

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**DÜŞÜK SOSYO-EKONOMİK DÜZEYDEKİ ERGENLERDE
YILMAZLIK, CESARET, ÖZ-ŞEFKAT VE OLUMLU SOSYAL
DAVRANIŞ EĞİLİMİNİN İNCELENMESİ**

HAZIRLAYAN

ÖYKÜ ALTINTAŞ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ANKARA – 2023

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**DÜŞÜK SOSYO-EKONOMİK DÜZEYDEKİ ERGENLERDE
YILMAZLIK, CESARET, ÖZ-ŞEFKAT VE OLUMLU SOSYAL
DAVRANIŞ EĞİLİMİNİN İNCELENMESİ**

**HAZIRLAYAN
ÖYKÜ ALTINTAŞ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**DANIŞMAN
PROF. DR. FİGEN ÇOK**

ANKARA – 2023

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı çerçevesinde Öykü Altıntaş tarafından hazırlanan bu çalışma, aşağıdaki jüri tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 04/01/2023

Tez Adı: Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Yılmazlık, Cesaret, Öz-Şefkat ve Olumlu Sosyal Davranış Eğiliminin İncelenmesi

Tez Jüri Üyeleri (Unvanı, Adı - Soyadı, Kurumu)

İMZA

Prof. Dr. Figen Çok, Başkent Üniversitesi

Prof. Dr. Şerife Işık, Gazi Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Atık, Başkent Üniversitesi

ONAY

Prof. Dr. Servet Özdemir

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

Tarih: .../.../....

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Tarih: 21/01/2023

Öğrencinin Adı-Soyadı: Öykü Altıntaş

Öğrencinin Numarası: 22020106

Anabilim Dalı: Eğitim Bilimleri

Programı: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Danışmanın Unvanı/Adı, Soyadı: Prof. Dr. Figen Çok

Tez Başlığı: Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Yılmazlık, Cesaret, Öz-Şefkat ve Olumlu Sosyal Davranış Eğiliminin İncelenmesi

Yukarıda başlığı belirtilen Yüksek Lisans tez çalışmamın; Giriş, Ana Bölümler ve Sonuç Bölümünden oluşan, toplam 107 sayfalık kısmına ilişkin, 21/01/2023 tarihinde tez danışmanım tarafından TURNITIN adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı %5'tir.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Kaynakça hariç
2. Alıntılar hariç
3. Beş (5) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

“Başkent Üniversitesi Enstitüleri Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Usul ve Esaslarını” inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Öğrenci İmzası:

ONAY

Tarih: 21/01/2023

Öğrenci Danışmanı Prof. Dr. Figen Çok

İmza:

“Çağdaş bir toplumda eşsiz kaygılarımızın ve ontolojik güvensizlik duygumuzun üstesinden gelmenin tek yolu, her gün cesurca yaşamayı seçmektir.” Marc Medina

“Cesaret ve şefkat aynı madalyonun iki yüzüdür. İçinde cesaret barındırmayan şefkat hakiki değildir. Şefkatli bir düşünceniz veya temenniniz olabilir, ancak bir şey yapmaz veya söylemezseniz, bu gerçek şefkat olmaz.” Daisaku Ikeda

***Cesur ve şefkat dolu olmanın en güzel temsili
olan canım babama...***

TEŞEKKÜR

Tez yolculuğum sona ererken, bu bitişi çeşitli alanlarda farklı bakış açıları kazanmış biri olarak tamamlayarak, serüveni oldukça mutlu sonlandırıyorum. Şimdi benimle bu yolculuğa çıkan ve yanımda olan değerli insanlara teşekkür etme zamanı.

İlk olarak, lisans yıllarımdan itibaren öğrencisi olmaktan mutluluk duyduğum, yüksek lisans sürecimin her aşamasında elini omzumda hissettiğim, tüm süreç boyunca bana güvenen, destekleyen, güçlü yanlarımı keşfetmemi sağlayarak bana ayna tutan ve bu doğrultuda yönlendirmelerde bulunan, sonsuz sabır ve hoşgörü ile yaklaşan, titiz geribildirimleri ve önerileri ile bu çalışmayı zenginleştiren, öğrencisi olduğum için gurur duyduğum ve sayesinde çok şey öğrenerek büyük bir keyifle bu çalışmayı tamamladığım sevgili tez danışmanım Prof. Dr. Figen Çok'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım, bana kattığı tüm güzellikler için minnettarım.

Tez savunma jürimde yer alarak tezimi ayrıntılı bir şekilde değerlendiren, değerli görüş ve önerileri ile tezimin gelişmesine katkıda bulunan, bilgi birikimleriyle geribildirimlerini sunan değerli hocalarım Prof. Dr. Şerife Işık ve Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Erkan Atık'e çok teşekkür ederim.

Yüksek lisanas eğitimim boyunca kendisinden çok şey öğrendiğim, bilimsel çalışmalarını keyifli hale getirerek birlikte el ele çok güzel çalıştığım, süreç boyunca sorduğum tüm soruları ilgiyle yanıtlayan ve tüm sıcaklığıyla her zaman yanımda olduğunu hissettiğim sevgili hocam Dr. Öğr. Üyesi Nazife Üzbe Atalay'a içten teşekkürlerimi sunarım.

Araştırmamın analiz süreçlerinde uzmanlığına başvurduğum değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Esra Kınay Çiçek'e tüm titizliğiyle verdiği geribildirimleri ve katkıları için teşekkür ederim.

Veri toplama sürecinde gittiğimiz tüm uzak yollarda bana eşlik eden ve bu yolları keyifli hale getiren sevgili amcam Zeki Altıntaş başta olmak üzere, beni geri çevirmeyen ve kıymetli zamanlarını ayıran tüm okul idarecilerine ve öğrencilere teşekkür ederim.

Beni bu süreçte destekleyen Bilkent Üniversitesi Laboratuvar ve Uluslararası Okulu'nda birlikte çalıştığım tüm arkadaşlarım, hepinize teşekkür ediyorum.

Sahip olduğum güzel arkadaşlarım bu süreçte de her zaman benimleydi. Lise yıllarından itibaren sarsılmaz bir dostluk kurduğum, hayatımın tüm dönemlerinde yanımda olan, benimle sevinip, benimle üzülen biricik dostum Büşra Aköz'e teşekkür ederim, her zaman olduğu gibi ihtiyacım olduğu her an oradaydı. Üniversiteye adımımızı attığımız andan bu yana, yaşamımızdaki tüm başlangıçlarda, bitişlerde, zorluklarda ve tüm güzelliklerde her zaman el ele olduğum ve bu serüveni de yine birlikte tamamladığım canım dostum Pelin Alaylı, iyi ki varsın. Sevgili arkadaşım Can Özüak, yüksek lisans boyunca birçok anda birbirimize eşlik ettik, yanımda olduğun tüm anlar ve arkadaşlığın için teşekkür ederim. Üniversiteden itibaren her zaman her koşulda yan yana olarak birbirimize güç verdiğimiz canım arkadaşlarım Pınar Emre, Ceyda Alparslan ve Merve Aker'e çok teşekkür ederim. Birlikte güçlenerek büyüyelim.

Adler'e olan ilgimiz sayesinde yollarımızın kesişmesinden itibaren en büyük destekçim, meslektaşım, yol arkadaşım Bünyamin Atay; süreç boyunca her zaman beni cesaretlendiren, motive eden, ihtiyacım olduğu her an yanımda olan ve fikirlerimin olgunlaşmasını sağlayan oyun arkadaşım oldu. Bu serüven onun güveni, sevgisi ve desteği sayesinde güzelleşti. Ona tüm kalbimle teşekkür ederim. *"It's another day for you and me in paradise"*.

Son olarak, düşük sosyo-ekonomik düzeyden gelerek tüm cesareti, azmi, çalışkanlığı ve eğitime olan inancı sayesinde hepimizin hayat seyrini değiştiren sevgili dedem... Yaşamdaki zorluklara karşı tek başına mücadele ederek *yılmazlık* özelliklerini gösteren ve kendine yeni bir hayat kuran, bu hayatın merkezine de eğitimi ve sevdiklerini koyan biricik dedem Mehmet Altıntaş, sevgili babaannem Fatma Altıntaş ve hayat ışıgım babam İhsan Altıntaş başta olmak üzere, sevgi ve şefkatleri ile her şeye sahip olmamı sağlayan tüm geniş aileme teşekkür ederim. Üzerimdeki emekleriniz için size minnettarım.

ÖZET

Öykü ALTINTAŞ

Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Yılmazlık, Cesaret, Öz-Şefkat ve Olumlu Sosyal Davranış Eğiliminin İncelenmesi

Başkent Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı

2023

Bu araştırmada düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın bireysel düzeydeki koruyucu faktörler (*cesaret ve öz-şefkat*), ve olumlu sonuçlar (*olumlu sosyal davranış eğilimi*) bağlamında ele alınmasıyla doğrudan ve dolaylı ilişkiler incelenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik literatürdeki güncel kuram ve çalışmalara ilişkin bilgiler doğrultusunda bir model test edilmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Ankara'nın düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olan Sincan ve Mamak ilçelerinde adrese dayalı olarak tercih edilen Anadolu Liselerinde öğrenimine devam eden 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmada “kümeleme örneklem” yöntemine başvurulmuştur. Bu araştırma kapsamında, 607'si kadın, 370'i erkek ve 53'ü belirtmek istemeyen katılımcı olmak üzere toplamda 1030 lise öğrencisi araştırmanın örneklemi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formu, Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği, Adleryan Cesaret Ölçeği-Ergen Formu, Öz-Şefkat Ölçeği-Kısa Formu ve Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği-Ergen Formu kullanılmıştır. Araştırmanın modeli yapısal eşitlik modelinin bir türü olan yol analizi ile test edilerek, doğrudan ve dolaylı ilişkiler ortaya konmuştur. Model kapsamında, cesaret ve öz-şefkatin yılmazlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda cesaretin, öz-şefkat ile doğrudan ve yüksek düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca, öz-şefkatin yılmazlık ile doğrudan olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu araştırmanın bir hipotezi olarak, öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğilimi ile olumlu yönde ilişkili olduğu varsayılmıştır. Ancak, araştırmanın şaşırtıcı bir sonucu olarak, öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğiliminin tüm alt boyutları ile olumsuz yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bununla beraber, yılmazlığın olumlu sosyal davranış eğiliminin tüm alt boyutları ile doğrudan olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Cesaretin, hem öz-şefkat hem de yılmazlık aracılığı ile olumlu sosyal davranış eğiliminin tüm alt boyutları ile olumlu yönde ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Pozitif psikoloji yaklaşımı bağlamında mevcut alanyazın ışığında araştırmanın bulguları tartışılmış olup, uygulamaya yönelik doğurgular ile birlikte gelecek araştırmalar için önerilere yer verilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yılmazlık, cesaret, öz-şefkat, olumlu sosyal davranış eğilimi, düşük sosyo-ekonomik düzey

ABSTRACT

Öykü ALTINTAŞ

Examining Resilience, Courage, Self-Compassion and Prosocial Behavior Tendencies in Adolescents with Low Socio-Economic Status

**Baskent University
Institute of Educational Sciences
Department of Educational Sciences
Guidance and Psychological Counseling Master Program**

2023

In this research, the direct and indirect relationships among resilience, its individual level protective factors (*i.e., courage, and self-compassion*), and its positive outcomes (*i.e., prosocial behavior tendencies*) were examined in a low socio-economic adolescent sample. Adolescents with low socioeconomic level who are attending in 9th, 10th, 11th, and 12th grades at the state Anatolian high schools in Sincan and Mamak districts of Ankara comprised the sample of this research. In this research, “cluster sampling” method was used. Within the scope of this research, 1030 high school students of whom 607 were women, 370 were men, and 53 did not want to indicate their gender participated to the study. A demographic information form, Child and Youth Resilience Scale, Adlerian Courage Scale-Adolescent Form, Self-Compassion Scale-Short Form and Prosocial Behavior Tendencies Scale-Adolescent Form were utilized as data collection tools. A path analysis, a type of structural equation modeling, was used to reveal the direct and indirect relationships by testing the hypothesized model. The results yielded that courage and self-compassion were significant predictors of resilience. In addition, it was found that courage was directly and largely associated with self-compassion. Besides, it was found that self-compassion was directly and largely associated with resilience. In this model, it was hypothesized that self-compassion was positively related with prosocial behavior intentions. Quite interestingly, self-compassion was found to be negatively related with all subscales of prosocial behavior tendencies. Nevertheless, resilience was identified positively and directly linked with all subscales of prosocial behavior tendencies. Moreover, it was found that courage was indirectly associated with all subscales of prosocial behavior tendencies via both self-compassion and resilience. The results of the study were discussed within the context of research in light of the positive psychology approach, and some recommendations and implications were considered for further research and practice.

Key Words: Resilience, courage, self-compassion, prosocial behavior tendencies, low socio-economic status

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	i
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	v
TABLolar LİSTESİ	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ	x
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ	xi
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	7
1.3. Araştırma Sorusu ve Hipotezler	7
1.4. Araştırmanın Önemi	10
1.5. Sınırlılıklar	13
1.6. Tanımlar	14
BÖLÜM II	15
KURAMSAL ÇERÇEVE.....	15
2.1. Yılmazlık	15
2.1.1. Yılmazlığın Temel Boyutları	17
2.1.1.1. Risk Faktörü	18
2.1.1.1.1. Bir Risk Faktörü Olarak Düşük Sosyo-Ekonomik Düzey	19
2.1.1.2. Koruyucu Faktörler	22
2.1.1.3. Olumlu Sonuçlar	23
2.2. Cesaret	24
2.2.1. Adleryan Cesaret	28

2.3. Öz-Şefkat	30
2.4. Olumlu Sosyal Davranış	32
2.4.1. Olumlu Sosyal Davranışların Gelişimini Açıklayan Faktörler	35
2.4.2. Olumlu Sosyal Davranışları Açıklayan Kuramlar	38
2.4.2.1. Psikanalitik Kuram	38
2.4.2.2. Sosyal Öğrenme Kuramı	39
2.4.2.3. Bilişsel Gelişim Kuramı	40
2.4.2.4. Zihin Kuramı	41
2.4.2.5. Evrimsel Psikoloji	42
2.4.2.6. Ekolojik Sistem Kuramı	44
2.4.2.7. Sosyo-Ekolojik Sistem Kuramı	45
2.4.2.8. Pozitif Psikoloji	46
2.4.3. Olumlu Sosyal Davranışların Gelişimini Açıklayan Modeller	48
2.4.3.1. Cialdini ve Sosyalleşme Modeli	48
2.4.3.2. Bar-Tal ve Bilişsel Öğrenme Modeli	49
2.4.3.3. Kohlberg ve Ahlaki Gelişim Modeli.....	51
2.4.3.4. Eisenberg ve Olumlu Sosyal Ahlaki Muhakeme Modeli	52
2.5. İlgili Araştırmalar	53
BÖLÜM III.....	67
YÖNTEM	67
3.1. Araştırma Modeli	67
3.2. Çalışma Grubu	67
3.3. Veri Toplama Araçları	70
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	71
3.3.2. Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği.....	71
3.3.3. Adleryan Cesaret Ölçeği – Ergen Formu.....	72
3.3.4. Öz-Şefkat Ölçeği – Kısa Formu.....	73
3.3.5. Olumlu Sosyal Davranış Ölçeği – Ergen Formu.....	73
3.4. Veri Toplama Süreci.....	75
3.5. Verilerin Analizi	76
3.5.1. Varsayım Kontrolleri.....	77

3.5.1.1. Verinin Ön İncelenmesi	77
3.5.1.2. Örneklem Büyüklüğü	77
3.5.1.3. Uç Değerler	77
3.5.1.4. Normallik Testi	78
3.5.1.5. Eş Varyanslılık.....	78
3.5.1.6. Doğrusallık ve Çoklu Doğrusallık	79
BÖLÜM IV	81
BULGULAR	81
4.1. Ön Analiz	81
4.1.1. Çalışmanın Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler ve Korelasyonlar	81
4.2. Ana Analizler	84
4.2.1. Varsayımsal Yol Modelinin Test Edilmesi.....	84
4.2.2. Modele İlişkin Toplam, Doğrudan ve Dolaylı Etkiler	87
4.2.3. Hipotez Testi	89
4.2.4. Sonuçların Özeti	90
BÖLÜM V.....	92
TARTIŞMA	92
5.1. Araştırmada Ele Alınan Değişkenler Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması.....	92
5.1.1. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Cesaretin Öz-Şefkat ve Yılmazlık ile İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması	93
5.1.2. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Öz-Şefkatin Yılmazlık ile İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması	94
5.1.3. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Öz-Şefkatin Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ile İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması.....	96
5.1.4. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Yılmazlığın Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ile İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması.....	97

5.1.5. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Cesaretin Dolaylı Olarak Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ile İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması	99
BÖLÜM VI.....	101
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	101
6.1. Sonuçlar	101
6.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	102
6.3. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler	106
KAYNAKLAR.....	108
EKLER	
Ek 1: Etik Kurul İzni	
Ek 2: MEB Araştırma İzni	
Ek 3: Veli Onam Formu	
Ek 4: Gönüllü Katılımcı Onam Formu	
Ek 5: Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği Örnek Maddeleri	
Ek 6: Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı	
Ek 7: Adleryan Cesaret Ölçeği-Ergen Formu Örnek Maddeleri	
Ek 8: Öz-Şefkat Ölçeği - Kısa Formu Örnek Maddeleri	
Ek 9: Öz-Şefkat Ölçeği - Kısa Formu Kullanımına İlişkin İzin Yazısı	
Ek 10: Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği - Ergen Formu Örnek Maddeleri	
Ek 11: Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği - Ergen Formu Kullanımına İlişkin İzin Yazısı	
Ek 12: Kişisel Bilgi Formu	

TABLÖLAR LİSTESİ

	Sayfa
Tablo 2.1. Olumlu Sosyal Davranışların Gelişimine Yönelik Olarak Cialdini ve Bar-Tal'ın Modeli.....	50
Tablo 3.1. Çalışma Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Betimleyici İstatistikler...	69
Tablo 3.2. Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği İstatistikleri.....	72
Tablo 3.3. Adleryan Cesaret Ölçeği – Ergen Formu İstatistikleri.....	72
Tablo 3.4. Öz-Şefkat Ölçeği – Kısa Formu İstatistikleri.....	73
Tablo 3.5. Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği – Ergen Formu İstatistikleri.....	75
Tablo 3.6. Basıklık ve Çarpıklık Değerleri.....	78
Tablo 4.1. Bağımsız, Aracı ve Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar.....	83
Tablo 4.2. Uyum İstatistikleri için Kesim Değerleri.....	84
Tablo 4.3. Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Etkiler.....	89

ŞEKİLLER LİSTESİ

	Sayfa
Şekil 1.1. Varsayımsal Yol Modeli.....	9
Şekil 2.1. İnsanlarda Olumlu Sosyal Davranışlara Yönelik Başlıca Evrim Teorileri.....	44
Şekil 3.1. Olumlu Sosyal Davranış Eğiliminin Duygusal Alt Boyutu İçin Saçılım Grafiği..	79
Şekil 3.2. Normal P-P Grafiği.....	80
Şekil 4.1. Varsayımsal Modelin Yol Analizi Sonuçları.....	86

SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

β	Standartlandırılmış Beta Katsayısı
CFI	Karşılaştırmalı Uyum İndeksi
DFA	Doğrulayıcı Faktör Analizi
OSDE	Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi
RMSEA	Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü
SRMR	Standartlandırılmış Artık Ortalamalar
SS	Standart Sapma
WHO	Dünya Sağlık Örgütü
$\bar{x}$	Ortalama
χ^2/sd	Ki-Kare İyi Uyum
YEM	Yapısal Eşitlik Modeli

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde ilk olarak araştırmanın problem durumu, ardından araştırmanın amacı ve önemi, sınırlılıklar ve son olarak da araştırmanın temel kavramlarının tanıtılması yer almaktadır.

1.1. Problem Durumu

Geçmişten günümüze psikolojik danışma ve psikoloji alanındaki belirleyici kuramlar, tarihsel gelişmeler ve felsefi yaklaşımlardan önemli ölçüde etkilenmiştir. Yirminci yüzyılın başlarında modernist düşüncenin baskın olmasıyla beraber, geleneksel psikoloji yaklaşımının hakim olduğu akılcılık ve deneysel yöntemler ön planda olmuştur (Lowenthal, 1996). Bu yaklaşımlara göre yer alan belirleyici kuramlar, büyük ölçüde nicel ölçme yöntemleri ve nesnel gerçeklik ile kavramsallaştırılarak ruhsal rahatsızlıkların iyileştirilmesi ve geliştirilmesine odaklanmıştır (Keyes ve Lopez, 2002; Linley, 2009).

Yirminci yüzyılın sonlarına doğru ise psikopatoloji temeline dayanan yaklaşımlarda bireylerin yaşamlarına değer katan umut, cesaret, kararlılık ve iyimserlik gibi olumlu özelliklerin incelenmesinin ihmal edilmesinin eleştirilmesi ile (Daniel, 2009), öznel doğruların, kişisel anlamların ve yorumlamaların ön planda olduğu postmodern düşünce modernizme tepki olarak ortaya çıkmıştır (Neimeyer ve Bridges, 2003). Böylece, nitel ölçme yöntemleri, öznellik, sosyo-kültürel çevre ve deneyimleri ön planda tutan yaklaşımlar önem kazanmış, deneycilik ilkesi değişime uğramış ve öznel bakış açıları da benimsenmeye başlamıştır (Faller, 2001). Postmodern yaklaşımlarla beraber, bireylerin güçlü yönlerine odaklanan pozitif psikolojiye olan ilgi giderek artmıştır (Seligman ve ark., 2005). Geleneksel yaklaşımların aksine çağdaş yaklaşımlar ışığında pozitif psikoloji, insanların güçsüz ve

olumsuz yanlarına odaklanmak yerine, insanların olumlu yönlerine, iyilik haline ve yaşamdaki erdemlere odaklanmıştır (Ryan ve Deci, 2001; Sheldon ve King, 2001).

Maslow (1954) psikoloji biliminin insanların olumsuz özelliklerini, eksikliklerini incelemede daha başarılı olduğunu ancak erdemlerin, potansiyelin ve ulaşmak istenen amaçları ihmal ettiğine değinmiştir (akt. Froh, 2004). Benzer şekilde, Seligmanın da (1999) Amerikan Psikoloji Derneği'nin kongresinde yaptığı konuşmasında, psikoloji biliminin patoloji yönelimli yönünün düzeltilmesinin kaçınılmaz olduğunu belirtmesi ve bireylerin yalnızca olumsuz psikolojik problemlerine müdahale edilmesinin yetersiz olduğuna değinmesiyle psikoloji biliminin asıl görevinin bireylerin güçlü yanlarını tespit etmek ve bunları desteklemek olduğunu öne sürmüştür. Böylece, pozitif psikoloji akımına ilişkin çalışmaların ivme kazanmasının sağlanması ve bu yaklaşımın kavramsallaştırılması yönünde önemli adımlar atılmış olup, hümanist akımın psikolojide üçüncü güç olarak ortaya çıkarak ilgi görmesiyle, bireylerin öznel anlamlandırmaları ve potansiyeline vurguda bulunulmuş ve bireyler temelde “etkin” görülerek, olumlu yanlarına odaklanılmıştır (Hefferon ve Boniwell, 2014).

Ergenlik dönemi, sosyal gelişim, fiziksel büyüme, hormonal, cinsel, duygusal, toplumsal ve bilişsel olgunlaşmanın yaşandığı özel bir evredir (Carlo, Eisenberg ve Knight, 1992; Estrada, 1995; Gander ve Gardiner, 1993; Kerr ve Stattin, 2000). Yaklaşık 10 ile 19 yaş aralığını içeren fiziksel, bilişsel ve psikososyal büyümenin yaşandığı çocukluk ve yetişkinlik arasındaki gelişim dönemini kapsayan ergenlik dönemi (WHO, 2022), birçok değişimin bir arada yaşanması ile şekillenir. Hall (1904) yirminci yüzyıl başlarında ergenliğe ilişkin çalışmalar yaparak, “*Adolescence*” eserinde ergenlik dönemini yaşamın en iyi on yılı şeklinde tanımlamış ve bu dönemin hem olumlu hem de olumsuz özelliklerin kazanılması anlamında kritik bir dönem olduğuna değinmiştir. Gündelik yaşamlarında gelişimsel olarak biyolojik, sosyal ve psikolojik değişimler yaşayan ergenler, aynı zamanda çeşitli zorluklarla da mücadele etmek durumundalardır (Coleman ve Hagell, 2007). Ergenler tüm bu zorluklarla mücadele ederken, zorlayıcı yaşam deneyimleriyle nasıl başa çıkmaktadır? Bireylerin yaşamları boyunca karşılaştıkları risklere karşı psikolojik olarak güçlü kalmalarını açıklayan kavramlardan olan yılmazlık (*resilience*), çeşitli zorluklar ve risklere, travmaya, gelişimsel sürece ilişkin zorluklara rağmen, dirençli olmanın ve pozitif

adaptasyonun sağlanması olarak ele alınmaktadır (Doll ve Lyon, 1988; Garnezy, Masten ve Tellegen, 1984; Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000; Masten, 2001; Seery, Holman ve Silver, 2010). Araştırmalara göre, yılmazlık özelliklerine sahip ergenlerin, yetişkin olduklarında ebeveynleri ile anlaşmazlık, yasalara uyma konularında sorun yaşama olasılıkları daha düşüktür ve zorlu deneyimlerle, reddedilme durumları ile daha kolay başa çıkabilmekteledir (Springer, 1997). Yaşam zorluklarının birçok olası sonucundan biri olarak yılmazlık, kişinin ciddi bir stres faktörüne maruz kalmasına rağmen istikrarlı bir şekilde psikolojik uyumun sağlanmasını ifade eder (Bonanno, 2004). Bu pozitif adaptasyonun sağlanması sürecinde kişinin pozitif gelişimini engelleyebilecek bir yaşantıya dayalı olarak risk faktörünün bulunması ve var olan risk faktörünün koruyucu faktörler aracılığı ile etkisinin azalması veya ortadan kalkmasıyla olumlu sonuçlara ulaşılır (Masten, 2007; Rutter, 1987).

Son yıllarda, bireylerin pozitif işlerliğine olumlu yönde destek sunabileceği öngörülen bir kavram olan “cesaret” (*courage*) konusunda araştırmalar hız kazanmıştır. (Chiesi ve ark., 2022; Ergüner-Tekinalp, 2021; Lodi ve ark., 2022). İnsan doğasına ilişkin olumlu yaklaşımı olan Adleryan kuram, hem cesareti hem de cesaretlendirmeyi (*encouragement*) psikolojik danışma sürecinin ve eğitimin merkezine koymuştur (Ergüner-Tekinalp, 2021). Yılmazlığın gelişim sürecine koruyucu faktör olarak katkı sağlayabileceği düşünülen cesarete ilişkin çalışmalarda, Woodard (2004) cesaretin otantik yaşam ve ruh sağlığı ile doğrudan bir ilişkisi olabileceğini belirtmiştir. Adler (1964) toplumsal yaşama katılımın ancak cesaret ile gerçekleşebileceğine dikkat çekerek, olumlu sosyal ilişkiler ve işbirliği geliştirme becerilerinden yoksun bireylerin yaşama olumsuz yollardan bağlanmaya yöneldiğini belirtmiştir. Ayrıca, bu bireyler umutsuzluk ve çaresizlik gibi duygulara kapıldığından, bu duygulara sahip bireylerin pozitif gelişiminde cesaretlendirmenin etkili bir yol olduğunu öne sürmüştür. Pozitif psikoloji bağlamında Adleryan yaklaşım, cesareti hem bir karakter gücü hem de zorlayıcı koşullara rağmen başa çıkabilmeyi sağlayan içsel bir güç olarak ele almıştır (Adler, 1930; Yang ve ark., 2010). Böylece, cesur bir birey herhangi bir durum ile karşı karşıya geldiğinde, bilişsel olarak esnekliğe sahip olarak olası çözüm ve eylemlere odaklanabilecektir (Blagen ve Yang, 2008; Dinkmeyer ve Dreikurs, 2000; Yang ve ark., 2010).

Doğası gereği pozitif psikoloji yaklaşımının ilgi alanına giren bir diğer kavram ise öz-şefkattir (*self-compassion*). Son zamanlarda, araştırmacılar öz-şefkatin sosyal bağlılık ve özgecilikle olan ilişkileri gibi kişilerarası ve sosyal etkilerini tartışmaya başlamışlardır (Welp ve Brown, 2014). Bir başkasının acısını fark ederek acıya ortak olan kişide merhamet ve acıma duygusunu içeren şefkat duygusu gelişir (Goetz, Keltner ve Simon Thomas, 2010). Köklerini Budist felsefeden alan ve psikolojiye Neff (2003a) tarafından kazandırılan öz-şefkat ise, bireyin kendisine yönelik merhamet ve anlayışını ifade eder (Rubin, 2013). Bu yaklaşıma göre, bireyler kendilerini iyi hissettikleri zamanların farkındalığına sahip olarak benliklerine ilişkin içgörü kazanırlar ve sevecenlik, şefkat gibi duyguları öncelikli olarak kendilerine yönelik, ardından diğer insanlara yönelik geliştirerek psikolojik iyilik haline ulaşabilmeyi amaçlarlar (Kraus ve Sears, 2009). Kişi, kendisine yönelik içgörü geliştirdiğinde “ben”liğin önemsiz oluşunu fark eder ve bu içgörü ile birlikte kendisini olduğu gibi kabul ederek, kendisine hem de başkalarına şefkatle yaklaşır (Fulton, Germer ve Siegel, 2005). Öz-şefkat sahibi bireyler, kontrol edebilecekleri şeylerin sınırlı olduğunu, hayatta zorlayıcı yaşam olaylarının ve talihsizliklerin var olduğunu kabul eden kişilerdir. Aynı zamanda, başlarına gelen ve baş etmeleri gereken yaşantılarından dolayı kendilerini suçlamadan, yaşadıkları talihsiz deneyimleri reddetmeden ve olumsuz duyguları bastırmadan yaşamlarını sürdürürler (Neff, 2003b; Werner ve ark., 2012). Bu bağlamda, öz-şefkatin bireylerin deneyimledikleri olumsuz durumlara karşı şefkatle yaklaşmayı sağlaması ve böylece sevecen bir tutum sergilemeleri işlevsel bir baş etme yöntemi olarak (Neff, 2003a) yılmazlığın gelişiminde koruyucu bir faktör olarak ele alınabilir.

Yılmazlık üzerine yapılan bazı araştırmalarda; sağlıklı uyumu ve bireyin yeterliliğini geliştiren, deneyimlenen zorluk veya riskin etkisini azaltan faktörler arasında olumlu sosyal davranışların yer aldığını ve bu davranışların yılmaz ve sosyal açıdan yetkin bireylerin önemli özellikleri arasında olduğu belirtilmiştir (Southwick, Vythilingam ve Charney, 2005). Zorlayıcı yaşam olaylarının ardından birçok insan normal işlevselliğini korumakta zorlanabilir, endişeli ve depresif hissedebilir (Bonanno, 2005a). Staub (2008) olumsuz ve travmatik deneyimlerle karşılaşan bireylerin, başkalarından aldıkları yardımı geri döndürmek için “zorluktan doğan özgecilik” (*altruism born of suffering*) yaklaşımı ile, bu bireylerin özgeci davranış sergileme olasılığının daha yüksek olduğuna dikkat çekmiştir. Yılmazlık düzeyi yüksek olan bireyler, stresli durumlarla baş etmede daha esnek olabilir ve

var olan olumsuz algıları olumlu eylemlere çevirebilirler (Hu ve ark., 2022). Böylelikle, önemli bir özellik olarak yılmazlık; insanların öz-yeterliklerini, problemle başa çıkma becerilerini ve uyum becerilerini güçlendirerek travmatik olaylarla başa çıkmaya yönelik kolaylık sağlar (Fletcher ve Sarkar, 2013). Çocuk ve gençlerin bireysel yönelimlerinin aktif ve olumlu bir yöne çevrilmesinin sağlanması, patolojik ve olumsuz sonuçlardan ziyade ilginin olumlu sosyal davranışlara kaydırılması, psikolojik sağlamlık ve koruyucu faktörlere ilişkin içgörü sağlayacaktır (Davis ve Carlo, 2019; Taylor ve ark., 2018).

Olumlu sosyal gelişim, pozitif gelişim ve psikolojik iyi oluş bağlamında ergen gelişiminde önemli bir yer tutmaktadır (Memmott-Elison ve ark., 2020). Ergenlik dönemindeki sosyal gelişimde kayda değer bir rol oynayan olumlu sosyal davranışlar (*prosocial behaviors*); yardım etme, işbirliği yapma, bağış yapma ve/veya paylaşma gibi diğerlerine fayda sağlayacak olan davranış kategorisini temsil eder (Penner ve ark., 2005). Psikoloji, sosyoloji ve felsefe gibi çeşitli disiplinlerle uzun bir geçmişi olan olumlu sosyal davranışlar; başka insanlara fayda sağlama amacı ile yapılan ve herhangi bir dışsal ödül olmaksızın gönüllü olarak gerçekleştirilen eylemler olarak tanımlanmaktadır (Carlo ve Randall, 2001; Eisenberg, 1983; Staub, 1978, 1979). Olumlu sosyal davranışı Batson ve Powell (2003), paylaşma, yardım etme, işbirliği yapma ve gönüllülük gibi bir bireyin veya bir grup insanın yararına olan çeşitli eylemler dizisi olarak tanımlayarak, yardım etme davranışında empatinin önemli bir yordayıcı değişken olduğunu belirtmiştir.

Stümer ve Snyder (2010) konuyu önemli kılan noktaları iki temel bakış açısına odaklanarak özetlemiştir. En temelde, olumlu sosyal davranışların insan doğasına ilişkin temel olarak insanların iyi mi yoksa kötü mü olduklarını, başkalarının iyiliğini düşünerek hareket etme yeteneğine sahip olup olmadıklarını araştırarak, toplumda insanların nasıl bir arada yaşadıklarını anlama noktasında pratik sonuçlar verdiğini belirtmiştir. Olumlu sosyal davranışların saldırgan davranışların tam tersi olduğunu ve hem olumlu sosyal davranışların hem de saldırgan davranışların yaşamın erken dönemlerinde problem çözme amacı ile oluştuğu iddia edilir (Carlo ve ark., 2010; Eron ve Huesmann, 1984; Laible, Eye, ve Carlo, 2008). Diğer yandan, literatürde saldırganlık gibi olumsuz kavramların araştırılmasının yanı sıra, olumlu davranışların ve olumlu davranışları etkileyen faktörlerin incelenmesinin kısmen de olsa ihmal edildiği söylenebilir (Carlo ve Randall, 2001). Bu nedenle, alanyazında

sosyal psikolojinin de konusu olan özgeciliğe yer açılması için, insanların saldırgan davranışlarının incelediği gibi, diğer kişilere yönelik gerçekleştirilen olumlu sosyal davranışların da araştırılması gerekir (Flouri ve Sarmadi, 2016). Olumlu sosyal davranışları inceleyebilmek için bilişsel ve duygusal becerilerde önemli gelişmelerin meydana geldiği ergenlik döneminde (Carlo ve ark., 1999; Carlo, Eisenberg ve Knight, 1992; Estrada, 1995), ergenin sosyal çevresi de değişim göstererek, diğer bireylerle (özellikle akranlar, aile vb.) ilişkileri gelişmeye başladığından, olumlu sosyal davranışlar sergileyebileceği ilişkiler içerisinde bulunabilme fırsatları artar (Carlo, ve ark., 1999). Ergenlik döneminde, belirli hedeflere ulaşabilmek için duygu ve davranışları düzenleme becerisinin gelişimi yılmazlığa katkı sağlar (Dishion ve Connell, 2006). Ergenlik dönemindeki bu gelişimle birlikte, ergenlerin kendi duygularını düzenleme ve diğer insanların amaçlarına, ihtiyaçlarına ve duygularına dikkat etme becerilerini de etkileyebilen değişiklikler meydana gelir (Van der Graaff ve ark., 2018). İyi eylemler, beraberinde iyi duyguları getirir ve başkalarına katkı sağlayan ve katkıdan faydalanan kişi arasındaki bağı güçlendirerek, bireyin olumlu sosyal girişimlerde bulunma ilgisini besleyebilir (Aknin ve ark., 2013). Bu bağlamda, sosyal gelişimin önemli bir boyutu olan ve bireylerin toplum ile ilişkilerini düzenleyen değerlerden olan paylaşma ve yardım etme davranışlarının (Carlo ve Randall, 2001) sosyal yeterliliğe sahip bireylerin önemli özellikleri arasında olduğu (Luthar ve Cicchetti, 2000) söylenebilir.

Belirli zorlayıcı yaşam koşullarına sahip olan bireyler, hem kendi kişisel sorunları hem de dışsal faktörlerden kaynaklanan sorunlarla baş etmeye çalışırken, dezavantajlı bir konumda bulunurlar (Coleman ve Hagell, 2007). Düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olmanın çocuk ve ergenler üzerinde çeşitli sağlık sorunları ve ölüm oranında artış (Adler ve ark., 1994), psikolojik sorunlar (Huurre ve ark., 2005), ayrımcılığa maruz kalma ve düşük eğitim düzeyi (Stepleman, Wright ve Bottonari, 2009) gibi çeşitli olumsuz sonuçları olmaktadır. Bu zorluklara maruz kalan ergenlerin yılmazlık gelişiminde sahip oldukları koruyucu faktörlerin ve yılmazlığın sonuçlarının belirlenmesi önem arz ettiğinden (Embury ve Saklofske, 2014), bu araştırmada, sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı ergenlerde yılmazlığın gelişiminde cesaretin ve öz-şefkatin koruyucu bir faktör olarak rolü ve yılmazlığın bir sonucu olarak ise olumlu sosyal davranış eğiliminin rolünün ortaya konulması amaçlanmaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, Türkiye’de düşük sosyo-ekonomik düzeydeki 9., 10., 11. ve 12. sınıflarda öğrenim gören ergenlerde yılmazlık, cesaret, öz-şefkat ve olumlu sosyal davranış eğiliminin incelenmesidir. Bu bağlamda, yılmazlığın gelişimindeki koruyucu faktörler (*protective factors*) kapsamında cesaret ve öz-şefkat, yılmazlığın olumlu sonucu (*positive outcomes*) kapsamında ise olumlu sosyal davranış eğilimi ele alınmıştır. Ayrıca, değişkenlerin birbirleri arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkiler incelenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik literatürdeki güncel kuram ve çalışmalara ilişkin bilgiler doğrultusunda bir modelin (bkz. Şekil 1.1.) test edilmesi amaçlanmıştır.

1.3. Araştırma Sorusu ve Hipotezler

“Düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlık, cesaret ve öz-şefkat olumlu sosyal davranış eğilimini nasıl açıklamaktadır?”

Yukarıda belirtilen araştırma sorusuna uygun olarak, mevcut çalışmada aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

Hipotez 1:

Cesaret, öz-şefkat (*1. Yol*) ve yılmazlık ile (*2. Yol*) olumlu yönde ilişkilidir.

H0: Cesaretin, öz-şefkat ve yılmazlık üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H1: Cesaretin, öz-şefkat ve yılmazlık üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır.

Hipotez 2:

Öz-şefkat, yılmazlık ile olumlu yönde ilişkilidir (*3. Yol*).

H0: Öz-şefkatin yılmazlık üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H1: Öz-şefkatin yılmazlık üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır.

Hipotez 3:

Öz-şefkat, olumlu sosyal davranış eğilimi ile olumlu yönde ilişkilidir (4. Yol).

H0: Öz-şefkatin, olumlu sosyal davranış eğilimi üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H1: Öz-şefkatin, olumlu sosyal davranış eğilimi üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır.

Hipotez 4:

Yılmazlık, olumlu sosyal davranış eğilimi ile olumlu yönde ilişkilidir (5. yol)

H0: Yılmazlığın, olumlu sosyal davranış eğilimi üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H1: Yılmazlığın, olumlu sosyal davranış eğilimi üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır.

Hipotez 5:

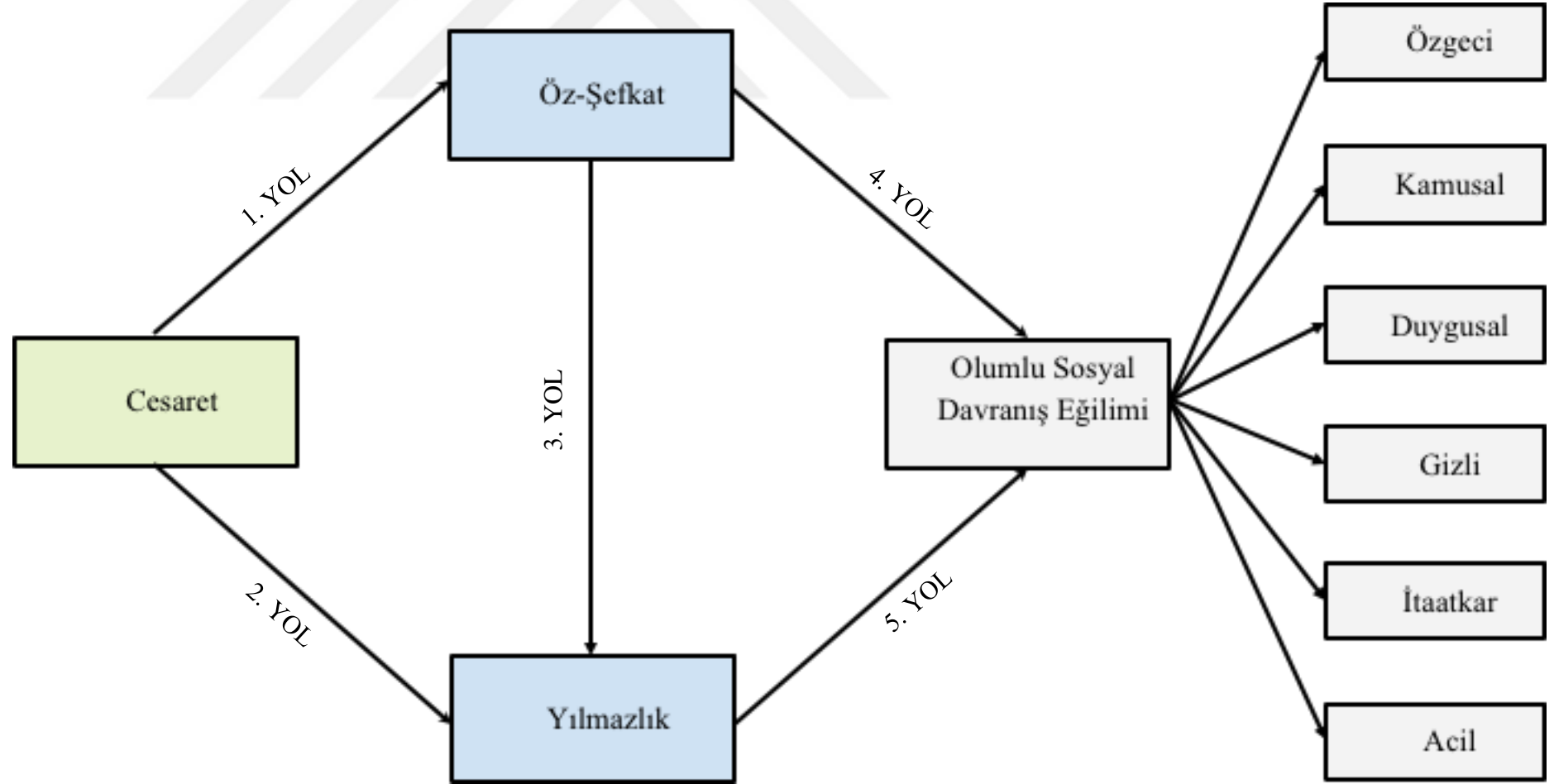
Cesaret, olumlu sosyal davranış eğilimi ile dolaylı ve olumlu yönde ilişkilidir.

H0: Cesaretin, öz-şefkat ve yılmazlık aracılığı ile olumlu sosyal davranış eğilimi üzerindeki dolaylı etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H1: Cesaretin, öz-şefkat ve yılmazlık aracılığı ile olumlu sosyal davranış eğilimi üzerindeki dolaylı etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır.

Şekil 1.1.

Varsayımsal Yol Modeli



1.4. Araştırmanın Önemi

İnsan hayatı çeşitli tehlikeler ve zorluklarla doludur. Gündelik hayatın normal seyri esnasında çeşitli zorlayıcı yaşam olayları ile karşı karşıya kalan ergenlerin bu deneyimlerle başa çıkma yolları önemli bir soru olarak karşımıza çıkmaktadır.

Psikolojide, eksiklik ve patoloji temeline dayanan çalışmaların eleştirilmesi ile birlikte, son yıllarda ilgi gören araştırma alanlarından biri “yılmazlık” olmuştur (Hoegl ve Hartman, 2021). Hem gelişimsel hem de önleyici perspektiflerde, çeşitli riskli bağlamların ve zorlu koşulların çocukların ve ergenlerin psikolojik sağlıkları üzerindeki etkilerini araştırmak, önemli bir çaba olarak görülmektedir (Embury ve Saklofske, 2014). 1990’lı yıllardan itibaren, patolojik eğilimlerden ziyade kişisel güç kaynaklarına odaklanılması ile beraber (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000), risklere maruz kalan bireylerle yapılan çalışmalarda uyum sağlama ve psikolojik işlevsellik süreçlerinin incelenmesi ön plana çıkmıştır (Masten ve Powell, 2003; Rutter, 2012). Böylece, riskli davranışlar ve mekanizmalara vurgu yapmak yerine insanlığın olumlu yönleri üzerinde çalışmak, pozitif psikolojik işleyişin ve uyumun güçlendirilmesi adına önemli bir adım olarak kabul edilmeye başlamıştır (Masten ve Powell, 2003; Rutter, 2012).

Yılmazlık, sabit bir özellikten ziyade hem bireyin kişisel eğilimlerinden hem de dışsal faktörlerden etkilenebilir bir süreç ve etkileşimli bir kavram olmakla beraber (Garmezy, Masten ve Tellegen, 1984), uygun yaklaşım ve müdahalelerle geliştirilebilmektedir (Feng ve ark., 2020). Yılmazlık, gelişimsel süreçteki zorlayıcı faktörlere rağmen pozitif adaptasyonun sağlanması süreci olarak tanımlandığında, düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip ergenler bu tanımlamaya göre dezavantajlı bireyler sınıflamasında yer almaktadır (Cicchetti, 2010). Örneğin, sosyo-ekonomik dezavantajlılığa sahip öğrencilerin akademik olarak düşük başarı performansına sahip okullara gitmesi hem eğitim eşitsizliğini hem de toplumsal eşitsizlikleri beraberinde getirmektedir. Nitekim, Türkiye’de düşük başarı profiline sahip okullardaki okul ortamının eğitim eşitliği için bir dezavantaj oluşturduğu görülmektedir (Karaağaç, 2019). Çocukların ve ergenlerin sosyal-duygusal gelişimleri açısından okulların önemi (Aviles, Anderson ve Davila, 2006) düşünüldüğünde, okullarda psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri kapsamında çeşitli yönlerden dezavantajlı öğrencilerin yılmazlığına ilişkin risk faktörlerinin ve koruyucu faktörlerin belirlenmesi

önem arz etmektedir. Böylece, koruyucu faktörlerin belirlenmesi ve desteklenmesiyle birlikte ergenlerin yılmazlığına katkı sağlanabilir. Aynı zamanda, ergenin yılmazlığı duygusal ve sosyal bağlamda diğer insanlara yönelik olarak bazı olumlu sonuçları da beraberinde getirecektir. Örneğin, yılmazlık özelliklerine sahip bireylerin olumlu sosyal davranışlarda bulunması, toplumun da pozitif işlerliğine fayda sağlayacaktır (Carelli, Lizzori ve Zanetti, 2020).

Günümüz dünyasında, 'endişe çağı' yerini 'cesaret çağına' bıraktığı için bireyin yılmazlığı giderek daha temel olarak görülmeye başlanmıştır. Cesaret için bu gereklilik, insan varoluşu hakkında herhangi bir gerçekliğin yokluğunu kabul etmekten doğar. Belirtildiği üzere, çağdaş toplumda eşsiz kaygılarımızın ve ontolojik güvensizlik duygumuzun üstesinden gelmenin tek yolu, her gün cesurca yaşamayı seçmektir (Medina, 2008). Ruh sağlığı, genel olarak herhangi bir ruhsal problemin olmaması değildir. İnsan psikolojisinin sadece ruhsal problemlerin varlığına veya yokluğuna işaret etmesi yeterli değildir (Conyne, 2004). Bu nedenle psikoloji yaklaşımı, bireyi yaşamın sorunlarını üstlenmeye hazırlayan ve geliştiren değerleri tanımalı ve benimsemelidir. Bireylerin korkularla yüzleşmeye, yetersizliklerin üstesinden gelmeye, insanların birbirlerini önemsemesine, acılara cesaret ve umutla dayanmaya, kişinin kendisiyle, ailesiyle, toplumla ve insanlarla uyum içinde yaşamasına yardımcı olacak bir psikolojiye ihtiyacı vardır (Blagen ve Yang, 2009). Bu bağlamda, bu çalışmanın, pozitif psikoloji yaklaşımı kapsamında cesaret kavramının yaşamdaki zorluklarla baş edebilmeyi sağlayan bir güç olmasının yılmazlığın gelişimine yönelik rolü bakımından ele alınması açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Bu çerçevede, araştırmanın özgün katkılarından biri, Altıntaş, Üzbe-Atalay ve Çok (2022) tarafından ergenlerde kullanılması için uyarlama çalışması yapılan Adleryan Cesaret Ölçeğinin kullanılmasıyla, pozitif psikoloji yaklaşımı çerçevesinde cesaretin Adleryan yaklaşım bağlamında ele alınmasıdır.

