



**KTO KARATAY ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
ÇOCUK GELİŞİMİ ANABİLİM DALI
ÇOCUK GELİŞİMİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ERGENLİK DÖNEMİNDE ÖZ ŞEFKATİN
SALDIRGANLIK DAVRANIŞLARINA ETKİSİ**

Selda TUNCER KAYHAN

Yüksek Lisans Tezi

**KONYA
Aralık 2023**

ERGENLİK DÖNEMİNDE ÖZ ŞEFKATİN
SALDIRGANLIK DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

Selda TUNCER KAYHAN

KTO Karatay Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı
Çocuk Gelişimi Tezli Yüksek Lisans Programı

Yüksek Lisans Tezi

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Hatice YALÇIN

Konya
Aralık 2023

BİLDİRİM

Enstitü tarafından onaylanan Yüksek Lisans/Doktora tezimin tamamını veya herhangi bir kısmını basılı veya dijital biçimde arşivleme ve aşağıda belirtilen koşullar dahilinde erişime açma iznini KTO Karatay Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle, Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak ve gelecekteki çalışmalar (makale, kitap, lisans, patent vb.) için tezimin tamamının veya bir bölümünün kullanım hakları yalnızca bana ait olacaktır.

Tezimin bütünüyle kendi çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izinle kullanılması zorunlu olan kaynakları, yazılı izin alarak kullandığımı ve istenildiğinde izinlerin suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayımlanan “Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge” kapsamında, tezim, aşağıda belirtilen koşullar haricince, YÖK Ulusal Tez Merkezi ve KTO Karatay Üniversitesi Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

Enstitü / Fakülte Yönetim Kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren 2 yıl ertelenmiştir.¹

Enstitü / Fakülte Yönetim Kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren ... ay ertelenmiştir.²

Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir.³⁴

15 Aralık 2023

**Selda TUNCER
KAYHAN**

¹ MADDE 6(1) Lisansüstü teze ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.

² MADDE 6(2) Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internette paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç imkanı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile altı ayı aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.

³ MADDE 7(1) Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, tezin yapıldığı kurum tarafından verilir. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, ilgili kurum ve kuruluşun önerisi ile enstitü veya fakültenin uygun görüşü üzerine üniversite yönetim kurulu tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir.

⁴ MADDE 7(2) Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir.

ETİK BEYAN

KTO Karatay Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Hazırlama ve Yazım Kurallarına uygun olarak Doç. Dr. Hatice YALÇIN danışmanlığında tarafımdan üretilen bu tez/proje çalışmasında; sunduğum tüm veri, enformasyon, bilgi ve belgeleri bilimsel etik kuralları çerçevesinde elde ettiğimi, tüm değerlendirme, analiz, bulgu ve sonuçları bilimsel usullere uygun olarak sunduğumu, tez/proje çalışmasında yararlandığım kaynakların tümüne bilimsel normlara uygun biçimde atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, tezimin/projemin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

15 Aralık 2023

Selda TUNCER
KAYHAN

Desteklerini Hep Hissettiğim; Sevgili Annem, Babam ve Sevgili Eşim Mert'e...

TEŞEKKÜR

Lisans eğitimim dahil hep benimle olan ve ilk öğrencilik yıllarımdan itibaren bana her konuda destek sağlayan, yine bu çalışma için çok büyük emek veren, hem eğitim hayatıma hem sosyal hayatıma dokunan, yoluma ıőık olan sevgili hocam Doç. Dr. Hatice Yalçın'a,

Eğitimim ve hayatım boyunca maddi manevi destek veren ve her koőulda yanımda olan, koőulsuz sevgi ve emek veren sevgili anneme, babama, dedeme ve babaanneme,
Hayatıma girdiği günden beri elimi bırakmayan, her anımda, her koőulda yanımda olan, desteğini, sevgisini hep hissettiren, çalışma boyunca beni motive eden sevgili eşim Mert'e,

Bu zorlu süreçte yanımda olan kardeőlerim; Bahattin, Mesude Fadime'ye ve arkadaőlarıma,
Sonsuz teşekkür ediyorum...

Aralık 2023

Selda TUNCER KAYHAN

ÖZET

Selda TUNCER KAYHAN

Ergenlik Döneminde Öz Şefkatin Saldırganlık Davranışlarına Etkisi

Yüksek Lisans Tezi

Konya, 2023

Bu araştırmanın temel amacı; ergenlik döneminde öz şefkatin saldırganlık davranışlarına etkisinin incelenmesidir. Bu bağlamda ergenlik döneminin gelişimsel özelliklerinin derinlemesine incelenmesi, saldırganlığa neden olan faktörlerin sonuçlarının belirlenmesi ve ergenlerin öz şefkat becerilerinin demografik özellikler ile ilişkisinin ortaya konmasını sağlamaktır. Ergenlik döneminde birey bedenindeki ve zihnindeki hızlı gelişmelere ayak uydurmakta zorlanabilmekte ve bu karışıklığı dışarıya saldırganlık olarak yansıyabilmektedir. Saldırgan tutumlar ergenlik döneminde artış göstermektedir. Diğer bir yandan ise ergenin kendine duyduğu öz şefkat düzeyi, saldırganlık durumunu etkilemektedir. Bu çalışma, 12-18 yaş arasındaki ergenlerin öz şefkat becerileri ile saldırganlık davranışlarını belirlemeye yönelik, ilişkisel tarama modelindedir. Bu araştırmanın genel evreni 12-18 yaş arasındaki ergenlerdir. Araştırmanın örneklemi 321 katılımcıdan oluşmaktadır. Konya ili Selçuklu, Meram ve Karatay merkez ilçelerinde ikamet eden ve 2023-2024 eğitim öğretim yılında liselerde öğrenim gören ergenlerdir. Bu bağlamda araştırmanın örneklemi ‘uygun örnekleme’ yoluyla seçilerek oluşturulmuştur. Çalışma grubundakilerin demografik bilgilerinin elde edilmesi amacıyla “Demografik Bilgi Formu”; öz şefkat becerilerinin ergenler üzerindeki psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla “Öz Şefkat Ölçeği Kısa Formu” ve saldırganlık davranışlarının ergenler üzerindeki psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla “Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu” uygulanmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel analizi SPSS 22.0 ile yapılmıştır. Öz şefkat ve saldırganlık durumları çalışmanın bağımlı değişkeni iken, cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, anne-babanın medeni durumu, anne-babanın eğitim durumu, ve ailenin gelir düzeyi çalışmanın bağımsız değişkenleridir. Kardeş sayısı, anne-babanın evlilik durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, ailenin gelir durumu öz şefkat durumlarına göre anlamlı bir fark bulunmazken cinsiyet, yaş değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Cinsiyet, yaş, baba eğitim durumu ve ailenin gelir durumu saldırganlık durumlarına göre anlamlı bir fark bulunmazken kardeş sayısı, anne-babanın evlilik durumu ve anne eğitim durumu değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Öz-şefkat ile saldırganlık algıları arasında orta düzeyde, anlamlı ve negatif bir ilişki çıkarken; öz-şefkat algılarının saldırganlık algılarını anlamlı bir şekilde negatif yönde etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler

Ergenlik, öz şefkat, saldırganlık, çocuk gelişimi

ABSTRACT

Selda TUNCER KAYHAN

The Effect of Self-Compassion on Aggressive Behaviors in Adolescence

Master's Thesis

Konya, 2023

The primary aim of this research is to investigate the impact of self-compassion on aggressive behaviors during adolescence. In this context, a thorough examination of the developmental characteristics of adolescence is intended, with the goal of identifying the consequences of factors leading to aggression and revealing the relationship between adolescents' self-compassion skills and demographic characteristics. Adolescents may struggle to adapt to the rapid developments in their bodies and minds during adolescence, and this confusion can be manifested outwardly as aggression. Aggressive attitudes tend to increase during adolescence. On the other hand, the level of self-compassion the adolescent possesses affects the situation of aggression. This study is designed as a relational screening model to identify the self-compassion skills and aggressive behaviors of adolescents aged 12-18. The general population of this research comprises adolescents aged 12-18 there are 321 participants. The sample of the study consists of adolescents residing in the central districts of Selçuklu, Meram, and Karatay in Konya province, attending high schools in the 2023-2024 academic year. In this context, the sample of the research was selected through 'convenience sampling.' To obtain the demographic information of the study group, a "Demographic Information Form" was used; the "Short Form of Self-Compassion Scale" was used to examine the psychometric properties of self-compassion skills in adolescents, and the "Short Form of Aggression Scale" was used to examine the psychometric properties of aggressive behaviors in adolescents. The statistical analysis of the obtained data was conducted using SPSS 22.0. While self-compassion and aggression were the dependent variables of the study, gender, age, number of siblings, parents' marital status, parents' educational status, and family income level were the independent variables of the study. While there was no significant difference in the number of siblings, marital status of parents, mother's education level, father's education level, family income level, there was a statistically significant difference in gender and age variables. While no significant difference was found in gender, age, father's educational status and family income status in terms of aggression, a statistically significant difference was found in the variables of number of siblings, parents' marital status and mother's educational status. While there was a moderate, significant and negative relationship between self-compassion and aggression perceptions, self-compassion perceptions had a significant negative effect on aggression perceptions.

Keywords

Adolescence, self-compassion, aggression, child development

İÇİNDEKİLER

BİLDİRİM.....	i
ETİK BEYAN.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZET.....	vi
ABSTRACT.....	vii
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar DİZİNİ.....	x
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xi
KISALTMALAR DİZİNİ.....	xii
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	5
1.3. Araştırmanın Alt Amaçları.....	5
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	6
1.5. Araştırmanın Sayıltıları.....	6
1.6. Tanımlar.....	6
2. KONUyla İLGİLİ KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	8
2.1. Ergenlik Dönemi.....	8
2.1.1. Ergenliğin Tanımı ve Kapsamı.....	8
2.1.2. Ergenliğin Aşamaları.....	10
2.1.3. Ergenlikte Sağlık.....	11
2.1.4. Ergenlik Döneminde Gelişim.....	13
2.2. Saldırganlık.....	26
2.2.1. Saldırganlığın Tanımı ve Kapsamı.....	26
2.2.2. Saldırganlıkla İlgili Kuramlar.....	27
2.2.3. Saldırganlık Türleri.....	29
2.2.4. Saldırganlığın Gelişimi ve Ergenlik Döneminde Saldırganlık.....	31
2.2.5. Saldırganlığı Etkileyen Faktörler.....	32
2.3. Öz şefkat.....	36
2.3.1. Öz Şefkatin tanımı ve Kapsamı.....	36
2.3.2. Öz Şefkat Bileşenleri.....	37
2.3.3. Öz şefkati Etkileyen Faktörler.....	40

2.3.4. Öz Şefkat ve Kuramlar	42
3. YÖNTEM.....	47
3.1. Araştırmanın Modeli	47
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	47
3.3. Araştırmanın Verilerinin Toplanması	49
3.4. Veri Toplama Araçları.....	50
3.4.1. Demografik Bilgi Formu	50
3.4.2. Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Formu	50
3.4.3. Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu	50
3.5. Verilerin Değerlendirilmesi.....	51
4. BULGULAR.....	53
5. TARTIŞMA	64
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	70
6.1. Sonuç	70
6.2. Öneriler.....	71
7. KAYNAKLAR	73
EKLER.....	89
ÖZGEÇMİŞ	92

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Ergenlik döneminde gelişim özellikleri ve gelişimsel aşamalar.....	14
Tablo 2. Erkek ergenlerde genital organların ve pubik kılların gelişimi	16
Tablo 3. Kız ergenlerde memelerin ve pubik kılların gelişimi	17
Tablo 4. Saldırganlık türleri	29
Tablo 5. Çalışma grubunun demografik değişkenleri (N=321)	48
Tablo 6. Ölçek ve alt boyutların normallik varsayımı	51
Tablo 7. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin alt boyutların normallik varsayımı	53
Tablo 8. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması	53
Tablo 9. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin yaş değişkenine göre karşılaştırılması	54
Tablo 10. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait yaş değişkeni için Sheffe analizi sonuçları	55
Tablo 11. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin kardeş sayısı değişkenine göre karşılaştırılması	55
Tablo 12. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait kardeş sayısı değişkeni için Sheffe analizi sonuçları	56
Tablo 13. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait anne-babanın evlilik durumu değişkenine göre karşılaştırılması	57
Tablo 14. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait anne-babanın evlilik durumu değişkeni için Sheffe analizi sonuçları.....	58
Tablo 15. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin anne eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması	59
Tablo 16. Ölçeklerin anne eğitim durumu değişkeni için Sheffe analizi sonuçları	59
Tablo 17. Ölçeklerin baba eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması.....	60
Tablo 18. Ölçeklerin aile gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılması	61
Tablo 19. Ölçekler ve alt boyutlarla korelasyon tablosu.....	62
Tablo 20. Ergenlerde öz-şefkat algılarının saldırganlık algıları üzerine etki analizi	62

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. Ergen sağlığına ilişkin kavramsal çerçeve	13
Şekil 2. Ahlak gelişimini etkileyen faktörler	20
Şekil 3. Ergenlerde ahlak gelişim aşamaları	21
Şekil 4. Ergenlikte somut ve soyut düşüncelerin gelişim süreci	21
Şekil 5. Bebeklerde saldırganlık davranışı gelişimi	31
Şekil 6. Saldırganlığı etkileyen faktörler	32
Şekil 7. Öz şefkatin bileşenleri.....	38
Şekil 8. Öz şefkati etkileyen faktörler.....	40

KISALTMALAR DİZİNİ

Kısaltma	Açıklama
ACT	Acceptance and Commitment Therapy
ADDT	Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi
APA	American Psychological Association
BDT	Bilişsel Davranışçı Terapi
BT	Bilişsel Terapi
DSM-V	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurumu
UN	United Nations
UNICEF	United Nations Children's Fund

1. GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Günümüzde, 10 ile 19 yaşları arasındaki genç yetişkinler farklı bir kuşak olarak değerlendirilmektedir. Bugün dünyada 1,3 milyar ergenlik döneminde genç bulunmaktadır. Bu rakam her zamankinden daha fazladır ve dünya nüfusunun %16'sını oluşturmaktadır. Birleşmiş Milletler tarafından 10-19 yaş arası olarak tanımlanan ergenler, çocukluk ile yetişkinlik arasında bir geçiş dönemidir ve bununla birlikte önemli bir büyüme ve gelişme yaşarlar. 18 yaşına kadar olan gençlerin çoğu, Çocuk Hakları Sözleşmesi kapsamında korunmaktadır. Ancak onların hassasiyetleri ve ihtiyaçları çocuklarınkinden belirgin biçimde farklıdır ve bu nedenle çoğu zaman ele alınmamaktadır (Yang vd., 2023, s. 726).

Ergenlik, belirli sağlık ve gelişimsel ihtiyaç ve hakların olduğu bir yaşam dönemidir. Bu aynı zamanda bilgi ve becerilerin geliştirildiği, duyguları ve ilişkileri yönetmeyi öğrendiği ve ergenlik yıllarının tadını çıkarmak ve yetişkin rollerini üstlenmek için önemli olacak nitelik ve yetenekleri kazanma zamanıdır. Ergenlik hızlı biyolojik, bilişsel ve sosyal değişimlerin yaşandığı bir dönemdir. Bu normatif gelişimsel değişiklikler, yüksek stres seviyeleri gibi bazı zihinsel sağlık sorunlarına katkıda bulunabilir (Neff, 2016, s. 265). Gençlerde ruh sağlığı sorunlarının küresel yaygınlığının %10-20 olduğu tahmin edilmektedir (Zhang vd., 2016). Ergenlik döneminde en sık karşılaşılan ruh sağlığı sorunları stres, kaygı ve depresyon olarak değerlendirilmektedir (Cummings, Caporino & Kendall, 2014, s. 817).

Ergenlik insan gelişiminin en hızlı evrelerinden biridir. Değişikliklerin çoğunun sırası evrensel gibi görünse de, zamanlaması ve değişimin hızı bireyler arasında farklılık göstermektedir. Hem bireyin cinsiyet gibi özellikleri hem de yetersiz beslenme ya da kötü ortam gibi dış faktörler bu değişiklikleri büyük oranda etkilemektedir (Koçak, L. ve Çelik, 2021, s. 4362).

Ergenlik insanın hayatında çok önemli bir dönemdir. Ergenlik, fiziksel ve zihinsel gelişimde genellikle ergenlikten yasal olgunluğa kadar olan dönemle sınırlı bir geçiş aşamasıdır. Bu aynı zamanda eğitim, öğretim, istihdam ve işsizliğin yanı sıra yaşamın bir durumundan diğerine gelişimin de dahil olduğu çoklu geçişlerin zamanıdır. Ergenlik,

insanlara belirli zorluklar ve fırsatlar sunan benzersiz bir yaşam döngüsüdür. Ergenler, insan yaşamında aşırı ebeveyn bakımı, rehberliği ve empati gerektiren çok önemli bir aşama olarak görmektedirler (Kınık, 2000, s. 721). Gençlerin, toplumu geliştirmeye yardımcı olabilecek ve parlak bir gelecek için liderler haline gelebilecek sağlıklı yetişkinlere dönüşmeleri ancak dikkatli yapılan araştırmalar ve tanımlamalar aracılığı ile sağlanabilir. Bu nedenle etkili ergenlik dönemine ilişkin araştırmaların hedefi, ergenlerdeki fiziksel ve zihinsel farklılıkları belirlemek, patolojik olarak değerlendirilebilecek durumlarda müdahale etmek ve gerektiğinde gelişimsel destek vermek için sistematik adımlar atılmasını gerektirir, bu nedenle ergenlik ile ilgili araştırmalar yapılması önemlidir (Kanbur, 2012, s. 153).

Türkiye’de genç nüfus olarak değerlendirilen 15-24 yaşında 13 milyon kişi vardır ve toplam nüfusun %16’sını oluşturmaktadır (Türkiye İstatistik Kurumu, 2021). 2021-2025 için UNICEF tarafından belirlenen “Yeni Ülke Programı ve Sürdürülebilir Kalkınma Hedeflerinin” gerçekleştirilmesini desteklemek ve hiçbir çocuğun geride kalmamasını sağlamak amacıyla UNICEF ve Türkiye arasında güçlü ortaklık kurulmuştur ve bu programın odak noktalarından biri bütüncül olarak ergen kız ve erkek çocuklarının karşılaştığı zorlukların ele alınması, sosyal koruma ve çocuk koruma hizmetlerinin kalite ve kapsamının güçlendirilmesi ve ergenlerle ilişkili ulusal yatırımların ve izleme mekanizmalarının desteklenmesidir (Coyne vd., 2020, s. 1386).

Ergenlerin refahına yatırım yapmak önemlidir çünkü bu dönem insan gelişiminde kritik bir dönemdir. Ergenlik döneminin farklı özelliklerine ilişkin yapılan yüzlerce araştırma, ergenlik döneminin, olgunluk döneminde veya hemen sonrasında başlayan, çeşitli işaretler, davranışsal belirtiler ve sosyal çıkarımlarla yaygın olarak kabul edilen bir gelişim dönemi olduğunu göstermiştir (Leets, L., & Sunwolf, 2005, s. 344).

Dünyada 6,5 milyar nüfusun yaklaşık %20’sini ergenler oluşturmaktadır; bunların %85’i gelişmekte olan ülkelerde ikamet etmekte ve yaklaşık 1/3’i ülkenin ulusal nüfusunu oluşturmaktadır. Gençler sıklıkla "demografik olarak yoğun nüfus" olarak tanımlanmaktadır. Bu dönem, insanların büyük bir kısmının hayatlarındaki üniversiteyi bırakma veya bitirme, çocuk sahibi olma ve olumlu ekonomik kalkınma gibi temel olayların büyük bir kısmını deneyimlediği bir dönemdir. Bu yaş aralığında diğerlerine göre daha yaygın olan ve rıza dışı cinsel ilişki, alkol ve madde kötüye kullanımı, kendine

zarar verme ve fiziksel saldırganlık ve kanunla sorunlar gibi yaşamın gidişatını önemli ölçüde değiştirebilen davranışlar içerebilir (Tosun, 2021, s. 132).

Ergenlerde saldırgan davranışlar küresel çapta dikkat gerektiren önemli bir sosyal sorundur. Zarar verme niyetiyle kendine veya başkalarına yönelik her türlü davranış olarak tanımlanabilir (Esposito vd., 2022, s. 5889). Dünya Sağlık Örgütü'nün (2020) raporunda, 10 ila 29 yaşları arasındaki 10 gençten 4'ünün, çalışmadan önceki yıl başkalarıyla fiziksel çatışmalara girdiği ve ergenlerin yaklaşık dörtte birinin geçmişte zorbalığa maruz kaldığı belirtilmektedir (WHO, 2020).

Gençlerin asi, karamsar ve hatta bazen öfkeli olması alışılmadık bir durum değildir. Öfke saldırgan davranışlara dönüştüğünde ebeveynlerin bilinçli tepki vermesi çok önemlidir. Gençlerde saldırganlığın ne zaman bir zihinsel sağlık durumu için tedaviye ihtiyaç duyduklarının bir işareti olduğunun belirlenmesi gerekir. Depresyon, anksiyete, travma veya madde kullanım bozukluklarıyla mücadele eden ergenlerin agresif ergen davranışları sergileme olasılıkları daha yüksektir (Üçüncü ve Özada Nazım, 2022, s. 899). Bu nedenle ebeveynlerin bir gencin neden böyle davrandığını anlaması önemlidir. Ebeveynler gençlerde saldırganlığa neyin sebep olduğu konusunda ne kadar fazla bilgiye sahip olursa, çocuklarını desteklemek için o kadar donanımlı olurlar. Ek olarak okullar, sözlü taciz, fiziksel kavgalar ve kendine zarar vermeyi içeren, gençlerin fiziksel ve psikolojik refahı ve okul güvenliği için ciddi tehditler oluşturan ergenlerin saldırgan davranışlarının en yaygın ortamı olarak değerlendirilmektedir (Vuoksima vd., 2021, s. 328).

Ergenlikte görülen saldırganlık ile ilişkili araştırmalar, ergenlerin saldırgan davranışlarının hem saldırganlar hem de mağdurlar için duygusal sıkıntı da dahil olmak üzere akademik kopukluk, sosyal zorluklar ve hatta bu dönemdeki saldırgan davranışlarla yakından ilişkili olan gelecekteki suç davranışları gibi telafisi mümkün olmayan zararlara yol açabileceğini göstermiştir (Taylor vd., 2016; Zhang vd., 2023). Bu nedenle ergenlerin saldırgan davranışlarının daha derinlemesine anlaşılması ve risk faktörlerinin mekanizmalarının araştırılması ergenlerin olumlu gelişimi açısından büyük önem taşımaktadır (Leets & Sunwolf, 2005, s. 346).

Ergenlerde saldırganlık ile öz şefkat arasında ilişkiyi değerlendiren araştırmalar bulunmaktadır (Denson, DeWall & Finkel, 2012; Hu vd., 2023; MacBeth & Gumley,

2012;). Öz şefkat kişinin kendi ya da başkalarının acılarını eleştirmeden, net bir şekilde göstermesi olarak değerlendirilmektedir (Liu vd., 2020, s. 673). Saldırgan davranışların hem saldırganlar hem de mağdurlar üzerinde olumsuz etkisi vardır. Pek çok saldırgan öğrenci psikososyal uyumsuzluk, düşük akademik performans, okula devamlılık eksikliği ve çeşitli depresif belirtiler de dahil olmak üzere çeşitli zihinsel sağlık sorunları göstermektedir (Lemola, Schwarz & Siffert, 2012, s. 97). Bu durumlarda öz şefkatin önemi vurgulanmaktadır. Kendine karşı şefkat, ortak insanlık duygusu ve farkındalık, öz-şefkatin üç ana unsuru olarak tanımlanmaktadır (Neff, 2016). Öz şefkat, sert bir şekilde eleştirel veya yargılayıcı olmak yerine bireyin kendine karşı şefkatli ve düşünceli olma eğilimi olarak değerlendirilmektedir (Gerber, Tolmacz & Doron, 2015, s. 396).

Araştırmalar, öz-şefkatin ergenlik döneminde daha fazla yaşam memnuniyeti, sosyal bağlılık, merak, uysallık, olumlu etki, uyumluluk ve vicdanlılıkla ilişkili olduğunu göstermektedir (Sanders, Bor & Morawska, 2007, s. 985). Bununla birlikte, öz-şefkatin saldırganlıkla anlamlı negatif ilişkiler gösterdiği ortaya çıkmıştır. Ortak insanlık duygusu, bir kişinin deneyimlerinin başkalarının deneyimlerine bağlı olmasını içerir ve farkındalık, olumsuz veya tehdit edici olaylar da dahil olmak üzere kişinin deneyimleri hakkında dengeli bir bakış açısına sahip olmayı ve duyguları yargılayıcı olmayan bir farkındalıkta tutmayı içerir (Neff, 2016).

Öz-şefkat, kişinin zayıflıklarının farkında olmasını içermektedir. Öz-şefkat becerisi, kendine yönelik olumsuz düşünce ve duygulara karşı farkındalığı olan, kişisel bakış açılarını kabul eden ve onlara dengeli bir perspektiften bakan bir yaklaşımı içerdiğinden, özellikle ergenlik dönemi gibi karmaşık bir yaşam döneminde sorunlarla başetme ve yaşama uyum konusunda kazanılmazı gereken bir beceridir (Neff, 2016).

Bu bilgiler ışığında kritik gelişimsel dönem olarak kabul edilen ergenlik döneminde öz şefkat ile saldırganlık arasındaki sürecin incelenmesine ihtiyaç duyulmuştur. Ergenlerde saldırganlığın nedenleri, sonuçları ve ortaya çıkan sorunlarda öz şefkat becerilerinin geliştirilmesinin, ergenlerin sosyal, duygusal, ahlak gelişimlerine etkisinin olabileceği ön görülmüş ve ergenlikte öz şefkat ile saldırganlık konuları derinlemesine incelenmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı; ergenlik döneminde öz şefkatin saldırganlık davranışlarına etkisinin incelenmesidir. Bu bağlamda ergenlik döneminin gelişimsel özelliklerinin derinlemesine incelenmesi, saldırganlığa neden olan faktörlerin sonuçlarının belirlenmesi ve ergenlerin öz şefkat becerilerinin demografik özellikler ile ilişkisinin ortaya konması hedeflenmiştir.

1.3. Araştırmanın Alt Amaçları

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlar belirlenmiştir:

-Çalışma grubundaki ergenlere uygulanan Saldırganlık Ölçeği ile Öz Şefkat Ölçeği toplam puanları ve alt boyutları arasında bir ilişki var mıdır?

-Çalışma grubundaki ergenlere uygulanan Saldırganlık Ölçeği ile Öz Şefkat Ölçeğinin toplam puanları ve alt boyutları ile *yaş* değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

-Çalışma grubundaki ergenlere uygulanan Saldırganlık Ölçeği ile Öz Şefkat Ölçeğinin toplam puanları ve alt boyutları ile *cinsiyet* değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

-Çalışma grubundaki ergenlere uygulanan Saldırganlık Ölçeği ile Öz Şefkat Ölçeğinin toplam puanları ve alt boyutları ile *kardeş sayısı* değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

-Çalışma grubundaki ergenlere uygulanan Saldırganlık Ölçeği ile Öz Şefkat Ölçeğinin toplam puanları ve alt boyutları ile *ebeveynlerin medeni durumu* değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

-Çalışma grubundaki ergenlere uygulanan Saldırganlık Ölçeği ile Öz Şefkat Ölçeğinin toplam puanları ve alt boyutları ile *annenin öğrenim durumu* değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

-Çalışma grubundaki ergenlere uygulanan Saldırganlık Ölçeği ile Öz Şefkat Ölçeğinin toplam puanları ve alt boyutları ile *babanın öğrenim durumu* değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

-Çalışma grubundaki ergenlere uygulanan Saldırganlık Ölçeği ile Öz Şefkat Ölçeğinin toplam puanları ve alt boyutları ile *ailenin gelir durumu* değişkeni arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma; 2023 yılında Konya ilinde araştırmaya katılmaya gönüllü olan bireyler ile sınırlıdır.

1.5. Araştırmanın Sayıltıları

- Araştırmada örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmıştır
- Araştırmanın örneklemini oluşturan bireylerin veri toplama araçlarını içten ve samimi bir şekilde cevapladıkları varsayılmıştır

1.6. Tanımlar

Öz Şefkat: Bireyin üzerinde derin bir etki yaratabilecek sakinlik, minnettarlık ve şefkatten oluşan bir ruh hali olarak değerlendirilmektedir. Öz şefkat bir varoluş biçimini uygulamayı, duygularımıza, düşüncelerimize ve bedensel duyumlarımıza dair an be an nazik ve besleyici bir farkındalığa işaret eder. Araştırmalar, bilinçli bir beyin elde etmenin daha mutlu ve daha üretken bir hayata yol açabileceğine dair kanıtları desteklemektedir (Germer & Neff, 2013, s. 856). Öz şefkat, kişinin kendisiyle iyi bir arkadaş ve dost olması becerisi olarak tanımlanabilir. Kişinin kendi özüne karşı anlayışlı, nezaketli ve destekleyici olması da denebilir (Bessenoff, 2006, s. 241). Kendine şefkat de dahil olmak üzere şefkat, bakım sistemiyle de bağlantılıdır. Bu nedenle birey kendini yetersiz hissettiğinde kendine şefkatli davranmak, sıcak bir kucaklamadaki bir çocuk gibi kendini güvende ve önemsendiğini hissetmesini sağlar. Kendine şefkat, tehdit tepkisinin azaltılmasına yardımcı olur. Stres tepkisi (savaş-kaç-donma) benlik kavramına yönelik bir tehdit tarafından tetiklendiğinde, bir tepki olarak birey kendine yönelir. Kendiyle savaşır, özeleştiri yapar, başkalarından kaçır ve kendini izole eder veya ruminasyon durumu ortaya çıkararak donup kalır. Öz şefkati uyguladığında ise tehdit-savunma sistemini devre dışı bırakıp bakım sistemini etkinleştirir. Oksitosin ve endorfin salgılanır, bu da stresin azalmasına, güvenlik ve güvenlik hissinin artmasına yardımcı olur (Bessenoff, 2006, s. 241).

