becerileri	116 [112 .124]	115 [111 .123.50]	3851,5	0.741

Ebeveyn olmayan kişilerin problem çözme becerileri toplam puanının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre problem çözme becerileri puanları kadın ve erkek ebeveyn olmayan kişiler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir. (U=3851,5, z=-,330, p=0,741). Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde problem çözme becerileri düzeyinin cinsiyete göre değişmediği görülmüştür (p>.05).

Tablo 45

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Gelir Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Düşük Gelir med [Q ₁ - Q ₃]	Orta Gelir med [Q ₁ - Q ₃]	Yüksek Gelir med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Problem Çözme Becerileri	114.50 [110.128]	116 [112.123.50]	118 [111.128]	.951	0.621

Ebeveyn olmayan kişilerin problem çözme becerileri toplam puanlarının gelir düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları düşük, orta ve yüksek gelir düzeyinde olan kişiler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($X^2(2) = .951$; $p = 0.621$; $p > 0.05$). Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde problem çözme becerileri düzeyinin gelir düzeyine göre değişmediği görülmüştür ($p > .05$).

Tablo 46

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Eğitim Düzeylerine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Ortaokul med [Q ₁ - Q ₃]	Lise med [Q ₁ - Q ₃]	Üniversite med [Q ₁ - Q ₃]	Lisansüstü med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Problem Çözme Becerileri	124 [120.125]	118 [110.124]	115 [110.122]	119 [114.128]	8,466	0.037

Ebeveyn olmayan kişilerin problem çözme becerileri toplam puanlarının eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları ebeveyn olmayan kişilerin ortaokul, lise, üniversite veya lisansüstü mezunu olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. ($X^2(3) = 8,466$; $p = 0,037$; $p < 0,05$) Araştırmaya katılan kişiler arasında yalnızca okur- yazar durumunda ya da ilkokul mezunu olan katılımcı bulunmamaktadır. Analiz sonucunda gruplar arası farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla post-hoc testi uygulanmıştır. Buna göre üniversite mezunu olan bireyler ile ortaokul ve lise eğitim düzeyindeki bireylerin problem çözme beceri düzeyleri arasında anlamlı fark vardır. Sonuç olarak

ebeveyn olmayan bireylerde problem çözme becerileri düzeyinin eğitim düzeyine göre değiştiği görülmüştür ($p<.05$).

Tablo 47

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Kardeş Sayılarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	2 ve altı med [Q ₁ - Q ₃]	3 ya da 4 med [Q ₁ - Q ₃]	5 ve üzeri med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Problem Çözme Becerileri	115 [109 -120]	116 [111 -123]	123 [112 -131]	7,273	0.026

Ebeveyn olmayan kişilerin problem çözme becerileri toplam puanlarının var olan kardeş sayılarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre problem çözme toplam puanları katılımcıların sahip oldukları kardeş sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. ($X^2(2)= 7,273$; $p= 0,026$; $p< 0,05$). Analiz sonucunda gruplar arası farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek post-hoc testi uygulanmıştır. Buna göre 5 ve üzeri sayıda kardeşi olan bireyler ile 2 ve altında sayıda kardeşi olan bireyler ve 3 ya da 4 kardeşi olan bireyler arasında anlamlı fark vardır. Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde problem çözme becerileri düzeyinin kardeş sayısına göre değiştiği görülmüştür ($p<.05$).

Tablo 48

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Psikolojik Destek Alma Öyküsüne Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Evet med [Q ₁ - Q ₃]	Hayır med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Problem Çözme Becerileri	116 [112 -125.50]	116 [110. 124]	3248,5	0.249

Ebeveyn olmayan kişilerin problem çözme becerileri toplam puanının psikolojik destek alma geçmişlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları daha önce psikolojik destek alan ve almayan kişiler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($U=3248,5$; $z=-1,153$; $p=0,249$; $p>0,05$). Sonuç

olarak ebeveyn olmayan bireylerde problem çözme becerileri düzeyinin psikolojik destek alma geçmişine göre değişmediği görülmüştür ($p>.05$).

Tablo 49

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Çalışma Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Çalışan med [Q ₁ - Q ₃]	Çalışmayan med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Problem Çözme Becerileri	118 [112 -124.50]	115 [110 -123]	2381,5	0.201

Ebeveyn olmayan kişilerin problem çözme becerileri toplam puanının çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları çalışan ve çalışmayan kişiler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($U=2381,5$; $z=-1.279$; $p=0,201$; $p>0,05$). Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde problem çözme becerileri düzeyinin çalışma durumlarına göre değişmediği görülmüştür ($p>.05$).

Tablo 50

Problem Çözme Becerilerinin Ebeveyn Olmayan Kişilerin Yaş Gruplarına Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	25 yaş ve altı med [Q ₁ - Q ₃]	26-35 yaş med [Q ₁ - Q ₃]	36 ve üzeri med [Q ₁ - Q ₃]	X ²	p
Problem Çözme Becerileri	115 [109 -119]	118 [112 -124]	118 [109 -126]	4,003	0.135

Ebeveyn olmayan kişilerin problem çözme becerileri toplam puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları 25 yaşından küçük, 26- 35 yaş arası ve 36 ve üzeri yaş grubunda olan katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir. ($X^2(2)= 4,003$; $p=0,135$; $p>0,05$). Sonuç olarak ebeveyn olmayan bireylerde problem çözme becerileri düzeyinin yaş gruplarına göre değişmediği görülmüştür ($p>.05$).

4.8. Ebeveyn Olmayan Grupta Psikolojik Sağlamlık Düzeyi ve Problem Çözme Becerileri İlişkisine Yönelik Bulgular:

Psikolojik Sağlamlık Düzeyi ve Problem Çözme Becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Spearmen Correlation test uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda psikolojik sağlamlık düzeyi ve problem çözme becerileri arasındaki korelasyon değeri 0,156 olarak hesaplanmış, p değeri 0,036 olarak bulunmuştur ($p < 0.05$). Buna göre ebeveyn olmayan kişilerin psikolojik sağlamlık düzeyi ve problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı çok zayıf bir ilişki bulunmaktadır.

4.9. Ebeveyn Olan ve Ebeveyn Olmayan Grubun Karşılaştırılması İle ilişkili Sonuçlar

4.9.1. Psikolojik Dayanıklılığa İlişkin Karşılaştırmalar

Tablo 51

Psikolojik Sağlamlık Toplam Puanlarının Ebeveyn Olup Olmama Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Ebeveyn Olan med [$Q_1 - Q_3$]	Ebeveyn Olmayan med [$Q_1 - Q_3$]	U	p
Psikolojik Sağlamlık	98 [94.25 -102]	100 [96 -105]	13363,5	0.004

Psikolojik sağlamlık toplam puanlarının katılımcıların ebeveyn olup olmama durumlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık toplam puanları ebeveyn olan ve ebeveyn olmayan kişiler arasında anlamlı bir farklılık göstermektedir. ($U=13363,5$; $z=-2.877$; $p=0,004$; $p < 0,05$). Sonuç olarak psikolojik sağlamlık düzeyinin bireylerin ebeveyn olup olmama durumuna göre değiştiği görülmüştür ($p < .05$).

4.9.2. Problem Çözme Becerilerine İlişkin Karşılaştırmalar

Tablo 52

Problem Çözme Becerileri Toplam Puanlarının Ebeveyn Olup Olmama Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Ebeveyn Olan med [Q ₁ - Q ₃]	Ebeveyn Olmayan med [Q ₁ - Q ₃]	U	p
Problem Çözme Becerileri	118 [107.25. 124]	116 [111 .124]	15637,0	0.568

Problem çözme becerileri toplam puanlarının katılımcıların ebeveyn olup olmama durumlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları ebeveyn olan ve ebeveyn olmayan kişiler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir. (U=15637,0; z=-,571; p=0,568;p>0,05). Sonuç olarak problem çözme becerileri düzeyinin bireylerin ebeveyn olup olmama durumuna göre değişmediği görülmüştür (p>.05).

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde ebeveyn olmayan bireylerin ve 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin problem çözme becerileri ile psikolojik sağlamlık ilişkisini çeşitli sosyodemografik özellikler açısından incelediği bu çalışmanın verilerinin analizinden elde edilen bulgular ilgili literatür ışığında tartışılmıştır ve buna yönelik tartışma ve yorum kısmı yer almaktadır. Çalışma bulguları sonucunda, 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin problem çözme becerileri arttıkça psikolojik sağlamlık düzeylerinin arttığı saptanmış olup buna yönelik korelasyon değeri 0,281 olarak ve p değeri 0,015 olarak bulunmuştur ($p < 0.05$). Ebeveyn olmayan bireyler için yapılan analizin sonucunda korelasyon değeri 0,156 ve p değeri 0,036 olarak bulunmuştur ($p < 0.05$). Bu bulgulara göre ebeveyn olmayan bireyler ve 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin olduğu her iki grup için de problem çözme becerileri ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin varlığından söz edilebileceği görülmekle birlikte ebeveyn olmayan grupta bu ilişki çok zayıf düzeydeyken araştırmanın asıl örneklemini olan ebeveyn olan grupta korelasyon düzeyi zayıf bulunmasına karşın ebeveyn olmayan gruba göre daha yüksek olduğu görülmüştür. İlgili literatür incelendiğinde ebeveynler üzerine benzeri bir çalışmanın var olmadığı yalnız üniversite öğrenci gruplarıyla yapılan çalışmalarda benzeri bulgulara ulaşıldığı gözlenmiştir. Durmuş ve Okanlı (2018) çalışmalarında öğrencilerin psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarının ve problem çözme becerileri puan ortalamalarının belirlendiği çalışmada psikolojik dayanıklılık düzeyi ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi istatistiksel olarak anlamlı bulmuştur.