Çocuk ve ergenlerin gelişimini temel alan araştırmalarda baskın olarak bireydeki eksik yönlerin ve olumsuzlukların araştırılması ile (Rozin ve Royzman, 2001), sosyal gelişimin önemli bir boyutu olan paylaşma, yardım etme ve olumlu sosyal davranışların incelenmesinin ihmal edildiği görülmektedir (Damon, Lerner ve Eisenberg, 2006). Ancak, daha yeni dönemlerde bu eğilim, pozitif işlevselliğe katkı sağlayan kavramların

araştırılmasına yönelmiştir (Watts ve Ergüner-Tekinalp, 2017). Alanyazında, özellikle Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında, ergenlerin olumlu sosyal davranış eğilimlerinin çok boyutlu yapısı ve davranışın altındaki motivasyonun araştırıldığı sınırlı sayıda çalışmaya ulaşılmıştır. Türkiye’de ergenlerde yılmazlık ile olumlu sosyal davranışların bir arada ele alındığı bir araştırmaya ulaşılamamış olup, Grazzani ve arkadaşları (2022) olumlu sosyal davranışların da yer aldığı sosyal-duygusal becerilerin yılmazlığa ilişkin önemli bir rolü olduğunu ortaya koydukları çalışmada, ergen örnekleminde bu alanda çalışmalara ihtiyaç olduğunu bildirmişlerdir.

Altıntaş ve Üzbe-Atalay (2022) tarafından Türkiye’de 2015-2021 yılları aralığında ergen örnekleminde yılmazlığa ilişkin araştırmaların sistematik derlemesinin yapılması amacıyla yürütülen bir çalışmada; makaleler amaçlarına, desenlerine, çalışma gruplarına, sonuçlarına ve önerilerine göre analiz edilmiştir. Özellikle belirli bir risk grubunda olan ergenlerle yapılan çalışmaların çok sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Benzer olarak, alanyazında belirli açıdan dezavantajlı olan bireylerle yürütülen özel çalışmalara ihtiyaç olduğunun belirtilmesi (Işık, 2016), bu araştırmanın gerekçelerinden birini oluşturmaktadır.

Çeşitli araştırmacılar (örn., Flouri ve Sarmadi, 2016; Grazzani, 2022; Taylor ve Carlo, 2021) olumlu sosyal davranışlar üzerine yapılan araştırmaların uzun yıllardır var olmasına rağmen, farklı risk faktörlerine maruz kalan ve farklı gruplarda yer alan kişilerde olumlu sosyal davranış çalışmalarının daha az ilgi gördüğünü belirtmişlerdir. Bu tür spesifik çalışmaların sonuçlarının dezavantajlı gruplar için genellenebilirliğinin incelenmesi ve normatif sosyal gelişimin anlaşılması için gerekli olduğuna değinerek, gelecek araştırmalar için öneride bulunmuşlardır. Buradan hareketle bazı araştırmacılar, yılmazlığı destekleyen psikolojik özellikleri tanımlamaya çalışırken, paylaşma davranışlarına (Davis ve Carlo, 2019) ve öz-şefkate (Yang ve ark., 2016a) dikkat çekmişlerdir. Öz-şefkatin kişilerarası etkileşimi ve yardım etme davranışını harekete geçirip geçirmediğini test eden araştırmaların sınırlı olmasıyla birlikte (Baker ve McNulty, 2011; Lindsay ve Creswell, 2014; Yang, Guo, Kou ve Liu, 2021; Yarnell ve Neff, 2013) bu araştırma kapsamında öz-şefkat; olumlu sosyal davranış eğilimi, yılmazlık ve cesaret ile birlikte ele alınmaktadır.

Yılmazlığa ilişkin araştırmalara olan ilginin artmasıyla birlikte, bireylerin kendi gelişim dönemleri içerisinde deneyimledikleri zorlu yaşam olayları karşısında normal

işlevselliğe dönebilme sürecinde hangi koruyucu faktörlerin etkin olduğuna yönelik araştırmalar yapılmaktadır (Wright, Masten ve Narayan, 2013). Bu bağlamda, ergenlerde bireysel düzeyde koruyucu faktörlerin ortaya çıkarılmasının, mevcut yılmazlık literatürü adına çeşitli katkılar sağlaması beklenmektedir. Bu çalışma, Türkiye’de düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın çeşitli koruyucu faktörler (öz-şefkat ve cesaret) ve olumlu sonuçlar (olumlu sosyal davranış eğilimi) bağlamında bir arada ele alındığı kapsamlı bir çalışma olması açısından önemlidir. Alanyazında, yılmazlığa yönelik araştırmaların çoğunlukla koruyucu faktörleri belirlemeye yönelik çalışmalar olduğu ancak bununla birlikte yılmazlık özellikleri gösteren bireylerin sahip oldukları yeterlik alanlarının da ele alınmasının gerekliliği göze çarpmaktadır. Bu anlamda, araştırmanın ilgili alanyazına yönelik katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çocuk ve ergenlerin deneyimlediği zorluklar bağlamında yılmazlığa ilişkin kuramsal yaklaşımların vurgulandığı temel unsurlara dayanarak bu çalışma, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki bir grup ergende yılmazlığın gelişimindeki birtakım koruyucu faktörleri ve olumlu sonucu ortaya çıkarmayı amaçlamıştır. Pozitif psikoloji temelli bir bakış açısıyla yılmazlığın incelenmesi ve koruyucu faktörlerin tampon vazifesi görerek çeşitli risk faktörlerine maruz kalma durumlarında istenmeyen sonuçları nasıl azalttığına ilişkin araştırmalar yapılması önem arz etmektedir. İlgili literatür ışığında, yılmazlığın gelişimine yönelik araştırmalar ele alındığında, pozitif psikoloji yaklaşımı bağlamında öz-şefkat, cesaret ve olumlu sosyal davranış eğiliminin birlikte ele alınmasının konunun bütünlüğü açısından fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sonuçlarına ve katkılarına yer verilmeden önce, bazı sınırlılıklar belirtilecektir. İlk olarak; bu çalışmada, kendi kendini değerlendirmeye dayalı ölçme araçları kullanılmıştır. Bu tür ölçümlerde, katılımcılar tarafından elde edilen bilgilerin güvenilirliği sağlanamayabilir. Dolayısıyla, katılımcılardan gerçek ve güvenilir yanıtlar alındığı varsayılmıştır.

İkinci olarak, bu çalışmanın verileri, Ankara'nın düşük sosyo-ekonomik bölgelerinden olan Sincan ve Mamak ilçelerinde adrese dayalı olarak tercih edilen 7 farklı Anadolu Lisesi

dahilinde elde edilmiştir. Bu araştırma bulgularının genellenebilirliği, çalışma grubunun benzer özelliklerine, demografik bilgilere ve belirlenen sınıf düzeyindeki ergenlerle sınırlıdır.

Üçüncü olarak, bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonuçlarına göre; olumlu sosyal davranış eğiliminin duygusal alt boyutu, gizli alt boyutu ve ve itaatkar alt boyutlarının iç tutarlılık katsayılarının kabul edilebilir düzeyde olduğu gözlenmiştir. Ancak, olumlu sosyal davranış eğiliminin kamusal, özgeci ve acil alt boyutlarının kabul edilebilir düzeyden aşağıda olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda, bu analizde varsayılan modelden farklı olarak, olumlu sosyal davranış eğiliminin acil alt boyutunun, özgeci alt boyutunun ve kamusal alt boyutunun iç tutarlılık katsayılarının kabul edilebilir düzeye yaklaşamaması nedeniyle bu boyutlar analize dahil edilmemiştir. Varsayılan model, olumlu sosyal davranış eğiliminin duygusal alt boyutu, itaatkar alt boyutu ve gizli alt boyutuyla sürdürülmüştür.

1.6.Tanımlar

Ergenlik: Dünya Sağlık Örgütüne göre ergenlik dönemi, 10 ile 19 yaş aralığını kapsayan, fiziksel, bilişsel ve psikososyal büyümenin yaşandığı çocukluk ve yetişkinlik arasındaki gelişim dönemidir (WHO, 2022).

Yılmazlık: Belirli risk faktörlerine ve zorlayıcı yaşam olaylarına rağmen sağlıklı bir şekilde normal işlevselliğe dönebilme yetisidir (Masten, 2001).

Cesaret: Risk almayı, zorlu yaşam görevleri ile başa çıkmayı ve zorluklar karşısında ilerlemeye istekli olmayı ifade eder (Adler, 1930).

Öz-Şefkat: Bireyin kendi acısına karşı açık olması, duygusal olarak ondan kaçmaması ve onunla olan bağlantısını koparmadan acısını yatıştırma isteğiyle kendisine şefkatle yaklaşmasıdır (Neff, 2003a).

Olumlu Sosyal Davranışlar: Başkalarının fayda görmesi için gönüllü olarak gerçekleştirilen davranışlardır (Eisenberg, Fabes ve Spinrad, 2006).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde yılmazlık, cesaret, öz-şefkat ve olumlu sosyal davranış eğilimi hakkında kavramsal açıklamalar ile, araştırmanın grubunu oluşturan ergenlere yönelik olan ilgili görgül çalışmalar yer almaktadır.

2.1. Yılmazlık

Araştırmacılar uzun yıllardır zorlu yaşam deneyimleriyle başa çıkmayı sağlayan faktörler ve yılmazlık ile ilgilenmektedir (Bonanno, 2004). Bazı insanlar hayatın zorluklarıyla, başarısızlıklarla, kayıplarla ve sorunlarla soğukkanlılıkla yüzleşirken, bazıları tatsız durumlara karşı uyumsuz tepkiler geliştirebilir ve bu deneyimler için kendilerini cezalandırarak işlevsiz sonuçlara ulaşabilirler (Leary ve ark., 2007).

Yılmazlık, en genel anlamıyla, bireylerin deneyimledikleri zorlu yaşam olaylarından sonra gündelik işlevselliklerine başarılı bir şekilde dönebilmeyi işaret etmektedir (Masten, 2001). APA psikoloji sözlüğünde “yılmazlık”, “zor ya da meydan okuyucu yaşam olaylarına karşı başarılı bir şekilde adapte olmayı içeren süreç ya da sonuç” olarak tanımlanmıştır (VandenBos, 2015, s. 910). Garmezy (1991) ise bu kavramı “kırılgan olmama”, “güçlü olma” ve “sağlıksız koşullar altında sağlıklı gelişim gösterme” açıklamaları ile ortaya koymuştur. Ayrıca, Rutter (2006) tarafından yapılan bir tanımda, yılmazlığın “ciddi tehlikeleri beraberinde getirmesi beklenen risk deneyimlerine rağmen, bazı bireylerin görece iyi bir psikolojik sonuca ulaşması” olarak ifade edilmiştir. Luthar, Cicchetti ve Becker (2000) ise yılmazlığı “önemli olumsuz durumlar karşısında olumlu adaptasyonu kapsayan dinamik bir süreç” olarak tanımlamıştır.

Yılmazlık kavramının etimolojik kökenine bakıldığında; kelimenin Latince “*resiliens*” (yılmaz-sağlam) kelimesinden türediği görülmektedir ve yılmazlık bir maddenin esnek olması ve kolayca kendi haline geri dönebilmesi anlamına gelmektedir (Greene, 2002). Türk dilinde “*resilience*” kelimesinin Türkçe çeviri kullanımında araştırmacılar arasında farklılıklar olduğu göze çarpmaktadır. Örneğin, bazı araştırmacılar tarafından “*yılmazlık*” (Gürkan, 2006; Yılmaz ve Sipahioğlu, 2012), “*psikolojik sağlamlık*” (Gizir 2007; Kararımak, 2009), “*psikolojik dayanıklılık*” (Taşkın ve Çetin, 2006), “*kendini toparlama gücü*” (Işık, 2016; Terzi, 2006) şeklinde kullanıldığı görülmektedir. Ancak, psikolojik dayanıklılık (*hardiness*) sabit bir kişilik özelliği olarak tanımlandığından (Eschleman, Bowling ve Alarcon, 2010), geliştirilebilen ve dinamik bir özelliğe sahip olan yılmazlıktan (Stainton ve ark., 2019) farklılaşmaktadır. Bu çalışmada ise kelimenin Türkçe karşılığı olarak yılmazlığın kullanılması tercih edilmiştir.

Masten (2007) yılmazlığın doğasındaki bazı özellikleri belirtmiştir. Öncelikle, yılmazlıktan söz edebilmek için, önemli bir tehdit, zorluk veya travmaya maruz kalma durumu gereklidir. Bununla birlikte, gelişimsel süreç içerisinde zorlu koşullara rağmen pozitif adaptasyonun sağlanması durumunda, bireyl sağlıklı işlevselliğe döner ve olumlu sonuçlara ulaşabilir (Masten ve Reed, 2002; Wright, Masten ve Narayan, 2013). Southwick ve arkadaşları (2014), travmatik olayların olumsuz sonuçlarına odaklanmak yerine, yılmazlığa katkı sağlayan etmenlere ve yılmazlığın güçlendirilmesi sürecine odaklanması gerektiğini belirtmiştir. Böylece pozitif psikoloji akımı, zorlayıcı yaşam olaylarına ilişkin bakış açısını “travma sonrası büyüme” şeklinde değerlendirerek, çeşitli zorluklar deneyimleyen bireylerde koruyucu faktörler aracılığıyla psikolojik işlevselliğin sağlanabileceğini öne çıkarmaktadır (Almedom, 2005).

Werner ve Smith (1992) yılmazlığı ve koruyucu faktörleri, bir olumsuzluğa karşı savunmasızlığın zıt ve olumlu karşılıkları olarak açıklamıştır. Bu tanımda yılmazlık, bireylere özgü kişisel bir özellik olarak görünürken; koruyucu faktörler, olumsuz sonuçlara yol açma potansiyeline sahip riskli durumlara karşı bireysel tepkileri geliştiren daha spesifik yapılar olarak tanımlanmıştır. Bu çerçevede, belirli stres faktörlerinin bireylerin yaşamlarına hakim olduğu durumlarda koruyucu faktörler ve psikolojik sağlamlık ön plandadır. Benzer bir yaklaşım bağlamında Rutter (2006) yılmazlığı, yaşamdaki zorluklara ve engellere karşı

savunmasızlığın azalması ve stresli durumlar ile risk faktörleri karşısında iyi bir sonuca ulaşılması olarak tanımlamıştır. Bu kapsamda, psikolojik sağlamlığın diğer yaklaşımlarında olduğu gibi, stresli bir yaşam olayı ile karşı karşıya kalan bireylerin, daha sonraki zorlu deneyimlere karşı daha az kırılganlık geliştirebileceği vurgulanmıştır. Yani, yılmazlık, kişinin yaşamında var olan risk faktörleri ile bu süreçte kişinin uyum sürecini kolaylaştıran koruyucu faktörlerin etkileşime geçmesi ile ortaya çıkan sürecin sonucudur (Windle, 1999). Wright, Masten ve Narayan (2013) yılmazlığı yalnızca kişisel bir gelişme süreci olarak değil, aynı zamanda aile, okul, topluluk ve kültür gibi farklı sistemleri kapsayan ve onlardan etkilenen bir süreç olarak tanımlar. Yılmazlık özellikleri gösteren çocuklar, gündelik zorluklarla etkin bir şekilde başa çıkabilme kapasitesine sahip, çeşitli zorluklardan sonra kendini toparlayabilen, ulaşılabilir hedefler koyabilen, sağlıklı iletişim kurabilen kimselerdir (Goldstein ve Brooks, 2013).

Masten (2001) yılmazlığın özellikle bir ya da daha fazla risk faktöründen etkilenen bireylerde çalışılmasına uygun bir kavram olduğuna değinmiştir. Riskli gruplarda yer alan ergenler için önleyici hizmetlerin oluşturulmasında bu gruplarda yılmazlığın gelişimine katkı sağlayan bireysel koruyucu faktörlerin belirlenmesi önemlidir (Kumpfer, 1999).

2.1.1. Yılmazlığın Temel Boyutları

Yılmazlık, devam eden bir sıkıntıya veya olası zorlayıcı yaşam olayına maruz kalan bireylerin zaman içerisinde psikolojik olarak sağlıklı uyum sağladıkları ve koruyucu faktörler ile risk faktörlerinin etkileşiminden doğan dinamik bir süreçtir (Graber ve ark., 2015; Rutter, 2012). Yılmazlığın kavramsallaştırılması sürecinde üç önemli ön koşul bulunmaktadır. Birincisi, risk faktörü (*risk factors*) olarak ele alınan zorlu yaşam olayı (güçlük veya travmaya maruz kalma) durumunun var olması, ikincisi, gelişimsel süreçte karşılaşılan zorluklara rağmen pozitif adaptasyonun (*positive adaptation*) sağlanmasıdır (Masten, 2010; Masten ve Reed, 2002). Bir diğeri ise risk faktörlerinin etkisinin azaltılması sürecinde tampon vazifesi gören koruyucu faktörler (*protective factors*) aracılığı ile normal işlevselliğe dönebilme ve sağlıklı uyumu kapsayan olumlu sonuçlara ulaşılmasıdır (Masten, 2007; Rutter, 1987; Windle, 2002).

2.1.1.1. Risk Faktörü

Risk faktörleri kavramı, olumsuz ve istenmeyen sonuçları yaşama olasılığını arttıran durumlar veya yaşam olaylarını tanımlamak için kullanılır (Kirby ve Fraser, 1997; Masten, 1994). Risk faktörleri ve zorlayıcı yaşam deneyimleri, bireylerin gelişim süreçleri ve uyum becerilerinin anlaşılması noktasında önem arz eder ve yılmazlık çalışmalarında önemli etmenler olarak ele alınır (Murray, 2003; Ungar ve ark., 2013).

Yılmazlıktan söz edebilmek için, bireylerin yaşamlarını etkileyen bir risk faktörü ile karşı karşıya olması gerekir. Bu perspektife göre, gelişimi tehdit eden bir zorluk deneyimlemeyen bireyler için yılmazlık kavramından bahsedilemez (Cicchetti, 2010; Işık, 2016). Bu bağlamda, herhangi bir zorlayıcı yaşam olayı deneyimlemeyen ancak yaşamın farklı alanlarında baş etmede başarılı olan bireyler “yılmaz” olarak değil, başarılı, sağlıklı, uyumlu bireyler olarak tanımlanabilirler (Gizir, 2007; Işık, 2016; Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). İlgili alanyazına bakıldığında, yılmazlık konusu çerçevesinde birçok farklı risk faktörü üzerinde çalışıldığı görülmektedir. Gizir (2007) tarafından yılmazlık, risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçların ele alındığı bir derleme çalışmasında, risk faktörlerinin bireysel, ailesel ve çevresel olmak üzere üç başlıkta ele alındığı görülmektedir. Örneğin, *bireysel* risk faktörleri arasında erken doğum, olumsuz yaşam olayları, kronik hastalıklar gibi faktörler yer alırken, *ailesel* risk faktörlerinde ebeveynlerin hastalığı ya da psikopatolojisi, ebeveynlerin boşanması, ölümü ya da tek ebeveyn ile yaşama, ergenlik döneminde anne olma gibi faktörler yer alır. *Çevresel* risk faktörleri arasında ise ekonomik zorluklar ve yoksulluk, çocuk ihmali ve istismarı, savaş ve doğal afetler gibi toplumsal travmalar, toplumsal şiddet ve ailevi felaketler, evsizlik gibi etmenler yer almaktadır.

Bu araştırma kapsamında, çevresel risk faktörleri arasında yer alan düşük sosyo-ekonomik düzeye yer verilmiştir. Araştırmanın örneklemini, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenler oluşturmaktadır.

2.1.1.1.1. Bir Risk Faktörü Olarak Düşük Sosyo-Ekonomik Düzey

Tüm dünyada çocuklar ve ergenlerin gelişiminin çeşitli dezavantajlı durumlar tarafından etkilendiği görülmektedir. Düşük sosyo-ekonomik düzeyde olmak, bu dezavantajlar arasında yer almaktadır (Stepleman, Wright ve Bottonari, 2009). İnsanlık tarihindeki dönüşüm noktalarından biri olan Sanayi Devrimi sonrasında ekonomik anlamda meydana gelen dönüşümün toplumsal yapı üzerinde büyük etki yaratmasıyla, yeni dünya düzeni ile beraber bazı bireyler toplumun dışında kalmıştır. Bunun sonucunda çeşitli sorunların gün yüzüne çıkmasıyla birlikte, düşük sosyo-ekonomik düzey, bu dezavantajlardan birisi haline gelmiştir (Kong, 2020). Düşük sosyo-ekonomik düzey, pozitif gelişime yönelik engel teşkil eden çoklu risk faktörlerinin güçlü bir bileşenidir (Masten, 2004). Bu kapsamda, bireyin kontrolü dışında gelişen bağımsız bir dezavantaj olarak ele alınan düşük sosyo-ekonomik düzey, çevresel risk faktörleri arasında yer almaktadır (Kumpfer, 1999).

Sosyo-ekonomik düzeyin ruh sağlığı üzerindeki etkisini daha dikkatli incelemek için, sosyo-ekonomik statünün yapısı, ölçümü ve ilgili değişkenlerle ilişkisi konusunda fikir birliği gereklidir (Stepleman, Wright ve Bottonari, 2009). Sosyal konumun bir göstergesi olan sosyo-ekonomik statü, en genel haliyle gelir, eğitim ve mesleki durum gibi unsurlar aracılığıyla ölçülebilir (Adler ve Snibbe, 2003). Araştırmalarda ekonomik refahın çeşitli yollarla tanımlandığı ve sınıflandırıldığı görülmektedir. Sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı olma durumunu belirleyebilmek adına mutlak yoksulluk (*absolute poverty*) ve öznel yoksulluk (*subjective poverty*) kavramlarının kullanılması önerilmiştir (Colasanto, Kapteyn ve Van der Gaag, 1984). Mutlak yoksulluk, temel ve zorunlu ihtiyaçların karşılanıp karşılanmadığına odaklanırken, öznel yoksulluk, bir kişinin kendi sosyo-ekonomik durumuna yönelik algısına yer verir (Giddens, 2009). Temel ihtiyaçların karşılanamaması, sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı olma halinin önemli bir göstergesi olmakla birlikte tek göstergesi değildir. Drewnowski (1977) öznel yoksulluğun nesnel göstergelerinin ötesinde, insanların ihtiyaçlarının yeterince ya da eksik bir şekilde karşılanıp karşılanmadığına ilişkin algılarının önemli olduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda, bireyler kendi ihtiyaçları doğrultusunda kendilerini sosyo-ekonomik açıdan avantajlı veya dezavantajlı olarak görebilirler. Yani, mutlak yoksullukta sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı olma durumu

niceliksel temellere dayandırılırken, öznel yoksulluk sosyo-ekonomik duruma ilişkin öz değerlendirmeyi içerir. Bu araştırma kapsamında mutlak yoksulluğun incelenmesinde sosyo-ekonomik düzeyin göstergesi olarak, katılımcılardan aylık gelir bilgisi alınmış olup, öznel yoksulluğun incelenmesi için ise MacArthur Öznel Statü Ölçeğinden (Adler ve ark., 2000) faydalanılmıştır.

Sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı olma durumunun bireyler, aileler ve tüm toplumların geleceğine yönelik olarak yaşamın çoğu alanını etkilediği görülmektedir (Kong, 2020). Özellikle, düşük sosyo-ekonomik düzeyin toplumda en çok çocukları ve ergenleri etkilediği savunulmaktadır. Çünkü sosyo-ekonomik statünün, bireyin kontrolü dışında olan bağımsız bir dezavantaj olmasının yanı sıra, ergenlik döneminde bireyin elde etmeye başladığı özgürlükle beraber bu dönemde yaş ile birlikte ilişki sürdürmede zorluklar da artış gösterir. Bu bağlamda, ergenlerin riskli davranışlar sergileyebilme potansiyeli vardır (Coleman ve Hagell, 2007).

Düşük sosyo-ekonomik düzeyde olma halinin, bireylerin sağlık durumu açısından dezavantaj oluşturduğu görülmektedir. Hatta, dezavantajlı sosyo-ekonomik durumun, olumsuz sağlık sonuçlarının en yüksek belirleyicisi olduğu ifade edilmektedir (Stronks ve ark., 1998). Sosyo-ekonomik durumun düzeyi sadece fiziksel gelişim ve sağlığı değil, aynı zamanda ruh sağlığı, psikososyal, duygusal ve davranışsal gelişim süreçlerini de olumsuz yönde etkilediği görülmektedir (Gortmaker ve ark., 1990). Zorlu koşullarda büyütülen çocuklar, bireysel işlevselliğe yönelik olarak olumsuz gelişimsel sonuçlara maruz kalma eğilimindedirler. Örneğin, bilişsel ve akademik gelişim, düşük sosyo-ekonomik durumun en çok etkilendiği alanlardandır (Sheridan ve McLaughlin, 2016). Ayrıca, sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı olan öğrencilerin “öğrenilmiş çaresizlik” davranışlarını geliştirmeye daha yatkın oldukları görülmektedir (Evans ve Fuller-Rowell, 2013). Düşük sosyo-ekonomik düzeydeki aileler, genellikle temel eğitim düzeyinde ve düşük istihdam edilebilirlik özelliklerine sahip olup, ruh sağlığı sorunları açısından daha dezavantajlı durumdadırlar (Bratter ve Eschbach, 2005; Cooper ve Stewart, 2013). Örneğin, bu bireylerin ruh sağlığı hizmetlerine ulaşabilme olasılığı daha düşüktür (Barker ve Adelman, 1994). Düşük gelirli ailelerden gelen ergenlerin kaygı ve depresyon belirtileri gösterme, kendine zarar verme, intihara teşebbüs etme, madde bağımlılığı, güvenli olmayan cinsel ilişkilerde

bulunma ve başkalarına karşı şiddet uygulama olasılığı daha yüksektir (WHO, 2018). Aynı zamanda, sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı ailelerde büyüyen ergenler yetişkin olduklarında, daha düşük istihdam edilebilirlik ve düşük gelir olanaklarına sahip olabilmektedirler (Reiss, 2013).

Sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı ergenler, daha fazla stres faktörüne maruz kalırlar ve yaşamlarında bunları yönetmek için daha az kaynağa sahiptirler (Adler ve ark., 1994; Due ve ark., 2003; Gad ve Johnson, 1980; McLoyd, 1998). Dezavantajlı gruplar içerisinde yer alan düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olan bireyler topluma uyum problemleri yaşayarak, sosyal destek imkanlarından mahrum kalmaktadır (Embury ve Saklofske, 2014; Call ve ark., 2002). Düşük sosyo-ekonomik düzeyin ergenlerde antisosyal davranışlarla (Tuvblad, Grann ve Lichtenstein, 2006), sosyal ve duygusal gelişimin olumsuz etkilenmesiyle (Moore ve ark., 2002), itaatsizlik, dürtüsellik ve akran ilişkilerinde güçlükler gibi davranışsal ve duygusal sorunlar sergileme riskinin daha fazla olmasıyla (Call ve ark., 2002; Conger, Rueter ve Conger, 2000; Linver, Brooks-Gunn ve Kohen, 2002; Hanson, McLanahan ve Thomson, 1997; McLoyd, 1998) ilişkili olduğu görülmektedir.

Bununla birlikte, sosyo-ekonomik zorluklarla karşılaşan bazı ergenler olumsuz koşullara rağmen uyum sorunlarıyla baş edebilmektedir. Birçok çalışma, benzer problemlerle baş etme noktasında kişilerin bireysel farklılıkları olduğunu göstermiştir. Bazı dezavantajlı durumlara rağmen çocukların ve gençlerin önemli bir çoğunluğu zorlukların üstesinden gelmeyi başarmaktadırlar (Sattler ve Gershoff, 2019). Sosyal ve duygusal alanlarda başarılı olmak ve olumsuz koşullara rağmen iyi bir uyum sağlamak, yılmazlığın önemli bir göstergesidir (Masten, 2014). Yılmazlık özelliklerine sahip öğrenciler, sosyo-ekonomik dezavantajlara ve tüm çevresel zorluklara rağmen okul yaşamlarında ve sosyal yaşamlarında yüksek başarıya sahiptir (OECD, 2011). Sonuç olarak, çoğu kişi, sosyal yeterlilik ve pozitif ruh sağlığı kavramlarından açıkça ayrılan yılmazlığın, çeşitli risk deneyimlerini ve olumlu uyum sağlamayı içerdiği konusunda hemfikirdir (Vanderbilt-Adriance ve Shaw, 2008).

Tüm bu çalışmalar ışığında, düşük sosyo-ekonomik düzeyin ergen ruh sağlığı açısından önemli bir dezavantaj olduğu görülmektedir. Yılmazlıkla ilgili araştırmaların önemli bir amacı, riskler veya olumsuzluklar bağlamında pozitif uyumla ilişkili olan

koruyucu faktörleri belirlemek, değiştirilebilir koruyucu faktörleri güçlendirmek ve buna yönelik olarak müdahaleler geliştirmek ve araştırmaktır. Bu tür koruyucu faktörler, sıkıntının olumsuz etkilerini azaltabilir veya tampon görevi görebilir (Wright, Masten ve Narayan, 2013). Bu bağlamda, çocuk ve ergenlere dönük müdahale yöntemleri geliştirebilmek için koruyucu faktörlerin belirlenmesi önem arz etmektedir.

2.1.1.2. Koruyucu Faktörler

Risk faktörlerinin yanı sıra, yılmazlık için kritik bir öneme sahip olan bir diğer alan ise koruyucu faktörlerdir. Koruyucu faktörler, risk faktörleriyle birlikte ortaya çıkan olumsuz etkileri azaltarak veya ortadan kaldırarak yılmazlığı ortaya çıkaran koşullar ve süreçleri kapsar (Armstrong, Birnie-Lefcovitch ve Ungar, 2005; Rutter 1987).

Koruyucu faktörler, olumsuz sonuçlara yol açma potansiyeline sahip riskli durumlara karşı bireysel tepkileri geliştiren spesifik yapılardır. Bu faktörler, riskler ya da zorlukların etkisini azaltan veya etkiyi ortadan kaldıran, kişinin psikolojik uyumunu kolaylaştıran unsurlardır (Masten, 2001). Koruyucu faktörler, risklerin, zorlukların, travmaların olumsuz etkilerini azaltarak sağlıklı adaptasyonun sağlanmasını, bireyin zorluklarla baş etme becerilerinin ve problem çözme becerilerinin gelişim göstermesini kapsar (Compas, Connor-Smith ve Jaser, 2004).

Belirli risk faktörlerinin etkisini azaltarak olumlu sonuçlara ulaşmayı sağlayan koruyucu faktörler, yılmazlığın önemli bir boyutudur (Bonanno, 2005a; Masten, 2001; Rutter, 1987). Koruyucu faktörlerin risk faktörleri ile etkileşime geçmesi sonucunda yılmazlığın gelişimi araştırılır (Benard, 1991; Krovetz, 1999; Werner ve Smith, 1992). Bu bağlamda, belirli stres etkenlerinin kombinasyonlarının bireylerin yaşamlarına hakim olduğu durumlarda koruyucu faktörlerin belirgin olduğu vurgulanmıştır (Werner ve Smith, 1992). Yılmazlığın boyutlarına ilişkin artan farkındalıkla birlikte, koruyucu faktörlerin listesi oldukça kapsamlı hale gelmiştir (Olsson ve ark., 2003). Bazı araştırmalarda, dezavantajlı durumlarla karşı karşıya kalan bireylerde, birçok içsel ve dışsal koruyucu faktörlere dikkat çekilmektedir (Mandleco ve Peery, 2000).

1980'lerde yapılan pek çok araştırma, yılmazlığı destekleyen farklı koruyucu faktörleri araştırmıştır. İlgili literatür incelendiğinde, yılmazlıkla ilişkili bulunan birçok özellik olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalarda bazı koruyucu faktörlerin bireyin dışında gelişen süreçler olduğuna değinilmiştir. Bu görüşe göre yılmazlık; bireysel (*içsel*), ailesel ve çevresel olmak üzere üç düzeyde farklı boyutlar çerçevesinde ele alınır (Bonanno, 2004; Carver, 1998; Rutter, 1987; Garnezy, 1991; Sandler, 2001). Örneğin, *bireysel* koruyucu faktörler; bilişsel ve akademik beceriler, sosyal yeterlik, kolay mizaç, benlik saygısı, iyimserlik ve umut gibi faktörler olarak ele alınabilirken (Mandleco ve Pery, 2000), *ailesel* koruyucu faktörler; destekleyici anne-baba tutumları, bir aile üyesiyle olumlu ilişkiler olarak ele alınabilir (Luthar, 1990). *Çevresel* koruyucu faktörler ise sosyal çevredeki destekleyici bir yetişkinle olumlu ilişkiler, akran/ arkadaş desteği (Criss ve ark., 2002) olarak ele alınabilir. Ek olarak, toplumsal kaynaklar arasında yer alan kaliteli okullar, gençlik merkezleri, gençlik organizasyonları, çevresel koruyucu faktörler olarak öne çıkmaktadır (Fraser ve ark., 1999).

İlgili alanyazında, bireysel koruyucu faktörlere sahip yılmaz bireylerin özelliklerine yönelik çeşitli açıklamalar yer almaktadır. Örneğin, Benard (1991) bireysel koruyucu faktörleri, yılmaz çocukların ya da ergenlerin diğerlerine göre sosyal açıdan yetkin olma, geleceğe umutla bakabilme, gelişmiş problem çözme becerilerine sahip olma ve hedef yönelimli olması olarak açıklar. Haynes (2005) yılmaz gençlerin duygusal, sosyal ve bilişsel karakteristik özelliklerinden bazılarına değinmiştir. Bunlar; *sosyal* bağlamda besleyici arkadaşlık ilişkileri ve olumlu ilişkiler kurma yeteneği, *duygusal* bağlamda özgüven, benlik saygısı, kendinin ve duygularının farkında olma, *bilişsel* bağlamda ise motivasyon ve öz denetimi kapsar. Krovetz (1999) ise yılmaz çocukların özelliklerini sosyal olarak yetkin, sorun çözme becerileri gelişmiş, özerk ve amaçlara sahip olma gayesi olan çocuklar olarak tanımlamıştır. Bu çalışma kapsamında ise model test etme sürecinde “öz-şefkat” ve “cesaret” kavramlarının bireysel koruyucu faktörler kapsamında ele alınması amaçlanmıştır.

2.1.1.3. Olumlu Sonuçlar

Yılmazlık araştırmalarında, dezavantajlı durumlarla birlikte ele alınan bir diğer unsur ise olumlu sonuçlardır. Dezavantajlı bireylerde yılmazlıktan söz edebilmek için risk faktörleri ve koruyucu faktörler ile birlikte olumlu sonuçların da ele alınması gerekir.

Böylece, sağlıklı uyuma ve olumlu işlevselliğe katkı sağlayan olumlu bir sonucun tanımlanması mümkün kılınır (Cicchetti, 2010).

Olumlu sonuçların temelde iki farklı şekilde ele alındığı görülmektedir. Bunlardan birincisi, yaşamın belli bir döneminde yaşanan zorluğun bireyin güncel psikolojik uyumuna eşlik etmemesi durumudur (Masten, 2001). Yani, bireyin yaşamındaki risk faktörünün etkilerinin bulunmaması gerekir. Yılmazlık araştırmalarındaki olumlu sonuç değişkenlerinin ele alınmasında bir diğer yol ise, kişinin yeterlik (*competence*) alanları ile ilişkili olan sağlıklı uyum sürecinde olmasıdır. Bu yeterlik alanlarının akademik başarı, olumlu davranışlar, olumlu arkadaşlık ilişkileri, sağlıklı psikolojik durum, farklı faaliyet alanlarına dahil olma gibi kriterler olduğu görülmektedir (Masten ve Reed, 2002). Böylece, koruyucu faktörlerle birlikte ulaşılan olumlu sonuçlar, ilgili koruyucu faktörlerle açıklanabilmektedir (Masten, 2014). Diğer yandan, belirli risk faktörlerinin kişilerde yarattığı etkinin birbirinden farklı olabilmesi ve algıladıkları risk durumlarının göreceli olmasından dolayı, pozitif uyum veya olumlu sonuçların belirlenmesi için gereken kriterler üzerinde tam olarak uzlaşma sağlanamamıştır (Rutter, 2012). İlgili literatür ışığında, olumlu sonuçları ve çıktıları değerlendirmek için gelişimsel görevler, yeterlilik alanları ve kültürel beklentiler gibi faktörlerin belirli standartlar olarak kullanıldığı görülmektedir (Masten ve Coatsworth, 1995). Bu araştırma kapsamında ise olumlu sonuç değişkeni olarak “olumlu sosyal davranış eğilimi” ele alınmıştır.

2.2. Cesaret

Seligman (2002) tarafından pozitif psikoloji, cesaret, bağışlama, sevgi, sorumluluk, pozitif öznel deneyimler ve mutluluk gibi olumlu bireysel ve toplumsal erdemlerin incelenmesi olarak ifade edilmiştir. Cesaret, insanların gelişimine katkı sağlayan 24 güçlü yan ve erdemden biri olarak ele alınmıştır (Peterson ve Seligman, 2004). Pozitif psikoloji kavramlarından olan cesaretin kelime kökenine bakıldığı zaman, "kalp" anlamına gelen Fransızca "*coeur*" kelimesinden geldiği görülmektedir. Bu bağlamda cesaret, risk alacak “kalbe” sahip olmaktır (May, 1975). Cesaret, kendini ortaya koymak, kırılganlık ve başarısızlık riskini göze alma istekliliğidir. İnsanlar genellikle cesaretin güç ile birlikte geldiğini düşünürler, ancak cesaret, birey kendisini güçlü hissetmediğinde bile onun bir şeyler yapmasını sağlayan şeydir (Kosterlitz, 2015). Yani, herhangi bir durumun veya olayın

riskli bir yanı olsa bile, bu duruma karşı olası çözümler doğrultusunda eyleme geçmeyi sağlar (Lopez ve ark., 2010; Szagun, 1992; Yang vd., 2010).

Cesaretin, herkes tarafından kabul gören özel bir tanımı olmadığı için çeşitli araştırmacıların farklı tanımlamalarına rastlamak mümkündür (O’Byrne, Lopez ve Petersen, 2000; Roochnik, 2015). Cesaretin tam olarak ne olduğuna ilişkin uzlaşmanın sağlanmamış olması, zaman zaman önemli bir ilgi konusu olmuştur. Cesaretin tanımı gelişmeye devam ettikçe, literatürde çeşitli cesaret türleri hakkında ampirik olmayan bilgiler de ortaya çıkmıştır (Woodard ve Pury, 2007). Literatürdeki ilgili görüşler doğrultusunda, birçok farklı duruma ilişkin farklı cesaret türleri olduğu söylenebilir (Medina, 2008). Cesaretle ilgili erken dönem tartışmalarda genellikle korku temelli fiziksel cesarete (Olsthoorn, 2007) ve ahlaki cesarete (Putman, 1997; Walton, 1986) yer verilmiştir. Ancak son yıllarda, korku temelli cesaretin yanı sıra, pozitif psikoloji bağlamında iyi oluş ve işlevselliğe fayda sağlayacağı düşünülen cesaret kavramına ilişkin araştırmalar yürütülmektedir (Chiesi ve ark., 2022; Hannah, 2007; Hannah, Sweeney ve Lester, 2007; Hannah ve ark., 2010; Üzbe-Atalay, 2019; Lodi ve ark., 2022; Maddi, 2004, 2006a).

Cesaretin kavramsal gelişiminin tarihine bakıldığında zaman, Antik Yunan felsefesinden itibaren düşünürlerin cesareti erdem olarak ele aldıkları görülmektedir (Rabieh, 2006). Örneğin; Aristoteles, iyi bir yaşam sürmenin doğasını ele aldığı “*Nicomachean Ethics*” eserinde, insanlığın en ünlü erdemlerinden biri olan cesaret üzerine düşüncelerini sunmuştur. Yaygın bir görüş olarak, cesaret korkunun üstesinden gelmek olarak görülebilir (Norton ve Weiss, 2009) ancak Aristoteles bu görüşe katılmaz. Cesaretin her şeyin üstesinden gelmeyi sağladığını ve tüm korkuları içerdiğini reddeder. Aristoteles, cesaretin yalnızca korku ile motive olduğuna karşı çıkar ve cesaretin hem korku (*phobos*) hem de güven (*tharsos*) duygularına ilişkin bir ortalamaya sahip olduğunu söyler. Bu nedenle, Aristoteles’in cesur bir kişinin yalnızca korkmakla kalmayıp, aynı zamanda doğru şeylerden, doğru şekilde ve doğru zamanda emin olduğunu savunur. Yani, bu görüşe göre cesaret parametreleri nesneleri, miktarı ve güven sıklığını içerir (Urmson, 1980). Bu görüşe paralel olarak Platon, cesareti bilgelik gerektiren bir erdem olarak ele almıştır ve cesaret gösterilen eylemin arkasında ölçülü ve kararlı bir yaklaşımın olduğunu dile getirmiştir (Rabieh, 2006). Lakhe’sin söylediği ve Sokrates’in de fikir birliğinde olduğu gibi, cesarete ölçülülük temel

unsurdur. Söz ve eylem arasındaki uyum, cesaret için ön koşuldur. Cesaret göstermek, korku verici şeye rağmen onunla mücadele etmek için neler yapılabileceğini düşünebilmek ve eyleme geçmektir. Böylece, cesaret eyleme dönüştüğünde anlam bulur. Bu bağlamda, cesaretin ruhun dayanıklılığı olduğu söylenebilir (Bal, 2018). Aquinas'a göre ise cesaret, insan ilişkilerinde doğruluğun sağlanabilmesi adına engellerin aşılmasını sağlayan erdemler kategorisine girer. Yani, cesaretin asli işlevi, iyiyi korumaktır. Cesaretin işlevi tutkularımızda, duygularımızda meydana gelen bazı zorluklar nedeniyle oluşan engelleri ortadan kaldırmaktır (Walton, 1986).

Bir erdem olarak cesaret, bir tür özel bedensel güç değil, ruhun gücüdür (DeYoung, 2003). Cesaret, en yüksek iyiye ulaşma yolunda zorluk teşkil eden her şeyi fethedebilen aklın gücüdür. Dört ana erdemin (diğer ikisi ölçülülük ve adalet) birliğini temsil eden cesaret, bilgelikle birlikte ele alınabilir. Cesaret, bilgelikle birleştiğinde, insanlıkla ilgili olan adaletin yanı sıra, kişinin kendisiyle ilgili ölçülü olmasını da içerir. Ayrıca, cesaret, varoluşçu bir yaklaşım ile bireyin “kendisi gibi” olmasını sağlayan ve risklere rağmen kendini gerçekleştirebilmesine olanak sağlayan bir unsurdur (Tillich, 1980).

Bununla birlikte, üç tür cesaretin olduğunu öne süren çalışmalar vardır (Lopez ve ark., 2003). Bunlar; fiziksel cesaret, ahlaki cesaret ve hayati cesarettir. Diğer yandan, bu sınıflandırma yalnızca belirli bir alanda cesareti inceleyen önceki çalışmaların incelemelerine dayanmaktadır. Pury ve arkadaşları (2007) ise cesaretin en yaygın temalarının üç yönlü olduğunu bildirmiştir. Bunlar fiziksel cesaret, ahlaki cesaret ve yeni bir şey deneme cesaretidir. Cesaret, “önemli bir hedefe veya sonuca ulaşmak için bir tehlikeye karşı korkuyla veya korkusuzca, gönüllü olarak hareket etme istekliliği” olarak da tanımlanmıştır (Woodard ve Pury, 2007). Cesaret, riskin veya sonuçların farkında olarak, korkunun üstesinden gelerek yapılan bilinçli eylemlere yol açan bir değişkendir (Pury ve Saylors, 2018; Szagun, 1992).

Gündelik cesaretin bileşenlerinin varlık, benlik, seçim, inanç ve yaratıcılık olmak üzere beş unsur olarak ele alındığı çalışmalara rastlamak mümkündür (Medina, 2008). Bu doğrultuda cesaret, daha çok, bireyin riski algıladığı, korkuyu deneyimlediği, bu korkuların üstesinden geldiği ve risk karşısında kendi doğruluğunu korurken başarabildiği öznel bir deneyimdir. Cesaret, eylemde bulunan kişi için riskler barındıran ve belirsizliğe rağmen

dikkatli bir müzakereden sonra değerli bir sonuca ulaşmak için motive bir şekilde gerçekleştirilen amaçlı bir eylemdir (Sternberg, 2022). Brokenleg ve Brendtro'nun, "Circle of Courage" (Cesaret Çemberi) modelini ilk olarak 1988'de Child Welfare League of America'nın uluslararası bir konferansında sundukları çalışmada (Brendtro, Brokenleg ve VanBockern, 1990), öncelikli olarak "risk altında" veya "zorlayıcı" olarak etiketlenen çocuklarla çalışan profesyonellerin uygulamalarını bilgilendirmeyi amaçlamışlardır. Brendtro ve arkadaşları (2005) pozitif psikoloji yaklaşımı dahilinde "cesaret çemberi" olgusundan bahsederek, cesaretin bu çember içerisinde cömertlik, problem çözme becerileri, sorumluluk alma gibi değişkenleri içinde barındıran bir yapı olarak ele almışlardır.

Cesaret kavramının açıklandığı yaklaşımların derlendiği bir çalışmada (Rate, 2007), araştırmacıların yaptığı çalışmalardan elde edilen bulgularla cesaret tanımları bir araya getirilmiş ve cesur bir insanda bulunması gereken özellikler açıklanmaya çalışılmıştır. Çalışmanın bulguları doğrultusunda, riskler fedakârlıkları kapsayan durumlarda gönüllü eylemlerde bulunabilme, korkuya rağmen ilerleme, doğruluğuna inanılan şeyleri savunabilme, sosyal yönelimli eylemlerde bulunma gibi farklı temalar ortaya çıkmıştır. Aynı zamanda, cesaret kavramının bazı çalışmalarda stres sonrası büyümeyi sağlayan önemli bir değişken olarak ele alınmaktadır (Maddi, 2006a, 2006b). Cesaretin yılmazlığa yönelik olarak nasıl bir koruyucu bir faktör işlevi olduğunu araştıran önceki araştırmalara dayanarak (Bowen, 2016; Hannah, 2007; Lodi ve ark., 2022; Magnano ve ark., 2021; Üzbe-Atalay, 2019), cesaretin, bireylerin pozitif psikolojik işlevselliğine fayda sağlayan önemli bir değişken olduğu söylenebilir.

İnsanlara acıdan nasıl kurtulacaklarını öğretmek için değil, dayanılmaz acıyla cesur bir şekilde ilişki kurmak için benimsenebilecek olumlu tutumları vurgulayan Viktor Frankl'ın yaklaşımı, koşullar ne olursa olsun hayatın anlamı ve değerinin benimsenmesi, değiştirilemeyecek olanın kabulü, daha yüksek bir amaca hizmet etme hedefiyle kendini gerçekleştirebilme, diğerlerine inanç veya güven ve zorluklarla yüzleşme cesaretini kapsar (Wong, 2009a). Frankl (1985), Nazi toplama kampından kurtulduktan sonra kendi deneyimlerine istinaden "*İnsanın Anlam Arayışı*" eserinde cesaret kavramını açıklamıştır. Yaşamdaki anlam arayışının cesurca acı çekmeyi de beraberinde getirdiğini savunan Frankl'in anlatılarıyla birlikte, cesaret ve özgeciliğin araştırıldığı görülmektedir (Atkinson,

Baruch ve Harris, 2019; Fagin-Jones ve Midlarsky, 2007; Shepela ve ark., 1999). Karakter güçleri kapsamında ele alınan cesaret ve özgecilik kavramı, başkalarının fayda sağlayabilmesi için kişinin sergilediği çeşitli riskler ve fedakarlıklar içeren özgeci davranışların gönüllülük esaslı olduğu görülmektedir. Bu araştırmaların sonuçlarına göre, olumlu kişilik özellikleri ile özgeci davranışların arasındaki ilişkinin araştırılması gerektiği görülmektedir. Bunun temel nedeni ise, olumlu kişilik özellikleri ile olumlu sosyal davranışlar arasındaki güçlü bağdır (Fagin-Jones ve Midlarsky, 2007).

Frankl tarafından geliştirilen logoterapi kuramına göre, yaşamda anlam arayışı süreci cesurca acı çekmeyi gerektirir. Böylece, tüm bu yaşantılar kişinin anlam arayışını besleyebilir (Goud, 2005). Cesarete yönelik tehdit, büyük ölçüde korku olarak maskelenen hazırlık eksikliğinden gelir. Cesareten yoksun bir bireyin temel sorunu hata yapma korkusudur. Cesareten yoksunluk, hata merkezli bir toplumla iç içe geçtiğinde daha da kötüye gidebilir (Blagen ve Yang, 2009). Cesaret, tam da bu noktada tehlikenin yaratacağı olumsuzluklardan ziyade, neler yapılabileceğine odaklanarak kişinin eyleme geçmesi olarak tanımlanmaktadır (Yang, Milliren ve Blagen, 2010).

Psikoloji alanında cesaret kavramına ilişkin kavramsallaştırma süreci öncelikli olarak Adler tarafından yapılmış olup, Adleryan yaklaşıma göre cesur bir insanda bulunması gereken özellikler ise Adler'in öğrencileri Dreikus, Sadie ve Eva Ferguson-Dreikus, Don Dinkmeyer ve Jon Carlson gibi isimler tarafından incelenmiştir (Ergüner-Tekinalp, 2021). Adleryan yaklaşım bağlamında cesaret kavramı alt başlık olarak aşağıda sunulmuştur.

2.2.1. Adleryan Cesaret

Pozitif psikoloji bağlamında Adleryan yaklaşım, iyimserlik ve umut, büyüme, yeterlilik, yaratıcılık, sosyal bilinç, anlam bulma ve amaç duygusunu vurgular (Blagen ve Yang, 2009; Carlson, Watts ve Maniacci, 2006; Ergüner-Tekinalp, 2016). Bireysel Psikoloji kuramında yer alan ve bireyi “aktif” hale getiren erdemlerden olan cesaret kavramı, bireylerin zorlayıcı yaşam görevleri ile başa çıkabilmesini sağlayan içsel bir güçtür (Adler, 1927). Adler, cesareti zorlayıcı yaşam görevleri ile başa çıkabilmeyi sağlayan bir güç olarak ele alır. Adler'e göre cesaret, kişiyi aktif ve etkin bir hale getiren güçler biridir (Adler, 1927). Bu bakış açısına göre, cesur bir insan, bilişsel olarak esnek, yeni değişimlere açık,

karşılaştığı problemlere karşı alternatif bakış açıları geliştirebilen bir bireydir (Dinkmeyer ve Dreikurs, 2000).