Saldırganlık: Öfke veya antipati gibi duygularla düşmanca veya şiddet içeren davranışlarda bulunma durumudur. Saldırganlık, kendine ve başkalarına zarar verebilecek bir davranıştır (Gage vd., 2017, s. 214). Fiziksel, duygusal, sözlü veya sözsüz saldırganlık olabilir. Ergenlik dönemindeki saldırganlık ebeveynler ve diğer yetişkinler için büyük bir endişe kaynağıdır. Saldırganlığın ifade edilmesinden önce gösterilen aşırı öfke, öfkelenme, ruh hali değişikliği, asabi ve ciddi olmayan davranışlar gibi uyarı işaretleri önemlidir (Arriani, 2014, s. 271). İnsanlar birbirlerine bağırdıklarında, birbirlerine vurduklarında, trafikte diğer arabaların önünü kestiklerinde, hatta öfkeyle yumruklarını masaya vurduklarında saldırgan olduklarını söylenir. Ancak zorlu bir oyun sırasında sporcuların yaralanması veya savaşta düşman askerlerinin öldürülmesi gibi diğer zararlı eylemler herkes tarafından saldırganlık olarak görülmebilir. Saldırganlığın tanımlanması çok zor olarak değerlendirilmektedir. Saldırganlık genel olarak zarar görmek istemeyen başka bir bireye zarar vermeyi amaçlayan davranış olarak tanımlamaktadır. Niyet algısını içerdiğinden, bir açıdan saldırganlık gibi görünen şey, başka bir açıdan öyle görünmeyebilir ve aynı zararlı davranış, niyetine bağlı olarak saldırganlık olarak kabul edilebilir veya edilmeyebilir (Bakan-Kıraç, 2021; Demir, 2022).

2. KONUYLA İLGİLİ KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Ergenlik Dönemi

2.1.1. Ergenliğin Tanımı ve Kapsamı

İnsanlar dünyaya ilk geldiği andan son anına kadarki zaman içerisinde farklı dönemlerden geçmektedir. Bu dönemler içerisinde olduğu yaşa göre farklı özellikler gösterebilmektedir. Genel olarak bakıldığında; bebeklik, çocukluk, ergenlik, genç yetişkinlik, yetişkinlik, orta yaşlılık ve yaşlılık olarak gruplanabilmektedir. Dönemler arası geçişler kesin bir yaş ile ifade edilemezler fakat her dönem sırayla ilerler. Ayrıca dönemler, her insanda birbirinden farklı özellikler sergiler (Kulaksızoğlu, 2018). Bu evrelerden geçiş sürecini insanların kendi karakteristik özellikleri, ailesi, genetik özellikleri, çevresi ve diğer birçok değişkene göre farklı şekillerde tamamladıkları görülmektedir (Stellar, 2012, s. 449).

Ergenlik dönemini tanımlamak zordur. Ergenlik çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir ve bunun ötesinde ergenliğin tanımı ve deneyimi, özellikle kültürler ve cinsiyetler arasında büyük farklılıklar göstermektedir. Biyolojik olarak ergenlik, ergenliğin başlangıcından büyümenin sona ermesine kadar uzanan bir gelişim dönemidir; Bilişsel olarak ergenliğin sonu, akıl yürütme ve soyut düşünme yeteneğiyle tanımlanmaktadır. Ergenlik, sosyal açıdan gençlerin yetişkin rollerini üstlenmeye başladıkları ve kimlik kazanmak için çaba gösterdikleri bir dönem olarak da değerlendirilmektedir (Barry, Loflin & Doucette, 2015, s. 119).

Raes (2011) ergenlik dönemini büyük bir değişim ve mücadele dönemi olarak tanımlamaktadır. Fiziksel gelişim özelliklerinin belirginleştiği bu dönemde kızların vücutları değiştikçe belirli ihtiyaçları ve endişeleri olmaktadır (Coyne vd. 2020, s. 1386). Günümüzde ergenliğin hem erken çocukluk hem de yetişkinlik döneminden ayrı, özel dikkat ve koruma gerektiren bir dönem olduğu yaygın olarak kabul edilmektedir. Her ne kadar uluslararası sözleşmelerde, bildirilerde veya anlaşmalarda “ergenler” teriminden bahsedilmese de tüm ergenler İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi ve diğer önemli insan hakları sözleşmeleri ve anlaşmaları kapsamında haklara sahiptir. Bunların çoğu aynı zamanda Çocuk Hakları Sözleşmesi kapsamındadır (Oropesa, R., Nieves, 2022, s. 54).

Çocukluğun ne zaman bitip yetişkinliğin ne zaman başladığına dair kesin ve hızlı bir cevap bulunmamaktadır. Aslında her kültür, sınırın ne zaman düşeceğine kendisi karar vermektedir ve bazıları bu geçişi özel törenlerle kutlamaktadır. Ancak çocukluktan yetişkinliğe geçişin daha yavaş gerçekleştiği dönem ergenlik dönemidir. Ergenlik, geleneksel olarak ergenliğin başlangıcı, cinsel olgunlaşmanın eşlik ettiği hızlı bir fiziksel büyüme hamlesi ve bireylerin yetişkin yaşamıyla ilgili sorumlulukları (evlilik, işyerine girme vb.) üstlendiği zaman sona eren bir dönem olarak görülmüştür (Bell, 2016, s. 13).

Dünya Sağlık Örgütü ergenleri 10 ila 19 yaş arasındaki kişiler olarak tanımlamaktadır. Dünya Gençlik Eylem Programı, Dünya Bankası ve Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO), 15 ila 24 yaş arasındaki ergenleri “genç” olarak adlandırmaktadır. Ülkeler ve bölgeler, ergenliği kültürel inanç ve uygulamalara göre sıklıkla farklı şekilde tanımlamaktadır. Örneğin ergenlik, çocukluktan yetişkinliğe, aileye bağımlılıktan özerkliğe geçiş dönemi olarak kabul edilirse, bazı bölgelerde ergenlik yirmili yaşların sonunda, hatta otuzlu yaşların başında sona erebilmektedir (Tosun, 2021, s. 127).

Yaş, ergenliği tanımlamanın uygun bir yoludur, ancak bu gelişim dönemini tanımlayan özelliklerden yalnızca biridir. Yaş, oldukça evrensel olan biyolojik değişiklikleri (örneğin ergenlik) değerlendirmek ve karşılaştırmak için, sosyo-kültürel çevreye göre daha fazla değişen sosyal geçişlerden daha uygundur (Rask, Kurki & Paavilainen, 2003, s. 129).

Ergenliğin başlangıcındaki ortalama yaş düşmeye devam etmektedir. 10 yaşın altındaki kızlarda ergenlik belirtileri daha sık görülmektedir. Bu, ergenlikle ilgili fiziksel ve duygusal sorunların daha erken sınıflarda ve bilişsel gelişimin daha erken aşamalarında başladığı ve ebeveynlerin bu değişiklikleri kızlarına anlayıp açıklayabilecek araçlara hazırlıklı olmaları gerektiği anlamına gelmektedir (Ünal ve Şahin, 2013, s. 47).

Ergenlik kızlarda ortalama 11-13 yaş, erkeklerde ise 13-15 yaş arasında başlamaktadır (Bell, 2016, s. 13). Ergenlik başından sonuna kadar farklı pek çok duygunun bir arada yaşanabildiği, inişli çıkışlı ve fırtınalı bir süreçtir. Dünya üzerinde yaşayan insanların tamamı birbirinden farklı, ergenlik dönemi de ortak bazı özellikleri dışında her çocuğun kendi genetik yapısı, mizacı, ailevi ve çevresel unsurlara göre farklılık göstermekte ve her çocuk bu dönemi kendine özgü geçirmektedir. Çünkü duygu durumlarının gerektirdiği gibi davranmaktadırlar. Öfkelenecekleri bir durum karşısında bazı çocuklar daha sakin bazıları bağırarak bazıları etrafı zarar vererek bazıları ise kendisine zarar

vererek karşılayabilmektedir. Genel olarak buldukları sürecin gerektirdiği duygu durumları yaşansa dahi bunları karşılama çocuğun kendi bireysel özelliklerine göre şekil alan bir durumdur (Madkour vd., 2010, s. 389). Ergenlik döneminin kendine has özellikleri vardır ve bu dönemin önemli etkilerinden biri insanoğlunun bütün hayatını etkileyebilecek önemli gelişmelerin yaşandığı bir dönem olmasıdır (Özyaman, 2021).

Fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimlerle işaretlenen bu dönem genellikle iki aşamaya ayrılır: 10 ila 14 yaş arasındaki erken ergenlik ve 15 ila 19 yaş arasındaki geç ergenlik olarak değerlendirilmektedir. Bu yaşam evresi yüksek öncelikli öneme sahiptir çünkü zaman içinde geleceğin yönünü belirleyen ve sosyal, ekonomik, biyolojik ve demografik olayları içeren birçok yaşam anahtarı vermektedir (Roisman vd., 2004, 125).

Ergenlik, aynı zamanda bir yetişkin olarak kişinin dünyayı nasıl göreceğini ve onunla nasıl etkileşim kuracağını belirleyecek çok hayati bir dönemdir. Hepsini birbiriyle bağlantılı olan genel sağlık, sosyal sağlık ve cinsel sağlık sorunları vardır. Gençler için doğru seçimleri yapabilecek kaynaklara, mentorluğa ve bilgiye sahip olmak önemlidir (Raes, 2011, s. 34).

2.1.2. Ergenliğin Aşamaları

Ergenlik dönemi belirli bir takvim yaşına odaklanarak sınıflandırılmamaktadır. Kültürler arası farklılıklar bulunmaktadır ve ergenlik dönemini tanımlayan pek çok faktör vardır. Genel olarak 10 ila 20 yaşları arasında ergenliğin meydana geldiği düşünülür ve genel olarak ergenlik üç aşamaya ayrılabilir:

Erken ergenlik (10-13 yaş): Fiziksel değişiklikler, erken ergenliğin ayırt edici özelliğidir. Tipik olarak, kızlar ergenlik belirtilerini erkeklerden 2 yıl daha erken gösterirler ve kızların çoğunda hızlı bir büyüme atağı, yağ dağılımında değişiklikler ve kasık kılları ve göğüsler gibi ikincil cinsel özelliklerin gelişimi görülür. Çoğu erkek çocuk için erken ergenlik dönemi, testislerin büyümesi, ses değişiklikleri, sivilcelerin gelişimi, kasık kılları ve gece akıntıları dahil olmak üzere ergenliğin biyolojik değişikliklerinin başlangıcını işaret eder. Genç ergenlerin soyut, karmaşık düşünme potansiyeli giderek artıyor, ancak bilişleri hâlâ öncelikle somuta ve şimdiye, yani "burada ve şimdiye" odaklanmaktadır. Ahlak anlayışları geleneksel standartlar veya kurallar tarafından yönetilmektedir ve karmaşık ilişkiler veya uzun vadeli sonuçlar konusunda bir anlayış henüz

geliştirmemişlerdir. Genç ergenler, özellikle akademik başarı, spor performansı, akran baskısı ve değişen aile ilişkileri gibi streslerle birlikte dengesiz veya karamsar davranışlar sergileyebilirler (Ayhan, 2023, s. 1978).

Orta ergenlik (14-16 yaş): Orta ergenlik, flört etme ve araba kullanma gibi zorlu yeni deneyimlerle doludur ve çoğu genç için bu, benzersiz bir potansiyel ve yaratıcı enerjinin olduğu bir dönemdir. Bireysel kimliklerini keşfetmek için daha derinlemesine araştırmaya başlarlar (Roisman vd., 2004, s. 125). Ergenler 15 yaşına geldiklerinde kızların çoğu ergenlikle ilişkili fizyolojik değişiklikleri tamamlamış olur ve erkeklerin çoğu hala olgunlaşma, hızla kas kütlesi, güç ve boy kazanma ve ikincil cinsel özelliklerin gelişimini tamamlama sürecindedir. Orta ergenlerin çoğu cinsel kimlikleri konusunda giderek daha rahat olmaya başlıyor. Arkadaşlar çok önemli hale gelir ve akran grubunun sosyal normlarına karşı son derece duyarlıdırlar. Orta ergenlik dönemindeki gençler, karmaşık karşılıklı ilişkileri daha iyi anlayabilir ve başkalarının bakış açılarını takdir edebilir. Gençler toplumsal değerleri tanımlamaya ve içselleştirmeye başlar. Ergenler bakış açılarını genişletip derinleştirdikçe, genellikle evsizlik, suç veya çevrenin korunması gibi toplumsal konularla ilgilenmeye başlarlar (Shullman & Ben-Artzi, 2003, s. 218).

Geç ergenlik (17-19 yaş): “Reşit olma yaşına” ulaşmış olan ergenler artık yasal olarak kendilerinden sorumludurlar. Temel gelişimsel görevler arasında bağımsızlığa ulaşmaya odaklanmak, yetişkin bir benlik duygusu yaratmak ve aileleriyle duygusal bağları korurken olgun duygusal yakınlık için kapasite geliştirmek yer alır. Daha yaşlı ergenlerin çoğu, günlük yaşamlarında tutarlı bir şekilde kullanımasalar da resmi operasyonel düşünme potansiyelini geliştirmiştir. Seçenekleri değerlendirmek ve karar vermek için daha geniş yaşam deneyimlerinden yararlanabilirler. Hepsi olmasa da çoğu ergenlik çağındaki ergenlerin karmaşık ahlaki akıl yürütmeleri vardır ve soyut etik ilkeleri formüle edip takip edebilirler (Pinquart vd., 2004, s. 468).

2.1.3. Ergenlikte Sağlık

Ergenlik döneminde beden, sosyal, ruh sağlığının korunması çok önemlidir çünkü tüm yetişkinlik yaşamını sağlık durumu etkiler. Ruh sağlığı sorunlarının çoğunluğu genellikle ergenlik döneminde ortaya çıkar ve bu, bireysel gelişimde geleceğin ve nesiller arası

sağlığın temellerini atan çok önemli bir noktaya denk gelir (Patton, Olsson & Skirbekk, 2018, s. 459).

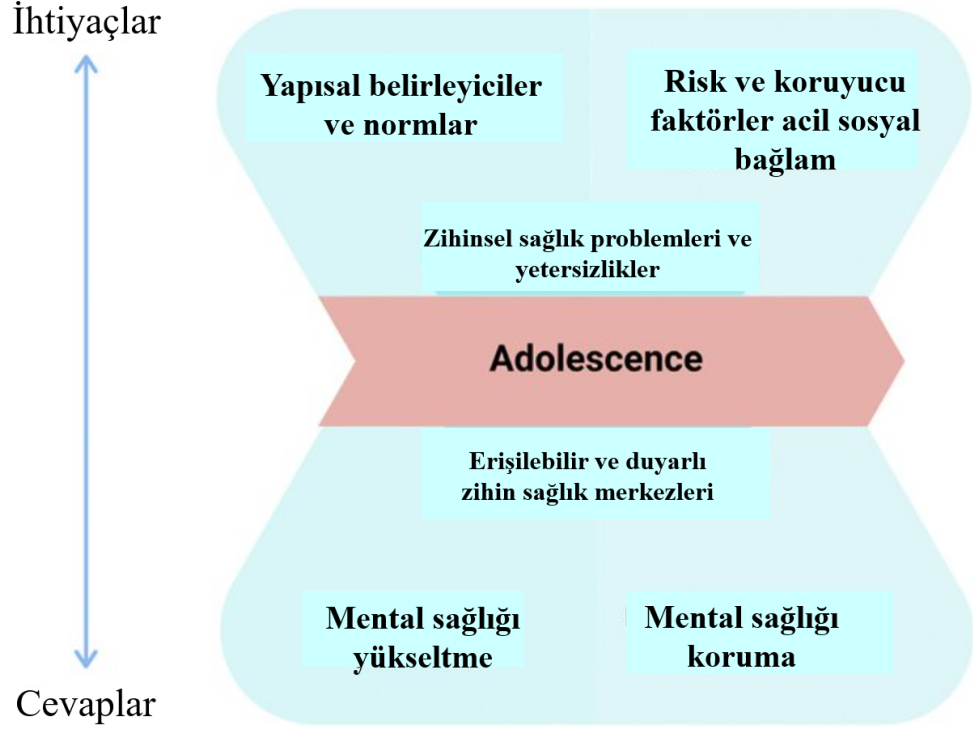
Ergenlik çağındaki zayıf ruh sağlığı, kısa ve uzun vadede ve potansiyel olarak nesiller boyunca eğitim başarısını, sosyal ilişkileri, toplumsal üretkenliği ve yaşam kalitesini etkileyebilir (Shinde, Weiss & Varghese, 2018). Ancak ergenlerin zayıf ruh sağlığına yönelik politika ve uygulama tepkileri neredeyse her yerde yetersiz kalmaktadır. Erken klinik müdahaleye önemli yatırımların yapıldığı yüksek gelirli ülkelerde bile ergenlerde görülen ruhsal bozuklukların toplumdaki yaygınlığında çok az değişiklik olmuştur. Bu gelişimsel pencerede hem tedavi yanıtının güçlendirilmesi hem de ruh sağlığının geliştirilmesi ve önlenmesine yatırım yapılması açısından ruh sağlığı sorunlarını yeniden uygulamalar yapılması gerekmektedir. Programatik ve politika eylemleri, eylemlerin değişen ve çoğu zaman karmaşık ihtiyaçlara yanıt vermesini sağlamak amacıyla ergenlerin ruh sağlığı sorunlarının yükünü ve bunların belirleyicilerini ölçmeye yönelik çabaları içermelidir (Skeen, Laurenzi & Gordon, 2019).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) yaygın olarak kabul gören tanımı, iyi bir ruh sağlığının, hastalığın yokluğundan daha fazlası olduğunu doğrulamaktadır. Ruhsal açıdan sağlıklı olmak, “bireyin kendi potansiyelini gerçekleştirmesini, normal streslerle baş etmesini, verimli bir şekilde ders çalışmasını veya çalışmasını ve topluma katkıda bulunmasını sağlayacak düşünce, duygu ve davranış kapasitesine sahip olmaktır” (Kail & Ferrer, 2007, s. 1762).

Dünya Sağlık Örgütü'nün Ruh Sağlığı Eylem Programı birinci basamak sağlık hizmetleri aracılığıyla ruhsal bozuklukların tanımlanmasına ve yönetilmesine odaklanmaktadır. Bu yaklaşım ergenlerde hastalığın ele alınmasına yardımcı olur, ancak kişiler arası ilişkilerde, kimlikte, sağlık davranışlarında ve davranışlarda hızlı değişim ile karakterize edilen bir dönem olan ergenlik döneminde belki de en kritik olan daha geniş zihinsel sağlığın geliştirilmesi ve önlenmesi için sektörler ve topluluklar arasındaki fırsatların göz ardı edilmesi riski vardır. Ergenlerde sağlık, eğitim ve sosyal refah dahil olmak üzere tüm sektörlerde ergen ruh sağlığının geliştirilmesi ve nüfus düzeyinde önlenmesine yönelik fırsatlar oluşturulmalıdır (Jorm, 2015).

Bu dönemde görülebilecek ruhsal bozukluklar normal gelişimi aksatarak çocuk ve ergenlerin ideal işlevselliklerine erişmesini engelleyebilmektedir. Ergen ruh sağlığını

daha geniş müdahale fırsatları etrafında çerçeveleyen, halk sağlığı müdahalesine olanak tanıyan pragmatik bir kavramsallaştırma önerilmektedir (UNICEF, 2021). Ergen sağlığına ilişkin kavramsal çerçeve Şekil 1’de verilmiştir.



Şekil 1. Ergen sağlığına ilişkin kavramsal çerçeve

Şekil 1’de ergen ruh sağlığına yönelik sağlık ilkeleriyle uyumlu kavramsal bir çerçeve bulunmaktadır. Bu şekil, ergenlerin temel ruh sağlığı ihtiyaçlarını ve eylemleri göstermektedir. Ergen sağlığına yönelik kavramsal çerçeveden uyarlanmıştır (Azzopardi vd., 2021). Ergenlerin ruh sağlığı aileyi, akranları ve toplumu içeren çok geniş bir çevrede yer almaktadır. Ergenlerin psikososyal refahını artırmaya çalışırken bunların hepsinin dikkate alınması gerekmektedir. Başta eğitim ve sosyal refah olmak üzere sağlık dışındaki sektörler için fırsatlar oluşturulmalıdır.

2.1.4. Ergenlik Döneminde Gelişim

Ergenlik, beyinde ve vücutta genellikle farklı oranlarda hızlı değişiklikler içeren yetişkinliğe gelişimsel bir geçiştir ve kimliğin sağlıklı bir şekilde keşfedildiği ve bağımsızlığın öğrenildiği bir dönemdir. Bu hızlı değişimler nedeniyle gençler için de stresli veya zorlayıcı olabilmektedir. Her yetişkin ergenlik dönemini geçirmiş ve bu

geçişle ilgili kişisel deneyime sahip olsa da ergenlik döneminde fiziksel ve psikolojik olarak meydana gelen farklı türdeki değışiklikleri anlamak önemlidir (Jorm, 2015).

İlk kez 1986'da bir araya gelen, ergen gelişimiyle ilgilenen sosyal ve davranışsal bilimcilerin en büyük derneği olan Ergenlik Araştırmaları Derneği, ergenlerin bilişsel, cinsel, sosyal, duygusal ve ahlak gelişimleri ile ilişkili deneysel çalışmalar yaparak ergenlik döneminde gelişim özellikleriyle ilişkili standartlar belirlemiştir (Walker & Kettler, 2020, s. 23). Ergenlik döneminde gelişim özellikleri ve gelişimsel aşamalar Tablo 1'de özetlenmiştir.

Tablo 1. Ergenlik döneminde gelişim özellikleri ve gelişimsel aşamalar

Ergenlikte gelişim aşamaları	Fiziksel Gelişim	Bilişsel Gelişim	Sosyal-Duygusal Gelişim
Erken ergenlik Yaklaşık 11–13 yaş	<ul style="list-style-type: none">• <i>Puberte</i>: vücut kıllarının büyümesi, çoğalması, terleme ve yağ üretimi, saç ve ciltte değışimKızlarda; göğüs ve kalça gelişimi, adet başlangıcıErkeklerde; testislerde büyüme ve penis, ıslak rüyalar, derinleşen ses• Gözle görülür fiziksel büyüme; boy ve ağırlıkta artış• Daha fazla cinsel ilgi	<ul style="list-style-type: none">• Soyut düşünce için artan kapasite• Çoğunlukla şimdiki zamanla ilgilenip geleceğe dair sınırlı düşünce• Entelektüel ilgilere genişleme ve düşüncelerde kendinin daha önemli hale gelmesi• Daha derin ahlaki düşünme	<ul style="list-style-type: none">• Kimlik duygusuyla mücadele• Kişinin kendisi ve bedeni hakkında garip hissetmesi; normal olma konusunda endişelenmek• Ebeveynlerin mükemmel olmadığını farkına varır; ebeveynlerle artan çatışma• Akran grubunun artan etkisi• Bağımsızlık arzusu• Özellikle stresliyen "çocukça" davranışlara dönme eğilimi• Karamsarlık• Kural ve limit testleri• Gizliliğe daha fazla ilgi
Orta ergenlik Yaklaşık 14-18 yaş	<ul style="list-style-type: none">• Ergenlikteki fiziksel gelişmeler tamamlanır• Kız çocuklarında fiziksel büyüme yavaşlar	<ul style="list-style-type: none">• Soyut düşünce kapasitesinin sürekli büyümesi• Hedef belirleme konusunda daha fazla kapasite	<ul style="list-style-type: none">• Yoğun kişisel katılım, yüksek beklentiler ile zayıf benlik kavramı arasında geçiş yapma

	<ul style="list-style-type: none"> • Ergenlik genellikle erkek çocuklar için devam eder 	<ul style="list-style-type: none"> • Ahlaki akıl yürütmeye ilgi • Hayatın anlamı hakkında düşünmek 	<ul style="list-style-type: none"> • Değişen bedene uyum sağlamaya devam etme, normal olma endişesi • Ebeveynlerden uzaklaşma eğilimi, bağımsızlık çabasının devam etmesi • Arkadaş edinme ve onlara daha fazla güvenme isteği nedeniyle popülerlik önemli bir sorun olabilir • Aşk ve tutku duyguları
Geç ergenlik Yaklaşık 19-21 yaşlar	<ul style="list-style-type: none"> • Genç kadınlar genellikle tamamen gelişmiştir • Genç erkekler boy, kilo, kas kütlesi ve vücut kılları kazanmaya devam eder 	<ul style="list-style-type: none"> • Fikirleri derinlemesine düşünme yeteneği • Hazzı erteleyebilme yeteneği • İçsel deneyimlerin incelenmesi • Gelecekle ilgili artan endişe • Ahlaki akıl yürütmeye ilginin devam etmesi 	<ul style="list-style-type: none"> • Daha keskin bir kimlik duygusu • Artan duygusal istikrar • Başkalarına yönelik artan ilgi • Artan bağımsızlık ve kendine güven • Akran ilişkileri önemini korur • Daha ciddi ilişkilerin geliştirilmesi • Sosyal ve kültürel gelenekler öneminin bir kısmını yeniden kazanır

Tablo 1’de ergenlik döneminde gelişim özellikleri ve gelişimsel aşamalar özetlenmiştir. Her kültürde ve her ergende farklı gelişim özellikleri bulunmakla birlikte genel olarak ergenlik dönemleri ve fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişim özellikleri bu çerçevede ilerlemektedir (Akçan-Parlaz vd., 2017; Kınık, 2000, s. 722).

2.1.4.1. Ergenlikte Fiziksel Gelişim

Ergenlik döneminde vücutta genellikle bir büyüme atağı yaşanır. Bu büyüme boy ve vücut ağırlığının çok hızlı arttığı bir dönemdir. Ergenlik döneminde de yaşanan ergenlik, cinsel organların olgunlaştığı dönemdir (Calvete & Orue, 2012, s. 338). Vücuttaki hızlı değişiklikler heyecan verici, korkutucu ve/veya kafa karıştırıcı olabilir. Bazı ergenler

erken olgunlaşırken diğerleri geç olgunlaşmayı deneyimleyebilir; bu durum her ikisi de farklı olarak öne çıkmanın ek stresine neden olabilir. Bu özellikle ergen için bazen travmatik olabilir çünkü ergenlik akranlarına uyum sağlama isteğinin en üst düzeyde olduğu gelişim dönemidir (Barry vd., 2015, s. 119).

Ergenlik dönemindeki hızlı fiziksel gelişim, kız ve erkek çocuklar için daha fazla kalori alımını gerektirir. Bu dönemde karşılaşılan zorluk, gençlerin uygun gıdalardan yeterli dengede tüketmelerini sağlamaktır. Ergenlik döneminde iki aşırı beslenme sorunu obezite ve yeme bozukluklarıdır; bunların her ikisi de gençler üzerinde olumsuz fiziksel ve psikolojik etkilere sahip olabilir (Rask vd., 2003, s. 131). Amerikalılar için Fiziksel Aktivite Yönergeleri, 6 ila 17 yaş arasındaki çocuk ve ergenlerin günde 60 dakika veya daha fazla orta ila şiddetli fiziksel aktivite yapmalarını önermektedir. Yüksek kalorili ya da besin değeri düşük yiyeceklerin büyük porsiyonlarını sağlayan hazır yiyeceklerin mevcudiyeti de ergenlerde fiziksel gelişimi etkiler (Tekgül vd., 2012, s. 61).

Tablo 2. Erkek ergenlerde genital organların ve pubik kılların gelişimi

	Genital organlar	Pubik kıllanma
Evre 1	Penis, testis, skrotum çocukluk çağındaki görünümündedir	Pubik kıllanma yok
Evre 2	Skrotum ve testislerde genişleme gözlenir, ancak penis sıklıkla büyümmez. Skrotum derisi kırmızı renk alır.	Seyrek, uzun, hafif pigmentli, aşağı yönde, düz hafif kıvrık, daha çok penis tabanıdadır.
Evre 3	Testis ve skrotumda daha fazla büyüme oluşur, penisin de daha çok boyu uzar. Kıllar oldukça koyulaşır, daha kaba ve daha kıvrıktır.	Kıllar pubis bileşkesine doğru daha seyrek olarak dağılır
Evre 4	Skrotum ve testislerin büyümesi devam eder, penis boyutlarında özellikle genişliğinde büyüme söz konusudur.	Kıllar yetişkindeki gibi ancak yetişkine göre daha küçük bir alanı kaplar; kasıklara doğru yayılmamıştır.
Evre 5	Üreme organı yetişkinin görünüş ölçülerindedir.	Kıllar nitelik ve nicelik olarak yetişkin tipinde olup kasıklara yayılmıştır.

Tablo 2’de belirtildiği gibi erkek cinsiyette genital organlardaki değişiklikler her ergende farklı zaman aralığı içermekle birlikte genel olarak evrelerde birbirine benzer fiziksel özellikler görülmektedir. Kızlarda memelerin ve pubik kılların gelişimi Tablo 3’dedir.

