

ERGENLERDE YILMAZLIK İLE AKRAN İLİŞKİSİ VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Uzm. Psk. Dan. E. Esra GÜNEL
MEB, Burdur

Doç. Dr. Firdevs SAVI ÇAKAR
Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Özet

Bu çalışmanın amacı, ergenlerde yılmazlık düzeyi ile bağlanma stilleri ile akran ilişkisi arasındaki ilişkinin incelenmesidir. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı araştırmanın katılımcıları farklı liselerde eğitim gören 14-18 yaş arası 495 ergenden oluşmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Ebeveyn Bağlanma Envanteri Kısa Formu, Akran İlişkileri Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi, Çoklu Regresyon Analizi, t Testi ve ANOVA) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, ergenlerin yılmazlık düzeyleri ile bağlanma stilleri ve akran ilişkileri arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu belirlenmiş; bağlanma stilleri ve akran ilişkilerinin ergenlerin yılmazlık düzeylerini %37 varyans yüzdesiyle yordadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik, yılmazlık, bağlanma stilleri, akran ilişkileri

THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCES AND PEER RELATIONSHIP AND ATTACHMENT STYLES IN ADOLESCENTS

Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between resilience level and attachment styles and peer relationship in adolescents. Participants of the study, in which the relational screening model was used, consisted of 495 adolescents between the ages of 14-18 who attended different high schools. Adolescent Resilience Scale, Parental Attachment Inventory Short Form and Peer Relations Scale were used as data collection tools in the study. Pearson Product Moment Correlation Analysis, Multiple Regression Analysis, t Test and ANOVA) were used to analyze the data. As a result of the research, it was determined that there is a positive and significant relationship between the resilience levels of adolescents and their attachment styles and peer relationships; It was observed that attachment styles and peer relationships predicted the resilience levels of adolescents with a percentage of 37% variance.

Keywords: Adolescent, resilience, attachment styles, peer relationship

GİRİŞ

Bu çalışmanın amacı, ergenlerde yılmazlık ile akran ilişkisi ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ergenlerin gelişimsel açıdan ebeveyn bağlanma ilişkilerini yeniden yapılandırdıkları ve akran ilişkilerini oluşturdukları bir dönemde olmalarından dolayı bu değişkenlerin yılmazlık ile ilişkili olarak ele alınması önemli olacaktır.

Problem Durumu

Ergenlik fiziki, psikolojik, sosyal değişikliklerin en yoğun olduğu, hayat boyu devam edecek kavrayışların, değerlerin, inançların ve alışkanlıkların geliştiği dönemdir (Turan, 2014). Ergen bir kimlik oluşturmak için fiziksel değişiklikleri kabul etme, sağlıklı bir hayat tarzı öğrenme, aileden ayrılma, ahlaki kurallar ve değerlerin gelişimi, topluma yararlı bir fert olma

ve bir meslek seçme gibi gelişimsel görevlerle mücadele etmek zorundadır (Anderson ve Olnhausen, 1999). Ergen, mücadele ettiği bu değişikliklerle başa çıkabilmek için destek sistemlerden yardım almaktadır. Ailesi, arkadaşları, okuldaki çevresi ve kendi benliği bu destek sistemlerinde önemli bir yere sahiptir (Çakar ve Karataş, 2011).

İngilizce literatürde “resilient” (güçlükleri yenme yeteneği olan, aksaklığa dayanıklı, dirençli, metanetli, çabuk iyileşen) terimi, kişilik özelliği olarak da “resilience” (çabuk iyileşme gücü, psikolojik sağlamlık, zorlukları yenme gücü) terimi kullanılmaktadır (Westfall ve Pisapia, 1994). Yılmazlık, bir zorluk ile karşı karşıya kalındığında, bu durumdan güçlü bir şekilde çıkmak, stres durumunda gelişim göstermek ve dayanıklı olmanın sağlandığı süreç olarak tanımlanmaktadır (Walsh, 2006). Yılmazlık kavramı çocuğun kişiliğine, ailesine, dıştan gelen çevresel şartlara, dışsal olaylara, bakıcılara, akrabalara, akranlara, arkadaşlara, öğretmenlere, komşulara ve diğer kişilere olan ilişkileri de içermektedir (Onat, 2010).

Yılmazlık ile ilgili tüm tanımlar ele alındığında, yılmazlığın iki ögeden oluştuğu görülmüştür. Bunlardan birincisinin tehdit ya da zorluk gibi olumsuz bir duruma maruz kalmak, ikincisinin ise bu olumsuz durumlara rağmen ayakta kalabilmek ve uyum sağlayabilmek olduğu görülmektedir (Rutter, 2006). Bu durumda yılmazlığın iki ögenin birbiriyle ilişkisinden meydana geldiği ve bireyin yılmazlık özelliğine sahip olduğunun görülebilmesi için olumsuz bir yaşam olayı ile karşılaşması ve bu olayla başa çıkabilmesi gerektiği düşünülmektedir (Kurt, 2013).

Yılmazlık risk ve koruyucu faktörlerin etkileşimi ile meydana gelmektedir. Risk faktörleri bireyin zarar görmesine neden olan stresli yaşam ve zararlı çevresel etkenlerden oluşmaktadır (Norman, 2000). Koruyucu faktörler ise olumsuz sonuçların olasılığını azaltmak için stres faktörü ile etkileşime girerek işlevini gerçekleştirmektedir (Steinhardt ve Dolbier, 2008). Araştırmalar koruyucu faktörlerin sadece dayanıklılık (hardiness), benlik saygısı, sosyal destek, iyimserlik ve olumlu etki ile sınırlı olmadığını göstermektedir (Mann, Hosman, Schaalma, De Vries, 2004).

