

Benlik Kurgularının Ergenlerin Yaşam Doyumu ve Depresyon Düzeylerine Olan Etkisi

The Effect of Self Construals on Adolescents' Life Satisfaction and Depression Level

Ümit Morsünbül¹

¹Yrd.Doç.Dr., Aksaray Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Aksaray

ÖZET

Amaç: Yaşam doyumu ve depresyon ergenlerin ruh sağlığını etkileyen değişkenlerdendir. Ergenlik döneminde özerklik önemli gelişimsel görevlerden biridir. Kültürel psikoloji bağlamında özerklik daha çok benlik kurgusu kavramı ile açıklanmıştır. Bu çalışmanın amacı Kağıtçıbaşı tarafından tanımlanan benlik kurgularının ergenlerin yaşam doyumu ve depresyon ölçeklerinden alınan puanlarına olan etkisinin incelenmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya toplam 494 lise öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların 184'ü erkek, 210'u ise kadındır. Katılımcıların yaşları 14-17 arasında değişmektedir ve yaş ortalaması 15.87'dir ($S_s=0.86$). Veri toplamak amacıyla Ailede Özerk-İlişkisel Benlik Ölçekleri, Yaşam Doyumu Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde Pearson momentler çarpımı korelasyonu ve Path analizi yöntemi kullanılmıştır. **Bulgular:** Çalışmanın sonuçları, benlik kurgularının ergenlerin yaşam doyumu ve depresyon puanlarını anlamlı biçimde yordadığını göstermiştir. Sonuçlar özerk benlik kurgusunun yaşam doyumunu anlamlı olarak yordayamadığını ancak depresyonu pozitif yönde yordadığını, ilişkisel benlik kurgusunun yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığını depresyonu ise anlamlı olarak yordayamadığını ve son olarak da özerk-ilişkisel benlik kurgusunun ergenlerin yaşam doyumlarını pozitif yönde, depresyonu ise negatif yönde anlamlı olarak yordadığını göstermiştir. **Sonuç:** Özerk-ilişkisel benlik kurgusu özerklik ve ilişkisellik gibi iki temel ihtiyacı içinde barındırdığı için hem bireylerin yaşam doyumunu artırmakta hem de depresyon belirtilerine karşı korumaktadır. Bu çalışmanın sonuçları ergenlerin ruh sağlıkları için özerklik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının önemli olduğunu göstermiştir.

Anahtar Sözcükler: Benlik kurgusu, yaşam doyumu, depresyon.

(*Klinik Psikiyatri* 2013;16:18-26)

SUMMARY

Objectives: Life satisfaction and depression are important variables which effect adolescent's mental health. Autonomy is an important developmental task in adolescent period. Autonomy has been explained with the concept of self construal in context of cultural psychology. The purpose of the study is to investigate the effect of self construals that defined by Kağıtçıbaşı on adolescent's scores of life satisfaction and depression. **Method:** A total of 494 high school students participated in the study. Of these 184 were male and 210 were female. Their age range was from 14 to 17 and mean age was 15.87 ($S_d=0.86$). Autonomous-Related Self-in-Family Scales, Satisfaction with Life Scale and Beck Depression Inventory were administered to collect data. Pearson Correlation and Path analysis were used to analyze the data. **Results:** The results revealed that self construals predicted significantly adolescent's life satisfaction and depressive symptoms. Results showed that autonomous self predicted positively depression but did not predict significantly life satisfaction, related self predicted positively life satisfaction but did not predict depression and finally autonomous-related self positively predicted life satisfaction and negatively predicted depression. **Conclusion:** Autonomous-related self both increase individuals' life satisfaction and prevail depression because it covers two basic needs: autonomy and relatedness. The results of this study showed that autonomy and relatedness are both important for the adolescents' mental health. According to results of this study parents and specialists should support adolescents' autonomy and relatedness.

Key Words: Self construal, life satisfaction, depression.

GİRİŞ

Ergenlik döneminde kazanılması gereken önemli gelişimsel görevlerden biri özerklik duygusunun oluşturulmasıdır. Pek çok kuramcıya (Steinberg 2007, Blos 1979) göre ergenlik yılları özerk işlevlerde bulunmanın arttığı yıllardır. Özerklik duygusunun gelişimi ergenlerin ruh sağlığını büyük ölçüde etkilemektedir. Özerklik kavramı pek çok biçimde tanımlanmış olsa da, özerkliğin yapılandırılması ile ilgili kavramsallaştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir.