Tablo 3. Kız ergenlerde memelerin ve pubik kılların gelişimi

	Memeler	Pubik kıllanma
Evre 1	Ergenlik öncesi dönem gibi.	Pubik kıllanma yok.
Evre 2	Memenin tomurcuklanma dönemi. Meme ve meme ucunun yükselmesi ile şekillenen memenin hafif kabarması ve belirginleşmesi. Areola çapı genişler.	Seyrek, uzun, hafif pigmentli, aşağı yönde, düz ya da hafif kıvrık, daha çok labiumlar boyunca büyüme.
Evre 3	Meme ve areola daha da büyür, sınırları ayrılamaz.	Kıllar pubis bileşkesine doğru seyrek olarak dağılır. Kıllar oldukça koyulaşır kıvrık hale gelir.
Evre 4	Areola ve meme ucu öne doğru çıkarak ikinci bir tepe belirir.	Kıllar yetişkin tipinde, yetişkine nazaran daha az yayılmış, kasıklara doğru yayılma yok.
Evre 5	Memeler erişkin kadındaki görünümü alır, areola meme çizgisine döner.	Nitelik ve nicelik olarak yetişkin ile aynı duruma gelmiş, kasıklara doğru yayılır

Tablo 3’de belirtildiği gibi kızlarda fiziksel gelişim özellikleri erkeklere göre farklıdır. Ergenlik döneminde kızlarda göğüsler dolgunlaşır ve kalçalar genişler. Başlangıçta adet dönemleri düzensiz olabilir ve hastalıktan, stresten ve hatta egzersizden etkilenebilir. Erkeklerin omuzları genişler ve kasları büyür. Ergenlik döneminde meydana gelen fiziksel değişikliklerin bir kısmı içsel olup gözle görülmesi de bir kısmı başkaları tarafından kolaylıkla görülebilir. Vücuttaki bu bariz değişiklikler, yetişkinlerin ve her cinsiyetten akranlarının gençlere bakışını ve onlara nasıl davrandığını etkileyebilir. Bu süreç beyinde bazı hormonların salınmasından kaynaklanmaktadır. Salgılanan bu hormonlar tüm ergenlerde aynıdır ancak hormon düzeylerindeki farklılıklar kadın ve erkeklerde farklı sonuçlara yol açmaktadır (Tekgül vd., 2012).

Ergenlerdeki fiziksel değişiklikler, onları çocukluk bedenlerinden yetişkin bedenlerine kaydırır ve onlara hamile kalma veya hamileliğe neden olma yeteneği kazandırır. Ergen

bir erkek ve kızı yan yana gören herkes bazı belirgin farkları görebilir. Yine de her iki cinsiyetten ergenler pek çok ortak değişiklik sergiler, bunların en önemlisi boy ve kiloda büyüme ataklarıdır. Bu büyüme atakları sırasında kemikler ve kaslar uzar ve güçlenir, bu da ergenlerin küçükken yapamayacakları ağır nesnelere kaldırmak, yürümek, koşmak veya uzun mesafelere bisiklete binmek gibi görevleri üstlenmelerine olanak tanır. Pek çok genç ergenlik çağının sonunda tam yetişkin boyuna ve vücut ağırlığına ulaşır (Akçan-Parlaz vd., 2017).

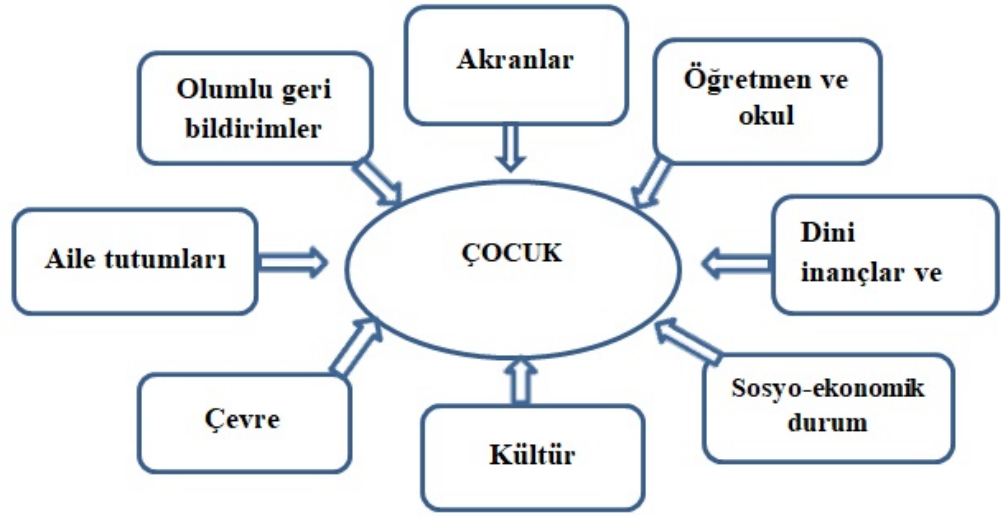
Büyüme ataklarının ötesinde hem erkeklerde hem de kadınlarda meydana gelen diğer fiziksel değişiklikler arasında vücut kokusu, sivilce ve vücut kıllarının artması yer alır (Bell, 2016; Tekgül vd., 2012). Ayrıca cinsiyete özgü bu görünür değişiklikler aynı zamanda kişinin artık çocuk olmadığını başkalarına da bildirir. Ergenlerin yaşadığı fiziksel değişiklikler herkesin başına gelse de bu değişikliklerin zamanlaması ve sırası kişiden kişiye farklılık göstermektedir (Derman, 2008).

Bazı ergenler akranlarına göre fiziksel olgunluk belirtilerini daha erken sergilerken, diğerleri bunları daha geç sergilerler. Örneğin erkeklerde gözle görülür fiziksel değişiklikler genellikle kızlarda başladıktan birkaç yıl sonra başlar. Kızların ilk regl döneminin zamanlaması da farklılık göstermektedir: Kızlar adet görmeye 8 yaşında ve 16 yaşında geç başlayabilirler. Bu farklılıklar ergenler için zor olabilir: Kendi yaşlarına benzemiyorlarsa kendilerini utangaç hissedebilirler veya ortama uyum sağlayamadıklarından endişe duyabilirler. Bu farklılıklar aynı zamanda başkalarının ergenlere bilişsel veya duygusal gelişimlerine uygun olmayan bir şekilde davranmasına da yol açabilir. Örneğin, görünür kıvrımlar geliştiren kızlar veya ortaokul sırasında sesleri değişen erkekler, daha büyük ergenlerin bilişsel veya duygusal olgunluğuna sahip olmasalar bile hem akranları hem de yetişkinler tarafından daha çok yaşlı ergenler gibi görülebilirler. Bunun aksine, akranlarından daha geç fiziksel değişiklikler sergileyen ergenler, bilişsel ve duygusal olarak daha olgun olmalarına rağmen, daha küçük çocuklar gibi muamele görebilirler (Akçan Parlaz vd., 2017).

2.1.4.2. Ergenlerde Ahlak Gelişimi

Ahlak; toplumda nasıl davranılması gerektiğinin farkında olunması ve bireyin kendince neyin “iyi” ya da “doğru” olduğunu tanımlamasıdır. Doğruyla yanlışın farkına varmak,

buna göre hareket etmek, erdemli davranışlarla onur duygusunu yaşamak ve insanın, davranışları için suçluluk veya utanç duyma yeteneği anlamlarına da gelmektedir. Ahlaki yapı, toplum içerisinde ayıplanan, kötü denilen, ötekileştirmeye neden olan davranış şekilleri olarak açıklanabilir (Becer, 2017, s. 814). Ahlakın kazanılması, aynı zamanda toplumsallaşmanın da gerçekleşmesi anlamına gelir. İyi ve doğru davranışları içeren, insanların uymakla sorumlu oldukları davranışlar ve kurallar da ahlak kavramı kapsamına girmektedir. Yapılan davranışın doğru ya da yanlışlığı kişiden kişiye ve toplumdan topluma değişebilir. Ahlakla ilgili genel bir yargının, iyi ve kötünün ne olduğu konusunda herkesin ortak bir görüşü olmamasına rağmen, ahlak ilkelerinin değişmeyen mutlak değerler olduğu anlayışı da kabul görmektedir (Gümüş, 2015). Bir grupta ya da belirli bir çevrede kabul edilen ortak davranış kurallarının tümü olarak değerlendirilen ahlak, ‘iyi davranış’ ya da ‘iyi davranış kurallarının öğretilmesi’ anlamını da içermektedir. Bu bağlamda haklar, görevler ve sorumluluklarla ilgili evrenselleştirilebilir hükümlerin ahlak kapsamına girdiği söylenebilir. Ahlaki yargılar farklı insanların iddialarının, görev, hak ve sorumluluklarının birbiriyle zıtlaştığı durumlarda ne yapılması gerektiğini anlatır (Cinemre, 2012). İyi veya kötü, doğru veya yanlış olarak değerlendirilen davranışların hepsi birlikte ahlaki oluşturur. Her kültürün kendine göre ahlaki davranışları vardır. Her insan, küçük yaştan itibaren içinde büyüdüğü kültürün ahlak ilkelerine göre kötü ve yanlış sayılan davranışları yapmamayı iyi ve doğru sayılan davranışları da yapmayı öğrenir. Ahlaki gelişim küçük yaşlardan itibaren toplumca beğenilen iyi ve doğru davranışların öğrenerek yapılmasını içerdiğinden çevreden gelen tepkilerle belirlenen davranışlara ilişkin ilk izlenim ve bilgiler, giderek daha ahlaki davranışlara ve ahlak kurallarına temel olacaktır. Bu nedenle çocuğa öncelikle iyi davranışın neden iyi, kötü davranışın da neden kötü olarak nitelendirildiğini açıklamak gerekir (Aktaş, 2014). Çocuklar vicdan ve değer yargılarıyla dünyaya gelmediğinden çocuğun ahlak duygularını kendi kendine geliştirmesi beklenemez. Her toplumda aileden aileye bakım ve yetiştirme yöntemleri farklı olmakla birlikte, belli bir toplum içinde bunlar, bazı ortak özellikler taşır ve toplumun bu ortak özellikleri, çocuğun ahlak gelişimini etkiler (İlbars, 2009). Şekil 2’de ahlak davranışlarını ve gelişimini etkileyen faktörler özetlenmiştir.

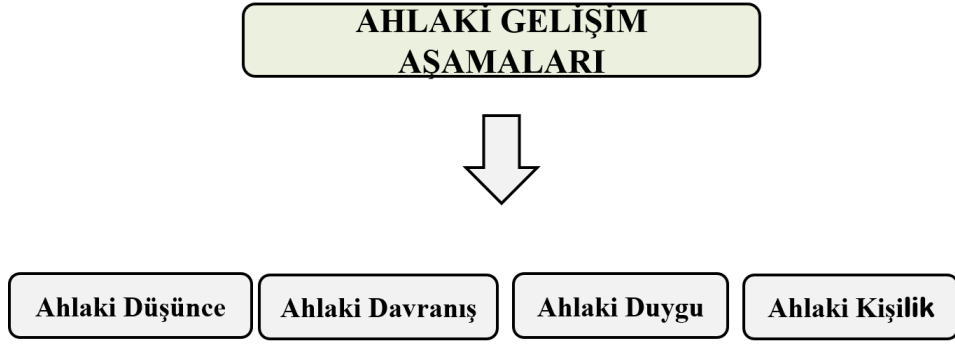


Şekil 2. Ahlak gelişimini etkileyen faktörler

Çocuğun yaşadığı ortamın kültürü de ahlak davranışlarını etkiler. Ahlak ve kültür doğrudan ilişkilidir ve ahlaki değerler kültürel özellikleri ve değerleri, kültürel değerler de ahlak davranışlarını etkiler. Erken ergenlik döneminde gençler, durumsal sonuçların başkalarını nasıl etkilediğini önemsemeye başlar ve memnun etmek ve kabul edilmek ister (geleneksel ahlak). Bu gelişim aşamasında insanlar, yasalar veya daha az resmileştirilmiş kurallar biçimindeki sosyal normlara bağlı kalmaktan elde edilebilecek faydaya değer verebilirler (Köylü, 2006, s. 84).

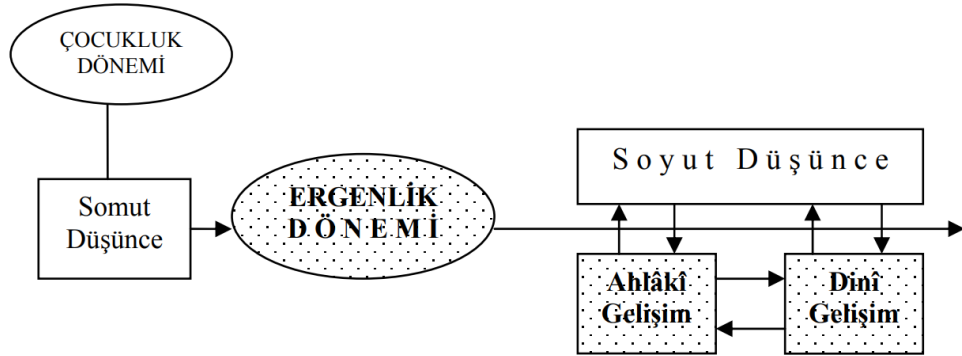
On iki yaşındaki pek çok çocuk, anne babalarından çok yaşlılarıyla zaman geçirmeyi tercih eder. On dört yaşında dış görünüşle yoğun şekilde ilgilenir, akran grubu ile bir kimlik geliştirir, anne baba ile ilgili olumsuz düşünceler geliştirir ve anne babadan duygusal olarak uzaklaşır. On yedi yaşına gelinceye kadar, bireysel kimlik geliştirir ve kişiliğiyle ilgili kararlar almaya gayret eder, kendine daha çok güvenir ve daha büyük bir duygusal denge sergiler. Orta öğretim okullarında ergen, inançlar, değerler ve tutumlar açısından şimdiye dek karşılaştığından daha büyük ve daha karmaşık gruplarla tanışır. Sonuçta, ergen kendisine öğretilen ahlaki değerleri sorgulamaya başlar. Arkadaşları tarafından kabul edilmeyi çok önemser, takdir ve onaylanmayı her şeyin üzerinde tutar ve akranlarının tüm davranışlarında etkisi fazlalaşır (Clouse, 1992, s. 179).

Çocukluk ve ergenlik döneminde ahlak gelişiminin aşamaları her ergende farklı olmakla birlikte tüm ergenlerde benzer aşamalardan geçmektedir. Ergenlerde ahlak gelişim aşamaları Şekil 3'de verilmiştir.



Şekil 3. Ergenlerde ahlak gelişim aşamaları

Çocukluk dönemlerinde önce ahlaki düşünceler özellikle yakın sosyal çevrenin etkileriyle oluşmaktadır. Daha sonra ahlaki davranışlar gelişmektedir ve bu davranışlarda rol modeli olan aile bireyleri ya da taklit edilen bireylerin etkisi önemlidir. Daha sonra ahlaki duygu oluşmakta, ergenlik döneminin sonlarına doğru da ahlaki kişilik özellikleri yerleşmektedir (Gürses ve Kılavuz, 2016, s. 97).



Şekil 4. Ergenlikte somut ve soyut düşüncelerin gelişim süreci

Şekil 4’de çocuklukta bilişsel gelişim ile paralel olan somut düşüncelerin, çocuk ergenlik dönemine doğru ilerledikçe soyut düşüncelere dönüşümü ve soyut düşüncelerin yoğunlaşmasıyla birlikte dinî düşüncelerin ve ahlak gelişiminin süreci özetlenmektedir.

Bireylerin pek çok önemli karar aldığı ve giderek daha fazla hukuki sorumluluk kazandığı bu aşamada ahlaki gelişimi anlamak önemlidir (Çiftçi, 2003, s. 44). Ergenler kendi kültürlerine, evde, okulda ve kitle iletişim araçlarında gördükleri modellere karşı duyarlıdırlar. Bu gözlemler ahlaki akıl yürütmeyi ve ahlaki davranışı etkiler (Çinemre, 2012).

2.1.4.3. Ergenlerde Cinsel Gelişimi

Cinselliğin gelişimi, döllenmeyi takip eden intrauterin yaşam gibi erken bir dönemde başlar ve bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve ölüme kadar devam eder (DeLamater & Friedrich, 2002, s. 10). Bebeklik döneminde cinsiyet farkındalığı yoktur. Çocuk, cinsiyetini erken çocukluk döneminde, 3 yaş gibi erken bir dönemde tanır. Cinselliğe ilişkin öz farkındalık (cinsiyet rolü, cinsiyet kimliği) çocukluk döneminde gelişir (Brown, 2000, s. 19). Ergenlik, cinsellikte büyük gelişmelerin yaşandığı bir geçiş aşamasıdır. Ergenliğe, cinselliğin gelişiminde önemli bir dönüm noktası olan ergenlik döneminde ulaşılır (Merrick, 2013, s. 42).

Cinsel gelişim ergenlik döneminde çok hızlı ilerlemektedir ve ergenler erken yaşta evliliğe de maruz kalmaktadır. Bu da ergenlik çağında hamilelik ve ergenlik döneminde babalık ile sonuçlanmaktadır. Çoğu durumda, kadınlar erkeklere kıyasla erken evliliklere maruz kalmaktadır. Cinsel ilişkiye erken maruz kalma aynı zamanda cinsel yolla bulaşan hastalık riskini de artırmaktadır. Gelişmekte olan ülkelerin kültürü, erken evliliğin yanı sıra erken gebelik ve ergen babalığını da kolaylaştırdığından, aile ve toplum genellikle ergenleri buna hazırlar ve bu da ergenlerin cinselliğe yönelik tutumunu renklendirir. Bazı çekingen kültürlerde cinsellik çok az tartışıldığı için cinselliği keşfetmeye yönelik çok az alan vardır ve ergenler için hala bir efsane ya da bilmece olarak kalmaya devam etmektedir, bu da onların cinsellik algısını etkilemektedir (Dave & Dave, 2014, s. 43).

Bireyin kişiliği veya mizacı, cinselliğe yönelik tutumu da belirleyen önemli bir psikolojik faktördür. İçe dönük ergenler cinsel olarak yaklaşma ve tepki vermede zorluk yaşarlar. Ayrıca ergen cinselliğinin gelişiminde sosyal faktörler veya çevresel faktörler de önemli bir rol oynamaktadır. Ebeveynlerin cinselliğe karşı tutumu, ebeveynlik tarzı, akran ilişkileri, kültürel etkiler cinsel öğrenmeyi kolaylaştıran ve ergenin cinsel tutumunu belirleyen önemli sosyal faktörlerdir (Harris, 2011, s. 236).

2.1.4.4. Ergenlerde Sosyal Gelişim

İnsanların doğası gereği sosyal bir varlık olduğu ve bu doğrultuda sosyal ilişkiler kurarak hayatı öğrendiği görülmektedir (Tunçel Tunahan, 2021). Ergenlik dönemi birçok gelişmenin ve değişimin bir arada olduğu bir dönemdir. Bu değişimlerden biri sosyal

gelişimdir. Her birey hayatının ilk yıllarından itibaren sosyalleşmeye ihtiyaç duymaktadır. Egosantirik (ben merkezci) dönemin bitimi ile çocuk çevresindekilere daha çok ilgi duymaya başlar. Oyunlar oynamaya, vakit geçirmeye başlar. Ergenlik döneminde ise bu bir adım ileri gitmekte ve ergen hayatının merkezine arkadaşlarını koyabilmektedir. Ergenlik döneminde olan bir birey, arkadaşlarının yanında güçlü görünmeye çalışır. Onların arasına katılabilme ve onlara kendini kabul ettirme düşüncesine sahiptir. Bir ergen için akran grubundan onaylanmak, takdir edilmek, kabul görmek oldukça değerlidir (Yılmaz, 2021).

Erikson'un psikososyal gelişim kuramında bahsettiği evrelerinden biri kimlik kazanımına karşı rol karmaşasıdır. Bu da 12- 18 yaş ergenlik dönemine denktir. Ergenlik dönemin de kimlik arayışı bu dönemin en önemli sorunudur. Ergen 'ben kimim' sorusunun cevabını aramaktadır. Ergen bu cevabı ararken, ebeveynlerinden etkilenir fakat arkadaş daha önemli bir etkidir. Ergen, eğitim yaşamında ve genel yaşamında başarılı olmak, çevresi ve özellikle arkadaşlarından onay almak ister (Songül, 2019).

Yaşamın diğer evreleri gibi ergenlik de içinde bulunduğu sosyokültürel bağlama göre şekillenir. Gençlerin uzmanlaşması beklenen beceriler, yapmaları gereken seçim türleri ve ergenlik yıllarında müzakere ettikleri ortamlar, eğitim sistemi gibi sosyal kurumlar ve yetişkinlikte başarının gerekliliklerine ilişkin ortak beklentiler tarafından belirlenir. Toplumlardaki ideolojik, teknolojik ve ekonomik sistemlerde büyük ölçekli değişimlere yol açan sosyal değişimin ergenlerin gelişimi üzerinde önemli etkileri vardır. Sosyal değişim, ergenlerin günlük olarak deneyimlediği aile, okul ve gençlik grupları gibi sosyal bağlamların yapısını ve dinamiklerini etkileyebilir (Cascio vd., 2015, s. 84).

Ergenlik dönemini düzenleyen sosyal kurumları ve kültürel inanç sistemlerini de değiştirebilmektedir. Ergenliğin en zor gelişimsel görevlerinden biri sosyal uyumla ilgilidir. Yetişkinlerin sosyalleşme kalıpları hedefine ulaşmak için, ergen birçok yeni düzenleme yapmak zorundadır; bunların en önemlisi ve birçok açıdan en zoru akran grubunun artan etkisi, sosyal davranıştaki değişiklikler, yeni sosyal gruplaşmadır. Ergen için akranları ve yeni sosyal gruplaşmalar yaşamının merkezindedir (Henneberger, Gest, & Zadzora, 2019, s. 214).

Ergen kişisel farkındalık, empati kurma ve başkalarının ihtiyaçlarına duyarlılık gösterme gibi farklı kazanımlar elde eder. Sosyal gruplarda veya ikili ilişkilerde başkaları

üzerindeki etkisini değerlendirme yeteneğini kazanır ve başkalarının kendi davranışlarına ilişkin beklentilerini tanımlar. Ergenler özellikle riskli durumlarda akran etkisine karşı özellikle hassastır. Akranların aldığı sosyal kararlar ve sosyal riskler ergenlik döneminde büyük oranda etkili olmaktadır (Burnett & Blakemore, 2009, s. 1294). Ergenlik döneminde akranların varlığının riskli bir kararın ödül değerini artırabileceğini ve hem sosyal motivasyon hem de ödül duyarlılığı modellerini desteklediğini gösteren araştırma sonuçları bulunmaktadır (Devine & Hughes, 2013; Falk vd., 2014; Young, Sandman & Craske, 2019).

2.1.4.5. Ergenlikte Bilişsel Gelişim

Ergenlik, bilişsel gelişim açısından karmaşık düşünme süreçlerinin ve aynı zamanda mantıksal düşüncelerin gelişiminin başlangıcı olarak değerlendirilmektedir (Atherton, Lawson & Robins, 2020, s. 417). Bu süre soyut düşünmeyi ve kendi yeni fikirlerini veya sorularını oluşturma yeteneğini içerebilir. Aynı zamanda birçok bakış açısını dikkate alma, fikirleri veya görüşleri karşılaştırma veya tartışmanın yanı sıra düşünme sürecini de dikkate alma yeteneğini geliştirmektedir (Berthelsen vd., 2017, s. 904).

Ergenlik döneminde bir problem içindeki tüm mantıksal ilişkiler hakkında sistematik olarak düşünme yeteneği kazanılmaktadır. Somut düşünmeden biçimsel mantıksal işlemlere geçiş zaman içinde gerçekleşir. Her ergen, daha karmaşık düşünme becerilerini geliştirmede kendi hızında ilerleme kaydeder. Ayrıca her ergen kendi dünya görüşünü geliştirir (Holmes vd., 2019, s. 43). Bazı ergenler mantıksal işlemleri kişisel problemlere uygulamadan önce okul çalışmalarında uygulayabilirler. Duygusal sorunlar ortaya çıktığında ergenin bilişsel akıl yürütmesine ilave bir karmaşıklık düzeyi ekleyebilirler. Olasılıkları, duyguları ve gerçekleri dikkate alma yeteneği, karar almayı olumlu veya olumsuz şekillerde etkileyebilir (Casey vd., 2005, s. 104).

Erken ergenlik döneminde bilişsel gelişim özellikleri açısından, daha karmaşık düşünmenin kullanılması, okul ve ev ortamlarında kişisel karar almaya odaklanması ergenlik döneminde yaygındır. Ergenler okul çalışmalarında biçimsel mantıksal işlemlerin kullanımını göstermeye başlarlar. Otoriteyi ve toplum standartlarını sorgulamaya başlarlar. Çeşitli konularda kendi düşüncelerini ve görüşlerini oluşturmaya ve söze dökmeye başlarlar. Bunlar genellikle daha çok kendi hayatlarıyla ilgilidir, örneğin

hangi sporları oynamak daha iyidir, hangi grupların dahil edilmesi daha iyidir, hangi kişisel görünüm arzu edilir veya çekicidir ya da hangi ebeveyn kuralları değiştirilmeli gibi soyut konulara odaklanmaktadırlar (Kane & Engle, 2003, s. 48).

Orta ergenlik döneminde bilişsel gelişim özellikleri açısından; orta ergenliğin odak noktası genellikle daha felsefi ve fütüristik kaygıları içermektedir. Ergen birey çoğunlukla daha kapsamlı sorular sorar ve analizler yapar. Kendi etik kurallarını düşünür ve oluşturmaya başlar, neyin doğru olduğunu düşünür. Farklı olasılıkları düşünür ve “ben kimim” sorularıyla kendi kimliğini geliştirmeye başlar. Gelecekteki olası hedefleri düşünür ve dikkate almaya başlar. Pek çok durumu düşünür ve kendi planlarını yapmaya başlar. Uzun vadeli düşünmeye başlar. Başkalarıyla ilişkileri nasıl etkileyeceğini düşünmeye başlar (Lawson, Hook & Farah, 2018).

Geç ergenlik döneminde bilişsel gelişim özellikleri açısından; ergenliğin sonlarında, daha az benmerkezci kavramlara ve kişisel karar almaya odaklanmak için karmaşık düşünme süreçleri kullanılmaktadır. Ergen adalet, tarih ve siyaset gibi daha küresel kavramlar hakkında artan düşünceleri sık yaşar. Belirli konular veya endişeler hakkında idealist görüşler geliştirir. Karşıt görüşlere karşı hoşgörüsüzlüğü tartışır ve geliştirir. Kariyer kararları verirken düşünmeye odaklanmaya başlar. Yetişkin toplumunda ortaya çıkan rol üzerine düşünmeye odaklanmaya başlar (Kane & Engle, 2003, s. 52; McNeilly vd., 2021, s. 149). Ergenliğin başlamasıyla birlikte ergenler, özellikle üst düzey bilişsel süreç ve hedefe yönelik davranışlarla ilgili bölgelerde beyin gelişiminde ikinci bir hassas dönem yaşamaktadırlar. Ancak ergenler aynı zamanda çocukluğa kıyasla giderek artan davranışsal, duygusal ve kişilerarası zorluklarla da karşı karşıya kalmaktadır. Ergenliği risk alma dönemi ve psikopatoloji açısından geçmiş dönemlere göre daha riskli dönem olarak tanımlayan araştırmalar bulunmaktadır (Güzey ve Başbuğ, 2016, s. 44).

Ergenlik döneminde bilişsel kontrolün gelişimsel değişikliklerini araştıran ileriye dönük boylamsal çalışmalar nadirdir. Bilişsel kontrolün altında yatan beyin fonksiyonunun ergenlik boyunca gelişmeye devam ettiğini gösteren kanıtlar vardır. Bilişsel gelişim, ergenlik döneminde çevresel faktörlerden, beslenme niteliğinden, eğitim olanaklarından ve psikososyal faktörlerden büyük oranda etkilenmektedir (Şahin, Batıgün ve Uğurtaş, 2002, s. 126).

2.2. Saldırıcılık

2.2.1. Saldırıcılığın Tanımı ve Kapsamı

Başkalarına zarar veren her tür davranış saldırıcılık olarak ifade edilmektedir. Fakat bu tanım niyeti ya da niyet faktörünü göz ardı etmektedir (Aydın, 2022). Saldırıcılık, bir kişiye veya gruba karşı acı verme isteği yönünde zarar vermek, karşı durumunda bu davranıştan kaçınma davranışıdır. Diğer bir açıdan cansız canlı fark etmeksizin varlıklara yönelmiş acı verme arzudur (İrmak, 2021, s. 21).

Saldırıcılık en temel dürtülerden biridir. Kendimizi ve sevdiğimizleri korumamızı sağlayan bir dürtüdür. Başka bir tanımla; insan saldırıcılığı, başka bir kişiye/nesneye yöneltilen, zorlamak, yaralamak veya öfkeyi ifade etmek adına sözlü ya da fiziksel gücün kullanılması durumudur (Erdinç, 2021, s. 27). Saldırıcılık aynı zamanda toplumsal zarar verme eğilimidir. Saldırıcılığın temelinde onu harekete geçiren ana davranışları engellenme davranışıdır. Kişi başkası tarafından sınır koyulduğunu, engellendiğini düşündüğü an saldırıcılığa eğilimi gösterir (Karakulak, 2018, s. 27).

Saldırıcılık kavramı ile pek çok tanımlama ve çalışma yapılmış olmasına karşılık tek bir tanım konusunda görüş birliği sağlanamamıştır. Çok fazla tanım ortaya atıldığı, bunun sonucunda ise kavram kargaşası oluştuğu için tam tanımlanamamıştır (Bakan Kıraç, 2021, s. 36). Ergenlik döneminde, bireylerin duygu, davranış ve düşüncelerinde dengesizlikler görülebilir. Oldukça stresli ve zorlu geçiş süreci yaşanabilmektedir. Ergenlerin problem çözme becerisi, sosyal iletişim, öfke denetimi gibi becerilerindeki yetersizlikler ergenlik döneminin temel zorluklarına dönüşebilmektedir (Demir, 2022). Şiddet içerikli davranışlara vurmak, tekmelemek, öfke patlamaları, bile isteye yaralamak, kavga etmek, tehdit etmek veya yaralamaya çalışmak saldırıcılık olarak değerlendirilmektedir (Yıldırım, 2009, s. 22).

Saldırıcılık davranışı bir kişinin maruz kaldığı farklı nedenler ile ortaya çıkabilmektedir. Bu nedenler ailevi, psikolojik, çevresel ya da sosyal etkileşimler olabilir. Bu sonuçlara bakıldığında saldırıcılık davranışı çok farklı zamanda, yerde ve çok farklı boyutta ve şekilde ortaya çıkabilmektedir (Karakulak, 2018, s. 23).