Krovetz (1999), yılmaz bireylerin özelliklerini dört maddede incelemiştir. Bunlar;

- Sosyal Yetkinlik: Diğer insanlarla olumlu tepkiler oluşturma yeteneğidir. Böylelikle çocuk akranlarıyla ve yetişkinlerle olumlu ilişkiler kurabilecektir.

- Özerklik: Bireyin kimlik sahibi olması, bağımsız bir şekilde davranabilmesi ve çevresinde kontrol kurmaya meyiletme yeteneğidir.

- Problem Çözme Becerisi: Bireyin başkalarından yardım istemesi ve olayları kontrolü altında planlama yeteneğidir.

- Amaçlara Sahip Olunması ve Gelecek: Belirli amaçlara, eğitimsel anlamda beklentilere, umuda ve güzel bir geleceğe sahip olma isteğidir.

Yılmaz bireylerin hayatta bir amaçları ve gelecek duyguları bulunmaktadır. Yılmaz birey özerkliğe sahip, bağımsız olarak çalışabilmekte ve düşünebilmektedir (Benard, 1993). Yılmaz bireylerin öz-farkındalıkları yüksektir ve kendisini fark eden birey ise yeteneklerini de fark etmekte ve başarıya ulaşmaktadır (Mandleco ve Peery, 2000). Ayrıca yılmaz bireyler, mizah duygusu yüksek, hayatındaki zorluklara alternatif çözümler bulabilen, bağımsız, girişimci, ahlaklı, yaratıcı, anlayışlı ve arkadaş ilişkileri sağlam bireyler olarak betimlenmektedir (Wolin ve Wolin, 1993). Bu bireylerin çocukluklarında daha az hastalık geçirdikleri, fiziksel güçlerinin yüksek olduğu, iyi beslendikleri, daha sağlıklı oldukları ifade edilmiştir (Kumpfer, 1999).

Bağlanma, bireyin doğduğu zaman annesiyle kurduğu ilişkisi ile başlayıp, sonrasında yetişkin hayatına yön veren etkileşim olarak tanımlanabilmektedir. Erken çocukluk dönemindeki çocuklar ve onlara bakım veren kişiler arasında ilişki sadece çocuğun fiziksel varlığı ile ilgilenmektedir. Çocuk ve bakıcısının bu ilişkisinin sevgi dolu bir ortamda olması, çocuğun yetişkinliğe kolay bir şekilde geçen ve kendine güvenen bir birey olmasını sağlayacaktır (Deniz, 2011). Bağlanma kişinin diğer insanlarla ilişki kurma tarzını

şekillendiren ve yaşamın erken dönemlerinde başlayan ve süreklilik gösteren bir süreç olarak görülmektedir (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011).

Bağlanma gelişimsel açıdan değerlendirildiğinde önemli bir diğer nokta, bağlanma davranışının içsel çalışan modeller aracılığı ile hayatın geri kalan dönemlerinde de sürdüğü fakat bağlanılan kaynağın farklılaştığı görülmektedir. Bebeklik döneminde bağlanma figürü kendisine bakım sağlayan birey iken ileriki yaşlarda bu figür arkadaşlar daha sonra yetişkinlik döneminde ise duygusal ilişki kurulan bireyler olarak yerini almaktadır (Hazan ve Shaver, 1994). Hayat boyu varlığını koruyan bağlanma süreçleri, insanın bağlanma figürüyle aralarında gelişen ilişkiler dâhilinde ortaya çıkan modeller kapsamında yönetilmektedir. Fiziksel, bilişsel, ruhsal ve toplumsal değişim süreçlerinin meydana geldiği ergenlik döneminde içsel modeller kişiler arasındaki iletişime etki etmekte ve bu modeller bu evrede gelişimlerinin sonuna ulaşmaktadırlar. Bireylerin bu evrede anne-baba ile olan etkileşimleri ve onlara olan bağımlılıkları azalmaktadır. Ergenlerin akranlarıyla kurdukları ilişkiler bu dönemde giderek artış göstermektedir. Ergenlerin ebeveynleriyle bu dönemde kurdukları ilişkiler azalmaya başlamış olsa da anne-babanın ergenlerle olan ilişkileri devam etmektedir (Bayraktar, Sayıl ve Kumru 2009).