Kültürel psikoloji bağlamında özerklik daha çok benlik kurgusu (self construal) kavramı ile açıklanmıştır. Bu yönde çalışan araştırmacılar çalışmalarında özerklik kavramı yerine benlik kurgusu kavramını kullanmayı tercih etmişlerdir. Kültürel psikoloji kültürün benlik üzerindeki etkisine odaklanmıştır. Kültürün benlik üzerindeki etkisi ya da nasıl benlik biçimleri meydana getirdiği bir çok çalışmanın konusu olmaktadır. Bireylerin içinde yaşadıkları kültürel çevre bireylerin benlikle ilgili yapılandırmalarını etkilediği gibi aynı zamanda, bilişsel, duygusal ve güdülenmeyle ilgili alanlarını da etkiler (Matsumoto ve Juang 2008, Markus ve Kitayama 1991).

Markus ve Kitayama (1991) kişilerin algılama, duygu ve güdülenmesinin çeşitli yönlerini etkileyen iki farklı benlik kurgusu öne sürmüşlerdir. Bunlar bağımsız (independent) ve karşılıklı bağımlı (interdependent) benlik kurgularıdır. Bağımsız benlik kurgusu, bağımsızlık kültürünün baskın olduğu toplumlarda daha çok görülür. Bağımsızlık kültürü kesin sınırlarla belirlenmiş ayrılmış benlik ilişkilerinin tanımlandığı ortamları, yani kültürel, ailesel ve kişilerarası ilişkiler düzenini içerir. Bu benlik tipinde başkalarının arasından sıyrılmak ve kendisini göstermek, farklı olmak, kendini ifade edebilmek, kişisel amaçları gerçekleştirmek önemlidir. Karşılıklı bağımlı benlik kurgusu ise ilişkililik kültürünün baskın olduğu toplumlarda daha çok görülür. Batı toplumları dışında birçok toplumda bağımsız benlik özelliklerine pek değer verilmez. Karşılıklı bağımlı benlik yapısının baskın olduğu toplumlarda baskın olan değer, başkalarına uymak ve onlarla bağlılığı sürdürmektir.

Özerklik bağlamında düşünüldüğünde ikili bakış açısına göre özerklik bağımsızlık, diğerlerinden ayrı

olmak olarak görülmektedir. Bu tanımlamaya göre ilişkiselliğin baskın olduğu toplumlarda yaşayan bireylerde özerklik gelişiminin çok zor olduğu belirtilmektedir (Kağıtçıbaşı 2005). Kağıtçıbaşı (2005) ikili bakış açısına karşı çıkararak özerkliğin ve ilişkiselliğin birlikte olabileceği bir model önermiştir. Kağıtçıbaşı'na (2005) göre özerklik sadece baskın olarak bireyci özellikler ortaya koyan Batı toplumlarının özelliği olmadığı gibi sadece bağımsızlık olarak da ele alınamaz. Özerkliğin doğru olarak incelenbilmesi için farklı bakış açılarının bütünleştirilmesi gerektiğini belirtmektedir.

Kağıtçıbaşı (2005) sosyokültürel bağlamlara ve aile modellerine dayanarak özerklik modeli önermiştir. Bu modelde iki farklı boyut özerkliği açıklamak için kullanılmaktadır. Bunlar yetkinlik (agency) ve kişilerarası mesafe (interpersonal distance) boyutlarıdır. Yetkinlik boyutunun bir ucunda özerklik diğer ucunda ise bağımlılık bulunmaktadır. Özerklik kendi kendini yönetmek, bağımlılık ise başkaları tarafından yönetilmektir. Kişiler arası mesafe boyutu ise kişilerarası ilişkilerle, özellikle de başkalarına olan bağlılığın derecesiyle ilgilidir. Bu boyutun bir ucunda ayrıklık, diğer ucunda ise ilişkisellik bulunmaktadır. Yetkinlik, kişilerarası mesafe boyutları, aile modelleri ve anababalık tarzı altında bir araya getirildiğinde dört benlik kurgusu ortaya çıkmaktadır. Bunlar sırasıyla özerk (yüksek düzeyde özerkliği, düşük düzeyde ilişkisellik, bağımsız aile modeli), ilişkiyel (yüksek düzeyde ilişkisellik, düşük düzeyde özerklik, bağımlı aile modeli), bağımlı-ayrık (düşük düzeyde özerklik ve ilişkisellik, hiyerarşik sağlıklı aile modeli) ve son olarak da özerk-ilişkiyel (yüksek düzeyde özerklik ve ilişkisellik, duygusal/psikolojik bağlı aile modeli) benlik kurgularıdır. Bu dört benlik kurgusundan bağımlı-ayrık benlik kurgusu psikolojik olarak sağlıklı olan, özerk-ilişkiyel benlik kurgusu ise sağlıklı olan benlik kurgusudur (Kağıtçıbaşı 1996, 2007).