2.2.2. Saldırganlıkla İlgili Kuramlar

2.2.2.1. Freud ve Psikanalitik Kuram

Freud'un saldırganlığa ilişkin incelemesine bakıldığında 1920 yılına kadar, insanların saldırganlığı konusuna neredeyse hiç ilgi göstermediği görülmektedir. Fakat Birinci Dünya Savaşı sonrası bu sorunun göz ardı edilemeyecek duruma ulaştığı görülmüştür. Savaştan sonra, Freud'un saldırganlık kuramını geliştirme fikrinin ortaya çıktığı görülmektedir (Fromm, 1995: 222; Çetin, 2015, s. 18).

Freud' a göre; saldırganlık ve şiddet içeren davranışlar insanın doğasında bulunmaktadır. Freud, neredeyse bütün nevroitik çatışmaların sebebini cinsellikle açıklarken, saldırganlık içgüdüsünü de aynı şekilde psiko-seksüel gelişim altında değerlendirmiştir. Daha sonra, saldırganlık davranışını tepkisel açıdan incelemiş bu bağlamda da saldırganlık davranışını kişinin kendini koruma içgüdüsüne bağlamıştır. Kişinin doyuma ulaşmasını engelleyen ya da tehdit eden durumlarda tepki göstereceğini belirterek, bu tepkileri saldırganlık olarak belirtmiştir (Başegmez, Özerk, 2021, s. 7).

Freud'a göre, aileler genellikle kendi başarısız geçen ergenlik dönemlerini çocukları aracılığı ile yeniden yaşamaya çalışmakta ve onlara başarıyı dayatmaktadır. O döneme dair kıskançlıkları çocuklarının yeni yeni oluşan bağımsızlığını elinden almak demektir. Ana-babalar aşırı hoşgörü gösterdiklerinde sınır arayışı içerisinde olan çocuk onlara karşı gelme davranışı yaşar. Kendi ergenlik dönemi anıları anne-babanın aklını karıştırmaktadır. Kimi zaman çocuklarıyla özdeşleşememekte ve kendilerini çocuklarının yerine koyamamaktadır. Ergenlik anne ve babaların çocuklara bakışını değiştirebilmekte ve dayatılan değişim anne ve babaları sıkıntıya sokmaktadır. Bunun sonucunda ise çocuklarına çocukluktan çıkmayı dayatırlar. Dayatılan bu durumda saldırganlaşan ergenin kabahati sadece ergenlik dönemindeki çocukta aranmamalıdır (Mathelin, 2018, s.124).

2.2.2.2. Sosyal Öğrenme Kuramı

Jullian Rotter 1950'li yıllarda Sosyal Öğrenme Kuramını geliştirmiştir. Davranışçı kuramlardan bu fikirler türemiştir ayrıca kurama asıl katkı sağlayan Albert Bandura'dır (Gönül, 2023). Bireysel faktörlerin, algı ve biliş gibi bilişsel süreçlerin, nörobiyoloji ve

duyguların oluştuğu göz önüne alınarak, sosyal psikoloji araştırmalarının önemli bölümünün, çevresel etkenlerin bireysel etkenler üzerindeki etkilerini ortaya çıkardığı söylenebilmektedir (Gökbüzoğlu, 2008, s. 35).

Saldırđanlık davranışı gösteren ergen erkek çocukların, saldırgan davranışlar göstermeyen akranlarına göre, egemenlik ve intikam için sosyal hedeflere daha yüksek, bağlılık için ise sosyal olmayan hedeflere daha düşük değer verdikleri bulunmuştur. Yıkıcı ve saldırgan davranışlarını bastıran çocuklar, akranlarından kabul görmek adına olumlu sosyal davranışlarda bulunabilmektedir (Lochman, 1993, s. 458).

Sosyal öğrenme kuramcıları, öğrenme konusunda çevresel faktörleri vurgulamaktadırlar. Ödül-ceza ve gözlemden bahsetmektedirler. Toplumdaki saldırgan davranışların öğrenilebilmesi bakımından sosyalleşme süreci oldukça önemlidir. Kişiler ne tür davranışların saldırganlık olacağını ne tür davranışların olmayacağını, kimlere ve hangi durumlarda saldırıp saldırılmayacağını genellikle toplumsallaşma sürecinde öğrenmektedirler. Yani insanların toplumsallaşma esnasında öğrendikleri; her koşulda saldırgan davranışta bulunmak değil, saldırganlık davranışı için uygun yer ve zamandır (Nair, 2014, s. 20).

2.2.2.3. Engellenme Kuramı

Engellenme, kişinin amaçladığı bir hedefe ulaşmasının engellenmesiyle ortaya çıkan bir durum olarak belirtilmiştir. Bu yaklaşımda bireyin kendisini engellenmiş hissetmesinin saldırgan tepkilerini artıracığı kabul edilmiştir. Fakat engellenme durumunun saldırganlığı ortaya çıkarmayabileceği de vurgulanmıştır. Saldırđanlığa sebebiyet verebilecek engellenme durumlarında bazı faktörlerin etkili olduğu belirtilmiştir. Örneğin bireylerin herhangi bir durumdan beklentisi ne düzeyde olursa, beklentisinin karşılanmaması halinde de saldırganlık tepkisinin o düzeyde olacağı belirtilmiştir. Bir kişinin bir şeyde kendinde hak görmesi veya bir şeyi hak ettiğini düşünmesi ayrıca kendisinin mutlaka o şeye sahip olması gerektiğini idrak etmesi saldırganlığın ortaya çıkmasında etkili olduğu belirtilmiştir (Camadan, 2014, s. 16).

2.2.2.4. Etolojik Kuram

Etolojik kuram; saldırganlığın enerjisel bir birikimi olduğu, yeterince enerji birikimi sağlandığında, herhangi bir uyaran olmasa dahi bir patlamanın olma olasılığının bulunduğu, düzenli bir şekilde serbest bırakılmadığında tıpkı buhar kazanının patlamasına benzer şekilde saldırgan davranışlara sebep olacağı ve enerji yeniden birikene değin saldırgan davranış oluşmayacağı düşüncesini savunmaktadır. Kuramın öncülerinden olan Lorenz, saldırganlığın insan doğasının parçası olması sebebiyle, önlenemeyeceğini ayrıca toplumsal nedenlerle birlikte ortaya çıkmayacağını savunmaktadır (Başegmez ve Özerk, 2021, s. 8486).

2.2.3. Saldırganlık Türleri

Saldırganlık farklı şekillerde yapılmaktadır ve bu tipler sosyal ve kültürel özelliklerden de yoğun şekilde etkilenmektedir. Çoğu kişi otomatik olarak "saldırganlık" terimini saldırganın veya başkalarının fiziksel yaralanmasına neden olan eylemlerle ilişkilendirmektedir. Bu durum bazı saldırgan davranışları kapsasa da, kapsamlı bir tanım sağlamakta yetersiz kalmaktadır ve bazı saldırganlık tipleri etkili bir şekilde saldırgan olmayan tip olarak sınıflandırılmaktadır (Aydın, 2022). Saldırganlık aynı zamanda açık, dolaylı, örtülü, proaktif, reaktif, fiziksel, sözel, direkt olarak yapılabilmektedir. Farklı saldırganlık tipleri Tablo 4'de özetlenmiştir.

Tablo 4. Saldırganlık türleri

Dolaylı saldırganlık	Biri hakkında dedikodu yapmak
Doğrudan saldırganlık	Direkt birini hedef almak
Açık saldırganlık	Açıkça meydan okuma isteği
Örtülü saldırganlık	Hırsızlık, bilerek yangın çıkarma
Proaktif saldırganlık	Stratejik/ Planlı davranışlar
Reaktif saldırganlık	Öç alma isteği

Fiziksel saldırganlık	Vurma, itme gibi davranışlar
Sözel saldırganlık	Argo konuşmak

Dolaylı saldırganlık, dedikodu gibi doğrudan birini hedef almayan saldırganlık biçimidir. *Doğrudan saldırganlık* ise direkt bir kişiyi ya da kişileri hedef alan saldırganlık çeşididir (Yüksel, 2021, s. 12). *Açık saldırganlık*, bariz bir şekilde çatışan fiziksel eylemlerdir, fiziksel kavga, bağırarak gibi sözlü kavga, diğerlerine yöneltilen zorbalık, düşmanca hareketler uygulama, kurallar ya da otorite figürlerine meydan okumadır (Boxer ve Tisak, 2005; Connor, 2004; Feshbach, 1969 ; Özata, 2021, s. 28). *Örtülü saldırganlık* ise hırsızlık, evden /okuldan kaçma yangına sebep olma gibi gizlice yapılan ve sinsî saldırganlık eylemleri içeren davranışlar olarak ifade edilmektedir (Boxer ve Tisak, 2005; Connor, 2004; Feshbach, 1969 ; Özata, 2021, s. 28). *Proaktif saldırganlıkta*, agresif hareket bir amaca ulaşmak için yapılır. Proaktif saldırganlık genellikle bir amaçla, planlı bir şekilde, direkt kazanca odaklı gerçekleşir. *Reaktif saldırganlık*, tehdit teşkil eden durum ya durumlar sonucunda açığa çıkar, daha dürtüseldir. Proaktif saldırganlığın aksine, reaktif saldırganlık duygusaldır. Örneğin oç alma durumunda reaktif saldırganlıktan bahsedilebilir. (Özyaman, 2021, s. 21). *Fiziksel saldırganlıkta*, saldırgan kişinin davranışı hedeflediği birini vurma, itme, çimdikleme, ısırma, tükürme gibi şekillerde gözlenebilir (Gölge, 2022, s. 29). *Sözel saldırganlık* ise bağırarak, argo konuşmak gibi kişinin hedeflediği bireye dil yolu ile saldırganlıkta bulunmasıdır (Keleş, 2023, s. 25).

Bir başka sınıflamaya göre; *Fiziksel Saldırganlık*: Vurmak, ısırarak, silah kullanmak ve tekme atmak gibi kendinize veya bir başkasına fiziksel olarak zarar veren saldırgan davranışlardır.

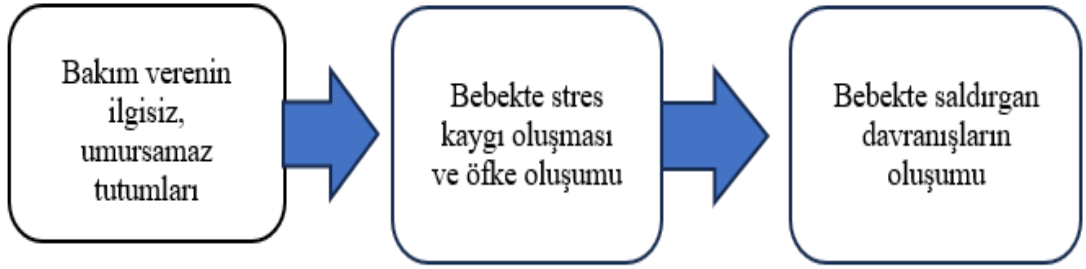
Zihinsel Saldırganlık: Anksiyete, stres veya depresyona neden olmak gibi birine zihinsel olarak zarar vermek amacıyla yaşanan saldırgan davranış.

Duygusal Saldırganlık: Birine duygusal olarak zarar veren ve kişinin kendisini ifade etmekte zorlanmasına neden olan saldırgan davranış.

Sözlü Saldırganlık; bir kişi tarafından başka bir kişinin kendi tenine daha az güven duymasını sağlamak için söylenen saldırgan davranışlardır (Camadan, 2014; Erdiç, 2021; Özyaman, 2021).

2.2.4. Saldırganlığın Gelişimi ve Ergenlik Döneminde Saldırganlık

Saldırganlık davranışları bebeklik döneminden itibaren başlayabilmektedir. Bebekler yalnız kaldığında, korku duyarak ağlamaya başlayarak kendisine ilgi duyulmasını beklerler. Fakat bu durum ilgisizlikle sonuçlanınca korkusu öfkeye, saldırgan bekleyişe dönüşmektedir (Stein, 1997; Suna Şaka, 2021, s. 14).



Şekil 5. Bebeklerde saldırganlık davranışı gelişimi

Şekil 5’de belirtildiği gibi bakım verenin ilgisiz umursamaz tutumları, bebekte stres ve öfke oluşturmaktadır. Bu durumdan sonra da bebekte saldırgan davranışların görülme olasılığı artmaktadır. 12, 24 ve 36 aylık çocuklarla yürütülen bir araştırmada fiziksel saldırganlık davranışının 12. ayda gözlemlendiği, 24 ve 36. aylara gelindiğinde ise saldırganlık davranışının çok daha sık sergilendiği ortaya çıkmıştır. 12 aylık çocukların yarısının ise en az bir tür saldırgan davranışta bulunduğu ebeveynleri tarafından söylenmiştir. Bununla birlikte, saldırgan davranışların sergilenme oranının yaşamın 2. yılında arttığı ancak 3. yılından itibaren azaldığı belirlenmiştir (Özata, 2021, s. 29).

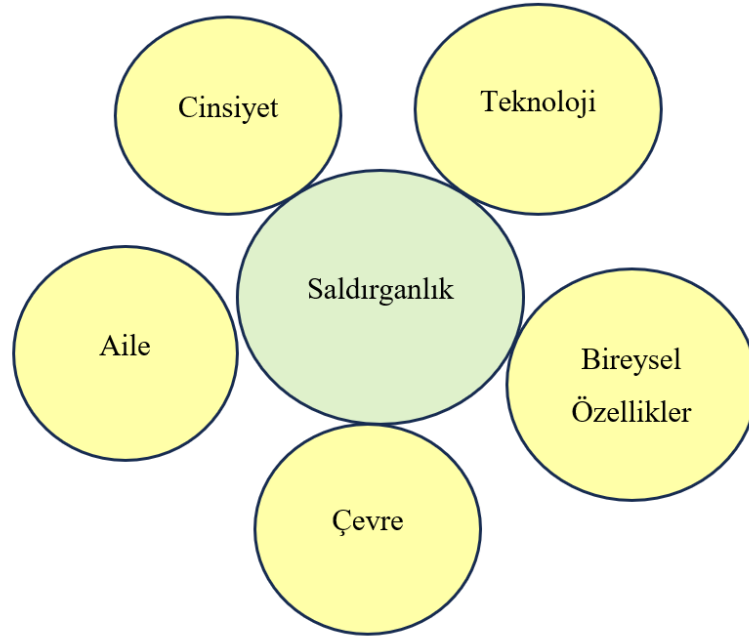
Toplumsal olarak saldırganlık davranışının gelişimi üzerinde iki temel etken vardır. Birincisi anne ve babalar, ikincisi yaşıt ilişkileridir (Gölge, 2021). Bu nedenle çocukluk dönemi çocuğun zihinsel gelişimi fiziksel gelişimi ve ruh sağlığında aile büyük bir rol oynamaktadır. Ailenin, çocuğun davranışlarını nedensiz ve gereksiz olarak engellediğinde, çocuğuyla alay edip onu eleştirdiğinde, sürekli cezalandırıp ya da çocuğun her istediğini yerine getirdiğinde veya sürekli isteklerini geri çevirdiğinde çocuğun saldırganca davranmasına sebep olabilmektedir (Yurtseven, 2017).

Ergenlik çocuğun kendini yeniden keşfettiği, bedeninde ve zihninde büyük değişiklikler yaşadığı bir dönemdir. Büyük bir karmaşa yaşayabilmekte, yeni birçok şey

keşfedebilmektedir. Hayatın bu doğal akışı bazen ergen bireye ağır gelebilmekte ve bunun dışarı yansımaları farklı olabilmektedir. Bu dönemde ergenin arkadaşları çok önemli bir hale gelmiştir ve arkadaşları için pek çok şey yapabilmektedir, zararlı alışkanlıklar kazanma riski de artmaktadır çünkü kendisini akranlarına kabul ettirmek çabasıdır. Anlaşılmak isterken anlaşılammak, cevapsız onca soru, akran zorbalığı, akranlarına karşı aşırı duyarlılık, kendini dünyanın merkezine koyma, ruhsal değişiklikler gibi etkenlerle baş başa kalmakta ve bu bazen saldırganlık olarak geri dönmektedir. Erken ergenlik dönemindeki saldırgan davranışlar uzun vadede uyumsuzluk ve problemlerle ilişkilendirilebilmektedir (Annis, 2008, s. 36).

2.2.5. Saldırganlığı Etkileyen Faktörler

Saldırganlığın ortaya çıkmasında, yakın çevre, aile, zekâ düzeyi, kişilik özellikleri, okul, akran grubu, ekonomik ve kültürel çevrenin özelliklerinin elverişsiz olması, olumsuz öğrenme deneyimlerine ve yetersiz iletişim ve etkileşim ortamında bulunması önemli risk faktörleridir. Saldırganlığa yol açan duygu durumları acı (azap, keder, ıstırap, zahmet) can sıkıntısı, kaygı, endişe, baskı, sıkışma, korku, kızgınlık, öfke, aşırı sinir duyarlılığı ya da aşırı kızgınlık, öfke, düşmanlık, kin, nefret, tiksinti olabilmektedir (Tektaş, 2021).



Şekil 6. Saldırganlığı etkileyen faktörler

Şekil 6’da belirtildiği gibi saldırganlığı cinsiyet, teknoloji, aile, bireysel özellikler, çevre gibi farklı faktörler de etkilemektedir. Bu faktörler bireyin başka olumsuz sebeplerle birleştiğinde duygu düzenleme becerilerinin yetersiz kaldığında özellikle saldırganlığın şiddeti artmaktadır (Üçüncü ve Özada Nazım, 2022, s. 899).

2.2.5.1. Bireysel Özellikler

Kişilerin olaylara karşı düşüncesi, bakış açısı ve ihtiyaçları değişiklik göstermektedir. Burada bireyi etkileyen en temel faktör kişinin sahip olduğu kişilik özelliğidir. Kişilik özelliklerinin birbirinden farklı olması belki de en önemli olanıdır (Tektaş, 2021, s. 26). Bireyin yaşadığı aşağılanma, adaletsizlik, hayal kırıklığı gibi deneyimleri öfke duymasına neden olabilir. Öfkenin bastırılması sonucunda, sözel olan ya da sözel olmayan tepkiler ortaya çıkmaktadır (Yavuzer ve Karataş, 2013, s. 122). Akran saldırganlığının belirgin olduğu erken ergenlik döneminde yapılan bir çalışmada (Arbel vd., 2023, s. 1373), ergenlik dönemindeki bireyleri farklı gruplara ayırarak incelenmiş ve ergenlik çağındaki kişilerin karakteristik özellikleri, farklı karakteristik motivasyonları ve çevresel motivasyonları üzerinde durulmuştur. Çocuklar kendi üzerine dikkat çekmek adına saldırgan davranışlar gösterebilmektedir, iletişim becerilerinin ve dil gelişiminin geliştirilememiş olması ya da geri kalmış olması saldırganlık davranışını artıran etkenlerdir. Bazen de kişinin sağlık problemleri kaynaklı; beyin zedelenmesi, doğum anında yaşanabilen bazı komplikasyonlar, zekâ düzeyinin düşük olması, tiroid bezlerinin fazla çalışması gibi çocuğun saldırganlık dürtüsünü kontrol etmesini zorlaştırabilmektedir (Yılmaz ve Özgü, 2017, s. 226).

2.2.5.2. Cinsiyet

Kurtoğlu’nun (2009, s. 12) lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada cinsiyete göre saldırganlık düzeyi ilişkisine bakıldığında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna varmıştır. Erkek çocuklarının kız çocuklarına göre daha saldırgan olduğu sonucuna varmıştır (Yurtseven, 2017, s. 32). Günümüzde hızla değişen ve gelişen sosyo-ekonomik düzey geleneksel cinsiyet rollerini de değiştirmektedir. Kadın ve erkeğin geleneksel yapıya göre kendilerini yapmak zorunda gördüğü bazı davranışlar bulunmaktadır. Erkekler ağlamaz, kadın her şeye karışmaz gibi. Durum bu iken erkekler de kadınlarda duygularını

diledikleri gibi yaşayamamakta ve içlerinde duygu birikimi yapmalarına neden olmaktadır. Duygu birikimi ise çeşitli şekillerde ortaya çıkmaktadır (Tok, 2001, s. 28).

Bebeklikten başlayarak erken çocukluk dönemine kadar, saldırganlık konusunda herhangi bir cinsiyet farkına rastlanmadığını fakat ileriki dönemde erkek çocukları biraz daha büyümeye başladıklarında saldırgan davranışlarda artma ve iş bölümüne kapalı hale geldikleri, kız çocuklarının ise hem toplumsal hem de bilişsel olarak erkek çocuklarına göre daha gelişmiş oldukları görülmüştür. Kız çocuklarının bu çerçevede daha durağan, erkek çocuklarının daha saldırgan olduğu görülmüştür (Omay, 2008, s. 35).

2.2.5.3. Aile

Yetişkinlerin olumsuz, kötü duygularla hareket etmeleri çocuklarının benlik kontrol becerilerini geliştirmemelerine neden olmakta, bunun sonucu olarak ise çocukla yetişkin arasındaki ikili ilişkiler bozulmakta veya çocuğun öfkesini baskılaması söz konusu olmaktadır. Bastırılmış öfke ise sonradan endişe ve mutsuzluğa yol açmaktadır. Yetişkin tepkisinin destekleyici bir şekilde olması, çocuğun olumsuz duygularını azaltmaktadır, baş etme becerileri ve iletişim yeteneği geliştirmesine yardımcı olmaktadır. Destekleyici olmayan yetişkin tepkisi aksine (örneğin ceza veren bir tutuma sahip yetişkinler) çocuklar da sürekli olumsuz duyguların ifade edilmesine, düşük sosyal beceriye, başarısız olan baş etme becerilerine yol açmaktadır (Debaryshe – Fryxell, 2004; Günaydın, 2008, s. 24).

Saldırganlığı etkileyen faktörler içerisinde en baskın olanı aile- çocuk ilişkisine ait olanlardır. Sosyalleşme süreci ailede başlamakta ve hayat boyunca devam etmektedir. Ebeveynlerin çocuğun davranışlarını sebepsiz/gereksiz yere engellemesi, çocuğun istek ihtiyaç ve davranışlarını eleştirilmesi, sürekli ceza vermesi, çocuğun tüm isteklerine boyun eğmesi ya da çocuğu ihmal etmesi, çocukta saldırgan davranışa sebep olmaktadır (Aracı, 2012, s. 22).

Çocuk aile içerisinde nasıl hissetmesi gerektiği, hangi olaya nasıl davranmasını gerektiğini de öğrenmektedir. Fakat aile içerisinde çocuğun neyi, nasıl hissedeceği ya da nasıl düşüneceği yönlendirilip, hap bilgi şeklinde öğretilmemektedir. Çocuk bunları kendi deneyimleri sayesinde öğrenmektedir. Ailede çocuğun rol model alacağı kişiler genellikle anne babalar olarak karşımıza çıkmaktadır. Anne babanın kurmuş olduğu duygusal ilişki, çocuğun rol model alacağı kişilerin anne baba olduğunu göstermektedir. Yani anne ve

babanın gösterdiği özellikle yapılan duygusal alışverişler, çocuğun aklına kazanmakta ve ileriki yaşamında duygusal alışverişini anne ve babası gibi oluşturmasına zemin hazırlamaktadır (Bayoğlu, 2021, s. 27).

Yüzyılın başından beri araştırmacılar, pekiştirici, edimsel ve dürtüsel öğrenme süreçlerinin farklı koşullarını belirlemeye çalışmışlardır. Saldırganlık tutumunun/davranışının edimsel koşullanmadan etkilendiği belirtilmiştir. Kazanç isteği veya hedefi gerçekleştirmek adına kişi her türlü yola başvurabilir. Çocuklar kavga ettiklerinde, tartıştıklarında ya da çıkarları adına birbirlerine vurduklarında, ebeveynleri tarafından cezalandırılır veya korkutulurlar. Anne babaların birçoğu, tehdit etme, sert sözler söyleme, yasaklar koyma veya dayak ile çocuklarının saldırgan davranışlarını yok etmeye çalışmaktadırlar. Bu tür yaptırımlar çocuklarda öfke ve hayal kırıklığı durumu meydana getirir. Çocuk sakin olacağı yerde daha da hırçınlaşır. Çocuklar saldırgan öğeler içeren cezaları, taklit etmeye yönelebilirler. Ceza yöntemi saldırganlığın bastırılmasına yardımcı olabilir fakat asla uysallaştırmaz. Çocuk yalnızca otorite olarak algıladığı ebeveynlerin ya da başka kişilerin yanında uysal, geri kalan kişilere ve dışarıda korkulan tehlikeli kişiye dönüşmektedirler (Gökbüzoğlu, 2008, s. 19).

2.2.5.4. Teknoloji

Birçok farklı kaynaktan 'saldırganlık' kavramının televizyon ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Özellikle anaokullarından itibaren şiddet içeren çizgi filmi izletilen çocuklarda ilerleyen yıllarda artan saldırganlık dürtüsüne ve davranışına neden olduğu belirtilmiştir (Santrock, 2016).

Bilgisayar ortamlarındaki gündün güne oluşan gelişmeler ve bunların yaygınlaşmasıyla birlikte, dünya çapındaki teknolojiler sayesinde klasik medyadaki şiddet sanal ortama da yansıyor. Şiddet içerikli yayınlara pasif bir katılımcı olarak maruz kalındığı görülmektedir. Televizyon veya video oyunları ve bilgisayar oyunları; şiddet, saldırganlık, içe kapanma, yabancılaşma ve yüksek düzeyde zihinsel ve duygusal çocuklarda ve gençlerde uyarılmaya neden olmaktadır. Bunlara maruz kalan çocuk ve gençlerin etkileri agresifleşir ve şiddete başvurma eğilimleri artar (Güler, Öztay ve Özkoçak, 2022, s. 1353).

Gelişen teknoloji ile birlikte medyanın değişerek artık yaşamlarımızın bir parçası haline geldiği düşünüldüğünde; şimdiki medya içeriklerinin, tüketicilerinde meydana getirdiği psikolojik etkileri anlamak kıymetli bir hale gelmiştir. Bu anlamda yeni bir içerik olarak sayılabilecek şiddet içerikli video oyunlarının, şiddet içerikli filmler ya da TV programlarının da yine benzer şekilde, saldırgan tepkiler ile ilişkilendirmesi şaşırtıcı değildir. Gelişen zamanla çeşitli yolları kullanan pek çok farklı araştırmadan gelen bulgular, tutarlı bir biçimde şiddet içeren video oyunu tüketimi ve saldırganlık arasında bağ olduğuna işaret etmiştir (Bozkuş, 2021, s. 90).

2.3. Öz şefkat

2.3.1. Öz Şefkatin tanımı ve Kapsamı

Öz-şefkat araştırmasının öncüsü, Dr. Kristin Neff'tir (Karamış, 2021, s. 5). Öz-şefkat, kişinin kendine karşı olan olumlu tutumdur. Kişinin başarısızlıklarına, üzüntülerine karşın nazik olmayı ve kendi kendine yardım etmeyi içerir (Aras Türkcan, 2020, s. 15). Hayatın bazı dönemlerinde hoşla gitmeyen duygular ile karşı karşıya kalınır. Yaşanan olumsuzluklar; umutsuzluk, öfke, üzüntü, kaygı, tükenmişlik gibi duyguları hissetmemize neden olurlar. Bireyin hayatını devam ettirebilmesi adına bu duygularla baş etmesi gerekir. Fakat bu olumsuz duyguları atlatabilmek için bireyin kendisi ile barışık olup, kendisine zarar vermeden üstesinden gelmesi daha yaşanabilir bir hayat için önemlidir. Bu noktada bireyin kendisine karşı öz şefkat (self compassion) geliştirmesi gerekmektedir (Özkoçak, 2022, s.24).

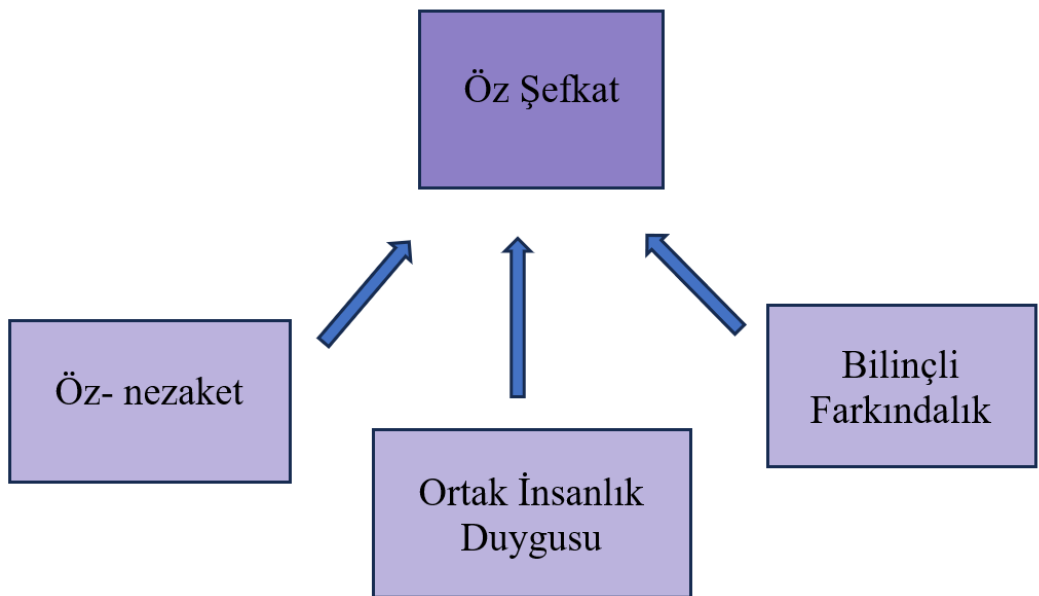
Başka bir tanıma göre, öz-şefkat düzeyi yüksek olan bireylerin hem kendini hem de etrafındaki kişileri sevdiği, kendisine ve onlara değer verdiği belirtilmiştir (Aktaş ve Şahin, 2018, s.370). Duyguların anlamlandırılması, duyguları kontrol altına alarak toplumsal hayata ayak uydurabilmek adına öz-şefkat önemli bir beceridir (Atasoy, 2023, s. 52). Öz-şefkatle alakalı birbirinden farklı anlamlar olduğu belirtilmektedir. Bazı fikirler öz şefkatin olağan ve olması gereken olumlu bir durum olduğunu bazıları ise öz şefkat kavramının bencil olmakla ilgili bir durum olduğunu belirtmektedir. Kişinin kendisine şefkat göstermesinin bencillikle, benmerkezcilikle ilişkili olabileceği bazı fikirlerde ortaya atılmaktadır (Ulu, 2022, s.33).