Bağlanma stilleri; kendi içerisinde güvenli bağlanma biçimi, kayıtsız bağlanma biçimi, korkulu bağlanma biçimi ve saplantılı bağlanma biçimi olarak ayrılmaktadır. Güvenli bağlanan kişiler de pozitif benlik algısı bulunmaktadır. Diğer kişileri güvenilir, kötü niyetli olmayan kişiler şeklinde değerlendirebilmekte ve kendilerini de sevmeye değer kişiler olarak görmektedirler. Bu kişilerin bu özellikleri barındırması çevresindeki diğer insanlarla daha kolay ve hızlı yakınlık kurmasına ve daha özgür kalabilmesine olanak sağlamaktadır (Sığırcı, 2010). Saplantılı bağlanma stili yapısal olarak olumsuz benlik ile diğer olumlu modellerinden meydana gelmektedir. Saplantı düzeyi fazla olan bireyler diğer bireylerin onayını alma ve onlar tarafından güven görme yönünden kaygıya sahip olmaktadır (Arslan 2008). Bu bireylerin arkadaşlık ilişkileri de sabit ve tutarlı değilken, romantik ilişkileri ise üst düzeyde olduğu görülmektedir. Bir problemle karşı karşıya kaldıkları durumda bu problemle başa çıkma bakımından güçsüzdürler ve bundan dolayı kolayca umutsuzluğa kapılabilmektedirler (Altundağ, 2011, s. 10-11). Kayıtsız bağlanma stili, pozitif benlik modeli ile negatif benlik modelinin birlikte olduğu bir bağlanma stili olarak karşımıza çıkmaktadır. Kayıtsız bağlanma stilinde ki kişiler diğer insanlara karşı olumsuz tutum ve davranışlar içerisinde bulunmaktadır. Bu bağlanma stilindeki insanlar bireysel özerkliklerini fazlaca önemsemektedir. Başka insanlara karşı duyulan gereksinim veya yakın ilişkileri savunmacı bir seviyede kabul etmektedirler (Sığırcı, 2010). Korkulu bağlanma stili, negatif benlik modeli ile negatif başkaları modellerinin bir araya gelmesinden ortaya çıkmaktadır. Bu bağlanma stilinde olan insanların üst düzey kabullenme ve onaylanma beklentileri vardır. Bundan dolayı bu kişiler saplantılı bağlanma stilindeki kişilerle benzerlik göstermektedirler. Reddedilme ve kaybetme acısına maruz kalmamak için diğer bireylerle yakınlık kurmaktan çekinerek uzak durmayı tercih etmektedirler (Arslan 2008, s. 20).

Ergenlik döneminde bağlanma davranışı görülmekte ancak yöntem olarak bazı farklılıklar görülmektedir. Daha önceki dönemlerinde yakın ilişki kurma isteği ve ulaşılabilirlik prensipleri baskınken ergenlikte soyut bağlanma meydana gelmektedir. Güvenli bağlanma, aynı zamanda güvenli ayrılmayı (özerkliği) da içermektedir. Buna bağlı olarak soyut dahi olsa güvenli bir üssün varlığı insanın özgür şekilde adımlar atıp keşfe çıkmasına imkân oluşturmaktadır. Bireyin özerklik için gereksinim hissettiği cesaret, ergenlik çağındaki bağlanmasının güvenli olmasıyla ilişkisi değerlendirilmektedir (Rosenstein ve Horowitz, 1997; akt: Demir, 2004). Birey bu evreyi bağlanma stiline göre zor, çok sıkıntılı, rahat ya da daha az krize maruz kalınan evrelerle geçirmektedir (Allen, 1994; akt: Morsünbül ve Çok, 2011).

Çocukluk döneminde arkadaşlık ilişkileri önemli olsa da ergenlik döneminde daha fazla önem kazanmaktadır (Hortaçsu, 2003). Akranlara ve anne babaya bağlanmanın yılmazlık

üzerinde etkisi bulunmaktadır (Asıcı, 2013). Yılmazlığı yüksek olan kişiler de sağlıklı olma davranışlarına süreklilik kazandırabilmektedir (Çelikel-Çam ve Erkorkmaz, 2008). Çakar ve Karataş (2011), tarafından yapılan çalışmada ergenlerin algıladıkları sosyal desteğin yılmazlık düzeylerini anlamlı derecede yordadığı; ergenlerin yılmazlık düzeyleri ile aile, arkadaş ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın Önemi

Yılmazlık, hayat boyunca yaşanan önemli zorluklarla karşılaşınca uyum sağlayabilme ve işlevde bulunma yeteneğini dengede tutabilmek için gerekli bir beceri olarak tanımlanmaktadır (Kaplan, Turner ve Norman, 1996). Joseph'e (1994) göre yılmazlık, insanların sıkıntılarla mücadele ederken ve yaşam koşullarının gerektirdiği değişikliklere başarılı bir şekilde uyum sağlarken görülebilen ve gözlenebilen tutum, baş etme davranışı ve kişisel bir güç olarak tanımlanmaktadır (Çakar, Karataş ve Çakır 2014). Bu doğrultuda, yılmazlık ergenlerin gelişim ve uyum sürecinde geliştirilmesi gereken çok önemli bir özellik olarak ele alınmaktadır. Bu doğrultuda ergenlerin yılmazlık düzeylerinin incelenmesi ve yılmazlıklarının artırılması; yılmazlıkları ile ilişkili koruyucu ve risk faktörlerinin bilinmesi önemli görünmektedir. Bu konuda özellikle okullarda rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri kapsamında yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın Problem Cümlesi: Ergenlerin yılmazlık düzeyi ile akran ilişkisi ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? Şeklinde belirlenmiştir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli: Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmaktadır.

Araştırmanın Katılımcıları: Araştırmanın evrenini 2016-2017 öğretim yılında Burdur merkezde bulunan farklı lise kategorilerinden belirlenen okullardaki 495 ergenden oluşmaktadır. Katılımcılar basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenmiş olup gönüllülük esas alınmıştır.

