

PARÇALANMIŞ AİLELERDEN GELEN ERGENLERİN UYUM VE OTOMATİK DÜŞÜNCELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ¹

Investigation of the Relationship Between Adult and Automatic Thoughts Of Adolescents From Broken Family

Psikolojik Danışman, Rumeysa DABANLI

Milli Eğitim Bakanlığı, Psikolojik Danışman, Niğde/TÜRKİYE

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0560-4490>

Prof. Dr. Birol ALVER

Kırıkkale Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Kırıkkale/TÜRKİYE

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9654-0965>

ÖZET

Bu çalışmada parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları ve otomatik düşünceleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Niğde ili ve ilçelerinde öğrenim gören parçalanmış ailelerden gelen 9.10.11. ve 12. sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmaya 134 kız 74 erkek toplam 208 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplamak amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Meriç (2007) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri ve Şahin ve Şahin (1992) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış Otomatik Düşünceler Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde Bağımsız Gruplar "t" Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonundan yararlanılmıştır. Araştırma sonuçlarında parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları ile otomatik düşünceleri arasında pozitif yönde yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur. Uyum sorunları ve otomatik düşünceler cinsiyet değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşırken, parçalanma nedeni ve parçalanmanın üzerinden geçen zamanın uyum sorunları ve otomatik düşünceler üzerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Çoklu regresyon analizleri sonuçlarına göre otomatik düşünceler ölçeğinin kişisel uyumsuzluğa yönelik düşünceler ile yalnızlığa yönelik düşünceler alt boyutları, öfke kontrol problemi ve antisosyal davranışlar üzerinde önemli bir yordayıcıdır. Otomatik düşünceler ölçeği yalnızlığa yönelik düşünceler ve ümitsizliğe yönelik olumsuz düşüncelerin duygusal sıkıntılar üzerinde önemli yordayıcı olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Parçalanmış Aile, Uyum Sorunları, Otomatik Düşünce

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between adjustment problems and automatic thoughts of adolescents from broken families. The study group up this investigation consist of broken families 9,10,11 and 12th grade students studying in Niğde province and its district. A total of 208 students, 134 female, 74 male, participated in the study. In the study, Personal Information Form was used to collect data, Reynolds Adolescent Adjustment Screening Inventory to Turkish by Meriç (2007) and Automatic Thoughts Scale adapted to Turkish by Şahin and Şahin (1992). Independent groups "t" test, one-way analysis of variance (ANOVA), Multiple Linear Regression Analysis and Pearson product-moment correlation were used to analyze the obtained data. The findings of the study found a high level of positive correlation between the adjustment problems and automatic thoughts of the young people who came from families with broken families. While adjustment problems and automatic thoughts differed significantly in terms of the gender variable, it was determined that the reason for the breakdown and the time passed after the breakup did not differ significantly. According to the results of multiple regression analyzes, the thoughts about personal disharmony and thoughts about loneliness sub-dimensions of the automatic thoughts scale are an important predictor of anger control problem and antisocial behaviors. The automatic thoughts scale found that thoughts about loneliness and negative thoughts about hopelessness were significant predictors of emotional distress.

Key Words: Broken Family, Adaptation Problems, Automatic Thinking

¹ Bu makale ilk yazarın aynı isimli yüksek lisans tez çalışmasından üretilmiştir.

1. GİRİŞ

Günümüzde parçalanmış aileler artarken, aile ve ailenin içinde yer alan çocukların üzerinde yapılan araştırmalar artmaktadır. Ailenin toplumsal etkisini Bitane (2019) toplumun en küçük yaşam birimi olan ailenin sağlıklı ilişkilere sahip olması ile sağlıklı bir toplum oluşabileceği şeklinde açıklamıştır. Tatay (2015) bireylerin en çok etkileşime uğradığı yerin aile olduğunu belirtmiştir. Aile içi ilişkilerin bireylere kazandırdığı işlevler açısından pek çok açıklama bulunmaktadır. Tolungüç (2016) aile üyeleri arasındaki ilişkilerin ailedeki çocukların özgüven duyması, kendini ve çevresindeki insanları seven bireyler olması, kimlik ve kişilik gelişimlerinin pozitif olabilmesi için gereken özellikleri edinmeleri ve sosyal beceriler kazanmaları açısından önemli olduğunu belirtmiştir. Tatay (2015) psiko-sosyal olarak gelişen bireyde en çok etkinin olduğu yerin bireylerin aile ilişkilerinin olduğu ortam olduğunu belirtmiş ve bu ilişkilerin bireyde kendine güven, kişilik ve kimlik kazanımı, sosyal anlamda gelişim ve toplum adaptasyonunu geliştirdiğini ifade etmiştir.

Bitane (2019) ailelerin yaşamlarının evreleri olduğunu ve bu evrelerden en zor olanlardan birinin çocuklarının ergenlik dönemi olduğunu belirtmiştir. Speranza ve Midgley (2020) ergenlik dönemi hakkında şunları söylemiştir: “Ergenlik dönemi fiziksel, bilişsel, sosyal-duygusal ve kişilerarası düzeylerde büyük değişimlerin yaşandığı bir dönemdir. Ergenlik çağındaki her gencin kendine özgü ve benzersiz bir kişiliğe sahip olduğu doğrudur ancak herkes ergenliğin ilk, orta ve son dönemlerinde aşılması gereken çeşitli gelişimsel zorluklarla karşı karşıya kalır” (s. 317). Ulus (2018) Ergenlerin çoğunun zorluklarla karşılaştığında işlevsel şekilde başa çıkabildikleri, ergenlerin bir kısmının ise diğer gruba göre daha çok mücadele verdiği, zorluklarla karşılaştığında diğer gruba göre daha çok etkilendiği söylemiştir. Ergenin karşısına çıkan engellerle ve zorluklarla ne kadar baş edebildiği; kişiliği, çevresinin sağladığı psiko-sosyal destek ve ergende var olan yaşam becerilerini içinde barındıran özelliklerden etkilendiğini belirtmiştir. Meriç (2007) ergenin gelişimi yönlendirecek koşullar olduğunu ve en önemli belirleyicilerinden birinin ergenin ailesi olduğunu belirtmiştir. Yaman (2017) aile ortamındaki tutumun ergenlerin sorunlarla başa çıkmasında önemli rol oynadığını belirtmiştir.