Bencillik olarak da yorumlanabilen öz şefkat kavramı başka bir araştırmacı tarafından şu şekilde tanımlanmaktadır; bireylerin sağlıklı kendilik tutumu anlayışını geliştiren öz-şefkat; bireylerin acılarından kaçması ya da onlardan bağlantısını koparması yerine onlara temas etmesi ve onlara karşı açık olmasını ve bu acılarını nezaket ile iyileştirme arzusu anlamını içermektedir (Cingöz, 2022, s. 27).

Öz-şefkat, olumsuz duygular yaratan ve acı veren olaylarla karşılaşan bireylerin kendi iç dünyasına yönelik sağlıklı bir tutum sergilemesini sağlayan bir kavramdır. Ayrıca bu tür olaylarla karşılaştığında bireyin kendisinin ve duygusal olarak durumunun farkına varmasını sağlayarak, bireylerin kendisine yönelttikleri eleştirilerin önüne geçip, onların acılarıyla fazla özdeşleşmesini engelleyecek bir özelliktir (Bayar, 2016, s. 18). Öz-şefkat, acı ya da başarısızlık durumlarında bireyin kendine karşı sert eleştirel olmak yerine nazik ve anlayışlı olmayı ifade etmektedir (Akın, 2012, s. 1).

2.3.2. Öz Şefkat Bileşenleri

Neff (2003) öz-şefkati birbiriyle etkileşim halinde olan üç bileşenden oluşan kavram olarak tanımlamıştır: öz-nezaket, ortak insanlık duygusu ve bilinçli farkındalık. Bu bileşenler bir araya gelerek karşılıklı olarak kendine şefkatli bir zihin çerçevesi oluşturmak için etkileşimde bulunmaktadır (Lockard vd., 2014, s. 249). Öz şefkatin kapsamına giren bileşenler Şekil 7’de özetlenmiştir.



Şekil 7. Öz şefkatin bileşenleri

Şekil 7’de öz-nezaket, ortak insanlık duygusu ve bilinçli farkındalık kavramlarının öze şefkati oluşturduğuna ilişkin bir diyagram bulunmaktadır. *Öz-nezaket kavramı*, kendini sert bir şekilde eleştirmek veya yargılamak yerine şefkat ve anlayış gösterme eğilimini ifade eder. İnsanların birçoğu, arkadaşları veya sevdikleri kendilerini kötü hissettiğinde, yaşamda bazı zorluklarla karşılaştıklarında nazik ve destekleyici olmaya çalışmaktadır. Ancak kişi kendisine aynı nezaketi gösteremez ve arkadaşlarına, sevdiklerine davrandığından çok daha katı davranmakta, başka birine asla söyleyemeyeceği türde yargılayıcı sözleri kendisine söylemektedir. Fakat öz nezaket, insanın kendisini soğukluğa mahkûm etmesinden daha merhametli ve destekleyici tutum benimsemeyi içermektedir. Kişinin kusurlarını kabul etmesi, diğer bir anlamda öz kabul sağlamasına yardımcı olmaktadır. Öz nezaket kavramı kendini eleştiriye sona erdirmekten fazlasını içermektedir. Öz nezaket, kişinin kendi sıkıntısına ilgi göstermeyi içerir. Öz nezaket hayat zorlaştığında duygusal olarak da var olmayı içerir. Kişi kendi acısından etkilenir fakat durup düşünüp içinde bulunduğu durumun gerçekten zor bir durum olduğunu ve bir an her şeyi bırakıp kendisiyle içsel bir konuşmaya gitmesi gerektiğini fark etmeli. Bunu yapabildiğinde sanki bir başkasından sıcak bir yanıt almış ve başkası tarafından doğrulanmış, teşvik edilmiş ve destek almış gibi hissetmeye başlamaktadır (Neff, 2023, s. 195).

Ortak insanlık kavramı, tüm insanlar kusurludurlar, başarısızdırlar ve hata yapabilirler düşüncesidir. Ortak insanlık, insanın koşullarının mükemmel olmadığını ve acı çektiğimizde yalnız olmadığımızı kabul etmeyi içerir. Her zaman istediğimizi elde edemeyiz. Her zaman olmak istediğimiz kişi olamayız. Bu insan deneyiminin bir parçasıdır. Aslında eksiklerimiz bizi insanlığın üyeleri yapan şeylerdir. Ancak birçok insan mücadelelerini ve başarısızlıklarını düşünürken kendilerini diğerlerinden izole ve kopuk hisseder. Başarısızlıkların aslında normal olduğu unutulmaktadır. Öz şefkat ile kişi kendisine merhametli ve başka biri tavrı gösterir bu da onun kendisi ve yaşamı hakkında daha geniş bir perspektif benimsemesine olanak sağlar. Ortak insan deneyimini hatırlar ve kendisini acı çekerken daha az izole hisseder. Bu sebeple öz şefkat bireyin kendine acıma hissi duymasından çok daha farklı bir kavramdır. Kendine acıma, insanların kendi sorunlarına daldığı ve diğerlerini unutup kendi haline acımasıdır. Öz şefkat herkesin acı

çektğini kabul eder ve bu nedenle diğeri dahil olmak üzere bağı bir zihniyete teşvik eder (Germer & Neff, 2013, s. 857).

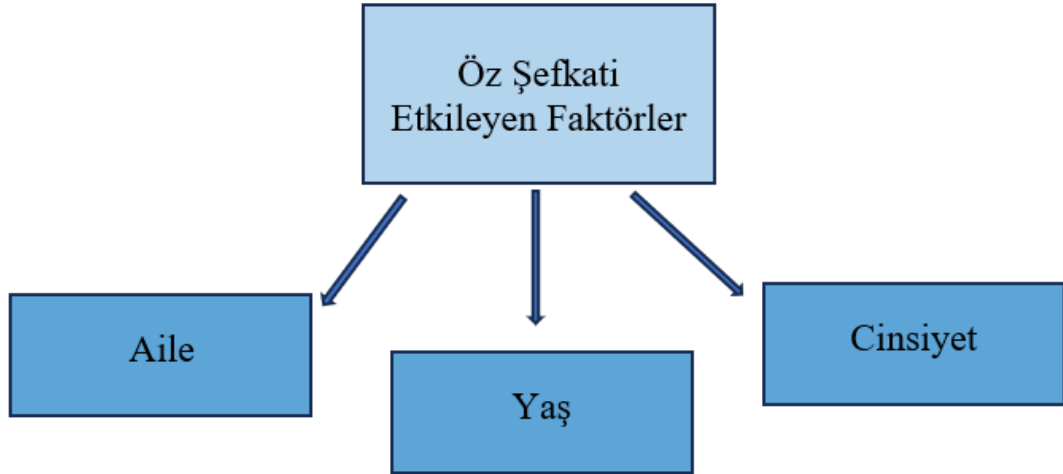
Bilinçli Farkındalık kavramı, bireyin kendine merhamet göstermesi gerektiğini kabul etmesi, acı çektğini kabul edip savaştır. Yine kişinin kendi dikkati ve acısı tarafından emildiğini fark edemez ve asıl olması gereken bakış açısını benimseyemez. Kişi, negatif düşünce ve duygularını aşırı benimseyebilmekte ve bu da kişiyi zorlayıcı tepkilere sürükleyebilmektedir. Bu tür düşünceler, odak noktasını daraltır ve öz saygıyla ilgili sonuçları abartır (Neff, 2023, s. 196). Bir başka tanıma göre: kişinin kendi anlık deneyimini açık ve dengeli bir şekilde fark etmesini içermektedir (Lockard, vd., 2014, s. 249). Bazı durumlarda acı çekmek apaçık görünebilmektedir fakat insanlar ayna karşısına geçip içinde bulunduğu durumun merhametli bir cevabı hak eden bir durum olduğunu fark etmemektedir. Öz şefkat duyabilmek için kişinin, içinde bulunduğu durumu fark etmesi gerekmektedir (Germer & Neff, 2013, s. 857). Örnekle somutlaştırılırsa; bilinçli farkındalıkta kişiyi arı sokması sonucu yaşanan acının kendisine odaklanıp başka acılara yönlendirmeler yaparken öz şefkat ile yaşanan deneyimde, bu durumun insan olmanın bir parçası olduğu düşüncesi üzerinde durularak, kişinin kendini sakinleştirilmesi, rahatlaması sağlanır (Şamlıoğlu, 2023, s. 37).

Öz-şefkatin bileşenleri, kavramsal anlamda farklıdır ve bireylerin acıya, başarısızlık gibi durumlara duygusal olarak tepki vermeleri, bilişsel ve içsel olarak içinde buldukları durumu anlamaları ve olaylara dikkat etmeleri için farklı yollardan yararlanır. Bu bileşenler ayrılabilir olsa ve aynı yönde değişirse dahi karşılıklı olarak birbirlerini etkilerler (örneğin, duygusal acının farkındalığı), nazik ve sıcak bir tepkiyi kolaylaştırır, (Şu anda kendime bakmak için ne yapabilirim?), başarısızlığın insan deneyiminin bir parçası olduğunu hatırlatır (örneğin, bazen ortalığı karıştırmak normaldir.), benmerkezci izolasyon duygularını azaltır (örneğin, sadece ben değilim.), ve farkındalığı artırır (örneğin, hatamı görebiliyorum.), tıpkı kişisel yetersizliklerle yüzleşirken kendine karşı nazik ve anlayışlı davranmanın (örneğin, mükemmel olmamakta sorun yok.) kendi kendine sert yargılamayı azaltabileceği gibi (örneğin, belki de bu kadar utanmama gerek yok.) ve ortak insanlık duygularını artırır (örneğin, sanırım birçok insan bu sorunlarla mücadele ediyor.) (Neff, 2016, s. 267).

Özetle, hayat koşulları sorunlu ya da acı verici olduğunda, öz nezaket bilincinde olan insanlar kendilerini teselli ederek buldukları durumu aşmaya çalışırlar. Zorlukların yaşamın normal bir parçası olduğunu kabul etmek ve diğer insanların da acı çektiği, zorluklar yaşadığı bilincine varmak ortak insanlık kavramının içeriğidir. Farkındalık ise düşünce ve duygulara dengeli bir yaklaşım benimsemeyi içerir (Meredith & Mark, 2011, s. 353).

2.3.3. Öz şefkati Etkileyen Faktörler

Öz şefkati aile, yaş, cinsiyet gibi temel demografik değişkenler büyük oranda etkilemektedir. Demografik değişkenlerin yanı sıra bireyin yakın sosyal çevresi, bireyin mizacı ve kişilik özellikleri, bireyin iyi oluş ve psikolojik sağlamlık gibi özellikleri, duygu düzenleme becerilerini kapsayan bireysel özellikleri de öz şefkati temel olarak etkileyen önemli nedenlerdendir (Çelebi, 2022).



Şekil 8. Öz şefkati etkileyen faktörler

Aile: çocukluğunda aile bireylerinden özellikle anne-babasından ilgi ve şefkat görmüş olan çocuklar ileri yaşlarında da aynı hissi hem kendine karşı hem de başkasına karşı göstermektedir. Aynı şekilde çocukluğunda aile üyelerinden ilgi ve şefkat görmemiş olan, farklı şiddet türlerine (psikolojik, sözel, fiziksel) maruz kalan çocukların ileri yaşlarında öz şefkat seviyelerinin aile üyelerinden şefkat gören çocuklara oranla daha az olduğu belirlenmiştir (Bankoğlu, 2022, s. 27). Öz şefkatin aile içi nezaketsizlik ve yalnızlık

arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışma da aile içerisinde nezaketsizlik yaşayan bireylerin kendilerine karşı Şefkat eksikliği yaşadıklarını, bu durumun da daha yüksek düzeyde yalnızlık ve daha zayıf kişilerarası uyum anlamına gelmekte olduğu belirtilmiştir. z Şefkat, aile içi nezaketsizlik ile kişilerarası uyum arasında doğrudan bir anlam vardır burada z Şefkatin diğer iki etken için kritik olduğu görülmektedir (Jin, Liu & Miao, 2023, s. 2020).

z Şefkat düzeyi yüksek olan ebeveynler, tetikleyicilere otomatikleşmiş aşırı öğrenilmiş kalıpların sıklığını azaltabilmekte ve bu süreçler ebeveynlik zorluklarına duyarlı ve dayanıklı yollarla yanıt verme yeteneğini artırmış olarak ortaya çıkabilmektedir. Burada bahsedilen duruma örnek olarak şu gösterilebilir, gece ağlayan bebeğini başarısız bir Şekilde sakinleştirmeye çalışan anne, kendisinin kötü bir anne olduğunu düşünebilir. Depresyon gibi durumlarda bu düşünce, umutsuzluk ve çaresizlik hissine yol açabilir. Ancak z Şefkat düzeyi yüksek olan bir anne aynı düşünceyi yaşadığında duraksayıp bu düşüncenin yanlış ve olumsuz bir düşünce olduğunu fark edip kendisinin dinlenmeye ihtiyacı olduğunu kabul edip babadan yardım isteyebilir. z Şefkati içselleştiren anne-babalar aynı zamanda çocuklarına da dayanıklılığı modelleyebilmektedir. Ebeveyninin yüksek z Őefkatini gören ocuk ise zamanla gözlem yoluyla kendisine ailesi gibi z Şefkatli yaklaşmayı öğrenmektedir. z Şefkat düzeyi yüksek olan ebeveynler daha duyarlıdır ve daha sıcak bir iletişim kurabilmektedir. Bu sebeple ebeveynlerin z Şefkatlerinin hem ebeveynlikleri ile hem de çocukları ile ilişkili olduğu görülmektedir (Psychogiou vd., 2016, s. 897).

Cinsiyet: Yarnell ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışma sonucunda kadınların z Şefkat düzeylerinin erkeklere göre düşük olduğu saptanmıştır. Kadınların z Şefkat düzeylerinin erkeklere göre daha az olması bulgusuna erişilmiştir ve kadınların erkeklere göre daha fazla olumsuz öz konuşma yaptıklarının geçmiş bulgularla uyumlu olduğu görülmüştür. Ayrıca gözlenen bu durum kadınların depresyona yatkınlık oranlarının daha yüksek olmasıyla bağlantılı bulunmuştur. Elde edilen bu bulgular kadınların psikolojik iyi olmalarını artırmak için kendilerine eleştirel bir yaklaşım sergilemek yerine nasıl z Şefkat gösterebileceklerini öğrenmelerinin önemli olduğu sonucuna varılmıştır (Yarnell vd., 2015, s. 512).

Yaş: Yaş ile ilgili Neff (2003) özellikle ergenlik dönemini ele almış ve gelişimsel çalışmaları temel alarak şu kaniya varmıştır; ergenlik dönemi öz duyarlık düzeylerinin en düşük olduğu evredir. Ergenlikte gelişen olumlu kazanımlarının aksine gelişen bazı olumsuzluklar, dönemin olası sıkıntılarına ek olarak ergenlik döneminde olan bireylerin hem kendi kimliklerini hem de toplum içindeki konumlarını bulmak adına sürekli olarak kendi kendilerini değerlendirme, kendini başka bireyler ile kıyaslama davranışı içerisinde olmasının belirtilen sonucun oluşmasına yol açtığını dile getirmiştir. Konu ile ilgili çeşitli araştırmalar yapılmış (Koç, Korkut Owen, 2021, s. 132)

Neff'in (2003) bu görüşlerine eş değer olarak ergenlik döneminde öz-şefkat düzeyinin çok daha düşük olduğunu göstermiştir. Lise çağındaki ergenlerin üniversite öğrencisi genç erişkinler ile benzer düzeyde öz-duyarlık düzeyine sahip olduğunu gösterilmiştir. Koç ve Korkut Owen (2021) yetişkinlik yıllarına ait sorumluluklar almayı, yeni iş ve evlilik gibi ve yetişkin statüsüne girmeyi çeşitli sebeplerle (uzayan eğitim süresi) yirmili yaşların sonuna kadar erteleyen topluluklarda görülen "beliren yetişkinlik" kavramının özellikleri ile; yani halen olgunlaşma sürecinde ve yeni bir kimlik oluşumu sürecinde olmaları henüz sonuca varamamış olması ile açıklamışlardır. Ülkemizde üniversiteye devam eden bireyler içerisinde yaşın öz-şefkat üzerindeki rolünü araştıran çalışmalarda gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Buna karşılık ergenlik döneminde olan bireylere ek olarak yetişkin ve yaşlı bireylerle yapılan bir çalışmada, öz şefkat ve yaş arasında pozitif ilişki olduğu; yani yaş arttıkça öz şefkat düzeyinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bilgilerin ışığında öz şefkat düzeyinin özellikle ileri yaşlara yönelik olarak farklılaşma eğiliminde olması sebebi ile yaş faktörünün alan araştırmalarında göz ardı edilmemesi gereken bir faktör olduğu söylenebilmektedir (Koç ve Korkut Owen, 2021, s. 132).

2.3.4. Öz Şefkat ve Kuramlar

Yetişkin ve ergen popülasyonunda yürütülen çalışmaların meta-analizleri, öz-şefkat ile depresyon, kaygı, stres ve intihar düşüncesi gibi olumsuz zihinsel durumlar arasında ters bir ilişkiye işaret eden teoriler ve farklı kuramlarla açıklanmaktadır. Öz şefkat ile ilişkili kavramlar sıklıkla hümanistik bakış açısı, duygu düzenleme, ilişkisel kuram, bağlanma kuramı, psikanalitik kuramı ile açıklanmaktadır.

2.3.4.1.Hümanist Kuram

Hümanist psikolojinin kurucuları Carl Rogers ve Abraham Maslow'dur. Hümanist psikoloji, kişiyi bir 'bütün' olarak gören bütünsel bir bakış açısı benimsemektedir. Bu kuram daha çok davranışçılığa ve psikodinamik teoriye karşıt bir duruş olarak ortaya çıkmıştır. Davranışçılık, insanların davranışlarını yalnızca koşullu bir tepki olarak indirgemektedir. Psikodinamik psikoloji, davranışın esas olarak bilinçdışı düşüncelerden kaynaklandığını düşünür. Ayrıca psikolojinin bu dalları yalnızca insan davranışının olumsuzluklarına odaklanma eğilimindedir (Wilkins, 2000, s.24).

Hümanist bakış açısına göre tüm insanlar benzersizdir; bu dünyada bir birey gibi başka kimse yoktur. Herkes bireyi bireysel olarak şekillendiren farklı deneyimler ve çevrelerle büyümektedir. Hümanist benlik teorisinin merkezinde özgür irade fikri yer alır. Hümanistik psikoloji, hepimizin kendi kararlarımızı verme, yaşamlarımızda ne yapacağımızı seçme ve geleceğimizi şekillendirme gücüne sahip olduğumuza inanmaktadır. Bu, determinizm bakış açısına sahip olan davranışçılık gibi teorilerin tersidir, yani dış güçler, örneğin koşullandırma yoluyla davranışlarımızı şekillendirmektedir. Hümanist psikologlar ayrıca insanların doğası gereği iyi olduğuna inanır ve idiyografik bir yaklaşım benimserler (Bessenoff, 2006, s. 239).

Maslow, insanlara kendi acılarını ve başarısızlıklarını kabul etmeleri ve tanınmaları konusunun önemini altını çizdi. Kendi kendine bir argüman sunmuş olmakla birlikte farklı birçok psikolojik hastalığın sebebi olarak kişinin kendi duygularını, içgüdülerini, yetenek ve anılarını bilmekten korkması bunlardan kaçınması şeklinde tanımlamaktadır. Başkalarını kendi eksikleri ve acıları konusunda merhametli olmaya teşvik etmek, kişinin kendini anlama yetisini artırmak için bir yol olarak işlev görebilmektedir (Neff, 2003, s. 90).

2.3.4.1. Bağlanma Kuramı

İnsanlar öznel iyi oluş deneyimlerine göre farklılık gösterir. Örneğin, bazı bireyler olumsuz yaşam koşullarına rağmen yüksek düzeyde öznel iyi oluş yaşamaktadır. Ancak diğerleri zenginlik, eğitim ve sağlık gibi belirli dışsal avantajlara sahip olmalarına rağmen düşük düzeyde bir refah yaşamaktadırlar. Aslında gelir, yaş, cinsiyet, eğitim ve ırk öznel iyi oluşla ilişkili değildir. Dolayısıyla, refah çevreden ve mevcut kaynaklardan etkilense

de insanların kronik olarak yüksek veya düşük düzeyde öznel refah deneyimleme eğilimlerinde bireysel farklılıklar vardır. Yetişkinlere bağlanma, refahtaki bireysel farklılıklara katkıda bulunabilir (Joireman vd., 2001, s. 64).

Bağlanma teorisi, kişinin başkalarıyla bağlantı kurma ve başa çıkma kaynakları olarak destekleyici ilişkiler geliştirme kapasitesini anlamak için ilgi çekici bir çerçeve sunar. Teori, çocukken tutarsız ebeveynlik deneyimi yaşayanların, yetişkinler olarak bağlanma sistemlerini hiperaktif hale getirme eğiliminde olduklarını, bunun da başkalarının rahatını ve desteğini kazanmanın bir yolu olarak sıkıntıya abartılı tepkiler ürettiğini belirtmektedir (Mikulincer & Shaver, 2005, s. 34). Bowlby, ebeveynlerle kurulan erken bağlanmanın başkalarıyla ilişkili olarak ‘içsel çalışma modelinin oluşmasına katkı sağladığını savunmuştur. Bu model benliğimizin ve diğer insanlardan beklentilerimizin bilinçsiz ve derinleşmiş bir zihinsel portresidir. Çocuklar ebeveynlerine güvenli bağlandıklarında sevmeye değer olduklarını hisseder ve yetişkin olduklarında da başkalarına güvenli biçimde bağlanabilir ve kendilerine de şefkat gösterebilirler böylece öz şefkat geliştirmiş olurlar (Kışlal, 2022, s. 22).

2.3.4.2. Duygu Düzenleme

Korku, öfke, nefret gibi pek çok duygu baş etmesi zor olan duygulardır ancak hiçbir zor duygunun doğasında yıkıcılık bulunmamaktadır. Duygular yalnızca kişiler duygularına sıkı sıkı sarıldığında ya da onları kendinden uzaklaştırmaya çalıştığında yıkıcı olmaktadır. Bunun sağlıklı şekli ise duyguları açık, bilinçli ve öz şefkatli bir şekilde kabul etmekten geçmektedir (Kışlal, 2022, s. 22). Negatif duygular kendinden daha olumlu bir duygu durumuna dönüşür ve böylece kişinin o anlık durumunu daha kesin bir şekilde anlamasına ve kendisini, çevresini uygun ve etkili bir şekilde değiştirmesine olanak tanır. Bu nedenle, öz şefkat duygusal zekâ açısından önemli bir yön olabilir. Bu, kendi duygularını izleme yeteneğini içerir ve eylemlerini yönlendirmek için ustalıkla bu yeteneği kullanma becerisini içermektedir (Neff, 2003, s. 92).

2.3.4.3. İlişkisel Kuram

Öz şefkat kavramına en yakın benzerlik muhtemelen kadın psikolojik gelişiminin özne - ilişki modelinin kurucularından biri olan Judith Jordan’ın çalışmalarında bulunabilir

(Neff, 2003, s.90): Jordan, yazılarında öz şefkat kavramından kısaca bahsetmiştir (ancak tam olarak açıklanmamıştır) ve buna bireyin kendisine karşı yargılamadan ve açıklıkla bir tutum benimsemesi süreci olarak tanımlamıştır. Bu görüşe göre, öz-empati, başkalarına duyulan empati ile yakından ilişkilidir ve duygusal olarak diğerleri ile bağlantı kurma ve insan olmanın kaçınılmaz başarısızlıklarını ve kayıplarını tanıma anlamında tanımlanır. Böylece insan olmanın kaçınılmaz başarısızlıkları ve kayıplarıyla empati kurar (Neff, 2003, s. 90).

Jordan öz-empatinin öz değerlendirme ve ilişkisel imajlarda sürekli yapısal değişikliğe yol açabilen, kendine dair daha önce yargılanmış ve reddedilmiş yönlerin, sevgi dolu, duygusal olarak var olan ve yeniden bağlanmış bir şekilde kabul edildiği ve yanıtlandığı bir tür düzeltici ilişkisel deneyim olduğunu yazmaktadır (Neff, 2003, s. 90). Jordan öz şefkati özellikle karşılıklı empatik bir terapi deneyiminden ortaya çıkan bir süreç olarak ele alır ve öz şefkatin öz değerlendirmelerde ve ilişkisel imgelerde kalıcı yapısal değişikliklere yol açabileceği ve psikolojik iyi olmayı büyük ölçüde artırabileceğini savunur (Neff, 2003, s. 90).

2.3.4.4. Psikanalitik Kuram

Freud'a göre insanlar tamamen özsever olarak dünyaya gelir. Bebek, doğduğu andan itibaren rahat etmek için tüm özsever libidosunu kendi ihtiyaçlarına yönlendirir. Daha sonra bakımını üstlenen annesini fark eden bebek libido enerjisini bu defa annesine yöneltir. Bireyin özsever libidosunu hem kendi ihtiyaçlarına hem de diğer objelere yönlendirmesi bireyin sağlıklı gelişimi için oldukça önemlidir. Yardımsever kişi kendisini sever ve eleştirmez. Yaşamı seven rol modellerle sıcak ve şefkat dolu ilişkiler çocukta yaşam sevgisinin gelişmesine katkı sağlar (Çelebi, 2022, s. 38).

Psikanalitik teori, uzun yıllar boyunca geliştirilen ve öz şefkat ile de ilişkili olan akımın doğal olduğu geniş klinik çalışmaları birleştiren, zihnin kapsamlı bir açıklamasını sağlamaktadır. Bu kuram öz şefkat kavramının temel prensipleriyle doğrudan ilişkili kavramları da içine almaktadır (Sanders vd., 2007).

Bu bilgiler ışığında; bu araştırmada ergenlik döneminde öz şefkatin saldırganlık davranışlarına etkisinin incelenmesine ihtiyaç duyulmuştur. Bu bağlamda ergenlik döneminin gelişimsel özelliklerinin derinlemesine incelenmesi, saldırganlığa neden olan

faktörlerin sonuçlarının belirlenmesi ve ergenlerin öz şefkat becerilerinin demografik özellikler ile ilişkisinin ortaya konması hedeflenmiştir.

3. YÖNTEM

Ergenlik döneminde öz şefkatin saldırganlık davranışlarına etkisinin incelenmesini amaçlayan ve demografik değişkenlerle öz şefkat ve saldırganlık özellikleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlayan araştırmada; bu bölümde araştırmanın türü, evren ve örneklem, verilerin toplanması, verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmektedir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, 12-18 yaş arasındaki ergenlerin öz şefkat becerileri ile saldırganlık davranışlarını belirlemeye yönelik, ilişkisel tarama modelindedir. Genel tarama modeli türlerinden ilişkisel tarama modelinde olay, nesne veya bireyler değiştirilmemekte, onlara deneysel bir müdahale yapılmadan aynen var oldukları gibi tanımlanmaktadır (Karasar, 2005). Araştırma yöntemleri, yeni bilgileri ortaya çıkarmak veya bir konunun daha iyi anlaşılmasını sağlamak amacıyla analiz için veri veya kanıt toplanmasında kullanılan stratejiler, süreçler veya tekniklerdir. Araştırmalarda aralarında ilişki aranacak değişkenler, ayrı ayrı sembolleştirilmektedir ve araştırılan nitelikleri belirlemek için veri toplama araçları uygulanmaktadır (Robson, 2015).

Modelde ilişki veya değişim derecesini belirlemek için ergenlerin öz şefkat ve saldırganlık özellikleri arasındaki ilişki tespit edilmeye çalışılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkeni 12-18 yaş arasındaki ergenlerin öz şefkat ve saldırganlık düzeyleri, bağımsız değişkenleri ise yaşı, cinsiyeti, kaç kardeş olduğu, anne-babasının medeni durumu, annesini ve babasının eğitim durumu, ailesinin maddi durumu gibi değişkenlerdir.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın genel evreni 12-18 yaş arasındaki ergenlerdir. Araştırmanın örnekleme, Konya ili Selçuklu, Meram ve Karatay merkez ilçelerinde ikamet eden ve 2023-2024 eğitim öğretim yılında liselerde öğrenim gören ergenlerdir. Bu bağlamda araştırmanın örnekleme 'uygun örnekleme' yoluyla seçilerek oluşturulmuştur. Uygun örnekleme; ulaşım, katılımcılarla etkileşim gibi özellikler açısından kolay ulaşılabilir ve kolay uygulama yapılabilir ortam, kişi veya nesnelerin seçilmesidir (Gill, Johnson & Clark, 2010). Popülasyonun tamamını incelemek genellikle mümkün olmadığından çalışmalar örnekler üzerinde yürütülmektedir. Örneklerden elde edilen sonuçların topluma ve bazen

de geleceğe genelleştirilmesi amaçlanmaktadır. Uygun örneklem araştırmayı daha verimli hale getirir. Üretilen veriler güvenilirdir, kaynak yatırımı mümkün olduğu kadar sınırlıdır ve etik ilkelere uygundur (Wilson, 2010). Tablo 5’de katılımcılara ait sosyo-demografik bilgiler yer almaktadır.