5.1. Katılımcıların Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Problem Çözme Becerileri Ölçeğinden Aldıkları Sonuçlar

Ebeveynlerin Yetişkinler İçin Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden aldıkları sonuçlar incelendiğinde alınan puanların ortalamasının 97.90 ± 8.22 olduğu görülmektedir. Bu ortalama ebeveynlerin orta düzeyde psikolojik sağlamlık düzeyinde olduğunu göstermektedir. Ebeveyn olmayan grubun puan ortalaması ise 101.1 ± 8.84 olarak bulunmuştur. Psikolojik sağlamlık toplam puanlarının katılımcıların ebeveyn olup olmama durumlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için

yapılan analizlerin sonuçlarına göre psikolojik sağlamlık toplam puanları ebeveyn olan ($X = 164,74$) ve ebeveyn olmayan ($X=196,26$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p=0,004; p<0,05$). Bu bulgulara göre araştırmanın birinci temel hipotezi doğrulanmıştır. Ebeveyn olmayan grup ve ebeveyn olan grubun psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır ve ebeveyn olmayanların psikolojik sağlamlık düzeyi ortalamaları daha yüksektir. (Deveci ve arkadaşları, 2017) engelli çocuğa sahip olan ebeveynlerle yaptıkları çalışmada ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyi ortalamasını düşük olarak saptamıştır. Literatür incelendiğinde bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyinin genelde düşük ya da orta düzeyde seyrettiği araştırmalara rastlanmaktadır. Bu durum bireylerin psikolojik sağlamlığını etkileyen faktörlere ilişkin yeterince bilgi sahibi olunmamasıyla ve psikolojik sağlamlığın dinamik bir kavram olduğu düşünüldüğünde ebeveynliğin getirdiği yaşamsal sorumlulukların kişileri bu anlamda etkilemesi ve dayanıklılık düzeylerini düşürmesi ile ilişkilendirilebilir. Bu durum ebeveynlerin psikolojik sağlamlık yönünden desteklenmesi gerekliliğine dikkat çekecek niteliktedir.

Ebeveynlerin Problem Çözme Becerileri Ölçeğinden aldıkları sonuçlar incelendiğinde alınan puanların ortalamasının 116.01 ± 11.35 olduğu görülmektedir. Ebeveyn olmayan grubun puan ortalaması ise $117.03 \pm 10,22$ olarak bulunmuştur. Problem çözme becerileri toplam puanlarının katılımcıların ebeveyn olup olmama durumlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan analizlerin sonuçlarına göre problem çözme becerileri toplam puanları ebeveyn olan ($X = 177,37$) ve ebeveyn olmayan ($X=183,63$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir. ($p=0,568; p>0,05$). Bu bulgulara göre ebeveyn olan ve ebeveyn olmayan bireylerin problem çözme beceri düzeyleri arasındaki fark anlamlı değildir. Durmuş ve Okanlı (2017) 397 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmalarında problem çözme becerileri ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarıyla ebeveyn eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve öğrencilerin yaşları arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğunu belirlemiştir. Bu bağlamda bireylerin problem çözme beceri düzeylerinin belirlenmesinde çeşitli demografik değişkenlerin önemine dikkat çekmek gerekmektedir.

5.1.1. Katılımcıların Yaşı ve Cinsiyeti

Çalışmada ebeveynlerin ve ebeveyn olmayan bireylerin cinsiyetinin psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri açısından ayırt edici bir faktör olmadığı görülmektedir. İlgili literatürde cinsiyet değişkeni ile psikolojik sağlamlık arasında ilişki bulunamayan (Karataş & Şahin Baltacı, 2015; Şahin & Buzlu, 2017; Esen Aktay, 2010; Onat, 2010; Özcan, 2005; Ülker Tümlü & Recepoğlu, 2013; Turgut, 2015; Topbay, 2016) çalışmaların mevcut olduğu, bu bulgunun aksine ilişkinin mevcut olduğu gözlenen çalışmaların da bulunduğu (Arastaman & Balcı, 2013; Coşkun, Garipağaoğlu, & Tosun, 2014) görülmektedir. Bu durumda örneklemin niteliği düşünülürse sonuçlardaki farklılık kabul edilebilir ve cinsiyete göre psikolojik sağlamlığın düzeyindeki farklılaşma toplumsal cinsiyet rolleri, beklenti ve sorumluluklarla ilişkilendirilebilir.

Problem çözme becerileri ile ilgili literatüre bakıldığında araştırma bulgularını destekler nitelikte olan problem çözme becerileri ve cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığını belirleyen araştırmaların varlığı daha çok ön plana çıkarken anlamlı bir ilişki olduğunu belirleyen araştırmalara da rastlanmaktadır. Ersözlü ve Kazu (2008) öğretmen adayı olan üniversite öğrencileri ile yürüttükleri çalışmalarında öğrencilerin cinsiyetleri ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken Sezen ve Paliç (2011) lise öğrencileri ile yürüttükleri çalışmada problem çözme becerileri ve cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulmuş ve kız öğrencilerin problem çözme beceri düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Literatürde problem çözme beceri düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların bulgularındaki farklılık problem çözme becerilerinin farklı örneklemdeki düzeyini etkileyen faktörlerin çeşitliliğini düşündürmektedir.

Ebeveynlerin yaş aralığının psikolojik sağlamlık üzerinde belirleyici bir faktör olduğu ve 25 -35 yaş aralığındaki ebeveynlerin psikolojik dayanıklılığının 25 yaşından küçük ve 36 yaş ve üzeri yaş aralığındaki kişilerden daha düşük düzeyde olduğu görülürken ebeveyn olmayan grupta yaş aralığının psikolojik sağlamlık üzerinde belirleyici bir faktör olduğuna dair bir ilişki bulunmamıştır. Ebeveynlerin ve ebeveyn olmayan kişilerin yaşları ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Psikolojik sağlamlık ve yaş arasındaki ilişkiye benzer nitelikte bir bulguya Durmuş ve Okanlı (2018) nın çalışmasında da rastlanırken aynı çalışmada yaş ile problem çözme becerileri arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Psikolojik

sağlamlığın yaş ile ilişkisi yaşamsal tecrübe ve dayanıklılıktaki artışla ilişkilendirilerek psikolojik sağlamlığın dinamik bir olgu olduğu konusundaki araştırmalar desteklenebilir ve ayrıca psikolojik sağlamlık düzeyinin 25-35 yaş aralığındaki ebeveynlerde daha düşük bulgular göstermesi ebeveynlerin yaşamsal sorumluluklarına ve hayatlarındaki köklü değişimlere (iş yaşamı, aile yaşamı vb.) adaptasyon süreçleri ile ilişkilendirilebilir. Problem çözme becerileri ile yaş değişkeni arasında bu araştırmada ebeveyn olan ve olmayan her iki grupta da bir ilişki bulunmaması ve literatürde bu ilişkinin varlığına ilişkin bulgulara sahip araştırmaların olması örneklemin niteliği ve problem çözme becerilerini etkileyen faktörlerin dinamik süreçlerle olan ilişkisini destekler.

5.1.2. Katılımcıların Gelir Düzeyi

Çalışmada ebeveynlerin gelir düzeylerinin psikolojik sağlamlık düzeyi açısından ayırt edici bir faktör olduğu belirlenirken ebeveyn olmayan grupta gelir düzeyi ile psikolojik sağlamlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Ebeveyn olan ve ebeveyn olmayan her iki grup için problem çözme becerileri açısından gelir düzeyinin belirleyici bir faktör olmadığı tespit edilmiştir. Toplumsal ya da çevresel risk faktörleri düşünüldüğünde; hızla büyüyen işsizlik, artan göç ve sosyo-ekonomik düzeyin yetersizliğinin psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörlerden biri olduğunu destekleyen pek çok araştırma vardır (Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013: 206). Bireylerin gelir düzeyleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki kişinin refah düzeyi ve olaylara olumlu yaklaşımda bulunabilmesinin kolaylaşmasıyla açıklanabilir. Bu araştırmada ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyi ile gelir düzeyi arasında anlamlı bir ilişkinin belirlenmesi ve ebeveyn olmayan grupta böyle bir ilişkinin gözlemlenmemesi ebeveynin aile kavramının getirdiği toplumsal rolleri ve maddi bakım yükümlülüklerini daha çok benimsemesi ve bu durumun kişinin psikolojik durumlarını etkileyebilecek nitelikte olduğunu göstermektedir.