Özerklik ve ilişkisellik temel insan ihtiyaçları olarak ele alınmaktadır (Deci ve Ryan 2000, Ryan ve Deci 2000, Chirkov ve ark. 2003, Kağıtçıbaşı 2005, 2007). Kendini Belirleme Kuramına (Self Determination Theory) göre bütün kültürlerdeki insanlar için üç temel psikolojik gereksinim vardır. Bu üç temel psikolojik gereksinim; özerklik, ilişkisellik ve

yeterlilik gereksinimleridir. Bu temel ihtiyaçlar bireylerin sosyal gelişimlerini yapılandırmalarında ve kişisel iyi oluşları için gereklidir. Kağıtçıbaşı da (2005) özerklik ve ilişkiselliğin birlikteliğinin sağlıklı gelişim için gerekli olduğunu belirtmektedir. Yapılan çalışmalar da (Sheldon ve ark. 2001, Coco ve ark. 2012, van Petegem ve ark. 2012, Chirkov ve ark. 2003, Ryan ve ark. 2006) özerklik ve ilişkiselliğin birlikte sağlıklı olmayı artırdığını göstermiştir.

Türkiye aile, akraba ve sosyal bağların güçlü olduğu bir ülke olarak toplulukçu kültür özelliklerinin baskın olduğu bir toplum olarak değerlendirilmiştir (Hofstede 2001). Ancak yaşanan ekonomik ve sosyal değişimler nedeniyle toplulukçu kültür özellikleri yanında bireyci kültür özelliklerini de göstermeye başlamıştır (Göregenli 1995, Çileli 2000, Karakitapoğlu-Aygün 2002). Yaşanan bu değişim sürecinde toplulukçuluk ve bireyciliğin psikolojik yansımaları olarak benlik kurgularının ergenlerin iyilik hallerini ne yönde etkilediğini incelemek önemli hale gelmiştir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı Kağıtçıbaşı (2005) tarafından tanımlanan benlik kurgularının ergenlerin yaşam doyumuna ve depresyon düzeylerine olan etkisinin incelenmesidir.

Bu amaç doğrultusunda bu çalışmada aşağıdaki hipotezler sınamıştır.

- 1- Özerk benlik kurgusu yaşam doyumunu puanlarını negatif yönde depresyon puanlarını pozitif yönde yordamaktadır.
- 2- İlişkisel benlik kurgusu yaşam doyumunu puanlarını pozitif yönde depresyon puanlarını negatif yönde yordamaktadır.
- 3- Özerk-ilişkisel benlik kurgusu yaşam doyumunu puanlarını pozitif yönde depresyon puanlarını negatif yönde yordamaktadır.

Oluşturulan hipotezlere yönelik önerilen ve test edilecek path model Şekil 1'de gösterilmiştir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma Grubu

Bu çalışmanın araştırma grubunu Ankara'da eğitim gören 210 kadın ve 184 erkek olmak üzere toplam

494 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 14-17, yaş ortalaması 15.87'dir (SS=0.86).