Araştırma grubunu oluşturan ergenlerin özellikleri; %59,6'sı kadın, %40,4'ü erkektir. Ergenlerin %35,8'i 15 yaşında, %33,1'i 16 yaşında, %20,8'i 17 yaşında, %10,3'ü 18 yaşındadır. Ergenlerin %34,3'ünün ailesinin geliri 1500 TL ve altında, %17,8'inin 1501-2000 TL arası, %47,9'unun 2000 TL ve üzerindedir. Ergenlerin, annelerinin %36,2'si ilkokul, %22,4'ü ortaokul, %24,2'si lise, %17,2'si ise üniversite düzeyinde mezun olmuştur. Ergenlerin, babalarının %22,4'ü ilkokul, %18,8'i ortaokul, %23,4'ü lise, %35,4'ü üniversite düzeyinden mezun olmuştur. Ergenlerin %9,1'i tek çocuk, %38'inin 1 kardeşi, %32,3'ünün 2 kardeşi, %20,6'sının 3 ve daha fazla kardeşi vardır. Ergenlerin %49,1'i ilk çocuk, %35,4'ü ortanca doğan, %15,6'sı en küçük kardeştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri hakkında bilgi edinmek amacıyla araştırmacı tarafından kişisel bilgi formu geliştirilmiştir. Kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, aile gelir düzeyi, anne-baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası ve okul türü bilgileri yer almaktadır.

Ergen Psikolojik Yılmazlık Ölçeği: Bulut, Doğan ve Altundağ, (2013) tarafından ergenlerde yılmazlığın ölçülmesi için geliştirilen "Ergen Psikolojik Yılmazlık Ölçeği"; 4'lü likert, 29 madde ve 6 alt boyuttan (aile desteği, akran desteği, okul desteği, uyum, mücadele azmi, empati) oluşmaktadır. Alınan yüksek puan ergenin psikolojik dayanıklılığının yüksek olduğunu ifade etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha kat sayısı 0,85; alt boyutların alpha kat sayıları sırasıyla 0,83; 0,84; 0,85; 0,70; 0,70; 0,70 olarak hesaplanmıştır.

Ebeveyn Bağlanma Envanteri Kısa Formu: Raja ve arkadaşları (1992) tarafından 12 madde ve üç boyut olarak geliştirilmiştir. Günaydın ve arkadaşları (2005) tarafından da Türkçe'ye tek boyut ve 11 madde olarak uyarlanan "Ebeveyn Bağlanma Envanteri Kısa Formu" yer almaktadır. Ölçek 7'li likert 11'er maddeden oluşmaktadır. Ölçekte İki bölüm (anne formu, baba formu) bulunmaktadır. Alınan yüksek puan anne ve babaya bağlılığın yüksekliğini ifade etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı anne formu için 0,85; baba formu için 0,90 olarak hesaplanmıştır.

Akran İlişkileri Ölçeği: Çalışmamızda Bukowski ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilen Atık ve arkadaşları (2014) tarafından Türkçe'ye uyarlanıp güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılan "Akran İlişkileri Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 5'li likert, 6 alt boyut (birliktelik, çatışma, yardım, koruma, yakınlık) ve 22 maddeden oluşmaktadır. Alınan yüksek puan akran bağlılığının yüksekliğini ifade etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,90; alt boyutların alpha katsayıları sırasıyla 0,66; 0,73; 0,86; 0,73; 0,84 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması

Veri toplama sürecinde öncelikle kullanılan ölçeklerin uygulanabilmesi için gerekli izinleri alınmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları 2016-2017 eğitim öğretim yılında Burdur merkezde bulunan liselerde eğitim gören farklı lise kategorilerinden belirlenen ergenlere uygulanmıştır. Uygulama sınıf ortamında ve ders saatinde gönüllü ergenlere yapılmıştır. Uygulama süresi yaklaşık 40 dakika sürmüştür.

Verilerin Analizi

Araştırmanın veri analizinde, ölçek puanlarının normallik sınamasında, çarpıklık ve basıklık (Skewness) katsayısı kullanılmıştır. Sürekli bir değişkenden elde edilen puanların normal dağılım özelliğinde kullanılan çarpıklık ve basıklık katsayısının (Skewness) ± 1 sınırları içinde kalması puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği şeklinde yorumlanabilir (Büyüköztürk, 2011). Her üç ölçek puanının da normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Cinsiyete göre karşılaştırmalarda parametrik testlerden bağımsız iki örneklem t testinden yararlanılmıştır. Yaş, gelir düzeyi, anne-babanın eğitim düzeyi, kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk olduğu (doğum sırası) ve okul türü değişkenlerine göre karşılaştırmalarda ANOVA analizinden yararlanılmıştır. ANOVA testinde anlamlı farklılık görüldüğünde farkın kaynağını belirlemek amacıyla ikili karşılaştırmalar için Scheffe post hoc testinden yararlanılmıştır. Ölçek puanları arasındaki ilişki için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi; akran ilişkileri ve anne-baba bağlanmanın ergen yılmazlık üzerindeki etkisi çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Analizlerde güven aralığı %95 (anlamlılık düzeyi 0,05 $p < 0,05$) olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler

Araştırmanın bağımsız ve bağımlı değişkenlerine ait betimsel istatistiklere Tablo 3'te yer verilmiştir.