5.1.3. Katılımcıların Eğitim Düzeyi

Çalışmada ebeveynlerin ve ebeveyn olmayan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Aynı şekilde problem çözme becerileri ile ebeveynlerin eğitim düzeyleri arasında da bir ilişki görülmemiş olup ebeveyn olmayan bireylerin problem çözme becerileri ile eğitim

düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyini inceleyen araştırmada Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu (2015) katılımcıların anne babalarının eğitim düzeyi ile psikolojik sağlamlıkları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu şekilde olan birçok araştırmaya rastlanmıştır. Bu bulguya göre psikolojik dayanıklılık düzeyinin çevresel faktörlerden etkilendiği ve sosyal öğrenme yoluyla da gelişebildiği öngörülebilir. Bu araştırmanın bulgularında ebeveyn olmayan bireylerin problem çözme becerileri ile eğitim düzeyleri arasındaki ilişkiye göre ortaokul veya lise mezunu olmakla üniversite veya lise mezunu olmak ebeveyn olmayan bireylerin problem çözme becerilerini etkilemektedir ve eğitim düzeyi arttıkça problem çözme beceri düzeyi de artmaktadır. Literatür incelendiğinde Genç ve Kalafat'ın (2007) çalışmalarında üniversite öğrencilerinin problem çözme becerileri ile sınıf seviyelerinin birbirine paralel geliştiği gözlemlenmiştir. Bu bulgular problem çözme becerilerinin zihinsel süreçlerle olan ilişkisini destekler niteliktedir.

5.1.4. Katılımcıların Kardeş Sayıları

Çalışmada ebeveynlerin ve ebeveyn olmayan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin sahip oldukları kardeş sayısına göre farklılık göstermediği belirlenmiştir. Problem çözme becerileri düzeyi ise ebeveyn olmayan grupta sahip olunan kardeş sayısına göre anlamlı farklılık gösterip ebeveyn olan grupta farklılık göstermemektedir. Literatüre bakıldığında benzer şekilde lise öğrencileri ile yapılan bir araştırmada yine psikolojik sağlamlık ve sahip olunan kardeş sayısı arasında bir ilişki bulunmamıştır. Yöndem ve Bahtiyar (2016) ve Onat (2010) yapmış oldukları çalışmalarında kardeşe sahip olmanın veya kardeş sayısının ergenlerdeki psikolojik dayanıklılık düzeylerinde bir farklılaşmaya neden olmadığını belirlemişlerdir. Bu durum bireysel psikolojik gelişimin ayrı bir süreç olmasıyla açıklanabilir. Problem çözme becerilerinin kardeş sayısına göre ebeveynlerde anlamlı farklılık göstermezken ve ebeveyn olmayan bireylerde anlamlı farka sahip olması ebeveyn olmayan kişilerin düşünce sisteminde köken ailelerinde edindikleri öğretilerin etkilerini daha çok taşıdığını düşündürürken ebeveynlerde problem çözme becerilerini etkileyen farklı değişkenlere yönelme gerekliliğini beraberinde getirmiştir.

5.1.5. Katılımcıların Psikolojik Destek Alma Öyküsü

Çalışmada ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin psikolojik destek alma öykülerine göre farklılaştığı, ebeveyn olmayan bireylerin ise psikolojik sağlamlık düzeylerinin psikolojik destek alma öykülerine göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Problem çözme becerilerinin ise ebeveyn olan ve ebeveyn olmayan her iki grupta psikolojik destek alan ve almayanlar arasında anlamlı bir farka sahip olmadığı görülmüştür. Psikolojik destek almanın kişinin psikolojik sağlamlık düzeyini ve problem çözme becerileriyle ilişkisini araştıran bir çalışmaya literatürde rastlanmamakla birlikte bireylerin okudukları bölümle psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada psikolojik danışmanlık ve psikoloji bölümündeki öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri diğer bölümdeki öğrencilere nazaran daha yüksek bulunmuştur. Bu durum kişinin bilgi seviyesinin yükselmesiyle ve bilinçlenmesiyle birlikte kendisine ve olaylara yaklaşımının daha olumlu olacağı fikri ile ve bireylere özellikle de ebeveynlere yönelik geliştirilecek psikolojik destek ve iç görü çalışmalarının önemi ilişkilendirilebilir.

5.1.6. Katılımcıların Çalışma Durumu

Çalışmada ebeveynlerin ve ebeveyn olmayan bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve çalışma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamakla birlikte ebeveynlerin problem çözme becerileri ile çalışma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş, ebeveyn olmayan bireylerde anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Buna göre ebeveyn grubunda çalışan bireylerin problem çözme becerileri de daha yüksek bulunmuştur. Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyini etkileyen faktörleri inceleyen bir çalışmada (Bektaş & Özben, 2016) aynı şekilde çalışma durumunun psikolojik sağlamlığı etkileyen bir faktör olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu durum kişinin psikolojik sağlamlık düzeyinin büyük bir kısmının daha erken dönemlerde oluşumunu tamamladığı düşüncesiyle ilişkilendirilirken problem çözme becerileri ve çalışma durumu arasındaki ilişkinin anlamlı olması kişinin sosyal gelişiminin daha hızlı ilerlemesi ve çalışma hayatının yeni bakış açıları kazandırmasıyla ilişkilendirilebilir. Aynı zamanda problem çözme becerileri açısından ebeveyn olan grupta çalışma faktörünün daha önemli bir konumda olduğu düşünüldüğünde çalışmayan ebeveynlerin bu alanda gelişime ihtiyaç duydukları düşünülmektedir.

BÖLÜM VI

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu bölümde araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara dair genel değerlendirmeler ile birlikte araştırmanın psikoloji alanındaki önemi sunulmuştur. Bu çalışmada 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerde psikolojik sağlamlık ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada analizler 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynler ve ebeveyn olmayan bireylerden oluşan iki grup üzerinde yapılmıştır. Amaç ebeveyn olan grupta söz konusu kavramlar arasındaki ilişkinin derecesine ve önemine vurgu yapmaktır.

Gerçekleştirilen korelasyon analizlerinde ulaşılan anlamlı sonuçlar 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerde psikolojik sağlamlık düzeyinin problem çözme beceri düzeyleri arttıkça yükseldiğini ve azaldıkça düştüğünü gösterir niteliktedir.

Problem çözme becerileri ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki her iki grup için incelendiğinde ebeveyn olmayan grupta iki kavram arasında çok düşük düzeyde ilişki olmakla birlikte ebeveyn olan grupta psikolojik sağlamlık ve problem çözme becerileri arasında daha güçlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Elde edilen sonuçlara göre ebeveyn grubunda gelir düzeyi düşük olan sınıfın psikolojik dayanıklılık düzeyinin gelir düzeyi orta ve yüksek olan sınıfın psikolojik dayanıklılık düzeylerine göre daha düşük olduğu görülmüştür.

Ebeveyn grubun psikolojik sağlamlık düzeyinde yaş değişkeninin etkisi incelendiğinde 26-35 yaş arasında olan grubun psikolojik sağlamlık düzeyinin 25 yaşından küçük ve 36 yaş ve üzerinde olan grubun psikolojik sağlamlık düzeylerine göre daha düşük olduğu bulunmuştur.

Ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri üzerinde psikolojik destek alma faktörünün etkisi incelendiğinde psikolojik destek alma öyküsü bulunan ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin psikolojik destek alma öyküsü bulunmayan ebeveynlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile cinsiyet, eğitim düzeyi, kardeş sayısı ve çalışma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir.

Problem çözme beceri düzeyleri incelendiğinde ebeveynlerin cinsiyeti, gelir düzeyi, yaşı, eğitim düzeyi, kardeş sayısı ve psikolojik destek alma öyküsüne göre problem çözme beceri düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur.

Ebeveynlerde problem çözme beceri düzeyi çalışma durumlarına göre incelendiğinde ise çalışan ebeveynlerin problem çözme beceri düzeyleri çalışmayan ebeveynlerin problem çözme beceri düzeylerinden daha yüksek bulunmuştur.

Aynı zamanda ebeveyn olmayan bireylerde yapılan analizlerde psikolojik sağlık düzeyinin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, kardeş sayısı, çalışma durumu ve psikolojik destek alma geçmişi faktörlerine göre farklılaşmadığı görülmüştür.