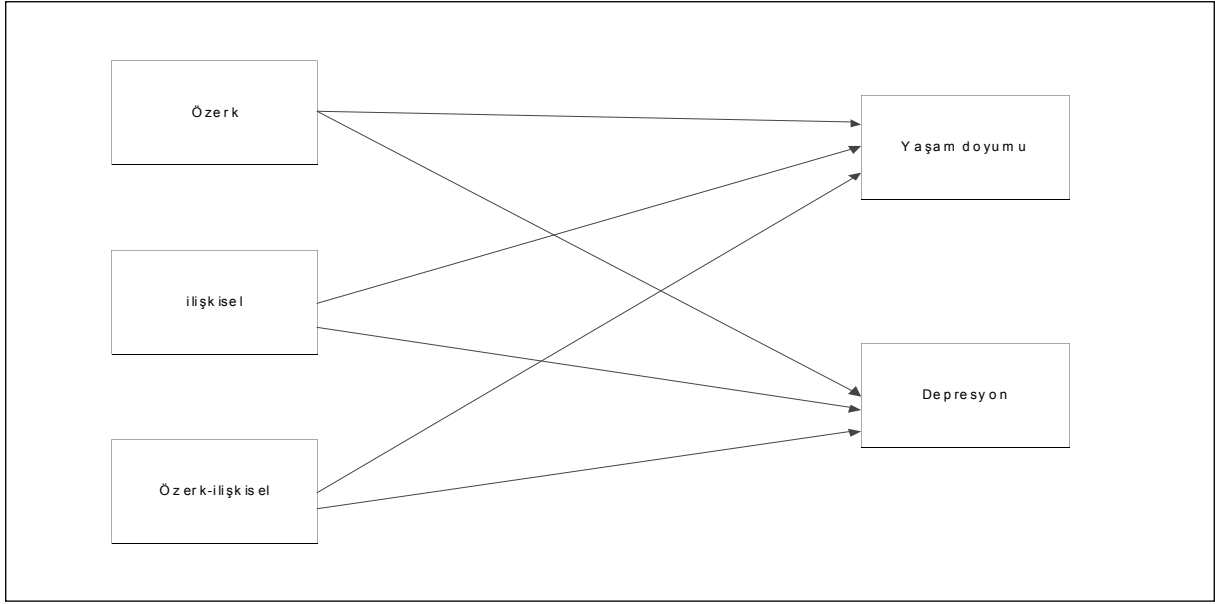
Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların yaş, cinsiyet gibi demografik özelliklerine ilişkin bilgiler kişisel bilgi formu aracılığıyla elde edilmiştir.

Ailede Özerk-İlişkisel Benlik Ölçekleri: Benlik kurgularını ölçmek amacıyla Kağıtçıbaşı (2007) tarafından geliştirilen Ailede Özerk-İlişkisel Benlik Ölçekleri kullanılmıştır. Bu ölçek özerk benlik kurgusunu ölçen 9 madde, ilişkisel benlik kurgusunu ölçen 9 madde ve özerk-ilişkisel benlik kurgusunu ölçen 4 madde olmak üzere toplam 22 madden oluşmaktadır. Maddeler "kesinlikle katılıyorum"dan (5 puan), "kesinlikle katılmıyorum"a (1 puan) doğru sıralanan 5 derecelmeli bir değerlendirme ölçeği üzerinde işaretlenmektedir. Ölçeğin geliştirme çalışmasında Cronbach alfa değerleri özerk benlik kurgusu için .84, ilişkisel benlik kurgusu için .84 ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu için .77 olarak bulunmuştur. Ölçeğin lise grubu için uyarlama çalışması Özdemir ve Çok (2011) tarafından yapılmıştır. Çalışmanın sonucunda Cronbach alfa değerleri özerk benlik kurgusu için .69, ilişkisel benlik kurgusu için .77 ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu için .73 olarak bulunmuştur.

Bu çalışma kapsamında yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa değerleri özerk benlik kurgusu için .64, ilişkisel benlik kurgusu için .74 ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu için .71 olarak bulunmuştur. Ölçek boyutlar ve kategorik olmak üzere iki türlü kullanılabilir. Bu çalışmada boyutlar kullanılmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Ergenlerin yaşam doyumlarını ölçmek amacıyla Diener ve ark. (1984) tarafından geliştirilen ve Köker (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek tek boyutu ölçen 5 maddeden oluşmaktadır. Maddeler "Tamamen katılıyorum"dan (7 puan) "Tamamen karşıyım"a (1 puan) doğru sıralanan 7 derecelmeli bir değerlendirme ölçeği üzerinde işaretlenmektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 5 ile 35 arasında değişmektedir. Ölçeğin güvenilirlik çalışması için yapılan test-tekrar



Şekil 1. Hipotez model.

test güvenilirliği sonucu .85 olarak madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 arasında bulunmuştur. Cronbach alfa değeri .76 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa değeri .78 olarak bulunmuştur.