Meriç (2007) yaşamdaki hızlı değişimlerin aile yapısını etkilediğini kentlerde boşanmaların hızla arttığını ve her yıl daha fazla çocuğun tek ebeveynli ailelerde yaşamak durumunda kaldığını belirtmiştir. Aral ve Gürsoy (2000) ailelerin bozuk olan ilişkilerinden kurtulma yolu olarak boşanmayı çözüm görebildiği ancak bu durumun çocukların psikolojik sağlamlığında olumsuz etkiler yarattığını söylemiştir. Alkan (2018) ailede parçalanmanın çocuk üzerindeki etkisini şu şekilde açıklamıştır: “Ölüm, boşanma ve uzun süreli ayrılık gibi aile parçalanmaları durumunda veya aile içinde sürekli tartışma ve çatışmaların olduğu durumda aile, üzerine düşen görev ve sorumlulukları tam manasıyla yerine getirememektedir. Bu da çocuğun sosyal ve psikolojik açıdan olumsuz etkilenmesine yol açarak gündelik ve eğitim hayatında başarısızlıklara neden olmaktadır” (s. 169-170). Meriç (2007) boşanmış aile çocuklarının gerekli yardımı alamadıklarında sosyalleşmelerinin geç olduğunu, kurallara karşıt olma, öfke sorunları gibi tepkiler verdiklerini, depresyon, okula uyum sorunları, endişeli olmak ve akademik başarının azalması, güven sorunları geleceğine yönelik kaygılar, suçluluk duyguları, çekingenlik, benlik algısında zayıflama, özgüven eksikliği gibi sorunlarla karşılaşabildiklerini belirtmiştir.

Özgüven (1992) uyumu kişilerin kendisi ve çevresi ile ilişkilerini sağlıklı kurması, kurduğu ilişkileri sürdürebilmesi şeklinde açıklamıştır. Yaman (2017) günümüzde insanların etkileşimde buldukları çevrenin sürekli ve hızlı bir şekilde değişmekte olduğunu ve bireylerin bu hızlı değişime uyum sağlamaya çalışmakta olduğunu, ergenlerde anne ve baba tutumunun ergenin uyumlu bir birey olmasında rolü olduğunu belirtmektedir. Bozdağ (2015) bireylerin hayatları boyunca pek çok değişimle karşılaştıklarını ve bu değişimlere uyum sağlamaya çalıştıklarını belirtmiştir. Bu değişimlerin insanın doğal ilerlemesinden kaynaklı biyolojik, psikolojik, zihinsel, sosyal, ahlaki olabileceğini ya da çevresel değişikliklerden kaynaklanabileceğini söylemiştir. İnsanların karşılaştıkları değişimlerle sağlıklı başa çıkma tarzları geliştirememişlerse psikolojik olarak sorunlarla karşılaşabileceklerini ve bireylerin uygun başa çıkma tarzları geliştirmelerinin ve bu değişimlere uyum sağlayabilmelerinin sağlıklı gelişim için önemli olduğunu söylemiştir.

Özgüven (1992) uyum ve uyumsuzluk için var ya da yok denilemeyeceğini bu kavramların ölçeğin uçları arasında farklı derecelerde olabileceğini belirtmiştir ve uyum için vardır ya da yoktur gibi kategorize edilmesinin mümkün olmadığını söylemiştir. Bu çalışmada da uyum konusu; kullanılan ölçeğin boyutları

olan duygusal sıkıntılar, olumlu benlik, antisosyal davranış ve öfke kontrol problemleri çerçevesinde incelenmiştir.

Beck (2019) bilişsel davranış terapisini insanların duygu, davranış ve fizyolojisinin olaylara karşı algılarından etkilendiğini varsayan bilişsel modele dayandığını ifade etmiştir. Türkçapar (2020) Beck'in ortaya attığı ilk bilişsel yapıyı iki ana başlıkta incelediğini belirtmiştir. Bu iki ana başlık otomatik düşünceler ve şemalardır. Yeşilyurt (2017) otomatik düşünceleri olaylar karşısında anlık olarak görülen ve kişilerin olaya ilişkin duygu ve davranışını etkilediğini belirtmiştir. "Nadiren bu düşüncelerin farkına varabilirsiniz, bunun ardından gelen duygu veya davranışın farkına varmanız daha olasıdır. Düşüncelerinizin farkında olsanız bile, doğru olduklarına inanarak onları büyük olasılıkla eleştirmeden kabul edersiniz. Onları sorgulamayı bile düşünemezsiniz" (Beck, 2019: 31). Türkçapar (2020) otomatik düşüncelerin bireyin yaşadığı bir durumda hızla ortaya çıkan ve incelenmeden kabul edilen bilişler olduğunu belirtmiştir.