Psikolojik danışma sürecinde başvuru alan cesaretlendirme ise, terapötik süreçte danışanın içsel kaynaklarına ulaşabilmesi için kullanılması gereken temel bir araçtır (Dinkmeyer ve Dreikurs, 2000; Cheston, 2000). Cesaretlendirme, kişinin cesaretini olumlu yaşam amaçları doğrultusunda sergileyebilmesine yönelik güdülenme sürecidir. Psikolojik bir kavram olarak bakıldığında cesaretlendirme, kişinin “psikolojik kasını” güçlendirir. İlham vermek, teşvik etmek, desteklemek veya cesaret ve güven aşlamak anlamlarını ifade etmek için kullanılır (Dinkmeyer ve Dreikurs, 2000).

Adler’in cesarete yönelik çalışmalarına bakıldığında, cesaret ve sosyal ilginin (*social interest*) birbirleriyle oldukça bağlantılı kavramlar olduğu görülmektedir (Dinkmeyer ve Dreikurs, 2000). Sosyal ilgi açısından yetersiz olan bireyler, topluma uyum sağlama sürecinde güçlükler yaşayabilmektedirler. Yaşamlarında cesaret eksikliği olan insanlar, gündelik hayata sağlıklı yollardan katılma fırsatı bulamadıklarından, topluma ait olmak için işlevsiz yollara başvururlar (Adler, 1927). Temelleri sosyal ilgi kavramına dayanan cesaretlendirme sürecinin, etkili bir terapötik süreç için kullanılması gerekir (Manaster ve Corsini, 1982). Adler’yan yaklaşım bağlamında cesaretlendirme, danışana inanmayı ve güvenmeyi, danışanı olduğu gibi kabul etmeyi, düşünce ve davranışlarının arkasında olanları anlamayı, danışanın olumlu yönde gelişimini sağlayacak yardımcı sunmayı içeren becerileri kapsar (Shulman ve Dinkmeyer, 1987).

Adler’e göre cesaret, zorlu yaşam görevleri ile başa çıkabilme, problemlerle yüzleşebilme ve problemleri çözme noktasında alternatif bakış açıları geliştirebilme gibi işlevsel bakış açılarını da beraberinde getirir (Adler, 1927, 1930). Adler, bütünün sadece bir parçası olduğumuzu, dolayısıyla hayatın birey için asla mükemmel olamayacağını benimseyen sistemlerin öncüsüdür (May, 1939). Bu doğrultuda, güçlükler ve zorlayıcı deneyimlere karşı “-e rağmen” cesur bir şekilde eyleme geçebilmek, cesarettir. Yani, birey tehlikenin farkında olarak ve sonucun işlevsel olacağına yönelik olumlu bir bakış açısına sahip bir şekilde kendine güvenerek eyleme geçer (Yang ve ark., 2010). Cesaretin bu yönü, ergenlerin korkularını yönetebilmelerini, farklı zorlayıcı durumlarla başa çıkma becerilerine sahip olmalarını ve hedeflerine ulaşabilme doğrultusunda motive olmalarını açıklamaktadır

(Magnano ve ark., 2017). Bu bağlamda, bireyleri zorluklarla yüzleşme konusunda motive eden (Wetterneck ve ark., 2013) ve bireylerin hem kendilerinin hem de hayatın olumlu yönlerini görerek daha işlevsel bir bakış açısına sahip olmalarını sağlayan cesaretin (Hannah ve ark., 2007), ergenlerde öz-şefkatin ve yılmazlığın gelişimine katkı sağladığı ön görülmektedir.

Bazı bireyler engellerle karşı karşıya kaldıklarında, karşılaştıkları zorluklar ile yüzleşip işlevsel bakış açıları geliştiremeyebilirler. Böylece bu bireyler, kendilerini yetersiz ve çaresiz hissedebilir. Bu noktada problemle baş etmekten vazgeçmek korkaklık değil, cesaret eksikliğidir (Adler, 1927). Cesaretten yoksun olan birey, başarısızlık korkusu ve kusurluluğu kabullenmede zorluk yaşar. Yaşam görevlerinden bazılarında veya tümünde, başarıya ulaşmak için aşırı telafi veya kendini koruma yoluyla çok çaba sarf etmesine yol açan bir aşağılık duygusu ile hareket eder (Blagen ve Yang, 2009). Bu doğrultuda bireyin ihtiyacı olan cesaretlendirilmedir (Manaster ve Corsini, 1982; Dreikurs ve Mosak, 1967). Birey tam da bu noktada kendisinde yeterli gücü bulabilirse, cesur eylemlerde bulunabilir ve yaşamında istendik sonuçlara ulaşabilir (Dinkmeyer ve Dreikurs, 2000).

2.3. Öz-Şefkat

Acının paylaşılması, anlaşılması ve fark edilmesi anlamına gelen “şefkat” (*compassion*), şefkat odaklı terapinin kurucusu Gilbert (2005) tarafından ilgi, bakım vermek, yargılamamak ve empati kavramlarını kapsayacak şekilde, üç yönlü olarak tanımlanmıştır. Bunlar; kişiden diğerlerine yönlendirilen şefkat, diğerlerinden alınan şefkat ve bireyin kendisine yönelik şefkattir.

Germer (2009) şefkatli olmanın, insanın yaşadığı acıya direnmek yerine, acıya karşı gösterdiği tepkiyi kabul etmesinden geçtiğini belirtir. Wispe (1991) ise, şefkati acıdan kaçmamak, diğer insanların acı deneyimlerine karşı duyarlı olmak ve mevcut acıyı azaltmak için gerekeni yapmak şeklinde tanımlamıştır. Yani, şefkat, acıya duyarlı olmayı ve onu iyileştirme motivasyonunu içermektedir. İnsanların şefkati deneyimleyebilmesi için, öncesinde acının yaşamın bir parçası olduğunu kabullenmeleri gerekir (Neff ve Dahm, 2015).

Psikolojiye Neff (2003a) tarafından kazandırılan “öz-şefkat” kavramı ise, acı verici yaşam deneyimlerinin hayatın bir parçası olduğunun farkında olarak, insanların bu yaşantılarla nasıl başa çıktığı noktasında yol göstericidir. Öz-şefkat, acı ve zorlayıcı deneyimlerle başa çıkabilmenin sağlıklı bir yoludur.

Öz-şefkat, kişinin zor zamanlarda kendisine karşı nazik olması ve acı verici olan duygu ve düşüncelerini farkındalıkla deneyimleyerek, bunu insan doğasının bir parçası olarak görmesini içermektedir (Neff, 2003a, 2003b). Birey zorlayıcı yaşantılarla baş başa kaldığında, başarısız olduğunda, güçsüz hissettiğinde, ihtiyaç duyduğu nezaketi ve ilgiyi vererek, kendisiyle kurduğu ilişkide kendine karşı şefkatle yaklaşmasıdır (Neff ve Dahm, 2015; Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007; Germer, 2009). Böylece, öz-şefkat, kişinin zorlayıcı yaşam deneyimlerinde kendisine karşı olumlu bir yaklaşım geliştirmesini sağlayarak, olumsuzluklar karşısında bariyer görevi görebilmektedir (Leary ve ark., 2007).

Öz-şefkat; öz nezakete karşı öz yargılama, ortak paylaşımların bilincinde olmaya karşı izolasyon ve bilinçli farkındalığa karşı aşırı özdeşleşme olmak üzere üç bileşenden oluşmaktadır (Neff ve Dahm, 2015). Bu üç bileşen birbiriyle bütünleşmiş olup, birey yaşamda zorlayıcı yaşam olayları ile karşılaştığında birleşir ve karşılıklı olarak etkileşim içerisinde olurlar (Costa ve ark., 2016; Neff ve Dahm, 2015).

Öz nezakete karşı öz yargılama; bireyin yetersizlikler, başarısızlıklar, zorlu deneyimler karşısında kendine karşı eleştirel ve suçlayıcı yaklaşmak yerine, kendisine ihtiyacı olan ilgiyi göstermesidir (Clay, 2016; Neff, 2003b). Yani, kendilerine karşı öz şefkatli olan bireyler kendilerini katı bir şekilde yargılamak yerine nazik ve destekleyici olurlar (Neff, 2003a, 2003b; Neff ve Dahm, 2015; Neff, Hsieh ve Dejitterat, 2005).

Ortak paylaşımların bilincinde olmaya karşı izolasyon; insanların zor zamanlardan geçerken yaşadığı deneyimlere benzer yaşantıların diğer insanlar tarafından da deneyimlendiğinin farkında olarak, yalnızca kendisinin yaşamadığının bilincinde olmasıdır (Neff, 2003b). Böylece birey, olumsuz deneyimler yaşadığında herkesin bazen hata yapabileceğinin farkında olarak, insanın başkalarıyla olan bağlarını açığa çıkarır (Germer, 2009; Kirkpatrick, 2005).

Bilinçli farkındalığa karşı aşırı özdeşleşme; bireyin zor anlarında duygularına yenik düşmesine engel olarak, o anı olduğu gibi algılamasını ifade eder (Neff, 2003a). Neff insanların olumsuz duyguları yönetme sürecinde genellikle onları abarttığını ya da bastırmaya çalıştığını ifade etmiştir. Öz-şefkatli bireyler ise, duygu ve düşüncelerini yargılamadan gözlemleyen bireylerdir (Clay, 2016). Böylece, bilinçli farkındalık, insanları olumsuz yaşantılar karşısında izole olma, aşırı özdeşleşme gibi tutumlardan uzak tutmaya yardımcı olur (Neff, 2003b). Bu bireyler, şimdi ve burada kalarak, acılarına karşı yargılayıcı olmayan bir tavır ile yaklaşarak, hissettikleri acıya karşı farkındalıklarını arttırırlar (Brown ve Ryan, 2003).

Öz-şefkat; güven, uyum, dürüstlük, özgecilik, alçakgönüllülük ve hassas fikirlilik olmak üzere altı alt bileşenle anlamlı ölçüde ilişkili bulunmuştur (Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007b). Bazı araştırmalar, öz-şefkatin bireylerin kişilerarası ilişkilerine ve sosyal davranışlarına olumlu etkisi olabileceğini gösterse de (Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007a; Welp ve Brown, 2014) diğer yandan, mevcut araştırmalar ağırlıklı olarak öz-şefkatin içsel faydalarına odaklanmış olup, öz-şefkatin kişilerarası/sosyal faydalarını keşfetmeye daha az ilgi gösterilmiş ve bu araştırmalar ağırlıklı olarak yetişkin popülasyonları üzerinde yürütülmüştür (Yang ve ark., 2021). Bu bağlamda, öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğilimi ile olan ilişkisi önem arz etmektedir. Diğer yandan, hedef belirleme, belirlenen hedefler için mücadele etme ve çaba sarf etme, karşılaşılan problemler doğrultusunda işlevsel baş etme stratejilerini kullanma arasında pozitif ilişki bulunan öz-şefkatin bu yönünün (Neff, Hsieh ve DeJitterat, 2005) cesaret ve yılmazlık ile olan ilişkisi bağlamında ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

2.4. Olumlu Sosyal Davranış

Olumlu sosyal davranışlar; başkalarına yarar sağlamak için gönüllü olarak yapılan amaçlı eylemler olup, herhangi bir dışsal ödül kazanma gayesi gütmekten içselleştirilmiş ilkelerle sergilenen davranışlar şeklinde ifade edilmektedir (Carlo ve Randall, 2001; Eisenberg, 1983; Penner ve ark., 2005). Olumlu sosyal davranışlar diğer insanları rahatlatma, yardım etme, paylaşma, işbirliği yapma, fedakârlık, gönüllülük ve empati gibi unsurları kapsar (Eisenberg ve Fabes, 1998; Miller ve ark., 1991). Olumlu sosyal davranış olarak tanımlanabilecek davranışlar, empati duymayı, başkaları için endişelenmeyi ve diğer

insanlara yardım edecek veya onlara fayda sağlayacak şekilde eğilim göstermeyi içerir (Wadsworth, ve Santiago., 2008). Çeşitli araştırmalarda “prosocial behaviors” kavramının Türkçe karşılığı olarak “toplum yanlısı davranışlar”, “prososyal davranışlar” ve “olumlu sosyal davranışlar” ifadelerinin kullanıldığı görülmektedir. Bu araştırma kapsamında kavramın Türkçe karşılığı olarak “olumlu sosyal davranışlar” ifadesi tercih edilmiştir.

Eisenberg ve Fabes’in (1998) sunduğu kuramsal temelden yola çıkarak, Carlo ve Randall (2001) tarafından olumlu sosyal davranışlar özgeci (*altruistic*), kamusal (*public*), duygusal (*emotional*), itaatkar (*compliant*), gizli (*anonymous*) ve acil (*dire*) olmak üzere altı boyut olarak tanımlanmıştır.

Özgeci (*özgecil, diğerkâm*) davranış, temelinde empati olan ve bir başkasının iyi oluş ve refahının öncelikli olarak düşünülmesiyle girişilen gönüllü yardım davranışlarıdır (Aronfreed, 1970; Cohen, 1972; Latane ve Darley, 1970). İlgili alanyazında özgecil, altürizm, diğerkâm, isar gibi kavramların da özgeci davranışın yerine kullanıldığına rastlanmıştır. Bu çalışmada ise kavram kargaşasını önlemek ve dil birliğini sağlamak için “altruistic” kavramının Türkçe karşılığı olarak “özgeci” ifadesi tercih edilmiştir. Özgecilik, içselleştirilmiş yardım etme davranışı ve sempati duygusundan beslenir (Eisenberg ve Fabes, 1998). Herhangi bir fayda gözetmeden başkalarının yarar sağlaması için özveride bulunmayı benimseyen ve başkalarının iyiliğini ön planda tutma eğilimini kapsayan özgecilik kavramını kazandıran isim Auguste Comte olmuştur. Comte, özgeciliği, insanlığın ahlaki ve kültürel gelişimi açısından ön koşul olarak belirtmiştir (Campbell, 2006). Berkowitz’in (1972) tanımına göre, bir davranışın özgeci davranış sayılabilmesi için taşıması gereken özellikler üç başlık altında ele alınabilir. Bunlar; isteyerek ve zorunluluk olmadan yapılması, yapılan davranışın başkalarına yarar sağlaması ve herhangi bir ödül beklemeksizin yapılmasıdır (Bar-Tal, 1976). Bazı kuramcılar, özgeci eylemlerde bulunan ve içselleştirilmiş ilkeleri sergileyen kişilerin temel motivasyonlarından birinin, yüksek düzeyde ahlaki muhakeme seviyesinde olmaları ve diğer bireylere göre bilişsel gelişim düzeylerinin daha gelişmiş olduğunu ileri sürmüşlerdir (Carlo ve ark., 1992). Bu içselleştirilmiş ilkeler bireylerin benliğiyle bütünleştikçe, yüksek düzeyde ahlaki muhakeme düzeyinde olan bireyler ilkelere uyma konusunda bir sorumluluk duygusuna sahip olduklarından tutarlı

davranışlarda bulunmaları olasıdır (Kohlberg ve Candee, 1984). Aynı zamanda, dışsal motivasyon unsurlarından daha az düzeyde etkilenmektedirler (Rholes ve Bailey, 1983).

Eisenberg (1983) *itaatkar* olumlu sosyal davranışları sözel/sözel olmayan talepler karşısında bir başkasına yapılan yardım eylemleri olarak tanımlamıştır. İtaatkar olumlu sosyal davranış, başka kişiler tarafından yapılması istenen davranışların yerine getirilmesidir. İtaatkar olumlu sosyal davranışları gösterme eğilimi çocuklarda ve ortaokul öğrencilerinde ergenlere oranla daha çok görülmektedir (Eisenberg ve Fabes, 1998). *Duygusal* olumlu sosyal davranışlar, insanların bazı durumlardan duygusal olarak etkilenmesi sonucunda gerçekleşen ve bireyin duyguları ile harekete geçerek yardım etme davranışlarıdır. Duygusal olumlu sosyal davranışların empati, başkasının bakış açısını alabilme, ahlaki akıl yürütme ile ilişkili olduğu görülmektedir (Bryant, 1982). *Kamusal* olumlu sosyal davranışlar, bir başkasının ya da bir kalabalığın önünde daha sık gerçekleşebilen ve davranışı gerçekleştiren kişinin diğer bireylerin (izleyicilerin) onayını kazanma ve öz saygısını arttırma beklentisi ile gerçekleştirilen ve genellikle kalabalığın beklentisine göre değişim gösterebilen davranışlardır (Buhrmester, Goldfarb ve Cantrell, 1992). Onay alma ihtiyacı ile gerçekleştirilen ve diğer insanların saygısını kazanmak adına yapılan yardım etme davranışlarıdır. Bazı araştırmacılar başkalarının gözü önünde yapılan yardım davranışlarının motivasyonunun içsel yönelimli olabileceğini ileri sürmekteyken, kimi araştırmacılar olumlu sosyal davranışların doğası gereği sosyal onay beklentisi içermemesi gerektiğini belirtmiştir (Schroeder ve ark.,1995). Kamusal olumlu sosyal davranışlar, başkalarının gözü önünde gerçekleştirilen yardım davranışları olarak tanımlanırken, *gizli* olumlu sosyal davranışlar, yardımı yapan kişinin kimliğinin bilinmeyeceği şekilde yapılan yardım davranışları olarak tanımlanır. Yani, gizli olumlu sosyal davranış, yardım eden kişinin yardım edilen tarafından bilinmemesini ifade eder. Son olarak, *acil* olumlu sosyal davranış, kriz durumlarında yardım etmedir. (Kumru ve ark., 2004). Acil durumlarda olumlu sosyal davranış sergileme ise, kriz anlarında sergilenen olumlu sosyal davranışlardır (Carlo ve Randall, 2001).

2.4.1. Olumlu Sosyal Davranışların Gelişimini Açıklayan Faktörler

Bireyin sosyal etkileşim becerilerinin temel yapı taşını oluşturan olumlu sosyal davranışlar; insanlığın bir arada uyum içerisinde yaşamasını sağlayan, refah ve kişisel uyumu sağlayan önemli etmenlerdendir (Yates ve Youniss, 1996; Batson, 2011; Eisenberg ve ark., 2006). Olumlu sosyal davranış gelişimini etkileyen faktörler biyolojik etmenler, çevresel etmenler, kültürel etmenler, empati ve bakış açısı alma olmak üzere ele alınabilir (Parke, Roisman ve Rose, 2019).

Kimi düşünürler, olumlu sosyal davranışların temelinde biyolojik ve genetik faktörlerin bulunduğunu düşünmektedir (Dugatkin, 1997). Eisenberg'e (1986) göre biyolojik faktörler çocuğun hem sosyo-bilişsel hem sosyal gelişim deneyimlerini etkilemektedir. Örneğin, çocuğun kişiliğinin biyolojik yönü olan mizaç özellikleri, çocuğun diğer bireyler ile ortak alanı olan sosyal dünyasına ilişkin tepkilerini de belirler. Biyolojik etmenler bağlamında olumlu sosyal davranışların gelişim süreci incelendiğinde, bazı düşünürler insanların eylemlerinin bencil motivasyonlar üzerine kurulduğunu belirtirken (Kelley ve Thibaut, 1978; Hobbes, 2007a), kimi düşünürler insanların duygusal ve cömert bir motivasyonla davrandıklarını (Butler, 2010), kimi düşünürler ise insanların doğası gereği doğuştan belirlenmiş nitelikleri olmadığını ve sahip oldukları nitelikleri sonradan edindiğini (Sartre, 2013; Rousseau, 2017) ifade etmiştir. İnsanların eylemlerinin doğasına yönelik olarak farklı felsefi yaklaşımlar olduğu görülmektedir. Örneğin, Hobbes'a göre, bencillik ve rekabet, insanların davranışlarındaki temel motivasyon kaynağıdır (Hobbes, 2007b). Bu düşüncenin temelinde ise "*homo homini lupus*" (insan insanın kurdudur) inancı vardır. Hobbes'un tersi bir şekilde, Butler (2010) insan davranışının temelinde kişisel çıkarların yatmadığını belirtir. Butler'e göre, şefkat gösterme gibi olumlu sosyal davranışlara yönelik duyguların altında toplumun iyiliği ve kişisel iyilik için yardım etme motivasyonu yatmaktadır. Evrimsel yaklaşıma göre, gen aktarımı ile birlikte bilişsel ve davranışsal özellikler nesilden nesile aktarılır. Böylece, kalıtsal faktörler bireylerin olumlu sosyal davranışlarının gelişimine de katkıda bulunur (Hastings, Utendale ve Sullivan, 2007). Akriba seçiminden (*kin selection*) dolayı, bireylerin gen ortaklığı olan akrabalarına karşı daha öncelikli olarak yardım davranışlarında bulunduğu görülmektedir. Özellikle bireyler

hayati önem taşıyan koşulların olduğu durumlarda, yardım etme gerekliliğinde kendi akrabalarına öncelik tanmaktadır (Hamilton, 1964).

Olumlu sosyal davranış gelişimini etkileyen faktörlerden bir diğeri, çevresel etmenlerdir. Çocuklar büyüdükçe, sosyal ve bilişsel yaklaşımları, olumlu sosyal davranışlar ve duygu anlama, empati, planlama ve karar verme gibi becerileri de gelişim gösterir (Grusec, Hastings ve Almas, 2011). Bu gelişim süreci, çocukların sosyalleşme sürecindeki çevresel etmenler tarafından da şekillenmektedir. Yaşamın ilk yıllarında olumlu sosyal davranışların temel modeli ebeveynlerdir. Ebeveynlerin rehberliği, olumlu sosyal davranışların gelişimi açısından oldukça önemlidir (Hastings, Utendale ve Sullivan 2007). Hayatın ilerleyen dönemlerinde, özellikle çocuklar akran ilişkileri kurmaya başladıklarında, akran etkileşimleri olumlu sosyal davranışların öğrenilmesi için önemli bir ortam oluşturmaya başlar. Akranları aracılığıyla çocuklar ve ergenler uzlaşma, işbirliği, fedakarlık, empati gibi unsurları öğrenebilmektedirler (Kumru, Carlo ve Edwards, 2004).

Araştırmalara göre, çocuklar yaş aldıkça, göstermiş oldukları olumlu sosyal davranışlar da değişim göstermeye ve gelişmeye başlar. Yaş ile birlikte, büyümeye ve gelişim alanlarındaki olgunlaşmaya artan deneyimler eşlik eder (Radke-Yarrow, Zahn-Waxler ve Chapman, 1983). Olumlu sosyal davranışlar; çocukluk dönemiyle başlayarak ergenlik dönemine geçiş ile birlikte artış eğilimi göstermektedir. Eisenberg ve Fabes (1998) meta analiz çalışmasında, paylaşma ve gönüllü eylemlerde bulunma gibi olumlu sosyal davranışların, bakış açısı alma becerilerinin ergenlik döneminde artış gösterdiğini belirtmişlerdir. Diğer yandan, yetişkin grubunda yapılan araştırmalarda böyle bir artış gözlemlenmemiştir (Eisenberg ve ark., 2005). Eisenberg (2000), çocukların sergiledikleri olumlu sosyal davranışları ile ebeveyn-çocuk etkileşimi arasındaki ilişkiyi ortaya koydukları araştırmada, ebeveynin herhangi bir davranışın nedenleri ve sonuçlarına ilişkin çeşitli açıklamalar (*tümevarımsal disiplin tekniği*) yapmasının, çocukların sosyal gelişimi için pozitif yönde katkı sağladığını belirtmiştir. Böylece, çocuk hem kendi davranışı üzerinde düşünebilecek hem de empati gibi duyguları deneyimleyebilmesine olanak sağlanacaktır.

Üçüncü olarak, kültürel temeller bağlamında olumlu sosyal davranışlar kapsamında Campbell (1972), özgeci davranışların doğuştan gelen bir davranış örüntüsü olamayacağını ifade ederek, özgeciliğin insan gruplarında belirli kültürel şartların bir sonucu olduğunu ve

insanın yalnızca sosyo-kültürel evrim yoluyla bu davranışları sergileyebileceğini öne sürer. Bu yaklaşıma göre, bireylerin genetik yapısında bencil bir motivasyon ile davranış sergilemek vardır ve ancak toplum ve kültürün yönlendirmesiyle bu eğilimler sınırlanır. Toplumsal düzen için önem arz eden olumlu sosyal davranışlar, toplum sağlığı açısından gereklidir (Hart ve Fagley, 2009). Hofstede (1980), bireycilik (*individualism*) ve toplulukçuluk (*collectivism*) kavramları ile kültürlerarası değer farklılıklarını ele almıştır. Toplulukçu yönelime eğilimli olan toplumlar, içinde bulundukları toplumun fayda görmesi amacıyla olumlu sosyal davranışları teşvik eder. Diğer yandan, bireycilik eğilimli toplumlar rekabet ve kişisel fayda gibi değerleri benimserler (Triandis, 1995). Bu bağlamda, örneğin Kumru ve arkadaşları (2004), ergenlik dönemindeki bireylerle yürüttükleri çalışmada, toplulukçu değerlerin olumlu sosyal davranış eğilimini anlamlı düzeyde açıkladığını ortaya koymuşlardır.

Olumlu sosyal davranış gelişimini etkileyen bir diğer etmen empati ve bakış açısı almadır. Çocuğun sosyal durumlara ilişkin tepkileri bir başka çocuğun davranışlarına da yön verebildiğinden, empati ve bakış açısı alma becerisi sayesinde bir bireyin sözlü veya sözsüz mesajlarının farkında olur. Bakış açısı almanın olumlu sosyal davranışlar sergileme ve sempati duygusunu destekleme gibi etkileri bulunmaktadır (Davis, 1983; Iannotti, 1985). Bakış açısı alma, empati ve olumlu sosyal davranışlar arasında pozitif yönde ilişkilerin olduğu görülmektedir (Gülseven ve ark., 2020; Neff ve Pommier, 2013). Genellikle bireylerin başkalarının ihtiyaçlarını anlayabilme ve duygusal olarak onları destekleme gibi empatiye dayalı davranışlar göstermesi olumlu sosyal davranışlara katkı sağlayan becerilerden olup, bu beceriler de olumlu sosyal davranışları geliştirmektedir (Eisenberg ve ark., 2006; Griesse, 2011). Hoffman (1982), empatinin yaş ve bilişsel olgunlukla birlikte gelişen bir beceri olduğunu öne sürmüştür. Bakış açısı alma özelliği ve olumlu sosyal davranışlar arasındaki ilişki göz önünde bulundurulduğunda, çocukların bakış açısı alma becerilerinin geliştikçe hem kendilerinin hem de başkalarının sıkıntılarını daha iyi kavrayabildikleri görülmektedir. Başkalarının ihtiyaçlarını ve duygusal tepkilerini tahmin edebilen bireylerde empati duygusuyla birlikte olumlu sosyal davranışlar sergileme eğilimi artmaktadır (Eisenberg ve ark., 2006). Brooks ve Goldstein (2003), empatinin yılmazlığın önemli bir bileşeni olduğuna değinerek, perspektif alan ve başkalarının duygu ve düşüncelerini anlayabilen kişilerin daha yılmaz olabileceklerini belirtmiştir.

2.4.2. Olumlu Sosyal Davranışları Açıklayan Kuramlar

İlgili alanyazında olumlu sosyal davranışları açıklayabilmek için pek çok farklı kuramsal yaklaşım öne sürülmektedir. Bu kuramsal yaklaşımlar doğrultusunda olumlu sosyal davranışlara ilişkin öz açıklamalar psikanalitik kuram, sosyal öğrenme kuramı, bilişsel gelişim kuramı, zihin kuramı, evrimsel psikoloji, ekolojik sistem kuramı, sosyo-ekolojik sistem kuramı ve pozitif psikoloji çerçevesinde ele alınmıştır.

2.4.2.1. Psikanalitik Kuram

Psikanaliz yaklaşımında kişilerarası ilişkilerin ve yardım davranışlarının çoğunlukla bireylerin kendi ihtiyaçlarını tatmin etme ihtiyaçları bağlamında ele alındığı görülmektedir. Başka biri için olumlu sosyal bir davranışta bulunma, psikanaliz teorisinde sınırlı bir role sahiptir. Sahip olduğu bu sınırlı rolün ise genellikle kişilerin sahip olduğu dürtülerin yol açtığı savunmacı bir sonucu olarak kavramsallaştırıldığı görülmektedir. Bu yaklaşımın, klasik psikanalizin patolojiye odaklanmasını yansıttığı ve insanın pozitif işleyişinden ziyade eksiklik temelli bir bakış sunduğu görülmektedir (Shaver, Mikulincer ve Shemesh-Iron, 2010).

Freud'un psikanalitik kuramına göre, çocuklar kendi dürtülerini tatmin etmeye yönelik (*id*) olarak doğuştan cinsel ve saldırgan dürtülerle doğarlar. Bu görüşe göre, bebekler süperegoda yoksun oldukları için bencil ve dürtüsel eylemlerde bulunabilirler. Bu dürtüleri ile ebeveynlerin sevgisini kaybetme korkuları arasındaki dengeyi sağlayabilmenin bir yolu olarak ise vicdan (*süperego*) geliştirirler. Olumlu sosyal davranışlar, oedipal kompleksin çözülmesine bağlı olan süperego oluşumunun sonucu olarak görülmektedir. Süperegounun gelişmesiyle birlikte, çocuklar aynı cinsiyetten olan ebeveynlerinin değerlerini içselleştirir ve bu değerlerle özdeşleşirler. Bu değerlere paralel olarak, çocuklar vicdanın neden olduğu suçluluk duygusundan kaçınmak için toplum tarafından onaylanan değerleri benimserler. Böylece, toplumun onayladığı normlarla tutarlı olarak olumlu sosyal davranışlarda bulunabilirler (Eisenberg ve ark., 2006).

Psikanalitik kuramdaki pek çok görüş, özgeci davranışların suçluluk duygusu, kendine zarar verme eğilimleri ve cinsel istekler ile güdülendiği yaklaşımını benimsemiştir. Bu

görüŖe göre, olumlu sosyal davranışlar, genellikle ego tarafından süperegonun talepleriyle başa çıkabilmek için kullanılan savunma mekanizmaları olarak işlev görmektedir (Eisenberg ve ark., 2002). Diğer yandan, psikanaliz yaklaşımına göre, bazen özgeciliğin olumlu bir temeli olduğuna yönelik görüşler de kabul edilmiştir (Eisenberg ve ark., 2006). Yaşamın erken dönemlerindeki anne-çocuk ilişkisinin empati, özdeşleşme ve değerleri içselleştirme gelişimi, olumlu sosyal davranışların temelini oluşturur. Olumlu bir ebeveyn-çocuk ilişkisinin bir sonucu olarak, çocuklar ebeveynlerin normlarını içselleştirir ve özdeşim kurarlar. Çocuk, ebeveynlerin sahip olduğu ahlaki normlara uygun olmayan davranışlar sergilerse, sonucunda suçluluk ve utanç hissederek, ebeveyn ile olan ilişki zarar görecektir. Çocuk, bu değerlere uygun davranışlarda bulunur ise, ebeveyn ile özdeşim güçlenecektir. Bu yaklaşıma göre, psikanalitik yaklaşımın olumlu sosyal davranışlara yönelik katkılarının en temelinde ebeveynlerin değerleriyle özdeşleşmenin (*identification*) yer aldığı görülmektedir (Hoffman, 1970).

2.4.2.2. Sosyal Öğrenme Kuramı

Bandura (1991) olumlu sosyal davranışların tüm davranışlar gibi öğrenme yoluyla kazanıldığını ifade etmiştir. Sosyal öğrenme kuramı (*social learning theory*), çocuğun ebeveynin davranışlarını modellemesi ve karşılıklı etkileşim yolu ile öğrenerek davranışları içselleştirdiğini belirtmektedir (Williamson, Donohue ve Tully, 2013).

Sosyal öğrenme kuramı, saldırgan davranışlar ve olumlu sosyal davranışların sosyal çevreden gelen uyarıların sonucunda öğrenme ile gerçekleştiğini ileri sürmektedir. Kuram, gözlem yaparak öğrenmeyi gelişim sürecinin merkezine koymuştur ve başkalarının gözlemlenen davranışlarıyla öğrenme sürecinin gerçekleştiğini savunmaktadır. İnsan doğasının gözlemsel öğrenme yoluyla yeni kazanımlar elde etmesinin önemine, gözlem yapma ve model almanın öğrenmenin merkezi ve en önemli biçimi olduğu savunularak daha fazla vurguya ihtiyaç duyulduğu belirtilmiştir (Eisenberg ve ark., 2006). İnsanların hem kendi inançlarını ve değerlerini sürdürmeleri hem de toplumsal değerleri içselleştirilmesi öz düzenleme yoluyla gerçekleşir (Bandura, 1977). Bu yaklaşıma göre, birey, çevre ve davranışın birbirlerini etkileyen ve birbirlerinden etkilenen unsurlar olduğunu belirtir ve bu unsurların etkileşimini de karşılıklı belirleyicilik ilkesi (*reciprocal determinism*) ile açıklar. Sosyal gelişim sürecinde karşılıklı belirleyicilik ilkesi, olumlu sosyal davranışların

oluşumunda birey, çevre ve davranış etkileşiminin önemine vurgu yaparak, çevreden alınan geri bildirim ile kişinin davranışlarını düzenlemesinin olumlu sosyal davranışlarla ilişkisini ortaya koyar (Bandura ve Walter, 1963).

Sosyal öğrenme kuramında çocukların olumlu sosyal davranışları pekiştiriciler aracılığıyla öğrendikleri öne sürülmektedir (Bandura ve Walters, 1963; Baer, Peterson ve Sherman, 1967; Fisher ve Skowron, 2017). Benzer olarak, davranışçı yaklaşımı geliştiren kuramcılar, öğrenme davranışının koşullanma yolu ile sağlandığını ve cezaların ve pekiştireçlerin olumlu sosyal davranış eğilimini arttırdığını savunmuşlardır (Eisenberg, Fabes ve Spinrad, 2006). Bu bağlamda, örneğin Skinner'a göre (1971), iyi/kötü, yanlış/doğru davranışların sergilenme ya da sergilenmemesinin nedeni o davranışın pekişilirmiş olup olmamasıdır çünkü ahlaki davranışlar ödül ile şekillenir.

2.4.2.3. Bilişsel Gelişim Kuramı

Piaget (1932) ve Kohlberg (1984), olumlu sosyal davranışlardan veya ahlaki davranışlardan ziyade, insanların bu davranışları nasıl muhakeme ettiği ve tepkilerinin ve eylemlerinin temelindeki sosyo-bilişsel süreçler üzerinde durmaktadır. Kohlberg, ahlaki gelişimi, sosyobilişsel gelişimin bir fonksiyonu olarak süregelen, değişmez ve evrensel aşamalar dizisi olarak tanımlamıştır. (akt. Eisenberg ve ark., 2006).

Piaget, çocukların ahlaki gelişim sürecini gözlemlemek için, onların oyunlarını incelemiş çeşitli konularda bazı sorular sormuştur. Piaget'nin, ahlaki gelişim sürecini açıklayan bu kuramı, ahlaki gelişim dönemini ahlak öncesi dönem, dışa bağlı ahlak ve özerk ahlak evresi olmak üzere üç evre ile açıklar (Wright ve Croxen, 1989). Bilişsel gelişim kuramına (*cognitive development theory*) göre çocukların sosyal yaşantıları arttıkça, olumlu sosyal davranışlara ilişkin bilgilerini kendileri zihinlerinde yapılandırmaya başlarlar. Yardım etme, işbirliği, empati, saygı gibi davranışlar sergilediklerinde, çevrelerinden gelen geri bildirimlerle onay aldıklarını fark ederek arkadaşlar ve ebeveynler tarafından daha iyi karşılandıklarını gözlemlerler (Trawick-Smith, 2014). Bu bağlamda, Piaget (1932) ahlak gelişimi kuramına göre, ahlaki muhakemelerdeki olgunlaşma sürecinde yalnızca çevreden gelen dönütleri değil, aynı zamanda bu dönütlerin çocuğun zihninde yeniden yapılandırılmasının da önemine değinir (akt. Turiel, 2006). Böylece, bilişsel-gelişim

kuramcıları, hem sosyal deneyimlerin hem de bilişsel gelişim sürecinin kapsadığı anlama ilişkin daha derin bir çerçeve oluşturulmasına yardımcı olur (Shaffer ve Kipp, 2010).

Bununla beraber, Eisenberg, sosyo-bilişsel gelişimin olumlu sosyal ahlaki muhakemenin gelişiminde önemli bir rolü olduğunu belirtse de, olumlu sosyal ahlaki muhakemelerin tüm aşamalarını evrensel geçerliliğe sahip olan sabit düzeyler olarak görmez. Aksine, çevresel ve duygusal faktörlerin olumlu sosyal ahlaki muhakemelerin gelişiminde daha özel bir rolü olduğuna inanır. Bu nedenle, Eisenberg'in ahlaki muhakeme anlayışı, geleneksel bilişsel gelişim yaklaşımından farklılaştığı görülmektedir (Eisenberg, Fabes ve Spinrad, 2006).

2.4.2.4. Zihin Kuramı

Zihin kuramı (*theory of mind*) en temelde, her insanın farklı zihinsel süreçlere sahip olduğunu fark edebilme ve diğerlerinin isteklerine, inançlarına, duygularına, davranışlarına duyarlı olarak yorum yapabilme yeteneğini ifade etmektedir (Flavell, 2004). Araştırmalardan elde edilen sonuçlar, zihin kuramının olumlu sosyal davranış eğilimi ile ilgili olabileceğini göstermektedir (Eggum ve ark., 2011). Sosyal bilişin önemli bir unsuru olan zihin kuramı, bireylerin başka insanların bilişsel süreçlerinin farkında olabilme, ön görebilme ve kavrayabilme anlamına gelir (Schneider, Schumann ve Sodian, 2005). Sosyal gelişimi anlamak açısından önemli bir role sahip olan zihin kuramı, bireyin kendi inançlarının diğerlerinininkinden farklı olabileceğini ve insanların bu doğrultuda davranabileceğini anlayabilmesi, başarılı sosyal etkileşim kurabilmesi ve iletişim açısından önemlidir (Brüne ve Brüne-Cohrs, 2006).

Zihin kuramı, kişinin eylemlerini ön plana çıkaran niyetler, duygular ve arzular gibi zihinsel süreçleri anlama ve başkalarının da bu yetiye sahip olduğunu kavrama yeteneği olarak tanımlanabilir (Wellman, Cross ve Watson, 2001). Bu yetenek, başkalarının bilişsel süreçlerini ve eylemlerini açıklayabilme ve tahminde bulunabilmeyi sağlar. Bazı araştırmacılar, bireyin başkalarının içinde bulundukları durumları ve duygularını anlamının olumlu sosyal davranışları da beraberinde getirmesi mümkün olduğunu öne sürmektedir (Eisenberg, Zhou ve Koller, 2001).

Sonuç olarak, zihin kuramı, teorik olarak çocukların ve gençlerin sosyal yeterliliği, sağlıklı akran ilişkileri ve olumlu sosyal davranışlar ile ilişkilendirilmiştir. İnsanlar, başkalarının düşüncelerini, inançlarını ve niyetlerini anlayabildikçe, büyük olasılıkla onların tepkilerinin ve ihtiyaçlarının daha iyi farkına varabilirler. Başkalarının bilişsel durumlarını anlayabilen çocuklar, akran grupları ve yetişkinlerle daha kaliteli ilişkiler kurabilmektedir. Bu da, bireyin sosyal ve duygusal esenliğe katkı sağlayan bir durumdur. Ayrıca, çocukların başkalarının zihinsel süreçlerini anlamaları, başkalarının yaşayabilecekleri muhtemel zorluklar ve durumlar ile ilgili daha derin bir bilgiye sahip olmalarını sağlar. Böylece, çocukların empati duyguları gelişir ve olumlu sosyal davranışlar da beraberinde gelebilir (Eggum ve ark., 2011).

2.4.2.5. Evrimsel Psikoloji

Zaman içerisinde evrim teorilerinin (*evolutionary approach*), insanlarda olumlu sosyal davranış eğilimlerine yönelik açıklamalara daha fazla odaklandığı görülmektedir (Simpson ve Beckes, 2010). Evrimsel yaklaşımı benimseyen araştırmacılara göre empatinin, doğal seçim yoluyla ortaya çıkan ve genetik yolla aktarılan psikolojik bir unsur olduğu ileri sürülmektedir (Matthews, Batson, Horn ve Rosenman, 1981; Schmitt ve Pilcher, 2004). Özgecilik ise hem insanlarda hem de diğer canlılarda gözlemlenen bir kavram olup, özgeciliğe yönelik olarak farklı biyolojik ve evrimsel açıklamalar ileri sürülmüştür (Hamilton, 1964; Trivers, 1971).

Darwin (1859) insanların son derece olumlu sosyal davranışlarda bulunmaya eğilimli şekilde evrimleştiği fikrine yakın olsa da, olumlu sosyal davranışların gelişimini tam olarak açıklayamamıştır (akt., Simpson ve Beckes, 2010). 1960'lı yıllardan itibaren, kapsayıcı uyum teorisinin (*inclusive fitness*) geliştirilmesiyle, Hamilton (1964) tarafından “akraba seçilimi” (*kin selection*) kavramı ortaya atılmıştır. Kapsayıcı uyum teorisine göre, insanlar, daha fazla gen paylaştıkları akrabalarına daha çok yardım davranışında bulunurlar. Örneğin, bireyler, daha uzaktan olan akrabalarına kıyasla, genlerinin yarısını paylaştıkları kişilere (örneğin öz kardeşlerine) görece daha fazla fayda sağlayacak davranışta bulunurlar (Simpson ve Beckes, 2010). Wilson ve Sober (1994) akraba seçilimi kavramı ile, pek çok türden canlının, akraba olduğu ve aynı genleri paylaştığı diğerlerine yardım davranışı sergilemesi ile kendi genlerinin gelecek kuşaklara aktarılma olasılığının arttığına

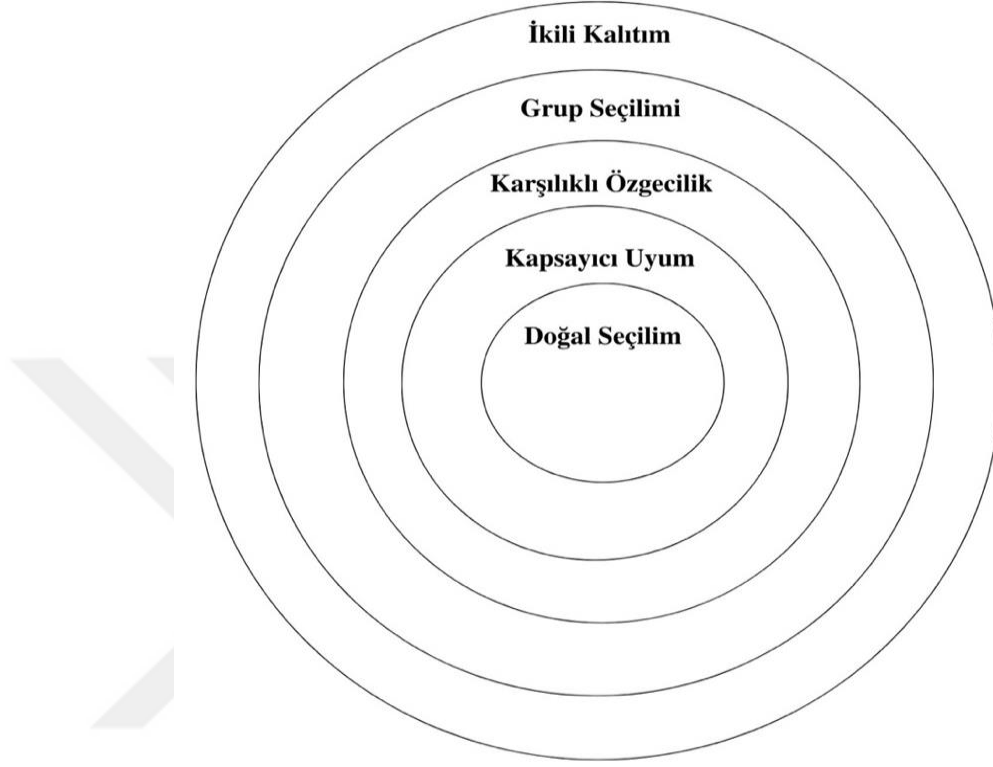
değirmiştir. Diğer yandan, insanlardaki özgecilik benzersiz olup, bireyler aralarında akrabalık bağı bulunmayan kimselere de kendi çıkarları doğrultusunda özgeci davranışlar sergileyerek işbirliği içerisinde olmaktadır (Tomasello, 2018).

Akraba seçilimi yaklaşımının akrabalık bağı bulunmayan bireylerin sergiledikleri olumlu sosyal davranışları açıklamada yetersiz kalmasından dolayı öne sürülen kuramlardan biri “karşılıklı özgecilik” (*reciprocal altruism*) kuramıdır (Connolly ve Axelrod, 1984; Trivers, 1971). Bireylerin, herhangi bir akrabalık bağı bulunmadan tanımadıkları insanlara dahi yardım etme davranışı göstermelerini içeren bu kuram (Trivers, 1971), insanların herhangi bir karşılık beklemeden kimliklerinin belirsiz olduğu durumlarda da özgeci davranışlar sergileyebileceğini gösteren bulguların da mevcut olmasıyla yetersiz kalmıştır. Bunun sonucunda ise, özgeci olumlu sosyal davranışların getirdiği işbirliğinin ve özgeci eylemlerde bulunan grupların diğer gruplara karşı avantajlı olduğuna değinilmesiyle, 1994'te Wilson ve Sober tarafından bir grup seçilimi (*group selection*) modeli ortaya koyulmuştur. Evrimsel bir bakış açısı ile grup seçiminden söz edebilmek, bir grup içerisinde kapsamlı işbirliği, grup üyelerinin grubun iyiliği için fedakarca hareket etme yeteneği ve istekliliği gibi çeşitli faktörlere bağlıdır (Simpson ve Beckes, 2010).

İkili kalıtım teorisi veya gen-kültür birlikte evrimi (*gene-culture coevolutionary theory*) ise, insan davranışlarının genetik evrim ve kültürel evrim süreçlerinin ortak bir ürünü olabileceğini açıklayabilmek amacıyla 1980'lerin başında geliştirilmiştir (Richerson ve Boyd, 2005). İkili kalıtım teorisinde, insanlardaki davranış çeşitliğinin gelişimi hem kültür hem de genetik seçim bağlamında ele alınır. Özetle, olumlu sosyal davranışlara yönelik evrim teorileri, Darwin'in (1859) doğal seçim (*natural selection*) yoluyla başlayan bir dizi genişleyen çember olarak (Şekil 2.1.) tasvir edilebilir (akt., Simpson ve Beckes, 2010).

Şekil 2.1.

İnsanlarda Olumlu Sosyal Davranışlara Yönelik Başlıca Evrim Teorileri



Not. Simpson ve Beckes'tan (2010) Türkçe'ye uyarlanmıştır.

2.4.2.6. Ekolojik Sistem Kuramı

İnsan gelişimini ve davranışlarını oldukça geniş bir perspektiften ele alması ve etki sistemlerini kavramsallaştırması bakımından önemli olan ekolojik sistem kuramına (*ecological system theory*) göre sosyal davranışlar, kişilik, zekâ ve sosyal etkileşimlerden etkilenebilir (Bronfenbrenner, 1986). Sosyal gelişimin en önemli unsurları ise çocuğun insanlarla etkileşimi ve katıldığı etkinlik süreçleridir (Bronfenbrenner, 1994). Böylece, sosyal durumlar ve kültürel etmenler, bireyin sosyal-duygusal gelişimine önemli katkılar sağlar (Sanders, 2015).

Bronfenbrenner'in ekolojik sistem kuramı, ekosistemin tüm parçalarının sosyal gelişimi etkilediğini söyler. Bu ekosistem, ev ve aile ile başlayıp içinde yaşanılan topluma doğru genişler. Bu bağlamda, Bronfenbrenner, gencin içinde yaşadığı ekosistemi

mikrosistem, mezosistem, egzosistem ve makrosistem olmak üzere dört başlığa ayırır. Mikrosistem çocuğun birlikte yaşadığı ailesi, arkadaşları ve öğretmeni olmak üzere en yakın çevresini kapsar. Bu sistemdeki elemanlar hem birbirlerini etkiler hem de birbirlerinden etkilenirler. Ekolojik sistem kuramı, gençlerin okul içi veya okul dışı çeşitli faaliyetlerle nasıl meşgul olduklarına, çevresel etmenlerin gençlerin gelişimini nasıl etkilediğine ve toplumun, gencin çeşitli etkinliklerdeki rolüne ilişkin içgörü sağlar (Ettekal ve Mahoney, 2017).

Ekolojik kuram, bireyi sosyal gelişim sürecinde aktif bir konumda ele alır ve bireyin karakteristik özelliklerinin doğrudan gelişimi etkilediğini belirtir (Bronfenbrenner ve Morris, 1998). Bu bağlamda, aynı çevre koşullarına sahip kişiler, farklı kişilik yapılarından dolayı benzer durumlar karşısında farklı davranışlar sergileyebilirler. Bunun nedeni ise, bireyin içinde bulunduğu koşullardaki kültürel değerler ve alışkanlıklardan dolayı veya yakın çevreyi oluşturan aile, akran gruplarına ilişkin özelliklerden kaynaklanabilir (Bronfenbrenner, 1989).

2.4.2.7. Sosyo-Ekolojik Sistem Kuramı

Sosyo-ekolojik sistem kuramı (*socio-ecological system theory*), olumlu sosyal davranışların ve bu davranışların temelinde yer alan motivasyonların ve mekanizmaların açıklanabilmesi amacı ile geliştirilmiştir. Carlo ve Randall (2001) tarafından geliştirilen sosyo-ekolojik gelişimsel modelde, bireysel ve toplumsal bağlamdaki boyutlar ele alınmıştır. Sosyo-ekolojik gelişimsel model, Bronfenbrenner'in (1979) ekolojik kuramı, Bandura'nın (1986) sosyal-bilişsel kuramı ve olumlu sosyal davranışları açıklama çalışmaları kapsamındaki bazı mevcut modellerin (örn., Eisenberg, 1986) bir arada ele alınması ile oluşturulmuştur (akt. Kumru, Carlo ve Edwards, 2004).