Ebeveyn olmayan bireylerde problem çözme beceri düzeyi incelemelerinde ise ebeveyn olmayan bireylerin problem çözme becerilerinin kardeş sayısı ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre farklılaştığı gözlemlenmiştir. Buna göre 5 ve üzeri kardeşi olan bireylerin problem çözme beceri düzeyleri 2 ve altında ve 3 ya da 4 kardeşe sahip olan bireylerin problem çözme beceri düzeylerinden; üniversite mezunu olan bireylerin problem çözme becerileri ise ortaokul ve lise mezunu olan bireylerin problem çözme beceri düzeylerinden daha yüksektir.

Ebeveyn olmayan bireylerin problem çözme beceri düzeylerinin cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, çalışma durumu ve psikolojik destek alma geçmişi değişkenlerine göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Bu araştırmanın sonuçları 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik sağlık durumlarını etkileyecek faktörlerin bilinmesinde, psikolojik sağlık açısından risk grubunda yer alan ve problem çözme becerileri açısından desteklenmesi gereken ebeveynlerin sosyodemografik değişkenlere göre belirlenmesinde ve bu alanda katkı sağlayabilecek çalışmaların yapılmasında dikkat edilecek noktaların bilinmesinde önemlidir.

Psikolojik sağlık, ruh sağlığını geri kazanmak ve ruhsal sağlığını sürdürmek adına oldukça temel bir kavramdır (Shastri, 2013). Bu çalışma toplumsal açıdan önemli bir role sahip ebeveynlerin psikolojik sağlamlığıyla ilgili değişkenleri anlayarak psikolojik sağlamlığı koruma ve geliştirme sürecine katkı sağlaması amacıyla gerçekleştirilmiştir. Psikoloji alanında doğru yaklaşım ve müdahalelerin sağlanabilmesi öncelikli olarak nedenlerin anlaşılabilmesiyle mümkündür.

6.2. Öneriler

Bu sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki öneriler sunulabilir:

Problem çözme becerilerinin bireylerin psikolojik sağlık düzeyini etkilediği görülmektedir. Psikolojik sağlamlığın psikolojik iyilik hali ve dolayısıyla ebeveynlik becerilerine olan etkisi düşünülerek ebeveynlere yönelik problem çözme becerileri konusunda yapılan eğitim ve çalışmalar desteklenebilir.

Psikolojik sağlamlığın psikolojik destek alma öyküsüyle olan pozitif yönlü anlamlı ilişkisi düşünüldüğünde ebeveynlere yönelik gönüllü psikolojik destek çalışmaları yapılabilir. Ruh sağlığı çalışanlarının aile, okul ve toplum temelli psikolojik sağlamlığı geliştirme çalışmaları yoluyla ebeveynlerin psikolojik sağlık kavramı hakkında bilgi seviyelerinin ve çocuk bakım becerilerinin artırılması, ebeveynlerin psikolojik sağlık düzeyini etkileyecek risk faktörlerine karşın diğer kurumlarla aktif olarak iş birliği yapması toplumsal farkındalığın oluşturması gibi konularda sistematik olarak çalışmalar yürütmeleri önerilmektedir.

Psikolojik sağlık üzerinde risk faktörlerinin büyük önemi bilinmektedir. Bu nedenle çeşitli nedenlerle risk grubunda yer alan ebeveynler yakından takip edilmeli ve ihtiyaç duydukları alanlarda desteklenmelidir. Önleyici çalışmalar psikolojik sağlamlığın korunmasında oldukça önemlidir.

Psikolojik sağlık ve problem çözme becerilerini etkileyen değişkenlerin bilinmesinde mevcut araştırmanın sonuçları doğrultusunda ilerlenmesi ebeveyn grubunda yapılacak terapi ve geliştirici müdahalelerde çözüme katkı sağlayacaktır.

Çocuk ve ebeveyne yönelik terapi ve danışmanlık çalışmalarında; Öncelikle ebeveynin psikolojik sağlamlığını ve problem çözme becerilerini geliştirerek ebeveyn ve çocuk iletişimini geliştirmek ve paylaşımlarını arttırmak, ebeveynlerin davranış becerilerini gelişmesi adına destek olmak ebeveynin psikolojik iyi oluş halini desteklemek amaçlanmalıdır. Dolayısıyla bu araştırmanın sonuçları birincil anlamda ebeveynlerin, ikincil anlamda ebeveynlerin çocuklarının ruh sağlığı gelişimi adına psikoloji alanında çalışanlar için yararlı bulgular sağlayabilir.

Son olarak mevcut çalışma tek bir şehirde, bir ilçede ve küçük bir örneklem üzerinde yapılmıştır. Gelecek çalışmaların daha geniş bir evrenden seçilen daha büyük bir örneklem grubuyla yapılması daha kapsamlı sonuçlar vererek alana katkı sağlayacaktır.

7.KAYNAKÇA

- Ainsworth, M.D., Blehar, M., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Akbaba, S. (1995). *Öğrenme psikolojisi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Yayınları.
- Akyıldırım, P.D. (2017). *Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı algılanan sosyal destek ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Alvord, M.K. & Grados, J.J. (2005). Enhancing resilience in children: A proactive approach. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(3), 238–245.
- Arastaman, G. ve Balcı, A. (2013). Lise öğrencilerinin yılmazlık algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(2), 915-928. www.kuyeb.com/pdf/tr/888faf3712d14f0e1810f3d7982f1a46man.tr.pdf (Erişim Tarihi: 28/ 10/2017).
- Armstrong, M.E., Birnie-Lefcovitch, S. & Ungar, M.T. (2005). Pathways between social support, family well-being, quality of parenting, and child resilience: what we know? *Journal of Child and Family Studies*, 14 (2), 269– 281.
- Balint, E., Mitchell, J., & Parsons, M. (1993). *Before I was I: Psychoanalysis and the Imagination*. New York: Guilford Press.
- Basim, H.N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması [The reliability and validity of the Resilience Scale for Adults-Turkish Version]. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104–114.
- Bektaş, M., ve Özben, Ş. (2016). Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 215- 240.
- Bingham, A. (1998). *Çocuklarda problem çözme yeteneklerinin geliştirilmesi* (Çev. A.F. Oğuzkan). İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
- Bleuler, M. (1984). Different forms of childhood stress and patterns of adult psychiatric outcome. In N.F. Watt, E.J. Anthony, L.C. Wynne, & J.E. Rolf (Eds.), *Children at risk for schizophrenia* (pp.537–542). Cambridge: Cambridge University Press.
- Block, J. (1969). Parents of schizophrenic, neurotic, asthmatic, and congenitally ill children. *A comparative study*. *Arch Gen Psychiatr*, 20(6), 659-674

- Bolat, Z. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve öz-anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss (Vol.1) Attachment*. New York: Basic Books,
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss (Vol. 2) Separation, Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (Çeviri. İD Sarıoğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Cicchetti D., Rogosch, F.A. & Toth, S.L. (2006). Fostering secure attachment in infants in maltreating families through preventive interventions. *Dev Psychopathol*, 18, 623-50.
- Durmuş, M. ve Okanlı, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin problem çözme becerileri ile psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değerlendirilmesine yönelik bir araştırma. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 2(4), 177-189.
- Durmuş, M. ve Okanlı, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin problem çözme becerileri ile psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değerlendirilmesine yönelik bir araştırma. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 2(4), 177-189. *Life Skills Journal of Psychology*, 2(4), 177-189.
- Earvolino-Ramirez, M. (2007). Resilience: A concept analysis. Paper presented at the Nursing forum.
- Erermiş, S., Bellibaş, E., Özbaran, B., Büküşoğlu, N. D., Altıntoprak, E., Bildik, T., & Çetin, S. K. (2009). Ayrılma anksiyetesi bozukluğu olan okul öncesi yaş grubu çocukların annelerinin mizaç özellikleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 14-21.
- Fraser, E. & Pakenham, K.I. (2008). Evaluation of a resilience-based intervention for children of parents with mental illness. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 42(12), 1041-1050.
- Freud, A. (2003). *Çocuklukta Normallik ve Patoloji* (Çeviri. AN Babaoğlu). İstanbul: Metis Yayınları.
- Freud, S. (2001). *Haz İlkesinin Ötesinde Ben ve İd* (Çeviri. AN Babaoğlu). İstanbul: Metis Yayınları.
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M. et al. (2005) Resilience in Relation to Personality and Intelligence. *Int J Methods Psychiatr Res*, 14(1), 29-42.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J.H., & Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind

- healthy adjustment. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(2), 65-76.
- Furstenberg, F.F. (1999). Fathering in the inner city. *J Fam Psychol*, 24, 143-185.
- Gabriel, T. (2005). Resilienz–Kritik und Perspektiven. *Zeitschrift für Pädagogik*, 51(2), 207-217.
- Geçtan, E. (1993). *Psikanaliz ve sonrası* (5. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E. (1994). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gelbal, S. (1991). Problem çözme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6, 167-173.
- Genç, S.Z. ve Kalafat, T. (2007). Öğretmen adaylarının demokratik tutumları ile problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 10- 22
- Gizir, C. A. (2004). Academic resilience: An investigation of protective factors contributing to the academic achievement of eighth grade students in poverty. Doctoral thesis, M.E.T.U. Institute of Social Sciences, Ankara.
- Gizir, C.A. (2007) Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk PDR Dergisi*, 28, 113-128.
- Gotlib, I.H. & Asarnow, R. F. (1979). Interpersonal and Impersonal Problem- Solving Skills İn Mildly an Clinical Depressed University Students, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 86-95.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A., & Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler. *Journal of Psychiatric Nursing*, 6(1), 9-14.
- Gürkan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Gürkan, U. (2006). Resilience scale (RS): scale development, reliability and validity study. *Journal of Faculty of Educational Sciences*, 39(2), 45-74.
- Heppner, P.P. & Baker, C.E. (1997). Applications of the Problem-Solving Inventory. *Measurement & Evaluation in Counseling & Development*, 29(4), 229- 313.
- Heppner, P.P. & Petersen, C.H. (1982). The development and implications of a Personal Problem-Solving Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29(1), 66-75.
- Heppner, P.P. (1978). A Review of the Problem Solving Literature and Its Relationship to the Counseling Process. *Journal of Counseling Psychology*, 25(5), 366–375.