Tablo 5. Çalışma grubunun demografik değişkenleri (N=321)

Değişken	Grup	n	%
Cinsiyet	Kız	215	67,0
	Erkek	106	33,0
Yaş	12-13 yaş	30	9,3
	14-15 yaş	124	38,6
	16-17 yaş	125	38,9
	18 yaş	42	13,1
Kardeş Durumu	Tek çocuğum	13	4,0
	Benden başka 1 kardeşim var	103	32,1
	Benden başka 2 kardeşim var	123	38,3
	Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var	82	25,5
Anne-Babanın Medeni Durumu	Evliler ve aynı evde yaşıyoruz	274	85,4
	Evliler ama ayrı evde yaşıyoruz	13	4,0
	Tek ebeveyn	31	9,7
	Üvey aile olarak birlikte yaşıyoruz	3	,9
Annenin Eğitim Durumu	Hiç okula gitmemiş	12	3,7
	İlkokul mezunu	118	36,8
	Ortaokul mezunu	74	23,1
	Lise mezunu	66	20,6
	Üniversite mezunu	51	15,9
	İlkokul mezunu	79	24,6

Babanın Eğitim Durumu	Ortaokul mezunu	74	23,1
	Lise mezunu	97	30,2
	Üniversite mezunu	71	22,1
Ailenin Gelir Durumu	Gelir giderden az	40	12,5
	Gelir ile gider denk	205	63,9
	Gelir giderden fazla	76	23,7
Toplam		321	100,0

Tablo 5 incelendiğinde, araştırmaya katılan katılımcıların %67'sinin kız olduğu; %38,9'unun 16-17 yaş arası olduğu; %85,4'ünün anne ve babasının evli ve birlikte yaşadığı; %36,8'inin annesinin ilkokul mezunu olduğu %30,2'sinin babasının lise mezunu olduğu ve son olarak %63,9'un gelir ve giderlerinin denk olduğu tespit edilmiştir.

3.3. Araştırmanın Verilerinin Toplanması

Veri toplama araçlarının uygulanması için öncelikle Üniversiteden etik kurul izinleri alınmıştır. Veri toplama sürecinde, lise düzeyindeki okulların yönetiminden araştırmanın yapılacağı tarih aralığı konusunda onay alınmıştır. Eğitim saatlerinde okul yönetiminin belirlediği şubelere gidilerek, dersteki öğretmenin de onayı alındıktan sonra araştırma hakkında ergenlere bilgi verilmiş, araştırmaya dahil olma konusunda gönüllü olan ergenlere veri toplama araçları uygulanmıştır. Aynı zamanda daha geniş bir popülasyona ulaşılabilmesi amacıyla google form aracılığıyla veri toplama araçları form haline getirilmiştir ve bu formun 2023-2024 eğitim-öğretim yılı içinde ergenler tarafından doldurulabilmesi için ergenlerin eğitim gördüğü halk eğitim merkezi, etüt merkezi gibi kurumlarla da iletişime geçilerek formların doldurulmasına ilişkin çalışma gerçekleştirilmiştir. Her bir veri toplama aracının uygulanma süresi yaklaşık 15-20 dakika arasındadır. Ölçekler uygulanmadan önce bilgilendirilmiş onam formunda, ergenlerin cevaplarının gizli tutulacağı, kişisel bir değerlendirme yapılmayacağı ve sadece bu araştırma kapsamında kullanılacağı belirtilerek, onlardan içten ve dürüst bir şekilde cevaplar vermeleri istenmiştir.

3.4. Veri Toplama Araçları

Çalışma grubundakilerin demografik bilgilerinin elde edilmesi amacıyla “Demografik Bilgi Formu”; öz şefkat becerilerinin ergenler üzerindeki psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla “Öz Şefkat Ölçeği Kısa Formu” ve saldırganlık davranışlarının ergenler üzerindeki psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla “Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu” uygulanmıştır.

3.4.1. Demografik Bilgi Formu

Çalışma grubundaki ergenlere kişisel bilgi formunda, yaşı, cinsiyeti, kaç kardeş olduğu, anne-babasının medeni durumu, annesini ve babasının eğitim durumu, ailesinin maddi durumu gibi çeşitli değişkenleri belirlemek amacıyla sorular yöneltilmiştir.

3.4.2. Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Formu

Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Formu’nun Türkçe versiyonu Yıldırım ve Sarı (2018) tarafından öz şefkat becerilerinin ergenler üzerindeki psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla geliştirilmiştir. Bu amaçla 400’ü ortaokul ve 400’ü lise öğrencisi olan 800 ergenden veri toplanmıştır. Ölçeğin psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla yapı geçerliliği, ölçüt bağıntılı geçerliliği, iç tutarlık katsayısı ve test-tekrar test güvenilirliği ele alınmıştır. Elde edilen bulgulara göre orijinal formda bulunan 10. madde .30’un altında faktör yükü olması sebebiyle ölçekten çıkarılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .75 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test ölçümleri arasında yüksek düzey bir ilişki olduğu görülmüştür.

Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Formu 11 maddeden ve tek boyuttan oluşan bir ölçektir. Ölçeğin psikometrik özellikleri ortaokul ve lise öğrencileri üzerinde incelenmiş ve bu örneklem için geçerli ve güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Ölçekteki 1., 4., 8., 9., 10. ve 11. maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçekten alınan toplam puanlar katılımcıların öz-şefkat düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir (Yıldırım ve Sarı, 2018).

3.4.3. Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu

Saldırganlık Ölçeği Kısa Formunda saldırganlık davranışlarının ergenler üzerindeki psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla Kuzucu ve Sarıot-Ertürk (2020) tarafından

uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilmesi aşamasında anketin yapı geçerliliği paralel analiz, açıklayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir. Ayrıca güvenilirlik analizleri olarak madde-toplam korelasyonları, test-tekrar test puan korelasyonu ve iç tutarlılık (cronbach alpha ve mcdonald's omega) hesaplanmıştır. Alt boyutlardan elde edilen puan arttıkça saldırganlık düzeyinin arttığı dikkate alınmaktadır. Ölçme aracında yer alan maddelerin geçerliğine kanıt sağlamak amacıyla her bir maddenin cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre yanlılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Ölçek dört faktörlü bir yapıya sahiptir:

Fiziksel Saldırganlık: 1., 2., 3.üncü madde

Sözel Saldırganlık: 4., 5., 6.ıncı madde

Öfke: 7., 8., 9.uncu madde

Düşmanlık: 10., 11., 12.inci madde

Ölçeğin Türk ergenlerde kullanılabileceğine ilişkin geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır (Kuzucu ve Sarıot-Ertürk, 2020).

3.5. Verilerin Değerlendirilmesi

Elde edilen verilerin istatistiksel analizi SPSS 22.0 ile yapılmıştır. Öncelikle verilerin normal dağılıma uygunluğu test edilmiş ve sonrasında tüm veriler için betimleyici istatistikleri yapılmıştır. Sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluğunun Skewness ve Kurtosis testi ile test edilmiştir.

Tablo 6. Ölçek ve alt boyutların normallik varsayımı

	N	Skewness	Std. Hata	Kurtosis	Std. Hata
Öz-Şefkat Ölçeği	321	-,060	,136	-,429	,271
Saldırganlık Ölçeği	321	,233	,136	-,377	,271

Öz-şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeği için çarpıklık ve basıklık değeri +1.5 ile -1.5 arasında olduğu görülmektedir. Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre de çarpıklık ve basıklık değeri +1.5 ile -1.5 arasında olduğunu zaman parametrik test olarak kabul edilip ona göre işlem yapılabileceğini ifade etmektedir (Tabachnick & Fidell, 2013). Bu

anlamda normallik varsayımına göre Öz-Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeği için uygun ve parametrik analizler yapılabilmektedir. İlk önce fark testleri için değişkenler ölçeklere göre incelenmiştir. Araştırmada toplanan verilerin korelasyon, tek yönlü varyans analizinden (ANOVA) ve t-testi teknikleri ile analizleri yapılmıştır. Demografik değişkenlere göre öz şefkat ve saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olup olmadığı, Anova testi sonuçlarıyla değerlendirilmiştir. Verilerin frekans, ortalama, standart sapma değerleri ayrı tablolar halinde düzenlenmiştir. Çalışma grubundaki ergenlerin demografik değişkenlerine göre öz şefkat ve saldırganlık düzeyleri, t testi ile analiz edilmiştir. Çalışma grubundakilerin öz şefkat ve saldırganlık ölçümleri arasında ilişki olup olmadığının değerlendirilmesi amacıyla, Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılıkları $p < .05$ düzeyinde incelenmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde çalışma grubuna uygulanan Demografik Bilgi Formu; Öz Şefkat Ölçeği Kısa Formu ve Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu ile elde edilen bilgilerin istatistiksel analizlerine yer verilmiştir.

Çalışma grubundakilerin öz-şefkat ve saldırganlık düzeyleri ortalamaları Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin alt boyutların normallik varsayımı

	N	Min	Maks	Ort	S.Sapma
Öz-Şefkat Ölçeği	321	1,00	4,82	2,9595	,73338
Saldırganlık Ölçeği	321	1,00	5,00	2,6412	,80806

Tablo 7’ye göre çalışma grubundakilerin öz-şefkat düzeylerinin ortalaması $2,95\pm,73$ ve saldırganlık düzeylerinin ortalaması $2,64\pm,81$ olarak belirlenmiştir.

Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin *cinsiyet* değişkenine göre farklılık olup olmadığını incelemek için parametrik testlerden t- testi kullanılmıştır. Tablo 8’de hangi grupta kaç kişi bulunduğu, her grubun ortalaması ve standart sapmasını gösteren betimsel istatistikler verilmiştir.

Tablo 8. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Ortalama	S.S.	t	df	p
Öz-Şefkat Ölçeği	Kız	215	2,8444	,72579	-4,103	319	,000*
	Erkek	106	3,1930	,69526			
Saldırganlık Ölçeği	Kız	215	2,6705	,81098	,926	319	,355
	Erkek	106	2,5818	,80261			

*p <.05

Tablo 8'e göre bağımsız örneklem t testi sonuçlarında katılımcıların Öz Şefkat Ölçeğinin cinsiyete göre tutum farkları incelendiğinde kızların algılarının erkeklerden daha düşük çıktığı belirlenmiştir. Diğer yandan Saldırganlık Ölçeğinde kadın ve erkeğe göre fark çıkmamıştır ($p>0.05$).

Katılımcıların Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin yaş değişkenine göre farklılık olup olmadığını incelemek için parametrik testlerden ANOVA testi kullanılmıştır. Tablo 9'da hangi grupta kaç kişi bulunduğu, her grubun ortalaması ve standart sapmasını gösteren betimsel istatistikler verilmiştir.

Tablo 9. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin yaş değişkenine göre karşılaştırılması

Puan	Grup	<i>f, x ss</i> Değerleri				ANOVA Sonuçları				
		N	X	S.S.	Var.K.	KT	Sd	KO	F	<i>p</i>
Öz-Şefkat Ölçeği	12-13 yaş	30	3,1879	,72842	Gruplar arası	5,040	3	1,680	3,188	,024*
	14-15 yaş	124	3,0110	,69482						
	16-17 yaş	125	2,8153	,73038	Toplam	172,110	320			
	18 yaş	42	3,0736	,79867						
	Total	321	2,9595	,73338						
Saldırganlık Ölçeği	12-13 yaş	30	2,4722	,80923	Gruplar arası	1,584	3	,528	,807	,491
	14-15 yaş	124	2,6707	,81849						
	16-17 yaş	125	2,6847	,74412	Toplam	208,945	320			
	18 yaş	42	2,5456	,95392						
	Total	321	2,6412	,80806						

* $p < .05$

Tablo 9'daki ANOVA tablosuna göre Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğine ait genel puanlar incelendiğinde; katılımcıların saldırganlık düzeylerini gösteren Anova sig değeri 0,05 değerinden yüksek çıkmıştır ($p>0.05$). Bu durumda çalışma grubundaki ergenlerin saldırganlık özellikleri yaş değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Ancak öz-şefkat ölçeğine ait genel puanlar incelendiğinde; katılımcıların öz şefkat düzeylerini gösteren Anova sig değeri 0,05 değerinden düşük çıkmıştır ($p>0.05$). Bu durumda çalışma grubundaki ergenlerin öz şefkat özellikleri yaş değişkenine göre farklılaşmaktadır. Bu durumda farkın hangi gruptan kaynaklandığının tespiti için post hoc analizlerinde Sheffe analizi yapılmıştır (Tablo 10).

Tablo 10. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait yaş değişkeni için Scheffe analizi sonuçları

Bağımlı Değişken				Ortalama Farkı		
		(I) Yaşınız?	(J) Yaşınız?	(I-J)	Std. Hata	p
Öz-Şefkat Ölçeği	Scheffe	12-13 yaş	14-15 yaş	,17688	,14771	,232
			16-17 yaş	,37261*	,14759	,012
			18 yaş	,11429	,17354	,511
		14-15 yaş	12-13 yaş	-,17688	,14771	,232
			16-17 yaş	,19572*	,09201	,034
			18 yaş	-,06260	,12961	,629
		16-17 yaş	12-13 yaş	-,37261*	,14759	,012
			14-15 yaş	-,19572*	,09201	,034
			18 yaş	-,25832*	,12948	,047
		18 yaş	12-13 yaş	-,11429	,17354	,511
			14-15 yaş	,06260	,12961	,629
			16-17 yaş	,25832*	,12948	,047

Tablo 10'daki Scheffe Analiz sonucuna göre 12-13 yaş, 14-15 yaş ve 18 yaş grubundaki ergenlerin öz şefkat algısı 16-17 yaş grubundaki ergenlerden daha yüksek çıkmıştır.

Katılımcıların Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin *kardeş sayısı* değişkenine göre farklılık olup olmadığını incelemek için parametrik testlerden ANOVA testi kullanılmıştır. Tablo 11'de hangi grupta kaç kişi bulunduğu, her grubun ortalaması ve standart sapmasını gösteren betimsel istatistikler verilmiştir.

Tablo 11. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin kardeş sayısı değişkenine göre karşılaştırılması

Puan	Grup	<i>f, x ss</i> Değerleri				ANOVA Sonuçları				
		N	X	S.S.	Var.K.	KT	Sd	KO	F	p
Öz-Şefkat Ölçeği	Tek çocuğum	13	3,0000	,58446	Gruplar arası	,695	3	,232	,429	,733
	Benden başka 1 kardeşim var	103	2,9885	,76184	Grup içi	171,415	317	,541		
	Benden başka 2 kardeşim var	123	2,9837	,69293	Toplam	172,110	320			
	Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var	82	2,8803	,78201						
Total		321	2,9595	,73338						
	Tek çocuğum	13	2,7692	,99777	Gruplar arası	6,099	3	2,033	3,177	,024*

Saldırganlık Ölçeği	Benden başka 1 kardeşim var	103	2,5283	,76479	Grup içi	202,846	317	,640	4>1
	Benden başka 2 kardeşim var	123	2,5745	,73473	Toplam	208,945	320		
	Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var	82	2,8628	,89842					
	Total	321	2,6412	,80806					

*p <.05

Tablo 11'deki ANOVA tablosuna göre Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait genel puanlar incelendiğinde; katılımcıların öz şefkat düzeylerine ait Anova sig değeri 0,05 değerinden yüksek çıkmıştır (p>0.05). Bu durumda kardeş sayısı değişkenine göre öz şefkat ve saldırganlık düzeyleri farklılaşmamaktadır. Ancak Saldırganlık Ölçeğinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0.05). Bu durumda farkın hangi gruptan kaynakladığının tespiti için post hoc analizlerinde Sheffe analizi yapılmıştır (Tablo 12).

Tablo 12. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait kardeş sayısı değişkeni için Sheffe analizi sonuçları

Bağımlı Değişken	(I) Kaç Kardeşiniz?	(J) Kaç Kardeşiniz?	Ortalama Farkı (I-J)	Std. Hata	p
Saldırganlık Ölçeği	Scheffe Tek çocuğum	Benden başka 1 kardeşim var	,24091	,23545	,790
		Benden başka 2 kardeşim var	,19471	,23329	,874
		Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var	-,09357	,23880	,985
	Benden başka 1 kardeşim var	Tek çocuğum	-,24091	,23545	,790
		Benden başka 2 kardeşim var	-,04621	,10684	,980
		Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var	-,33449*	,11839	,048
	Benden başka 2 kardeşim var	Tek çocuğum	-,19471	,23329	,874
		Benden başka 1 kardeşim var	,04621	,10684	,980
		Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var	-,28828	,11404	,096
	Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var	Tek çocuğum	,09357	,23880	,985
		Benden başka 1 kardeşim var	,33449*	,11839	,048
			Benden başka 2 kardeşim var	,28828	,11404

Tablo 12’deki Sheffe analizine göre; Saldırganlık Ölçeğinde $F(3,317=,024)$ ortaya çıkan farkta; “*Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var*” grubunun saldırganlık algıları “*Benden başka 1 kardeşim var*” grubuna göre daha yüksek çıkmıştır.

Katılımcılara uygulanan Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin *anne-babanın evlilik durumu* değişkenine göre farklılık olup olmadığını incelemek için parametrik testlerden ANOVA testi kullanılmıştır. Tablo 13’de hangi grupta kaç kişi bulunduğu, her grubun ortalaması ve standart sapmasını gösteren betimsel istatistikler verilmiştir.

Tablo 13. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait anne-babanın evlilik durumu değişkenine göre karşılaştırılması

Puan	Grup	<i>f, x ss Değerleri</i>				ANOVA Sonuçları				
		N	X	S.S.	Var.K.	KT	Sd	KO	F	<i>p</i>
Öz-Şefkat Ölçeği	Evli ve aynı evde yaşıyoruz	274	2,9814	,74777	Gruplar arası	,907	3	,302	,560	,642
	Evli ama ayrı yaşıyoruz	13	2,8112	,59666	Grup içi	171,203	317	,540		
	Tek ebeveyn (Vefat veya boşanma nedeniyle ebeveynlerimden biri yok)	31	2,8387	,68744	Toplam	172,110	320			
	Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz	3	2,8485	,22878						
	Total	321	2,9595	,73338						
Saldırganlık Ölçeği	Evli ve aynı evde yaşıyoruz	274	2,5785	,77656	Gruplar arası	9,274	3	3,091	4,908	,002*
	Evli ama ayrı yaşıyoruz	13	2,9551	,93146	Grup içi	199,671	317	,630		3,4>1
	Tek ebeveyn (Vefat veya boşanma nedeniyle ebeveynlerimden biri yok)	31	2,9543	,86357	Toplam	208,945	320			
	Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz	3	3,7778	1,06175						
	Total	321	2,6412	,80806						

* $p < .05$

Tablo 13’deki ANOVA tablosuna göre Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait genel puanlar incelendiğinde; katılımcıların öz-şefkat düzeylerine ait Anova sig değeri 0,05 değerinden yüksek çıkmıştır ($p > 0.05$). Bu durumda çalışma grubundaki ergenlerin öz şefkat ve saldırganlık durumları anne-babanın evlilik durumu değişkenine göre farklılaşmamaktadır ve istatistiksel olarak anlamlı değildir. Ancak Saldırganlık

Ölçeğinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu durumda farkın hangi gruptan kaynakladığının tespiti için post hoc analizlerinde Sheffe analizi yapılmıştır (Tablo 14).

Tablo 14. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait anne-babanın evlilik durumu değişkeni için Sheffe analizi sonuçları

Bağımlı Değişken	(I) Kaç Kardeşsiniz?	(J) Kaç Kardeşsiniz?	Ortalama Farkı (I-J)	Std. Hata	p
Saldırganlık Ölçeği	Evliler ve aynı evde yaşıyoruz	Evliler ama ayrı yaşıyoruz	-,37666	,22528	,096
		Tek ebeveyn	-,37583*	,15039	,013
		Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz	-1,19931*	,46071	,010
	Evliler ama ayrı yaşıyoruz	Evliler ve aynı evde yaşıyoruz	,37666	,22528	,096
		Tek ebeveyn	,00083	,26224	,997
		Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz	-,82265	,50834	,107
	Tek ebeveyn	Evliler ve aynı evde yaşıyoruz	,37583*	,15039	,013
		Evliler ama ayrı yaşıyoruz	-,00083	,26224	,997
		Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz	-,82348	,47987	,087
	Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz	Evliler ve aynı evde yaşıyoruz	1,19931*	,46071	,010
		Evliler ama ayrı yaşıyoruz	,82265	,50834	,107
		Tek ebeveyn	,82348	,47987	,087

Tablo 14’de belirtilen Sheffe analizine göre; çalışma grubundakilere uygulanan Saldırganlık Ölçeğinden elde edilen $F(3,317=,002)$ farkta; “*Tek ebeveyn (vefat veya boşanma nedeniyle ebeveynlerimden biri yok)*” ve “*Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz*” gruplarının saldırganlık algıları “*Evliler ve aynı evde yaşıyoruz*” grubuna göre daha yüksek çıkmıştır.

Katılımcıların Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin anne eğitim durumu değişkenine göre farklılık olup olmadığını incelemek için parametrik testlerden ANOVA

testi kullanılmıştır. Tablo 15’de hangi grupta kaç kişi bulunduğu, her grubun ortalaması ve standart sapmasını gösteren betimsel istatistikler verilmiştir.

Tablo 15. Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin anne eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması

Puan	Grup	<i>f, x ss</i> Değerleri				ANOVA Sonuçları				
		N	X	S.S.	Var.K.	KT	Sd	KO	F	<i>p</i>
Öz-Şefkat Ölçeği	Hiç okula gitmemiş	12	2,9470	,52647	Gruplar arası	1,308	4	,327	,605	,659
	İlkokul mezunu	118	2,8883	,75999	Grup içi	170,802	316	,541		
	Ortaokul mezunu	74	3,0430	,67717	Toplam	172,110	320			
	Lise mezunu	66	2,9490	,71460						
	Üniversite mezunu	51	3,0196	,81865						
	Total	321	2,9595	,73338						
Saldırganlık Ölçeği	Hiç okula gitmemiş	12	2,7083	,79733	Gruplar arası	6,184	4	1,546	2,409	,049
	İlkokul mezunu	118	2,7528	,79729	Grup içi	202,761	316	,642		2,3>5
	Ortaokul mezunu	74	2,6712	,83810	Toplam	208,945	320			
	Lise mezunu	66	2,6275	,82809						
	Üniversite mezunu	51	2,3415	,71478						
	Total	321	2,6412	,80806						

**p* < .05

Tablo 15’de belirtilen ANOVA tablosuna göre Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait genel puanlar incelendiğinde; katılımcıların öz-şefkat düzeylerine ait Anova sig değeri 0,05 değerinden yüksek çıkmıştır (*p*>0.05). Bu durumda çalışma grubundaki ergenlerin öz şefkat ve saldırganlık durumları anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmamaktadır ve istatistiksel olarak anlamlı değildir. Ancak saldırganlık ölçeğinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu durumda farkın hangi gruptan kaynakladığının tespiti için post hoc analizlerinde Sheffe analizi yapılmıştır (Tablo 16).

Tablo 16. Ölçeklerin anne eğitim durumu değişkeni için Sheffe analizi sonuçları

Bağımlı Değişken	(I) Kaç Kardeşsiniz?	(J) Kaç Kardeşsiniz?	Ortalama Farkı (I-J)	Std. Hata	<i>p</i>
Saldırganlık Ölçeği	Hiç okula gitmemiş	İlkokul mezunu	-,04449	,24271	,855
		Ortaokul mezunu	,03716	,24928	,882
		Lise mezunu	,08081	,25138	,748
		Üniversite mezunu	,36683	,25701	,154
	İlkokul mezunu	Hiç okula gitmemiş	,04449	,24271	,855

	Ortaokul mezunu	,08165	,11878	,492
	Lise mezunu	,12530	,12312	,310
	Üniversite mezunu	,41132*	,13424	,002
Ortaokul mezunu	Hiç okula gitmemiş	-,03716	,24928	,882
	İlkokul mezunu	-,08165	,11878	,492
	Lise mezunu	,04365	,13562	,748
	Üniversite mezunu	,32967*	,14578	,024
Lise mezunu	Hiç okula gitmemiş	-,08081	,25138	,748
	İlkokul mezunu	-,12530	,12312	,310
	Ortaokul mezunu	-,04365	,13562	,748
	Üniversite mezunu	,28602	,14934	,056
Üniversite mezunu	Hiç okula gitmemiş	-,36683	,25701	,154
	İlkokul mezunu	-,41132*	,13424	,002
	Ortaokul mezunu	-,32967*	,14578	,024
	Lise mezunu	-,28602	,14934	,056

Tablo 16'daki Sheffe analizine göre; Saldırganlık Ölçeğinden elde edilen $F(4,316=,049)$ farkta; "İlkokul mezunu" ve "Ortaokul mezunu" gruplarının saldırganlık algıları "Üniversite mezunu" grubuna göre daha yüksek çıkmıştır.

Katılımcıların Öz-Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin *baba eğitim durumu* değişkenine göre farklılık olup olmadığını incelemek için parametrik testlerden ANOVA testi kullanılmıştır. Tablo 17'de hangi grupta kaç kişi bulunduğu, her grubun ortalaması ve standart sapmasını gösteren betimsel istatistikler verilmiştir.

Tablo 17. Ölçeklerin baba eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması

Puan	Grup	<i>f, x ss</i> Değerleri				ANOVA Sonuçları				
		N	X	S.S.	Var.K.	KT	Sd	KO	F	<i>p</i>
Öz-Şefkat Ölçeği	İlkokul mezunu	79	2,9494	,70714	Gruplar arası	2,527	3	,842	1,574	,196
	Ortaokul mezunu	74	2,9189	,76868						
	Lise mezunu	97	3,0825	,69533	Toplam	172,110	320			
	Üniversite mezunu	71	2,8451	,76561						
	Total	321	2,9595	,73338						

Saldırganlık Ölçeği	İlkokul mezunu	79	2,7110	,75954	Gruplar arası	3,454	3	1,151	1,776	,152
	Ortaokul mezunu	74	2,7500	,81975	Grup içi	205,491	317			,648
	Lise mezunu	97	2,6297	,82153	Toplam	208,945	320			
	Üniversite mezunu	71	2,4660	,81632						
	Total	321	2,6412	,80806						

*p <.05

Tablo 17'deki ANOVA tablosuna göre Öz-Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait genel puanlar incelendiğinde; katılımcıların öz-şefkat ve saldırganlık durumlarına ait Anova sig değeri 0,05 değerinden yüksek çıkmıştır (p>0.05). Bu durumda çalışma grubundaki ergenlerin öz şefkat ve saldırganlık durumları baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmamaktadır ve istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Katılımcılara uygulanan Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğinin *aile gelir durumu* değişkenine göre farklılık olup olmadığını incelemek için parametrik testlerden ANOVA testi kullanılmıştır. Tablo 18'de hangi grupta kaç kişi bulunduğu, her grubun ortalaması ve standart sapmasını gösteren betimsel istatistikler verilmiştir.

Tablo 18. Ölçeklerin aile gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılması

Puan	Grup	<i>f, x ss</i> Değerleri				ANOVA Sonuçları				
		N	X	S.S.	Var.K.	KT	Sd	KO	F	<i>p</i>
Öz-Şefkat Ölçeği	Gelir giderden az	40	2,7659	,79995	Gruplar arası	2,378	2	1,189	2,228	,109
	Gelir ile gider denk	205	2,9574	,72193	Grup içi	169,732	318			,534
	Gelir giderden fazla	76	3,0670	,71603	Toplam	172,110	320			
	Total	321	2,9595	,73338						
Saldırganlık Ölçeği	Gelir giderden az	40	2,8583	,80291	Gruplar arası	2,249	2	1,125	1,730	,179
	Gelir ile gider denk	205	2,6215	,79248	Grup içi	206,696	318			,650
	Gelir giderden fazla	76	2,5800	,84409	Toplam	208,945	320			
	Total	321	2,6412	,80806						

*p <.05

Tablo 18'deki ANOVA tablosuna göre Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ait genel puanlar incelendiğinde; katılımcıların öz-şefkat ve saldırganlık durumlarına ait Anova sig değeri 0,05 değerinden yüksek çıkmıştır (p>0.05). Bu durumda aile gelir durumu değişkenine göre çalışma grubundaki ergenlerin öz şefkat ve saldırganlık özellikleri farklılaşmamaktadır.

Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeklerine ile alt boyutlarına ait parametrik analizlerden Pearson korelasyon analizine ilişkin bulgular Tablo 19’da verilmiştir.

Tablo 19. Ölçekler ve alt boyutlarla korelasyon tablosu

Ölçek ve Alt Boyutlar	Öz Şefkat Ölçeği	Saldırganlık Ölçeği
Öz Şefkat Ölçeği	1	-,491**
Saldırganlık Ölçeği		1

*p <.05; **p <.01

Tablo 19’deki korelasyon analizine ilişkin bulgulara göre; katılımcıların öz-şefkat ile saldırganlık algıları arasında orta düzeyde, anlamlı ve negatif bir ilişki vardır ($r = -0,491$, $p < 0,01$).

Katılımcılara uygulanan ölçeklerden elde edilen verilere göre; ergenlerde öz-şefkat algılarının saldırganlık algıları üzerine ne gibi etkilerinin olduğunu incelemek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmış ve Tablo 20’de sonuçlar verilmiştir.

Tablo 20. Ergenlerde öz-şefkat algılarının saldırganlık algıları üzerine etki analizi

Değişken	B	Beta	t	Sig.	VIF	R	R ²	Uyarlanmış R ²	F
Sabit	4,242		25,891	,000					
Öz-Şefkat Ölçeği	-,541	-,491	-10,065	,000	1,000	,491 ^a	,241	,239	.000 ^b

Tablo 20’ye göre katılımcıların öz-şefkat algıları saldırganlık algılarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır [(R= .491; R²= .241; Uyarlanmış R²= .239) F(1,319)= 101,313; p<0,01]. Katılımcıların öz-şefkat algıları bağımsız değişken, saldırganlık algılarının bağımlı değişken olarak alındığı regresyon analizi sonucunda katılımcıların saldırganlık algılarındaki değişimin %24,1’ini açıklamaktadır (R²= .241). Başka bir ifadeyle, katılımcıların öz-şefkat algılarındaki değişimin, saldırganlık davranışını etkilediği görülmektedir. Katılımcıların saldırganlık algılarındaki değişimin %75,9’unun başka etmenlerle ilişkili olduğu söylenebilir.