Coşkuner (2019) boşanmış ve evli ailelerden gelen ergenlerle yapmış olduğu çalışmada ergenlerin algıladıkları anne-baba reddi, psikolojik uyum ve bilişsel esnekliklerini incelemiştir. Yaptığı çalışmada ise boşanmış ailelerden gelen ergenlerin anne ve baba reddi ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkide psikolojik uyum tam aracı rolü bulunmuştur. Tam ailelerde ise anne reddi ile bilişsel esneklik arasında psikolojik uyum güçlü bir kısmi aracılık üstlenirken baba reddi ile bilişsel esneklik arasında aracı rolü bulunmamıştır.

Coşkuner (2019) otomatik düşüncelerin esnek olmadığını, terapide amacın bilişsel esneklik sağlanması ile otomatik düşüncelerin bitirilmesi olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmadan yola çıkarak parçalanmış aileden gelen ergenlerin uyum sorunlarının otomatik düşünceleri ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür.

Literatür incelendiğinde uyum sorunları ve otomatik düşünce değişkenlerini birlikte ele alan çalışmaların yetersizliği görülmüştür. Tüm bu verilere bakılarak parçalanmış ailelerden gelen liseli ergenlerin uyum sorunları ile otomatik düşünceleri arasındaki ilişkinin değişkenler açısından incelenmesinin literatür verilerinin geliştirilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Grubu

Katılımcılar Niğde il merkezi ve ilçelerinde eğitim gören parçalanmış aileden gelen 9,10,11 ve 12. sınıf lise öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmaya 134 kız, 74 erkek toplamda 208 öğrenci katılmıştır. 109 öğrenci boşanma, 65 öğrenci vefat, 34 öğrenci diğer nedenlerle parçalanmış aileye sahiptir. Diğer nedenler anne ya da babanın hapiste olması ya da iş nedeniyle ayrı olmalarıdır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri "Kişisel Bilgi Formu", "Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri", "Otomatik Düşünceler Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır.

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada katılımcılardan bazı kişisel bilgilerin toplanması için kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Oluşturulan bu formda katılımcıların cinsiyet, sınıf, aile durumları ve öğrencinin kiminle yaşadığı, aile aylık geliri ve aile eğitim durumuna ilişkin sorular sorulmuştur.

2.2.2. Otomatik Düşünceler Ölçeği

Bireylerin kendilerine yönelik olumsuz değerlendirmelerinin ortaya çıkma sıklığını ölçmek için Hollon ve Kendall'ın (1980) geliştirdiği ölçek 30 maddeden oluşan 1-5 puan arası puanlanan likert bir ölçektir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksek olması otomatik düşüncelerin sıklıkla ortaya çıkması demektir. (Şahin ve Şahin, 1992). Otomatik düşünceler ölçeğinin alt boyutları "Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler", "Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler", "Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler", "Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler", "Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler" şeklindedir (Şahin ve Şahin, 1992). Ölçeğin Türkiye uyarlamasında, Şahin ve Şahin (1992) Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0,93 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0,94 olarak bulunmuştur.

2.2.3. Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE)

Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE), Reynolds (1998) tarafından geliştirilmiş, 12-19 yaş arası ergenlerin duygusal davranışsal uyum sorunlarının belirlenmesine olanak sağlayan geçerli ve güvenilir bir envanterdir (Meriç, 2007). REUTE, toplam uyum düzeyi puanı, her maddeye verilen cevaplara ait puanların toplamından oluşmaktadır. Envanter, dört faktörel skalayı içeren 32 maddeden oluşur. REUTE, “Antisosyal Davranış” (AB), “Öfke Kontrol Problemi” (AC), “Duygusal Sıkıntılar” (ED), ve “Olumlu Benlik” (PS) olmak üzere dört alt boyutu kapsamaktadır. Envanterde yer alan maddeler için 3 seçeneğe cevap verme ile puanlama yapılır. Maddeler; “Hemen Hemen Hiçbir Zaman”, “Bazen” ve “Hemen Hemen Her Zaman” olarak sıralanmıştır (Meriç, 2007).

REUTE (toplam uyum) için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı; REUTE (toplam uyum) .91, olarak bulunmuştur (Meriç, 2007). Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur.

2.3. Verilerin Analizi

Araştırmada 208 öğrenciye ulaşılmış ve öğrencilerden elde edilen veriler “SPSS 22.0 İstatistiksel Veri Analiz Programı” ile değerlendirilmiştir. Analizlerde ilk olarak verilerin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiştir. Tabachnick ve Fidell (2013) basıklık ve çarpıklık değerleri $\pm 1,50$ arasında ise dağılımın normal dağılım olduğunu kabul etmektedirler. Araştırmada Reynolds Ergenler için uyum tarama envanterinin puanlarının çarpıklık (.780) ve basıklık (.718) değerleri $\pm 1,50$ değer aralığında bulunmuş ve veri setinin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Otomatik Düşünceler Ölçeği puanlarının çarpıklık (.878) ve basıklık (.094) değerleri de $\pm 1,50$ değer aralığında bulunmuştur. Bu haliyle analizler için parametrik yöntemler uygundur.