- Heppner, P.P., & Anderson, W.P. (1985). The relationship between problem-solving self-appraisal and psychological adjustment. *Cognitive therapy and research*, 9(4), 415-427.
- Heppner, P.P., Baumgardner, A. & Jackson, J. (1985). Problem-solving self-appraisal, depression, and attributional style: Are they related? *Cognitive Therapy and Research*, 9, 105-113.
- Heppner, P.P., Baumgardner, A.H. & Jackson, J. (1985). Depression and attributional style: Are they related. *Cognitive Therapy and Research*, 9, 105–113.
- Jerath, J.M., Hasija, S. & Malhotra, D. (1993). A study of state anxiety score in a problem-solving situation. *Studia Psychological*, 35(2), 143-150.
- Kahvecioğlu, K. (2016). *Özel yetenekli çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik sağlamlıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karataş, Z. ve Şahin B.H. (2015). Perceived social support, depression and life satisfaction as the predictor of the resilience of secondary school students: The case of Burdur. *Eurasian Journal of Educational Research*, 60, 111-130. dergipark.ulakbim.gov.tr/ejer/article/view/5000149162 (Erişim Tarihi: 25/08/2017).
- Kazu, H. ve Ersözlü, N. (2008). Öğretmen adaylarının problem çözme becerilerinin cinsiyet bölüm ve Öss puan türüne göre incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 161-172.
- Kobasa, S. (1979). Stressful life events, personality and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Kurtyılmaz, Y. (2005). *Öğretmen adaylarının saldırganlık düzeyleri ile akademik başarıları, iletişim ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Luthans, F. (2002). Positive organizational behavior: Developing and managing psychological strengths. *Academy of Management Executive*, 16(1), 57-72.
- Luthar, S. & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12, 857-885.
- Luthar, S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.

- Luthar, S.S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71, 1-26.
- Mahler, M.S., & La Perriere, K. (1965). Mother-child interaction during separation-individuation. *The Psychoanalytic Quarterly*, 34(4), 483-498.
- Masten A.S., & Gewirtz, A.H. (2006). Resilience in development: the importance of early childhood.
- Masten, A.S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. In M.C. Wang & E.W. Gordon (Eds.), *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Masten, A.S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Framework for research, practice. *Development and psychopathology*, 23(2), 493-506.
- Morgan, C.T. (1999). *Psikolojiye Giriş*. (Çev. H. Arıcı ve diğ.). Ankara: Meteksan Matb.
- Mountrose, P. (2000). *6-18 Yaş çocuklarıyla sorunları çözmeye 5 aşama* (Çev. Sermin Can). İstanbul: Kariyer Yayınları.
- Nezu, A.M. (1985). Differences in psychological distress between effective and ineffective problem solvers. *Journal of Counseling Psychology*, 32(1), 135-138.
- Nezu, A.M. & Ronan, G.F. (1985). Life stress, current problems, problem solving and depressive symptoms: An integrative model. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 693-697.
- Onat, O. ve Otrar, M. (2010). Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 31, 123-143.
- Öğülmüş, S. (2001). *Bir Kişilik Özelliği Olarak Yılmazlık*. I. Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmaları, 29-30 Mart, Ankara.
- Özcan, B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, A.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Rutter, M., Tizard, J., Yule, W., Graham, P., & Whitmore, K. (1976). Research report: Isle of Wight studies. *Psychological Medicine*, 6(2), 313-332.
- Sahin, N., Sahin, N.H., & Heppner, P.P. (1993). Psychometric properties of the problem solving inventory in a group of Turkish university students. *Cognitive Therapy and Research*, 17(4), 379-396.

- Savaşır, I. ve Şahin, N.H. (Ed.) (1997). *Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Deneği Yayınları.
- Saygılı, H. (2000). *Problem çözme becerisi ile sosyal ve kişisel uyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Seligman, M.E.P. & Maier, S.F. (1967). Failure to escape traumatic shock. *J Comp Physiol Psychol*, 74, 1-9.
- Sezen, G. ve Paliç, G. (2011). *Lise öğrencilerinin problem çözme becerisi algılarının belirlenmesi*. 2nd International Conference on New Trends in Education and Their Implications 27-29 April 2011 Antalya-Turkey.
- Shaffer, D.R. (2009). *Social and personality development* (6th ed). Belmont, CA: Wadsworth.
- Shastri, P.C. (2013). Resilience: Building immunity in psychiatry. *Indian J Psychiatry*, 55(3), 224–234. Doi: 10.4103/0019-5545.117134
- Söylemez, S. (2002). *Problem çözme becerisini geliştirmeye yönelik bir grup çalışması programının etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Steinhardt, M. & Dolbier, C. (2008). Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. *Journal of American College Health*, 56(4), 445-453.
- Sungur, N. (1992). *Yaratıcı düşünce*. İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.
- Taylan, S. (1990). *Heppner'in problem çözme envanterinin uyarlama, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 1-11.
- Topbay, Y. (2016). *Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin algılanan sosyal destek ve aile işlevleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Truffino, J.C. (2010). Resilience: An approach to the concept. *Revista de Psiquiatria y Salud Mental*, 3(4), 145-151.

- Ülker Tümlü, G. ve Receptoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 205-213.
- Ünüvar, A. (2003). *Çok yönlü algılanan sosyal desteğin 15–18 yaş arası lise öğrencilerinde problem çözme becerisine ve benlik saygısına etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Winnicott, D.W. (1998). *Oyun ve gerçeklik* (Çev. T. Birkan). İstanbul: Metis Yayınları.
- Yalım, D. (2007). *First year college adjustment: The role of coping, ego-resiliency, optimism and gender*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Yates, T.M., & Masten, A.S. (2004). Fostering the future: Resilience theory and the practice of positive psychology. In P.A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 521–539). Hoboken, NJ: Wiley
- Yondem, Z.D. ve Bahtiyar, M. (2016). Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ve stresle başetme. *The Journal of Academic Social Science Studies* 45(45), 53-62.