Tablo 1. *Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikleri*

Ölçek ve Alt Boyutlar	N	Min	Maks.	\bar{X}	SS	Çarpıklık
Aile desteği alt boyut	495	1	4	3,43	0,51	-0,92
Akran desteği alt boyut	495	1	4	3,56	0,57	-0,77
Okul desteği alt boyut	495	1	4	2,83	0,81	-0,51
Uyum alt boyut	495	1	4	3,07	0,64	-0,65
Mücadele azmi alt boyut	495	1	4	2,80	0,70	-0,18

Empati alt boyut	495	1	4	3,28	0,63	-0,78
Yılmazlık Toplam	495	1	4	3,17	0,38	-0,20
Anneye Bağlanma	495	1	7	5,73	1,09	-0,67
Babaya Bağlanma	495	1	7	5,49	1,32	-0,56
Bağlanma Stilleri						
Birliktelik alt boyut	495	1	5	3,52	0,87	-0,29
Çatışma(sızlık)* alt boyut	495	1	5	3,59	0,93	-0,70
Yardım alt boyut	495	1	5	4,47	0,77	-0,60
Koruma alt boyut	495	1	5	3,94	0,91	-0,73
Yakınlık alt boyut	495	1	5	4,10	0,89	-0,64
Akran İlişkileri Toplam	495	1	5	3,96	0,65	-0,90

* Puanlar ters kodlanmıştır.

Tablo 1’de görüldüğü gibi, ergenlerin yılmazlık düzeyleri (3,17) ile okul desteği (2,83), uyum (3,07), mücadele azmi (2,80) düzeylerinin “yüksek” olduğu belirlenmiştir. Akran desteği (3,56) ve empati (3,28) düzeyleri “çok yüksek” düzeydedir. Ergenlerin anneye bağlanma (5,73) ve babaya bağlanma (5,49) düzeyleri “yüksek” düzeyde bulunmuştur. Ergenlerin akran ilişkileri (3,96), birliktelik (3,52), çatışmasızlık (3,59), koruma (3,94), yakınlık (4,10) düzeyleri “yüksek” düzeyde bulunmuştur. Ergenlerin yardım düzeyi çok yüksek (4,47) düzeyde bulunmuştur.

Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi

Tablo 2. Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Bulguları

Değiş	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	1	0,32**	0,17**	0,26**	0,23**	0,21**	0,63**	0,64**	0,57**	0,19**	0,12**	0,16**	0,21**	0,13**	0,22**
2		1	0,20**	0,12**	0,17**	0,29**	0,56**	0,22**	0,23**	0,30**	0,30**	0,42**	0,38**	0,37**	0,47**
3			1	0,12**	0,46**	0,11**	0,67**	0,25**	0,19**	0,05	0,32**	0,18**	0,12**	0,14**	0,21**
4				1	0,20**	0,27**	0,50**	0,16**	0,09*	0,14**	0,13**	0,07	0,05	0,07	0,13**
5					1	0,14**	0,68**	0,29**	0,21**	0,03	0,25**	0,11*	0,11*	0,10*	0,16**
6						1	0,46**	0,16**	0,16**	0,16**	0,09	0,21**	0,15**	0,20**	0,22**
7							1	0,52**	0,43**	0,23**	0,36**	0,31**	0,28**	0,27**	0,39**
8								1	0,61**	0,21**	0,21**	0,21**	0,24**	0,21**	0,30**
9									1	0,16**	0,12**	0,20**	0,18**	0,19**	0,22**
10										1	0,07	0,52**	0,50**	0,50**	0,68**
11											1	0,26**	0,27**	0,32**	0,51**
12												1	0,62**	0,64**	0,80**
13													1	0,7**	0,83**
14														1	0,86**
15															1

* p<0,05 ** p<0,01

1-Aile des AB; 2-Akran des AB; 3-Okul des AB; 4-UyumAB; 5-Mücadele azmi AB; 6-Empati AB;

7-Yılmazlık Toplam; 8-Anneye bağı AB; 9-Babaya bağı AB; 10-Birlikte AB; 11-Çatışma sızlık AB;
12-Yardım AB; 13-Koruma AB; 14-Yakınlık AB; 15-Akran İlişk Toplam

Tablo 2’de görüldüğü gibi, yılmazlık düzeyi ile anneye bağlanma ($r=0,52$; $p<0,01$) ve babaya bağlanma arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($r=0,43$; $p<0,01$). Ayrıca, yılmazlık düzeyi ile akran ilişkileri alt boyutlarından birliktelik ($r=0,23$; $p<0,01$), çatışmasızlık ($r=0,36$; $p<0,01$), yardım ($r=0,31$; $p<0,01$), koruma ($r=0,28$; $p<0,01$), yakınlık ($r=0,39$; $p<0,01$) arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki düzeyde tespit edilmiştir.