Beck Depresyon Ölçeği: Depresyonda görülen bedensel, duygusal, bilişsel ve güdüsel belirtileri ölçmek üzere Beck ve ark. (1961) tarafından geliştirilen kendini değerlendirme türü bir ölçektir. 21 sorudan oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Her sorunun puanı 0-3 arasında değişmekte olup ölçeğin toplam puanı 0-63 arasında değişebilmektedir. Ülkemizde yapılan çeşitli çalışmalarda (Tegin 1980, Hisli 1988) ölçeğin geçerliliği ve güvenilirliği test edilmiştir. Tegin (1980) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada iki yarım test ve test-tekrar test yöntemi ile güvenilirlik katsayılarını sırasıyla $r=.78$ ve $r=.65$ olarak saptamıştır. MMPI-D skalasının geçerlilik kriteri olarak kullanıldığı çalışmada iki ölçek arasındaki korelasyon katsayısı $r=.63$ olarak bulunmuştur (Hisli 1988).

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 15 ve Lisrel 8.7 paket programları kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki

korelasyonları belirlemek amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyonu ve benlik kurgularının yaşam doymu ve depresyon puanlarını ne düzeyde yordadığını test etmek amacıyla path analizi kullanılmıştır.

İşlem

Çalışmada ölçme araçlarının sınıflar da uygulanması için ilgili kurumlardan yasal izinler alınmıştır. Ölçme araçları doldurulmadan önce araştırma grubuna çalışma ve ölçme araçları ile ilgili kısa bilgiler aktarılmıştır. Katılımcıların çalışmaya katılımın da gönüllülük esas alınarak bilgilendirilmiş onay formları alınmıştır. Ölçeklerin uygulanması 30-40 dakika arası sürmüştür.

BULGULAR

Bu bölümde ilk olarak çalışmada yer alan değişkenlere ait betimsel istatistikler, değişkenler arasındaki korelasyon değerleri ve daha sonra da path analize ilişkin bulgular aktarılmıştır.

Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler

Tablo 1'de yer alan benlik kurgularına ilişkin ortalamalara bakıldığında özerk-ilişkisel benlik kur-

Tablo 1. Değişkenlere ait ortalama ve standart sapma değerleri

	X	SS
Özerk Benlik Kurgusu	3.15	,58
İlişkisel Benlik Kurgusu	4.15	,64
Özerk- ilişkisel Benlik Kurgusu	4.31	,72
Yaşam Doymu	21.48	7,03
Depresyon	12.3	8,2

Tablo 2. Değişkenler arasındaki korelasyon değerleri

	1	2	3	4	5
1. Özerk Benlik Kurgusu	-				
2. İlişkisel Benlik Kurgusu	-.28**	-			
3. Özerk-İlişkisel Benlik Kurgusu	.27**	.29**	-		
4. Depresyon	.41**	-.11	-.43**	-	
5. Yaşam Doymu	-.13	.42*	.37**	-.53**	-

** p<.01, * p<.05

gusu ortalamasının diğer iki benlik kurgusu puanlarından yüksek olduğu görülmüştür.

Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

Araştırma kapsamındaki değişkenler arasındaki korelasyonlar Tablo 2'de aktarılmıştır.

Tablo 2'de aktarılan değişkenler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde özerk-ilişkisel benlik kurgusunun özerk, ilişkisel benlik kurguları ve yaşam doymuyla pozitif yönde anlamlı, depresyon ile negatif yönde anlamlı ilişkide olduğu görülmektedir. İlişkisel benlik kurgusunun özerk benlik kurgusuyla negatif yönde anlamlı, yaşam doymuyla da pozitif yönde anlamlı ilişkide olduğu görülmektedir. Özerk benlik kurgusunun depresyonla pozitif yönde anlamlı ilişkide olduğu görülmektedir.