Yapılan regresyon analizinde t değerlerine bakıldığında, katılımcıların öz-şefkat [$t = -10,065$; $p = .000$ ($p < 0.01$)] algılarının saldırganlık algılarını anlamlı bir şekilde negatif yönde yordadığı anlaşılmaktadır. Diğer bir ifade ile katılımcıların öz-şefkat davranışındaki 100 birimlik artışın saldırganlık davranışını %54,1 azaltmaktadır.

5. TARTIŞMA

Bu araştırmanın temel amacı; ergenlik döneminde öz şefkatin saldırganlık davranışlarına etkisinin incelenmesidir. Elde edilen verilere göre; Öz Şefkat Ölçeğinin cinsiyete göre tutum farkları incelendiğinde kızların algılarının erkeklerden daha düşük çıktığı belirlenmiştir. Saldırganlık Ölçeğinde ise kız ve erkek grupları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Aşçı (2021, s. 97), öz şefkat toplam boyutlarında erkeklerin kadınlara kıyasla yüksek puanlar aldığı sonucuna ulaşmıştır. Boran Sarı (2017, s. 61) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmada erkek öğrencilerin öz şefkatinin kız öğrencilerden yüksek olduğunu ifade etmiştir. Kıcalı (2015, s. 45) araştırmasında, kız öğrencilerinin öz-şefkat puanları ile erkek öğrencilerinin öz-şefkat puanlarının birbirine oldukça yakın olduğu, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin öz-şefkat düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmüştür. Öte yandan, Türkiye’deki üniversite öğrencilerinin katılımıyla yapılan çalışmalar, kadın ve erkek öğrencilerin öz-şefkat düzeylerinin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını bulmuştur (Yılmaz, 2009; İskender, 2009; İkiz ve Totan, 2012; Şahan Sağır, 2017, s. 79). Ayrıca Solak Şimşek’in (2019, s. 105) yaptığı çalışmada öz-şefkatin cinsiyete göre farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Liselerde yapılan öz şefkat ile ilgili araştırmalarda Akkaya (2011, s.97), Akyol (2011, s. 77), Sun, Chan ve Chan (2016, s. 290) ve Yiğit (2015, s. 52) çalışmalarında kız ve erkek öğrencilerin öz şefkatlerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını belirtmişlerdir. Bulgan (2021, s. 32), üniversite öğrencilerinin öz şefkat düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı olarak değişmediği sonucuna ulaşmıştır.

Diğer yandan saldırganlık ölçeğinde kadın ve erkek katılımcılara göre fark çıkmamıştır. Araştırma bulgularına benzer şekilde Öztürk (1990) ve Karataş (2005, s. 83) saldırganlık noktasından kızlar ve erkekler arasında mühim değişiklikler bulunmadığını belirten veriler elde etmişlerdir. Sökmen’in (2018, s. 42) ve Rabiner, Cole, Johnson, Boykın ve Lochman (2005, s. 138), Giles ve Heyman (2005, s. 119), Demirhan (2002, s. 93), Aral, Bütün, Türkmenler ve Akbıyık (2004, s. 23), Efilti (2006, s. 227) ve Eroğlu (2009, s. 217) çalışmalarında saldırganlığı erkeklerin doğrudan belirttikleri verilerine ulaşmışlardır. Erkeklerin fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke, sözel ve saldırganlık toplam düzeyleri

kadınlardan anlamlı derecede yüksektir. Alan yazına bakıldığında değişik verilere ulaşılmaktadır.

Katılımcıların saldırganlık algıları yaş değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Ancak öz-şefkat algılarında 12-13 yaş, 14-15 yaş ve 18 yaş grubundaki ergenlerin öz şefkat algısı 16-17 yaş grubundaki ergenlerden daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuçlara benzer olarak Nazik ve Arslan (2011, s. 73) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmada öz şefkatin sınıf ve yaş arttıkça daha düşük düzeye ulaştığını saptamıştır. Boran Sarı (2017, s. 57) yaş arttıkça öz şefkatin artış gösterdiğini belirtmiştir. Canpoyraz (2017, s. 48) üniversite öğrencileri ve 39-53 yaş aralığında bulunan yetişkin katılımcılarla öz şefkati incelediği çalışmada genel öz şefkat puanlarının yaştan etkilenmediğini belirtmiştir. Bulduk, Ardıç (2015, s. 63) üniversite öğrencilerinden 2. sınıfta öğrenim gören grubun diğer sınıflarda bulunan katılımcılardan daha yüksek öz şefkate sahip olduklarını belirtmişlerdir. Bu sonuçlardan farklı araştırmalarda; Yang, Zhang, Kou (2016, s. 93) tarafından yetişkinlerle yapılan bir diğer çalışmada da öz şefkat ve yaş arasında ilişki görülmemiştir. Bluth, Mullarkey ve Lathren (2018, s. 3045) ergenlerde yaş ile öz şefkat arasında ilişki bulunmadığını belirtmişlerdir. Andiç (2013, s. 153) tarafından lise öğrencilerinin öz şefkatlerinin araştırıldığı çalışmada öz şefkat ile yaş arasında ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır. Bluth, Campo, Futch ve Gaylor (2017, s. 852) 11-19 yaş aralığında bulunan ergenlerle yaptıkları çalışmada erkek ergenlerde yaş ile öz şefkat arasında ilişki olmadığını belirtmişlerdir. Ancak çalışmaya göre kız ergen grubunda yaşın artışı ile birlikte öz şefkat düşmektedir. Ayyıldız'ın (2023, s. 66), yapmış olduğu araştırma sonucuna göre katılımcıların yaşı arttıkça öz şefkat artmakta, yaş azaldıkça öz şefkat azalmaktadır. Diğer yandan Kıcalı (2015, s. 45) üniversite öğrencilerinde öz şefkat ve yaşın negatif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu sonucuna varmıştır. Çalışmalar araştırma sonuçları ile örtüşmektedir. Bu nedenle öz şefkatin yalnızca sınıf ve yaş değişkenlerine bağlı olmadığı ve farklı değişkenlerden etkilendiği söylenebilir.

Öğrencilerin ergenlik döneminde oldukları ve genellikle bu dönem de duyguların daha derin yaşandığı, kişinin başına gelen olayları en iyi ya da en kötü olarak değerlendirdiği ve bu nedenle yapılan çalışmaların farklı sonuçlar gösterdikleri söylenebilir.

Katılımcıların öz-şefkat algıları kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Şimşek Solak'ın (2019, s. 129) araştırmasında da kardeş sayısı farklı öğrencilerin öz

şefkat puanlarının benzer olduğu görülmektedir. Akkaya (2011, s. 97) tarafından lise öğrencilerinde farklı kardeş sayısı bulunan öğrencilerin öz şefkatlerini incelediği çalışmada kardeş sayısı ve kardeş sırası ile öz şefkat arasında anlamlı farklılaşmanın olmadığını saptanmıştır. Bayram (2023, s. 80), yaptığı çalışmada katılımcıların şiddet eğilimi ve öz-duyarlık sıra ortalamalarının kardeş sayılarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir sonucuna ulaşmıştır. Çalışmanın araştırma ile örtüştüğü söylenebilir. Lise öğrencilerinin içinde bulunduğu ergenlik döneminde aile kadar arkadaşlık ilişkileri de önemlidir. Öğrencilerin okulda geçirdikleri süre düşünüldüğünde kardeşleri kadar arkadaşlarıyla da vakit geçirdikleri ve kardeş sayısının farklılaşmamasının bundan kaynaklandığı düşünülebilir.

Ancak saldırganlık algıları “*Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var*” grubun saldırganlık algıları “*Benden başka 1 kardeşim var*” grubuna göre daha yüksek çıkmıştır. Araştırma bulgularından farklı olarak Sökmen’in (2019, s. 42) araştırma sonuçlarına göre; saldırganlığın kardeş sayısına göre ortalamaları incelendiğinde anlamlı bir farklılaşma olmadığı saptanmıştır. Dizman (2003, s. 121), çalışmasında anne babası ile oturan ve annesi olmayan çocukların saldırganlık yönelimini ele almıştır. Buna göre, bir ve birden fazla kardeşi bulunan çocukların totalde saldırganlık puan ortalamalarının tek çocuklarına nazaran daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Bu açıdan bu bulgu araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Fakat, Kırman (2018, s. 78), kardeş sayısı 1-2 olanların saldırganlık toplam puanları, kardeş sayısı 3-4 olanların saldırganlık toplam puanlarından yüksek olduğu ve kardeş sayısı 1-2 olanların saldırganlık toplam puanları, kardeş sayısı 5 ve üzeri olanların saldırganlık toplam puanlarından yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Katılımcıların öz-şefkat algıları anne-babanın evlilik durumu değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Ancak saldırganlık algıları “*Tek ebeveyn (Vefat veya boşanma nedeniyle ebeveynlerimden biri yok)*” ve “*Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz*” gruplarının saldırganlık algıları “*Evliler ve aynı evde yaşıyoruz*” grubuna göre daha yüksek çıkmıştır. Erkent (2023, s. 43), öz şefkat düzeylerinin, ebeveynlerin evli ya da boşanmış olma durumlarına göre bir fark olmadığını tespit etmiştir. Kadan (2010, s. 117), saldırganlığın, ebeveynlerin eğitim seviyesi, ebeveynlerin beraber veya ayrı olması, kardeşin olması ya da olmaması, okul öncesi eğitimin bulunması, annenin çalışma hali, yaş ve cinsiyetle alakalı olduğunu belirtmiştir.

Katılımcıların öz şefkat algıları anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Şimşek Solak'ın (2019, s. 119) araştırmasında da anne eğitim durumu farklı öğrencilerin öz şefkat puanlarının benzer olduğu görülmektedir. Lise öğrencilerinde öz şefkatin incelendiği çalışmalar kısıtlı sayıdadır. Yetgin, (2022, s. 58), araştırması sonucunda çocukların öz-şefkat düzeylerinin, annelerin eğitim seviyelerinin değişiklik göstermesi ile ilişkili olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Andiç (2013, s. 153) tarafından yapılan çalışmada lise öğrencilerinin öz şefkat genel puanları ile anne eğitim durumu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görüşmüştür. Öz şefkat puanı ile anne eğitim düzeyi arasında ilişki bulunmaması nedeni ile araştırma bulgularının örtüştüğü söylenebilir. Ancak saldırganlık algıları “İlkokul mezunu” ve “Ortaokul mezunu” gruplarının saldırganlık algıları “Üniversite mezunu” grubuna göre daha yüksek çıkmıştır. Kadan (2010, s. 117), saldırganlığın, ebeveynlerin eğitim seviyesi, ebeveynlerin beraber veya ayrı olması, kardeşin olması ya da olmaması, okul öncesi eğitimin bulunması, annenin çalışma hali, yaş ve cinsiyetle alakalı olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların öz-şefkat ve saldırganlık algıları baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Şimşek Solak'ın (2019, s. 119) araştırmasında da baba eğitim durumu farklı öğrencilerin öz şefkat puanlarının benzer olduğu görülmektedir. Ünüvar (2023, s. 103), yaptığı çalışmada ‘öz şefkat toplam puanı ile de anne ve baba eğitim düzeyi arasında bir farklılaşma bulunamamıştır’ sonucuna varmıştır. Karakulak (2018, s. 84), yapmış olduğu çalışmada katılımcıların saldırganlık algıları ile anne eğitim durumu ve baba eğitim durumu arasında anlamlı bir farka rastlamamıştır. Lise öğrencilerinde öz şefkatin incelendiği bir başka çalışma Andiç (2013, s. 153) tarafından yapılmış ve araştırma bulguları ile benzer sonuçlar göstermiştir. Fakat, Kekeç (2019 s. 86) saldırganlık puanlarının, babası üniversite ve üzerinde eğitim alan gruptaki bireylerin çocuklarının diğer gruplara göre saldırgan davranışlarının anlamlı derecede düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Babanın eğitim düzeyinin artması ile babanın daha bilinçli ve çocuğuna karşı daha hoşgörülü olması beklenebilir. Ancak lise öğrencilerinin aile dışında bir sosyal hayatının olduğu ve babası dışında arkadaşları, öğretmenleri gibi farklı kişilerden de etkilenebilecekleri söylenebilir. Ayrıca anne ile geçirilen vaktin genellikle daha çok olması öğrencilerin öz şefkatlerinin baba eğitim durumundan etkilenmemelerine neden olabilir.

Katılımcıların öz-şefkat ve saldırganlık algıları aile gelir durumu değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Benzer bulgu Şimşek Solak'ın (2019) araştırmasında da öz şefkat puanlarında gelir durumu algısına göre anlamlı bir farklılık bulunmadığı ortaya çıkmıştır. Andiç (2013, s. 153) lise öğrencilerinde öz şefkat puanlarının gelir durumundan etkilenmediğini belirtmiştir. Akyol (2011, s. 78) ise lise öğrencilerinde algılanan sosyo ekonomik durum ile öz şefkat arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Çalışmalar araştırma bulguları ile örtüşmektedir. Çetinkaya (2023, s. 87), ekonomik durumu iyi olan katılımcıların aşırı özdeşleşme düzeylerinde anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgularından farklı olarak Çetin (2017, s. 50) geliri 3501-4000 TL aralığında olan öğrencilerin öz şefkatlerinin, geliri 1300 TL'den az olan öğrencilerden daha yüksek olduğunu saptamıştır. Sarikatipoğlu' nun (2023, s. 73) araştırmasına göre, ekonomik düzeyi yüksek olan kişilerin öz-şefkat düzeyi ekonomik düzeyi düşük olan kişilerden daha yüksektir. Yılmaz (2020, s. 62), sosyoekonomik seviyesi düşük ailelerin çocuklarının saldırganlık düzeylerinin orta ve yüksek gelir düzeyine sahip olanlara göre daha fazla olduğu sonucunu varmıştır. Çalışmanın araştırma bulguları ile çeliştiği söylenebilir.

Ailelerin gelir düzeyinin artması ile ebeveynlerin eğitim seviyesinin artışı, aile içinde daha demokratik tutumların olması ve maddi imkanlarla birlikte öğrenciye sunulabilecek fırsatların artışı nedeni ile öğrencilerin öz şefkat düzeylerinin değişmesi beklenen bir sonuçtur. Ancak ailelerin öğrencilere tanınan imkanlarla birlikte, öğrenciden akademik ve sosyal ilişkilerde başarı beklentilerinin artması öğrencilerin öz şefkatlerini düşürebilir.

Araştırma bulgularımızla benzerlik gösteren Sökmen'in (2019, s. 42) araştırma sonuçlarına göre; saldırganlığın algılanan gelir düzeyine göre ortalamaları incelendiğinde anlamlı bir farklılaşma olmadığı saptanmıştır. Ancak, Alan yazında, aile hususlarına dair ailenin aylık mali durumu ve saldırganlık arasındaki ilişkileri ele alan Dizman ve Gürsoy (2004, s. 15) ve Aral, Bütün, Türkmenler ve Akbıyık (2004, s. 24), mali durumu iyi olmayan ailelerin çocuklarının saldırganlık durumlarının orta ve yüksek mali durumu olan ailelerin çocuklarına nazaran daha fazla olduğunu belirlemişlerdir.

Sosyo-ekonomik seviyesi iyi olan ailelerin çocuklarının daha iyi bir eğitim almaları, kendilerine güvenlerinin çok olması, kendilerini ifade ederken zorlanmamaları, geleceğe

dair fazla endişelerinin olmaması şeklindeki faktörler kişilerin saldırganlık seviyelerini azalttığı söylenebilir.

Katılımcıların öz-şefkat ile saldırganlık algıları arasında orta düzeyde, anlamlı ve negatif bir ilişki vardır. Öz-şefkat algıları saldırganlık algılarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Katılımcıların öz-şefkat algılarının saldırganlık algılarını anlamlı bir şekilde negatif yönde yordadığı anlaşılmaktadır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre, katılımcıların Öz Şefkat Ölçeğinin cinsiyete göre tutum farkları incelendiğinde kızların algılarının erkeklerden daha düşük çıktığı belirlenmiştir. Saldırganlık Ölçeğinde ise kız ve erkek grupları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

ANOVA testi sonuçlarına bakıldığında, Öz Şefkat Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeğine ait puanlar çalışma grubundaki ergenlerin saldırganlık özelliklerinin yaş değişkenine göre farklılaşmadığı ancak öz şefkat değişkenine göre farklılık göstermektedir. Buna göre 12-13 yaş, 14-15 yaş ve 18 yaş grubundaki ergenlerin öz şefkat algısı 16-17 yaş grubundaki ergenlerden daha yüksek çıkmıştır.

Kardeş sayısı değişkenine göre ANOVA testi incelendiğinde ise öz şefkat düzeyinde anlamlı bir fark bulunamazken saldırganlık düzeyinde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu durumda farkın hangi gruptan kaynaklandığının tespiti için post hoc analizlerinden Sheffe analizi yapılmıştır. Sheffe analizine göre; Saldırganlık Ölçeğinde ortaya çıkan farkta; *“Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var”* grubunun saldırganlık algıları *“Benden başka 1 kardeşim var”* grubuna göre daha yüksek çıkmıştır.

ANOVA testi sonucuna göre çalışma grubundaki ergenlerin öz şefkat durumlarının anne-babanın evlilik durumu değişkenine göre farklılaşmadığı, ancak Saldırganlık Ölçeğinde anlamlı farklılık tespit edildiği görülmüştür. Bu durumda farkın hangi gruptan kaynaklandığının tespiti için post hoc analizlerinde Sheffe analizi yapılmıştır. Sheffe analizine göre; çalışma grubundakilere uygulanan Saldırganlık Ölçeğinden elde edilen farkta; *“Tek ebeveyn (vefat veya boşanma nedeniyle ebeveynlerimden biri yok)”* ve *“Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz”* gruplarının saldırganlık algıları *“Evliler ve aynı evde yaşıyoruz”* grubuna göre daha yüksek çıkmıştır.

ANOVA testine göre, çalışma grubundaki ergenlerin öz şefkat durumları ile anne eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmamaktadır. Ancak saldırganlık ölçeğinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu durumda farkın hangi gruptan kaynaklandığının tespiti için post hoc analizlerinde Sheffe analizi yapılmıştır. Sheffe analizine göre; Saldırganlık Ölçeğinden elde edilen $F(4,316=,049)$ farkta; *“İlkokul mezunu”* ve *“Ortaokul mezunu”*

gruplarının saldırganlık algıları “*Üniversite mezunu*” grubuna göre daha yüksek çıkmıştır.

ANOVA testine göre çalışma grubundaki ergenlerin öz şefkat ve saldırganlık durumları baba eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmamaktadır ve istatistiksel olarak anlamlı değildir.

ANOVA testi sonuçlarına göre aile gelir durumu değişkenine göre çalışma grubundaki ergenlerin öz şefkat ve saldırganlık özellikleri farklılaşmamaktadır.

Yapılan korelasyon analizine ilişkin bulgulara göre; katılımcıların öz-şefkat ile saldırganlık algıları arasında orta düzeyde, anlamlı ve negatif bir ilişki vardır

Katılımcıların öz-şefkat algıları saldırganlık algılarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

Yapılan regresyon analizinde t değerlerine bakıldığında, katılımcıların öz-şefkat algılarının saldırganlık algılarını anlamlı bir şekilde negatif yönde yordadığı anlaşılmaktadır. Diğer bir ifade ile katılımcıların öz-şefkat davranışındaki 100 birimlik artış, saldırganlık davranışını %54,1 azaltmaktadır.

6.2. Öneriler

Gerçekleştirilen tez çalışmasının alanyazına sunduğu katkıların yanı sıra bazı kısıtlılıkları da mevcuttur. Araştırma bulgularının bu kısıtlılıklar da göz önünde bulundurularak değerlendirilmesinin gelecek çalışmalar için öneri niteliğinde olacağı düşünülmektedir.

- Öz şefkat kavramı ile ilgili araştırmaların sayısı artırılabilir,
- Çalışmaya katılan katılımcıların çoğunluğunu 12-18 yaş arası kızlar oluşturmaktadır, yapılacak olan diğer çalışmalarda erkek çocukların sayısı artırılabilir,
- Öz şefkat ile ilgili çalışmaların daha küçük yaş gruplarıyla da yapılabilir,
- Öz şefkat ile ilgili çalışmaların daha büyük yaş gruplarıyla da yapılabilir,
- Saldırganlık davranışı ile ilgili çalışmalar ergenlik döneminde artırılabilir,
- Örneklem büyüklüğü artırılabilir,
- Öz şefkat ve saldırganlık düzeylerinin araştırıldığı katılımcıların okul öncesi eğitim alıp almadığı araştırılarak çalışma alanı genişletilebilir,

- Farklı liselerden, ortaokullardan, özel ğretim kurslarından farklı öğrencileri ile örneklem grubu genişletilerek çalışmanın daha kapsamlı olması sağlanabilir.

7. KAYNAKLAR

- Akçan Parlaz, E., Tekgül, N., Karademirci, E. ve Öngel, K. (2017). Ergenlik dönemi: fiziksel büyüme, psikolojik ve sosyal gelişim süreci. *Family Psysician*, 3(4), <http://turkishfamilyphysician.com/wp-content/uploads/2016/08/C3-S4-ergenlik-donemi.pdf>.
- Akın, A. (2012). Self-compassion and automatic thoughts. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42, 1-10.
- Aktaş, K. (2014). Etik-ahlâk ilişkisi ve etiğin gelişim süreci. *Uluslararası Yönetim ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1(2), 22-33.
- Akkaya, Ç. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinde algılanan sosyal destek ve öz duyarlılık düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Aktaş, A. ve Şahin, M. (2018). Narsisistik özellik, öz-şefkat ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5 (6), 362-374.
- Aliyeva, T. (2011). *Lev Vygotsky'nin bilişsel gelişim teorisi açısından çocuklarda dini gelişim*. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Akyol, Ü. (2011). *Ergenlerde iletişim becerilerinin yordayıcıları olarak öz duyarlılık ve mizah tarzları*. Yüksek Lisans Tezi, Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Andiç, S. (2013). *Ergenlik döneminde zihni meşgul eden konularla ilişkili değişkenler: bağlanma tarzları, öz-şefkat ve psikolojik belirtiler*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Annis, L., C., F. (2008). Developing prosocial behaviors in early adolescence with reactive aggression. *International Journal of Progressive Education*, 4(3) <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED502812.pdf>.
- APA- American Psychological Association (2002). *Developing adolescents: a reference for professionals*.
- Aracı, A. (2012). *Erken ergenlik dönemindeki bireylerde anne baba ve arkadaşlara bağlanma ile saldırganlık düzeyinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aral, N. (2004). İlköğretim okullarının sekizinci sınıfına devam eden öğrencilerin saldırganlık eğilimlerinin incelenmesi. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 315, 17-25.

- Aras, H. ve Türkcan, K. (2020). *The effect of self-compassion on the relationship between body image and social media usage*. Yüksek Lisans Tezi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.
- Arriani, F. (2014). Perilaku agresif anak usia dini. Aggressive behavior among early childhood. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 8(2), 269–280.
- Aşcı, B. (2021). *Kişilik bozuklukları, mükemmeliyetçilik, öfke ve öz şefkat arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Atasoy, İ. (2023). *Çocukluk çağı travmaları ile mental iyi oluş arasındaki ilişkide otomatik düşünceler ve öz-şefkatin aracılığı*. Yüksek Lisans Tezi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Tokat.
- Atherton, O.E., Lawson, K.M., Robins, R.W. (2020). The development of effortful control from late childhood to young adulthood. *J. Personal. Soc. Psychol*, 119 (2), 417–456. <https://doi.org/10.1037/pspp0000283>.
- Aydın, E. (2022). *Ortaokul öğrencilerinde TV bağımlılığı ve saldırganlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ayhan, D. (2023). Erken ergenlik (10-13) döneminde olan bireylerin ebeveynlerinin cinsel iletişim dilinin incelenmesi. *International Academic Social Resources Journal*, 8(45), 1977-1988, <http://dx.doi.org/10.29228/ASRJOURNALS.67390>.
- Ayyıldız, A. Z. (2023). *Yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz şefkat, endişe ve ruminasyon arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Azzopardi, P., Hijazi, Z., Wulan, N., Requejo, J., Lai, J., Carvajal, L., et all. (2021). Bringing a wider lens to adolescent mental health: aligning measurement frameworks with multisectoral actions. *Journal of Adolescent Health* (2021), 1e3.
- Bakan Kırac, İ. (2021). *12-14 yaş arasındaki ergenlerde internet bağımlılığı ile saldırganlık sürekli öfke- öfke tarzı ifade ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Balaban Öztürk, G. (2023). *Ergenlik döneminde psikolojik sağlamlık ve algılanan anne baba tutumları arasındaki ilişkinin ekolojik sistem kuramı çerçevesinde incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Barry, C. T., Loflin, D. C. & Doucette, H. (2015). Adolescent self-compassion: associations with narcissism, self-esteem, aggression, and internalizing symptoms in at-risk males. *Personality and Individual Differences*, 77, 118–123.

- Başığmez, A., C., ve Özerk, H. (2021). İnsanın saldırgan ve şiddet içeren davranışlarını psikoterapi kuramlarının ele alış biçimlerinin değerlendirilmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 18(44), 8475-8499, <https://doi.org/10.26466/opus.942149>.
- Bankoğlu, S. M. (2022). *Affetme, öz şefkat, bilişsel esneklik ve depresyonun incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Bayoğlu, S. (2021). *Ortaöğretim öğrencilerinde teknoloji kullanımının saldırganlık eğilimlerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Bayram, N. (2023). *Erkeklerde öz-şefkat ve şiddet eğiliminin incelenmesi: Toroslar örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Becer, F. (2017). Durkheim sosyolojisinde ahlak ve yansımaları. *Ulakbilge*, 5, 12(5), 813-826.
- Bell, B. T. (2016). Understanding Adolescents. In: Little, Linda, Fitton, Daniel, Bell, Beth T. and Toth, Nicola, (eds.) *Perspectives on HCI Research with Teenagers*. Springer, pp. 11-27.
- Berthelsen, D., Hayes, N., White, S.L.J., Williams, K.E. (2017). Executive function in adolescence: associations with child and family risk factors and self-regulation in early childhood. *Front. Psychol.* 8, 903-915. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00903/full>.
- Bessenoff, G. R. (2006). Can the media affect us? Social comparison, self-discrepancy, and the thin ideal. *Psychology of Women Quarterly*, 30, 239-251. DOI: 10.1111/j.1471-6402.2006.00292.x.
- Blakemore, S. J., & Mills, K. L. (2014). Is adolescence a sensitive period for sociocultural processing?. *Annual Review of Psychology*, 65, 187-207. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych010213-115202>.
- Bluth, K., Campo, R.A., Futch, W.S., & Gaylord, S.A. (2017). Age and Gender Differences in the Associations of Self-Compassion and Emotional Well-Being in a Large Adolescent Sample, *J Youth Adolescence*, 46, 840-853.
- Bluth, K., Mullarkey M. C., & Lathren C. (2018). Self-Compassion: A Potential Path to Adolescent Resilience and Positive Exploration, *Journal of Child and Family Studies*, 27, 3037-3047.
- Boran Sarı, B. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtmaları ile öz duyarlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Brackett, M. A., Reyes, M. R., Rivers, S. E., Elbertson, N. A., & Salovey, P. (2011). Classroom emotional climate, teacher affiliation, and student conduct. *The Journal of Classroom Interaction*, 27–36.
- Brown, R.T. (2000). Adolescent sexuality at the dawn of the 21 st century. *Adolesc Med*. 11, 19–34.
- Bulduk, S. ve Ardiç E. (2015). Hemşirelik öğrencilerinde öz-duyarlılığın incelenmesi. *G.O.P. Taksim E.A.H*, 1 (2), 60-65.
- Bulgan, R. (2021). *Üniversite öğrencilerinin öz şefkat düzeyleri ile siber zorba ve siber mağdur olmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Biruni Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Burnett, S., Blakemore, S.J. (2009). Functional connectivity during a social emotion task in adolescents and in adults. *Eur J Neurosci*. 29, 1294–1301.
- Camadan, F. (2014). *Üniversite öğrencilerinde gözlenen saldırganlık eğilimlerinin açıklanmasına dönük bir model*. Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Campbell, A. (2006). *Sex Differences In Direct Aggression: What Are The Psychological Mediators?*, *Aggression and Violent Behavior*, 237- 264.
- Canpoyraz, L. (2017). *Dolaylı utanma ile öz duyarlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Calvete, E., & Orue, I. (2012). The role of emotion regulation in the predictive association between social information processing and aggressive behavior in adolescents. *International Journal of Behavior Development*, 35(5), 338-347. <https://doi.org/10.1177/0165025412444079>.
- Cascio, C.N., Carp, J., O'Donnell, M.B, Tinney, F.J., Bingham, CR., Shope, J.T. (2015). Buffering social influence: Neural correlates of response inhibition predict driving safety in the presence of a peer. *J Cogn Neurosci* 27, 83–95.
- Casey, B.J., Tottenham, N., Liston, C., Durston, S. (2005). Imaging the developing brain: what have we learned about cognitive development. *Trends Cogn. Sci.* 9 (3), 104–110. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2005.01.011>.
- Cingöz, S. (2022). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ve psikolojik belirtiler: öz-şefkatin aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Clouse, B. (1992). *Adolescent moral development and sexuality*. Donald Ratcliff ve James A. Davies.(Ed.) *Handbook of youth ministry religious education press*, In(pg: 178-213). Birmingham, Alabama.
- Coyne, S.M., Stockdale, L.A., Warburton, W, Gentile, D.A, Yang, C., Merrill, B.M. (2020). Pathological video game symptoms from adolescence to emerging

- adulthood: A 6-year longitudinal study of trajectories, predictors, and outcomes. *Dev. Psychol.* 56, 1385–1396.
- Cummings, C. M., Caporino, N. E. & Kendall, P. C. (2014). Comorbidity of anxiety and depression in children and adolescents: 20 years after. *Psychological Bulletin*, 140(3), 816–845.
- Çelebi, S. (2022). *Ergenlerde öznel zindeliğin yordayıcısı olarak temel psikolojik ihtiyaçlar: öz-şefkatin aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Çetin, B. (2015). *Kentte ve kırsalda yetişmiş ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı ile saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çetin, S. (2017). *Ergenlerin mizah tarzları ve öz anlayış düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çetinkaya, E. (2022). *Psikolojik esneklik, öz şefkat, algılanan stres ve evlilik kalitesinin bazı demografik değişkenler ve aralarındaki ilişki açısından incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çiftçi, N. (2003). Kohlberg'in bilişsel ahlak gelişimi teorisi: ahlak ve demokrasi eğitimi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 1 (1), 43-76.
- Çinemre, S. (2012). *Ahlak eğitimi bağlamında Kohlberg'in Ahlak Gelişim Teorisi ve sorunları*. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- DeLamater, J. & Friedrich, W.N. (2002). Human sexual development. *J Sex Res.* 39, 10–14.
- Demir, A. (2022). *Covid-19 pandemi sürecinde 14-18 yaş grubundaki çocukların çevrimiçi oyun bağımlılığının saldırganlık üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Demirhan, M. (2002). *Kendini açma düzeyleri farklı genel lise öğrencilerinin bazı değişkenler açısından saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Denson, T. F., DeWall, C. N., & Finkel, E. J. (2012). Self-control and aggression. *Curr. Dir. Psychol. Sci.* 21, 20–25. <https://doi.org/10.1177/0963721411429451>.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. “adolesan sağlığı, ii. i.ü. cerrahpaşa tıp fakültesi sürekli tıp eğitimi etkinlikleri” Sempozyum Dizisi No: 63. 9-21.