3. BULGULAR

3.1. Uyum Sorunları ve Otomatik Düşünceler Arasındaki İlişkiler

Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin REUTE toplam puanları ve alt ölçeklerinden Antisosyal Davranış, Öfke Kontrol Problemi, Duygusal Sıkıntılar, Olumlu Benlik ile otomatik düşünceler ölçeği toplam puanları ve alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına Pearson momentler çarpımı korelasyonu tekniği ile bakılmış ve sonuçlar aşağıda Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Parçalanmış Aileden Gelen Ergenlerin Uyum Sorunları (REUTE) ile Otomatik Düşünceleri Arasındaki İlişki

Pearson		(KO)	(ŞK)	(Y)	(Ü)	(KU)	Otomatik Toplam
Öfke Kontrol Problemi	R	.469**	.511**	.557**	.479**	.482**	.562**
	p	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Duygusal Sıkıntılar	R	.672**	.711**	.716**	.701**	.458**	.741**
	p	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Olumlu Benlik	R	.365**	.391**	.388**	.414**	.293**	.422**
	P	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Anti sosyal Davranış	R	.272**	.283**	.364**	.284**	.341**	.348**
	p	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Uyum Toplam	R	.626**	.667**	.707**	.656**	.533**	.723**
	p	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	208	208	208	208	208	208

** p<.01

(KO-Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler, ŞK-Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler, Y-Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler, Ü-Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler, KU-Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler)

Tablo 1 incelendiğinde parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları öfke kontrol problemi alt boyutu ile otomatik düşünceler ölçeği alt boyutlarından kendine yönelik olumsuz düşünceler ($r=.469$, $p<.01$), şaşkınlık ve kaçmaya yönelik düşünceler ($r=.511$, $p<.01$), yalnızlığa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.557$, $p<.01$), ümitsizliğe yönelik olumsuz düşünceler ($r=.479$, $p<.01$), kişisel uyumsuzluğa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.482$, $p<.01$) ve otomatik düşünceler ölçeği toplam puanları arasında ($r=.562$, $p<.01$) pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları duygusal sıkıntılar alt boyutu ile otomatik düşünceler ölçeği alt boyutlarından kendine yönelik olumsuz düşünceler ($r=.672$, $p<.01$), şaşkınlık ve kaçmaya yönelik düşünceler ($r=.711$, $p<.01$), yalnızlığa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.716$, $p<.01$), ümitsizliğe yönelik olumsuz düşünceler ($r=.701$, $p<.01$), kişisel uyumsuzluğa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.458$, $p<.01$) alt boyutları ve otomatik düşünceler ölçeği toplam puanları arasında ($r=.741$, $p<.01$) pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur

Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları olumlu benlik alt boyutu ile otomatik düşünceler ölçeği alt boyutlarından kendine yönelik olumsuz düşünceler ($r=.365$, $p<.01$), şaşkınlık ve kaçmaya yönelik düşünceler ($r=.391$, $p<.01$), yalnızlığa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.388$, $p<.01$), ümitsizliğe yönelik olumsuz düşünceler ($r=.414$, $p<.01$) ve kişisel uyumsuzluğa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.293$, $p<.01$) alt boyutları ve otomatik düşünceler ölçeği toplam puanları arasında ($r=.422$, $p<.01$) pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları olumlu anti sosyal davranış alt boyutu ile otomatik düşünceler ölçeği alt boyutlarından kendine yönelik olumsuz düşünceler ($r=.272$, $p<.01$), şaşkınlık ve kaçmaya yönelik düşünceler ($r=.283$, $p<.01$), yalnızlığa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.364$, $p<.01$), ümitsizliğe yönelik olumsuz düşünceler ($r=.284$, $p<.01$), kişisel uyumsuzluğa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.341$, $p<.01$) alt boyutları ve otomatik düşünceler ölçeği toplam puanları arasında ($r=.348$, $p<.01$) pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları toplam puanı ile otomatik Düşünceler ölçeğinin alt boyutlarından kendine yönelik olumsuz düşünceler ($r=.626$, $p<.01$), şaşkınlık ve kaçmaya yönelik düşünceler ($r=.667$, $p<.01$), yalnızlığa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.707$, $p<.01$), ümitsizliğe yönelik olumsuz düşünceler ($r=.656$, $p<.01$), kişisel uyumsuzluğa yönelik olumsuz düşünceler ($r=.533$, $p<.01$) alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları toplam puanı ile otomatik düşüncelerinin toplam puanları arasında $r=.72$, $p<.01$ korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Elde edilen korelasyon kat sayısı (.01) manidarlık düzeyinde anlamlıdır. Büyüköztürk'e (2018) göre uyum sorunları ve otomatik düşünceler arasında yüksek düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Uyum sorunları puanları yüksek olan öğrencilerin yüksek düzeyde otomatik düşünce puanına sahip olduğu ifade edilebilir.

3.2.Otomatik Düşüncelerin Uyum Sorunlarını Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulgular

Otomatik düşüncelerin REUTE öfke kontrol problemi alt boyutu üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Otomatik Düşüncelerin Uyum Sorunları (REUTE) Öfke Kontrol Problemi Alt Boyutunu Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β
KU	.147	.047	.226
ŞK	.028	.068	.055
KO	.003	.034	.008
Y	.312	.097	.364
Ü	.009	.085	.012

$R^2=.349$, $p=.000$

(KU-Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler, ŞK-Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler KO-Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler, Y-Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler, Ü- Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler)

Otomatik düşünceler ölçeği alt boyutları uyum sorunları ölçeğinin öfke kontrol problemi puanlarındaki varyansın %35'ini [$F_{(5,202)}=21.66$; $p<.01$] açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerden ikisinin modele katkıları istatistik olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenler değerlendirildiğinde yalnızlığa yönelik olumsuz



düşüncelerin ($\beta=.364$, $p<.05$), kişisel uyumsuzluğa yönelik olumsuz düşüncelerin ($\beta=.226$, $p<.05$) anlamlı yordayıcı oldukları bulunmuştur.

Otomatik düşüncelerin uyum sorunları duygusal sıkıntı alt boyutunu üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 3’de gösterilmiştir.