Path Modeline İlişkin Bulgular

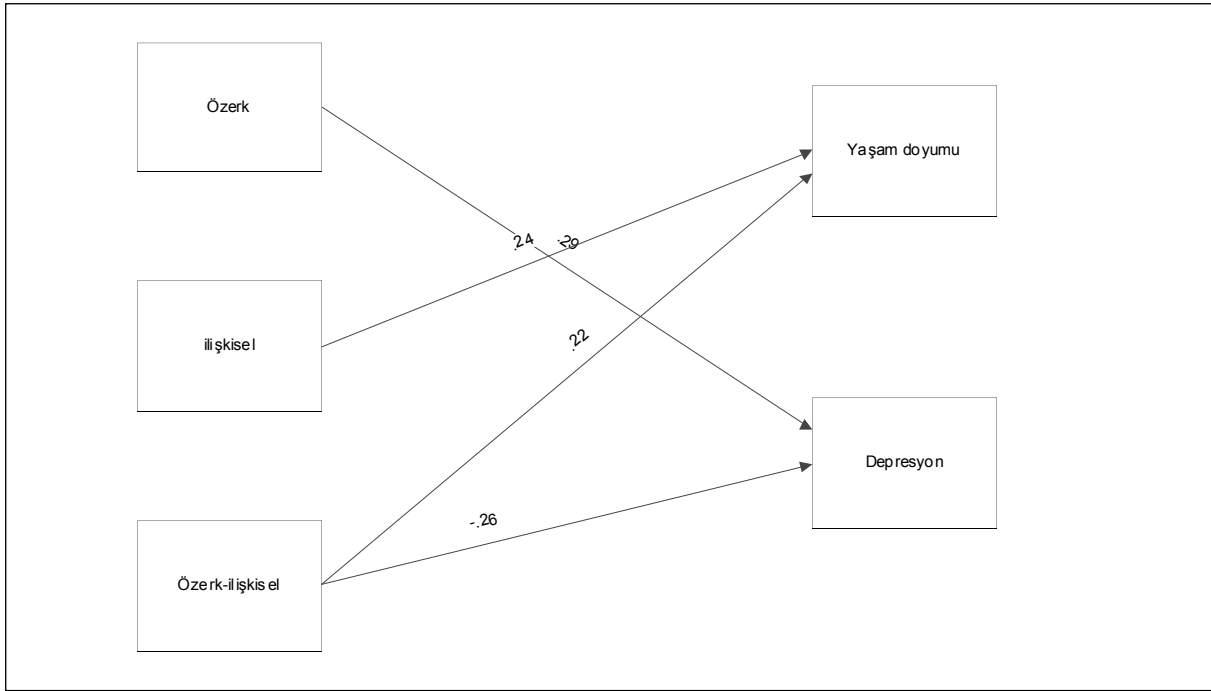
Çalışma kapsamında oluşturulan path modeli Lisrel 8.7 paket programı aracılığıyla test edilmiştir. Path modele ilişkin analiz sonuçları, önerilen path modelin iyi düzeyde uyum iyiliği değerleri ürettiğini göstermektedir. [$\chi^2(Sd=4, N=494)=13.46,$

$p<.001, GFI=.92, AGFI=.91, CFI=.93, RMSEA=.064, SRMR=.043$].

Sonuçlara bakıldığında (Şekil 2) özerk benlik kurgusunun yaşam doymu puanlarını anlamlı olarak yordayamadığını ($\beta=0.07, t=0.87, p>0.05$) ancak depresyon puanlarını anlamlı olarak pozitif yönde yordadığını ($\beta=0.24, t=3.69, p<0.01$) göstermiştir. İlişkisel benlik kurgusunun yaşam doymu puanlarını anlamlı olarak pozitif yönde ($\beta=0.29, t=3.74, p<0.01$) yordadığı ancak depresyon puanlarını anlamlı olarak yordayamadığı ($\beta=0.05, t=0.69, p>0.05$) bulunmuştur. Özerk-ilişkisel benlik kurgusunun yaşam doymu puanlarını anlamlı olarak pozitif yönde ($\beta=0.22, t=3.44, p<0.01$), depresyon puanlarını ise anlamlı olarak negatif yönde yordadığı ($\beta=-0.26, t=4.21, p<0.01$) saptanmıştır. Bu sonuçlara ek olarak benlik kurgularının birlikte yaşam doymundaki varyansın %33.16'sını, depresyondaki varyansın %31.22'sini açıkladığı bulunmuştur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın amacı Kağıtçıbaşı (2005) tarafından tanımlanan benlik kurgularının ergenlerin yaşam



Şekil 2. Path Modele ilişkin standardize edilmiş parametre değerleri.

doymu ve depresyon puanlarına olan etkisinin incelenmesidir. Analiz sonuçları benlik kurgularının ergenlerin yaşam doymu ve depresyon puanlarını anlamlı biçimde yordadığını göstermiştir. Araştırma sonuçları benlik kurgularının ergenlerin yaşam doymularının %33.16'sını, depresyon düzeylerinin de %31.22'sini açıkladığını göstermiştir.