8.EKLER

8.1. Etik Kurulu İzini Talep Formu ve Onay Tutanak Formu

T.C.	
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ	
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ	
TEZ / ARAŞTIRMA / ANKET / ÇALIŞMA İZİNİ / ETİK KURULU İZİNİ TALEP FORMU VE ONAY TUTANAK FORMU	
ÖĞRENCİ BİLGİLERİ	
T.C. NOSU	
ADI VE SOYADI	Nihal Özyedek
ÖĞRENCİ NO	2017100170
TEL. NO.	
E - MAİL ADRESLERİ	
ANA BİLİM DALI	Psikoloji
HANGİ AŞAMADA OLDUĞU (DERS / TEZ)	Tez Aşaması
İSTEKDE BULUNDUĞU DÖNEME AİT DÖNEMLİK KAYDININ YAPILUP-YAPILMADIĞI	2019 / 2020 - GÜZ / BAHAR DÖNEMİ KAYDINI YENİLEDİM.
ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ BİLGİLER	
TEZİN KONUSU	0 - 6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Ebeveynlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki
TEZİN AMACI	Tezin amacı 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemektir.
TEZİN TÜRKÇE ÖZETİ	Psikolojik sağlamlık bireyin karşılaştığı zorlu yaşam olayları karşısında ihtiyaç duyduğu içsel güç ve dayanıklılığıdır. Aile kavramının dinamiği ve gelişimi sırasında yaşadığı stres verici durumlar ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyini etkileyebilme potansiyeline sahiptir. Çocukların gelişiminin en hızlı ilerlediği ve yaşamının altın dönemi olan 0-6 yaş arası dönemde en temel ihtiyaçları kendileriyle birebir temasta bulunan ebeveynlerinin ilgi,sevgi dolu davranışları, gelişimlerinin tamamı ile bilişsel, fiziksel ve psikolojik olarak çok yönlü bir şekilde desteklenmesi ve çocuğa doğru yaklaşımda bulunulabilmesidir. Bu da güphesiz bir psikolojik olarak sağlamlığı yüksek ebeveynlerin çocuklarına gösterebilecekleri bir tutumdur. Tüm bunlar düşünüldüğünde günlük yaşamda karşılaşılan sorunları çözme yetisine sahip bireylerin yaşadıkları olumsuz durumların etkisinden daha çabuk çıkabileceği ve psikolojik sağlamlıklarını koruyabilecekleri öngörülebilir. Bu anlamda problem çözme becerileri bireye yardımcı olabilecek bir unsurdur.Problem çözme becerileri ile artan psikolojik sağlamlık ebeveynin davranışlarına etki ederek çocuğuyla olan iletişimini dolayısı ile de çocuğun yaşantısını değiştirecektir. Bu araştırmada ebeveynlerin psikolojik sağlamlıkları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesiyle bu doğrultuda yapılabilecek müdahale programları ve ebeveyn geliştirici eğitimleri şekillendirilerek çocukların daha sağlıklı bir aile ortamında yarınlara hazırlanması ve topluma kazandırılmasını desteklemek amaçlanmıştır.
ARAŞTIRMA YAPILACAK OLAN SEKTÖRLER/ KURUMLARIN ADLARI	Aile,Çalışma Ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'na Bağlı Yüreğir İlçesinde Bulunan Okul Öncesi Eğitim Kurumları.
İZİN ALINACAK OLAN KURUMA AİT BİLGİLER (KURUMUN ADI- ŞUBESİ/ MÜDÜRLÜĞÜ - İLİ - İLÇESİ)	T.C. Aile,Çalışma Ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Adana İl Müdürlüğü (Çukurova/Adana)
YAPILMAK İSTENEN ÇALIŞMANIN İZİN ALINMAK İSTENEN KURUMUN HANGİ İLÇELERİNE/ HANGİ KURUMUNA/ HANGİ BÖLÜMÜNDE/ HANGİ ALANINA/ HANGİ KONULARDA/ HANGİ GRUBA/ KİMLERE/ NE UYGULANACAĞI GİBİ AYRINTILI BİLGİLER	Aile, Çalışma Ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı' Na Bağlı Yüreğir İlçesinde Bulunan Okul Öncesi Eğitim Kurumlarında 0-6 Yaş Arasında Çocuğu Olan Ebeveyn Grubuna Bilgi Formu, Problem Çözme Envanteri Ve Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Anket Olarak Uygulanacaktır.
UYGULANACAK OLAN ÇALIŞMAYA AİT ANKETLERİN/ ÖLÇEKLERİN BAŞLIKLARI/ HANGİ ANKETLERİN - ÖLÇELERİN UYGULANACAĞI	Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği , Problem Çözme Envanteri, Kişisel Bilgi Formu
EKLER (ANKETLER, ÖLÇEKLER, FORMLAR, ... V.B. GİBİ EVRAKLARIN İSİMLERİYLE BİRLİKTE KAÇ ADET/SAYFA OLDUKLARINA AİT BİLGİLER İLE AYRINTILI YAZILACAKTIR)	1)(2) Sayfa Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği. 2)(2) Sayfa Problem Çözme Envanteri . 1) Sayfa Kişisel Bilgi Formu.

ÖĞRENCİNİN ADI - SOYADI: Nihal ÖZYEDEK	ÖĞRENCİNİN İMZASI: Aslı Enstitü Müdürlüğünde Saklıdır. TARİH: 10 / 12 / 2019				
TARİH: 10 / 12 / 2019					
TEZ/ ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ DEĞERLENDİRME SONUCU					
1. Seçilen konu Bilim ve İş Dünyasına katkı sağlayabilecektir.					
2. Anılan konu Psikoloji faaliyet alanı içerisine girmektedir.					
1.TEZ DANIŞMANININ ONAYI	2.TEZ DANIŞMANININ ONAYI (VARSA)	SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNÜN ONAYI	A.B.D. BAŞKANININ ONAYI		
Adı - Soyadı: Gülhan TEMEL	Adı - Soyadı:	Adı - Soyadı: Murat KOÇ	Adı - Soyadı: Şükrü UĞUZ		
Unvanı : Doç.Dr.	Unvanı:	Unvanı: Doç.Dr.	Unvanı: Prof. Dr.		
İmzası: Aslı Enstitü Müdürlüğünde Saklıdır.		İmzası:Aslı Enstitü Müdürlüğünde Saklıdır.	İmzası:Aslı Enstitü Müdürlüğünde Saklıdır.		
... / ... / 20....	... / ... / 20....	 / / 20.....	... / ... / 20....		
ETİK KURULU ASIL ÜYELERİNE AİT BİLGİLER					
Adı - Soyadı: Mustafa BAŞARAN	Adı - Soyadı: Yücel ERTEKİN	Adı - Soyadı: Deniz Aynur GÜLER	Adı - Soyadı: Ali Engin OBA	Adı - Soyadı: Mustafa TEVİK ODMAN	Adı - Soyadı:
Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı :
İmzası :Aslı Enstitü Müdürlüğünde Saklıdır.	İmzası :	İmzası : Aslı Enstitü Müdürlüğünde Saklıdır.	İmzası :Aslı Enstitü Müdürlüğünde Saklıdır.	İmzası :	İmzası :
... / ... / 20....	... / ... / 20....	... / ... / 20....	... / ... / 20....	... / ... / 20....	... / ... / 20....
Etik Kurulu Jüri Başkanı - Asıl Üye	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Yedek Üyesi
OY BİRLİĞİ İLE	☐	Çalışma yapılacak olan tez için uygulanacak olan Tez Anketleri/Formları/Ölçekleri Çağ Üniversitesi Etik Kurulu Asıl Jüri Üyelerince incelenmiş olup, 10 / 12 / 2019 - 10 / 01 / 2020 tarihleri arasında uygulanmak üzere gerekli izin verilmesi tarafımızca uygundur.			
OY ÇOKLUĞU İLE	☒				

T.C	
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ	
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ	
TEZ / ARAŞTIRMA / ANKET / ÇALIŞMA İZİNİ / ETİK KURULU İZİNİ TALEP FORMU VE ONAY TUTANAK FORMU	
ÖĞRENCİ BİLGİLERİ	
T.C. NOSU	
ADI VE SOYADI	Nihal Özyedek
ÖĞRENCİ NO	2017100170
TEL. NO.	
E - MAİL ADRESLERİ	
ANA BİLİM DALI	Psikoloji
HANGİ AŞAMADA OLDUĞU (DERS / TEZ)	Tez Aşaması
İSTEKDE BULUNDUĞU DÖNEME AİT DÖNEMLİK KAYDININ YAPILIP-YAPILMADIĞI	2019 / 2020 - GÜZ / BAHAR DÖNEMİ KAYDINI YENİLEDİM.
ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ BİLGİLER	
TEZİN KONUSU	0 - 6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Ebeveynlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki
TEZİN AMACI	Tezin amacı 0-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemektir.
TEZİN TÜRKÇE ÖZETİ	Psikolojik sağlamlık bireyin karşılaştığı zorlu yaşam olayları karşısında ihtiyaç duyduğu içsel güç ve dayanıklılığıdır. Aile kavramının dinamiği ve gelişimi sırasında yaşadığı stres verici durumlar ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyini etkileyebilme potansiyeline sahiptir. Çocukların gelişiminin en hızlı ilerlediği ve yaşamının altın dönemi olan 0-6 yaş arası dönemde en temel ihtiyaçları kendileriyle birebir temasta bulunan ebeveynlerinin ilgi,sevgi dolu davranışları, gelişimlerinin tamamı ile bilişsel, fiziksel ve psikolojik olarak çok yönlü bir şekilde desteklenmesi ve çocuğa doğru yaklaşımda bulunulabilmesidir. Bu da şüphesiz ki psikolojik olarak sağlamlığı yüksek ebeveynlerin çocuklarına gösterebilecekleri bir tutumdur. Tüm bunlar düşünüldüğünde günlük yaşamda karşılaşılan sorunları çözme yetisine sahip bireylerin yaşadıkları olumsuz durumların etkisinden daha çabuk çıkabileceği ve psikolojik sağlamlıklarını koruyabilecekleri öngörülebilir. Bu anlamda problem çözme becerileri bireye yardımcı olabilecek bir unsurdur.Problem çözme becerileri ile artan psikolojik sağlamlık ebeveynin davranışlarına etki ederek çocuğuyla olan iletişimini dolayısı ile de çocuğun yaşantısını değiştirecektir. Bu araştırmada ebeveynlerin psikolojik sağlamlıkları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesiyle bu doğrultuda yapılabilecek müdahale programları ve ebeveyn geliştirici eğitimleri şekillendirilerek çocukların daha sağlıklı bir aile ortamında yaşamlarına hazırlanması ve topluma kazandırılmasını desteklemek amaçlanmıştır.
ARAŞTIRMA YAPILACAK OLAN SEKTÖRLER/ KURUMLARIN ADLARI	Okul Öncesi Eğitim Kurumları; Papatya Kreş Ve Anaokulu, Sevimli Boncuklar Anaokulu ve Nazar Boncuğu Gündüz Bakımevi ve Çocuk Kulübü isimli kurumlardır.
İZİN ALINACAK OLAN KURUMA AİT BİLGİLER (KURUMUN ADI- ŞUBESİ/ MÜDÜRLÜĞÜ - İLİ - İLÇESİ)	Papatya Kreş Ve Anaokulu, Sevimli Boncuklar Anaokulu ve Nazar Boncuğu Gündüz Bakımevi ve Çocuk Kulübü (Aile,Çalışma Ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Çukurova/Adana) Müdürlüğüne bağlı üç kurumda araştırma gerçekleştirilecektir.
YAPILMAK İSTENEN ÇALIŞMANIN İZİN ALINMAK İSTENEN KURUMUN HANGİ İLÇELERİNE/ HANGİ KURUMUNA/ HANGİ BÖLÜMÜNDE/ HANGİ ALANINA/ HANGİ KODLARDA/ HANGİ GRUBA/ KİMLERE/ NE UYGULANACAĞI GİBİ AYRINTILI BİLGİLER UYGULANACAK OLAN ÇALIŞMAYA AİT ANKETLERİN/ ÖLÇEKLERİN BAŞLIKLARI/ HANGİ ANKETLERİN - ÖLÇELERİN UYGULANACAĞI	Aile, Çalışma Ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı' Na Bağlı Bulunan Okul Öncesi Eğitim Kurumlarında 0-6 Yaş Arasında Çocuğu Olan 180 Kişilik Ebeveyn Grubuna Ve Ebeveyn Olmayan Rastgele Örnekleme Yöntemi İle Seçilen 180 Kişilik Gruba Kişisel Bilgi Formu, Problem Çözme Envanteri Ve Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Anket Olarak Uygulanacaktır.
EKLER (ANKETLER, ÖLÇEKLER, FORMLAR, V.B. GİBİ EVRAKLARIN İSİMLERİYLE BİRLİKTE KAÇ ADET/SAYFA OLDUKLARINA AİT BİLGİLER İLE AYRINTILI YAZILACAKTIR)	1)(2) Sayfa Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği. (360 adet) 2)(2) Sayfa Problem Çözme Envanteri (360 adet) 3)(1) Sayfa Kişisel Bilgi Formu. (360 adet)