Tablo 3. Otomatik Düşüncelerin Uyum Sorunları (REUTE) Duygusal Sıkıntı Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β
KU	-.015	.054	-.016
ŞK	.136	.078	.185
KO	.053	.040	.117
Y	.369	.112	.302
Ü	.235	.098	.223

, $R^2=.575$, $p=.000$

(KU-Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler, ŞK-Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler, KO-Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler, Y-Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler, Ü- Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler)

Otomatik düşünceler ölçeği alt boyutları birlikte parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları puanları duygusal sıkıntı alt boyutu puanlarındaki varyansın %57’sini [$F_{(5,202)}=54.605$; $p<.01$] açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerden ikisinin modele katkıları istatistiki olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenler değerlendirildiğinde yalnızlığa yönelik olumsuz düşüncelerin ($\beta=.302$, $p<.05$), ümitsizliğe yönelik olumsuz düşüncelerin ($\beta=.223$, $p<.05$) anlamlı yordayıcı oldukları bulunmuştur.

Otomatik düşüncelerin uyum sorunları olumlu benlik alt boyutunu üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 4’de gösterilmiştir.

Tablo 4. Otomatik Düşüncelerin Uyum Sorunları Olumlu Benlik Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β
KU	.021	.031	.055
ŞK	.013	.045	.044
KO	.004	.023	.024
Y	.056	.064	.110
Ü	.105	.056	.240

$R^2=.184$, $p=.000$

(KU-Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler, ŞK-Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler, KO-Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler, Y-Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler, Ü- Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler)

Otomatik düşünceler ölçeği alt boyutları uyum sorunları ölçeğinin olumlu benlik alt boyutu puanlarındaki varyansın yaklaşık %18’ini [$F_{(5,202)}=9.116$; $p<.01$] açıklamaktadır.

Otomatik düşüncelerin uyum sorunları anti sosyal davranış alt boyutunu üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 5’de gösterilmiştir.

Tablo 5. Otomatik Düşüncelerin Uyum Sorunları (REUTE) Anti Sosyal Davranış Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β
KU	.119	.044	.221
ŞK	-.063	.063	-.149
KO	-.008	.032	-.029
Y	.261	.091	.370
Ü	.009	.079	.015

$R^2=.116$, $p=.000$

(KU-Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler, ŞK-Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler, KO-Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler, Y-Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler, Ü- Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler)

Otomatik düşünceler ölçeği alt boyutları uyum sorunları ölçeğinin antisosyal davranış alt boyutu puanları varyansın yaklaşık %12'sini [$F_{(5,202)}=7.951$; $p<.01$] açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerden ikisinin modele katkıları istatistiki olarak anlamlıdır. Bağımsız değişkenler değerlendirildiğinde yalnızlığa yönelik olumsuz düşüncelerin ($\beta=.370$, $p<.05$), kişisel uyumsuzluğa yönelik olumsuz düşüncelerin ($\beta=.221$, $p<.05$) anlamlı yordayıcı oldukları bulunmuştur.

3.3 Uyum Sorunlarının Cinsiyet, Aile Durumu, Parçalanma Üzerinden Geçen Zamana Göre İncelenmesi

Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin cinsiyete, aile durumuna ve parçalanmanın üzerinden geçen zamana göre uyum sorunları puanları arasında anlamlı farklılığın olup olmadığı t-testi ve tek yönlü varyans analizi ile yapılmıştır ve sonuçlar Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların Uyum Sorunları (REUTE) Puanlarının Cinsiyete, Aile Durumuna ve Parçalanma Üzerinden Geçen Zamana Göre F Değerleri ve t-Testi Sonuçları

Değişken	Kategori	n	\bar{X}	S	t/F değeri	p	sd
Cinsiyet	Kız	134	22.97	10.80	2.07	.04	
	Erkek	74	19.94	8.62			
Aile Durumu	Vefat	65	20.70	8.84	.931	.396	2
	Boşanma	109	22.07	10.14			205
	Diğer	34	23.58	12.40			207
Zaman	0-1 Yıl	43	22.25	11.10	.159	.85	2
	1-5 Yıl	52	22.38	10.47			205
	5(+)	113	21.53	9.71			207

* $p<.05$

Tablo 6'ya göre araştırmaya katılan parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları puanlarının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir ($t(206)=2.07$, $p<.05$). Uyum ortalama puanları erkek öğrencilere ($\bar{X}=19.97$) göre kız öğrencilerin ($\bar{X}=22.97$) lehine anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Yani kızların uyum sorunlarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyumları aile durumuna ve parçalanmanın üzerinden geçen zamana göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$).

3.4. Otomatik Düşüncelerin Cinsiyet, Aile Durumu, Parçalanma Üzerinden Geçen Zamana Göre İncelenmesi

Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin cinsiyete, aile durumuna ve parçalanmanın üzerinden geçen zamana göre otomatik düşüncelerinin arasında anlamlı farklılığın olup olmadığı t-testi ve tek yönlü varyans analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların Otomatik Düşünce Puanlarının Cinsiyete, Aile durumuna ve Parçalanma Üzerinden Geçen Zamana Göre F Değerleri ve t-Testi Sonuçları

Değişken	Kategori	n	\bar{X}	S	t/F değeri	p	sd
Cinsiyet	Kız	134	73.70	31.72	2.57	.01	
	Erkek	74	62.64	25.53			
Aile Durumu	Vefat	65	71.49	28.81	.180	.83	2
	Boşanma	109	68.66	31.45			205
	Diğer	34	70.02	28.62			207
Zaman	0-1 Yıl	43	71.90	33.53	.422	.657	2
	1-5 Yıl	52	66.59	28.54			205
	5(+)	113	70.41	29.54			207

* $p<.05$

Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin otomatik düşünceleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir ($t(206)=2.57$, $p<.05$). Otomatik düşünce puanları erkek öğrencilere ($\bar{X}=62.64$) göre kız öğrencilerin ($\bar{X}=73.70$) lehine anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Kız öğrencilerin olumsuz otomatik düşünceleri erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin otomatik

düşünceleri aile durumuna ve parçalanmanın üzerinden geçen zamana göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$).