Sosyo-ekolojik gelişimsel modelde, kişisel, toplumsal, çevresel ve kişilerarası ilişkilerin olumlu sosyal davranışlar ile ilişkisi incelemiştir (Carlo ve Randall, 2001). Bu modele göre, olumlu sosyal davranışların gelişiminde bilişsel ve duygusal, ailesel ve sosyal, yakın durumsal değişkenler ele alınmaktadır. Örneğin, bilişsel ve duygusal değişkenler; empati ve bakış açısı alma becerilerini, normları ve değerleri, ahlaki muhakeme becerilerini kapsarken, ailesel ve sosyal değişkenler; anne, baba ve kardeşleri, akrabaları, okul ve

akranları ve bu bağlamdaki kültürel etmenleri, medya ve yasaları kapsar. Durumsal özellikler ise anlık durumsal faktörleri kapsar. Örneğin, herhangi bir durumda yardım etmek isteyen bir kişinin yardım etme eyleminin gerçekleşmesinde hangi durumların etkili olduğunun anlaşılması yakın durumsal değişkenlerdendir (Kumru, Carlo ve Edwards, 2004). Sonuç olarak, sosyo-ekolojik gelişimsel modelin, bireylerin olumlu sosyal davranışlarının anlaşılmasında çeşitli modellerin birleştirilmesiyle geniş bir perspektif sunduğu görülmektedir.

2.4.2.8. Pozitif Psikoloji

Pozitif psikoloji (*positive psychology*) yaklaşımının öncülerinden Seligman, geleneksel psikoloji yaklaşımlarında olduğu gibi, insanların ruhsal bozuklukları ve eksik yanlarına çare aranması çabasının aksine, hümanist yaklaşımla birlikte gelişim gösteren pozitif psikolojiye, insanları mutlu eden şeylere, güçlü yanlara yönelmiştir. Bu yaklaşım doğrultusunda, pozitif psikoloji çerçevesinde bireylerin güçlü yönlerine odaklanılan bir yaklaşımın önemi ortaya konulmaya çalışılmıştır. Böylece, insanın pasif bir varlık olarak görülmesi yerine; bireyler aktif, karar verebilen, etkili, yetkin canlılar olarak nitelendirilmiştir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Pozitif psikoloji yaklaşımı öznel düzeyde (*subjective level*) geçmişe yönelik olarak esenlik ve memnuniyet hali ile ilişkilidir. Geleceğe yönelik olarak ise umut dolu ve iyimser bir bakış açısını kapsar. Bireysel düzeyde (*individual level*) sevmeye ve çalışma kapasitesini, cesareti, kişilerarası ilişki becerisini, estetik duyarlılığı, sebat ve bağışlayıcılığı, bilgeliği gerektirir. Grup düzeyinde (*group level*) ise, bireyleri daha iyi yurttaş olmaya yönlendiren sorumluluk, destek verme, özgecilik, nezaket, ılımlılık, hoşgörü, ahlak gibi erdemlerle ilgili olan modern bir yaklaşımı içerir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Pozitif psikoloji yaklaşımına yönelik eleştirilere bakıldığında, olumluya odaklanırken olumsuzun ve patolojinin göz ardı edilmesinin yer aldığı görülmektedir (Lazarus, 2003; Cowen ve Kilmer, 2002; Daniel, 2009). Bunun yanı sıra, hümanistik yaklaşımların ve pozitif psikolojinin çalışma yönteminin bilimsel bir temeli olmadığını belirten düşünceler de mevcuttur (Held, 2004). Ancak olumlu yanlara yapılan bu vurgunun yanı sıra, olumsuzun yok sayılmadığı (Gable ve Haidt, 2005) belirtilerek, pozitif psikolojiye yönelik eleştirilerin çoğunluğunun,

dinamik bir yapısı olan bu yaklaşımın tam olarak doğru anlaşılmasından kaynaklı olduğu ifade edilmiştir (Hefferon ve Boniwell, 2014).

Psikoloji ve felsefe alanında gelişim gösteren pozitif psikoloji yaklaşımına ilişkin bakış açıları incelendiğinde, birçok düşünürün ahlaklı ve erdemli bir yaşamın gerekliliğine vurgu yaptığı görülmektedir. Çağlar boyunca, düşünürler iyi bir yaşamın önemini anlamaya çalışmışlardır. Antik Yunan felsefesi örneklerine bakıldığında, Aristoteles “*Nicomachean Ethics*” eserinde hem birey hem de toplum için iyi bir yaşamın önemine ve en yüksek iyiliğin mutluluk olduğuna değinmiştir (Taylor, 2001). Platon ve Sokrates, cesaret ve bilgelik gibi erdemlerin önemine değinmişlerdir (Rabieh, 2006).

Modern psikoloji yaklaşımı ile beraber William James, bireyin işlevselliğinin incelenebilmesi için öznel deneyimlerin anlaşılmasının önemini vurgulayarak, ABD’de ilk pozitif psikoloji yaklaşımını benimseyen düşünür olarak kabul edilmiştir (Taylor, 2001). Viktor Frankl (1985) ise “yaşamın anlamı” konusuna ilişkin yaklaşımlarının temellerini atarak, insanın anlam arayışı üzerinde durmuş ve pozitif psikoloji alanında etkili bir isim olmuştur. Adleryan kuramın kimi çalışmalarda Psikanalitik bir yaklaşım olarak ele alınmasıyla beraber, benzer şekilde Adler de (1964) bireylerin güçlü yanlarını, hedeflerini ve topluma olan katkılarını merkeze alan bir yaklaşım ile hem pozitif psikolojinin hem de hümanistik yaklaşımın öncüsü olarak kabul edilmektedir (Carlson, Watts ve Maniacci; 2006; Ergüner-Tekinalp, 2021).

Pozitif psikoloji yaklaşımı, bireylerin sahip olduğu olumsuz özelliklere vurgu yapmak yerine, psikolojik işlevselliği ve güç kaynaklarını ön plana çıkarmaktadır. Günümüzde daha çok gelişim göstermeye başlayan pozitif psikoloji yaklaşımı, iyimser olma hali, affetme, esenlik, sosyal beceriler gibi konularla ilgilenmektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Olumlu sosyal davranışların ele alınması henüz pozitif psikoloji içerisinde ele alınan temel başlıklardan biri olmamasına karşın, kimi araştırmacılara göre empati, şefkat, yardım davranışı ve hoşgörü gibi kavramlar sağlıklı psikolojik gelişim araştırmalarında önem kazanan kavramlar olmuştur. Pozitif ergen gelişiminin önemli yanlarından olan yeterlilik, güven ve olumlu kişisel özelliklere ek olarak, başkalarının faydası adına olumlu sosyal davranışlarda bulunmak da ergen gelişiminin önemli bir parçası olarak değerlendirilmektedir (Eisenberg ve ark., 2006).

2.4.3. Olumlu Sosyal Davranışların Gelişimini Açıklayan Modeller

Bireylerin gelişim süreçlerinde onları başkalarına yardım etmeye motive eden farklı faktörler olduğu kabul edilir. Bireylerin motivasyonlarındaki bu değişiklikleri tanımlayan birkaç model vardır. Yaygın olarak kabul edilen modeller Cialdini'nin Sosyalleşme Modeli (*Cialdini's Socialization Model*), Bar-Tal'ın Bilişsel Öğrenme Modeli (*Bar-Tal's Cognitive Learning Model*), Kohlberg'in Ahlaki Gelişim Modeli (*Kohlberg's Moral Development Model*) ve Eisenberg'in Olumlu Sosyal Ahlaki Muhakeme Modeli'dir (*Eisenberg's Moral Reasoning Model*) (Dovidio ve ark., 2006).

2.4.3.1. Cialdini ve Sosyalleşme Modeli

Cialdini ve arkadaşları (1982), çocukların olgunlaşmaya başlamasıyla birlikte yardıma ilişkin davranışlarla ilgili üç aşamadan geçtiklerini belirtmiştir. *Sosyalleşme öncesi* aşamada çocuklar, diğer insanların yardım davranışlarına önem verdiğinin ve bunun pekiştirildiğinin farkında değildir; çocuklar yalnızca istenildiğinde yardım edeceklerdir ve yardım etmenin bu gelişim aşamasındaki çocuklar için herhangi bir olumlu çağrışımı yoktur. *Farkındalık* adı verilen ikinci aşamada çocuklar, içinde yaşadıkları toplumun yardımseverliği arzuladığını ve değer verdiğini öğrenirler, böylece sosyal davranışlarla ilgili sosyal normları fark eder ve duyarlı hale gelirler. Bu aşamadaki çocuklar yardım etme eylemleri başlatabilir ancak bu tür eylemler öncelikle yetişkinleri memnun etme arzularıyla veya yardımla ilgili normlara uyma girişimleriyle gerçekleşir. Cialdini (1982) birinci aşamadan ikinci aşamaya geçişin tipik olarak 10 ile 12 yaşlarında gerçekleştiğini belirtmiştir. Ergenler 15-16 yaş itibarıyla ise üçüncü ve son aşama olan *içselleştirme* sürecine girmiş olurlar. Bu aşamada yardım etmek esasen tatmin edicidir ve aynı zamanda bir kişinin kendini iyi hissetmesini sağlayabilir. Farkındalık aşamasında yardım etmeyi motive eden dış normlar bu aşamada içselleştirilmiştir. Bu nedenle, çocuklar büyüdükçe, motivasyonları dışsaldan içsele doğru gelişim gösterir. Ayrıca, tüm çocukların bu aşamalardan aynı doğrultuda geçemeyeceği belirtilmiştir. Çocukların bu aşamalardan geçme hızı, öğrenme deneyimlerine ve kültürlerine bağlı olup, kimisi üçüncü aşamaya hiç ulaşamayabilir (Fiske, 1991).

2.4.3.2. Bar-Tal ve Bilişsel Öğrenme Modeli

Bar-Tal, modelinin temel alt yapısını farklı yaşlardaki çocukların başka bir çocuğa yardım etmek için taleplere nasıl yanıt verdiği konusundaki gözlemlerine dayandırmıştır. Bar-Tal ve meslektaşları tarafından izlenilen yol, İsrail'deki öğrenciler arasında yardımla ilgili yaptıkları çalışmalardan biri ile örneklendirilebilir (Bar-Tal, Raviv ve Leiser, 1980).

Bar-Tal ve meslektaşlarının sorduğu soru “farklı yaşlardaki çocukların yardım isteklerine dayalı farklı tepkiler verip vermediği” idi. Genel olarak, çocukların büyüdükçe, paylaşmak için daha az dışsal ve somut bir teşviğe ihtiyaç duyduğu gözlemlenmiştir. Bu gibi bulgular, Bar-Tal'ı (1982), Cialdini ve arkadaşlarının (1982) yaklaşımına çok benzeyen bir olumlu sosyal davranış modeli önermeye yöneltmiştir. Bar-Tal'ın modeli, çocuklar olgunlaştıkça, onları başkalarına yardım etmeye motive eden şeylerin değiştiğini öne sürmüştür. Ayrıca, çok küçük çocukların yardım etme davranışlarının genellikle belirli bir ödül vaadiyle veya belirli bir ceza aracılığıyla motive edildiğini savunmuştur. Aksi halde, bu tür ödüller olmadan ya çok az yardım olacak ya da hiç olmayacaktır. Cialdini gibi, Bar-Tal da (1982), çocukluk döneminin ilerleyen süreçlerinde yardım etme davranışının, başkalarının onayını ve övgüsünü alma arzusuyla da motive edilebileceğine inanıyordu. Çocuklar ergenliğe girerken ise, yardım etmeye yönelik bu benmerkezci motivasyonlar, Bar-Tal'ın özgecilik modelindeki son tür motivasyonla yer değiştirmeye başlar ve bu aşamada, kişi ahlaki bir inançtan dolayı yardım eder, böylece hem kendi doyumunu artırır hem de yüksek benlik saygısına ulaşır (Dovidio ve ark., 2006). Özet olarak, Bar-Tal ve Raviv (1982) ile Cialdini ve arkadaşlarının (1982) sunduğu modele ilişkin bir çerçeve aşağıda yer alan Tablo 2.1.'de sunulmuştur.

Tablo 2.1.

Olumlu Sosyal Davranışların Gelişimine Yönelik Olarak Cialdini ve arkadaşları ile Bar-Tal'ın Modeli

<i>Cialdini ve ark. (1982)</i>	<i>Bar-Tal ve Raviv (1982)</i>
1. Aşama - Sosyalleşme öncesi: Bu aşamada, bireyler başkalarına yönelik yardım etme eğilimi ve özgeci davranışlarda sosyalleşmemişlerdir. Bunun ana nedeni, başkalarına yardım etmenin bireylerin sahip olduğu kıt kaynakların azalmasına yol açmasıdır.	1. Evre - Cebri itaat: Bu evrede bireyler açık bir şekilde cezalandırılmakla tehdit edilmeleri nedeniyle yardım ederler.
2. Aşama - Normlara yönelik farkındalık: Bu aşamada bireyler, sosyal normlar yardım etmelerini gerektirdiği ve yardım etmezlerse cezalandırılacaklarını düşündükleri için yardım ederler. Buradaki temel motivasyonları sosyal onay almaktır.	2. Evre - İtaat: Bu evrede bireyler otoritenin talebi üzerine yardım ederler. Bir önceki aşamadan farklı olarak, bu aşamada belirgin bir cezaya ihtiyaç duyulmamaktadır.
3. Aşama - İçselleştirme: Bu aşamada bireyler, yardım davranışında bulunmaları onları iyi hissettirdiği için yardım ederler.	3. Evre - Ödüle yönelik inisiyatif: Bu evrede bireyler somut bir ödül beklentisiyle yardım ederler.
	4. Evre - Normatif davranış: Bu evrede bireyler, yardım etmeye yönelik normların farkındadırlar ve toplumun onayını almak için yardım ederler.
	5. Evre - Karşılıklı yardımlaşma: Bu evrede bireyler, yardım ettikleri kişinin de onlara yardım etmesi gerektiğine inandıkları için yardım ederler.
	6. Evre - Özgeci davranış: Bu evrede bireyler, başkalarının iyiliği için yardım ederler. Aynı zamanda bu yardım, bireylerin benlik saygısını ve doyumu artırır.

Not. Dovidio ve arkadaşlarından (2006) Türkçe'ye uyarlanmıştır.

2.4.3.3. Kohlberg ve Ahlaki Gelişim Modeli

Bazı araştırmalar, ahlaki muhakeme ile olumlu sosyal davranışlar arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu öne sürmüştür (Carlo, 2005). Ahlâk gelişimine yönelik yaklaşımların önemli bir kısmını oluşturan Kohlberg'in ahlaki gelişim modeli, Lawrence Kohlberg (1980) tarafından ortaya konulmuştur. Kohlberg'in kuramının temelini atılmasında Batı felsefesi de etkili olmuştur. Örneğin, Kant, Sokrates, Platon ve Dewey, Kohlberg'in yaklaşımında etkili olan isimlerdendir (Kohlberg ve Kramer 1969). Kohlberg'in ahlak gelişim kuramı üç düzey ve her bir düzeyin içinde iki evre olan altı basamaklı bir yapıdan oluşmaktadır (Kohlberg, 1984). Bu düzeyler, kişinin doğru eylemleri yanlış eylemlerden ayırmasına izin veren ve ahlaki eylemleri yönlendiren ahlaki muhakeme düzeyini yansıtır. Birinci düzey olan gelenek öncesi düzeyde; bireyin ahlaki muhakemeleri kendi kişisel çıkarlarına ve ulaşacağı sonuçlara bağlıdır. İkinci düzey olan geleneksel düzeyde; bireyin ahlaki muhakemeleri sosyal normlara ve kurallara bağlı olarak gerçekleşir. Üçüncü düzey olan gelenek sonrası düzeyde ise birey evrensel ahlaki ilkelere bağlı olarak ahlaki yargıda bulunur.

Diğer yandan, Kohlberg'in geliştirdiği ahlak gelişimi kuramına göre, bireyler evrensel ahlaki ilkeler doğrultusunda bazı gelişim dönemlerinden geçmektedir. Bireylerin bu basamaklardan diğerine geçişinin sırayla olduğu ve basamakların mantıksal olarak atlanmadığı belirtilmiştir (Colby ve Kohlberg, 1987). Kohlberg'in kuramına göre birinci düzey olan "gelenek öncesi" düzeyde birey, ceza-itaat, bireysellik ve çıkara dayalı ilişki evrelerindedir. Bu düzeyde birey öncelikli olarak kendi gereksinimlerini ön planda tutar ve ceza almayacağını bilirse, ahlaki açıdan yanlış olan davranışlara eğilimli olabilir. İkinci düzey olan geleneksel düzeyde ise birey, gelenek öncesi düzeydeki ben merkezci bakış açısından sıyrılmaya başlar ve grup değerlerini benimsemeye başlar (Kohlberg, 1984). Bu yaklaşıma göre, bireylerin ahlaki muhakeme biçimleri gelişim gösterdikçe, benimsenen ahlaki ilkeler de gelişim gösterir. Bireylerin ahlaki muhakeme yeteneği doğrultusunda eyleme geçebilmeleri için olgunlaşmaları gerekir. Yani, birey olgunlaştıkça, ahlaki muhakemeler de aynı doğrultuda gelişme eğilimindedir (Ding ve ark., 2018).

Kohlberg ahlaki basamakları belirleyebilme hedefi ile, Amerika, İsrail, Türkiye, Tayvan gibi ülkelerden farklı kültürlerde 10-17 yaş aralığındaki ergenlerle boylamsal

alışmalar gerçekleştirmiştir (Nisan ve Kohlberg, 1982). Kohlberg'in ahlaki gelişim kuramı senelerce ahlaki gelişim çalışmalarının araştırma gündemi olmuştur. Diğerk yandan, Kohlberg'in kuramına yönelik olarak bazı eleştiriler de yneltirmiştir. rneğink, ahlaki muhakeme ve ahlaki davranış arasında kopukluk olması, cinsiyet yanlılığı, basamaklarının evrensel ve değışmezlik ilkesini içermesi, ahlaki muhakemede duyguların ihmali gibi nedenler bu eleştiri gerekçelerinden bazılarıdır (Clouse, 1991; Flanagan, 1982).

2.4.3.4. Eisenberg ve Olumlu Sosyal Ahlaki Muhakeme Modeli

Çok sayıda araştırma, olumlu sosyal ahlaki muhakemeyi başkalarına fayda sağlamaya yönelik olumlu sosyal davranışlarla ve empati ile ilişkilendirmiştir (Carlo ve ark., 2010). Eisenberg (1986), ocukluk ve ergenlik boyunca gelişen olumlu sosyal ahlaki akıl yürütmede beş düzey tanımlamıştır. Bunlar; hedonistik evre (*hedonistic reasoning*), onay odaklı evre (*approval oriented*), ihtiyaç odaklı evre (*oriented to needs of others*), stereotipik evre (*stereotyped*), ve içselleştirilmiş (*internalized*) evredir. Birinci düzey olan hedonistik odaklı evrede bireyler kendilerine odaklıdır ve yardım etme davranışını sadece kendisi bir fayda sağlayacağı zaman yapma eğilimindedir. Onay odaklı ikinci evrede; birey, toplum tarafından onay ve takdir görmeyi bekleyerek yardım davranışında bulunur. İhtiyaç odaklı üçüncü evrede birey; yardım etme davranışını sadece ihtiyaç odaklı olarak gerçekleştirir ve yardım etmediğı zaman suçluluk hissiyatına kapılmaz. Stereotipik dördüncü evrede, var olan bir ihtiyaa birey karşılık veremediğinkde kendisini suçlu hissedebilir, doğru ve istendik olan davranışı sergilediğinkde ise iyi hisseder.Beşinci ve son evre olan içselleştirilmiş evrede ise birey; yardım etme davranışını iselleştirdiğı değerlere, norm ve ilkelere dayandırır (Eisenberg, Lennon ve Roth, 1983).

Olumlu sosyal ahlaki muhakemelere yönelik olarak ergenlerin muhakeme düzeylerini belirleyebilecek bir ölçüm aracı da geliştirilmiştir (Carlo, Eisenberg ve Knight, 1992). İlk üç düzey erken çocukluk döneminde gerçekleşirken, son iki evre ergenlik döneminde gelişim gösterir. Stereotipik evredeki muhakemelerin lise ğrencilerinde, içselleştirilmiş muhakemelerin ise lise ğrencilerinin bir kısmında grldğı belirtilmiştir (Eisenberg, Lennon ve Roth, 1983). Yapılan çalışmalarda, hedonistik ahlaki muhakemelerin, olumlu sosyal davranışlarla negatif yönde ilişkili olduğu görülmekteyken, içselleştirilmiş ahlaki

muhakeme düzeyinin olumlu sosyal davranışlarla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir (Eisenberg ve ark., 2014; Kumru ve ark., 2004).

Ahlaki muhakemelerle ilgili sinirbilim çalışmaları özellikle ergenlik dönemine odaklanmıştır. Bunun sebebi ise, özellikle ergenlik başlangıcı ve ergenlik sonrası dönemde değişim gösteren duygu düzenleme, ödül sistemleri, davranış kontrolü gibi beynin maruz kaldığı değişim ve gelişimlerdir (Steinberg, 2005).Yapılan çalışmalarda, okul öncesi çocukların diğerlerine karşı düşük düzeyde ilgi gösterme ve bireyin kendisini ön plana koyan hedonistik ve kendi ihtiyacına odaklı muhakemeleri kullandıkları görülmüştür. İlkokul çağındaki çocukların ahlaki muhakemeleri ise, başkalarından onay alma ve takdir beklentisine dayalı beklentiyi yansıtır (Eisenberg ve ark., 1995). Eisenberg ve Miller (1987) tarafından yürütülen araştırma sonuçlarına göre, karşılıklılık ilkesi (*reciprocity principle*) gereği yardım etme ihtiyacı duyma odaklı ahlaki muhakemeler, ilkokul dönemi itibariyle artarak devam eder. Bunun sebebi ise çocukların bilişsel kapasitesindeki değişimin ve gelişimin devam etmesidir.

Olumlu sosyal davranışların ve bu davranışların altında yatan süreçlerin ve psikolojik mekanizmaların farklı modeller aracılığı ile çeşitli şekillerde ele alındığı görülmektedir. Olumlu sosyal davranışları açıklayabilme amacı ile geliştirilen bu modeller, konunun bütünlüğü açısından genel bir çerçeve sunmaktadır.

2.5. İlgili Araştırmalar

Ergenlerde Yılmazlığa İlişkin Bazı Modeller ve Görgül Çalışmalar

Ergenlerde yılmazlığa yönelik bazı modeller ve yapısal eşitlik modelini temel alan çeşitli görgül araştırmalar yürütülmüştür. Bu kapsamdaki bazı çalışmalar en güncelden başlayarak aşağıda sunulmuştur.

Wojciak ve arkadaşları (2022) tarafından sunulan “ARCCH Yılmazlık Modeli”, “attachment” (bağlanma), “regulation” (düzenleme), “competence” (yeterlilik), “culture” (kültür) ve “health” (sağlık) bileşenlerinden ve ilk harflerinden oluşur. ARCCH Yılmazlık Modeli, bireylerin, ailelerin, toplulukların ve sistemlerin yılmazlığını destekleyebilmek adına farklı bağlamlarda kullanılabilen, kültürel olarak duyarlı, travma odaklı ve esnek bir

çerçeve sunmaktadır. Bu modelin kullanımı; birey, aile, topluluk ve sistemin güçlü yönlerini, hangi alanların desteklenmesi gerektiğini belirlemek ve anlamlandırmak adına rehberlik edebilir. Diğer yandan, örneğin, Bomysoad ve Francis (2021) ebeveyn hapsedilmesinin gencin ruh sağlığı durumu üzerindeki etkisini değerlendirmeyi ve ebeveyn hapsedilmesinin olumsuz etkileri üzerinde tampon görevi görebilecek potansiyel dinamik koruyucu faktörleri (örneğin pozitif rutinler/dikkat dağıtıcı başa çıkma etkinlikleri gibi) ele almayı amaçlamıştır. Ebeveynin hapis yatmış olmasının, gençlerin ruh sağlığı durumuyla ilişkili olacağı ve böylece hapsedilen bir ebeveyni olan gençlerin ruhsal dağınıklık semptomlarına sahip olma riski daha yüksek olacağı varsayılmıştır. Ayrıca, ebeveyni hapsedilen gençlerin ruh sağlığındaki olumsuz etkileri önleyebilecek olan ders dışı etkinliklere katılım ve ekran zamanı da dahil olmak üzere, birtakım başa çıkma stratejilerini incelemiştir. Ek olarak, gençlerin duygusal yılmazlığının, ebeveyn hapsedilmesinin gençlerin ruh sağlığı koşulları üzerindeki etkilerini azaltacağı hipotezini test etmişlerdir. Ebeveynlerden birinin hapiste olması, artan zihinsel sağlık sorunlarıyla ilişkili olup; gençlerin yılmazlığı ve başa çıkma stratejileri ise bu ilişkinin gücünü azaltmaktadır.

Tian, Liu ve Shan (2018) ergenlerde ebeveyn-çocuk ilişkileri ve yılmazlık arasındaki ilişkide benlik saygısının bir aracı olarak hizmet edip etmediğini incelemeyi amaçlamıştır. Yapısal eşitlik modeli sonuçlarına göre, ebeveyn-çocuk ilişkileri ve ergen yılmazlığı arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılık ettiğini ve ebeveyn desteğinin ebeveyn-ergen çatışmasından ziyade ergen yılmazlığı ile daha güçlü bir şekilde bağlantılı olduğunu göstermiştir. Milkman ve Wanberg (2012) ise, suç davranışları ve madde bağımlılığı deneyimleyen ergenlerde sorunlu davranışlar ve psikolojik sağlamlık sonuçlarına yönelik faktörleri özetlemiştir. Bu modelde, temel risk faktörleri bireysel, ailesel ve psikososyal bağlamlar olarak sınıflandırılmıştır. Bireysel risk faktörleri benlik kavramı ve davranış sorunları gibi faktörlerden oluşurken, ailesel risk faktörleri bağlanma ve ebeveyn özellikleri, psikososyal risk faktörleri ise okul sorunları, sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı olma durumları ve akran ilişkileri olarak tanımlanmıştır. Bu çalışma tarafından özetlenen yılmazlık özelliklerinden bazıları, kişisel yeterlik, sosyal yeterlik, empati ve olumlu aile etkileşimi olarak tanımlanmıştır.

“Richardson Yılmazlık Modeli” temel alınan Thomas’ın (2011) çalışmasında, ebeveynlerin boşanması durumu dengenin bozulmasına yol açan olumsuz yaşam olayı olarak ele alınmış ve dengenin yeniden kazandırılması için koruyucu faktörler incelenmiştir. Ebeveynleri en az 12 yıldır boşanmış olan ergenlerle çalışılan bu araştırma sonucunda, ergenlerin boşanma durumuna karşı yılmazlıklarına bireysel koruyucu faktör olarak yeniden çerçeveleme stratejilerinin katkıda bulunduğu görülmüştür. Ailesel koruyucu faktörler bağlamında ergenlerin yakın akrabalarının desteğinin boşanma sürecinde tampon görevi görmesi ve toplumsal koruyucu faktörler olarak ise samimi dostluklar, arkadaş ilişkileri ve güvenilir bir yetişkin ile olan ilişkinin varlığı bulunmuştur.

Kayıp ve travmatik olaylar sonrası yılmazlık çalışmaları ile bilinen Mancini ve Bonnano (2009), ergenler için bir model geliştirmişler ve bu bireylerin kayba karşı farklı bireysel özelliklerini ve tepkilerini tanımlamışlardır. Bireysel farklılıklar (iyimserlik, kimlik karmaşası, olumlu duygular gibi) ve dışsal kaynaklar (finansal kaynaklar, fiziksel sağlık durumu gibi) açısından önerdikleri psikolojik sağlık modelinde, koruyucu faktörler ve kaynaklar aracılığı ile duygusal, bilişsel ve davranışsal olarak başa çıkma sağlanarak, semptomların azalması, üzüntünün giderilmesi ve kayıp olaylarında esnek bilişsel süreçler gerçekleşir. Brennan (2008) ise, çok sistemli bir yapı ile ergenlerde yılmazlığın çerçevesini sunma çabasında, toplumdaki yılmazlığın gençlerin yılmazlığında kritik bir belirleyici olduğunu vurgulamıştır. Bu nedenle, toplulukların psikolojik sağlamlığını arttırmaya yönelik çalışmaların, gençler için kaynak oluşturması açısından önemli bir unsur olduğuna değinmiştir. Bu modele göre zayıf sosyo ekonomik kaynaklar (düşük gelir, istihdam olanakları vb.) toplumlarda önemli dezavantajlardır.

Ergenlerin karşılaştıkları yaşam zorlukları ve başa çıkma yollarını inceleyen Fergus ve Zimmerman (2005), çalışmalarında, yılmazlık modellerinin önemini vurgulamışlardır. Bu bağlamda, yılmazlığın gelişiminde, koruyucu faktörler, risklere giden yollarda tampon görevi gören kaynaklar olarak tanımlanmıştır. Bu kaynaklar ergenlerin olumsuz sonuçlardan kaçınmasına ve olumlu sonuçlara ulaşmasına yardımcı olan bireysel ve dışsal faktörlerdir.

Çocuklarda ve ergenlerde riskler ve yılmazlık kapsamında sunulan Masten’in (2004) modelinde, gençlerin aile, akran ve okul sistemi ile problemleri etkileşimi, genetik faktörler, teknolojik araçlar vesilesiyle olası zararlı kaynaklara kolay erişim gibi unsurlar risk

faktörleri kapsamında ele alınmış olup, bu risklere karşı yılmazlık özelliklerinin belirleyicileri olarak ebeveynle iyi ilişkiler, bilişsel, duygusal ve davranışsal düzenleme becerileri, gelecek için umut, olumlu benlik algısı, sosyo ekonomik durum, olumlu sosyal akran etkileşimleri ve okul başarısı koruyucu faktörler olarak ele alınmıştır.

Kanserli ergenler için sunulan Ergen Yılmazlık Modeli'nde (ARM - Adolescent Resilience Model) (Haase, 2004), hastalık ve hastalıkla ilgili belirsizlikleri dezavantajlı bir durum olarak ele aldığı çalışmasında, bu modeldeki koruyucu faktörleri uyumlu aile ortamı, sosyal destek, sosyo ekonomik güven, iyimser ve destekleyici başa çıkma özelliklerine sahip olma ve umut olarak ele almıştır. Aile yılmazlığına yönelik yürütülen bir çalışmada (Patterson, 2002), ailenin bir risk ya da zorlayıcı bir durum ile karşılaşması halinde, aile yılmazlığını bu durumla başa çıkabilme, pozitif uyum gösterme ve yeniden bir denge sağlayabilme becerisi olarak tanımlanmıştır. Ailedeki dengenin bozulduğu durumlarda yaşanan kriz durumunda, yaşanan kriz ailenin işlevselliğini azaltabileceği gibi geliştirebilmektedir. Walsh (2002) aile yılmazlığının temel unsurlarını aile sisteminin inançları, örgütsel yapıları, sosyal kaynakları, ekonomik kaynakları, iletişim ve duygusal paylaşım, etkileşim sağlayabilme ve işbirlikçi problem çözme olarak tanımlamıştır.

Jessor, Turbin ve Costa (1998) ergenliğin birçok farklı problem durumuna ilişkin psikososyal riskler ve koruyucu faktörler bağlamında dikkate değer bir model ortaya koymuştur. "Problem Davranış Kuramı" adı verilen bu modelde, ergenlik dönemindeki riskler ve psikolojik sağlamlığın psikososyal gelişiminde *kişilik sistemi*, *algılanan çevre sistemi* ve *davranış sistemi* olmak üzere üç sistem belirlenmiştir. Bu sistemlerde, farklı yapılar risk bağlamları veya koruyucu faktörler olarak işlev görür. Psikopatolojinin gelişiminde özgüven eksikliği, sapkın davranışlar, düşük okul performans ergenlik döneminde uyumsuzluğa yol açan önemli faktörlerden bazılarıdır. Diğer yandan, başarı değeri, aile bütünlüğü ve gönüllü etkinliklere katılım risk faktörlerine karşı tampon görevi gören koruyucu faktörlere örnektir (Jessor, 1987; Siyez ve Aysan, 2007).

Belirtilen modeller yılmazlık literatürüne kapsamlı risk ve koruyucu faktör çerçeveleri sunarak farklı bakış açıları sağlamıştır. Yılmazlığın çeşitli popülasyonlarda yürütülen önemli bir araştırma alanı sunduğu görülmektedir. Farklı gruplar için geliştirilen bu modeller, ergen yılmazlığına yönelik çalışmaların yakından incelenmesi ve pozitif psikoloji yaklaşımı

çerçevesinde kapsamlı bir bakış açısı ile ergen yılmazlığının anlaşılmasının önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Ergen yılmazlığının anlaşılması noktasında önem arz eden kavramlardan bir diğeri olan cesarete ilişkin açıklamalar aşağıda sunulmaktadır.

Cesaretin Öz-Şefkat, Yılmazlık ve Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ile İlişkisi

Umut, iyimserlik, meydan okuma, öz-yeterlik, sosyal ilgi gibi özellikleri de içinde barındıran Adleryan cesaret (Dinkmeyer ve Dreikurs, 2000) pozitif psikoloji yaklaşımı bağlamında yapılan çalışmalarda iyi oluğa katkı sağlayan (Bockorny, 2015; Seligman, 2012) önemli kavramlardandır. Kapsamlı bir bakış açısıyla pozitif psikoloji kavramlarını ele alan Snyder ve Lopez (2005) cesareti, sevgi ve affetme gibi kişilik özellikleriyle eşdeğer tutulabilen, ruhsal hastalıklara karşı koruyucu bir tampon işlevi gören ve psikoterapinin hedeflediği değişimin önemli bir çıktısı olarak kabul edilebilecek bir kavram olarak ele almıştır.

Cesaretin ve cesur davranışların, öğrencilerin riskler ve belirsizliklerle yüzleşmeye hazır hale gelmelerini kolaylaştırdığı belirtilmiştir. Bu güçlü yönler, öğrencilerin ders çalışma alışkanlıklarının düzenliliği ve kariyer sürecinde esenliklerini desteklemek açısından çok önemlidir. Cesaret, umut ve iyimserlik, üniversite öğrencilerinin zorlukların üstesinden gelmelerini kolaylaştırabilir ve yaşam ve kariyer yollarında karşılaşılan öngörülemeyen değişiklikler, gelişme ve büyüme fırsatına dönüşmesini teşvik edebilir (Lodi ve ark., 2022). Örneğin, Wetterneck ve arkadaşları (2013) cesaretin ve öz-şefkatin Obsesif Kompulsif Bozukluk şiddeti ile negatif yönde ilişkili olduğunu ortaya koydukları araştırmalarında, cesurca davranmanın, bireyin psikolojik olarak daha esnek olmasını sağlayabileceğini ve kararlı eylemlerde bulunma olasılığını artırabileceğini belirtmişlerdir. Cesaret ve öz-şefkatin hizmet ettiği davranış, istenmedik uyaranların işlevini daha katlanılabilir bir şeye dönüştürme potansiyeline sahip olabilir. Örneğin, birey eğer cesurca davranmayı ve kendine şefkatle yaklaşmayı öğrenebilirse, algılanan OKB semptomlarına verdiği tepki bağlamını değiştirebilir ve ondan kaçınmak yerine kucaklayıcı olmayı daha olası hale getirebilir.

Adleryan yaklaşım bağlamında Bettner ve Lew (2005) tarafından yapılan bir araştırmada çocukların yılmaz olmaları için gereken dört temel özellikten bahsedilmektedir;

bağlılık (*connected*), yetkinlik (*capable*), önemlilik (*count*) ve cesarettir. Cesur bireylerin kendi hatalarından yeni şeyler öğrendikleri, risk aldıkları, yeni şeyler denemeye istekli oldukları ve psikolojik dayanıklılık geliştirdikleri belirtilmiştir. Yılmazlığın tanımı dikkate alındığında, bu kavramlar zorlayıcı yaşam koşullarına maruz kalan çocuklar için önleyici ve gelişim odaklı modele dayalı olarak güçlü yönler arasında yer almaktadır (Masten, 2007).

Cesaret, hayatın sorumluluğunu almayı seçmek ve herhangi birisi için değil, bireyin kendisi için kahramanının kendi olmasını sağlar. Böylece birey insanlığa, varoluşa ve benliğine ilişkin güçlü bir kişisel inanç ile yılmaz bir yaklaşımı benimser (Medina, 2008). Cesaret erdemine sahip olmak, istenmeyen olaylar/durumlar karşısında kararlı eylemleri de beraberinde getirir (Wetterneck ve ark., 2013). Gündelik hayatta cesaret, mücadele ile ilgilidir. İnsanlık, kişinin kendi değerlerine sadık kalmasını ve diğer insanlarla bağlantıda kalırken, bir yandan bilgelik ve esneklikle kişinin kendi seçimlerini yaşamasını gerektirir. Bu nedenle gündelik cesaret, yalnızca iyilik halinin gerekli bir boyutu olmakla kalmaz, aynı zamanda varlığın kendisiyle eş anlamlı hale gelerek, ümitsizliğe kapılmaya neden olabilecek engellerin aşılmasına yardımcı olur (Medina, 2008). Finfgeld (1999), özellikle belli güçlüklerin üstesinden gelen, belli zorluk ve risk faktörleri yaşamış olan gruplar ile yapılan altı nitel çalışmayı incelemiştir. Bu doğrultuda, cesaret kavramının kuramsal çerçevesini sunmuştur. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, cesaret kavramının herhangi bir risk veya tehlike karşısında harekete geçmeyi sağlayan bir değişken olduğu söylenebilir. İncelenen araştırmalarda; gerçeği kabul edebilme, muhakemeye dayalı olarak problem çözebilme ve zorluklara rağmen mücadele etme çabasıyla birlikte cesaret zamanla gelişim gösterebilir. Ayrıca, cesur davranışlar; üretken olma, katkıda bulunma ve başkalarına yardım etme çabalarıyla ilişkilendirilir ve kişisel bütünlük ve gelişme duygusuyla sonuçlanır.

Araştırmalar, olumlu bireysel özelliklerin desteklenmesinin, bireylerin diğer insanlara karşı daha merhametli olma ve toplumun faydasına yönelik davranışlarda bulunmalarına katkı sağlayabileceğini iddia etmiştir (Fagin-Jones ve Midlarsky, 2007). Evrensel olarak en özel erdemlerden olan cesaret, kendini feda etmeyi de beraberinde getirir. Aynı zamanda, hem başkalarının hem de toplumun ihtiyaçlarına hizmet eder (Comte-Sponville, 1996). Cesaretin bu yönünün, olumlu sosyal davranış eğilimi ile ilişkili olduğu söylenebilir. Benzer olarak, olumlu sosyal davranışların cesaret gerektirdiği belirtilerek, bu davranışların kişisel

yarara ilişkin sonuçlar elde etmekten ziyade, gönüllü olarak yapılan cesur eylemler olduğuna dikkat çekilmiştir (Rate, 2010; Woodard ve Pury, 2007).

Ergenlik döneminde, daha yüksek cesaret düzeyine sahip gençlerin korku duygusunu yönetebildikleri ve zorlu durumlarla başa çıkmak için daha fazla başa çıkma becerilerine sahip oldukları, hedeflerine ulaşmak için daha fazla motive oldukları söylenebilir (Ginevra ve Santilli, 2018; Magnano, Paolillo, Platania, ve Santisi, 2017). Cesaret, öğrencilerin kariyer inşa etme süreci ve yeni zorluklarla yüzleşmeyle ilgili riskler ve korkularla yüzleşmede destekleyebilen bir değişken olarak kabul edilebilir (Lodi, ve ark., 2022). Hannah, Sweeney ve Lester (2007) cesaretin deneyime açıklık, umut ve yılmazlık gibi özelliklerle ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır.

Hannah (2007) dayanıklılık, eylemlilik ve irade gibi niteliklerin günlük hayatta deneyimlenmesinin sonucunda, zaman içinde bu deneyimlerin birikmesiyle bireyin daha yılmaz ve daha cesur bir zihniyete sahip olmasıyla sonuçlanacağını belirtir ve cesaretle yaşama ihtiyacının, varlığın sınırsız olasılıklarının farkındalığının devam ettirdiği kaygıyla başa çıkmak için iyi bir yol olduğunu söyler. Brendtro, Brokenleg ve Van-Bockern (2013) öğrenciler arasında yılmazlık, motivasyon ve kapasite gelişimini teşvik eden bir eğitim ortamı yaratmanın değerini vurguladıkları çalışmalarında, kültürel olarak farklı öğrencilerin bütüncül bir bakış açısını teşvik eden öğretilerden yararlanan Cesaret Çemberi modelinde benlik saygısının dört temel ögesinin “önem (*significance*), yeterlilik (*competence*), güç (*power*) ve erdem (*virtue*)” farklı bağlamlarda nasıl uygulanabileceğine ayrıntılarıyla değinmişlerdir. Bu model ile, öğretmen-öğrenci ilişkilerini geliştirecek stratejilere ek olarak, zorluklar yaşayan gençlere duygusal ve sosyal yeterlilik kazanmalarına yardımcı olacak olumlu yollarla bağlantı kurma yolları sunmuşlardır.

Öz-Şefkatin Yılmazlık ve Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ile İlişkisi

Kişinin zor zamanlarda kendisine karşı nazik olması sağlayan öz-şefkat, kişilerarası etkileşimi ve başkalarını önemsemeyi teşvik eder mi? İlgili alanyazın, bireyin psikolojik işlevselliğine katkıda bulunan öz-şefkatin daha yüksek düzeyde umut, iyimserlik ve mutluluk (Neff ve ark., 2007b; Yang ve ark., 2016a) ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bununla beraber, öz-şefkatin yardım etme davranışını harekete geçirip geçirmediğini test

eden araştırmalar sınırlıdır (Lindsay ve Creswell, 2014; Yang, Guo, Kou ve Liu, 2021). Mevcut araştırmalar, ağırlıklı olarak öz-şefkatin içsel faydalarına odaklanmıştır ve öz-şefkatin kişilerarası/sosyal yararlarını keşfetmeye sınırlı bir ilgi gösterilmiştir (Welp ve Brown, 2014; Yang, Guo, Kou ve Liu, 2021). Günümüzde, araştırmacılar öz-şefkatin kişilerarası ve sosyal etkilerini de tartışmaya başladılar (Boellinghaus, Jones ve Hutton; 2014; Neff ve Pommier, 2013; Welp ve Brown, 2014; Yarnell, 2013). Lindsay ve Cresswell (2014) bilindiği kadarıyla öz-şefkat duygularının yardım etme davranışını harekete geçirip geçirmediğini test eden yayımlanmış bir çalışma olmadığını belirterek, öz olumlama ve öz şefkatin olumlu sosyal davranışlar ile ilişkisini test ettikleri araştırmalarında, anlamlı bir ilişki bulmuşlardır.

Sevgi ve merhamet duygularının yardım etme davranışlarını teşvik edebileceğini öne süren önceki çalışmalara dayanarak (Mikulincer ve ark., 2005; Piff ve ark., 2010), şefkat duygularının artan yardım etme davranışı ile ilişkilendirilmiş olması şaşırtıcı değildir. Öz-şefkatin kavramsal tanımını göz önüne alındığında, başkalarına karşı nezaketi teşvik edebileceği görölmektedir. Öz-şefkatin doğasında, tüm insanların acıyı deneyimlediği ve hepsinin insani iyiliğe layık olduğu fikri vardır (Neff, 2003b). Öz-şefkatin başkalarına karşı şefkati de içerdiiinin düşünölmesinin nedeni, ortak insanlık duygusunun öz-şefkatin merkezinde yer almasıdır (Neff, 2003b). Neff'in savunduğu gibi; öz-şefkat, kişi kendi kusurlu durumunu paylaşılan ortak insanlık durumuna bağlar, böylece benliğin özellikleri geniş, kapsayıcı bir perspektiften değerlendirilir (2013). Bu nedenle, öz-şefkate sahip olan bir kişinin, bir başkasının ihtiyaını fark etmesi daha olası olduğundan, başkalarına şefkat göstermesi olasıdır (Atkins ve Parker, 2012).

Benzer olarak, kendine karşı şefkatin empatiyi ve başkalarına karşı yardım etme niyetlerini etkileyip etkilemediğinin incelendiği bir araştırmada, öz-şefkati yüksek olan katılımcıların yardım etmek için daha fazla istekli oldukları ortaya koyulmuştur (Welp ve Brown, 2014). Marshall ve arkadaşları (2020) ise, bilindiği kadarıyla öz-şefkat ile ergenlerin olumlu sosyal davranışı arasındaki ilişkileri boylamsal olarak inceleyen ilk çalışmayı yürütmüşlerdir. Lisede öğrenim gören geniş bir ergen örnekleminde öz şefkatin olumlu sosyal davranışları teşvik edip etmediğini inceledikleri çalışmada öz-şefkat ile olumlu sosyal davranış arasındaki pozitif ilişkiyi belirterek, öz-şefkatin bencil bir motivasyonu olmadığını

öne sürmüşlerdir. Bununla birlikte, öz-şefkatin, en azından ergenlik yıllarında, olumlu sosyal davranışları yordadığı görülmemiştir. Ayrıca, 14-18 yaş aralığındaki ergenlerde öz-şefkat ve olumlu sosyal davranış çalışmalarının sınırlı olduğunu ve gelecek araştırmalara ihtiyaç olduğunu bildirmişlerdir.

Benzer olarak, Yang ve arkadaşları (2021) Çinli ergenlerde öz-şefkatin bağlılık, güven ve olumlu sosyal davranışlar ile nasıl ilişkili olduğunu inceledikleri araştırmalarında, öz-şefkatin olumlu sosyal davranışlarda önemli bir rol oynadığını gösteren bulgular sağlamıştır. Teorik bir bakış açısıyla, bu araştırmanın temel noktaları, öz-şefkatin ergenlerin olumlu sosyal davranışları ile olumlu yönde ilişkili olduğu ve güven ile bağlılığın bu ilişkiyi açıkladığını ortaya koymuştur. Böylece, öz-şefkat ile uyumlu kişilerarası/sosyal işlevleri inceleyen sınırlı literatüre katkıda bulunmuşlardır. Ayrıca, bazı araştırmalar öz-şefkatin kişinin kişilerarası ilişkilerine ve sosyal davranışlara katkısı olabileceğini gösterse de, bu çalışmaların çoğunlukla yetişkin popülasyonu üzerinde yürütüldüğünü ancak ergenler üzerinde yapılan araştırmaların görece az olduğunu ve daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu belirtmişlerdir. Benzer şekilde, Welp ve Brown (2014), kendine yönelik şefkatin empatiyi ve başkalarına yardım etme niyetlerini etkileyip etkilemediğini inceledikleri araştırmada, öz-şefkati yüksek olan katılımcıların bir amaç doğrultusunda yardım etmek için daha fazla istekli olduklarını ortaya koymuşlardır.

Öz-şefkatin koruyucu bir faktör olarak incelendiği bir derleme çalışmasında (Kurtoglu ve Başgül, 2020), öz-şefkatin olumsuzluklar karşısında sağduyulu ve güçlü kalabilmeyi sağladığı belirtilmiş ve öz-şefkatin önemine dikkat çekilmiştir. Araştırmalar öz-şefkatin, dayanıklılık ve başa çıkmayı kolaylaştıran önemli ve ilginç bir yapı görevi gördüğünü ancak konuyla ilgili yalnızca birkaç çalışma olduğunu ve birçok önemli alanın ele alınmadığını göstermektedir. Öz-şefkat, insanların olumsuz yaşam olayları karşısında tampon görevi görebilir ve hayatları kötü gittiğinde bile olumlu kişisel duygulanımlarını korur (Leary ve ark., 2007). Bu noktadan hareketle, Neff ve McGehee (2010) öz-şefkati, kendilerine yönelik olumsuz değerlendirmeleri olan gençlerin desteklenmesinde önemli bir müdahale alanı olarak düşünmüşlerdir.

Bununla birlikte, bazı çalışmalar öz-şefkat ve olumlu sosyal davranışlar arasında pozitif bir bağlam olduğunu öne sürse de, bulguların çok yönlü olduğu görülmektedir (Yang

ve ark., 2021; Marshall ve ark., 2020). Tüm araştırma sonuçları, öz-şefkat ile başkalarına fayda sağlama arasındaki pozitif ilişkiyi desteklememektedir (Marshall ve ark., 2020). Gerber, Tolmacz ve Doron (2015), İsraili yetişkinlerle yaptıkları çalışmada, öz şefkatin başkalarına empati duyma ile ilişkili olmadığını bulgulamışlardır. Lopez ve arkadaşları (2018) yetişkinlerle yürüttükleri kesitsel bir çalışmada, öz-şefkatin diğer insanlara yönelik şefkatli yaklaşım ile ilgisi olmadığını belirtmişlerdir. Ayrıca, literatürde öz-şefkatin başkalarına yardım davranışını teşvik edip etmediğini araştırarak farklı çalışmalara ihtiyaç olduğunu belirterek, daha küçük yaş gruplarında da konunun çalışılmasını önermişlerdir.

Önceki araştırmalar, stresli durumlardan kaynaklanan uyumsuz sonuçlara karşı, öz-şefkatin ergenler için koruyucu faktör olduğunu göstermiştir (Bluth, Mullarkey ve Lathren, 2018; Chu ve ark., 2018; Marshall ve ark., 2015; Zeller ve ark., 2015). Örneğin, ebeveynleri boşanmış ergenlerde yılmazlık ve öz-şefkat arasındaki ilişkinin araştırıldığı bazı çalışmalarda, ebeveynleri boşanmış ergenlerde öz-şefkat ile yılmazlık arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Öz-şefkat ne kadar yüksek olursa, yılmazlık düzeyi de o kadar yüksek olur (Chen ve George, 2005; Hermansyah, 2019). Stresli ve zorlayıcı durumlarda olumlu uyum sağlamayı ifade eden yılmazlığa yönelik olarak Alizadeh ve arkadaşları (2018), meme kanserli kadınlarda yılmazlık, öz-şefkat, sosyal destek ve aidiyet duygusu arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında, öz-şefkatin psikolojik esenlik hali ile ilgili olduğunu ve içsel bir kaynak olarak zorlayıcı durumlarda yardımcı olabileceğini bulgulamışlardır. Neff'in (2003a) öz-şefkate bireysel farklılıkları ölçmek için geliştirdiği ölçek ile birlikte, öz şefkatin olumsuz yaşantılara karşı dayanıklılık sağlaması (Leary ve ark., 2007) gibi bir takım önemli sonuçları öngördüğü bulunmuştur.