ÖĞRENCİNİN ADI - SOYADI: Nihal ÖZYEDK		ÖĞRENCİNİN İMZASI: Aslı Enstitü Müdürlüğünde Saklıdır. TARİH: / / 20....		TARİH: 21 / 05 / 2020	
TEZ/ ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ DEĞERLENDİRME SONUCU					
1. Seçilen konu Bilim ve İş Dünyasına katkı sağlayabilecektir.					
2. Anılan konu Psikoloji faaliyet alanı içerisine girmektedir.					
1.TEZ DANIŞMANININ ONAYI		2.TEZ DANIŞMANININ ONAYI (VARSA)		SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRÜNÜN ONAYI	
Adı - Soyadı: Bekir Aydın LEVENT		Adı - Soyadı: Gülhan TEMEL		Adı - Soyadı: Murat KOÇ	
Unvanı : Prof.Dr.		Unvanı: Doç.Dr.		Unvanı: Doç.Dr.	
İmzası: E posta ile onaylıdır.		İmzası: E posta ile onaylıdır.		İmzası: E posta ile onaylıdır.	
... / ... / 20....		... / ... / 20....		... / ... / 20....	
A.B.D. BAŞKANININ ONAYI					
Adı - Soyadı: Şükrü UĞUZ					
Unvanı: Prof. Dr.					
İmzası: E posta ile onaylıdır.					
... / ... / 20....					
ETİK KURULU ASIL ÜYELERİNE AİT BİLGİLER					
Adı - Soyadı: Mustafa BAŞARAN	Adı - Soyadı: Yücel ERTEKİN	Adı - Soyadı: Deniz Aynur GÜLER	Adı - Soyadı: Ali Engin OBA	Adı - Soyadı: Mustafa Tevfik ODMAN	Adı - Soyadı:
Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı :
İmzası : E posta ile onaylıdır.	İmzası : E posta ile onaylıdır.	İmzası : E posta ile onaylıdır.	İmzası :	İmzası :	İmzası :
... / ... / 20....	... / ... / 20....	... / ... / 20....	... / ... / 20....	... / ... / 20....	... / ... / 20....
Etik Kurulu Jüri Başkanı - Asıl Üye	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Yedek Üyesi
OY BİRLİĞİ İLE		Çalışma yapılacak olan tez için uygulayacak olduğu Anketleri/Formları/Ölçekleri Çağ Üniversitesi Etik Kurulu Asıl Jüri Üyelerince incelenmiş olup, 21 / 05 / 2020 - 19 / 06 / 2020 tarihleri arasında uygulanmak üzere gerekli izin verilmesi taraflarımıza uygundur.			
OY ÇOKLUĞU İLE					
AÇIKLAMA: BU FORM ÖĞRENCİLER TARAFINDAN HAZIRLANDIKTAN SONRA ENSTİTÜ MÜDÜRÜNE ONAYLATILARAK ENSTİTÜ SEKRETERLİĞİNE TESLİM EDİLECEKTİR. AYRICA YAZININ PUNTOSU İSE 12 (ON İKİ) PUNTO OLACAK ŞEKİLDE YAZILARAK ÇIKTI ALINACAKTIR.					

8.2. Tez Anket İzin Yazısı



T.C.
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sayı : 23867972-000-E.2000001136
Konu : Nihal ÖZYEDEK'in Tez Anket
İzini Hakkında

27.05.2020

DAĞITIM YERLERİNE

Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi olan (2017100170 numaralı) **Nihal ÖZYEDEK**, “0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Ebeveynlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki” konulu tez çalışmasını Üniversitemiz Fen-Edebiyat Fakültesi öğretim üyesi olan **Prof. Dr. Bekir Aydın LEVENT** 1.Tez Danışmanlığında, Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi öğretim üyesi olan **Doç. Dr. Gülhan TEMEL** 2.Tez Danışmanlığında yürütölmektedir. Adı geçen öğrencinin tez çalışması kapsamında **Adana Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne bağlı Okul Öncesi Eğitim Kurumları, Papatya Kreş Ve Anaokulu, Sevimli Boncuklar Anaokulu, Nazar Boncuğu Gündüz Bakımevi ve Çocuk Kulübünde okul öncesi eğitim kurumlarında bulunan 0-6 yaş arasında çocuğu olan yüzseksen kişilik ebeveyn grubuna ve ebeveyn olmayan rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen yüzseksen kişilik grubu kapsamak üzere kopyası Ek’lerde sunulan bir anket uygulamasını yapmayı planlamaktadır. Tez çalışması kapsamında yukarıda belirtilen anketin uygulayabilmesi için gerekli iznin verilmesini arz ederim.**

Prof. Dr. Ünal AY
Rektör

Ek : 3 sayfa tez etik kurul izin formu, 4 sayfa anketler, 7 sayfa etik kurul izin onay yazıları.

E-Posta: aycankol@cag.edu.tr



1 / 2

Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanununa göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Doğrulama adresi: <https://ubs.cag.edu.tr/BelgeDogrulama> - Doğrulama kodu: FB948A4

Dağıtım:

Gereği:

NAZAR BONCUĞU GÜNDÜZ BAKİMEVİ
VE ÇOCUK KULUBÜNE
OKUL ÖNCESİ EĞİTİM KURUMLARINA
PAPATYA KREŞ VE ANAOKULU
MÜDÜRLÜĞÜNE
SEVİMLİ BONCUKLAR ANAOKULU
MÜDÜRLÜĞÜNE

Bilgi:

Adana Aile ve Sosyal Politikalar İl
Müdürlüğüne



8.3. Tez Anket Onay Yazıları

T.C.

ADANA VALİLİĞİ

AİLE, ÇALIŞMA VE SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI

NAZAR BONCUĞU GÜNDÜZ BAKİMEVİ VE ÇOCUK KULÜBÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Öğrenci Bilgileri:

Öğrenci Numarası: 2017100170

Adı Soyadı: Nihal ÖZYEDEK

Program Adı: Psikoloji

Çalışmakta olduğum "0 - 6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Ebeveynlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki" konulu tezimde kullanılmak üzere Adana ilinde bulunan kurumunuz Nazar Boncuğu Gündüz Bakımevi Ve Çocuk Kulübü 'nde bulunan ebeveynlere Kişisel Bilgi Formu, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Problem Çözme Envanteri ölçeklerini uygulamak istiyorum.