4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin otomatik düşünceleri ile uyum sorunları arasında yüksek düzeyde ilişki olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde uyum sorunları ve otomatik düşünceler değişkenlerini birlikte ele alan çalışma yetersizliği araştırma bulguları ile ilgili yorum yapmayı güçleştirmektedir. Literatür incelendiğinde parçalanmış ailelerden gelen bireyler üzerine pek çok çalışmaya rastlanmıştır.

Bu çalışmalar incelendiğinde; Dingiltepe ve Eroglu (2012) yaptıkları çalışmada tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyumlarının parçalanmış aileden gelen ergenlerden yüksek olduğunu, Amato & Keith (1991) 37 farklı çalışmayı inceledikleri meta-analiz çalışmasında ebeveyn boşanmasının veya kalıcı ayrılığın yetişkinlikte yaşam kalitesi üzerinde geniş olumsuz sonuçları olduğunu belirtmişlerdir. Erürker (2007) 5-6 yaş grubu parçalanmış aileye sahip çocukları tam aileye sahip çocuklarla bilişsel işlevler açısından karşılaştırmış ve tam aileye sahip çocukların bilişsel işlevlerinde lehlerine anlamlı fark olduğunu, Yıldız (2016) boşanmış ailelerden gelen 7. ve 8. Sınıfta okuyan öğrencilerin ailelerine güvenli bağlanma düzeyinin yükselmesinin akılcı olmayan inançlarını azalttığını bulmuşlardır.

Bu çalışmalar karşılaştırıldığında ailede parçalanma çeşitli yaş grubu bireylerde olumsuz sonuçlara neden olduğu görülmüştür. Bu çalışmada parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin otomatik düşünceleri arttıkça uyum sorunlarının da arttığı görülmüştür. Parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunları çalışılırken otomatik düşünceler üzerine odaklanılmasının da yararlı olabileceği söylenebilir.

Çoklu regresyon analizleri sonuçlarına göre otomatik düşünceler ölçeğinin kişisel uyumsuzluğa yönelik düşünceler ile yalnızlığa yönelik düşünceler, öfke kontrol problemi ve antisosyal davranışlar üzerinde önemli bir yordayıcıdır. Otomatik düşünceler ölçeği yalnızlığa yönelik düşünceler ve ümitsizliğe yönelik olumsuz düşüncelerin duygusal sıkıntı üzerinde önemli yordayıcı olduğu bulunmuştur. Yalnızlığa yönelik olumsuz düşüncelerin olumlu benlik boyutu hariç tüm boyutlarda önemli yordayıcı olması uyum sorunları üzerinde yalnızlığın önemli derecede etkisi olabileceğini göstermektedir.

Uyum konusu ve otomatik düşünceler konusunda ise ayrı ayrı pek çok çalışmaya rastlanmış olup; Çalıkuşu (2020) ergenlerin olumsuz otomatik düşüncelerinin özgüvenlerini yordadığını, Yeşilyurt (2017) üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne baba tutumu üzerine yaptığı çalışmada demokratik anne baba tutumu arttıkça otomatik düşünce düzeyleri azaldığını, Kuyucu (2007) boşanmış ailede yetişen ergenlerle yaptığı çalışmada benlik saygıları yükseldikçe, bilişsel çarpıtmalarının azaldığını belirtmişlerdir. Şirin ve Izgar (2013) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada iletişim becerileri arttıkça otomatik düşünce puanlarının azaldığını, Tümkaya, Çelik ve Aybek (2011) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada umutsuzluk arttıkça otomatik düşüncelerin de arttığını, yaşam doyumunu arttıkça otomatik düşüncelerin azaldığını belirtmişlerdir. Gürcan (2010) çalışmasında ergenlerin uyumları ile problemlerli internet kullanımları arasında anlamlı ilişki olduğunu, Selimhocoğlu (2009) Kırşehir ili özelinde yaptığı çalışmada davranış ve duygusal bozukluklarına, alışkanlık bozukluklarına göre uyum davranışları ile farklı sosyo-ekonomik düzeyler arasında anlamlı bir farklılık olmadığını bulmuşlardır. Bu çalışmalar karşılaştırıldığında uyum sorunları konusunda farklı sonuçlar elde edildiği görülmüş ve daha fazla araştırma yapılmasının alan yazınına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmada parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin uyum sorunlarının cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Parçalanmış aileden gelen kız ergenlerin erkek ergenlere göre uyum sorunlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. İlgili alan yazına bakıldığında araştırmanın bu bulgularını destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Köksal (2000) müzik eğitimi alan ve almayan ergenlerle yaptığı çalışmada kızların kişisel uyum puanlarının erkeklerin kişisel uyum puanlarından daha düşük olduğunu bulmuştur. Öztemel (2010) çalışmasında öğrencilerin cinsiyetlerine göre kişisel uyumlarında erkekler lehine anlamlı fark bulunmuştur. Şahin ve Tunçel (2008) aileleri baskıcı olmaları, koruyucu olmaları ve geleneksel tutumlarının kızların erkeklerden düşük uyum göstermelerine neden olduğunun söylenebileceğini belirtmişlerdir.