Yılmazlığın Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ile İlişkisi

Belirli dezavantajlı duruma sahip olan bireylerle yürütülen olumlu sosyal davranışlar ile ilgili araştırmalara bakıldığında zaman, örneğin Chiesi ve arkadaşları (2022) çalışmalarında meme kanserli kadınlarda ve COVID-19 salgınının ikinci dalgasıyla mücadele eden bireylerde olumlu kişisel kaynaklar (örn., iyimserlik, umut, cesaret, farkındalık ve öz yeterlilik), yılmazlık ve psikolojik sıkıntılar (kaygı, depresyon, stres) arasındaki ilişkiyi daha iyi anlamayı amaçlamışlardır. İyimserlik, umut, öz yeterlilik, farkındalık ve cesaretin yer aldığı kişisel kaynakların stres, kaygı ve depresyonun etkisini azaltarak, yılmazlık üzerinde

doğrudan olumlu bir etkisi olduğunu bulgulamışlardır. Xue ve arkadaşları (2022) ise, COVID-19 salgının hafiflemeye başladığı süreçte Çin'deki üniversite öğrencileri arasında yılmazlık ve olumlu sosyal davranışlar arasındaki ilişkide sosyal desteğin rolünü araştırmışlardır ve pozitif yönde bir ilişki bulmuşlardır. Araştırmanın sonucunda göre, yılmazlık ve sosyal destek, olumlu sosyal davranışları teşvik ederek olumlu kişilerarası ilişkiler kurmada önemli bir rol oynar. Benzer şekilde, Reig ve arkadaşları (2022), COVID-19'un neden olduğu karantina öncesi ve karantina esnasında sosyal destek ve yılmazlık ile olumlu sosyal davranışlar arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki elde etmişlerdir.

COVID-19 pandemisi sırasında ergenlerde ruh sağlığını açıklamada olumlu sosyal davranışların da yer aldığı sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin ve yılmazlığın rolünün araştırıldığı bir çalışmada (Grazzani ve ark., 2022), araştırmanın sonuçlarında, olumlu sosyal davranışlar, sosyal-duygusal beceriler ve yılmazlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu rapor edilmiştir. Bu da yılmaz ve gelişmiş sosyal ve duygusal yeterliliklere sahip ergenlerin daha fazla olumlu sosyal davranış sergileme eğiliminde olduğunu göstermektedir. Ergen kendi duygularını ve davranışlarını ne kadar çok tanıyabilir ve yönetebilir, başkalarının bakış açılarını takdir edebilir ve ilişkilerini etkin bir şekilde sürdürebilirse, başkalarına karşı o kadar rahatlatıcı, paylaşımcı ve yardımsever bir tutuma sahip olarak olumlu sosyal davranışlarda bulunur (Martinstone ve ark., 2022). Benzer olarak, Kuzey Uganda'da yapılan bir araştırmanın sonuçları, ergenlerde yılmazlık ile olumlu sosyal davranışlar arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir (Haroz ve ark., 2013). İtalya'da yakın zamanda yürütülen bir araştırmada ise, çocukların sosyal ve duygusal gelişimi için yılmazlığın gerekli olduğunu ve yılmazlığın olumlu sosyal davranışların gelişimini teşvik ederek psikolojik kaynaklarının güçlenmesine yardımcı olabileceğini belirtmişlerdir (Carelli, Lizzori ve Zanetti, 2020).

Zorluklar ve riskler bağlamındaki araştırmaların genellikle eksiklik veya uyumsuzluğa odaklı bir yaklaşımı benimsemesi eleştirilerek, bu tür araştırmaların gerekliliğinin yanı sıra, patolojiye aşırı vurgu yapılarak olumlu gelişimin ihmal edilmesi göz ardı edilmektedir (Taylor ve Carlo, 2021). Farklı milliyetlerden gruplarda ve toplumlardaki çeşitli azınlık gruplarında olumlu sosyal davranışların gelişimine ilişkin çalışmalara çok az ilgi

gösterilmiştir (Carlo ve De Guzman, 2009; Davis ve Carlo, 2019; Grazzani ve ark., 2022; Taylor ve Glen, 2019). Bu tür çalışmalar, modellerin farklı gruplar ve kültürler arasında genellenebilirliğini incelemek ve bu gruplar bağlamında sosyal gelişimi anlamak için gereklidir (Taylor ve Carlo, 2021). Örneğin, yoksul mahalleler veya dezavantajlı okullar gibi riskli sosyal bağlamların çocuklarda olumlu sosyal davranışlar ile ilişkisine yönelik yürütülen bir araştırmada Flouri ve Sarmadi (2016), erken çocukluk döneminde olumlu sosyal davranışlar ile olumsuz davranışlar arasındaki boylamsal ilişkide bağlamsal faktörün (yoksul mahalleler ve başarı düzeyi düşük olan okullar) rolünü araştırmışlardır. Araştırmanın sonucuna göre, olumlu sosyal davranış düzeyinin artışı, mahalle dezavantajı veya okul başarısından bağımsız olarak, sahip olunan zorluk ile düşük düzeyde ilişkilidir. Bununla birlikte, düşük düzeyde olumlu sosyal davranışlar, yüksek bağlamsal risk düzeylerinde artış ile ilişkili görünmektedir. Olumlu sosyal davranış düzeyleri düşük olan ve başarı anlamında dezavantajlı okullara devam eden çocukların olumsuz davranış sergileme olasılığı yüksektir. Olumlu sosyal davranış düzeyleri düşük olan çocuklar, dezavantajlı mahallelerde yaşıyorlarsa, önemli ölçüde daha fazla içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları yaşamaktadırlar.

Diğer yandan, ergenlerde olumlu sosyal davranışlar ile ilişkili olarak sosyo-ekonomik durumun etkisini araştıran araştırmacılar (Bandy ve Wilhem, 2007) sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı ailelerde yetişenlerin olumlu sosyal davranışlarının yüksek gelirli ailelerde yetişenlere göre daha fazla olduğunu ortaya koymuşlardır. Diğer yandan, anne-baba eğitim düzeyinin ergenlerin olumlu sosyal davranış eğilimleri üzerindeki etkisini araştıran araştırmacılar (Devanath, 2010) anne-baba eğitim düzeyi arttıkça olumlu sosyal davranış eğilimlerinde de artış olduğunu belirtmişlerdir.

Özet

Yılmazlığa yönelik araştırmaların Türkiye'de özellikle yaklaşık son on beş yıldır ilgi gördüğü söylenebilir (Işık, 2016). Bu araştırmaların, son yıllarda farklı çalışma gruplarında yürütüldüğü görülmektedir. Örneğin, ergenlerde yılmazlığa ilişkin yürütülen tez çalışmalarına bakıldığında zaman, deprezedelerle (İkizer, 2014; Kararımak, 2007), ebeveynleri boşanmış ergenlerle (Altundağ, 2013; Özcan, 2005), üniversite sınavına hazırlanan ergenlerle (Dayıoğlu, 2008; Oktan, 2008), düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerle

(Akar, 2018; Esen-Aktay, 2010; Aydın-Sünbül, 2016; Sevil-Gülen, 2019), ebeveynleri boşanmış ergenlerle (Altundağ, 2013), çeşitli olumsuz yaşam olayları deneyimleyen ergenlerle (Turgut, 2015), mülteci ergenlerle (Bozdağ, 2020; Ekinci, 2017; Kurt-Akkoyun, 2020; Tüzgen, 2020), çocuklukta istismara maruz kalmış ergenlerle (Kaya, 2015; Yılmaz-Irmak, 2008) ve yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerle (Toraman, 2018) yapılan çalışmalar olduğu görülmektedir. Diğer yandan, yapılan bazı araştırmalarda risk faktörünün göz ardı edildiği görülmektedir. Ancak, yılmazlıktan söz edebilmek için, bireylerin yaşamlarını etkileyen bir risk faktörü ile karşı karşıya olması gerektiği ilgili alanyazında belirtilmiştir (Masten ve Reed, 2002). Düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerle yürütülen bu çalışmalar incelendiğinde, bireysel, ailesel ve çevresel olmak üzere yılmazlığın çeşitli koruyucu faktörlerine odaklanıldığı görülmektedir. Diğer yandan, koruyucu faktörlerin yanı sıra, yılmazlığın önemli bir boyutu olan “olumlu sonuçlar” boyutunun da ele alınması adına bu araştırmada olumlu sosyal davranış eğilimi, yılmazlığın olumlu sonuçları kapsamında ele alınmıştır.

İlgili araştırmalar özetlenecek olursa, yılmazlığın araştırılmasında olumlu özelliklerin kazanılması bağlamında özel bir yeri olan ergenlik döneminin önemi aşıkardır. Ergenlik dönemindeki bireylerde yılmazlığa ilişkin yapılan araştırmalarda koruyucu faktörlerin ortaya çıkarılmasının önemi ilgili alanyazında belirtilmiştir. Bu doğrultuda, bu araştırma kapsamında çevresel risk faktörleri arasında yer alan düşük sosyo-ekonomik düzey ele alınarak, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerin yılmazlığında bireysel düzeydeki koruyucu faktörlerin ve olumlu sonuçların ortaya çıkarılması ve bu doğrultuda bir model test edilmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda, bireysel koruyucu faktörler olarak cesaret ve öz-şefkat, yılmazlığın olumlu çıktısı olarak ise olumlu sosyal davranış eğilimi ele alınmıştır.

Sınırlı sayıda araştırmaya konu olan cesaret (Pury, 2009; Roochnik, 2015; Wetterneck ve ark., 2013) bireyleri zorluklarla yüzleşmede destekleyebilecek bir değişken olarak kabul edilir. Antik Yunan filozoflarından başlayarak birçok disiplin tarafından çalışılmış olmasına rağmen psikolojik disiplinler tarafından çok az ilgi görmüştür (Lodi ve ark., 2022). Cesaret hakkında çok az ampirik araştırma olsa da, cesaretin işyerinde liderliği geliştirmek (Amos ve Klimoski, 2014; Koerner, 2014; Palanski ve ark., 2015), günlük hayatta karşılaşılan çeşitli zorluklara ve engellere karşı yılmazlığı arttırmak (Hannah, 2007;

Lodi ve ark., 2022; Medina, 2008; Tekinalp ve Terzi, 2014; Üzbe-Atalay, 2019) gibi işlevleri olduğu ortaya konulmuştur. Birçok araştırmacı bu konuda ampirik çalışmaların artmasını ümit etmektedir (Magnano ve ark., 2017; Magnano ve ark., 2021). Gündelik yaşamda zorluklarla baş edebilmenin ve cesaretin farklı danışan grupları ile ele alındığı hem nitel hem de nicel fenomenolojik araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır (Medina, 2008).

Türkiye’de cesaret kavramının ele alındığı sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Cesaretin kendini toplama gücü ile ilişkisini ele alan bir çalışma (Üzbe-Atalay, 2019), pozitif psikoloji bağlamında ele alınan çalışmalar (Ergüner-Tekinalp, 2016; Kabakçı, 2013), cesaretlendirme tekniği ile ilgili bir çalışma (Ergün-Başak ve Ceyhan, 2011), ahlaki cesarete ilişkin bir derleme çalışması (Kovancı ve Hiçdurmaz, 2021), felsefi metinler ışığında cesaretin bir erdem olarak ele alınması (Bal, 2018; Baynal ve Taşçı-Yıldırım, 2020; Yıldız, 2012), cesaret ve bileşenlerinin keşfine ilişkin nitel araştırmalar (Mert, 2021a; Mert, 2021b; Mert, 2018), cesaretin yüreklilik olarak ele alındığı bir çalışma (Yalçındağ, 2009), işyerinde sosyal cesaretin (Mert, Şen ve Arun, 2022; Uysal ve Bayramoğlu, 2022) ve yönetsel cesaretin (Mert ve Aydemir, 2019) ele alındığı bir çalışma bulunduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, bu araştırma kapsamında cesaret kavramına ilişkin ilgili alanyazın ışığında cesaretin yılmazlığın gelişiminde koruyucu bir faktör olarak ele alınmasının önem arz ettiği düşünülmektedir.

Diğer yandan, hem ulusal hem de uluslararası alanyazında ergen örnekleminde öz-şefkatin yılmazlık ve olumlu sosyal davranışlar ile birlikte ele alındığı çalışmalar sınırlıdır. Özellikle son yıllarda, öz-şefkatin kişilerarası ilişkileri ve yardım davranışını teşvik edip etmediğini inceleyen araştırmalar dikkat çekmektedir. Diğer yandan, olumlu sosyal davranışların çok boyutlu yapısının ergenlik dönemindeki bireylerde incelenmesinin önem arz ettiği görülmektedir. Özellikle son yıllarda çeşitli yönlerden dezavantajlara sahip olan ergenler bireylerde olumlu sosyal davranışların araştırılması öne çıkmaktadır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde ilk olarak araştırmanın modeli, çalışma grubu/örneklem, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve son olarak da verilerin analizine ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada, Türkiye’de düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın koruyucu faktörleri ve bunların olumlu sonuçlarının incelenmesine dayalı oluşturulan bir modelin test edilmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma kapsamında cesaret ve öz-şefkat koruyucu faktörler, olumlu sosyal davranış eğilimi ise olumlu sonuçlar kapsamında ele alınmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin gücünü ve yönünü inceleyen (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012) ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki yordayıcı rolünün ortaya çıkarılması için kullanılan ilişkisel (korelasyonel) araştırma deseni (Shaughnessy, Zechmeister ve Zechmeister, 2012) kullanılmıştır.

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Ankara’nın düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip iki ilçesindeki devlet liselerinde eğitim-öğrenimine devam eden 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında veriler 2022-2023 eğitim öğretim yılı güz döneminde toplanmıştır. Düşük sosyo-ekonomik düzeydeki okul bölgelerini ve katılımcıları belirleyebilmek için genellikle düşük gelir düzeyi, düşük eğitim düzeyi, işsizlik oranları gibi göstergeler kullanılır (Stepleman, Wright ve Bottonari, 2009). Türkiye’deki ilçelerin sosyo-ekonomik gelişmişlik düzeylerinde istihdam, sosyal güvenlik, eğitim, sağlık, finans, yaşam kalitesi gibi boyutların göz önünde bulundurulması sonucunda (SEGE, 2022),

Ankara'nın merkez ilçeleri arasında yer alan Sincan ve Mamak olmak üzere iki ilçe seçilmiştir.

Bu çalışma kapsamındaki örneklem seçim sürecinde, düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip Sincan ve Mamak bölgelerindeki sınav sonucuna dayalı öğrenci alan okullar dışında kalan ve adrese dayalı olarak tercih edilen resmi anadolu liseleri seçkisiz olarak seçilerek, “kümeleme” örneklem (*cluster sampling*) yöntemine başvurulmuştur. Araştırmanın örneklem grubunun olabildiğince homojen bir katılımcı grubuna sahip olabilmesi için aynı türdeki okullar seçilmiştir. Ankara'daki tüm bölgelerin ekonomik ve kültürel yapısı aynı olmadığı için, önce Ankara'daki ilçeler (Sincan ve Mamak) belirlenmiştir. Ardından, bu bölgelerde sınav sonucuna dayalı öğrenci alan okullar hariç adrese dayalı olarak tercih edilen resmi anadolu liseleri (7 okul) tesadüfi yöntemle seçilmiştir. Araştırmaya Sincan bölgesinden üç okul, Mamak bölgesinden dört okul dahil edilmiştir. Evrendeki katılımcıların hepsine ulaşmanın mümkün olmadığı durumlarda, kümelerin seçkisiz (tesadüfi) bir şekilde seçilip verilerin toplanmasını sağlayan bir örnekleme yöntemi olan kümeleme örneklem yönteminin (Fraenkl ve ark., 2012) kullanılmasının uygun olacağı düşünülmüştür.

Sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlılık ya da düşük sosyo-ekonomik düzeyi belirleyebilmek için öznel yoksulluk (*subjective poverty*) ve mutlak yoksulluk (*absolute poverty*) kavramlarının kullanıldığı görülmektedir (bkz. Adler ve ark., 2000; Colasanto, Kapteyn ve Van der Gaag, 1984). Bu çalışmada öznel yoksulluğun incelenmesi için MacArthur Öznel Statü Ölçeğinden (Adler ve ark., 2000) faydalanılmış olup, katılımcıların öznel sosyo-ekonomik statü algısının ortalamasının 10 üzerinden 5.74 ($SS = 1.40$) olduğu görülmüştür. Bu araştırma kapsamında mutlak yoksulluğun incelenmesinde ise sosyo-ekonomik düzeyin göstergesi olarak, katılımcılardan aylık gelir bilgisi alınmıştır. Araştırma grubunda yer alan katılımcıların aylık gelir ortalaması 9139.82 TL'dir. Türkiye'deki yoksulluk oranının en son istatistikleri göz önünde bulundurulduğunda (Türk-İş, 2022) verilerin toplandığı tarihlerde araştırma grubunda yer alan katılımcıların sosyo-ekonomik olarak düşük düzeyde olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, çalışmadaki örneklem grubu için gelir düzeyi ve öznel sosyo-ekonomik statü algısı dikkate alındığında, katılımcıların yaklaşık %99.5i'nin yoksulluk sınırının altında olduğu söylenebilir. Katılımcılardan alınan sosyo-demografik bilgiler ve bu bilgilere ilişkin yüzdelere Tablo 3.1.'de sunulmuştur

Tablo 3.1.

Çalışma Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Betimleyici İstatistikler

Değişken	Ort	SS	f	%
Cinsiyet				
Kadın			607	58.9
Erkek			370	35.9
Belirtmek istemiyor			53	5.1
Sınıf				
9			280	27.2
10			246	23.9
11			319	31.0
12			185	18
Yaş	15.44	1.18		
Kardeş Sayısı				
1			74	7.2
2			445	43.2
3			384	37.3
4			90	8.7
5+			37	3.6
Anne Baba Birliktelik Durumu				
Birlikte			927	90
Boşanmış			74	7.2
Anne veya baba vefat etmiş			29	2.8
Yaşama				
Anne-baba-kardeş			834	81.0
Anne-baba			86	8.3
Sadece anne			38	3.7
Sadece baba			10	1.0
Kardeş			2	0.2
Akraba yanında			2	0.2
Öğrenci yurdunda			1	0.1
Diğer			57	5.5
Anne mezuniyet				
Okuma yazma bilmiyor			20	1.9
İlkokul			329	31.9
Ortaokul			223	21.7
Lise			332	32.2
Lisans ve üstü			126	12.2
Baba mezuniyet				
Okuma yazma bilmiyor			8	0.8
İlkokul			196	19
Ortaokul			218	21.2
Lise			423	41.1
Lisans ve üstü			185	18
Öznel Sosyoekonomik Statü	5.74	1.40		
Aylık Gelir	9139.82	4023.158		

Bu araştırma kapsamındaki katılımcı grubunu 607'si kadın (%58.9), 370'i erkek (%35.9) ve 53'ü belirtmek istemeyen (%5.1) öğrenciler oluşturmaktadır. Toplamda 1030 lise öğrencisi araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Öğrencilerin yaş aralığı 14-18 aralığında değişmekte olup, yaş ortalaması 15.44'tür ($SS= 1.18$).

Katılımcıların anne-baba birliktelik durumlarına bakıldığı zaman, %90'ının anne ve babasının birlikte olduğu, %7.2'sinin ayrı olduğu ve %2.8'inin anne veya babasının vefat ettiği görülmektedir. Araştırma grubunda yer alan ergenlerin yaklaşık %80'i iki veya üç kardeşe sahiptir. Ayrıca, katılımcıların çoğunluğu (%81) anne, baba ve kardeş ile yaşamaktadır.

Örneklem grubunda ortaya çıkan düşük gelir göstergesinin yanı sıra, katılımcıların ebeveynlerinin eğitim durumları incelendiğinde, annelerin %87,8'si ve babaların %82'sinin mezuniyet durumunun lisans düzeyinin altında olduğu görülmektedir. Yani, bu araştırma grubunda yer alan katılımcıların ebeveynlerinin eğitim durumları göz önünde bulundurulduğunda, çoğunlukla ebeveynlerin eğitim düzeylerinin düşük olduğu dikkat çekmektedir. Sosyo-ekonomik statünün sadece geliri değil, aynı zamanda eğitim kazanımlarını da kapsadığı bilinmektedir (Kincheloe ve Steinberg, 2007). Bu bağlamda, araştırmadaki katılımcıların anne-babalarının çoğunluğu düşük eğitim düzeyinde ve düşük sosyo-ekonomik düzeyde oldukları söylenebilir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada; Kişisel Bilgi Formu, Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği (Aydoğan, Terzi, Eşici ve Tomar, 2012), Adleryan Cesaret Ölçeği-Ergen Formu (Altıntaş, Üzbe-Atalay ve Çok, 2022), Öz-Şefkat Ölçeği-Kısa Formu (Yıldırım ve Sarı, 2018) ve Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği (Kumru, Carlo ve Edwars, 2004) kullanılmıştır.

Bu araştırma kapsamında, her bir ölçme aracı için güvenirlik çalışmaları yapılmış olup; güvenirlik çalışmasında Cronbach Alpha katsayısı temel alınmıştır. Bu çalışmada kullanılan ölçme araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda yer almaktadır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada yer alan örneklemin belirli özelliklerine ilişkin bilgi toplamak amacı ile yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, anne-baba birliktelik durumu, anne-baba eğitim düzeyi, öznel sosyo-ekonomik statü algısı ve ailenin aylık geliri ile ilgili maddelerin yer aldığı bir form kullanılmıştır (form için Ek-11'e bakınız).

3.3.2. Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği

Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği (*Child and Youth Resilience Measure*), Ungar ve Liebenberg (2011) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması ise Türk kültüründe çocuk ve ergenlerin yılmazlıklarını ölçmek için Aydoğan, Terzi, Eşici ve Tomar (2012) tarafından yapılmıştır.

Orijinal ölçek toplamda 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler, 5'li Likert tipi yanıtları içermektedir; tüm maddeler ("1 = *beni hiç tanımlamıyor*", "5 = *beni tamamen tanımlıyor*") şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekte herhangi bir ters madde yer almamaktadır ve alınan yüksek puanlar, yılmazlık düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Aydoğan ve arkadaşları (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılan araştırmayı yaş ortalaması 16 olan ergenler oluşturmaktadır. Üç boyuttan oluşan ölçme aracının ilk boyutu 13 maddeden oluşan "bireysel" (*kişisel özellikler, akran desteği ve sosyal beceriler*) faktörü yansıtmaktadır. İkinci boyut, 8 maddeden oluşan "bakım" (*fiziksel bakım ve psikolojik bakım*) ile ilgilidir. Üçüncü boyut ise, ergenlerde aidiyet duygusunu kolaylaştıran, 7 maddeden oluşan "bağlamsal" (*maneviyat, eğitimsel ve kültürel özellikler*) bileşenleri içermektedir. Ölçeğin çocuk ve ergen grubu üzerindeki güvenirlik katsayısı; bireysel alt boyutu için .86, bakım alt boyutu için .82 ve bağlam alt boyutu için .75 olarak belirtilmiştir. Çocuk ve ergen grupları için yılmazlığa ilişkin güvenirlik katsayısı tüm ölçek için .92 olarak hesaplanmıştır.

Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucunda (bkz. Tablo 3.2.) Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı ($\alpha = .92$) iyi derecede bulunmuştur.

Tablo 3.2.

Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği İstatistikleri

$\bar{x}$	SS	Madde Sayısı	Cronbach α
101.00	19.65	28	.92

$\bar{x}$: Ortalama, SS: Standart Sapma

3.3.3. Adleryan Cesaret Ölçeği – Ergen Formu

Cesaret kavramının incelenmesi amacıyla kullanılmak üzere daha önce yetişkinler için Üzbe-Atalay (2019) tarafından geliştirilmiş olan Adleryan Cesaret Ölçeğinin (*Adlerian Courage Scale*) ergenler için uyarlama çalışması Altıntaş, Üzbe-Atalay ve Çok (2022) tarafından yapılmıştır.

Adleryan Cesaret Ölçeği-Ergen Formu uyarlama sürecinin çalışma grubunda yaşları 14 ila 18 yaş aralığında olan toplam 618 ergene ulaşılmıştır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır ve ölçekte yer alan 12 maddeye verilen puanların toplanması ile ölçek toplam puanı elde edilmektedir. Ölçme aracı maddeleri 5’li Likert tipi (“1 = *bana hiç uygun değil*”, “5 = *bana tamamen uygun*”) şeklinde cevaplar doğrultusunda yanıtlanmaktadır. Açımlayıcı faktör analizi çalışmasında 12 maddelik tek faktörlü yapıdaki ölçeğin tümüne ait Cronbach alpha katsayısı güvenilirliği .91 olarak hesaplanmıştır.

Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analiz sonucuna göre (bkz. Tablo 3.3.) Adleryan Cesaret Ölçeği-Ergen Formunun iç tutarlılık katsayısı ($\alpha = .93$) iyi derecede bulunmuştur.

Tablo 3.3.

Adleryan Cesaret Ölçeği – Ergen Formu İstatistikleri

$\bar{x}$	SS	Madde Sayısı	Cronbach α
42.26	10.54	12	.93

$\bar{x}$: Ortalama, SS: Standart Sapma

3.3.4. Öz-Şefkat Ölçeği – Kısa Formu

Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Formu (*A Short Form of the Self-Compassion Scale*), Raes ve arkadaşları (2011) tarafından bireylerin öz-şefkat düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Bu ölçek, Neff (2003b) tarafından geliştirilmiş olan Öz-Şefkat Ölçeğinin maddelerinden oluşmaktadır. Ölçeğin Türk kültüründeki ergenler için uyarlama çalışması, Yıldırım ve Sarı (2018) tarafından yapılmıştır.

Toplamda 12 soru ve iki alt boyuttan oluşan ölçek maddeleri 5’li Likert tipi (“1 = hiçbir zaman”, “5 = daima”) şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekten elde edilen toplam puanın yüksek olması, kişilerin öz-şefkat düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. AFA sonucunda faktör yükü .30’un altında kalan 10. maddenin ölçekten çıkarılmasıyla, son hali 11 maddeden oluşmaktadır. Yapılan istatistiksel analiz sonucu (bkz. Tablo 3.5.), Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Forma ait birinci alt faktöre ait Cronbach Alpha katsayısı .73 olarak hesaplanmış olup, ikinci alt faktöre ait Cronbach Alpha katsayısı .71’dir. Ölçeğin toplam puanının iç tutarlılık düzeyi incelendiğinde Cronbach Alpha katsayısının .75 olduğu; test tekrar test güvenirlik puanının ise .84 olduğu belirtilmiştir. Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucuna göre, ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ($\alpha = .78$) kabul edilebilir derecede bulunmuştur.

Tablo 3.4.

Öz-Şefkat Ölçeği – Kısa Formu İstatistikleri

$\bar{x}$	SS	Madde Sayısı	Cronbach α
31.06	7.97	11	.78

$\bar{x}$: Ortalama, SS: Standart Sapma

3.3.5. Olumlu Sosyal Davranış Ölçeği – Ergen Formu

Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği (*The Prosocial Tendencies Measure*), Carlo ve Randall (2002) tarafından ilk olarak üniversite öğrencilerinin olumlu sosyal davranış eğilimlerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Sonrasında, 23 maddeden oluşan bu ölçeğin ergenlik dönemindeki bireylerde kullanılması için gözden geçirilmesiyle birlikte iki madde

daha eklenmiştir (Carlo ve ark., 2003). Bu çalışmada ölçeğin 25 maddeden oluşan ergen formu kullanılmıştır.

Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği'nde kamusal, duygusal, itaatkar, özgeci, gizli ve acil olmak üzere altı alt boyut bulunmaktadır. İlgili ölçek, olumlu sosyal davranışların yöneldiği alanları temel almaktadır. Ölçeğin alt ölçeklerinin orijinal formunun iç tutarlılıkları .59 ile .86 arasındadır (Carlo ve ark., 2003). Ergenlik döneminin başında ve ortasında olan gençlerle yapılan çalışmadan elde edilen Cronbach Alfa katsayıları her iki yaş grubunda sırasıyla “kamusal olumlu sosyal davranışlar” alt ölçeği için .76-.86, “duygusal olumlu sosyal davranışlar” alt ölçeği için .86-.82, “özgeci olumlu sosyal davranışlar alt ölçeği” için .59-.80, “itaatkar olumlu sosyal davranışlar alt ölçeği” için, .80-.75, “gizli olumlu sosyal davranışlar alt ölçeği” için .76-.84 ve “acil durumlarda olumlu sosyal davranışlar alt ölçeği” için .71 ve .75 olarak bulunmuştur. Ayrıca, alt ölçeklerin 2 haftalık test-tekrar test güvenirlik katsayıları .54 ile .82 arasında değişmektedir (Carlo ve ark., 2003). Kumru, Carlo ve Edwards (2004) tarafından Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlandığı çalışmada ise; ölçeğin 23 maddelik formu ve 6 alt boyutu kullanılarak Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarının alt ölçekler için .52 ile 68 arasında değiştiği ifade edilmiştir.

Ölçekte yer alan her bir madde, 5'li likert tipi (“1 = *beni hiç tanımlamıyor*”, “2 = *beni çok iyi tanımlıyor*”) şeklinde yanıtlanacak doğrultuda derecelendirilmiştir. Özgeci alt boyutunun 5 beş maddesi ters puanlanmaktadır. Ölçekte toplam puan alınmamaktadır. Her bir alt boyuttan elde edilen puanın yüksek olması, o alt boyutun ölçtüğü olumlu sosyal davranış düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonuçlarına (bkz. Tablo 3.4.) göre; duygusal ($\alpha = .73$), gizli ($\alpha = .79$), ve itaatkar ($\alpha = .70$) alt boyutlarının iç tutarlılık katsayılarının kabul edilebilir düzeyde olduğu gözlenmiş olup, kamusal ($\alpha = .35$), özgeci ($\alpha = .55$) ve acil ($\alpha = .64$) alt boyutlarının ise kabul edilebilir düzeyden aşağıda olduğu tespit edilmiştir. Bu analizde varsayılan modelden farklı olarak, olumlu sosyal davranış eğiliminin acil alt boyutunun, özgeci alt boyutunun ve kamusal alt boyutunun iç tutarlılık katsayılarının kabul edilebilir düzeye yaklaşamaması (Nunnally ve Bernstein, 1994) nedeniyle, bu boyutlar analize dahil edilmemiştir. İlgili boyutlar analizden çıkarılırken, ölçeği geliştiren ve

uyarlayan çalışmacıların Türk kültüründe yürüttükleri bir çalışmada benzer bir durum ile karşılaştıklarında takip ettikleri yaklaşıma dayanarak karar verilmiştir (Gülseven ve ark., 2020). Varsayılan model olumlu sosyal davranış eğiliminin duygusal, itaatkar ve gizli alt boyutlarıyla sürdürülmüştür.

Tablo 3.5.

Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi leği – Ergen Formu İstatistikleri

Alt Boyutlar	$\bar{x}$	SS	Madde Sayısı	Cronbach α
Kamusal OSDE	8.58	2.9	4	.35
Duygusal OSDE	17.33	4.58	5	.73
İtaatkar OSDE	7.30	2.11	2	.70
Özgeci OSDE	21.26	4.53	6	.55
Gizli OSDE	17.35	4.92	5	.79
Acil OSDE	10.53	2.92	3	.64

OSDE: Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi, $\bar{x}$: Ortalama, SS: Standart Sapma

3.4. Veri Toplama Süreci

Araştırma sürecinin yürütülebilmesi için, Başkent Üniversitesi Etik Kurul Onayı (Ek-1) ve Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden araştırma izni (Ek-2) alınmıştır. Araştırma verilerini toplayabilmek amacıyla; kullanılması planlanan lme araçlarını geliştiren ve/veya uyarlayan araştırmacılarla e-mail yolu ile iletişime geçilerek gerekli izinler alınmıştır. Ardından araştırmacı, veri toplanacak olan 7 okulun okul müdürleri ve psikolojik danışmanları ile iletişime geçerek, araştırmanın amacı ve yapılacak işlem hakkında bilgi vermiştir. lme araçlarının uygulanmasından önce, ilgili okullarda görev yapan psikolojik danışmanlar, veliler tarafından doldurulacak olan veli onay formunu (Ek-3) ğrencilere vermiştir. Veriler, 2022 yılının Ekim ayında toplanmıştır. Rehberlik ders saatinde çalışmanın amacı ve maddelerin cevaplanmasına ilişkin gerekli bilgilendirmeler yapılarak, öğrencilerden gönüllü katılım formu alınmıştır (Ek-4). Kişisel bilgilerin gizliliğini korumak adına öğrencilerden kendilerine verilen lme araçlarında isim ve diğer kişisel bilgilerini yazmamaları istenerek, verilen cevapların anonim kalacağı bilgisi verilmiştir. Tüm lm araçlarının yer aldığı ölçek bataryası kağıt-kalem formatında dağıtılmıştır. Ölçek bataryasının öğrenciler tarafından tamamlanma süresi yaklaşık 25-30 dakika sürmüştür.

3.5. Verilerin Analizi

Bu araştırma kapsamında, karmaşık bir araştırma problemini tek bir süreçte ve kapsamlı bir şekilde ele almayı sağlayan Yapısal Eşitlik Modeli (*Structural Equation Modeling*) kullanılmıştır (Anderson ve Gerngbig, 1988). Yapısal eşitlik modeli (YEM), bir veya daha fazla bağımsız değişken ile bir veya birden fazla bağımlı değişken arasındaki ilişkilerin incelenmesine izin veren istatistiksel analiz tekniklerinden biridir. YEM ile birlikte, bir veya daha fazla gizil değişken ve gözlenen değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkileri eş zamanlı olarak test edilebilmektedir (Ullman, 2013).

Bu çalışmada, YEM'in bir alt türü olan yol analizi (*path analysis*) (Raykov ve Marcoulides, 2006) kullanılmıştır. Yol analizi, araştırmacıların gözlenen değişkenler arasındaki karmaşık ilişkileri korelasyon katsayıları ve regresyon analizi kullanarak inceleyebilmesine olanak tanır. Yol analizi ile birlikte sadece dolaylı etki değil, yordayıcı ve aracı değişkenlerin çalışmanın bağımlı değişkeni üzerindeki doğrudan ve toplam etkilerinin tahmin edilebilmesi ve yorumlanabilmesi de sağlanmış olur. Yol analizi, yol modelinde önerilen gözlenen değişkenler arasında dolaylı ve doğrudan teorik ilişkiler kurmak için bir dizi regresyon denklemini aynı anda çözer (Keith, 2019). Bu bağlamda, çalışmada gizil yapılardan ziyade gözlenen değişkenler üzerinden analiz yapılması nedeniyle yol analizi tercih edilmiştir (Kline, 2016).

Verilerin analizi, IBM Statistical Packages of Social Sciences (SPSS) 25 ve STATA 16 programları ile gerçekleştirilmiştir. İlk olarak, veri seti incelenmiş ve yanlış girilen ya da kayıp veri olup olmadığı araştırılmıştır. Aralık dışı değerlere sahip veriler orijinal verilere dönülerek düzeltilmiştir. Ardından, tespit edilen kayıp verilerin belirli bir örüntü çerçevesinde olup olmadığı incelenmiştir. Devamında ise, sosyo-demografik değişkenlerin ve analizde kullanılacak değişkenlerin betimsel istatistikleri ve ölçek iç tutarlılık katsayılarına ilişkin ön analizler yapılmıştır. Ardından, analizde kullanılacak değişkenlerin birbirleri arasındaki ikili korelasyonları bulunmuştur. Son olarak ise, yapısal eşitlik modeli aracılığı ile yol analizi yapılmıştır. Öncelikle, araştırmanın bulgularına yer verilmeden önce, varsayım kontrollerine ilişkin detaylar aşağıda sunulmuştur.

3.5.1. Varsayım Kontrolleri

Ana analize başlamadan önce, yol analizi yapmak için ön koşullar olan varsayımlar tek tek kontrol edilmiştir.

3.5.1.1. Verinin Ön İncelenmesi

Tabachnick ve Fidell (2014) analize başlamadan önce, veri setinde aralık dışı değerler olup olmadığını ve kayıp verinin araştırılmasını önermektedir. Bu öneri çerçevesinde, ilk olarak anketlerle bilgisayara aktarılan veri arasında uyumsuzluk olup olmadığı incelenmiştir. Aralık dışında olduğu tespit edilen değişkenlerin, ilgili veriye ait ölçek formuna gidilerek, oradaki değer kontrol edilmiş ve yanlışlık var ise girilen değer orijinal ölçek formundaki haliyle değiştirilmiştir. Ardından, kayıp veri olup olmadığı incelenmiştir. Tüm veri değerlerinin %5'inden fazla kayıp veri olması kayıp verinin analizi etkileyebileceği öne sürülmüştür (Tabachnick ve Fidell, 2014). Bu bağlamda, yapılan incelemeler sonucunda tüm değerlerin yalnızca %0.57'sinin kayıp olduğu ve kayıp veri örüntü görselinin herhangi bir kayıp veri örüntüsü göstermemesi nedeniyle, kayıp verinin analiz sonuçlarını etkilemeyeceği varsayılmıştır. Yine de, kayıp veriyi de kullanabilmek amacıyla, kayıp veriler çoklu veri atama (*multiple imputation*) aracılığıyla doldurulmuştur.

3.5.1.2. Örneklem Büyüklüğü

Kline'a (2016) göre, yol analizinin gerçekleştirilebilmesi için her bir parametre başına en az 20 katılımcının mevcut olması gerekmektedir. Bu çalışmanın modelinde yer alan oklar (12), hatalar (5) ve bağımsız değişkenler (1) düşünüldüğü zaman, toplamda 18 parametre olduğu görülmüştür. Bu nedenle yol analizi yürütülebilmesi için en az 360 katılımcıya ihtiyaç duyulmuştur. Bu araştırma kapsamında, 1030 katılımcıdan oluşan bir veri seti olduğu için örneklem büyüklüğünün yeterli olduğu görülmüştür.

3.5.1.3. Uç Değerler

Bu çalışmada yol analizine başlamadan önce, öncelikle ön analiz olarak kayıp veriler ve uç değerler incelenmiştir. Çalışmanın değişkenlerinin tek değişkenli uç değerleri z puanları aracılığıyla incelenmiştir. Tabachnick ve Fidell'e (2014) göre, z puanlarının (-3.29)

ve (+3.29) aralığının dışında olması, uç değerlere işaret edebilir. Bu çalışmada, yalnızca yılmazlık değişkeni için dört (4) katılımcının z puanının bu değerler dışarısında olduğu görülmüştür. Osborne ve Overbay (2004) örneklemedeki değerlerin %1'inin uç değer olmasının kabul edilebilir olabileceğini belirtmiştir. Bu kapsamda değerlendirildiğinde, yılmazlık puanlarındaki bu uç değerler, çalışma açısından ciddi bir sorun teşkil etmeyebilir.

3.5.1.4. Normallik Testi

Tek değişkenli normallik varsayımını test etmek için değişkenlerin basıklık (*curtosis*) ve çarpıklık (*skewness*) değerleri incelenmiştir. Tabachnick ve Fidell'e (2014) göre, basıklık ve çarpıklık değerleri -3 ve +3 aralığında yer almalıdır. Tablo 3.6.'da görüleceği üzere, çalışmadaki değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerleri bu aralığın dışına çıkmamaktadır. Bu noktadan hareketle, normallik varsayımının çiğnenmediği varsayılabilir.

Tablo 3.6.

Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

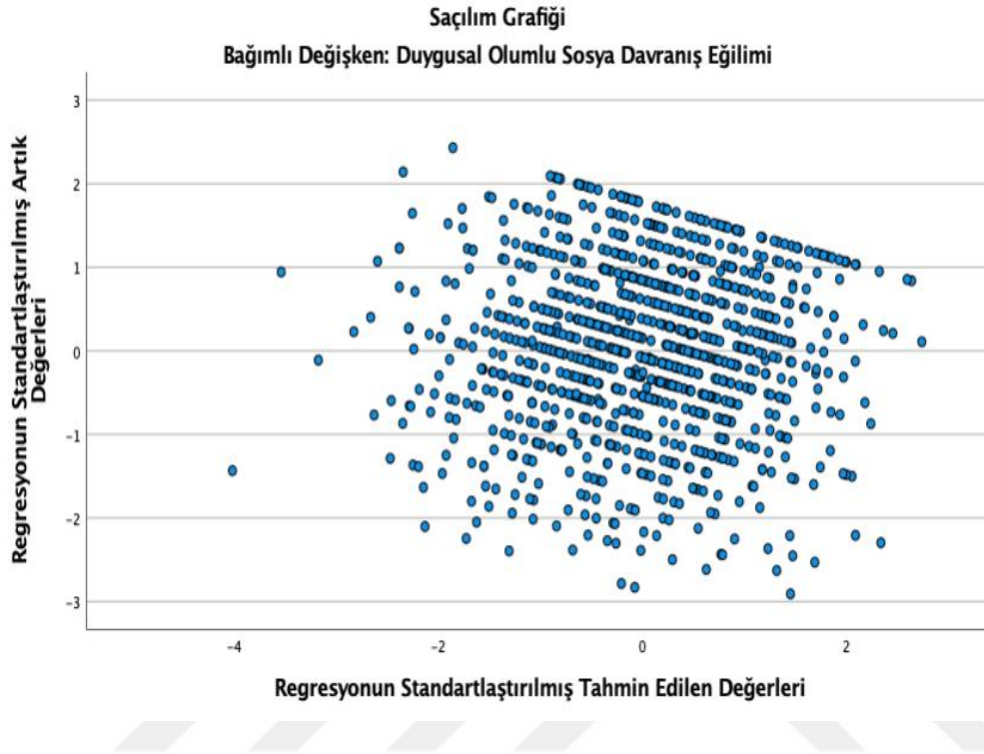
	Basıklık	Çarpıklık
1. Duygusal	-.49	-.28
2. İtaatkar	-.79	-.36
3. Gizli	-.55	-.34
4. Yılmazlık	-.12	-.40
5. Öz Şefkat	-.19	-.07
6. Cesaret	-.19	-.42

3.5.1.5. Eş Varyanslılık

Tabachnick ve Fidell'e (2014) göre değişkenlerin eş varyanslı olması (*homoscedasticity*) gerekmektedir. Saçılım grafik görsellerinin incelenmesi sonucunda değişkenlerin varyanslarının eş olarak olarak değiştiği düşünülmüştür. Örnek olarak, Şekil 3.1.'de olumlu sosyal davranış eğiliminin duygusal alt boyutu için saçılım grafiği aşağıda sunulmuştur.

Şekil 3.1.

Olumlu Sosyal Davranış Eğiliminin Duygusal Alt Boyutu İçin Saçılım Grafiği



3.5.1.6. Doğrusallık ve Çoklu Doğrusallık

Tabachnick ve Fidell'e (2014) göre bağımlı değişkenler ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin doğrusal olması gerekmektedir. Doğrusallığı incelemek için değişkenler arasındaki ikili korelasyonlara ve regresyonun standartlaştırılmış artık değer normal P-P grafiğine (Şekil 3.2.) bakılmıştır.

Değişkenler arasında çoklu doğrusallık olup olmadığını anlamak için, bağımsız ve aracı değişkenlerin bağımlı değişken ile olan korelasyonları incelenmiştir. Bağımlı değişkenler ile en yüksek korelasyona sahip değişken yılmazlıktır. Yılmazlık ise en çok itaatkar alt boyutu ile ilişkilidir ($r = .38, p < .001$). Bu korelasyon, Tabachnick ve Fidell (2014) tarafından önerilen .90 sınırının çokça altında olması nedeniyle çoklu doğrusallıktan bahsedilemez.

Ek olarak, Tabachnick ve Fidell (2014) tolerans değerinin .20'den büyük olmasını ve VIF değerinin 10'dan küçük olmasını çoklu doğrusallık olmadığına işaret ettiğini

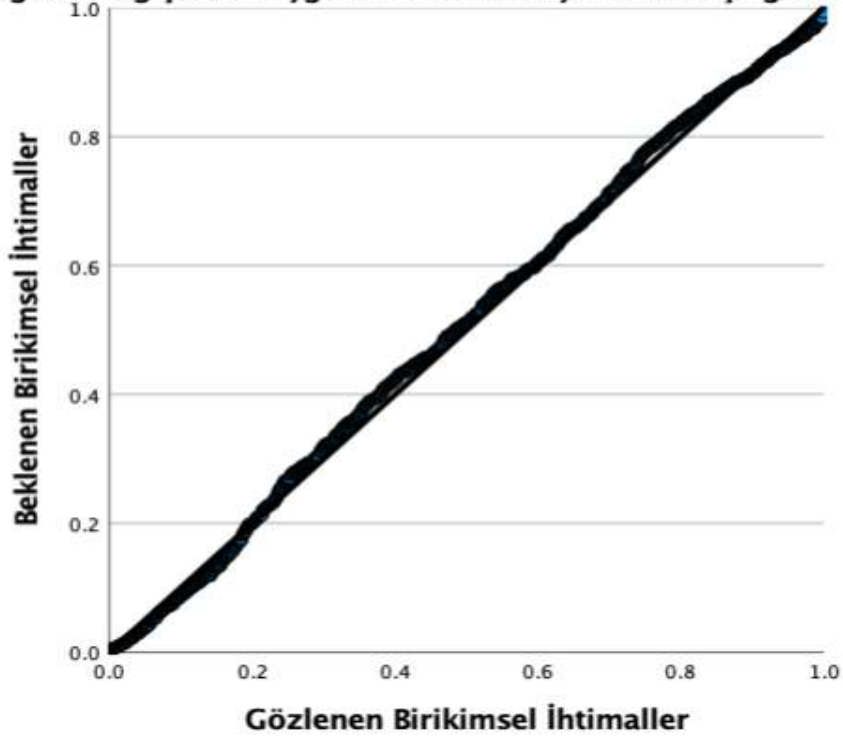
belirtmiştir. Bu çalışmada, tolerans değerlerinin .69 ile .82 arasında ve VIF değerlerinin 1.23 ile 1.46 arasında bulunması nedeniyle, çoklu doğrusallık varsayımının çiğnenmediği kabul edilmiştir. Şekil 3.2.'den de anlaşılacağı üzere değişkenler arasında doğrusal bir ilişki vardır.

Şekil 3.2.

Normal P-P Grafiği

Regresyonun Standartlaştırılmış Artık Değer Normal P-P Grafiği

Bağımlı Değişken: Duygusal Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi



BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde, çalışmanın sonuçları ön analizler ve ana analizler olmak üzere iki bölümde sunulmuştur. Öncelikle, çalışmanın değişkenlerine ilişkin betimsel istatistikler ve aralarındaki korelasyonlar sunulmuştur. Ardından, araştırmada ele alınan değişkenlere ilişkin varsayılan modeli test etmek için yol analizinin sonuçları rapor edilmiştir. Son olarak, ana analizlerin sonuçları hakkında kısa bir özet verilmiştir.

4.1. Ön Analiz

Verilerin analizi yapılmadan önce, betimsel istatistiklere ilişkin ön analizler yapılmıştır. Daha sonra, çalışmada ele alınan değişkenler arasındaki karşılıklı korelasyonlar sunulmuştur.

4.1.1. Çalışmanın Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler ve Korelasyonlar

İlgili varsayımlar test edildikten sonra, çalışmanın değişkenlerinin ortalama ve standart sapma değerleriyle, birbirleri arasındaki ikili korelasyonları hesaplanmıştır. Katılımcıların olumlu sosyal davranış eğilimi ölçeğinin duygusal alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 17.33 ($SS= 4.58$), itaatkar alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 7.30 ($SS=2.11$), gizli alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması 17.35'tir ($SS= 4.92$). Katılımcıların yılmazlık puanlarının ortalaması 101.00 ($SS= 19.65$), öz-şefkat puanlarının ortalaması 31.06 ($SS= 7.97$), cesaret puanlarının ortalaması ise 42.26'dır ($SS= 10.54$).

Bağımsız ve aracı değişkenlerin birbirleri arasındaki korelasyona bakıldığında, birbirleriyle orta ve büyük derecede ilişkili olduğu görülmüştür. Cesaret öz-şefkat ile orta derecede ilişkiliyken ($r = .41, p < .001$) yılmazlık ile yüksek derecede ilişkilidir ($r = .49, p < .00$). Öz şefkat ise yılmazlık ile orta derecede ilişkilidir ($r = .32, p < .001$). Bağımlı

değişkenler arasındaki korelasyonlar orta ve yüksek değerler arasında değişmektedir. Duygusal olumlu sosyal davranış eğiliminin itaatkar ($r = .43, p < .001$) ve gizli ($r = .31, p < .001$) olumlu sosyal davranış eğilimi ile orta derecede ilişkili olduğu; itaatkar olumlu sosyal davranış eğiliminin gizli olumlu sosyal davranış eğilimi ile yüksek derecede ilişkili olduğu tespit edilmiştir ($r = .46, p < .001$).

Bağımsız ve aracı değişkenlerin bağımlı değişken arasındaki korelasyonlara bakıldığında, yukarıdakilerden farklı bir ilişki örüntüsü ön plana çıkmıştır. Cesaret, üç olumlu sosyal davranış eğilimi ile anlamlı ve olumlu yönde ilişkili bulunmuştur. Benzer şekilde, yılmazlık da üç olumlu sosyal davranış eğilimi ile anlamlı ve olumlu yönde ilişkili bulunmuştur. Fakat, öz-şefkatin duygusal alt boyut ile olumsuz yönde ilişkili olduğu görülmüşken ($r = -.13, p < .001$), gizli ($r = .04, p > .05$) ve itaatkar alt boyutları ile ($r = .02, p > .05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkisi olmadığı tespit edilmiştir. Ortalama değerlere ve korelasyonlara ilişkin bilgiler, Tablo 4.1.'de sunulmuştur.

Tablo 4.1.