Gerekli izni vermeniz hususunda gereğini arz ederim.

Tarih: 03/07/2020

Öğrencinin İmzası: Aslı enstitü
müdürlüğünde saklıdır.

Öğrencinin Adı Soyadı: Nihal ÖZYEDEK

Yukarıda bilgileri yer alan öğrencinin tez çalışmalarında kullanılmak üzere anket uygulama isteği kurumumuz tarafından uygun bulunmuştur.

Tarih: 03/07/2020

KURUCU / MÜDÜR

Nevin MERCİMEK

İmzası: Aslı enstitü müdürlüğünde saklıdır.

T.C.
ADANA VALİLİĞİ
AİLE, ÇALIŞMA VE SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI
PAPATYA KREŞ VE ANAOKULU MÜDÜRLÜĞÜ

Öğrenci Bilgileri:

Öğrenci Numarası: 2017100170

Adı Soyadı: Nihal ÖZYEDEK

Program Adı: Psikoloji

Çalışmakta olduğum "0 - 6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Ebeveynlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki" konulu tezimde kullanılmak üzere Adana ilinde bulunan kurumunuz Papatya Kreş Ve Anaokulu' nda bulunan ebeveynlere Kişisel Bilgi Formu, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Problem Çözme Envanteri ölçeklerini uygulamak istiyorum.

Gerekli izni vermeniz hususunda gereğini arz ederim.

Tarih: 03/07/2020

Öğrencinin İmzası: Aslı enstitü
müdürlüğünde saklıdır.

Öğrencinin Adı Soyadı: Nihal ÖZYEDEK

Yukarıda bilgileri yer alan öğrencinin tez çalışmalarında kullanılmak üzere anket uygulama isteği kurumumuz tarafından uygun bulunmuştur.

Tarih:03/07/2020

KURUCU / MÜDÜR

Selda SEVİM ÖZBİLEN

İmzası: Aslı enstitü müdürlüğünde saklıdır.

T.C.
ADANA VALİLİĞİ
AİLE, ÇALIŞMA VE SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI
SEVİMLİ BONCUKLAR ANAOKULU MÜDÜRLÜĞÜ

Öğrenci Bilgileri:

Öğrenci Numarası: 2017100170

Adı Soyadı: Nihal ÖZYEDEK

Program Adı: Psikoloji

Çalışmakta olduğum "0 - 6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Ebeveynlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki" konulu tezimde kullanılmak üzere Adana ilinde bulunan kurumunuz Sevimli Boncuklar Anaokulu'nda bulunan ebeveynlere Kişisel Bilgi Formu, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Problem Çözme Envanteri ölçeklerini uygulamak istiyorum.

Gerekli izni vermeniz hususunda gereğini arz ederim.

Tarih: 03/07/2020

Öğrencinin İmzası: Aslı enstitü
müdürlüğünde saklıdır.

Öğrencinin Adı Soyadı: Nihal ÖZYEDEK

Yukarıda bilgileri yer alan öğrencinin tez çalışmalarında kullanılmak üzere anket uygulama isteği kurumumuz tarafından uygun bulunmuştur.

Tarih:03/07/2020

KURUCU / MÜDÜR

Eda ESKİL

İmzası: Aslı enstitü müdürlüğünde saklıdır.

8.4. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

1. Beklenmedik bir olay olduğunda...	Her zaman bir çözüm bulurum	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	Çoğu kez ne yapacağımı kestiremem
5. Ailemin, havatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı...	Benimkinden farklıdır	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	Benimkiyle aynıdır
9. Yeni bir iş/proje/başvuru başladığımda ...	İleriye dönük planlama yapmam, derhal işe başlarım	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	Ayrıntılı bir plan yapmayı tercih ederim
13. Yeteneklerim...	Olduğuna çok inanırım	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	Konusunda emin değilim
17. Ailem şöyle tanımlanabilir ...	Birbirinden bağımsız	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	Birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş
21. Kurallar ve düzenli alışkanlıklar ...	Günlük yaşamımda yoktur	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	Günlük yaşamımı kolaylaştırır
25. Diğerleriyle beraberken	Kolayca gülerim	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	Nadiren gülerim
29. Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için ...	Zordur	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	Kolaydır
33. Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri ...	Yeteneklerimi beğenirler	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	Yeteneklerimi beğenmezler

8.5. Problem Çözme Envanteri

PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ

Bu envanterin amacı, günlük yaşantınızdaki problemlerinize (sorunlarınıza) genel olarak nasıl tepki gösterdiğinizi belirlemeye çalışmaktır. Söz konusu problemler günlük hayat ile ilgili problemlerdir. Lütfen aşağıdaki maddeleri samimiyetle ve bu tür sorunlarla karşılaştığınızda tipik olarak nasıl davrandığınızı göz önünde bulundurarak cevaplandırın. Cevaplarınızı, bu tür problemlerin nasıl çözülmesi gerektiğini düşünerek vermeniz gerekmektedir. Bunu yapabilmek için kolay bir yol olarak her soru için kendinize şu soruyu sorun: "Burada sözü edilen davranışı ben ne sıklıkla yaparım?"

Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:

- | | |
|--------------------------------|----------------------------------|
| 1. Her zaman böyle davranırım | 4. Arada sırada böyle davranırım |
| 2. Çoğunlukla böyle davranırım | 5. Ender olarak böyle davranırım |
| 3. Sık sık böyle davranırım | 6. Hiçbir zaman böyle davranmam |

Ne kadar sıklıkla böyle davranırsınız?
Her Zaman Hiçbir zaman

- | | |
|---|-------------------------|
| 1. Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 2. Zor bir sorunla karşılaştığımda ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı uzun boylu düşünmem. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 3. Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 4. Bir sorunumu çözdükten sonra bu sorunu çözerken çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 5. Sorunlarımı çözme konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 6. Bir sorunumu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 7. Bir sorunum olduğunda onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 8. Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 9. Bir sorun kafamı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açık-seçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 10. Başlangıçta çözümünü fark etmesem de sorunlarımın çoğunu çözmeye yeteneğim vardır. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 11. Karşılaştığım sorunların çoğu, çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 12. Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |
| 13. Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma gelen ilk yolu izlerim. | (1) (2) (3) (4) (5) (6) |

14. Bazen durup sorunlarımı üzerinde düşünmek yerine gelişigüzel sürüklenip giderim.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
15. Bir sorunla ilgili olası bir çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin başarı olasılığını tek tek değerlendirmem.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
	Ne kadar sıklıkla böyle davranırsınız? Her Zaman Hiçbir Zaman
16. Bir sorunla karşılaştığımda, başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
17. Genellikle aklıma il gelen fikir doğrultusunda hareket ederim.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
18. Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tarar, birbirleriyle karşılaştırır, sonra karar veririm.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
19. Bir sorunumu çözmek üzere plan yaparken o planı yürütebileceğime güvenirim.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
20. Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce, nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
21. Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
22. Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem; daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektir.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
23. Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
24. Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
25. Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
26. Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
27. Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğine güveniyorum.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
28. Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
29. Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
30. Bir sorunla karşılaştığımda bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışındaki etmenleri genellikle dikkate almam.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
31. Bir konuyla karşılaştığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
32. Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
33. Bir karar verdikten sonra, ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
34. Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle pek emin değilimdir.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
35. Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)

8.6. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı, bu çalışma Çağ Üniversitesi Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda yürütülmekte olan yüksek lisans tez çalışması için gerçekleştirilmektedir. Hiçbir sorunun doğru veya yanlış cevabı yoktur. Lütfen ölçekleri kendi düşünceleriniz doğrultusunda ve tamamen doldurunuz; zira eksik olan ölçekler değerlendirmeye alınmayacaktır. Formların hiçbir yerinde adınız kimliğiniz veya iletişim bilgileriniz sorulmamaktadır. Doldurmuş olduğunuz ölçekler sadece araştırmacı tarafından bilimsel amaçla değerlendirilecek ve kesinlikle üçüncü şahıslar ile paylaşılmayacaktır.

Nihal ÖZYEDEK

Çağ Üniversitesi

Psikoloji Bölümü

Sosyal Bilimler Enstitüsü

1.Cinsiyetiniz:

☐ Erkek ☐ Kadın

2.Yaşınız:

☐ 25 yaşından küçük ☐ 26-35 yaş arası ☐ 36 ve üzeri

3. Çalışıyor musunuz?

☐ Evet ☐ Hayır

4. Eğitim Düzeyiniz

☐ Okur - yazar ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Üniversite ☐ Lisansüstü

5. Gelir Düzeyiniz

☐ Düşük ☐ Orta ☐ Yüksek

6.Siz dahil kaç kardeşsiniz ?

☐ 2 ve altı ☐ 3 ya da 4 ☐ 5 ve üzeri

7.Daha önce hiç psikolojik destek aldınız mı?

☐ Evet ☐ Hayır