Sonuçlar özerk benlik kurgusunun yaşam doymu puanlarını anlamlı olarak yordayamadığını ancak depresyon puanlarını pozitif yönde yordadığını göstermiştir. Özerk benlik kurgusu yüksek düzeyde özerkliği ancak düşük düzeyde ilişkiselliği yansıtmaktadır. Psikodinamik yaklaşım özerkliği bağımsızlık olarak, kişinin artan biçimde kendi kararlarını verme kapasitesi ve yaşam görevlerini anababasından bağımsız olarak yönetmesi olarak görmektedir (Blos 1979, Steinberg ve Silverberg 1986). Özerk benlik kurgusuna sahip olan ergenler kararlarını anababalarından ayrı, tek başlarına almaya çalışırlar. Bu durum da ergenleri karar alma ya da yaşamla ilgili kurgulamalarında yalnız kalmasına neden olmaktadır. İncinebilirlik olarak özerklik yaklaşımı Beck'in depresyonun bilişsel modeline dayanmaktadır. Bu modele göre özerklik

bir kişilik yapısıdır. Yüksek özerklik düzeyine sahip bireyler depresif belirtiler göstermeye daha eğilimlidirler. Beck'e göre yüksek özerklik düzeyine sahip bireyler, özgürlüğe, başarıya, bireyleşmeye çok fazla yatırım yapmışlardır. Bu bireyler herhangi bir başarısızlık durumunda, ya da özerkliklerinin kısıtlandıklarında algıladıklarında depresif semptomlara karşı savunmasız olurlar (Beck 1983). Bu çalışmanın sonuçları sağlıklı gelişim için anababadan ayrılmak, uzaklaşmak gerektiğini belirten psikodinamik açıklamaların bu çalışmanın araştırma grubu için geçerli olmadığı söylenebilir. Yapılan başka çalışmalarda da (Grotevant ve Cooper 1986, Ryan ve Deci 2000, Yeh ve Yang 2006) ergenlerin anababalarından tamamıyla ayrılmalarının sağlıklı bir yol olmadığını da belirtmektedirler.

Araştırmanın başka bir sonucunda göre ilişkisel benlik kurgusunun yaşam doymu puanlarını pozitif yönde yordadığını depresyon puanlarını ise anlamlı olarak yordayamadığını göstermiştir. İlişkisel benlik kurgusu ilişkiselliğin yüksek ancak özerkliğin düşük düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu benlik kurgusuna sahip olan ergenler büyük ölçüde yaşamla ilgili kararlarını tek başına almakta ve daha çok anababasının kararlarını doğru-

dan kabul edip yaşamlarına aktarmaktadırlar. Bu çalışmada yer alan ilişkisel benlik kurgusuna sahip katılımcılar için yüksek düzeyde ilişkisellik bireylerin yaşam doyumlarını artırırken, depresyona karşı koruyamamaktadır. Bu bireyler Marcia'nın kimlik statüleri bağlamında düşünüldüğünde büyük ölçüde ipotekli kimlik statüsüne sahiptirler. Bu ergenlerin yaşam doyumları yüksek ancak yaşamıyla ilgili yeni keşifler yapma konusunda isteksizdirler. Keşiflerde bulunmak bu bireyler için kaygı vericidir (Marcia 1980, Vleioras ve Bosma 2004, Morsümbül 2010).

Araştırmanın sonuçları özerk-ilişkisel benlik kurgusunun ergenlerin yaşam doyum puanlarını artırdığını, depresyon puanlarına karşıda koruduğunu göstermiştir. Özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip olan ergenler hem kendi kararlarını vermekte hem de anababalarıyla olan yakın ilişkilerini sürdürmektedirler. Özerk-ilişkisel benlik kurgusu özerklik ve ilişkisellik gibi iki temel ihtiyacı içinde barındırdığı için hem bireylerin yaşam doyumunu artırmakta hem de depresyona karşı dirençli duruma getirmektedir (Chirkov ve ark. 2003, Ryan ve ark. 2006, Ryan ve Deci 2000, van Petegem ve ark. 2012). Bu benlik kurgusuna sahip ergenler özerk davranmakta ancak olumsuz yaşam deneyimlerinde de anababalarından yardım almaktadırlar (Kağıtçıbaşı 2005). İtalyan (Coco ve ark. 2012), Belçikalı (van Petegem ve ark. 2012) ve Çinli (Chen ve ark. 2011) ergenlerle yapılan çalışmalarda özerklik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının birlikte bulunabileceğini ve ergenlerin ruh sağlığını olumlu yönde yordadığını göstermiştir.