Bağımsız, Aracı ve Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar (N = 1030)

	1	2	3	4	5	6	Ort	SS
1. Cesaret	1						42.26	10.54
2. Öz-Şefkat	.41***	1					31.06	7.97
3. Yılmazlık	.49***	.32***	1				101.00	19.65
4. Duygusal OSDE	.08*	-.13***	.25***	1			17.33	4.58
5. İtaatkar OSDE	.20***	.02	.38***	.43***	1		7.30	2.11
6. Gizli OSDE	.20***	.04	.33***	.31***	.46***	1	17.35	4.92

Not. OSDE = Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi. * $p < .05$, *** $p < .001$

4.2. Ana Analizler

4.2.1. Varsayımsal Yol Modelinin Test Edilmesi

Bu çalışma kapsamında, cesaret bağımsız değişken, öz-şefkat ve yılmazlık aracı değişken ve olumlu sosyal davranış eğiliminin üç alt boyutu (duygusal, gizli, itaatkar) bağımlı değişken olarak varsayılmıştır. Değişkenler arasındaki doğrudan, dolaylı ve toplam etkinin elde edilmesi için yapısal eşitlik modelinin özel bir çeşidi olan yol analiziyle çalışmanın varsayımsal modeli test edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkilere geçmeden önce, modelin uyum değerleri incelenmiştir. Yapısal eşitlik modelinin bir alt türü olan yol analizi çalışmalarında modelin uyumuna ilişkin değerlendirme yapabilmek amacıyla uyum iyiliği istatistiklerine (goodness of fit index) başvurulması gerekmektedir (Acock, 2013). Yapısal eşitlik modellerinin istatistiksel uyum değerlerini incelemek için çeşitli ölçütler öne sürülmüştür. Bu çalışma kapsamında ki-kare (χ^2) iyilik uyumu, ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranı (χ^2/sd), yaklaşık hataların karekökü (RMSEA), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI), standardize edilmiş artık ortalamalar (SRMR) kullanılmıştır. Söz konusu ölçütler için alanyazında farklı değerler kullanılmaktadır. Bu değerler Tablo 4.2.'te sunulmuştur.

Tablo 4.2.

Uyum İstatistikleri için Kesim Değerleri

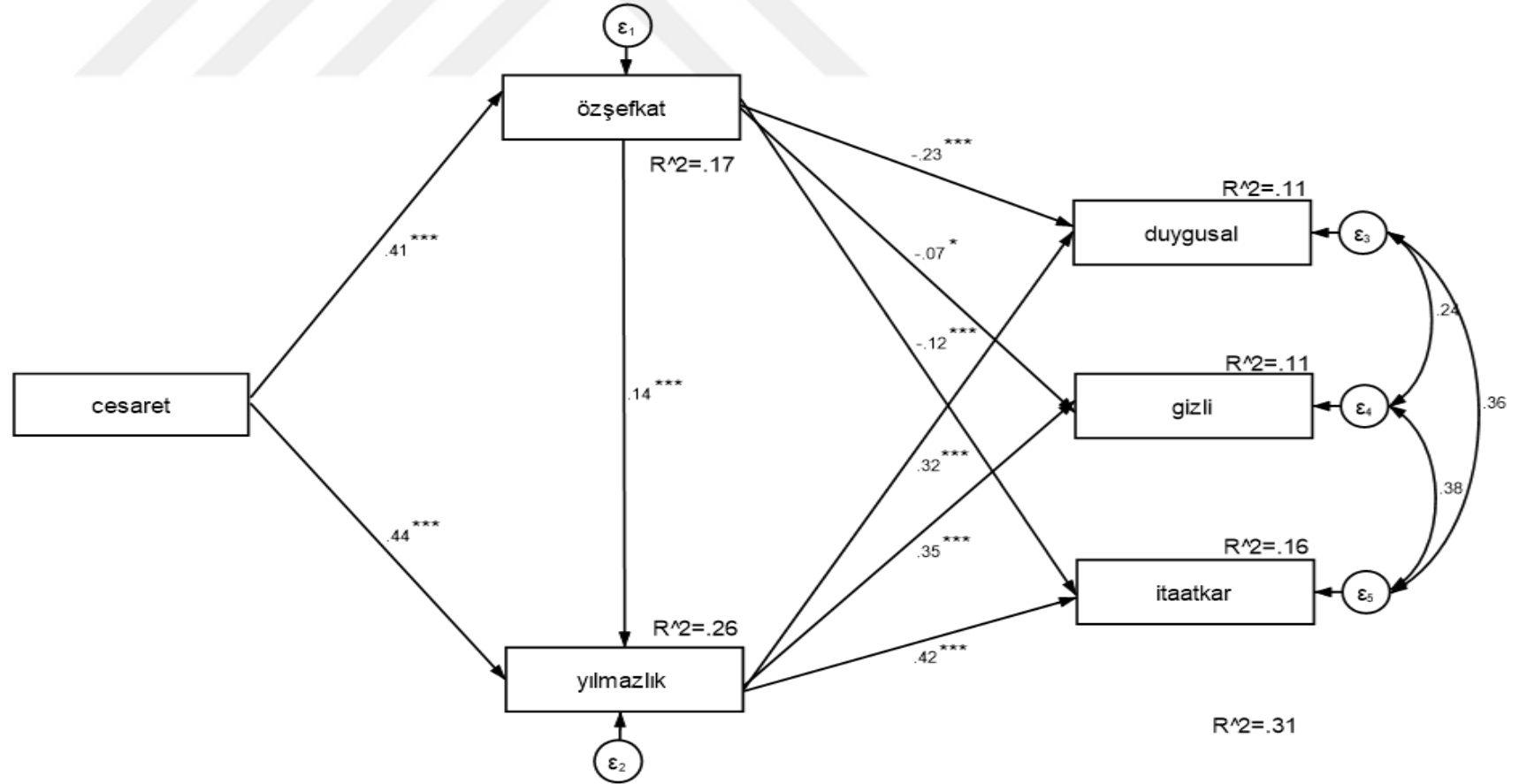
Uyum Ölçütü	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Kaynakça
χ^2	$p < .05$	$p > .05$	Kline (2016)
χ^2/sd	$0 \leq \chi^2/sd \leq 2$	$2 \leq \chi^2/sd \leq 3$	Schumacker ve Lomax, (2015); Kline (2016)
RMSEA	$.00 \leq RMSEA \leq .05$	$.05 \leq RMSEA \leq .08$	Keith (2019); Kline (2016)
CFI	$.95 \leq CFI \leq 1.00$	$.90 \leq CFI \leq .95$	Acock (2013); Hu & Bentler (1999)
SRMR	$.00 \leq SRMR \leq .05$	$.05 \leq SRMR \leq .10$	Kline (2016); Schermelleh-Engel ve ark. (2003)

İlk incelemede, modelin uyum değerlerinin kabul edilen uyum değerlerinden aşağıda olduğu görülmüştür [$\chi^2 (6) = 321.269, p < .05; \chi^2/sd = 53.54; RMSEA = .23$ (CI 90% = .21-.25); CFI = .74; SRMR = .11]. Düzeltme indisleri incelendiğinde, olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutları olan duygusal, gizli ve itaatkarın hata puanları arasında yüksek düzeltme değerleri olduğu görülmüştür. Bu nedenle, bu değişkenlerin hata puanları birbirine bağlanmıştır. Modelin son haliyle, yol analizi tekrar yürütülmüştür. Tablo 4.2.'de modelin uyum değerlerinin hepsinin kriter alınan ölçütlere göre istenen değer aralıklarında olduğu görülmektedir. Yeni sonuçlar, modelin çok iyi derecede uyum istatistiklerine sahip olduğunu göstermektedir [$\chi^2 (3) = 5.349, p > .05; \chi^2/sd = 1.783; RMSEA = .028$ (CI 90% = .00-.065); CFI = .998; SRMR = .014]. Önerilen modelin veriye uygunluğu incelendiğinde modelin χ^2 , χ^2/sd , RMSEA, CFI, SRMR uyum istatistiklerinin ölçme modelinin veriye mükemmel uyum sağladığını gösterdiği ifade edilebilir.

Modelin uyum istatistikleri mükemmel uyum değerlerine sahip olduğu için, modelin yol analizi kullanılarak test edilmesine geçilmiştir. Yol analizi sonuçları aşağıda verilerek, değişkenler arasındaki doğrudan ilişkilere yönelik sonuçlar Şekil 4.1.'de sunulmuştur.

Şekil 4.1.

Varsayımsal Modelin Yol Analizi Sonuçları



4.2.2. Modele İlişkin Toplam, Doğrudan ve Dolaylı Etkiler

İlk olarak, doğrudan etkiler incelenmiştir. Cesaretin hem öz-şefkat ($\beta = .41, p < .001$), hem de yılmazlık ile ($\beta = .44, p < .001$) olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Öz-şefkatin yılmazlık ile ilişkisine bakıldığı zaman ise, olumlu yönde bir ilişki olduğu görülmektedir ($\beta = .14, p < .001$). Olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan duygusal olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutunun öz-şefkat ile ($\beta = -.23, p < .001$) olumsuz, yılmazlık ile ($\beta = .32, p < .001$) olumlu yönde bir ilişkisi olduğu görülmektedir. Olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan gizli olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutun öz-şefkat ile ($\beta = -.07, p < .05$) olumsuz yönde, yılmazlık ile ($\beta = .35, p < .001$) olumlu yönde bir ilişkisi olduğu görülmektedir. Olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan itaatkar olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutunun öz-şefkat ile ($\beta = -.12, p < .05$) olumsuz yönde, yılmazlık ile ($\beta = .42, p < .001$) olumlu yönde bir ilişkisi olduğu görülmektedir.

İkinci olarak, dolaylı etkiler incelenmiştir. Cesaretin yılmazlık ile dolaylı ilişkisine bakıldığı zaman olumlu yönde bir ilişki olduğu görülmektedir ($\beta = .06, p < .001$). Olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan duygusal olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutunun hem cesaret ile ($\beta = .07, p < .01$), hem de öz-şefkat ile ($\beta = .04, p < .001$) olumlu yönde bir ilişkisi olduğu görülmektedir. Olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan gizli olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutun hem cesaret ile ($\beta = .15, p < .001$) hem de öz-şefkat ile ($\beta = .05, p < .001$) olumlu yönde ilişkisi olduğu görülmektedir. Olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan itaatkar olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutu hem cesaret ile ($\beta = .16, p < .05$) hem de öz-şefkat ile ($\beta = .06, p < .001$) olumlu yönde ilişkilidir.

Son olarak, doğrudan ve dolaylı etkilerin birlikte değerlendirildiği toplam etkiler incelenmiştir. Cesaretin yılmazlık ile arasındaki ilişkide toplam etkinin ($\beta = .49, p < .001$) olumlu yönde olduğu görülmektedir. Olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan duygusal olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutunun öz-şefkat ile ilişkisinde toplam etkinin olumsuz yönde olduğu görülmektedir ($\beta = -.19, p < .001$). Olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan gizli olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutun öz-şefkat ile ilişkisinde toplam etkinin olumsuz yönde olmasına rağmen, bu ilişki istatistiksel olarak

anlamalı değildir ($\beta = -.02, p > 0.5$). Benzer şekilde, olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan itaatkar olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutunun öz-şefkat ile ilişkisinde toplam etkinin olumsuz yönde olmasına rağmen, bu ilişki istatistiksel olarak anlamalı değildir ($\beta = -.06, p > .05$).

Öz-şefkat, cesaret tarafından yordlanmaktadır ve cesaret puanları öz-şefkat puanlarındaki varyansın %17'sini açıklamaktadır. Yılmazlık, cesaret tarafından hem dolaylı hem de doğrudan ve öz-şefkat tarafından doğrudan yordlanmaktadır. Bu model, yılmazlık puanlarındaki varyansın %26'sını açıklamaktadır. Olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutları olan duygusal, gizli ve itaatkar alt boyutu, cesaret tarafından dolaylı, öz-şefkat tarafından doğrudan ve dolaylı ve son olarak yılmazlık tarafından doğrudan yordlanmaktadır. Bu model, olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan duygusal alt boyutunun puanlarındaki varyansın %11'ini, gizli alt boyutun %11'ini, itaatkar alt boyutun ise %16'sını açıklamaktadır. Tüm bu değişkenler ise modeldeki varyansın %31'ini açıklamıştır. Doğrudan, dolaylı ve toplam etkiler Tablo 4.3.'te sunulmuştur.

Tablo 4.3.

Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Etkiler

	Doğrudan etki	Dolaylı etki	Toplam etki	R ²
Öz-şefkat				.17
Cesaret -> Öz-şefkat	.41***		.41***	
Yılmazlık				.26
Cesaret -> Yılmazlık	.44***	.06***	.49***	
Öz-şefkat -> Yılmazlık	.14***	-	.14***	
Duygusal				.11
Cesaret -> Duygusal	-	.07**	.07**	
Öz-şefkat -> Duygusal	-.23***	.04***	-.19***	
Yılmazlık -> Duygusal	.32***	-	.32***	
Gizli				.11
Cesaret -> Gizli	-	.15***	.15***	
Öz-şefkat -> Gizli	-.07*	.05***	-.02	
Yılmazlık -> Gizli	.35***	-	.35***	
İtaatkar				.16
Cesaret -> İtaatkar	-	.16***	.16***	
Öz-şefkat -> İtaatkar	-.12***	.06***	-.06	
Yılmazlık -> İtaatkar	.42***	-	.42***	

Not. Duygusal = Duygusal Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi; Gizli = Gizli Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi = ; İtaatkar = İtaatkar Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

4.2.3. Hipotez Testi

Hipotez 1: Cesaretin öz-şefkat ve yılmazlık ile olumlu yönde ilişkili olduğu varsayılmıştır. Bu hipotezi destekler nitelikte olarak, cesaretin, öz-şefkat ile doğrudan ve yüksek düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür ($\beta = .41$, $p < .001$). Bununla birlikte, cesaretin yılmazlık ile doğrudan yüksek düzeyde ve olumlu yönde ($\beta = .44$, $p < .001$) ve dolaylı olarak da ($\beta = .06$, $p < .001$) olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür.

Hipotez 2: Öz-şefkatin yılmazlık ile olumlu yönde ilişkili olduğu varsayılmıştır. Bu hipotez ile tutarlı olarak, öz-şefkatin yılmazlık ile doğrudan olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür ($\beta = .14$, $p < .001$).

Hipotez 3: Öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğilimi ile olumlu yönde ilişkili olduğu varsayılmıştır. Ancak, bu çalışmanın bulguları bu hipotezi desteklememiştir ve varsayılandan zıt bir ilişki bulunmuştur. Öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğiliminin alt

boyutlarından olan duygusal olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutu ile olumsuz yönde ($\beta = -.23, p < .001$), gizli alt boyutu ile olumsuz yönde ($\beta = -.07, p < .05$) ve itaatkar alt boyutu ile de olumsuz yönde ($\beta = -.12, p < .001$) ilişkili olduğu görülmüştür.

Hipotez 4: Yılmazlığın olumlu sosyal davranış eğilimi ile olumlu yönde ilişkili olduğu varsayılmıştır. Bu varsayıma paralel olarak, yılmazlığın olumlu sosyal davranış eğilimi ile doğrudan olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Yılmazlığın olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan duygusal olumlu sosyal davranış eğilimi alt boyutu ile olumlu yönde ($\beta = .32, p < .001$), gizli alt boyutu ile olumlu yönde ($\beta = .35, p < .001$) ve itaatkar alt boyutu ile de olumlu yönde ($\beta = .42, p < .001$) ilişkili olduğu görülmüştür.

Hipotez 5: Cesaretin olumlu sosyal davranış eğilimi ile dolaylı ve olumlu yönde ilişkili olduğu varsayılmıştır. Bu hipotez ile tutarlı olarak; cesaret, öz şefkat ve yılmazlık aracılığıyla olumlu sosyal davranış eğiliminin duygusal alt boyutu ile olumlu yönde ($\beta = .07, p < .001$), gizli alt boyutu ile olumlu yönde ($\beta = .15, p < .001$) ve itaatkar alt boyutu ile olumlu yönde ($\beta = .16, p < .001$) ilişkili olduğu görülmüştür.

4.2.4. Sonuçların Özeti

Bu araştırmanın amacı, Türkiye’de düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın gelişimindeki koruyucu faktörleri ve yılmazlığın olumlu sonuçlarını test etmektir. Bu araştırma kapsamında cesaret ve öz-şefkat koruyucu faktörler, olumlu sosyal davranış eğilimi ise olumlu sonuçlar kapsamında ele alınmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik literatürdeki güncel kuram ve çalışmalara ilişkin bilgiler doğrultusunda bir modelin test edilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda sözkonusu değişkenler arasında pek çok doğrudan ve dolaylı etkinin yer aldığı bir model test edilmiştir.

Yol analizi sonucunda ortaya çıkan doğrudan ve dolaylı etkiler göz önünde bulundurulduğunda, cesaretin, öz-şefkat ile doğrudan ve yüksek düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Aynı zamanda, cesaretin, yılmazlık ile hem doğrudan hem de dolaylı olarak olumlu yönde yüksek düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca, öz-şefkatin de yılmazlık ile doğrudan olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu çalışmada, öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğilimi ile olumlu yönde ilişkili olduğu varsayılmıştır. Diğer yandan,

araştırmanın şaşırtıcı bir sonucu olarak, bu çalışmanın bulguları bu hipotezi desteklememiştir. Öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğiliminin tüm alt alt boyutları ile olumsuz yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bununla beraber, yılmazlığın olumlu sosyal davranış eğiliminin tüm alt boyutları ile doğrudan olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Araştırmada varsayılan hipotez ile paralel olarak, cesaretin olumlu sosyal davranış eğilimi ile dolaylı ve olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Cesaretin, hem öz şefkat hem de yılmazlık aracılığı ile olumlu sosyal davranış eğiliminin tüm alt boyutları ile olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür.



BÖLÜM V

TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın, cesaretin, öz-şefkatin ve olumlu sosyal davranış eğilimin rolünü ortaya koymayı amaçlayan yol modelinde etkili olabileceği düşünülen bulgulara yönelik tartışma ve yorumlara yer verilmiştir.

5.1. Araştırmada Ele Alınan Değişkenler Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu araştırmanın amacı, Türkiye’de sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı 9., 10., 11. ve 12. sınıf ergenlerde yılmazlığın gelişimindeki koruyucu faktörleri ve bunların olumlu sonuçlarını bir model aracılığı ile test etmektir. Bu araştırma kapsamında cesaret ve öz-şefkat koruyucu faktörler, olumlu sosyal davranış eğilimi ise olumlu sonuçlar kapsamında ele alınmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik literatürdeki güncel kuram ve çalışmalara ilişkin bilgiler doğrultusunda bir modelin test edilmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda, Şekil 1.1.'de (bkz. s. 8) önerilen ve sunulan modeli test etmek için, Yapısal Eşitlik Modelinin bir türü olan yol analizi kullanılmıştır.

Bu araştırma kapsamında önerilen model, daha önceki araştırmalar temel alınarak, yılmazlık ile ilgili alanyazına paralel olarak yapılandırılmıştır. Yılmazlığa ilişkin modelleme çalışmalarında, yılmazlığın “sonuç değişkeni”, “süreç değişkeni” ve yılmazlığın doğrudan ölçülmesine yönelik herhangi bir ölçme aracı kullanılmadan, risk faktörleri ile olumlu-olumsuz çıktılar arasındaki koruyucu faktörlerin ele alınmasıyla birlikte “yılmazlığa atıf yapılan” araştırmalar bulunmaktadır (Üzbe-Atalay, 2019). Bu araştırmada, cesaretin ve öz şefkatin bireysel koruyucu faktörler görevi görerek ergenlerin yılmazlığını yordayabileceği, yılmazlığın ise olumlu sosyal davranış eğilimini yordayabileceği varsayılmıştır. Bu

kapsamda olumlu sosyal davranış eğilimi, “yılmazlığın olumlu sonuçları” çerçevesinde ele alınmıştır. İçsel ve dışsal koruyucu faktörlerin hem kendi içlerindeki etmenlerle hem de birbirleri arasında etkileşimsel bir ilişkinin olmasından dolayı (Mandleco ve Perry, 2000) araştırmada ele alınan tüm değişkenlerin yılmazlık ile ilişkisine yönelik bulgular tartışılmıştır.

5.1.1. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Cesaretin Öz-Şefkat ve Yılmazlık ile İlişisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu çalışmada, araştırmanın dezavantajlı grubunu oluşturan düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip ergenlerde yılmazlığın gelişiminde önemli bir içsel koruyucu faktör olarak ele alınan cesaret kavramı incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip ergenlerin cesaret düzeylerinin hem doğrudan hem de dolaylı olarak yılmazlık düzeyleri ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İlgili alanyazın incelendiğinde düşük-sosyoekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın gelişiminde Adleryan yaklaşım bağlamında cesaret kavramının ele alındığı çalışmalara rastlanmamaktadır. Türkiye’de cesaretin içsel bir koruyucu faktör olarak ele alındığı bir araştırma bulunmakta olup (Üzbe-Atalay, 2019) çeşitli dezavantajlara sahip farklı gruplarda cesaret kavramının stres sonrası büyümeyi sağlayan önemli bir değişken olarak ele alındığı çalışmalara rastlamak mümkündür (Bowen, 2016; Chiesi ve ark., 2022; Hannah, Sweeney ve Lester, 2007; Lodi ve ark., 2022; Maddi, 2004, 2006a; Magnano ve ark., 2017; Magnano ve ark., 2021; Woodard, 2004; Woodard ve Pury, 2007). Bu ilişki, cesaretin ergenlerin hayatında oynadığı rolle açıklanabilir. Ergenlik döneminde, daha yüksek düzeyde cesarete sahip bireylerin korkularını yönetebildikleri, farklı zorlayıcı durumlarla başa çıkma becerilerine sahip oldukları ve hedeflerine ulaşabilme doğrultusunda daha fazla motive oldukları görülmektedir (Magnano ve ark., 2017). Bu kapsamda düşünüldüğünde, bireyleri zorluklarla yüzleşme konusunda destekleyebilecek bir değişken olarak cesaretin (Pury, 2009; Roochnik, 2015; Wetterneck ve ark., 2013), ergenlerdeki yılmazlığın gelişimine katkı sağladığı düşünülebilir. Bu çalışmadan elde edilen bulgular, cesaretin düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın doğrudan, pozitif ve yüksek düzeyde bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymaktadır.

Bu varsayıma ek olarak, bu araştırmada cesaretin ergenlerde yılmazlıkla nasıl ilişkili olabileceği konusunda görgül bir veri bulunmaktadır. Ergenlerin cesaret düzeyleri yılmazlık düzeylerini yalnızca doğrudan yordamamaktadır. Aynı zamanda öz şefkat aracılığı ile de yordamaktadır. Diğer bir deyişle, cesaret düzeyi artan ergenlerin öz-şefkatleri de artmakta ve bu da yılmazlık düzeylerinin artmasıyla sonuçlanmaktadır. İlgili alanyazına bakıldığında bu bulguların anlamlı olduğu görülmektedir. Örneğin, daha yüksek düzeyde cesarete sahip bireylerin kendileri için terapiye daha başarılı bir şekilde katıldıkları ve daha iyi sonuçlar aldıkları görülmektedir. Bu doğrultuda cesaret, benimsenen değerler doğrultusunda hareket etmek adına önemli bir rol oynayabilir. Cesaret arttıkça, istenmeyen durumlar ve olaylar karşısında işlevsel eylemde bulunma olasılığı da artar. Böylece cesaret ve öz-şefkatin hizmet ettiği davranış, istenmeyen durumları daha katlanılabilir bir şeye dönüştürme potansiyeline sahip olabilir (Wetterneck ve ark., 2013). Cesaret, bilgelikle birleştiğinde, insanlıkla ilgili olan adaletin yanı sıra, kişinin kendisiyle ilgili ölçülü olmasını da içerir. Cesaretin varoluşçu bir yaklaşım ile bireyin “kendisi gibi” olmasını sağlayan bir yönü vardır (Tillich, 1980). Cesaret, hayatın sorumluluğunu almayı da beraberinde getirir. Böylece, herhangi birisi için değil, bireyin kendi kahramanının kendisi olmasını sağlar. Böylece birey hem insanlığa hem de kendi benliğine dair güçlü bir kişisel inanç ile psikolojik olarak daha esnek bir yaklaşımı benimser. Böylece birey, diğer insanlarla bağlantıda kalırken, bir yandan bilgelik ve esneklikle kişinin kendisine olan yaklaşımını daha işlevsel kılar (Medina, 2008). Aynı zamanda, araştırmalar, kendilerini cesur olarak nitelendiren bireylerin hem kendilerinin hem de hayatın olumlu yönlerini görerek daha işlevsel bir bakış açısına sahip olduklarını göstermektedir (Hannah ve ark., 2007; Magnano ve ark., 2021). Bu bağlamda, bireylerin sahip olduğu cesaretin hem öz-şefkati hem de yılmazlığı teşvik etmesi anlamlıdır.

5.1.2. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Öz-Şefkatin Yılmazlık ile İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu çalışmada, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın gelişimine yönelik olarak önemli bir içsel koruyucu faktör görevi gören öz-şefkat kavramı incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde öz-şefkatin yılmazlık ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öz-şefkatin olumsuzluklar karşısında sağduyulu ve güçlü kalabilmeyi sağlaması (Kurtoglu

ve Başgöl, 2020), dayanıklılık ve başa çıkmayı kolaylaştıran önemli bir yapı olması (Leary ve ark., 2007) bakımından, öz-şefkatin ergenlerin yılmazlığında bireysel koruyucu faktör görevi gördüğü söylenebilir. Bu bağlamda, bu araştırma sonucunda elde edilen bulguların, öz-şefkatin stresli durumlardan kaynaklanan uyumsuz sonuçlara karşı ergenler için koruyucu faktör görevi gördüğünü gösteren araştırmalarla (Chu ve ark., 2018; Marshall ve ark., 2015; Zeller ve ark., 2015) paralel sonuçlara ulaştığı görülmektedir.

Araştırmanın bu bulgusu, öz-şefkate sahip düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerin yılmazlık eğilimlerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu durum, öz-şefkat sayesinde bireyin kendisine karşı şefkatle yaklaşarak kendisini geliştirme arzusuna sahip olması ve böylece içinde bulunduğu zorlayıcı durum ile baş etme konusunda motive olmasıyla (Chen ve George, 2005) açıklanabilir. Neff'e (2003a) göre öz-şefkat, acı ya da başarısızlıklarda kendine karşı nazik ve anlayışlı olmayı, sert bir şekilde özeleştirii yapmak yerine zorlayıcı bireysel deneyimleri tüm insani deneyimlerin doğal bir yanı olarak kabul etmeyi gerektirir. Bilişlere, duygulara ve dış dünyaya karşı hoşgörölü ve empatik olmanın bu yolu, bireylere kendi benliklerine karşı daha yargılayıcı olmayan bir tutum kazandırır ve deneyimlere karşı daha gerçekçi ve otantik bir bakış açısı sağlar. Kişinin bu zor anlarında kendisine karşı olumlu hisler geliştirmesini sağlayarak, olumsuzluklara karşı bariyer görevi görebilmektedir (Leary ve ark., 2007).

Öz-şefkat, ergenlerin kendilerine yönelik algıları konusunda olumlu yönde bir bakış açısı sağlayarak, yılmazlığın gelişiminde önemli bir role sahip olabilir. Neff ve McGehee'nin (2010) çalışmalarında, öz-şefkatin ergenlerin yılmazlığına yönelik koruyucu bir faktör olarak katkı sağlayan bir etmen olduğunu ortaya koyması, bu teorik varsayımları destekler niteliktedir. Benzer olarak, öz-şefkatin olumsuz deneyimlere ve zorlayıcı yaşantılara karşı daha kabullenici bir yaklaşımı beraberinde getirdiği görölmüştür (Bluth, Mullarkey ve Lathren, 2018; Trompeter, Klein ve Bohlmeijer, 2016). Bu bakış açısıyla, öz-şefkat, olumsuzluklar karşısında ergenlerin yılmazlık özellikleri gösterebilmesi açısından önemli bir koruyucu faktör görevi görmektedir.

Ergenlik sürecindeki bireyler, kendileriyle ilgili olumlu ve olumsuz değerlendirmeler yoluyla kimlik oluşturmaya başlarlar (Cole ve ark., 1999). Olumsuz değerlendirmede bulunma yollarından olan özeleştirii, bireyin kendisine yönelik olarak algıladığı yetersizliğe

karşı bir tepki geliştirmesidir (Gilbert ve ark., 2014). Bu dönemde öz-şefkat aracılığı ile olumsuz ve acımasız öz yargılara sahip olmamak, yılmazlığa giden yolları açarak ergenlere farklı bir bakış açısı kazandırabilir (Neff ve McGehee, 2010; Trompetter, Klein ve Bohlmeijer, 2016). Çünkü, öz-şefkat ile bireyin kendisine karşı anlayışlı ve destekleyici davranışları gelişmektedir. Böylece, öz-şefkatin etkili başa çıkma, zihinsel, duygusal dinginlik ve iyilik hali getirmesiyle, çeşitli toplumlar için yılmazlığı kolaylaştırdığı düşünülmektedir. Böylece birey “yeterince iyi olmadığı” düşünceleri ile kendisini cezalandırmak yerine kendisine nazik ve cesaret verici davranmayı seçer (Neff ve Dahm, 2015).

5.1.3. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Öz-Şefkatin Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ile İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu çalışmada, pozitif psikolojinin sayıltıları ile tutarlı bir şekilde öz şefkatin olumlu sosyal davranış eğilimi ile sonuçlanabileceği önerilmiştir. Fakat araştırmanın bu hipotezine zıt bir şekilde, öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğilimi ile olumsuz yönde bir ilişkisi olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Diğer bir deyişle, bireylerin öz-şefkat puanları artarken, olumlu sosyal davranış alanlarındaki (duygusal, gizli, acil) puanlarının düştüğü gözlemlenmiştir. Her ne kadar bu durum pozitif psikolojinin temel varsayımları ve bu araştırma kapsamındaki hipotezler ile çelişiyor olsa da, ilgili alanyazında bu bulgu ile tutarlı olan bulgular da yer almaktadır.

Öz-şefkat ile olumlu sosyal davranış eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu öne süren bazı çalışmalar olmasına rağmen, bulgular çok yönlüdür (Yang ve ark., 2021; Marshall ve ark., 2020). Tüm ampirik bulguların, öz-şefkat ile olumlu sosyal davranışlar arasındaki pozitif ilişkiyi desteklemediği görülmektedir. Örneğin, öz-şefkatin başkaları için endişe duyma ve yardım davranışını beraberinde getirmeyeceğini tartışan araştırmalar mevcuttur (Marshall ve ark., 2020). Benzer şekilde, yetişkin grubu ile yapılan bir çalışmada, öz-şefkatin başkalarına empati duyma ile ilişkili olmadığı bulgulanmıştır (Gerber, Tolmacz ve Doron, 2015). Yine yetişkinlerle yürütülen kesitsel bir çalışmada, öz-şefkatin başkalarına karşı şefkatli yaklaşım ile sonuçlanmadığı bulgusuna ulaşılmıştır (Lopez ve ark., 2018). Başka bir çalışmada ise, toplumdaki yetişkinler arasında öz-şefkat ile

olumlu sosyal davranışlar pozitif yönde ilişkili bulunmuştur ancak lisans öğrencilerinde iki kavram arasında pozitif yönde bir ilişki bulunamamıştır (Welp ve Brown, 2014).

İlgili alanyazında ve bu araştırmada beliren öz-şefkat ve olumlu sosyal davranış eğilimi arasındaki zıt yöndeki bu ilişki ergenlerin gelişimsel özellikleriyle de açıklanabilir. Gelişimsel yaklaşımlara göre ergenlik, benmerkezciliğin ön plana çıktığı bir dönem olarak nitelendirilir. Benmerkezcilik, başka birinin bakış açısına tam olarak odaklanamamaya yol açar (Artar, 2007; Borke, 1971; De Rosenroll, 1987; Rai ve ark., 2016). Bu durum ise olumlu sosyal davranışta bulunma ile tezat oluşturabilmektedir.

Olumlu sosyal davranışta bulunabilmenin öncüllerinden birisi olarak “empati” gösterilmektedir. Ben-merkezciliğin, olumlu sosyal davranışların en temel bileşenlerinden biri olan empati ile negatif yönde ilişkili olması (Buckley ve ark., 1979) bu savı destekler niteliktedir. Piaget, sosyal duyarlılığın yaşla birlikte arttığını belirtmiştir. Dolayısıyla, araştırmada elde edilen öz-şefkat ve olumlu sosyal davranış eğilimi arasındaki zıt yönlü ilişki, yukarıdaki görgül araştırmalara dayanarak, ergenlik döneminde ergen ben-merkezciliğinin baskın olması ve bunun sonucunda ergenin kendisini çok önemli görmesi, kendisiyle ilgilenmesi, bilişsel ve duygusal anlamda perspektif alma yetkinliğinin sınırlı olmasını da beraberinde getirdiği ile açıklanabilir.

5.1.4. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Yılmazlığın Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ile İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu araştırma kapsamında, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın önemli bir olumlu sonuç değişkeni ve yeterlik alanı olarak olumlu sosyal davranış eğilimi ele alınmıştır. Önemli bir olumlu sonuç değişkeni olarak araştırmalarda incelenen olumlu sosyal davranışların (Masten ve Reed, 2002) günümüzde yılmazlık ile olan ilişkisi bağlamında incelendiği çalışmalar olduğu görülmektedir. Olumlu sosyal davranışlar üzerine yapılan araştırmaların, farklı dezavantajlara sahip olan ve farklı gruplarda yer alan ergen örneklemleri ile yürütülmesi bazı araştırmacılar tarafından önerilmektedir (örn., Davis ve Carlo, 2019; Flouri & Sarmadi, 2016; Taylor & Carlo, 2021; Grazzani ve ark., 2022). Bu bağlamda, bu araştırma düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlere özgü niteliktedir.

Bu araştırmanın bulgularına göre, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın doğrudan olumlu sosyal davranış eğilimi ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yani, ergenlerde yılmazlık arttıkça olumlu sosyal davranış eğiliminin de arttığı söylenebilir. Bu bulgunun alanyazın ışığında ilgili araştırmalarla paralel çıktılarının olduğu görülmektedir.. Alanyazında da, yılmazlık ile bireylerin olumlu sosyal davranış eğilimleri arasında doğrudan pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (Carelli, Lizzori ve Zanetti, 2020; Esparza ve ark., 2022; Grazzani ve ark., 2022; Reig ve ark., 2022; Xue ve ark., 2022; Zhao ve ark., 2020). Sosyal farkındalık, çocukluktan itibaren gelişim gösteren empati kurabilme, olumlu sosyal davranışlarda bulunma, başkalarının bakış açısına değer verme ve onları anlama gibi özellikleri kapsar (Grazzani ve ark., 2017; Ornaghi, Conte ve Grazzani, 2020). Bu durumun, yılmazlık özelliklerini gösteren bireylerin sadece kendilerine odaklanmamaları, zorlayıcı yaşam deneyimleriyle başa çıkmada daha esnek olmaları ve olumsuz algıları ve durumları olumlu eyleme dönüştürebilme yetileri ile paralel olduğu görülmektedir (Brown ve Lichter, 2006; Esparza-Reig ve ark., 2022).

Diğer yandan, Türk kültüründe genel olarak toplulukçu değerlerin ön planda olmasıyla birlikte, bireyler ilişki kurmaya ve paylaşmaya önem verirler (Halub, Sauber ve Stück, 2012). Ergenin içinde yaşadığı toplumun olumlu özellikleri, anne ve babanın eğitim düzeyi, ergenin aldığı eğitim ve sosyo-ekonomik statü, sosyal ve ahlaki gelişimi etkileyen önemli etmenlerdendir (Akçınar, Baydar ve Kağıtçıbaşı, 2018; Eisenberg ve Valiente, 2002). Toplulukçu kültürlerin paylaşımcı yönü, çeşitli stres faktörleri ile başa çıkmak için bireylerin ihtiyaç duydukları kaynakları sağlayabilir ve böylece bu bireyler daha fazla olumlu sosyal davranışlar sergileyebilirler. Yılmazlık özelliği gösteren bireylerin sorumluluk üstlenmesi ve dolayısıyla olumlu sosyal davranışlara yönelmeleri daha olasıdır. Böylece yılmazlığın bu yönü, olumlu sosyal davranışları teşvik ederek işlevsel kişilerarası ilişkiler kurmada önemli bir rol oynar (Xue ve ark., 2022).

5.1.5. Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Cesaretin Dolaylı Olarak Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ile İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu araştırma kapsamında, düşük-sosyo ekonomik düzeye sahip ergenlerde yılmazlığın gelişiminde önemli bir içsel koruyucu faktör olarak ele alınan cesaret kavramı ile sonuç değişkeni olarak ele alınan olumlu sosyal davranış eğilimi arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışmada, düşük-sosyoekonomik düzeydeki ergenlerin cesaret düzeyleri ile olumlu sosyal davranış eğilimi arasında dolaylı olarak (öz-şefkat ve yılmazlık aracılığıyla) pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgu, hem görgül araştırmalarla hem de kuramsal yaklaşımlarla uyum içindedir.

İlgili alanyazın incelendiğinde düşük-sosyoekonomik düzeydeki ergenlerin yılmazlığına yönelik olarak cesaret ile birlikte olumlu sosyal davranışların ele alındığı çalışmalara rastlanmasa da, çocukları cesaretlendirmeye yönelik çalışmaların olumlu sosyal davranış eğilimini arttırdığına yönelik bulgular mevcuttur. Örneğin, sözel olarak çocukları cesaretlendirme ve onları duyguları hakkında konuşmaya teşvik etme, çocukların yardım etmesi, paylaşması ve empati ile ilişkilendirilmiştir (Brownell ve ark., 2013). Aynı zamanda, ebeveynlerin olumlu sosyal davranışları cesaretlendirmesinin çocukların olumlu sosyal davranışlarını arttırdığı bulunmuştur (Bower ve Casas, 2016). Diğer yandan cesaret, sosyal açıdan faydalı etkinliklere dahil olma, insanlıkla daha yakın temas, zorlukların kabulü gibi olumlu çıktıları da beraberinde getirir (Blagen ve Yang, 2009). Örneğin, cesaret ile olumlu sosyal davranış eğilimi arasındaki ilişki aşağıda sunulan örnek üzerinden ele alınabilir:

“Cesaret ve şefkat aynı madalyonun iki yüzüdür. İçinde cesaret barındırmayan şefkat hakiki değildir. Şefkatli bir düşünceniz veya temenniniz olabilir, ancak bir şey yapmaz veya söylemezseniz, bu gerçek şefkat olmaz.” (Ikeda, 2006)

Finfgeld (1999) cesaretin mücadele etme ve başka insanlara yardım etme yönünü vurgulamıştır. Yaşamdaki zorluklara rağmen, kendini onaylama ve çeşitli alanlara dahil olma cesaretini yansıtan faydalı tutumlar, sosyal ve bireysel gelişime katkı sağlar. Çünkü Adler'e göre cesaret, uyum sağlamanın işlevsel tarafına geçebilmenin, yaşam görevleriyle yüzleşebilmenin, hata riskini göze alabilmenin bir ön koşuludur (Blagen ve Yang, 2009). Bu

ilişki, kendilerinin dışındaki bireylere katkısı (sosyal ilgi) temel alan Adleryan bir bakış açısı ile değerlendirilebilir. Adleryan yaklaşıma göre, sağlıklı bir bireyin en temel niteliklerinden biri, başkalarının da yararını önemsemektir. Benzer şekilde, Rate (2010) ile Woodard ve Pury (2007) olumlu sosyal davranışların cesur davranışlar olabileceğini belirterek, bu davranışların kişisel faydaya yönelik çıktılardan ziyade, gönüllü olarak meydana gelen cesur eylemler olduğuna dikkat çekmişlerdir.

Bireyin, başka birinin fayda görmesi doğrultusunda bir eyleme geçebilmesi için, cesarete sahip olması gerekir. Adleryan yaklaşım bağlamında cesaretin risk almaya, kişisel sorumluluğa ve kolektif çabaya dayalı bir model olarak işbirliğine önem veren bir dünya görüşünü yansıttığı görülmektedir. Adler'e göre, cesaretin iyimser bir görüş sağlamasıyla birlikte, sağlıklı bir birey herkes için daha iyi bir gelecek için işbirliği yapar ve bunu yaparken, mevcut zorluklara meydan okumak için sahip olduğu bağımsızlık ve cesaret ile eyleme geçer. Cesaret ile donatılmış bireyler, toplumsal uyum süreçlerinde daha kolay uyum sağlarlar (Dreikurs, 1991). Pozitif psikoloji yaklaşımı dahilinde cesaret çemberinin cömertlik ve sorumluluk alma gibi değişkenleri de içinde barındırdığı görülmektedir (Brendtro ve ark., 2005). Cesaretin eylemsel olan bu yönü, cesur bireylerin olumlu sosyal davranış eğilimini açıklar niteliktedir. Adleryan yaklaşım bağlamında cesaretin başkalarına ve topluma katkıda bulunmayı sağlayan bu yönünün yaşam sorunlarıyla cesaretle yüzleşmek ve kişinin hem kendisi hem de başkaları için sorumluluk üstlenmesini de beraberinde getirir (Brendtro ve arkadaşları, 2005). Bu bağlamda cesaretin, ergenlerin olumlu sosyal davranış eğilimi ile pozitif yönde bir ilişkisi olması anlamlıdır.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sürecinde elde edilen bulgular doğrultusunda ulaşılan sonuçlara ve önerilere yer verilmiştir. İlk olarak, araştırmada literatüre dayalı olarak önerilen varsayımsal modelin Türk kültüründe düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenler üzerinde test edilmesine yönelik sonuçlar sunulmuştur. İkinci olarak, araştırmacılara ve uygulayıcılara yönelik önerilere yer verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

Araştırma kapsamında elde edilen bulgular doğrultusunda aşağıdaki sonuçlar sunulabilir:

1- Araştırmada kullanılan bütün ölçme araçlarının bu çalışmanın araştırma grubunu oluşturan sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı olan ergenler için güvenilirlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Elde edilen sonuçlar, tüm ölçme araçlarının ergenlerde kullanılmak üzere ilgili özellikleri güvenilir bir şekilde ölçebildiğini ortaya koymuştur.

2- Araştırma kapsamında önerilen varsayımsal yol modeli sonuçları incelendiğinde, modelin çok iyi derecede uyum istatistiklerine sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca, araştırmada sunulmuş olan modelin parametre tahminlerine, doğrudan ve dolaylı etkilerine yönelik olarak tüm bulguların kuramsal bir temele ve alanyazındaki araştırma bulgularına dayandırılması ile tüm yolların anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3- Bu araştırma kapsamında elde edilen sonuçlara göre, cesaretin, öz-şefkat ile doğrudan olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Cesaretin, öz-şefkatin pozitif ve anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

4- Bu araştırmada elde edilen bulgulara, cesaretin yılmazlık ile hem doğrudan hem de dolaylı olarak olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Cesaretin, yılmazlığın pozitif ve anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

5- Bu araştırma kapsamında, öz-şefkatin yılmazlık ile doğrudan olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. z-şefkatin yılmazlığın pozitif ve anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

6- Bu araştırmada, öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğilimi ile olumlu yönde ilişkili olduğu varsayılmıştır. Ancak, bu çalışmada elde edilen bulgular bu hipotezi desteklememiştir ve varsayılandan zıt bir ilişki bulunmuştur. z-şefkatin olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan duygusal, gizli ve itaatkar olumlu sosyal davranış eğilimleri ile olumsuz yönde ilişkili olduğu görülmüştür. z-şefkatin, olumlu sosyal davranış eğiliminin negatif ve anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

7- Bu araştırmada elde edilen sonuçlara göre, yılmazlığın olumlu sosyal davranış eğilimi ile doğrudan olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Yılmazlığın olumlu sosyal davranış eğiliminin alt boyutlarından olan duygusal, gizli ve itaatkar olumlu sosyal davranış eğilimi ile olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Yılmazlığın, olumlu sosyal davranış eğiliminin pozitif ve anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

8- Bu araştırmada, cesaretin olumlu sosyal davranış eğilimi ile dolaylı ve olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Cesaretin, z-şefkat ve yılmazlık aracılığıyla olumlu sosyal davranış eğiliminin duygusal, gizli ve itaatkar alt boyutları ile olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Cesaretin, z-şefkat ve yılmazlık aracılığı ile olumlu sosyal davranış eğiliminin pozitif ve anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

6.2. Araştırmacılara Yönelik neriler

Bu araştırma kapsamında elde edilen bulgular doğrultusunda Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında çalışan araştırmacılara çeşitli öneriler sunulmuştur. Sunulan önerilerin ruh sağlığı alanında çalışan araştırmacılara katkı sağlayacağı öngörülmektedir. Araştırmacılara yönelik öneriler aşağıda yer almaktadır:

Alanyazında belirli açıdan dezavantajlı olan ergenlerle yürütülen özel çalışmalara ihtiyaç olduğu görülmektedir (Altıntaş ve Üzbe-Atalay, 2022; Işık, 2016). Bu doğrultuda, bu çalışma çevresel risk faktörleri arasında yer alan düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip ergenlerle yürütülmüştür. Gelecek araştırmalarda araştırmacılar hem yılmazlık hem de olumlu sosyal davranış eğilimi açısından özel bir öneme sahip olan ergenlik dönemindeki bireylerle (Carlo, Eisenberg ve Knight, 1992; Van der Graaff ve ark., 2018) bireysel ve ailesel risk faktörlerini de göz önünde bulundurarak çalışabilirler. Ek olarak, benzer yılmazlık çalışmalarında farklı sosyo-ekonomik düzeylerdeki ergenlerin yılmazlıklarının karşılaştırılması, farklı risk düzeylerinin etkisinin anlaşılmasına yardımcı olabilir.

Bu çalışma kapsamında cesaret, bir grup ergenin yılmazlığında bireysel koruyucu faktör olarak ele alınmıştır. Cesaretin öz-şefkat aracılığıyla yılmazlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. İlgili alanyazın ışığında, cesaret ile ilgili ampirik çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. İlk olarak Türk kültüründe Adleryan yaklaşım bağlamında yetişkinlerle çalışılan cesaret kavramının çeşitli risk faktörlerine maruz kalma durumlarında istenmeyen sonuçlara karşı koruyucu faktör olarak tampon vazifesi gördüğü bulgulanmıştır (Üzbe-Atalay, 2019). Hem Adleryan cesaretin yetişkinlerle yürütülen model çalışmasında hem de ergenlerde yılmazlığın gelişimine ilişkin yürütülen bu çalışmada model test edilmesi sürecinde, cesaretin yılmazlığa katkı sağlayan önemli bir bireysel koruyucu faktör görevi gördüğü bulunmuştur. Bu doğrultuda, gelecek araştırmalarda araştırmacılar tarafından farklı gruplarda yer alan ergenlerle bu araştırmanın bulguları sınanabilir.

Bu araştırma kapsamında, yılmazlık gelişiminde bireysel düzeydeki koruyucu faktörler, risk faktörü ve olumlu çıktıya odaklanılmıştır. Gelecek araştırmalarda çevresel ve ailesel etmenler bağlamında da pozitif psikoloji yaklaşımı doğrultusunda farklı faktörler çerçevesinde cesaret temelli yapılandırılabilir çeşitli yılmazlık modellerinin test edilmesi önerilmektedir.

Araştırmanın bulgularına bakıldığı zaman, bu çalışmada varsayılan hipotezin aksine, öz-şefkatin olumlu sosyal davranış eğilimini olumlu yönde yordamadığı, aksine olumsuz yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. İlgili alanyazında, öz-şefkat ile olumlu sosyal davranışlar arasındaki olumsuz yöndeki ilişkiye paralel olan çalışmalar olsa da (Gerber, Tolmacz ve Doron, 2015; Lopez ve ark., 2018), bu ilişkiye dair bulgular hala net değildir

(Yang ve ark., 2021; Marshall ve ark., 2020). Ayrıca, bazı araştırmalar öz-şefkatin olumlu sosyal davranışlar ile pozitif yönde ilişkili olduğunu belirten çalışmaların çoğunlukla yetişkin popülasyonu ile yürütüldüğünü ancak ergenlerle yapılan araştırmaların görece az olduğu ve daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu belirtilmiştir (Yang ve ark., 2021). Bu bağlamda, ergen örnekleminde öz-şefkat ile olumlu sosyal davranış eğiliminin bir arada ele alınacağı çalışmalar yapılabilir.

Bu araştırmanın örneklemini, Ankara'nın sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı bölgelerinden olan Sincan ve Mamak ilçelerinde adrese dayalı tercih edilen resmi anadolu liselerinde öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Farklı illerdeki düşük sosyo-ekonomik bölgelerde eğitim gören öğrencilerle benzer şekilde cesaret temelli yılmazlık modeli sınanabilir. Bu çalışmada, risk faktörü olarak yalnızca düşük sosyo-ekonomik düzey dahil edilmiştir. Pozitif psikoloji temelli olarak yapılandırılacak diğer çalışmalar, farklı risk grubunda yer alan çocuk ve ergenlerle gerçekleştirilebilir. Örneğin, risk faktörü olarak olumsuz yaşam olayları deneyimleme (Masten ve ark., 1999), ebeveynlerin boşanması veya ebeveynlerin vefatı ya da tek ebeveyn ile yaşama (Greeff ve Ritman, 2005; Taylor ve Conger, 2017), toplumsal travmalar dahilinde savaş ve doğal afetlere maruz kalma (Goodman, 2004; Masarik, Fritz ve Lazarevic, 2022), çocuk ihmali ve istismarı (Holmes ve ark., 2015; Lansford ve ark., 2006), toplumsal şiddet (Jain ve Cohen, 2013; O'Donnell, Schwab-Stone ve Mueeed, 2002) gibi çeşitli risk faktörlerine maruz kalan ergen gruplarında bu değişkenlerle çalışılabilir ve cesaret temelli yılmazlık modeli sınanabilir.