Yılmazlık ile Akran İlişkileri ve Bağlanma Stilleri arasındaki Çoklu Regresyon Analizi

Tablo 3. Yılmazlığın Akran İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Tarafından Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Bulguları

Bağımsız değişkenler	B	SH _B	β	T	P
Akran İlişkileri Sabit	3,263	0,213		15,322	0,000
Birliktelik	0,024	0,020	0,055	1,200	0,231
Çatışmasızlık	0,097	0,016	0,237	5,967	0,000
Yardım	0,188	0,079	0,125	2,387	0,017
Koruma	0,015	0,023	0,036	0,653	0,514
Yakınlık	-0,047	0,071	-0,038	-0,666	0,506
Bağlanma Stilleri					
Anneye bağlanma	0,363	0,053	0,325	6,885	0,000
Babaya bağlanma	0,163	0,045	0,169	3,659	0,000
R=0,615 R ² =0,378 $\Delta R^2=0,368$					
F _(7; 463) =40,17 p=0,000					

Tablo 3’te görüldüğü gibi, bağımlı değişken yılmazlık ile bağımsız değişkenler akran ilişkileri ve bağlanma stilleri arasında kurulan regresyon modelinin uygun olduğu tespit edilmiştir ($F_{(7; 463)}=40,17$; $p<0,05$). Akran ilişkileri ve bağlanma stili değişkenleri birlikte, ergenlerde yılmazlıktaki değişimin yaklaşık %37’sini açıklamaktadır ($\Delta R^2=0,368$). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde çatışmasızlık ($\beta=0,24$; $t=5,97$; $p<0,05$), yardım ($\beta=0,12$; $t=2,38$; $p<0,01$), anneye bağlanma ($\beta=0,32$; $t=6,88$; $p<0,05$) ve babaya bağlanma ($\beta=0,17$; $t=3,66$; $p<0,05$) değişkenlerinin ergenlerde yılmazlık üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı etkiye sahip olduğu; birliktelik, koruma ve yakınlık değişkenlerinin anlamlı farkın olmadığı ($p>0,05$) tespit edilmiştir. Ergenlerin çatışmasızlık, yardım ilişkileri ve bağlanma stilleri düzeyi yükseldikçe yılmazlık düzeyleri de artmaktadır.

Regresyon analizi sonuçlarına göre yılmazlığın, akran ilişkileri ve bağlanma stilleri değişkenlerince yordanmasına ilişkin matematiksel model aşağıdaki gibidir:

$$\text{Ergenlerde Yılmazlık} = 3,26 + 0,32 \cdot \text{Anneye bağlanma stili} + 0,24 \cdot \text{Çatışmasızlık} + 0,17 \cdot \text{Babaya bağlanma} + 0,12 \cdot \text{Yardım} + 0,05 \cdot \text{Birliktelik} + 0,04 \cdot \text{Koruma} + 0,04 \cdot \text{Yakınlık}$$

TARTIŞMA

Bu çalışma ergenlerde yılmazlığın akran ilişkisi ve bağlanma stilleri açısından incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular bu bölümde literatür ışığında tartışılmaktadır.

Ergenlerin Yılmazlık Düzeyleri İle Bağlanma Stilleri Ve Akran İlişkiler Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçlar

Araştırmanın ilk bulgusunda, ergenlerin yılmazlık düzeyleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde Onat (2010) tarafından yapılan çalışmada ergenlerin yılmazlık düzeyleri ile bağlanma stilleri arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki olduğu, ergenlerin güvenli bağlanma stilleri arttıkça yılmazlık düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Başka bir çalışmada da yılmazlık ve güvenli bağlanma arasında pozitif bir ilişki bulunurken yılmazlık ile korkulu bağlanma arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir (Kararımak, 2006; Shibue ve Kasai, 2014). Atik (2013) bağlanmanın yılmazlık üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu doğrultuda bu araştırmanın bulgusunun ilgili alanyazın tarafından desteklendiği görülmektedir.

Güvenli bağlanma stilindeki ergenlerin yaşamları konusunda daha çok söz haklarının olduğunu düşündükleri; bu ergenlerin stres durumlarıyla başa çıkma konusunda daha başarılı ve strese maruz kaldıkları durumlarda alternatif çözümler geliştirip uygun olan insanlardan yardım alabilmek için daha fazla çaba gösterdikleri belirtilmektedir. Güvenli olmayan bağlanma stili sergileyen ergenler ise strese maruz kaldığı durumlarda kendisini çaresiz olarak görmekte, çözüm yolları geliştirmekte ve yardım alma mevzusunda oldukça başarısız olarak görülmektedir (France, 2000). Cooper ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada saplantılı (kaygılı) bağlanma stiline sahip olan ergenlerin risk alma davranışlarında sergiledikleri davranışlar en yüksek seviyede gösterirken uyum sağlamada ise en düşük uyum düzeylerine sahip oldukları belirlenmiştir. En fazla sorunlu davranışların ise kaçınan bağlanma stiline sahip kişiler tarafından sergilendiği görülmüştür (akt: Morsünbül ve Çok, 2011). Bu bulgularda bağlanma stillerinin yılmazlık ile ilişkisini ortaya koyması açısından önemli olduğu görülmektedir.

Araştırmanın diğer bulgusu, ergenlerin yılmazlık düzeyi ile akran ilişkileri arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki olduğu şeklindedir. Benzer şekilde Yıldırım (2014) tarafından yapılan çalışmada da ergenlerin yılmazlık düzeyleri ile akran ilişkileri arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki olduğu görülmüştür. İlgili çalışma ergenlerin akran ilişkilerinin artmasının ergenlerin yılmazlık düzeylerini arttırdığını göstermektedir. Çocuk ve ergenlerin akran grupları içerisinde kabul görmesi ve sosyal çevresindeki akran arkadaşlarından destek görmesi de yılmazlığa etkisi bulunan önemli bir çevresel faktördür (Werner ve Smith, 1992) ve yılmazlık düzeyi yüksek olduğu ifade edilen ergenlerin çoğunluğunun kendi akranlarının içerisinde arkadaş ve sırdaşlarının bulunduğu belirtilmiştir. Çakar ve Karataş (2011), tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin algıladıkları sosyal desteğin yılmazlık düzeylerini anlamlı derecede yordadığı; ergenlerin yılmazlık düzeyleri ile aile, arkadaş ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu çalışmada da ergenlerin arkadaşlarından aldığı desteğin yılmazlığı yordama da önemli olduğu yorumu yapılabilir. Bu doğrultuda ilgili alanyazın tarafından çalışmaların bu araştırmanın bulgusunu desteklediği görülmektedir.