Alan yazınında uyum konusunda cinsiyet açısından erkek ergenlerin uyum sorunlarının daha yüksek olduğu çalışmalara da rastlanmıştır. Toy (2006) sanat eğitimi alan ve almayan on beş-on yedi yaş grubundaki ergenlerle yaptığı çalışmada kız ergenlerin sosyal uyum puanlarının erkek ergenlere göre daha

yüksek olduğu belirtmiştir. Bozdağ (2015) çalışmasında iç göç yaşamış ergenlerle çalışmış ve uyum düzeyleri açısından, anti sosyal davranış ve öfke kontrol problemleri alt boyutlarını cinsiyet açısından anlamlı farklılaşma bulmuştur yani iç göç yaşamış kadınlar iç göç yaşamış erkeklerle kıyaslandığında kadınların uyum düzeylerini daha yüksek bulmuştur.

Alan yazında cinsiyetin uyum ile anlamlı ilişkisi olduğunu desteklemeyen araştırmalara da rastlanmıştır. Alver (1998) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada cinsiyetlerinin genel uyum düzeylerinde anlamlı bir farklılığa sebep olmadığını belirtmiştir. Duman (2008) yaptığı araştırmada 13-16 yaş arasındaki spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin uyumlarının cinsiyete göre anlamlı farklılaşmadığını tespit etmiştir. Dingiltepe ve Eroglu (2012) tam aileye sahip ergenlerin parçalanmış aileye sahip ergenlerde cinsiyetin yaşam doyumunda tek başına anlamlı bir etkisinin olmadığını bulmuşlardır. Yapılan çalışmalar incelendiğinde bu konuda daha fazla araştırma yapılmasının alan yazınına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin otomatik düşünceleri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde kız öğrencilerin otomatik düşüncelerinin erkek öğrencilere göre anlamlı şekilde farklılaştığı bulunmuştur. Kız öğrencilerin otomatik düşünce puanları erkek öğrencilerden yüksektir. Kız öğrencilerde otomatik düşüncelerin daha sık ortaya çıktığı bulunmuştur. Alan yazınında bu bulguyu destekleyen çalışmalara rastlanmıştır. Demez (2016) lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada kendine zarar verme ve otomatik düşünceleri incelemiş ve kız öğrencilerin otomatik düşünce puanlarının erkek öğrencilerden yüksek olduğunu bulmuştur. Aksu (2019) ergenlerde zorbalık, ebeveynlerden algılanan psikolojik kontrolde aracı olarak otomatik düşünceleri incelemiş ve kızların otomatik düşüncelerinin erkeklerden anlamlı şekilde yüksek olduğunu bulmuştur.

Bu araştırmada parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin otomatik düşünceleri ve uyum sorunlarının aile durumuna ve parçalanmanın üzerinden geçen zamana ve parçalanma nedenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Dizman (2003) ebeveynleri ayrı yaşayan ve anne yoksunu çocuklarla ilgili yaptığı çalışmada yoksunluk nedeni, anneden ayrılık süresi ve anneden ayrılma yaşı değişkenlerinin toplam saldırganlık eğiliminden elde edilen puanlarda etkisinin önemli olmadığını belirtmiştir. Bu çalışma araştırmamızı destekler niteliktedir.

Bu araştırma Niğde ili ve ilçelerinde eğitim gören çeşitli nedenlerle parçalanmış aileye sahip lise 9.10.11. ve 12. Sınıf öğrencileri ile yapılmıştır. Farklı yaş grupları ve farklı coğrafi bölgelerde aynı değişkenler araştırılabilir. Bu araştırma sadece parçalanmış aile çocukları ile yapılmıştır. Karşılaştırmalı sonuçlar açısından aynı araştırma tam ve parçalanmış aile öğrencileri üzerinde tekrarlanabilir. Araştırmanın sonuçları açısından liselerde uyum sorunları gösteren parçalanmış aile çocukları ile çalışan alan çalışanları öğrencilerin otomatik düşünceleri üzerinde durabilirler. Parçalanmış ailelerden gelen öğrencilerin uyum sorunları konusunda program geliştiriciler bilişsel terapi temelli rehberlik programları geliştirebilirler.

KAYNAKÇA

Aksu, G. (2019). *12-15 Yaş Arası Ergenlerin Zorbalık Davranışı ile Ebeveynlerden Algıladıkları Psikolojik Kontrol Arasındaki İlişkide Olumsuz Otomatik Düşüncelerin Aracı Rolünün İncelenmesi*, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Alkan, E. Ö. (2018). Aile Parçalanmasının Çocuğun Okul Başarısına Etkisi: Trabzon Örneği. *Karadeniz Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 4(5): 167-225.

Alver, B. (1998). *Bireylerin Uyum Düzeyleri İle Empatik Becerileri Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Amato, P. R. & Keith, B. (1991). Parental Divorce And Adult Well-Being: A Meta-Analysis. *Journal Of Marriage And The Family*: 43-58.

Aral, N. & Gürsoy, F. (2000). Boşanmış ve Boşanmamış Ebeveynlerin Çocuklarının Depresyon Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 1, 18-28.

Beck, J.S. (2019). *Bilişsel Davranışçı Terapi: Temelleri ve Ötesi* (İkinci Basımdan Çeviri). (Çev.: Muzaffer Şahin), Nobel Yayınları, Ankara.