Mevcut çalışma, sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı bir grup ergenin yılmazlığında bireysel koruyucu faktörlerin (cesaret, öz-şefkat) ve yılmazlığın olumlu sonucunun (olumlu sosyal davranış eğilimi) rolünü incelemiştir. Bu bireysel düzeydeki süreçlerin, ergenlerin yılmazlığına yönelik olarak belirli bir yüzdelik varyansı açıkladığı bulunmuştur. Araştırmanın bulguları, koruyucu faktörler ve olumlu sonuç değişkeni olarak önerilen modelin yılmazlığa ilişkin varyansın %31'ini açıkladığını ortaya çıkarmıştır. Ancak, bu çalışma kapsamında ele alınmayan ve yılmazlığın gelişiminde ve yılmazlığın sonucunda rol alma potansiyeline sahip olan birtakım farklı psikolojik değişkenler de vardır. Olumsuz yaşam olayları deneyimleyen çocuklar ve ergenler arasında psikolojik işlevselliği teşvik

eden koruyucu faktörlerin (yaşamda destekleyici ilişkilerin varlığı gibi), kişilerin olası bir travma durumunda yılmazlık gelişimini ortaya çıkardığı vurgulanmaktadır (Bonanno, 2005a). Bu doğrultuda, ergen grupları üzerinde yılmazlığı etkileyen bireysel düzeydeki etmenlerin yanı sıra; okul, toplum, aile gibi çevresel faktörlerin de ekolojik kuram (*ecological perspective*) çerçevesinde ele alındığı (örn., Sevil-Gülen ve Demir, 2021) araştırmalar yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Diğer yandan, olumlu sosyal davranışların bir alt türü olan özgeciliğe ilişkin alanyazındaki kavramsal açıklamalara bakıldığında, çeşitli tanımlamaların ve farklı yaklaşımların olduğu göze çarpmaktadır. Örneğin kimi araştırmacılar, kişinin kendi zararı pahasına bile olsa başka birine yapılan yardım davranışını özgecilik olarak tanımlarken (Monroe, 2002), kimi araştırmacılar özgeci davranışların motivasyonunda mutlak olarak kişinin kendinden feragat etmesinin gerekmediğini (Batson, 1991; Talisse, 2013) öne sürmüştür. Bu gibi tanım farklılıkları, ilgili kavramın incelenmesine ve ölçülmesine de olumsuz olarak yansiyabilmektedir. Örneğin, olumlu sosyal davranışlara ilişkin ölçme araçlarında “özgeci” olarak nitelendirilen maddeler, aynı zamanda olumlu sosyal davranışların “duygusal” alt boyutuna da karşılık olarak gelebilmektedir. Özgeci davranışları ve bu davranışların motivasyonunu açıklayabilmek için kavramsal çerçevenin yapılandırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, özgecilik kavramının doğası gereği, ölçme ve değerlendirme aracı olarak nitel ölçme araçlarının da geliştirilmesi önerilebilir.

Son olarak, ergenlerde olumlu sosyal davranışların ölçülmesine yönelik olarak Türk kültürüne uygun bir ölçüm aracının geliştirilmesinin uygun olacağı düşünülmektedir. Bu öneri üç ana neden ile temellendirilebilir. Birincisi, Carlo ve Randall (2002) tarafından geliştirilen ölçeğin alt boyutlarının bazılarının hem orijinal çalışmada hem de Türk kültüründe (Aktaş ve Kındap-Tepe, 2020; Carlo ve Randall, 2002; Kumru ve ark., 2004) yapılan çalışmalarda iç tutarlılık katsayısının kabul edilebilir düzeyin altında olmasıdır. İkincisi, Carlo ve Randall (2002) tarafından geliştirilen Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeğinden toplam puan alınamamasıdır. Üçüncüsü ise, bu araştırma kapsamında kullanılan Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeğinin dışında kullanılan ölçeklerin (örn., Ata ve Artan,

2021; Bayraktar ve ark., 2010) olumlu sosyal davranışların çok boyutlu yapısını tümüyle karşılamıyor olmasıdır.

6.3. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

Bu araştırmada, pozitif psikoloji bağlamında cesaretin hem doğrudan hem de öz-şefkat aracılığıyla yılmazlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada yılmazlığı en fazla açıklayan koruyucu faktörün cesaret olduğu görülmektedir. Buradan hareketle, farklı dezavantajlı gruplarla çalışmak durumunda olan psikolojik danışmanların, bireyle ve grupla psikolojik danışma süreçlerinde cesaretlendirme uygulamalarına ağırlık vermelerinin ergen ruh sağlığına katkı sağlayacağı söylenebilir. Ayrıca, yılmazlık için önemli bir bireysel koruyucu faktör görev gördüğü sonucuna ulaşılan cesaretin, farklı pozitif psikoloji kavramları ile de ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanındaki uzmanlar ve ruh sağlığı çalışanları tarafından pozitif psikoloji bağlamında cesaret temelli olarak yapılandırılabilir yılmazlık modelleri çerçevesinde çeşitli yılmazlık güçlendirme programları geliştirilebilir. Bu araştırma kapsamındaki yılmazlık gelişiminde bireysel düzeydeki koruyucu faktörlere, risk faktörüne ve olumlu çıktıya odaklanılmıştır. Uygulayıcılar, yılmazlığı güçlendirme çalışmalarında ailesel ve çevresel bağlamdaki risk faktörlerine ve koruyucu faktörlere de odaklanabilirler. Belirli risk faktörlerinin belirlenmesi ile birlikte, bireysel, çevresel ve ailesel düzeydeki koruyucu faktörlerin belirlenmesi ve bu koruyucu faktörlerin geliştirilmesine yönelik çalışmalar yapılandırılabilir.

Diğer yandan, pozitif psikoloji bağlamında ele alınan öz-şefkatin, bu çalışma kapsamında düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde olumlu sosyal davranışları olumlu yönde yordamadığı göz önünde bulundurulduğunda, ergenlerde öz-şefkati arttırmaya yönelik çalışmalar yapan uygulayıcıların sürece kişilerarası ilişkileri, empati ve yardım davranışlarını da geliştirmeye yönelik uygulamaları dahil etmeleri katkı sağlayabilir.

Öğrencilere ulaşabilmenin en etkili yolu olan okulun, risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu çıktılar bağlamındaki önemi ilgili alanyazında belirtilmektedir. Buna istinaden, okullarda görev yapan psikolojik danışmanlar tarafından muhtemel risk

faktörlerinin belirlenmesi ve bu risk faktörlerinin etkisinin azaltılmasına yönelik çalışmalar planlanması önerilebilir. Okul psikolojik danışmanlarının, lise öğrencilerinde bireysel düzeydeki riskler ve koruyucu faktörlerin belirlenmesine yönelik bireyi tanıma çalışmalarına ağırlık vermesinin, yılmazlığın geliştirilmesi noktasında önleyici hizmet sunmak açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Liselerde çalışan psikolojik danışmanlara yönelik olarak ergenleri cesaretlendirme, öz-şefkate ilişkin içgörü sağlama ve olumlu sosyal davranışların teşvik edilmesi çerçevesinde yılmazlığı geliştirmeye yönelik MEB hizmet içi eğitim programları düzenlenerek sahada çalışan psikolojik danışmanların yeterliliklerine katkıda bulunulabilir. Böylece, ergen ruh sağlığının korunması ve gelişimine yönelik olarak önleyici hizmetler sağlanabilir.

Araştırmada test edilen modelin, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde yılmazlığın yordayıcılarına ve çıktılarına yönelik olarak istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bütünlüğü sağladığı görülmüştür. Modelde, yılmazlığın en güçlü yordayıcısının cesaret olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda, sosyo-ekonomik düzeyin düşük olduğu bölgelerde ergenleri cesaretlendirmeye yönelik atölye çalışmalarının okullarda düzenlenmesi sağlanarak, yılmazlık gelişimlerine katkıda bulunulabilir. Bu doğrultuda, pozitif psikoloji yaklaşımı bağlamında uygulamaya yönelik olarak okullarda yılmazlığı güçlendirme kaynaklarından (örn. Aydoğan ve Eryiğit-Madzwamuse, 2019; Tekinalp ve Terzi, 2015) ve okullarda olumlu sosyal davranışları teşvik eden bir ortam yaratmak için ilgili kaynaklardan (örn. Bergin, 2014; McGinnis ve ark., 2012; Reddy, 2012) faydalanılabilir.

KAYNAKLAR

- Acock, A. C. (2013). *Discovering structural equation modeling using STATA*. STATA Press.
- Adler, A. (1927). *Understanding human nature*. New York: Garden City.
- Adler, A. (1930). *The science of living*. George Allen and Unwin Limited.
- Adler, A. (1964). *Social interest: A challenge to mankind*. New York: Capricorn.
- Adler, E. N., Boyce, T., Chesney, A. M., Cohen, S., Folkman, S., Kahn, L. R. & Syme, L. S. (1994). Socioeconomic status and health: The challenge of the gradient. *American Psychologist*, 49:1, 15-24.
- Adler, N. E., & Snibbe, A. C. (2003). The role of psychosocial processes in explaining the gradient between socioeconomic status and health. *Directions in Psychological Science*, 12(4), 119–123.
- Adler, N. E., Epel, E. S., Castellazzo, G., & Ickovics, J. R. (2000). Relationship of subjective and objective social status with psychological and physiological functioning: Preliminary data in healthy, White women. *Health psychology*, 19(6), 586.
- Akar, A. (2018). The effect of the resilience program on the resilience level of adolescents (Unpublished doctoral dissertation). Maltepe University, İstanbul.
- Akçınar, B., Baydar, N., & Kağıtçıbaşı, Ç. (2018). Erken ergenlikte ahlak gelişimi: Bir müdahale Araştırması. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 14(2), 153-169.
- Aknin, L. B., Dunn, E. W., Sandstrom, G. M., & Norton, M. I. (2013). Does social connection turn good deeds into good feelings?: On the value of putting the ‘social’ in prosocial spending. *International Journal of Happiness and Development*, 1(2), 155–171.

- Aktaş, V. & Kındap-Tepe, Y. (2020). Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeğinin Psikometrik Özelliklerinin Kendini Belirleme Kuramı Bağlamında İncelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (7), 154-166.
- Alizadeh, S., Khanahmadi, S., Vedadhir, A., & Barjasteh, S. (2018). The Relationship between Resilience with Self- Compassion, Social Support and Sense of Belonging in Women with Breast Cancer. *Asian Pacific journal of cancer prevention : APJCP*, 19(9), 2469–2474.
- Almedom, A. M. (2005). Resilience, hardiness, sense of coherence, and posttraumatic growth: All paths leading to “Light at the end of the tunnel”? *Journal of Loss and Trauma*, 10(3), 253-265.
- Altıntaş, Ö. & Üzbe-Atalay, N. *Ergenlerde Yılmazlık ile İlgili Yapılan Akademik Çalışmaların İncelenmesi “2015-2021”: Sistemik Derleme Çalışması*. Sözlü sunum, 23. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 13-15 Haziran, 2022, İstanbul.
- Altıntaş, Ö., Üzbe-Atalay, N. & Çok, F. *Adleryan Cesaret Ölçeğinin Ergenler Üzerinde Geçerlik ve Güvenirliğinin İncelenmesi*. Sözlü sunum, 23. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 13-15 Haziran, 2022, İstanbul.
- Altundağ, Y. (2013). Life satisfaction and loneliness as predictive variables of resilience in adolescent with divorced parents (Unpublished master’s thesis). Abant İzzet Baysal University, Bolu.
- Amos, B., & Klimoski, R. J. (2014). Courage: Making Teamwork Work Well. *Group & Organization Management*, 39(1), 110–128.
- Anderson, James C. & Gerngbig, D. (1988), “Structural Equation Modeling in Practice: A Review and Recommended Two-Step Approach”, *Psychological Bulletin*, 103, 411-423.

- Armstrong, M. I., 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.
- Aronfreed, J. (1970). "The Socialization of Altruistic and Sympathetic Behavior: Some Theoretical and Experimental Analyses", in *Altruism and Helping Behavior: Social Psychological Studies of Some Antecedents and Consequences*, (ed. Jacqueline Macaulay and Leonard Berkowitz), New York&London: Academic Press.
- Artar, M. (2007). Adolescent egocentrism and theory of mind: In the context of family relations. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 35(9), 1211-1220.
- Ata, S., & Artan, İ. Z. (2021). Ergen Prososyallik Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 28(1), 38-44.
- Atkins, P. W. B., & Parker, K. S. (2012). Understanding individual compassion in organisations: The roles of appraisals and psychological flexibility. *Academy of Management Review*, 37, 524–546.
- Atkinson, R., Baruch, A. & Harris, L. (2019). Chapter 7: Learning altruism through stories and action. *Narrative Works*, 9(1), 119–126.
- Aviles, A. M., Anderson, T. R., & Davila, E. R. (2006). Child and adolescent social-emotional development within the context of school. *Child and Adolescent Mental Health*, 11, 32-39.
- Aydın-Sünbül, Z. (2016). The relationship between mindfulness and resilience among adolescents: Mediating role of self-compassion and difficulties in emotion regulation (Unpublished doctoral dissertation). Middle East Technical University, Ankara.
- Aydoğan, D., & Eryiğit-Madzwamuse, S. (2019). Okullarda Yılmazlığı Güçlendirme El Kitabı Tüm Okul Yaklaşımı. Pegem Akademi.

- Aydoğan, D., Terzi, Ő., Eşici, H., & Tomar, İ.H. (2012). *Validation of resilience scale for Turkish youth and adults*. In the 33rd International Conference of the Stress and Anxiety Research Society. Palma de Mallorca.
- Baer, D. M., Peterson, R. F., & Sherman, J. A. (1967). The development of imitation by reinforcing behavioral similarity to a model. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 10(5), 405–416.
- Baker, L. R., & McNulty, J. K. (2011). Self-compassion and relationship maintenance: The moderating roles of conscientiousness and gender. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, 853–873.
- Bal, M. (2018). Caydırmaya karşı Platon'un Lakhes diyalogunda ve Aldous Huxley'in cesur yeni dünya romanında cesaret felsefesi. *Mavi Atlas*, 6(1), 90-130.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of moral thought and action. In W. M. Kurtines & J. L. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development* (Vol. 1, pp. 45-103). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bandura, A. & Walter, R. H. (1963). *Social learning and personality development*. New York: Holt Rinehart.
- Bandura, A., & National Inst of Mental Health. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall, Inc.
- Bandy, R. ve Wilhelm, O. M. (2007). Family structure and income during childhood and subsequent prosocial behavior in young adulthood. *Working Papers*. Department of Economics, IUPUI.
- Bar-Tal, D. (1976). *Prosocial behavior: Theory and research*. Washington: Hemisphere Pub. Corp.

- Bar-Tal, D. (1982). Sequential development of helping behavior: A cognitive-learning approach. *Developmental Review, 1*, 101-124.
- Bar-Tal, D., Raviv, A., & Leiser, T. (1980). The development of altruistic behavior: Empirical evidence. *Developmental Psychology, 16*, 516-524.
- Barker, L. A., & Adelman, H. S. (1994). Mental health and help-seeking among ethnic minority adolescents. *Journal of Adolescence, 17*(3), 251–263.
- Batson, C. D. (1991). *The Altruism Question: Toward a Social-Psychological Answer*. New-Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Batson, C. D. (2011). *Altruism in Humans*. New York: Oxford University Press.
- Batson, C. D., & Powell, A. A. (2003). Altruism and prosocial behavior. In T. Millon & M. J. Lerner (Eds.), *Handbook of psychology: Personality and social psychology*, Vol. 5, pp. 463–484.
- Baynal, F. ve Taşçı-Yıldırım, E. (2020). Cesaret Erdemi Bağlamında İslam Ahlak Felsefesi ile Psikoloji Arasında Mukayeseli Bir Değerlendirme. *KSÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi, 35*: 137-175 .
- Bayraktar, F., Kindap, Y., Kumru, A. ve Sayıl, M. (2010). Olumlu Sosyal ve Saldırgan Davranışlar Ölçeğinin ergen örnekleminde psikometrik açıdan iincelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları, 13*(26), 1-13.
- Benard, B. (1991). *Fostering Resiliency in Kids: Protective Factors in The Family, School and Community*. Porland: Northwest Regional Educational Laboratory.
- Bergin, C. (2014). Educating students to be prosocial at school. In L. M. Padilla-Walker & G. Carlo (Eds.), *Prosocial development: A multidimensional approach* (pp. 279–301). Oxford University Press.
- Berkowitz, L. (1972). Social norms, feelings, and other factors affecting helping and altruism. *Advances in Experimental Social Psychology, 6*, 63-108.

- Bettner, B. L., & Lew, A. (2005). *Raising kids who can: become responsible, self-reliant, resilient, contributing adults and how to use family meetings to make it happen*. Connections Press.
- Blagen, M. T., & Yang, J. R. (2008). *Courage and hope as factors for client change: Important cultural implications and spiritual considerations*. Based on a program presented at the ACA Annual Conference & Exhibition, Honolulu, HI.
- Blagen, M., & Yang, J. (2009). *A tool of facilitating courage: Hope is a choice*. Paper based on a program presented at the American Counseling Association Annual Conference and Exhibition, Charlotte, NC.
- Bluth, K., Mullarkey, M., & Lathren, C. (2018). Self-compassion: A potential path to adolescent resilience and positive exploration. *Journal of Child and Family Studies*, 27(9), 3037–3047.
- Bockorny, K. M. (2015). Psychological capital, courage, and entrepreneurial success (Doctoral dissertation). ProQuest Dissertations and Thesis Database.
- Boellinghaus, I., Jones, F.W. & Hutton, J. (2014). The Role of Mindfulness and Loving-Kindness Meditation in Cultivating Self-Compassion and Other-Focused Concern in Health Care Professionals. *Mindfulness*, 5, 129–138
- Bomysoad, R.N., & Francis, L.A. (2021). Associations between parental incarceration and youth mental health conditions: The mitigating effects of adolescent resilience and positive coping strategies. *Current Psychology*, 41, 8746 - 8757.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59, 20–28.
- Bonanno, G. A. (2005a). Resilience in the face of potential trauma. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 135-138.

- Borke, H. (1971). Interpersonal perception of young children: Egocentrism or empathy? *Developmental Psychology*, 5(2), 263–269.
- Bowen, A. (2016). *Encouragement and adjustment: Investigation of the relationship between Adlerian encouragement and military resilience* (Doctoral dissertation). ProQuest Dissertations and Thesis Database.
- Bower, A.A., & Casas, J.F. (2016). What Parents Do When Children are Good: Parent Reports of Strategies for Reinforcing Early Childhood Prosocial Behaviors. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 1310-1324.
- Bozdağ, F. (2020). Mülteci çocukların psikolojik sağlamlıkları ve kültürlenme stratejileri. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Bratter, J. L., & Eschbach, K. (2005). Race/ethnic differences in nonspecific psychological distress: Evidence from the national health interview survey. *Social Science Quarterly*, 86(3), 620–644.
- Brendtro, L. K., Brokenleg, M., & Van Bockern, S. (1990). *Reclaiming youth at risk: Our hope for the future*. National Educational Service.
- Brendtro, L. K., Brokenleg, M., & Van Bockern, S. (2005). The circle of courage and positive psychology. *Reclaiming Children & Youth*, 14(3), 130-136.
- Brendtro, L. K., Brokenleg, M., & Van Bockern, S. (2013). The circle of courage: Developing Resilience and Capacity in Youth. *International Journal for Talent Development and Creativity*, 1(1), 67-74.
- Brennan, M. A. (2008). Conceptualizing resiliency: An interactional perspective for community and youth development. *Child Care in Practice*, 14(1), 55-64.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology*, 22(6), 723-742.

- Bronfenbrenner, U. (1989). Ecological systems theory. In R. Vasta (Ed.), *Annals of child development*, 6, 187-249. Greenwich, CT: JAI Press
- Bronfenbrenner, U. (1994). *Ecological models of human development*. In International Encyclopedia of Education (Vol. 3, 2nd ed.). Oxford: Elsevier.
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (1998). The ecology of developmental processes. In W. Damon, R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Volume 1: Theoretical models of human development* (5th ed.) (pp. 993-1028). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Brooks, R., and Goldstein, S. (2003). *Nurturing Resilience in Our Children: Answers to the Most Important Parenting Questions*. New York, NY: Contemporary Books.
- Brown, J.B., & Lichter, D.T. (2006). Childhood Disadvantage, Adolescent Development, and Pro-Social Behavior in Early Adulthood. *Advances in Life Course Research*, 11, 149-170.
- Brown, K.W. ve Ryan, R.M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 822-848.
- Brownell, C. A., Svetlova, M., Anderson, R., Nichols, S. R., & Drummond, J. (2013). Socialization of Early Prosocial Behavior: Parents' Talk about Emotions is Associated with Sharing and Helping in Toddlers. *Infancy : The Official Journal of the International Society on Infant Studies*, 18, 91–119.
- Brüne, M. and Brüne-Cohrs, U. (2006) Theory of Mind-Evolution, Ontogeny, Brain Mechanisms and Psychopathology. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 30, 437-455.
- Bryant, B. K. (1982). An index of empathy for children and adolescents. *Child Development*, 53, 413-425.

- Buckley, Norman & Siegel, Linda & Ness, Steven. (1979). Egocentrism, empathy, and altruistic behavior in young children. *Developmental Psychology*, 15. 329-330.
- Buhrmester, D., Goldfarb, J., and Cantrell, D. (1992). Self-presentation when sharing with friends and nonfriends. *Journal of Early Adolescence*, 12: 61–79.
- Butler, J. (2010). Human nature and other sermons excerpts from sermon 5. T. Nadelhoffer, E. Nahmias, S. Nichols (Eds.). *Moral psychology: Historical and contemporary readings* (ss.103-110). UK: Wiley- Blackwell.
- Call, K. T., Riedel, A. A., Hein, K., McLoyd, V., Petersen, A., & Kipke, M. (2002). Adolescent health and well-being in the twenty-first century: a global perspective. *Journal of Research on Adolescence*, 12(1), 69-98.
- Campbell, D. T. (1972). On the genetics of altruism and the counter-hedonic components in human culture. *Journal of Social Issues*, 28, 21-37.
- Campbell, R. L. (2006). Altruism in Auguste Comte and Ayn Rand. *Journal of Ayn Rand Studies Foundation*, 7(2).
- Carelli, E., Lizzori, A., & Zanetti, M. A. (2020). Resilience and prosocial behaviour in Italian schools. *Resilience in schools: Research and Practice*, 167.
- Carlo, G. ve Randall, B. (2002). The development of a measure of prosocial behaviors for late adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 31(1), 31-44.
- Carlo, G. ve Randall, B. A. (2001). Are all prosocial behaviors equal? A socioecological developmental conception of prosocial behavior. *Advances in Psychology Research*, 2, 151-170.
- Carlo, G. ve Randall, B. A., Hausmann, A. ve Christiansen, S. (2003). Sociocognitive and behavioral correlates of a measure of prosocial tendencies for adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 23(1), 107-134.
- Carlo, G., & De Guzman, M. R. T. (2009). Theories and research on prosocial competencies among U.S. Latinos/as. In F. A. Villarruel, G. Carlo, J. M. Grau, M. Azmitia, N. J.

- Cabrera, & T. J. Chahin (Eds.), *Handbook of U.S. Latino psychology: Developmental and community-based perspectives*, 191–21.
- Carlo, G., Eisenberg, N. ve Knight, G. P. (1992). An objective measure of adolescents' prosocial moral reasoning. *Journal of Research on Adolescence*, 2, 331-349.
- Carlo, G., Fabes, R. A., Laible, D. ve Kupanoff, K. (1999). Early adolescence and prosocial/moral behavior II: The role of social and contextual influences. *Journal of Early Adolescence*, 19, 133-147.
- Carlo, G., Mestre, M. V., Samper, P., Tur, A., & Armenta, B. E. (2010). Feelings or cognitions? Moral cognitions and emotions as longitudinal predictors of prosocial and aggressive behaviors. *Personality and Individual Differences*, 48(8), 872–877.
- Carlo, G., Raffaelli, M., Laible, D. J. ve Meyer, K. A. (1999). Why are girls less physically aggressive than boys? Personality and parenting mediators of physical aggression. *Sex Roles*, 40, 711-729.
- Carlson, j., Watts, R, E., & Maniaci, M, P (2006), The contemporary relevance of Adlerian theory. In J, Carlson, R, E, Watts, & M, P Maniaci (Eds.), *Adlerian therapy: Theory and practice*. Washington, DC: American Psychological Association,
- Carver, C. S. (1998). Resilience and thriving: Issues, models, and linkages. *Journal of Social Issues*, 54(2), 245–266.
- Chen, J. D., & George, R. A. (2005). Cultivating resilience in children from divorced families. *The Family Journal*, 13(4), 452-455.
- Cheston, S. E. (2000). Spirituality of encouragement. *Individual Psychology*, 6(3), 296-304.
- Chiesi, F., Vizza, D., Valente, M., Bruno, R., Lau, C., Campagna, M. R., Lo Iacono, M., & Bruno, F. (2022). Positive personal resources and psychological distress during the COVID-19 pandemic: resilience, optimism, hope, courage, trait mindfulness, and self-efficacy in breast cancer patients and survivors. *Supportive care in cancer* :

Official Journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer, 30(8), 7005–7014.

- Chu, X. W., Fan, C. Y., Liu, Q. Q., & Zhou, Z. K. (2018). Cyberbullying victimization and symptoms of depression and anxiety among Chinese adolescents: examining hopelessness as a mediator and self-compassion as a moderator. *Computers in Human Behavior*, 86, 377–386
- Cialdini, R. B., Kenrick, D. T., & Baumann, D. J. (1982). *Effects of mood on prosocial behavior in children and adults*. In N. Eisenberg (Ed.), *The development of prosocial behavior* (pp. 339-359). New York: Academic Press.
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: A multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9(3), 145-154.
- Clay, C.A. (2016). Don't cry over spilled milk—The research on why it's important to give yourself a break. *Monitor on Psychology*, 47(8), 70.
- Clouse, B. (1991). Adolescent moral development and sexuality. D. Ratcliff & J. A. Davies (Eds.), *Handbook of Youth Ministry*, (178-213). Birmingham, Alabama: Religious Education Press.
- Cohen, R. (1972), Altruism: Human, Cultural, or What?. *Journal of Social Issues*, 28: 39-57.
- Colasanto, D., Kapteyn, A., & Van der Gaag, J. (1984). Two subjective definitions of poverty: Results from the Wisconsin Basic Needs Study. *The Journal of Human Resources*, 19(1), 127-138.
- Colby, A. & Kohlberg, L. (1987). *The Measurement of Moral Judgment: Standard Issue Scoring Manual.-Ix*. 977 S. (ring bind). Cambridge University Press.
- Cole, D. A., Peeke, L., Dolezal, S., Murray, N., & Canzoniero, A. (1999). A longitudinal study of negative affect and self-perceived competence in young adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(4), 851.

- Coleman, J. & Hagell, A. (2007). *Adolescence, risk and resilience: Against the odds*. John Wiley and Sons, Ltd.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J., & Jaser, S. S. (2004). Temperament, stress reactivity, and coping: Implications for depression in childhood and adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 33, 21–31
- Comte-Sponville, A. (1996). *A small treatise on the great virtues: The uses of philosophy in everyday life*. New York: Holt.
- Conger, K. J., Rueter, M. A., & Conger, R. D. (2000). The role of economic pressure in the lives of parents and their adolescents: The Family Stress Model. In L. J. Crockett & R. K. Silbereisen (Eds.), *Negotiating adolescence in times of social change* (pp. 201–223). Cambridge University Press.
- Connolly, T., & Axelrod, R. (1984). The evolution of cooperation. *Administrative Science Quarterly*, 29(4), 661-663.
- Conyne, R. K. (2004). *Preventive counseling: Helping people to become empowered in systems and settings* (2nd ed.). Brunner-Routledge.
- Cooper, K., & Stewart, K. (2013). *Does money affect children's outcomes?* Joseph Rowntree Foundation.
- Cowen, E. L., & Kilmer, R. P. (2002). Positive psychology: Some pluses and some open issues. *Journal of Community Psychology*, 30, 449-460.
- Criss, M. M., Pettit, G. S., Bates, J. E., Dodge, K. A. ve Lapp, A. L. (2002). Family adversity, positive peer relationship, and children's externalizing behavior: A longitudinal perspective on risk and resilience. *Child Development*, 73, 1220-1237.
- Damon, R. W., Lerner, M. ve Eisenberg, N. (2006). *Handbook of child psychology: Vol. 3: Social, emotional and personality development* (6. bs.). Hoboken, NJ: Wiley.

- Daniel, K. (2009). *What is the good life? A place for positive psychology*. Unpublished Distinguished Majors Thesis, University of Virginia, The College and Graduate School of Arts and Sciences, Virginia.
- Darley, J. M. & Latané, B. (1970). *Norms and normative behavior*. New York Academic Press. New York, NY: Appleton-Century-Croft.
- Darwin, C. (1859). *On the origins of species*. London: John Murray.
- Davis, A. N., & Carlo, G. (2019). Toward an integrative conceptual model on the relations between discrimination and prosocial behaviors in US Latino/Latina youth. In: H. Fitzgerald, D. Johnson, D. Qin, F. Villarruel, & J. Norder (Eds.), *Handbook of children and prejudice*. 375–388. Springer.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113–126.
- Dayioğlu, B. (2008). Resilience in university entrance examination applicants: The role of learned resourcefulness, perceived social support, and gender (Unpublished master's thesis). Middle East Technical University, Ankara.
- De Rosenroll, D. A. (1987). Early adolescent egocentrism: A review of six articles. *Adolescence*, 22(88), 791–802.
- Devanath, S. (2010). *Parental attitudes and children's sharing behavior: How socialization relates to early prosocial development* (Unpublished master thesis). University of Pittsburgh, USA.
- DeYoung, R. K. (2003). Power Made Perfect in Weakness: Aquinas's Transformation of the Virtue of Courage. *Journal of Nietzsche Studies*, 11(2), 147-180.
- Ding, W., Shao, Y., Sun, B., Xie, R., Li, W., & Wang, X. (2018). How Can Prosocial Behavior Be Motivated? The Different Roles of Moral Judgment, Moral Elevation, and Moral Identity Among the Young Chinese. *Frontiers in Psychology*, 9, 814.

- Dinkmeyer, D. C., & Dreikurs, R. (2000). *Encouraging children to learn*. New York: Brunner Routledge.
- Dishion, T. J., Connell, A. (2006). Adolescents' resilience as a self-regulatory process: promising themes for linking intervention with developmental science. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 125–138.
- Doll, B. ve Lyon, M. A. (1998). Risk and resilience: Implications for the delivery of educational and mental health services in schools. *School Psychology Review*, 27(3), 348-363.
- Dovidio, J. F., Piliavin, J. A., Schroeder, D. A., & Penner, L. (2006). *The social psychology of prosocial behavior*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Dreikurs, R. (1991). An introduction to individual psychology. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 47(1), 4–9.
- Dreikurs, R., & Mosak, H. H. (1967). The tasks of life: II. The fourth life task. *Individual Psychologist*, 4(2), 51–56.
- Drewnowski, J. (1977). Poverty: its meaning and measurement. *Development and Change*, 8(2), 183-208.
- Due, P., Lynch, J., Holstein, B., & Modvig, J. (2003). Socioeconomic health inequalities among a nationally representative sample of Danish adolescents: the role of different types of social relations. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 57(9), 692-698.
- Dugatkin, L. (1997). The evolution of cooperation. *Bioscience*, 47, 355-363. Eagly, A.
- Eggum, N. D., Eisenberg, N., Kao, K., Spinrad, T. L., Bolnick, R., Hofer, C., Kupfer, A. S., & Fabricius, W. V. (2011). Emotion understanding, theory of mind, and prosocial orientation: Relations over time in early childhood. *The Journal of Positive Psychology*, 6(1), 4–16.

- Eisenberg, N. (1983). The socialization and development of empathy and prosocial behavior. *Special Report*, Arizona State University.
- Eisenberg, N. (1986). *Altruistic emotion, cognition and behavior*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Eisenberg, N. (2000). Emotion, regulation, and moral development. *Annual Review of Psychology*, 51(1), 665-697.
- Eisenberg, N. (2006). Prosocial Behavior. In G. G. Bear & K. M. Minke (Eds.), *Children's needs III: Development, prevention, and intervention* (pp. 313–324). National Association of School Psychologists.
- Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviors. *Psychological Bulletin*, 101(1), 91–119.
- Eisenberg, N., & Valiente, C. (2002). Parenting and children's prosocial and moral development. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Practical issues in parenting* (pp. 111–142). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., Guthrie, I. K., Murphy, B. C., & Shepard, S. A. (2005). Age Changes in Prosocial Responding and Moral Reasoning in Adolescence and Early Adulthood. *Journal of Research on Adolescence: the Official Journal of the Society for Research on Adolescence*, 15(3), 235–260.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Spinrad, L. T. (2006). Prosocial development, In N. Eisenberg, M. R. Lerner ve W. Damon, (Eds.), *Handbook of child psychology, social, emotional and personality development* (6th ed.). New York: John Wiley: 646-718.
- Eisenberg, N., Hofer, C., Sulik, M. J., & Liew, J. (2014). The development of prosocial moral reasoning and a prosocial orientation in young adulthood: Concurrent and longitudinal correlates. *Developmental Psychology*, 50(1), 58- 70.
- Eisenberg, N., Lennon, R., & Roth, K. (1983). Prosocial development: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 19(6), 846–855.

- Eisenberg, N., ve Fabes, R.A. (1998). “*Prosocial Development*”. In W. Damon (Series Ed.), & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of Child Psychology, 3: Social, Emotional, and Personality Development* (5th Ed., ss.701-778). New York: John Wiley.
- Eisenberg, N., Zhou, Q. and Koller, S. (2001) Brazilian Adolescents’ Prosocial Moral Judgment and Behaviour: Relations to Sympathy, Perspective-Taking, Gender-Role Orientation, and Demographic Characteristics. *Child Development*, 72, 518-534.
- Ekinci, D. (2017). Suriyeli lise öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve aile işlevleri açısından psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Embury, P. S. & Saklofske, H. D. (2014). Resilience interventions for youth in diverse populations. Springer, New York.
- Ergün Başak, B., & Ceyhan, E. (2011). Psikolojik danışma ilişkisinde Adler yaklaşımına göre cesaretlendirme. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 92-101.
- Ergüner Tekinalp, B. (2016). Adleryan kuramın pozitif psikoloji bağlamında değerlendirilmesi. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 4(1), 34-49.
- Ergüner-Tekinalp, B., & Işık, Ş. (2021). Eğitimde pozitif psikoloji uygulamaları (5. Basım) Pegem Yayınları.
- Eron, L. D., & Huesmann, L. R. (1984). The relation of prosocial behavior to the development of aggression and psychopathology. *Aggressive Behavior*, 10(3), 201–211.
- Eschleman, K. J., Bowling, N. A., & Alarcon, G. M. (2010). A meta-analytic examination of hardiness. *International Journal of Stress Management*, 17(4), 277–307.
- Esen-Aktay, T. (2010). Study of resilience of 9th and 10th class secondary school students who are under risk (Unpublished master’s thesis). Gazi University, Ankara.

- Esparza-Reig, J., Martí-Vilar, M., González-Sala, F., Merino-Soto, C., & Toledano-Toledano, F. (2022). Social Support and Resilience as Predictors of Prosocial Behaviors before and during COVID-19. *Healthcare, 10*(9), 1-8.
- Estrada, P. (1995). Adolescents' self reports of prosocial responses to friends and acquaintances: The role of sympathy-related cognitive, affective, and motivational processes. *Journal of Research on Adolescence, 5*, 173-200.
- Ettekal, A., & Mahoney, J. L. (2017). Ecological Systems Theory. K. Peppler (Ed.), *The Sage Encyclopedia of Out-of-School Learning* (s. 239-241). SAGE Publications, Inc.
- Evans, G. W., & Fuller-Rowell, T. E. (2013). Childhood poverty, chronic stress, and young adult working memory: the protective role of self-regulatory capacity. *Developmental science, 16*(5), 688–696.
- Fagin-Jones, S., & Midlarsky, E. (2007). Courageous altruism: Personal and situational correlates of rescue during the Holocaust. *The Journal of Positive Psychology, 2*(2), 136-147.
- Faller, G. (2001). Positive psychology: A paradigm shift. *Journal of Pastoral Counseling, 36*, 7, 7-20.
- Feng, F., Chen, Y.M., Liu, H., He, Y.L., Qin, J., Xu, L. (2020). Effects of positive psychological group training on psychological resilience and self-efficacy in special education teachers. *Children and Mental Health Journal., 34*, 635–642.
- Fergus, S. & Zimmerman, M. A. (2005) Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review Public Health. 26*, 399-419.
- Finfgeld D. L. (1999). Courage as a process of pushing beyond the struggle. *Qualitative Health Research, 9*(6), 803–814.
- Fisher, P. A., & Skowron, E. A. (2017). Social-learning parenting intervention research in the era of translational neuroscience. *Current Opinion in Psychology, 15*, 168–173.

- Fiske, A. P. (1991). The cultural relativity of selfish individualism: Anthropological evidence that humans are inherently sociable. In M. S. Clark (Ed.), *Review of personality and social psychology*: Vol. 12. *Prosocial behavior* (pp. 176-214). Newbury Park, CA: Sage.
- Flanagan, O. J., Jr. (1982). A reply to Lawrence Kohlberg. *Ethics, (Special Issue: Symposium on Moral Development)*, 92(3), 529-53
- Flavell, J. H. (2004). Theory-of-mind development: Retrospect and prospect. *Merrill-Palmer Quarterly*, 50(3), 274–290.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23.
- Flouri, E. & Sarmadi, Z. (2016), Prosocial Behavior and Childhood Trajectories Internalizing and Externalizing Problems: *The Role of Neighborhood and School Contexts*, *Developmental Psychology*, 52(2), 253-258.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). McGraw-Hill.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning* (Revised and updated ed.). New York, NY: Washington Square Press.
- Fraser, M. W., Richman, J. M., Galinsky, M. J. (1999). Risk, protection, and resilience: Toward a conceptual framework for social practice. *Social Work Research*, 23, 129-208.
- Froh, J. J. (2004). The History of Positive Psychology: Truth Be Told. *NYS Psychologist*, 16(3), 18–20.
- Fulton, P. R., Germer, C. K., & Siegel, R. D. (2005). Buddhist and Western Psychology: Seeking Common Ground (pp. 36–56). New York, NY: US: Guilford Press.
- Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? *Review of General Psychology*, 9, 103-110.

- Gad, M. T., & Johnson, J. H. (1980). Correlates of adolescent life stress as related to race, SES, and levels of perceived social support. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 9(1), 13-16.
- Gander, M.J. & Gardiner H.W. (1993). Çocuk ve Ergen Gelişimi. B. Onur (Ed). Ankara: İmge Yayınevi.
- Garmezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416-430.
- Garmezy, N., Masten, A. S. ve Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in children. A building block for developmental psychopathology. *Child Development*, 55, 97-111.
- Gerber, Z., Tolmacz, R., & Doron, Y. (2015). Self-compassion and forms of concern for others. *Personality and Individual Differences*, 86, 394–400.
- Germer, C.K. (2009). *The mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. New York: Guilford Press.
- Giddens, A. (2009) Sociology. 6th Edition, Wiley India Pvt. Ltd., New Delhi, 329-331.
- Gilbert, P. (2005). *Compassion and cruelty: A biopsychosocial approach*. London: Routledge.
- Gilbert, P., Clarke, M., Hempel, S., Miles, J. N. V., & Irons, C. (2004). Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *The British Journal of Clinical Psychology*, 41, 31–50.
- Ginevra, M. C., & Santilli, S. (2018). Promoting courage in children: The role of coaching. In L. Nota & S. Soresi (Eds.), *Counseling and coaching in times of crisis and transition: From research to practice* (pp. 230–240). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 28(3), 113-128.

- Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An Evolutionary Analysis and Empirical Review. *Psychological Bulletin*, 136(3), 351–374.
- Goldstein, S., & Brooks, R. (2005). Why study resilience? In S. Goldstein & R. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp. 3-14). New York: Springer.
- Goodman, J. H. (2004). Coping with trauma and hardship among unaccompanied refugee youths from Sudan, *Qualitative Health Research*, 14(9), 1177-1196.
- Gortmaker, S.L. (1979). Poverty and infant mortality in the United States, *American Sociological Review*, 44: 280–297.
- Goud, N. H. (2005). Courage: Its nature and development. *The Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, 44(1), 102-116.
- Grazzani, I., Agliati, A., Cavioni, V., Conte, E., Gandellini, S., Lupica Spagnolo, M., Ornaghi, V., Rossi, F. M., Cefai, C., Bartolo, P., Camilleri, L., & Oriordan, M. R. (2022). Adolescents' Resilience During COVID-19 Pandemic and Its Mediating Role in the Association Between SEL Skills and Mental Health. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-13.
- Grazzani, I., Ornaghi, V., Pepe, A., Brazzelli, E., and Rieffe, C. (2017). The Italian version of the Empathy Questionnaire for 18- to 36- months-old children: psychometric properties and measurement invariance across gender of the EmQue-I13. *European Journal of Developmental Psychology*, 14, 118–126.
- Greeff, A. P. ve Ritman, I. N. (2005). Individual characteristics associated with resilience in
- Greene, R. R. (2002). Holocaust survivors: A study in resilience. *Journal of Gerontological Social Work*, 37(1), 3–18.
- Griese, E.R. (2011). Prosocial behavior as a protective factor for children's peer victimization. Unpublished master thesis. University of Nebraska, Lincoln.

- Grusec, J. E., Hastings, P. D., & Almas, A. (2011). Helping and prosocial behavior. In C. Hart & P. Smith (Eds.), *Handbook of childhood social development* (p. 549-566). Wiley-Blackwell.
- Gülseven, Z., Kumru, A., Carlo, G., & de Guzman, M. R. (2020). The roles of perspective taking, empathic concern, and prosocial moral reasoning in the self-reported prosocial behaviors of Filipino and Turkish young adults. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 51(10), 814–830.
- Gürkan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Haase J. E. (2004). The adolescent resilience model as a guide to interventions. *Journal of pediatric oncology nursing: Official Journal of the Association of Pediatric Oncology Nurses*, 21(5), 289–304.
- Hall, G. S. (1904). Adolescence: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion and education. (Medical Heritage Library.) New York: D. Appleton and Co.
- Halub, H., Sauber, A., & Stück, J.M. (2012). The Turk and the Yankee: A Cross-Cultural Comparison between Turkish and American Managers. *Journal of the Indiana Academy of the Social Sciences*, 15(1), 21-36.
- Hamilton, W.D. (1964). The genetic evolution of social behavior. *Journal of Theoretical Biology*, 7(1), 17-52.
- Hannah, S. (2007). Towards a Courageous Mindset: The Subjective Act and Experience of Courage. *Journal of Positive Psychology*, 2(2), 129-135.
- Hannah, S. T., Sweeney, P. J., & Lester, P. B. (2007). Toward a courageous mindset: The subjective act and experience of courage. *The Journal of Positive Psychology*, 2(2), 129– 135.

- Hannah, S. T., Sweeney, P. J., & Lester, P. B. (2010). The courageous mind-set: A dynamic personality system approach to courage. In C. L. S. Pury & S. J. Lopez (Eds.), *The psychology of courage: Modern research on an ancient virtue*, 125–148. American Psychological Association.
- Hanson, T., McLanahan, S., & Thomson, E. (1997). Economic resources, parental practices, and children's well-being. In G. Duncan & J. Brooks-Gunn (Eds.) *The consequences of growing up poor* (pp. 541-595). New York, NY: Russell Sage Foundation.
- Haroz, E. E., Murray, L. K., Bolton, P., Betancourt, T., & Bass, J. K. (2013). Adolescent Resilience in Northern Uganda: The Role of Social Support and Prosocial Behavior in Reducing Mental Health Problems. *Journal of Research on Adolescence*, 23(1), 138-148.
- Hart, D., & Fegley, S. (1995). Prosocial behavior and caring in adolescence: Relations to self-understanding and social judgment. *Child Development*, 66(5), 1346-1359
- Hartmann, S., Backmann, J., Newman, A., Brykman, K. M., & Pidduck, R. J. (2022). Psychological resilience of entrepreneurs: A review and agenda for future research (Version 1). Deakin University.
- Haskett, M. E., Nears, K., Ward, C. S., & McPherson, A. V. (2006). Diversity in adjustment of maltreated children: factors associated with resilient functioning. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 796–812.
- Hastings, P. D., Utendale, W. T., & Sullivan, C. (2007). The socialization of prosocial development. In J. E. Grusec ve P. D. Hastings (Ed.), *Handbook of socialization: Theory and research* (pp. 638-664). New York: The Guilford Press.
- Haynes, N. M. (2005). Personalized Leadership for Effective Schooling. http://www.atdp.berkeley.edu/haynes_keynote_04.ppt adresinden erişim sağlanmıştır.
- Hefferon, K. ve Boniwell, I. (2014). *Pozitif psikoloji: Kuram, araştırma ve uygulamalar*. T. Doğan (Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

- Held, B.S. (2004). The negative side of positive psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(1), 9-46.
- Hermansyah, M. (2019). Relationship between self compassion and resilience among adolescents whose parents are divorced. *International Journal of Social Sciences*, 5(2), 162–169.
- Hobbes, T. (2007a). *Leviathan veya bir din ve Dünya devletinin içeriği, biçimi ve kudreti* (6.baskı). (S. Lim, Çev.). Yapı Kredi Yayınları.
- Hobbes, T. (2007b). *Elementa philosophica DE CIVE - Yurttaşlık felsefesinin temelleri*. (D. Zarakolu, Çev.). İstanbul: Belge Yayınevi.
- Hoegl, M., & Hartmann, S. (2021). Bouncing back, if not beyond: Challenges for research on resilience. *Asian Business & Management*, 20(4), 456–464.
- Hoffman, M. L. (1970). Moral development. In P. H. Mussen (Ed.), *Carmichael's manual of child development* (Vol. 2, pp. 261–359). New York: Wiley.
- Hoffman, M. L. (1982). Development of Prosocial Motivation: Empathy and Guilt. In N. Eisenberg (Ed.), *The Development of Prosocial Behaviour* (pp. 281-313). New York: Academic Press.
- Hofstede, G. (1980), *“Culture's Consequences: International Differences in Workrelated Values”*, CA: Sage, Beverly Hills.
- Holmes, M. R., Yoon, S., Voith, L. A., Kobulsky, J. M., & Steigerwald, S. (2015). Resilience in physically abused children: protective factors for aggression. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 5(2), 176–189.
- Hu, J., Ye, B., Yildirim, M., & Yang, Q. (2022). Perceived stress and life satisfaction during COVID-19 pandemic: the mediating role of social adaptation and the moderating role of emotional resilience. *Psychology, Health & Medicine*, 1–7.

- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Huurre, T., Rahkonen, O., Komulainen, E. & Aro, H. (2005). Socioeconomic status as a cause and consequence of psychosomatic symptoms from adolescence to adulthood. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 40(7), 580-587.
- Iannotti, R. J. (1985). Naturalistic and structured assessments of prosocial behavior in preschool children: The influence of empathy and perspective taking. *Developmental Psychology*, 21(1), 46-55.
- Ikeda, D. (2006). *Courage*. Middleway Press.
- Işık, Ş. (2016). Türkiye’de kendini toplama gücü konusunda yapılmış araştırmaların incelenmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 65-76.
- İkizer, G. (2014). Factors related to psychological resilience among survivors of the earthquakes in Van, Turkey (Unpublished doctoral dissertation). Middle East Technical University, Ankara.
- Jain, S., & Cohen, A. K. (2013). Fostering resilience among urban youth exposed to violence: a promising area for interdisciplinary research and practice. *Health education & behavior: the official publication of the Society for Public Health Education*, 40(6), 651-662.
- Jessor, R. (1987). Problem-behavior theory, psychosocial development, and adolescent problem drinking. *British Journal of Addiction*, 82, 331-342.
- Jessor, R., Costa, F. M. & Turbin, M. (1998). Risk and protection in successful outcomes among disadvantaged adolescents. *Applied Developmental Science*, 2(4), 194-208.
- Kabakçı, Ö. F. (2013). *Karakter güçleri açısından pozitif gençlik gelişiminin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Karaağaç, Z. (2019). Ekonomik, sosyal ve kültürel statünün temel eğitimden ortaöğretime geçiş üzerine etkisi. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kararımak, Ö. (2007). Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study. (Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel faktörlerin incelenmesi: Bir model test etme çalışması). Doktora Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kaya, İ. (2015). The mediating role of automatic thought and cognitive emotion regulation strategies on relationships among childhood abuse, behavioral problems and resilience of adolescents. (Unpublished doctoral dissertation). Çukurova University, Adana.
- Keith, T. Z. (2019). Multiple regression and beyond: An introduction to multiple regression and structural equation modeling (3rd ed.). Routledge.
- Kelley, H. H., & Thibaut, J. (1978). Interpersonal relations: A theory of interdependence. New York: Wiley.
- Kerr, M. & Stattin, H. (2000). What parents know, how they know it, and several forms of adolescent adjustment: Further support for a reinterpretation of monitoring. *Developmental Psychology*, 36(3), 366-380.
- Keyes, C. L. M. & Lopez, S. J. (2002). Toward a science of mental health: Positive directions in diagnosis and interventions. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 45–59). London: Oxford University Press.
- Kincheloe, J. L., & Steinberg, S. R. (2007). *Cutting class: Socioeconomic status and education*. Rowman & Littlefield Publishers.
- Kirby, L.D. ve Fraser, M. W. (1997). Risk and resilience in childhood. (Ed: M. Fraser) *Risk and resilience in childhood*. Washington, DC: NASW Press.