Ergenlerin Yılmazlık Düzeyleri İle Bağlanma Stilleri Ve Akran İlişkiler Arasındaki Çoklu Regresyon Analizine Yönelik Sonuçları

Araştırmada, akran ilişkileri ve bağlanma stili birlikte ergenlerin yılmazlık düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Bulgular incelendiğinde ergenlerin akran ilişkileri alt boyutlarından çatışmasızlık, yardım, boyutlarının yılmazlığı anlamlı düzeyde açıkladığı belirlenmiştir. Buna göre, ergenlerin akranlarıyla çatışmasızlık düzeyleri azaldıkça ve yardım ilişkileri arttıkça yılmazlık düzeyleri de artmaktadır. Benzer şekilde, Günaydın ve Yöndem (2007)'in ergenler ile yaptıkları bir çalışmada da ebeveyne bağlanmanın akran ilişkilerini yüksek düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Ergenlikte akran grubunda yer alma, gruba kabul

edilme ve gruba uyum, ergenin kendini ve akranlarını tanıması, akranlarının bakış açısıyla kendisini ve dünyayı tanıması açısından önemlidir (Aydın, 2005). Dolayısıyla ergenin arkadaşlarıyla geçirdiği zaman artmakta ve ergen, arkadaşlarının çocukluk döneminde olduğundan daha fazla etkisinde kalmaktadır (Kulaksızoğlu, 2014). Yılmazlık gösteren ergenler arkadaşlık kurabilme ve arkadaşlığını devam ettirebilme yetilerine sahip, gerektiğinde arkadaşlarından duygusal olarak da destek edinebilen ve oluşturmuş oldukları bu arkadaşlıklarını yetişkinlik dönemine kadar devam ettirebilen kişilerdir (Werner ve Smith, 2001). Bu çalışmalara göre bağlanma stiline akran ilişkilerini etkilediği sonucuna ulaşılmaktadır.

Araştırmanın diğer bulgusu ise, ergenlerin yılmazlığındaki değişimin bağlanma stilleri alt boyutlarından anneye bağlanma ve babaya bağlanma boyutları tarafından anlamlı düzeyde yordandığı tespit edilmiştir. Buna göre, ergenlerin bağlanma stilleri düzeyi arttıkça yılmazlık düzeyleri de artmaktadır. Benzer şekilde Atık (2013), yapmış olduğu çalışmada, lise ergenlerin bağlanma stilleri ile yılmazlık arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu ve bağlanma stillerinin yılmazlık üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Özcan (2005) lise öğrencileriyle yapmış olduğu çalışmada da benzer şekilde, ergenlerin sahip oldukları yılmazlık özelliklerini ve koruyucu faktörlerini ebeveynlerinin birlikte olma durumlarına ve öğrencilerin cinsiyetlerine göre incelemiştir. Araştırmanın sonucuna göre, ebeveynleri birlikte yaşayan lise öğrencilerinin yılmazlık özelliklerinin, ebeveynleri boşanmış olan lise öğrencilerine kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anne ve babaları ile yaşayıp onlardan destek gören ergenlerin yılmazlık düzeyleri daha yüksektir yorumu yapılabilir. Bu doğrultuda bu araştırma bulgularının ilgili alanyazın tarafından desteklendiği görülmektedir.

SONUÇ

Araştırmada elde edilen bulgular değerlendirildiğinde ergenlerin yılmazlık düzeyleri, bağlanma stilleri ile akran ilişkileri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çoklu regresyon analizinde ise, ergenlerin bağlanma stilleri ve akran ilişkilerinin birlikte yılmazlık düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Ergenlerin olumlu bağlanma ve akran ilişkilerinin yılmazlık düzeyi açısından koruyucu faktör olarak değerlendirilebileceği düşünülmektedir. Bu kapsamda bu çalışmanın sonuçlarının ergenlerin yılmazlık düzeylerinin artırılmasına yönelik yapılacak çalışmalara kaynaklık edeceği ve alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

ÖNERİLER

Çalışmanın bulgularına dayanarak ergenlerde yılmazlığın, akran ilişkisi ve bağlanma stilleri inceleyen deneysel çalışmalar yapılabilir, yılmazlık düzeylerini arttırmaya yönelik psiko-eğitim programları yürütülebilir, okul psikolojik danışmanları, olumsuz akran ilişkisi yaşantılarına sahip ergenler ile bireysel ya da grupla psikolojik danışma ve akran liderliği çalışmaları yapılabilir, ergenlerin bağlanma ilişkilerini geliştirici çalışmalar yapılabilir ve aileleri de sürece dahil edilebilir.

KAYNAKÇA

Altundağ, G., (2011). *Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tutumları ve Stresi Algılama Düzeyinin İncelenmesi*, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Anderson, J. A. & Olnhausen, K. S. (1999). Adolescent self-esteem: A foundational disposition. *Nursing Science Quarterly*, 12(1), 62-67.