- Bitane, B. S. (2019). *Ergenlerin Algıladıkları Ebeveyn Psikolojik Kontrolü, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Uyum Sorunları İlişkisinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Bozdağ, F. (2015). *İç Göç Yaşamış ve Yaşamamış Ergenlerin Benlik Kurguları, Uyum Düzeyleri, Uyum Sorunları ve Stresle Başa Çıkma Tarzları*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum* (24.Baskı), Pegem Akademi, Ankara.
- Coşkun, K.M. (2019). *Boşanmış ve Evli Ailelerden Gelen Ergenlerin Algıladıkları Anne-Baba Reddi, Psikolojik Uyumları ve Bilişsel Esneklikleri*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çalıküşu, H. (2020). *Ergenlerde Özgüven ile Olumsuz Otomatik Düşünceler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Demez, M. (2016). *Ergenlerde Kendine Zarar Verme Davranışı ile Olumsuz Otomatik Düşünceler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep
- Dingiltepe, T. & Çeçen-Eroğul, A.R. (2012). Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyleri İle Yaşam Kalite Düzeylerinin Karşılaştırılması. *İlköğretim Online*, 11(4) : 1077-1086.
- Dizman, H. (2003). *Anne-Babası ile Yaşayan ve Anne Yoksunu Olan Çocukların Saldırganlık Eğilimlerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Duman, S. (2008). *Almanya'da Yaşayan 13-16 Yaşları Arasında Spor Yapan ve Spor Yapmayan Türk Öğrencilerinin Uyum Düzeylerinin Belirlenmesi ve Karşılaştırılması*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erürker, B. (2007). *Aileye ve Parçalanmış Aileye Sahip 5-6 Yaş Çocuklarının Bilişsel İşlevlerinin Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İstanbul.
- Gürcan, N. (2010) *Ergenlerin Problemlerini İnternet Kullanımları ile Uyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Köksal, A. (2000). Müzik Eğitimi Alma Cinsiyet ve Sınıf Düzeyi Değişkenlerine Göre Ergenlerin Empatik Becerilerinin ve Uyum Düzeylerinin İncelenmesi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(18).
- Kuyucu, Y. (2007). *Boşanmış Ailede Yetişen Ergenlerin Bilişsel Çarpıtmalarıyla Benlik Değeri Arasındaki İlişki*, Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Meriç, B. (2007). *Boşanmış Ailelerdeki Ergenlerin Uyum Düzeylerini ve Sosyal Becerilerini Geliştirmeye Yönelik Bir Grup Rehberliği Çalışmasının Sınanması*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özgüven, İ. E. (1992). Üniversite Öğrencilerinin Sorunları ve Baş Etme Yolları, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 5-13.
- Öztemel, K. (2010). Teknik Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Uyum Düzeylerinin İncelenmesi. *Politeknik Dergisi*, 13(4), 319-325.
- Selinhocaoğlu, A. (2009) Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeylerdeki İlköğretim Okullarında Okuyan Öğrencilerin Anne-Babalarının Değerlendirmesine Göre Uyum Sorunları (Kırşehir İl Örneği), *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (32), 32-42
- Speranza, M. & Midgley, N. "Ergenlerde Zihinsel İşlevsellik Profili". çev. Arık, M. & Benveniste, M. "Psikodinamik Tanı Klavuzu 2". Lingardi, V. & Williams, N.M.(Eds.). (s:317). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, İstanbul, 2020.
- Şahin, C. & Tunçel. M. (2008). Sınıf Öğretmenliği ve Beden Eğitimi Öğretmenliğinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Psikososyal Uyum Düzeylerinin incelenmesi, *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 9(2),45-50.

- Şahin, N.H. & Şahin, N. (1992). Reliability And Validity Of The Turkish Version Of The Automatic Thoughts Questionnaire, *Journal Of Clinical Psychology*, 48: 334-340
- Şirin, H. & Izgar, H. (2013). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Olumsuz Otomatik Düşünceleri Arasındaki İlişki, *İlköğretim Online*, 12(1), 254-266.
- Tabashnick, B.G., & L.S. Fidell.(2013). *Using Multivariate Statistics*. Boston: Pearson,
- Tatay, E. (2015). *Parçalanmış ve Parçalanmamış Aileye Sahip Ergenlerin Akademik Başarı, Öznel İyi Oluş ve Yalnızlık Düzeylerinin Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Tolungüç, N.T. (2016). *Boşanmanın 10-13 yaş grubundaki çocukların benlik kavramlarına etkilerinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Toy, B. (2006). *Sanat Eğitimi Alan ve Almayan 15-17 Yaş Grubundaki Ergenlerin Sosyal Uyumlarının ve Benlik Tasarım Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Tümkaya, S.; Çelik, M. & Aybek, B. (2011) Lise Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışlar, Otomatik Düşünceler, Umutsuzluk ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2), 77-94.
- Türkçapar, H. (2020). *Bilişsel Davranışçı Terapi: Temel İlkeler ve Uygulama (On Altıncı Baskı)*. Epsilon Yayınevi, İstanbul.
- Ulus, L. (2018). Ergen Bireyler İçin Yaşam Becerileri. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(12), 516-537.
- Yaman, K. (2017). *Ergenlerde Anne Baba Algısı, Uyum Düzeyi ve Problemler İnternet Kullanımı*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yeşilyurt, N. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Anne Baba Tutumları ile Otomatik Düşünceleri ve Stresle Baş Etme Tarzları Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldız, C.M. (2016). *Boşanmış Ailelerde Yetişen Çocukların Ebeveynlerine Bağlanma Düzeylerine Göre Akılcı Olmayan İnançlarının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.