- Kirkpatrick, K. L. (2005). *Enhancing self-compassion using a gestalt two-chair intervention*. Unpublished doctoral dissertation.
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (8th ed.). The Guilford Press.
- Koerner, M. M. (2014). Courage as Identity Work: Accounts of Workplace Courage. *Academy of Management Journal*, 57(1), 63–93.
- Kohlberg, L. (1980). *Stages of moral development as a basis for moral education*. B. Munsey (Ed.), *Moral Development, Moral Education, and Kohlberg*. Birmingham, Alabama: Religious Education Press, 15-98.
- Kohlberg, L. (1984). *The psychology of moral development: The nature and validity of moral stages*. San Francisco: Harper & Row, 1984.
- Kohlberg, L., & Candee, D. (1984). The relationship of moral judgment to moral action. *Essays on Moral Development, Vol. 2. The Psychology of Moral Development: The Nature and Validity of Moral Stages*, New York: Harper & Row. 498–581.
- Kohlberg, L., & Kramer, R. (1969). Continuities and discontinuities in childhood and adult moral development. *Human development*, 12(2), 93–120.
- Kong, K. (2020). Academic Resilience of Pupils from Low Socioeconomic Backgrounds. *The Journal of Behavioral Science*, 15(2), 70–89.
- Kosterlitz, A. (2015). The four traits of confidence: Growth mindset, courage, grit, and self-compassion. *Woman Advocate*, 21(1), 12-17.
- Kovancı, M. & Hiçdurmaz, D. (2020). Ahlaki Cesaret: Tanımı, Ahlaki Sıkıntı ve Ahlaki Duyarlılık İle İlişkisi ve Geliştirilmesi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 11(1): 96-102.
- Kraus, S., & Sears, S. (2009). Measuring the Immeasurables: Development and Initial Validation of The Self-other Four Immeasurables (SOFI) Scale Based on Buddhist

Teachings on Loving Kindness, Compassion, Joy, and Equanimity. *Social Indicators Research*, 92(1), 169–181.

Krovetz, M. L. (1999). *Fostering Resiliency: Expecting All Students to Use Their Minds and Hearts Well*. California: Corwin Press Inc.

Kumpfer, L. K. (1999). Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework. In M. D. Glantz & J. L. Johnson (Eds), *Resilience and development: Positive life adaptations*, 179-224. New York: Academic/Plenum.

Kumru, A., Carlo, G., & Edwards, C. P. (2004). Olumlu sosyal davranışların ilişkisel, kültürel, bilişsel ve duyuşsal bazı değişkenlerle ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19(54), 109-128.

Kurt-Akkoyun, F. S. (2020). Türkiye'de yaşayan Suriyeli çocuk ve ergenlerde psikolojik sağlamlık. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul.

Kurtoğlu, M., ve Başgül, Ş. S. (2019). Koruyucu Faktör Olarak Öz-Şefkat Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research*, 10(1).

Laible, D., Eye, J., & Carlo, G. (2008). Dimensions of conscience in mid-adolescence: Links with social behavior, parenting, and temperament. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(7), 875–887.

Lansford, J. E., Patrick, S. M., Kristopher, I. S., Dodge, K. A., Bates, J. E. ve Pettit, G. S. (2006). Developmental trajectories of externalizing behaviors: Factors underlying resilience in physically abused children. *Development and Psychopathology*, 18, 35-55.

Lazarus, R.S. (2003). Does the positive psychology movement have legs? *Psychological Inquiry*, 14(2), 93-109.

- Leary, M.R., Tate, E.B., Adams, C.E., Allen, A.B. ve Hancock, J. (2007). Self compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: The impactions of treating oneself kindly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 887-904.
- Lindsay, E. K., & Creswell, J. D. (2014). Helping the self help others: Self-affirmation increases self-compassion and prosocial behaviors. *Frontiers in Psychology*, 5, Article 421.
- Linley, A. (2009). Positive psychology. In S. Lopez (Ed.) *The Encyclopedia of Positive Psychology* (pp.742-6). Chichester: Blackwell Publishing Ltd.
- Linver, M. R., Brooks-Gunn, J., & Kohen, D. E. (2002). Family processes as pathways from income to young children's development. *Developmental Psychology*, 38, 719-734.
- Lodi, E., Perrella, L., Zarbo, R., & Patrizi, P. (2022). Courage as Mediator between Positive Resources and General/Domain-Specific Well-Being Indices. *European journal of investigation in health, psychology and education*, 12(8), 1067–1081.
- Lopez, A., Sanderman, R., Ranchor, A. V., & Schroevers, M. J. (2018). Compassion for others and self-compassion: Levels, correlates, and relationship with psychological well-being. *Mindfulness*, 9, 325–331.
- Lopez, S. J., Rasmussen, H. N., Skorupski, W. P., Koetting, K., Petersen, S. E., & Yang, Y.-T. (2010). Folk conceptualizations of courage. In C. L. S. Pury & S. J. Lopez (Eds.), *The psychology of courage: Modern research on an ancient virtue* (pp. 23–45). American Psychological Association.
- Lowenthal, D. (1996). The postmodern counselor: some implications for practice, theory, research and professionalism. *Counseling Psychology Quarterly*, 9, 4, 373-381.
- Luthar, S. (1999). *Poverty and children's adjustment*. New-bury Park, CA: Sage.
- Luthar, S. ve 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, 543–562.
- Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(3), 279-298.
- Maddi, S. R. (2006a). Hardiness: The courage to grow from stress. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160-168.
- Maddi, S. R. (2006b). Hardiness: The courage to be resilient. M. Hersen & J. C. Thomas (Ed.), *Comprehensive handbook of personality and psychopathology*, 306-321. NJ: John Wiley & Sons.
- Magnano, P., Lodi, E., Zammitti, A., & Patrizi, P. (2021). Courage, Career Adaptability, and Readiness as Resources to Improve Well-Being during the University-to-Work Transition in Italy. *International journal of environmental research and public health*, 18(6), 2919.
- Magnano, P., Paolillo, A., Platania, S., & Santisi, G. (2017). Courage as a potential mediator between personality and coping. *Personality and Individual Differences*, 111, 13–18.
- Manaster, G. J. ve Corsini, R. J. (1982). *Individual psychology: Theory and practice*. Chicago: Adler School of Professional Psychology.
- Mancini, A. D. & Bonanno, A. G. (2009). Predictors and parameters of resilience to loss: Toward and individual differences model. *Journal of Personality*, 77(6), 1805-1832.
- Mandleco, B., Peery, J. C. (2000). An organizational framework for conceptualizing resilience in children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13(3), 99-111.
- Marshall, S. L., Ciarrochi, J., Parker, P. D., & Sahdra, B. K. (2020). Is self-compassion selfish? The development of self-compassion, empathy, and prosocial behavior in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 30, 472–484.

- Marshall, S., Parker, P., Ciarrochi, J., Sahdra, B. K., Jackson, C., & Heaven, P. (2015). Self-compassion protects against the negative effects of low self-esteem: A longitudinal study in a large adolescent sample. *Personality and Individual Differences*, 75, 116–121.
- Martinsone, B., Stokenberga, I., Damberg, I., Supe, I., Simões, C., Lebre, P., Canha, L., Santos, M., Santos, A. C., Fonseca, A. M., Santos, D., Gaspar de Matos, M., Conte, E., Agliati, A., Cavioni, V., Gandellini, S., Grazzani, I., Ornaghi, V., & Camilleri, L. (2022). Adolescent social emotional skills, resilience and behavioral problems during the COVID-19 pandemic: A longitudinal study in three European countries. *Frontiers in Psychiatry*, 13: 942692.
- Masarik, A. S., Fritz, H., & Lazarevic, V. (2022). Stress and resilience among resettling refugee youth: An illustrative review and new applications for the family stress model. *Journal of Family Theory & Review*, 14(2), 207–232.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row, Publishers.
- 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*, 3-25. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A. S. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises, *Development and Psychopathology*, 19, 921-930.
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child development*, 85(1), 6-20.
- Masten, A. S. & Powell, J. L. (2003). A resilience framework for research, policy and practice. In Luthar, S. (ed.) *Resiliency and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversity*. 1-29. Cambridge University Press: Cambridge.

- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1995). Competence, resilience, and psychopathology. In D. Cicchetti & D. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Vol. 2. Risk, disorder, and adaptation* (pp. 715-752). New York: Wiley.
- Masten, A. S., & Reed, M. J. (2002). Resilience in development. C.R. Snyder, S.J. López (Ed.), *Handbook of positive psychology*, 74–88.
- Masten, S. A. (2004). Regulatory processes, risk and resilience in adolescent development. *Annals of The New York Academy Of Sciences*, 1021, 310-319.
- Matthews, K. A., Batson, C. D., Horn, J., & Rosenman, R. H. (1981). "Principles in his nature which interest him in the fortune of others ...": The heritability of empathic concern for others. *Journal of Personality*, 49(3), 237–247.
- May R. (1975). *The courage to create*. New York: Norton.
- May, R. (1939). *The art of counseling*, Rev. Gardner Press.
- McGinnis, E., & Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., & Klein, P. (2012). *Skillstreaming the adolescent: A guide for teaching prosocial skills*. Research Press.
- McLoyd, V. C. (1998). Socioeconomic disadvantage and child development. *American Psychologist*, 53(2), 185-204.
- Medina, M. (2008). Everyday courage: living courageously without being hero. *Existential Analysis*, 19(2), 280.
- Memmott-Elison, M. K., Holmgren, H. G., Padilla-Walker, L. M., & Hawkins, A. J. (2020). Associations between prosocial behavior, externalizing behaviors, and internalizing symptoms during adolescence: A meta-analysis. *Journal of Adolescence*, 80, 98–114.
- Mert, İ. S. (2018). En üstün ruhsal özelliklerimizden biri: Cesaret. *Gönül Kültür ve Medeniyet Dergisi*, 84, 12-19.

- Mert, İ. S. (2021a). Cesaret ve bileşenlerinin keşfine ilişkin nitel bir araştırma: Eski bir erdemın yeniden keşfi. *İş ve İnsan Dergisi*, 8(1), 19-32.
- Mert, İ. S. (2021b). Cesareti modellemek: Cesareti anlamada ve uygulamada kullanılabilecek bazı modeller. *Antalya Bilim Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 60-80.
- Mert, İ. S. & Aydemir, M. (2019). Yönetmel Cesaretin Tarihi Kaynakları Üzerine Bir İnceleme: Eski Türk Yazıtlarında Cesaret. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(6), 331-340.
- Mert, İ. S., Şen, C. & Arun, K. (2022). İş Yeri Sosyal Cesaretinin Bir Öncülü Olarak Kişilerarası/İlişkisel Güç (Interpersonal/Relational Strength as an Antecedent to Workplace Social Courage).
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Gillath, O., & Nitzberg, R. A. (2005). Attachment, caregiving, and altruism: boosting attachment security increases compassion and helping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5), 817–839.
- Milkman, B. H. & Wanberg, W. K. (2012). *Criminal conduct and substance abuse treatment for adolescents: Pathways to self-discovery and change* (2nd ed.). Sage Publications, Inc, USA.
- Miller, P.A., Bernzweig, J., Eisenberg, N., & Fabes, R.A. (1991). The development and socialization of prosocial behavior. In R. Hinde & J. Groebel (Eds.), *Cooperation and prosocial behavior* (pp. 54-77). New York: Cambridge University Press.
- Monroe, K. R. (2002). Explicating Altruism. *Altruism and Altruistic Love: Science, Philosophy and Religion in Dialogue*, Ed. S. G. Post, L. G. Underwood, J. P. Schloss, and W. B. Hurlbut. Oxford: Oxford University Press, 106-122.
- Moore, K. A., Redd, Z., Burkhauser, M., Mbwana, K., & Collins, A. (2002). *Children in poverty: Trends, consequences and policy options*. Washington: Child Trends.

- Murray, C. (2003). Risk Factors, Protective Factors, Vulnerability, and Resilience: A Framework for Understanding and Supporting the Adult Transitions of Youth with High-Incidence Disabilities. *Remedial and Special Education*, 24(1), 16–26.
- Neff, K. D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–101.
- Neff, K. D. (2003b). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250.
- Neff, K. D. & Dahm, K. A. (2015). Self-compassion: What it is, what it does, and how it relates to mindfulness. In B. D. Ostafin, M. D. Robinson and B. P. Meier (Eds.), *Handbook of mindfulness and self-regulation* (pp. 121–137). New: York: Springer.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225–240.
- Neff, K. D., & Pommier, E. (2013). The relationship between self-compassion and other-focused concern among college undergraduates, community adults, and practicing meditators. *Self and Identity*, 12(2), 160–176.
- Neff, K. D., Hsieh, Y.P. ve Dejjitrat, K. (2005). Self-compassion, Achievement Goals, and Coping with Academic Failure. *Self and Identity*, 4(3), 263–287.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007a). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 139–154.
- Neff, K. D., Rude, S. S. ve Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 908–916.
- Neff, K. D., Rude, S. S., & Kirkpatrick, K. L. (2007b). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 908–916.

- Neimeyer, R.A. & Bridges, S. K. (2003). Postmodern approaches to psychotherapy. (Ed: A.S. Gurman ve B. M. Stanley), İkinci Baskı. Essential Psychotherapies: Theory and Practice. NY: The Guilford Press.
- Nisan, M., & Kohlberg, L. (1982). Universality and variation in moral judgment: A longitudinal and cross-sectional study in Turkey. *Child Development*, 53(4), 865–876.
- Norton, P. J., & Weiss, B. J. (2009). The role of courage on behavioral approach in a fear-eliciting situation: a proof-of-concept pilot study. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(2), 212–217.
- Nunnally, J.C. and Bernstein, I.H. (1994) The Assessment of Reliability. *Psychometric Theory*, 3, 248-292.
- O'Donnell, D. A., Schwab-Stone, M. E., & Muyeed, A. Z. (2002). Multidimensional resilience in urban children exposed to community violence. *Child Development*, 73(4), 1265–1282.
- O'Byrne, K. K., Lopez, S. J., & Petersen, S. (2000). Building a theory of courage: A precursor to change? Paper presented at the 108th Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, DC.
- OECD. (2011). *Against the odds: Disadvantaged students who succeed in school*. OECD Publishing.
- Oktan, V. (2008). Investigate resilience of adolescents who are getting prepared for the university entrance exam (Unpublished master's thesis). Karadeniz Technical University, Trabzon.
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A., & Sawyer, S. M. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence*, 26(1), 1–11.
- Olsthoorn, P. (2007). Courage in the Military: Physical and Moral. *Journal of Military Ethics* 6(4): 270-279.

- Ornaghi, V., Conte, E., and Grazzani, I. (2020). Empathy in toddlers: The role of emotion regulation, language ability, and maternal emotion socialization style. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–11.
- Osborne, J.W., & Overbay, A. (2004). The power of outliers (and why researchers should always check for them). *Practical Assessment, Research and Evaluation*, 9, 6.
- Özcan, B. (2005). Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması (Unpublished master's thesis). Ankara University, Ankara.
- Palanski, M. E., Cullen, K. L., Gentry, W. A. and Nichols, C. M. (2015). “Virtuous Leadership: Exploring the Effects of Leader Courage and Behavioral Integrity on Leader Performance and Image”, *Journal of Business Ethics*, 132(2), 297-310.
- Parke, R. D., Roisman, G. I., & Rose, A. J. (2019). *Social development* (3rd Edition). Wiley.
- Patterson, J. M. (2002). Understanding Family Resilience. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 233-246.
- Penner, L. A., Dovidio, J. F., Piliavin, J. A., & Schroeder, D. A. (2005). Prosocial behavior: Multilevel perspectives. *Annual Review of Psychology*, 56, 365–392.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification. Washington, DC: American Psychological Association; New York: Oxford University Press.
- Piaget, J. (1932). *The Moral Judgement of the Child*. London: Kegan Paul, Trench.
- Piff, P. K., Kraus, M. W., Côté, S., Cheng, B. H., & Keltner, D. (2010). Having less, giving more: The influence of social class on prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(5), 771–784.
- Pury, C. L. S. (2009). Courage (S. J. Lopez, Ed.). In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* (pp. 375–382). Oxford University Press.

- Pury, C. L. S., & Saylors, S. (2018). Courage, courageous acts, and positive psychology. In D. S. Dunn (Ed.), *Positive psychology: Established and emerging issues* (pp. 153–168). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Pury, C. L., Kowalski, R. M., & Spearman, J. (2007). Distinctions between general and personal courage. *The Journal of Positive Psychology*, 2(2), 99-114.
- Putman, D. (1997). Psychological courage. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 4(1), 1–11.
- Rabieh, L. R. (2006). *Plato and the virtue of courage*. Baltimore: The Johns Hopkins University.
- Radke-Yarrow, M., Zahn-Waxler, C., & Chapman, M. (1983). Children's prosocial dispositions and behavior. In P. Mussen (Series Ed.) & E. M. Hetherington (Vol. Ed) *Handbook of child psychology: Vol.4. Socialization, personality, and social development* (469-545). New York: Wiley
- Raes, F., Pommier, E., Neff, K. D., & Van Gucht, D. (2011). Construction and factorial validation of a short form of the Self-Compassion Scale. *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 18, 250–255.
- Rai, R., Mitchell, P., Kadar, T., & Mackenzie, L. (2016). Adolescent egocentrism and the illusion of transparency: Are adolescents as egocentric as we might think?. *Current Psychology*, 35(3), 285-294.
- Rate, C. R., Clarke, J. A., Lindsay, D. R., & Sternberg, R. J. (2007). Implicit theories of courage. *The Journal of Positive Psychology*, 2(2), 80-98.
- Rate, C. R. (2010). Defining the features of courage: A search for meaning. In C. L. S. Pury & S. J. Lopez (Eds.), *The psychology of courage: Modern research on an ancient virtue* (pp. 47–66). Washington, DC: American Psychological Association.
- Raykov, T., & Marcoulides, G. A. (2006). *A first course on Structural Equation Modeling* (2nd ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

- Reddy, L. A. (2012). *Group play interventions for children: Strategies for teaching prosocial skills*. American Psychological Association.
- Reiss, F. (2013). Socioeconomic inequalities and mental health problems in children and adolescents: A systematic review. *Social Science & Medicine*, 90, 24-31.
- Rholes, W. S., & Bailey, S. (1983). The effects of level of moral reasoning on consistency between moral attitudes and related behaviors. *Social Cognition*, 2(1), 32-48.
- Richardson G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321.
- Richerson, P. J., & Boyd, R. (2005). *Not by genes alone: How culture transformed human evolution*. Chicago: University of Chicago Press.
- Roochnik, D. (2015). Courage and shame: Aristotle's Nicomachean ethics III. 6-9. *Ethics & Politics*, 17(2), 214-232.
- Rousseau, J. J. (2017). *Emile ya da eğitim üzerine*. İstanbul: Türkiye İş Bankası.
- Rozin, P. ve Royzman, E. B. (2001). Negativity bias, negativity dominance, and contagion. *Personality and Social Psychology Review*, 5, 296-320.
- Rubin, J. B. (2013). *Psychotherapy and buddhism: Toward an integration*. New York: Plenum Press.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12.
- Rutter, M. (2006). The Promotion of Resilience in the Face of Adversity. In A. Clarke-Stewart & J. Dunn (Eds.), *Families count: Effects on child and adolescent development* (pp. 26-52). Cambridge University Press.

- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335-344.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.
- Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı, (2022). *İlçelerin sosyo-ekonomik gelişmişlik sıralaması araştırması SEGE-2022*, Ankara.
- Sanders, C. (2015). *Promotion of preschool children's social and emotional development in a head start program: A case study*. Unpublished doctoral thesis. Texas Woman's University, Denton.
- Sandler, I. (2001). Quality and ecology of adversity as common mechanisms of risk and resilience. *American Journal of Community Psychology*, 29(1), 19-61.
- Sartre, J. P. (2013). Varoluşçuluk (Yirmi Dördüncü Baskı). Çev., Asım Bezirci. İstanbul: Say Yayınları.
- Sattler, K.M., & Gershoff, E.T. (2019). Thresholds of Resilience and Within- and Cross-Domain Academic Achievement among Children in Poverty. *Early Childhood Research Quarterly*, 46, 87-96 .
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Schmitt, D., & Pilcher, J. (2004). Evaluating evidence of psychological adaptation: How do we know one when we see one?. *Psychological Science*, 15(10), 643-649.
- Schneider, W., Schumann, R., & Sodian, B. (2005). Introduction and overview. In W. Schneider, R. Schumann-Hengstler & B. Sodian (Ed.), *Young children's cognitive development* (ss. 1-9). New York, NY: Lawrence Erlbaum Associates.

- Schroeder, D. A., Penner, L. A., Dovidio, J. F., & Piliavin, J. A. (1995). *The psychology of helping and altruism: Problems and puzzles*. New York: McGraw-Hill.
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2015). *A beginner's guide to structural equation modeling* (4th ed.). Mahway, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Seery, M.D., Holman, E.A., & Silver, R.C. (2010). Whatever does not kill us: cumulative lifetime adversity, vulnerability, and resilience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99 6, 1025-41.
- Seligman, M. E. (1999). The president's address. *American Psychologist*, 54, 559-562.
- Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3-12). New York: Oxford University Press.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N. ve Peterson, C. (2005). Positive psychology progress. *American Psychologist*, 60, 410-421.
- Sevil-Gülen, Ö., & Demir, A. (2021). Resilience in Socioeconomically Disadvantaged Turkish Adolescents: An Ecological Perspective. *Youth & Society*, 53(7), 1132–1151.
- Sevil-Gülen, Ö., (2019). Interplay of parental involvement, school belonging, peer social support, and self-esteem in resilience of adolescents from low socioeconomic districts. (Unpublished doctoral dissertation). Middle East Technical University, Ankara.
- Shaffer, D. R. & Kipp, K. (2010). *Developmental psychology: Childhood and adolescence* (8th ed.). Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.

- Shaughnessy, J. J., Zechmeister, E. B., & Zechmeister, J. S. (2012). *Research methods in psychology* (9th ed.). McGraw-Hill.
- Shaver, P. R., Mikulincer, M., & Shemesh-Iron, M. (2010). A behavioral-systems perspective on prosocial behavior. In M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature* (pp. 73–91). American Psychological Association.
- Sheldon, K. M., & King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56(3), 216-217.
- Shepela, S. T., Cook, J., Horlitz, E., Leal, R., Luciano, S., Lutfy, E., Miller, C., Mitchell, G., & Worden, E. (1999). Courageous resistance: A special case of altruism. *Theory & Psychology*, 9(6), 787–805.
- Sheridan, M. A., & McLaughlin, K. A. (2016). Neurobiological models of the impact of adversity on education. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 10, 108–113.
- Shulman, B. H., & Dreikurs, S. G. (1978). The contributions of Rudolf Dreikurs to the theory and practice of individual psychology. *Journal of Individual Psychology*, 34(2), 153-169.
- Simpson, J. A., & Beckes, L. (2010). Evolutionary perspectives on prosocial behavior. In M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature* (pp. 35–53). American Psychological Association.
- Siyez, D. M. & Aysan, F. (2007). Ergenlerde Görülen Problem Davranışların Psikososyal Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Yordanması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 145-171 .
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2005). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University.

- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5, 1-14.
- Southwick, S., Vythilingam, M., & Charney, D. (2005). The psychobiology of depression and resilience to stress: Implications for prevention and treatment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 255–291.
- Springer, J. J. (1997). Family interventions and adolescent resiliency: The Southwest Texas State High-Risk Youth Program. *Journal of Community Psychology*, 25(5), 435–452.
- Stainton, A., Chisholm, K., Kaiser, N., Rosen, M., Upthegrove, R., Ruhrmann, S., & Wood, S. J. (2019). Resilience as a multimodal dynamic process. *Early intervention in psychiatry*, 13(4), 725-732.
- Staub, E. (1978). *Positive social behavior and morality: Social and personal influences* (Vol.1). New York: Academic Press.
- Staub, E. (1979). *Positive social behavior and morality: Socialization and development* (Vol. 2). New York: Academic Press.
- Staub, E., & Vollhardt, J. (2008). Altruism born of suffering: The roots of caring and helping after victimization and other trauma. *American Journal of Orthopsychiatry*, 78(3), 267–280.
- Steinberg L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(2), 69–74.
- Stempleman, M. L., Wright, E. D. & Bottonari, A. K. (2009). Socioeconomic status: Risks and resilience. In S. L. & M. S. (Eds.), *Determinants of minority mental health and wellness*. 273-302. New York: Springer.
- Sternberg, R. J. (2022). The Most Important Gift of All? The Gift of Courage. *Roeper Review*, 44(3), 135–143.

- Stronks, K., van de Mheen, H., Looman, C. W. N., & Mackenbach, J. P. (1998). The importance of psychosocial stressors for socio-economic inequalities in perceived health. *Social Science & Medicine*, 46(4-5), 611–623.
- Stümer, S. M. & Snyder, M. (2010). The psychology of prosocial behavior: Group processes, intergroup relations and helping. 3-10. Malden: MA, Wiley-Blackwell.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2014). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson.
- Talisse, R.B. (2013), Altruism and Self-sacrifice. *Journal of Social Philosophy*, 44, 112-114.
- Taşğın, E., Çetin, F. Ç. (2006). Ergenlerde Major Depresyon: Risk Etkenleri, Koruyucu Etkenler ve Dayanıklılık. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi*, 13(2):87-94.
- Taylor, E. (2001). Positive psychology and humanistic psychology: A reply to Seligman. *Journal of Humanistic Psychology*, 41, 13-29.
- Taylor, L. K., & Carlo, G. (2021). Introduction to the Special Section: Prosocial development in risky and vulnerable contexts. *International Journal of Behavioral Development*, 45(4), 289–292.
- Taylor, L. K., & Glen, C. (2019). From empathy to action: Can enhancing host-society children's empathy promote positive attitudes and prosocial behavior towards refugees? *Journal of Community and Applied Social Psychology*. 30, 214– 226.
- Taylor, L. K., Merrilees, C. E., Baird, R., Goeke-Morey, M. C., Shirlow, P., & Cummings, E. M. (2018). Impact of political conflict on trajectories of adolescent prosocial behavior: Implications for civic engagement. *Developmental Psychology*, 54(9), 1785.
- Taylor, Z. E., & Conger, R. D. (2017). Promoting Strengths and Resilience in Single-Mother Families. *Child Development*, 88(2), 350–358.
- Tekinalp, B. E., & Terzi, Ş. I. (2015). Eğitimde pozitif psikoloji uygulamaları. Ankara: Pegem Akademi.

- Tekinalp, B., & Terzi, S. (2014). Coping, social interest, and psychological birth order as predictors of resilience in Turkey. *Applied Research in Quality of Life*, 9(4), 1-16.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini toparlama gücü ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 77-86.
- Thomas, D. A. (2011). *Reaching resilience: Protective factors and adult children of divorce*. Retrieved from http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas11/Article_22.pdf
- Tian, L., Liu, L., & Shan, N. (2018). Parent-Child Relationships and Resilience Among Chinese Adolescents: The Mediating Role of Self-Esteem. *Frontiers in Psychology*, 9, 1030.
- Tillich, P. (1980). *The Courage to Be*. New Haven, Conn.: Yale University Press.
- Tomasello, M. (2018). İnsan ahlakının doğal tarihi. (Çev. A. Onacak). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Toraman, Ç. (2018). Evaluation of relationship between psychological resilience, selfsufficiency and social emotional learning skills of children who stay in children's houses under the provincial directorate of family social policies in Kars (Unpublished master's thesis). Üsküdar University, İstanbul
- Trawick-Smith, J. (2014). Early childhood development (6th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism & collectivism*. Westview Press, Boulder.
- Trivers, R. L. (1971). The evolution of reciprocal altruism. *The Quarterly review of biology*, 46(1), 35-57.
- Trompetter, H. R., de Kleine, E., & Bohlmeijer, E. T. (2017). Why Does Positive Mental Health Buffer Against Psychopathology? An Exploratory Study on Self-Compassion as a Resilience Mechanism and Adaptive Emotion Regulation Strategy. *Cognitive therapy and research*, 41(3), 459-468.

- Turgut, Ö. (2015). Investigation of resilience of adolescents in terms of major life events, perceived social support and school engagement (Unpublished master's thesis). Anadolu University, Eskişehir.
- Turiel, E. (2006). The development of morality. In W. Damon (Series Ed.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (6th ed., 863-932). New York: Wiley.
- Tuvblad, C., Grann, M., & Lichtenstein, P. (2006). Heritability for adolescent antisocial behavior differs with socioeconomic status: gene–environment interaction. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(7), 734-743.
- Tüzgen, F. E. (2020). Suriyeli mülteci ergenlerde psikolojik sağlamlığın gelişmesinde mizahın rolü. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul.
- Ullman, J. B. (2013). Structural equation modeling. In B. G. Tabachnick, & L. S. Fidell (Eds.), *Using multivariate statistics* (6th ed., pp. 653-771). Harlow, Essex: Pearson.
- Ungar, M., & Liebenberg, L. (2011). Assessing resilience across cultures using mixed methods: Construction of the Child and Youth Resilience Measure. *Journal of Mixed Methods Research*, 5, 126–149.
- Ungar, M., Liebenberg, L., Dudding, P., Armstrong, M., & van de Vijver, F. J. (2013). Patterns of service use, individual and contextual risk factors, and resilience among adolescents using multiple psychosocial services. *Child abuse & neglect*, 37(2-3), 150–159.
- Urmson, J. O. (1980). Aristotle's Doctrine of the Mean" in A. Rorty (ed.), *Essays on Aristotle's Ethics*, Berkeley: University of California Press.
- Uysal, E., Bayramoğlu, G. (2022). "İşyerinde Sosyal Cesaret Davranışı" Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlama Çalışması, *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 14(1), 54-71.

- Üzbe-Atalay, N. (2019). LGBT bireylerde kendini toparlama gücü, cesaret, algılanan stres ve sosyal destek. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Van der Graaff J., Carlo G., Crocetti E., Koot H. M., Branje S. (2018). Prosocial behavior in Adolescence: Gender differences in development and links with empathy. *Journal of Youth and Adolescence*, 47,1086–1099.
- VandenBos, G. R. (2015). *APA dictionary of psychology*. (2.b.). American Psychological Association.
- Vanderbilt-Adriance, E., & Shaw, D. S. (2008). Protective factors and the development of resilience in the context of neighborhood disadvantage. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(6), 887–901.
- Wadsworth, M. E., & Santiago, C. D. (2008). Risk and resiliency processes in ethnically diverse families in poverty. *Journal of Family Psychology*, 22(3), 399–410.
- Walsh, F. (2002). A family resilience framework: Innovative practice applications. *Family relations*, 51(2): 130- 1379.
- Walton, D. N. (1986). *Courage: A philosophical investigation*. California: University of California.
- Watts, R. E., & Ergüner-Tekinalp, B. (2017). Positive psychology: A neo-Adlerian perspective. *The Journal of individual psychology*, 73(4), 328-337.
- Wellman, H. M., Cross, D., & Watson, J. (2001). Meta-analysis of theory-of-mind development: the truth about false belief. *Child development*, 72(3), 655–684.
- Welp, L. R., & Brown, C. M. (2014). Self-compassion, empathy, and helping intentions. *The Journal of Positive Psychology*, 9(1), 54–65.
- Werner, E. E., & Smith, R.S. (1992). *Overcoming the odds: High-risk children from birth to adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University Press.

- Werner, K. H., Jazaieri, H., Goldin, P. R., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross J. J. (2012). Self-Compassion and Social Anxiety Disorder. *Anxiety Stress Coping*, 71(2), 543–558.
- Wetterneck, C. T., Lee, E. B., Smith, A. H., & Hart, J. M. (2013). Courage, self-compassion, and values in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 2(3–4), 68–73.
- Williamson, R. A., Donohue, M. R., & Tully, E. C. (2013). Learning how to help others: Two-year-olds' social learning of a prosocial act. *Journal of Experimental Child psychology*, 114(4), 543-550.
- Wilson, D.S., & Sober, E. (1994). Reintroducing group selection to the human behavioral sciences. *Behavioral and Brain Sciences*, 17(4), 585-608.
- Windle, M. (1999). Critical conceptual and measurement issues in the study of resilience. (Ed: Glantz, M. D. ve Johnson, J. L.) *Resilience and development: Positive life adaptations*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Windle, M. (2002). Critical conceptual and measurement issues in the study of resilience. In M. D. Glantz & J. L. Jonhson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations*. 161-176. New York: Kluwer Academic Publishers.
- Wispe, L. (1991). *The psychology of sympathy*. New York: Plenum.
- Wojciak, A. S., Powers, J., Chan, A., Pleggenkuhle, A. L., & Hooper, L. M. (2022). ARCCCH Model of Resilience: A Flexible Multisystemic Resilience Framework. *International journal of environmental research and public health*, 19(7), 3920.
- Wong, P. T. P. (2009a). Viktor Frankl: Prophet of hope for the 21st century. In A. Batthyany & J. Levinson (Eds.), *Existential psychotherapy of meaning: Handbook of logotherapy and existential analysis*. Phoenix, AZ: Zeig, Tucker & Theisen.
- Woodard, C. R. (2004). Hardiness and the concept of courage. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 56(3), 173-185.

- Woodard, C. R. & Pury, C. L. S. (2007). The construct of courage categorization and measurement. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 59(2), 135–147.
- World Health Organisation. (2022). “Adolescent health and development”. <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health> adresinden erişilmiştir.
- Wright, D. & Croxen, M. (1989). Ahlak Yargısının Gelişimi. Demet Öngen (çev.), *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 22(1), 289-310.
- Wright, M. O. D., Masten, A., & A. J. Narayan. (2013). Resilience processes in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein & R. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp. 15-37). New York: Springer.
- Xue, S., Kaufman, M. R., Zhang, X., Xia, S., Niu, C., Zhou, R., & Xu, W. (2022). Resilience and Prosocial Behavior Among Chinese University Students During COVID-19 Mitigation: Testing Mediation and Moderation Models of Social Support. *Psychology research and behavior management*, 15, 1531–1543.
- Yalçındağ, B. (2009). *Relationships between courage, self-construals and other associated variables*. Master Thesis. Middle East Technical University Graduate School of Social Sciences, Ankara.
- Yang, J., Milliren A. & Blagen, M. (2010). *The psychology of courage: An Adlerian handbook for healthy social living*. New York: Routledge.
- Yang, Y., Kong, X., Guo, Z., & Kou, Y. (2021). Can Self-compassion Promote Gratitude and Prosocial Behavior in Adolescents? A 3-Year Longitudinal Study from China. *Mindfulness*, 1-10.
- Yang, Y., Zhang, M., & Kou, Y. (2016a). Self-compassion and life satisfaction: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences*, 98, 91–95.

- Yarnell, L. M., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion, interpersonal conflict resolutions, and well-being. *Self and Identity*, 12, 146–159.
- Yates, M., & Youniss, J. (1996). A developmental perspective on community service in adolescence. *Social Development*, 5, 85–111.
- Yıldırım, M., ve Sarı, T. (2018). Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(4), 2502-2517.
- Yıldız, M. (2012). Platon'un felsefesinde bir erdem olarak cesaret. *Kutadgubilig: Felsefe Bilim Araştırmaları*, 22, 223 - 238.
- Yılmaz-Irmak, T. (2008). Prevalence of child abuse and neglect and resilience factors (Unpublished doctoral dissertation). Ege University, İzmir.
- Zeller, M., Yuval, K., Nitzan-Assayag, Y., & Bernstein, A. (2015). Self-compassion in recovery following potentially traumatic stress: Longitudinal study of at-risk youth. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43, 645– 653.
- Zhao J. L., Cai D., Yang C. Y., Shields J., Xu Z. N., Wang C. Y. (2020). Trait emotional intelligence and young adolescents' positive and negative affect: the mediating roles of personal resilience, social support, and prosocial behavior. *Child Youth Care Forum*, 49, 431–448.

EKLER

Ek 1: Etik Kurul İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 21.05.2022-128448



1993

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
Akademik Değerlendirme Koordinatörlüğü

Sayı : E-62310886-605.99-128448
Konu : Etik Kurul İzni (Öykü Altıntaş)

21.05.2022

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 29.04.2022 tarih ve 123945 sayılı yazınız.

Enstitünüz Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Öykü Altıntaş'ın, Prof. Dr. Figen Çok danışmanlığında yürütmeyi planladığı "Ergenlerde Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ve Yılmazlık Arasındaki İlişkide Öz Şefkat ve Cesaretin Rolü" adlı tez önerisi değerlendirilmiş ve bilgilerinize ekte sunulmuştur.

Prof. Dr. M. Abdülkadir VAROĞLU
Kurul Başkanı

Ek: Değerlendirme Formu

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Sayı : 17162298.600-139
Konu : Tez Önerisi

12 MAYIS 2022

İlgili Makama

Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Öykü Altıntaş'ın, Prof. Dr. Figen Çok danışmanlığında yürütmeyi planladığı "Ergenlerde Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ve Yılmazlık Arasındaki İlişkide Öz Şefkat ve Cesaretin Rolü" adlı tez önerisi değerlendirilmiş ve yapılmasında bir sakınca olmadığı tespit edilmiştir. Bilgilerinize saygılarımızla sunarız.

Başkent Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler ve Sanat Araştırma Kurulu

Ad, Soyad	Değerlendirme	İmza
Prof. Dr. M. Abdülkadir Varoğlu	Olumlu/ Olumsuz	
Prof. Dr. Kudret Güven	Olumlu/ Olumsuz	
Prof. Ali Sevgi	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Işıl Bulut	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Sadegül Akbaba Altun	Olumlu/ Olumsuz	
Prof. Dr. Can Mehmet Hersek	Olumlu/Olumsuz	
Prof. Dr. Özcan Yağcı	Olumlu/ Olumsuz	

Ek 2: MEB Araştırma İzni



T.C.
ANKARA VALİLİĞİ
Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-14588481-605.99-58367114
Konu : Araştırma İzni

21.09.2022

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü)

İlgi: a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 2020/2 sayılı Genelgesi.
b) 21.05.2022 tarihli ve 128448 sayılı yazınız.

Üniversiteniz Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans programı öğrencisi Öykü ALTINTAŞ'ın "**Ergenlerde Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi ve Yılmazlık Arasındaki İlişkide Öz Şefkat ve Cesaret Rölü**" konulu çalışması kapsamında İlimize bağlı resmi liselerde uygulama yapma talebi ilgi (a) Genelge çerçevesinde incelenmiştir.

Yapılan inceleme sonucunda, söz konusu araştırmanın Müdürlüğümüzde muhafaza edilen ölçme araçlarının; Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, Milli Eğitim Temel Kanunu ile Türk Milli Eğitiminin genel amaçlarına uygun olarak, ilgili yasal düzenlemelerde belirtilen ilke, esas ve amaçlara aykırılık teşkil etmeyecek, eğitim-öğretim faaliyetlerini aksatmayacak şekilde okul ve kurum yöneticilerinin sorumluluğunda, gönüllülük esasına göre uygulanması Müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Harun FATSA
Vali a.
Milli Eğitim Müdürü

Ek: Uygulama Araçları (7 Sayfa)

Dağıtım:
Gereği:
Başkent Üniversitesi

Bilgi:
B Planı

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek 3: Veli Onam Formu

Veli Onam Formu

Sevgili Anne/Baba,

Ergenlerde pozitif psikoloji kavramlarını konu alan bu çalışma, Başkent Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans Programı öğrencisi Öykü Altıntaş'ın, Prof. Dr. Figen Çok danışmanlığında gerçekleştirdiği tez çalışmasıdır.

Araştırma, T.C. Milli Eğitim Bakanlığı'nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Çocuğunuzun katılımı **tamamen sizin** onayınıza ve **çocuğunuzun gönüllülüğüne bağlıdır**.

Çalışmada öğrencilerden kimlik bilgileri istenmemektedir. Cevaplar tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir. Anketler genel olarak rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir.

Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz. Saygılarımızla.

Araştırmacı : Öykü Altıntaş
İletişim Bilgileri : .

*Velisi bulunduğum sınıfı numaralı öğrencisi
.....'in yukarıda açıklanan araştırmaya katılmasına izin
veriyorum. (Lütfen formu imzaladıktan sonra çocuğunuzla okula geri gönderiniz*).*

Tarih:.../.../.....

Veli Adı-Soyadı:

İmza:

Ek 4: Gönüllü Katılımcı Onam Formu

Gönüllü Katılımcı Onam Formu

Sevgili genç arkadaşım;

Bu çalışma, Prof. Dr. Figen Çok danışmanlığında, Başkent Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans Programı öğrencisi Öykü Altıntaş tarafından yüksek lisans tezi kapsamında yürütülmektedir. Çalışmanın amacı, ergenlerde yılmazlık, cesaret, öz-şefkat ve olumlu sosyal davranış eğiliminin incelenmesidir. Çalışmanın yürütülebilmesi için ilgili üniversiteden etik kurul onayı ve MEB’ den gerekli izinler alınmıştır.

Bu çalışmaya katılımınız tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Verilen anketlerin üzerine **isminizi yazmavınız**. Araştırma kapsamında toplanan veriler, sadece bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacak ve **tamamen gizli tutulacaktır**. Veri toplama sürecinde size rahatsızlık verebilecek herhangi bir soru bulunmamaktadır. Yine de katılımınız sırasında rahatsızlık hissederseniz çalışmadan istediğiniz zaman ayrılabilirsiniz.

Bu anket birden fazla psikolojik ölçme aracı içermektedir. Tüm soruların yanıtlanması yaklaşık 30 dakika sürmektedir. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Lütfen her bir testin başındaki yönergeyi dikkatlice okuyunuz ve sorulara sizi en iyi şekilde ifade eden cevabı vermeye çalışınız. Tüm soruları içtenlikle ve eksiksiz olarak yanıtlamanız çok önemlidir. Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.

Bu araştırma hakkında daha fazla bilgi almak isterseniz Başkent Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans Programı öğrencisi Öykü Altıntaş’a aşağıdaki e-mail adresinden ulaşabilirsiniz. Katılımınız ve katkılarınız için teşekkür ederiz.

E-posta: .

Bu çalışmaya tamamen kendi rızamla katılıyorum ve istediğim zaman çalışmadan ayrılabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını kabul ediyorum. (Lütfen bu formu doldurup imzaladıktan sonra veri toplayan kişiye veriniz.)

Tarih

...../...../.....

İmza

Ek 5: Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği Örnek Maddeleri

	Açıklama: Aşağıda bazı ifadeler yer almaktadır. Her bir ifadeyi dikkatle okuyarak katılma derecenizi belirtiniz. Okuduğunuz cümlelerin doğru veya yanlış cevapları yoktur, önemli olan sizin kişisel görüşünüzdür. Bu nedenle okuduğunuz cümle üzerinde uzun süre düşünmeden, içinizden gelen ilk cevabı vermeniz gerekmektedir. İlginiz için teşekkür ederim.	Beni hiç tanımlamıyor	Beni biraz tanımlıyor	Beni tanımlıyor	Beni iyi tanımlıyor	Beni tamamen tanımlıyor
2	Çevremdeki insanlarla işbirliği yaparım.	1	2	3	4	5
8	Başladığım işleri bitiririm.	1	2	3	4	5
14	Arkadaşlarım tarafından desteklenirim.	1	2	3	4	5
15	İhtiyaç duyduğumda nerden yardım alacağımı bilirim.	1	2	3	4	5

Ek 6: Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı

ÖA

Öykü Altıntaş

Değerli Hocam Doç. Dr. Didem Aydoğan; Merhaba, ben Öykü Altıntaş, Başkent Ü...

14.04.2022 Per 08:45

ⓘ

Bu iletiyi 21.04.2022 Per 11:07 tarihinde ilettiniz

DA

DiDEM AYDOĞAN:

21.04.2022 Per 10:44

Kime: Öykü Altıntaş

 CYRM-28 Yılmazlık Ölçeği.do...
162 KB

▼

👍

↶

↷

➡

...

Öykü merhabalar,

E-postan spam dosyasındaymış o yüzden şimdi gördüm. Umarım çok geç olmamıştır. Ekte ölçeği gönderiyorum.

Tez çalışmada başarı dileklerimle..

Ek 7: Adleryan Cesaret Ölçeği-Ergen Formu Örnek Maddeleri

	Açıklama: Aşağıda insanların yaşam durumlarını betimleyen ifadeler yer almaktadır. Her bir ifadeyi dikkatle okuyarak katılma derecenizi belirtiniz. Okuduğunuz cümlelerin doğru veya yanlış cevapları yoktur, okuduğunuz cümle üzerinde uzun süre düşünmeden, içinizden gelen ilk cevabı vermeniz uygun olacaktır.	Bana hiç uygun değil	Bana uygun değil	Ne uygun ne uygun değil	Bana uygun	Bana tamamen uygun
1	Hedefime ulaşma yolunda hiçbir zorluk beni yıldırmaz.	1	2	3	4	5
9	Tüm olumsuzluklara rağmen yola devam etme gücünü kendimde bulurum.	1	2	3	4	5
11	Sorunlarımla baş etme konusunda kendime güvenirim.	1	2	3	4	5
12	Yaşamımdaki zorluklara meydan okumak benim en belirgin özelliklerim arasındadır.	1	2	3	4	5

Ek 8: Öz-Şefkat Ölçeği-Kısa Formu Örnek Maddeleri

	Açıklama: Aşağıdaki her maddeyi dikkatlice okuyarak size uygunluğuna göre puanlayınız.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Daima
5	Başarısızlıklarımı insan olmanın doğal bir parçası olarak görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
6	Zor zamanlardan geçtiğimde ihtiyacım olan özen ve yumuşaklığı kendime gösteririm.	1	2	3	4	5
7	Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
10	Yetersizliklerim ve hatalarım karşısında kendime karşı eleştirel ve yargılayıcı davranırım.	1	2	3	4	5

Ek 9: Öz-Şefkat Ölçeği - Kısa Formu Kullanımına İlişkin İzin Yazısı

Ölçek Kullanma İzni

6

MY

musa yıldırım

11.04.2022 Pzt 23:14

Kime: Öykü Altıntaş

 12 madde.docx
15 KB

 öşö-kf.pdf
136 KB

3 ekin (741 KB) tümünü göster

Tümünü indir

Merhaba Öykü Hocam,
Ölçek maddelerini ekte gönderiyorum.
Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.
Size ve Prof. Dr. Figen Çok Hocaya saygılarımla.
Musa Yıldırım
Uzman Psikolojik Danışman

Ek 10: Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği - Ergen Formu Örnek Maddeleri

	Açıklama: Lütfen aşağıdaki her bir ifadeyi dikkatle okuyunuz ve bu ifadelerin sizi ne ölçüde tanımladığını düşünerek yandaki size uyan ifadeyi/ sayıyı daire içine alınız.	Beni hiç tanımlamıyor	Beni biraz tanımlıyor	Beni tanımlıyor	Beni iyi tanımlıyor	Beni çok iyi tanımlıyor
2	Çok üzgün birini rahatlattığım zaman kendimi iyi hissedirim.	1	2	3	4	5
7	İnsanlar benden yardım istedikleri zaman tereddüt etmem.	1	2	3	4	5
12	İnsanlar özellikle duygusal yönden sıkıntıda oldukları zaman yardım etme eğilimindeyim.	1	2	3	4	5
24	Yardım etmenin bana bir şey sağlamayacağını düşünsem bile çoğu kez yardım ederim.	1	2	3	4	5

Ek-11: Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği - Ergen Formu Kullanımına İlişkin İzin Yazısı



Asiye Kumru

11.04.2022 Pzt 12:09

Kime: Öykü Altıntaş

Bilgi: figen cok



PTM-25-item version.doc

93 KB



PTM-23-item version.doc

2 MB



2 ek (2 MB)

Merhaba Oyku, tabi kullanabilirsin. Olcegi iletıyorum. Elimde 23maddelik versiyonun alt olcek bilgileri var bunu da gonderiyorum. 25 maddelik versiyondaki fazladan olan 2 maddeyi ilettinginde hangi alt olceklere ait oldugunu tespit etmende yardimci olurum.

Kolay gelsin,
Asiye Kumru

...

Ek 12: Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu

Sevgili Öğrenciler,

Aşağıda sizinle ilgili çeşitli bilgiler edinmeye yönelik sorular yer almaktadır. Vereceğiniz yanıtlar yalnızca lise öğrencileri ile gerçekleştirilen bilimsel bir araştırmada kullanılacak olup, yanıtlar saklı tutulacaktır. Formlara isminizi yazmanıza gerek yoktur. Bu araştırma sorularını içtenlikle yanıtlamanız çok önemlidir. Bu nedenle soruları dikkatlice okuyup, size en uygun olan kutucuğu işaretlemeniz ve yanıtlanmamış soru bırakmamanız önem taşımaktadır. Katkılarınızdan dolayı çok teşekkür ederim.

ÖYKÜ ALTINTAŞ

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans Öğrencisi

1- Cinsiyetiniz:

☐ Kadın ☐ Erkek ☐ Belirtmek istemiyorum

2- Sınıfınız:

☐ 9 ☐ 10 ☐ 11 ☐ 12

3- Yaşınız:

4- Kardeş sayınız (siz dahil):

5- Anne baba birliktelik durumu:

☐ Birlikteler ☐ Boşanmış/Ayrılmış ☐ Anne veya baba vefat etmiş

6- Kiminle yaşıyorsunuz:

☐ Anne-baba-kardeş
☐ Anne-baba
☐ Sadece anne
☐ Sadece baba
☐ Kardeş
☐ Akraba yanında
☐ Öğrenci yurdunda
☐ Diğer (belirtiniz):

7- Annenizin en son mezun olduğu okul düzeyi:

☐ Okuma yazma bilmiyor
☐ İlkokul
☐ Ortaokul
☐ Lise
☐ Üniversite ve üstü

8- Babanızın en son mezun olduğu okul düzeyi:

☐ Okuma yazma bilmiyor
☐ İlkokul
☐ Ortaokul
☐ Lise
☐ Üniversite ve üstü

9- Lütfen aşağıdaki metni okuyarak, 1 ile 10 arasında yer alan size en uygun basamağı işaretleyiniz.

Merdivenin en üstünde, ekonomik açıdan en iyi durumda olan insanlar, en çok parası olanlar, en iyi okul eğitimi alanlar ve en saygın işleri yapanlar yer almaktadır. Merdivenin en altında ise en az parası olanlar, çok az eğitim imkanı olanlar ya da hiç olmayanlar, işi olmayanlar ya da en az tercih edilen işler yapan kişiler yer almaktadır.

Şimdi ailenizi düşünün.

Lütfen ailenizin bu merdivende hangi basamakta yer aldığını düşünerek, ailenizin konumunu en iyi temsil eden basamağı işaretleyin.



10- Lütfen ailenizin aylık yaklaşık toplam gelirini belirtiniz:

..... TL

11- Topluma hizmet ya da sivil toplum temelli bir grubun ya da topluluğun parçası mısınız? Halen ya da geçmişte?

☐ Hayır

☐ Evet

“Evet” ise kısaca belirtiniz:

Anketimiz burada sona ermiştir. Katılımınız ve katkınız için çok teşekkür ederiz. 😊