- Dave, S., Dave, A. (2014). Psychosexual development and human sexuality. In: Kar N, Kar GC, editors. *Comprehensive Textbook of Sexual Medicine*. 2nd ed. Jaypee Publishers: New Delhi; 2014. pp. 42–53.
- Devine, R.T., Hughes, C. (2013). Silent films and strange stories: Theory of mind, gender, and social experiences in middle childhood. *Child Dev.* 84, 989–1003.
- Dizman, H. (2003). *Anne-babası ile yaşayan ve anne yoksunu olan çocukların saldırganlık eğilimlerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dizman, H., ve Gürsoy, F. (2004). Anne yoksunu olan çocukların saldırganlık eğilimlerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (27), 7-17.
- Efiliti, E. (2006). *Orta öğretim kurumlarında okuyan öğrencilerin saldırganlık, denetim odağı ve kişilik özelliklerinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Erdinç, A. (2021). *Ergenlerin sosyal medya tutumlarının derse katılım, ders çalışmaya motive olma ve saldırganlık açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Enstitüsü, İstanbul.
- Erkent, D. Ş. (2023). *Boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip bireylerde öz şefkat ile yalnızlık ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Eroğlu, S. E. (2009). Saldırganlık davranışının boyutları ve ilişkili olduğu faktörler: lise ve üniversite öğrencileri üzerine karşılaştırmalı bir çalışma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 205-221.
- Esposito, C., Spadari, E.M., Caravita, S.C., Bacchini, D. (2022). Profiles of community violence exposure, moral disengagement, and bullying perpetration: Evidence from a sample of Italian adolescents. *J. Interpers. Violence*. 37, 5887–5913.
- Falk, E.B., Cascio, C.N., Brook O'Donnell, M., Carp, J., Tinney, F.J., Bingham, C.R. (2014). Neural responses to exclusion predict susceptibility to social influence. *J Adolesc Health* 54, 22–31.
- Gage, N. A., Adamson, R., MacSuga-Gage, A. S., & Lewis, T. J. (2017). The relation between the academic achievement of students with emotional and behavioral disorders and teacher characteristics. *Behavioral Disorders*, 43(1), 213-222. <https://doi.org/10.1177%2F0198742917713211>.
- Gerber, Z., Tolmacz, R., Doron, Y. (2015). Self-compassion and forms of concern for others. *Personality and Individual Differences*, 86, 394-400. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.649546>.
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology* 69 (8), 856-867.

- Gill, J., Johnson, P. & Clark, M. (2010). *Research Methods for Managers*, SAGE Publications.
- Giles, J., & Heyman, G. D. (2005). Young Children's Beliefs About The Relationship Between Gender and Aggressive Behavior, *Child Development*, 76 (1), 107 – 121.
- Gökbüzoğlu, B. (2008). *Ergenlerin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Gölge, A. (2021). *Okul öncesi dönem çocukların dijital oyun bağımlılık eğilimi ve oyun türlerine göre saldırganlık yönelimlerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Gönül, T. (2023). *Sosyal öğrenme kuramı perspektifinden ortaöğretim öğrencilerinin şiddet algılarının incelenmesi (Konya örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, KTO Karatay Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Konya.
- Gümüş, E. (2015). *Kohlberg'in ahlaki gelişim kuramına göre ortaokul öğrencilerinin ahlaki gelişim düzeyi ile cinsiyet rollerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Günaydın, S. (2008). *Orta öğretim kurumları öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin aile ortamı ve benlik imgesi ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Gürses, İ. ve Kılavuz, M. A. (2016). Kuşakların ahlâkî değerleri birlikte öğrenmesi: Kohlberg'in Ahlâkî Gelişim Kuramı açısından bir değerlendirme. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 25 (2016/1), 96- 109
- Güzey, M., ve Başbuğ, S. (2016). Ergenlerde zihinsel ve gelişimsel değerlendirmede çoklu bileşenlerin rolü üzerine bir gözden geçirme. *Türkiye Klinikleri J Psychol-Special Topics*. 1(1), 44-54
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2013). *Multivariate Data Analysis*, Pearson Education Limited, Boston.
- Harris, A. L. (2011). Media And Technology İn Adolescent Sexual Education And Safety. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs*. 40, 235–242.
- Henneberger, A.K., Gest, S.D., Zadzora, K.M. (2019). Preventing adolescent substance use: A content analysis of peer processes targeted within universal school-based programs. *J Prim Prev* 40, 213–230
- Hodder, R. K., Freund, M., Bowman, J., Wolfenden, L., Campbell, E., Wye, P. (2012). A cluster randomised trial of a school-based resilience intervention to decrease tobacco, alcohol and illicit drug use in secondary school students: study protocol. *BMC Public Health*. 12(1), 1009- 1023

- Holmes, C. H., Briant, A., Kahn, R., Deater-Deckard, K., Kim-Spoon, J. (2019). Structural home environment effects on developmental trajectories of self-control and adolescent risk taking. *J. Youth Adolesc.* 48 (1), 43–55. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0921-7>
- Hu, Y., Cai, Y., Wang, R., Gan, Y. & He, N. (2023) The relationship between self-esteem and aggressive behavior among Chinese adolescents: A moderated chain mediation model. *Front. Psychol.* 14, 1191134. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1191134>
- Hudley, C. (2003). Neurobiology of aggression understanding and preventing violence. In Mark P. Mattson (Ed.), *Cognitive-behavioral intervention for childhood aggressions* (pp. 275-288).
- Irmak, F. (2021). *Üniversiteli gençlerde öfke ve saldırganlık davranışının borderline kişilik yapılandırılmasıyla ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- İkiz, E., ve Totan, T. (2012). Üniversite öğrencilerinde öz-duyarlık ve duygusal zekanın incelenmesi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(1), 51-71.
- İlbars, Z. (2009). *Kişiliğin oluşmasındaki kültürel etmenler*. <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/26/1029/12451.pdf>.
- İskender, M. (2009). The relationship between self-compassion, self-efficacy, and control belief about learning in Turkish university students, *Social Behaviour and Personality*, 37(5), 711-720.
- Jin, S., Liu, J., & Miao, M. (2023). Family incivility impedes interpersonal adaptation and increases loneliness in adolescents: self-compassion as a mediator, *Mindfulness* 14, 2014-2025.
- Joireman, J. A., Needham, T. L., & Cummings, A.-L. (2001). Relationships between dimensions of attachment and empathy. *North American Journal of Psychology*, 3, 63–80
- Jorm, A. F. (2015). How effective are ‘headspace’ youth mental health services? *Aust N Z J Psychiatry* 49:861e2.
- Kadan, G. (2010). *Okul öncesi dönem çocuklarında (4-6 yaş) saldırganlık davranışlarını etkileyen faktörlerin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kail, R. V., & Ferrer, E. (2007). Processing speed in childhood and adolescence: Longitudinal models for examining developmental change. *Child Development*, 78(6), 1760-1770
- Kanbur, N. Ö. (2012). Adölesanlarda koruyucu sağlık hizmetleri, ergen sağlığı. *Ergen Sağlığı Derneği Yayınları*, s. 153.

- Kane, M. J., & Engle, R. W. (2003). Working-memory capacity and the control of attention: the contributions of goal neglect, response competition, and task set to Stroop interference. *J. Exp. Psychol. Gen.* 132 (1), 47–70. <https://doi.org/10.1037/0096-3445.132.1.47>.
- Karakulak, F. (2018). *Çocukluk döneminde aile içi şiddete maruz kalan ergenlerde saldırganlık eğilimi*. Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul.
- Karamış, B. (2021). *Effects of self-compassion exercises on flow state, enjoyment/anxiety and self-compassion during language learning*. Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kaya, Z., İkiz, F. E., Asıcı, E. (2019). Ergenlerin saldırganlık düzeyinin değer yönelimleri, cinsiyet ve anne babanın eğitim düzeyi açısından yordanması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27 (1), 75-84.
- Kekeç, A. N. (2019). *Ergenlik dönemindeki bireylerde saldırganlık davranışları ve algılanan anne baba tutumları*. Yüksek Lisans Tezi, Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kıcalı, Ü. Ö. (2015). *Öz-şefkat ve tekrarlayıcı düşünmenin olumsuz duygulanım ve depresyon ile ilişkilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kınık, E. (2000). Adolesan dönemde fiziksel büyüme ve cinsel gelişme. *Katkı Pediatri Dergisi* Adolesan Sayısı. 21(6), 720-740.
- Kırman, S. (2018). *Sağlık meslek yüksekokulu öğrencilerinin problem çözme becerileri ile saldırganlık eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kışlal, Y. D. (2022). *Zorbalık mağduriyetinin yordayıcıları olarak öz-şefkat, çocukluk deneyimleri ve temel psikolojik ihtiyaçlar: bir karma yöntem araştırması*. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gaziantep.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(17), 231-238
- Koç, M. S., ve Korkut Owen, F. (2021). Öz-duyarlılığın vücut algısı, beden kitle indeksi, yaş ve ebeveyn tutumları ile ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 36(1), 130-144.
- Koçak, L. ve Çelik, E. (2021). Lise öğrencilerinde öz-şefkat ile duygusal özerklik arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 18(Eğitim Bilimleri Özel Sayısı), 4360-4399. <https://doi.org/10.26466/opus.906143>

- Köylü, M. (2006). Küresel Ahlak Eğitimi, *İstanbul: DEM Yayınları*. s. 84.
- Kuzucu, Y., ve Sarıot Ertürk, Ö. (2020). Psychometric properties of Turkish Version of Aggression Questionnaire Short Form in adolescents and adults. *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology*, 11(3), 243-265.
- Lawson, G. M., Hook, C. J. & Farah, M. J. (2018). A meta-analysis of the relationship between socioeconomic status and executive function performance among children. *Dev. Sci.*, e12529 <https://doi.org/10.1111/desc.12529>.
- Leets, L., & Sunwolf, J. (2005). Adolescent rules for social exclusion: when is it fair to exclude someone else?. *Journal of Moral Education* 34, 343-362. <https://doi.org/10.1080/03057240500211618>.
- Lemola, S., Schwarz, B., Siffert, A. (2012). Interparental conflict and early adolescents' aggression: Is irregular sleep a vulnerability factor? *Journal of Adolescence*, 35, 97-105. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.06.001>.
- Lockard, A. J., Hayes, J. A., Neff, D. K., & Locke, B. D. (2014). Self-compassion among college counseling center clients: an examination of clinical norms and group differences, *Journal of College Counseling*, 17(3), 249–259.
- Liu, S., Li, C. I., Wang, C., Wei, M. & Ko, S. (2020). Self-compassion and social connectedness buffering racial discrimination on depression among asian americans. *Mindfulness*, 11(3), 672-682. <https://doi:10.1007/s12671-019-01275-8>.
- Lochman, J. E. (1993). An intervention and consultation model from a social cognitive perspective: a description of the anger coping program. *School Psychology Review*, 22(3), 458–471.
- MacBeth, A., & Gumley, A. (2012). Exploring compassion: A metaanalysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 32(6), 545–552. <https://doi:10.1016/j.cpr.2012.06.003>.
- Madkour, A. S., Farhat, T., Halpern, C. T., Godeau, E., & Gabhainn, S. N. (2010). Early adolescent sexual initiation as a problem behavior: a comparative study of five nations. *Journal of Adolescent Health*, 47(4), 389-398. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.02.008>.
- McNeilly, E. A., Peverill, M., Jung, J., McLaughlin, K. A. (2021). Executive function as a mechanism linking socioeconomic status to internalizing and externalizing psychopathology in children and adolescents. *J. Adolesc.* 89, 149–160. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.04.010>.
- Meredith, L. T., & Mark, R. L. (2011). Self-compassion, self-regulation, and health, *Self and Identity* 10(3), 352-362. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.558404>.
- Merrick, J., Tenenbaum, A., Omar, H. A. (2013). Human sexuality and adolescence. *Front Public Health*, 1, 41-56.

- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Attachment security, compassion, and altruism. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 34–38
- Nair, K. (2014). *Ergenlerin saldırganlık davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Nazik, E., ve Arslan, S. (2011). Hemşirelik öğrencilerinin empatik becerileri ile öz duyarlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14 (4), 69- 75.
- Neff, K. D. (2003). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Neff, K. D. (2016). The self- compassion scale is a valid and theoretically coherent measure of self- compassion. *Mindfulness*, 7, 264- 274. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0479-3>.
- Neff, K. D. (2023). Self-compassion: theory, method, research, and intervention. *Annual Review of Psychology* 74, 193-218.
- Omay, H. (2008). *İlköğretim okulları öğrencilerinin okul iklimi algıları ile saldırganlık ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Oropesa, R., Nieves, F. (2022). Assessment of the family context in adolescence: a systematic review. *Adolescents*. 1(1), 53-72. <https://doi.org/10.3390/adolescents2010007>
- Özata, A. (2021). *Okul öncesi öğretmenlerine göre 36-72 aylık çocukların saldırganlık yönelimlerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Çanakkale.
- Özkoçak, Z. (2022). *Öz şefkat ve eş desteğinin ilişkisel yılmazlık üzerindeki diyadik etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gaziantep.
- Özyaman, S. (2021). *Ergenlik dönemindeki çocukların sürekli öfke düzeyleri, öfke ifade stilleri ve saldırganlık seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Patton, G. C., Olsson, C. A., Skirbekk, V. (2018). Adolescence and the next generation. *Nature*, 458- 467.
- Pinquart, M., Rainer K., Silbereisen, & Wiesner, M. (2004). Changes in discrepancies between desired and present states of developmental tasks in adolescence: A 4-Process Model. *Journal of Youth and Adolescence*, 33, (6), 467–477.

- Psychogiou, L., Legge, K., Parry, E., Mann, J., Nath, S., Ford, T., & Kuyken, W. (2016). Self-compassion and parenting in mothers and fathers with depression, *Mindfulness*, 7(4), 896-908.
- Rabiner, D. L. (2005). Predicting The Persistence Of Aggressive Offending Of African American Males From Adolescence Into Young Adulthood: The Importance Of Peer Relations, Aggressive Behavior, And ADHD Symptoms, *Journal Of Emotional And Behavior Disorders*, 13 (3), 131- 140.
- Raes, F. (2011). The effect of self-compassion on the development of depression symptoms in a non-clinical sample. *Mindfulness*, 2(1), 33–36.
- Rask, K., Kurki, P. A. & Paavilainen, E. (2003). Adolescent subjective well-being and family dynamics. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 17(2), 129 – 138
- Robson, C. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri: Gerçek dünya araştırması*. Ş. Çinkır ve N. Demirkasimoğlu (çev. ed.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Roisman, G. I., Masten, A. S., Coatsworth, J. D., & Tellegen, A. (2004). Salient and emerging developmental tasks in the transition to adulthood. *Child Development*, 75 (1), 123-133.
- Sanders, M. R., Bor, W., Morawska, A. (2007). Maintenance of Treatment Gains: A Comparison of 430 Enhanced, Standard, and Self-directed Triple P-Positive Parenting Program. *J Abnorm Child Psychol*. 35, 983-998.
- Santrock, J. (2016). Yüksel, G., (Çev. Ed.). Akran ilişkileri, oyun ve televizyon. *Yaşam Boyu Gelişim (13. Baskı, s. 269)*, Nobel Akademik Yayıncılık.
- Sarıkatipoğlu, R. N. (2023). *Öz-şefkat ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Shinde, S., Weiss, H.A., Varghese, B. (2018). Promoting school climate and health outcomes with the SEHER multi-component secondary school intervention in Bihar, India: A cluster-randomised controlled trial. *The Lancet*. 392, 2465e77
- Shullman, S., & Ben-Artzi, E. (2003). Age-related differences in the transition from adolescence to adulthood and links with family relationships. *Journal of Adult Development*, 10, (4), 217-226.
- Skeen, S., Laurenzi, C.A., Gordon, S.L. (2019). Adolescent mental health program components and behavior risk reduction: A meta-analysis. *Pediatrics* 144:e20183488.
- Solak Şimşek, N. (2019). *Lise öğrencilerinde öznel iyi oluş ve öz şefkat arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.

- Songül, Ö. (2019). *Bağlanma stillerinin ergenlik dönemi sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Sökmen, A. S. (2019). *Üsküdar üniversitesi öğrencilerinde saldırganlık ve akademik öz-yeterlik arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Stellar, J. E., Manzo, V. M., Kraus, M. W., & Keltner, D. (2012). Class and compassion: socioeconomic factors predict responses to suffering. *Emotion*, 12(3), 449–460.
- Sun, X., Chan, D. W., & Chan, L. (2016). Self-Compassion and Psychological Well-Being Among Adolescents in Hong Kong: Exploring Gender Differences, *Personality and Individual Differences*, 101, 288-292.
- Şahan Sağır, D. (2017). *Mühendislik fakültesi öğrencilerinde öz-duyarlık düzeylerinin algılanan ebeveyn tutumları açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Şahin, N. H., Batıgün, A. D., Uğurtaş, S. (2002). Kısa semptom envanteri (KSE): Ergenler için kullanımının geçerlilik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13, 125- 135.
- Şamlıoğlu, R. (2023). *Öz şefkat egzersizleri temelli psikoeğitim programının ebeveynleri boşanmış ergenlerin öz şefkat düzeyleri üzerindeki etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2013). *Using Multivariate Statistics*, Pearson, Boston.
- Taylor, L. K., Merrilees, C. E., Goeke-Morey, M. C., Shirlow, P., Cummings, E. M. (2016). Trajectories of adolescent aggression and family cohesion: The potential to perpetuate or ameliorate political conflict. *J. Clin. Child Adolesc. Psychol.* 45, 114–128
- Tekgül, N., Dirik, N., Karademirci, E., Bıçakçı, B., Öngel, K. (2012). Ergen ebeveynlerinin ergenlik hakkındaki bilgi ve tutumlarının değerlendirilmesi. *Tepecik Eğitim Hastanesi Dergisi*, 22(1), 59-62
- Tektaş, D. (2021). *Hatay örnekleminde yetişkinlerde çocukluk çağı travmalarının şiddete yönelik tutum, şiddet eğilimi ve saldırganlık üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Thompson, B. L., & Waltz, J. (2008). Self-compassion and PTSD symptom severity. *Journal of Traumatic Stress*, 21(6), 556- 558.
- Tok, Y. (2001). *Cinsiyet rolleri ile ilgili farklı kalıp yargılara sahip üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Toksöz, B. (2022). *Yetişkin bireylerde saldırganlık düzeylerinin yordayıcıları olarak çocukluk çağı travmaları, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tosun, T. (2021). Investigation of psychological well-being in adolescents in terms of perceived social support and some variables. *Journal of Multidisciplinary Studies in Education*, 5(4), 123-142
- Tunçel Tunahan, B. (2021), *Türkiye’de ergenlik dönemi bireylerde ihmal ve cinsel istismara yönelik yapılan araştırmaların doküman analizi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul
- Ulu, G. (2022). *Genç yetişkinlerde ebeveyn tutumları, anksiyete ve öz-şefkat ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- UNICEF (2021). Measurement of mental health among adolescents at the population level (MMAP), 2020. Available at: <https://data.unicef.org/topic/childhealth/mental-health/mmap/>. Accessed June 10, 2021.
- Uyanık, N., ve Çevik, Ö. (2020). Öz-şefkat gelişiminde bilişsel formülasyonun rolü. *Uluslararası Dil, Eğitim ve Sosyal Bilimlerde Güncel Yaklaşımlar Dergisi (CALESS)*, 2(2), 660-674.
- Üçüncü, C., ve Özada Nazım, A. (2022). Ergenlerin saldırganlık ve değerler yönelimleri üzerine bir araştırma. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(3), 899-911
- Ünal, A. Ö., ve Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education-CIJE*, 2(3), 46-63.
- Ünüvar, S. (2023). *Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile beden imgesi baş etme stratejileri arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Vuoksima, E., Rose, R. J., Pulkkinen, L., Palviainen, T., Rimfeld, K., Lundström, S., Kaprio, J. (2021). Higher aggression is related to poorer academic performance in compulsory education. *J. Child Psychol. Psychiatry*. 62, 327–338
- Walker, A., & Kettler, T. (2020). Developing critical thinking skills in high ability adolescents: Effects of a debate and argument analysis curriculum. *Talent*, 10(1), 21-39. DOI: <https://doi.org/10.46893/talent.758473>.
- Wilkins, P. (2000). Unconditional positive regard reconsidered. *British Journal of Guidance & Counselling*, 28(1), 23-36.

- Wilson, J. (2010). Essentials of business research: a guide to doing your research project, SAGE Publication.
- World Health Organization (2020). Youth violence. Available online: <https://www.who.int/multi-media/details/youth-violence>
- Yang, Y., Zhang, M. & Kou, Y. (2016). Self-Compassion and Life Satisfaction: The Mediating Role of Hope, *Personality and Individual Differences*, 98, 91-95.
- Yang, Q.-F., Xie, R.B., Zhang, R., Ding, W. (2023). Harsh childhood discipline and developmental changes in adolescent aggressive behavior: the mediating role of self-compassion. *Behav. Sci.* 13, 725-739. <https://doi.org/10.3390/bs13090725>.
- Yarnell, L. M., Stafford, R. E., Neff, K. D., Reilly, E. D., Knox, M. C., & Mullarkey, M. (2015). Meta-analysis of gender differences in self-compassion. *Self and Identity* 14(5), 499-520.
- Yetgin, G. (2022). *10-12 yaş arası çocuklarda ebeveyn çocuk kapsayıcı işlevinin öz-şefkat ve bağlanma stilleri ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, M., ve Sarı, T. (2018). Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe'ye uyarlaması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18 (4), 2502-2517. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2018.18.41844-452171>.
- Yıldırım, H. (2009). *Öğretmenlerin liderlik davranışlarının öğrenci saldırganlık eğilimine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, K. (2021). *Ergenlik dönemindeki bireylerin algıladıkları ebeveyn tutumları üzerinden toplumsal cinsiyet rolleri ve şiddete yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, M. ve Özgü, B. (2017). *Saldırganlık anne-baba ve öğretmenler için çocuklarda davranış problemleri ve çözüm yolları içinde (s. 226-227)*, Ankara, Girişim Matbaacılık.
- Yılmaz, M. T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin öz-anlayışları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yılmaz, S. (2020). *Ebeveyn tutumlarının ilköğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyi ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yiğit, Z. (2015). *13-18 Yaş aralığındaki ergenlerde, problemlerini internet kullanımı, öz anlayış ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Young, K. S., Sandman, C. F., Craske, M. G. (2019). Positive and negative emotion regulation in adolescence: Links to anxiety and depression. *Brain Sci* 9, 76-87.
- Yurtseven, B. (2017). *Okul öncesi çocuklarda bağlanma ve saldırganlık davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Zhang, C., Zhang, Q., Wang, S., Xu, W. (2023). Childhood trauma and aggression among Chinese college students: The mediation of self-compassion and moderation of left-behind experience. *Psychol. Trauma Theory Res. Pract. Policy*. 15, 73–81.
- Zhang, Y., Luo, X., Che, X., & Duan, W. (2016). Protective effect of selfcompassion to emotional response among students with chronic academic stress. *Frontiers in Psychology*, 7, 1–6.

EKLER

ERGENLİK DÖNEMİNDE ÖZ ŞEFKATİN SALDIRGANLIK DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Sayın katılımcı, bu anketten elde edilen cevaplar KTO Karatay Üniversitesi Çocuk Gelişimi Bölümünde Doç. Dr. Hatice Yalçın'ın danışmanlığında "Ergenlik döneminde öz şefkatin saldırganlık davranışlarına etkisi" konulu araştırma için kullanılacaktır. Anketten elde edilecek cevaplar yalnızca bu çalışma için kullanılacak olup herhangi bir kurum ya da kişiyle paylaşılmayacaktır. Katıldığınız için teşekkür ederim.

Selda Tuncer

Yaşınız

- 12-13 yaş 14-15 yaş 16-17 yaş 18 yaş

Cinsiyetiniz

- Kız Erkek

Kaç Kardeşsiniz

- Tek çocuğum Benden başka 1 kardeşim var
 Benden başka 2 kardeşim var Benden başka 3 ve daha fazla kardeşim var

Anne-babanızın medeni durumu nedir?

- Evliler ve aynı evde yaşıyoruz
 Evliler ama ayrı yaşıyoruz
 Tek ebeveyn (Vefat veya boşanma nedeniyle ebeveynlerimden biri yok)
 Üvey bir aile bireyi ile birlikte yaşıyoruz

Annenizin eğitim durumu

- Hiç okula gitmemiş İlkokul mezunu Ortaokul mezunu
 Lise mezunu Üniversite mezunu

Babanızın eğitim durumu nedir

- Hiç okula gitmemiş İlkokul mezunu Ortaokul mezunu
 Lise mezunu Üniversite mezunu

Ailenizin maddi durumu size göre nasıldır

- Gelir giderden az
 Gelir ile gider denk
 Gelir giderden fazla

ÖZ-ŞEFKAT ÖLÇEĞİ KISA FORMU

	Hicbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Daima
1.Benim için önemli olduğunu düşündüğüm bir şeyi başaramadığımda kendimi yetersiz olduğum duygusuyla yıpratırım.	1	2	3	4	5
2.Beğenmediğim kişilik özelliklerimle ilgili kendime karşı sabırlı ve anlayışlı olmaya çalışırım	1	2	3	4	5
3.Üzücü bir durumla karşılaştığımda dengeli bir bakış açısı sergilemeye çalışırım.	1	2	3	4	5
4.Kendimi üzgün hissettiğimde diğer insanların çoğunun benden daha mutlu olduklarını düşünürüm	1	2	3	4	5
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
8.Benim için önemli olan bir konuda başarısız olursam, kendimi bu başarısızlıkta yalnız kalmış hissederim	1	2	3	4	5
9.Kötü hissettiğim zaman yanlış giden her şeyi kafama takar ve üzerinde sürekli düşünürüm.	1	2	3	4	5
10.Yetersizliklerim ve hatalarım karşısında kendime karşı eleştirel ve yargılayıcı davranırım	1	2	3	4	5
11.Sevmediğim kişilik özelliklerim karşısında kendime hoşgörüsüz ve sabırsızım.	1	2	3	4	5

SALDIRGANLIK ÖLÇEĞİ KISA FORMU

Lütfen aşağıdaki ifadelerin, sizin için ne oranda doğru ya da yanlış olduğunu belirtiniz.

	Tamamen yanlış	Çoğunlukla yanlış	Ne yanlış ne doğru	Çoğunlukla doğru	Tamamen doğru
1. Biraz tahrik edildiğimde başka birisine vurabilirim	A	B	C	D	E
2. Bana sataştığı için yumruk yumruğa geldiğim çok insan olmuştur.	A	B	C	D	E
3. Tanıdığım insanlara gözdağı verdiğim olmuştur.	A	B	C	D	E
4. Kendimi sıklıkla diğer insanlar ile anlaşmazlık içinde buluyorum.	A	B	C	D	E
5. Benimle aynı görüşte olmayan insanlarla tartışmaktan kendimi alamam	A	B	C	D	E
6. Arkadaşlarım biraz fazla tartışmacı biri olduğumu söylerler.	A	B	C	D	E
7. Çabuk parlam ama kızgınlığım çabuk geçer.	A	B	C	D	E
8. Bazen, hiç sebep yokken birdenbire öfkelenirim.	A	B	C	D	E
9. Öfkemi kontrol etmekte zorlanırım.	A	B	C	D	E
10. Bazen hayatın bana adil davranmadığını hissederim.	A	B	C	D	E
11. Şans hep başkalarına gülüyor, onlardan yana oluyor.	A	B	C	D	E
12. Zaman zaman neden bu kadar acı çektiğimi merak ediyorum.	A	B	C	D	E

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Selda TUNCER KAYHAN

EĞİTİM DURUMU

Lisans Öğrenimi : 2020, KTO Karatay Üniversitesi, Çocuk Gelişimi

Yüksek Lisans Öğrenimi : 2023, KTO Karatay Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Çocuk Gelişimi

Bildiği Yabancı Diller : İngilizce

Bilimsel Faaliyetleri : 2023, KTO Karatay Üniversitesi 1. Sosyal Bilimler Kongresi

İŞ DENEYİMİ

Stajlar : 2019, Çocuk Gelişimci, Kadın Sığınma Evi, Aile Sağlığı Merkezi, Konevi İşitme Engelliler Ortaokulu, Karatay Vilayetlere Hizmet Götürme Birliği Anaokulu, Karatay Belediyesi Gazi Osman Paşa Anaokulu

2020, Çocuk Gelişimci, Cihanbeyli RAM

Çalıştığı Kurumlar : -