Arslan, E. (2008). *Bağlanma stilleri açısından ergenlerde Erikson'un psikososyal gelişim dönemleri ve ego kimlik süreçlerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Asıcı, E. (2013). Öğretmen Adaylarının Affetme Özelliklerinin Öz-Duyarlık ve Benlik Saygısı Açısından İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Atik, Emine, Lamiser. (2013). *Liseli ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide öz-yansıtma ve içgörünün rolü*. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Atik, E.Z. Esen Çoban, A., Figen Çok, F., Doğan, T., & Güney Karaman, N. (2014). *Akran İlişkileri Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(2), 433-446.

Aydın, B. (2005). *Çocuk ve ergen psikolojisi*. İstanbul: Atlas Yayın Dağıtım.

Bayraktar, F., Sayıl, M., & Kumru, A. (2009). *Liseli Ergenler ve Üniversiteli Gençlerde Benlik Saygısı: Ebeveyn ve Akrana Bağlanma, Empati ve Psikolojik Uyum Değişkenlerinin Rolü*. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63).

Benard, B. (1993). Fostering resiliency in kids. *Educational Leadership*, 51(3), 44-48.

Bulut, S., Doğan, U., & Altundağ., Y. (2013). Adolescent Psychological Resilience Scale; Validity and reliability study. *Suvremena psihologija*, 16(1), 21-32.

Çelikel-Çam, F. & Erkorkmaz, Ü. (2008). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkili etmenler. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 45, 122-129.

Demir, S. (2004). *Bir grup üniversite öğrencisinde bağlanma stilleri ve intihar davranışı arasındaki ilişki*, Doktora Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.

Deniz, M. E. (2011). Karar verme stilleri ve beş faktör kişilik özelliklerinin bağlanma stilleri açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 97-113.

Günaydın, G., Selçuk, E., Sümer, N. & Uysal, A. (2005). Ebeveyn Ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Kısa Formu'nun psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları Der*, 8(16), 13-23.

Günaydın, B. & Yöndem Z. D. (2007). Ergenlerin akran bağlılığının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *AİBÜ, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(7), 141- 153.

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1.

Hortaçsu, N. (2003). *Çocuklukta ilişkiler: Ana-baba, kardeş, arkadaşlar*. Ankara: İmge Kitabevi.

Joseph, J., M. (1994). *The Resilient Child: Preparing Today's Youth for Tomorrow's World*. Cambridge: Massachusetts, Perseus Publishing.

Kaplan, C. P., Turner, S. & Norman, E. (1996). Promoting resilience strategies: a modified consultation model. *Social Work Education*, 18(3), 158-168.

Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(1), 26-28.

Kesebir, S., Kavzoğlu, S.Ö. & Üstündağ, M.F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.

Kulaksızoğlu, A. (2014). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

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

Kurt, T. (2013). *Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlık, benlik saygısı, başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi: yılmazlığın aracı rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Krovetz, M. L. (1999). *Fostering resiliency: expecting all students to use their minds and hearts well*. California: Corwin Press Inc.

Mandleco, B. L. & Peery, J. C. (2000). An organizational framework for conceptualizing resilience in children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric*, 13, 99-112.

Mann, M. M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P. & De Vries, N. K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Education Research*, 19(4), 357-372.

Morsünbül, Ü. & Çok, F. (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler. *Current Approaches in Psychiatry/Psikiyatride Guncel Yaklasimler*, 3(3).

Norman, E. (2000). Introduction: the strengths perspective and resiliency enhancement - a natural partnership. E. Norman (Ed.), *Resiliency enhancement* (pp. 116). New York: Columbia University Press.

Onat, G. (2010). *Demokratik ve otoriter olarak algılanan ana-baba tutumlarının lise birinci sınıf öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkilerinin araştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Özcan, B. (2005). *Anne babaları boşanmış ve anne babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 1-12.

Savi Çakar, F. & Karataş, Z. (2011). Ergenlerin yılmazlık düzeyleri ile algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 36(387), 12-20.

Savi Çakar, F., Karataş, Z., & Çakır, M.A. (2014). Yetişkin yılmazlık ölçeği: Türk kültürüne uyarlanması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1), 22-39.

Shibue, Y. & Kasai, M. (2014). Relations between attachment, resilience, and earned security in Japanese University students. *Psychological Reports: Relationships & Communications*, 115(1), 279-295.

Sığircı, A. (2010). Evli Bireylerde Bağlanma Biçimleri ve Evliliğe Dair İnançların Evlilik Doyumu İle İlişkisinin İncelenmesi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Malatya.

Steinhardt, M. & Dolbier, C. (2008). Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. *Journal of American College Health*, 56(4), 445-453.

Turan, A. (2014). *Ergenlerde çocukluk örselenme yaşantıları ve yılmazlık düzeyinin algılanan sosyal destek açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience*. New York: Guilford Publications.

Werner, E. E. & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGrawHill.

Westfall, A. & Pisapia, J. (1994). Students who defy the odds: a study of resilient at-risk students. *Research Brief*, 18, 1-6.

Wolin, S. & Wolin, S. (1993). *The resilient self: How survivors of troubled families rise above adversity*. New York: Villard.

Yıldırım, K. P. (2014). *Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ile benlik kurgusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.