Türkiye'de benlik kurgularının ergenlerin yaşam doyumunu ve depresyon puanları üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalar çok sınırlıdır. Benlik kurguları ile yaşam doyumunu ve olumlu/olumsuz duygular arasındaki ilişkileri inceleyen çalışma da (Özdemir, 2012) yaşam doyumunu açısından ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip ergenlerin özerk benlik kurgusuna sahip ergenlerden daha yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip olduğunu göstermiştir. Bu sonuç da bu çalışmanın yaşam doyumunu ile ilgili sonuçlarını desteklemektedir.

Benlik kurgularının bu çalışmanın araştırma grubundaki ortalamalarına bakıldığında özerk-ilişkisel benlik kurgusunun ortalamasının diğer iki

benlik kurgusundan yüksek olduğu, ilişkisel benlik kurgusu ortalamasının da özerk benlik kurgusu ortalamasından yüksek olduğu görülmüştür. Türkiye'de yapılan diğer çalışmalarda (Tuncer 2005, Dost 2006, Özdemir ve Çok 2011) ilişkisel benlik kurgusu ortalamalarının diğer iki benlik kurgusu ortalamalarından yüksek olduğu saptanmıştır. Ancak hem bu çalışma da hem de diğer çalışmalarda (Tuncer 2005, Dost 2006, Özdemir ve Çok 2011) ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu ortalamalarının birbirine çok yakın oldukları bulunmuştur. Türkiye Cumhuriyet sonrası hızlı modernleşme ile birlikte toplumsal ve kültürel dinamikler açısından hızlı değişimler yaşamıştır. Bu değişimle birlikte kişilerarası ilişkilerin, aile bağlarının önemini hala sürdürdüğü ancak özerkliğe de geçmiş zamanlara göre daha fazla önem verildiği görülmüştür (Harlak 2012). Bu çalışmada da ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu ortalamalarının daha yüksek saptanması bu değerlendirmeyi desteklemektedir.

SONUÇ

Bu çalışmanın sonuçları ergenlerin psikolojik sağlıkları için anababaların ve ergenlerle çalışan uzmanların ergenlerin sağlıklı gelişim onların temel ihtiyaçları olan özerklik ve ilişkisellik ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri için ergenlere destek sağlamaları ve rehberlikte bulunmaları ergenlerin daha sağlıklı gelişmesini sağlayacağını göstermiştir. Gelişimsel açıdan ergenlerin bireyleşme ve özerklik sürecinin kimlik gelişimi için çok önemli olduğu ancak bu sürecin anababadan ayrışmayı zorunlu olarak gerektirmediği göz önünde bulundurulması yararlı olabilir.

Bu çalışma önemli sonuçlar ortaya koymasına rağmen bazı sınırlılıklar göstermektedir. Bu çalışma kesitsel bir çalışmadır ancak benlik kurgularının ruh sağlığı değişkenlerini nasıl yordadığının daha iyi değerlendirilebilmesi için bundan sonraki çalışmalarda boyamsal desenin kullanılması daha yararlı olabilir. Bu çalışmada ergenlik döneminde yaşam doyumunu ve depresyon puanlarını açıklamak için benlik kurgularının etkisi araştırılmıştır. Ancak özellikle ergenlik döneminde bu değişkenleri etkileyen pek çok değişken (bağlanma biçimleri, kişilik özellikleri, kimlik, ailesiyle birlikte/ayrı yaşıyor olmak, parçalanmış ailelerden gelmek gibi) ergen-

lerin yaşam doymu ve depresyon puanlarını etkileyebilir. Farklı çalışmalarda benlik kurgularının yanında farklı değişkenlerinde kullanılması yaşam doymu ve depresyon puanlarını açıklanmada daha yararlı olabilir. Bu çalışmanın bir diğer sınırlılığı ise bağımlı-ayrık benlik kurgusunun değerlendirmeye alınmamasıdır. Bunun temel sebeplerinden biri Kağıtçıbaşı'na (2005) göre bu benlik kurgusu ile ilgili olarak yeterince görgül bulgunun bulunma-

masıdır. Bu sınırlılıklarına rağmen bu çalışmanın sonuçları ergenlik dönemiyle ilgili önemli sonuçlar ortaya koymuştur.

Yazışma adresi: Dr. Ümit Morsünbül, Aksaray Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Aksaray, morsunbulumit@gmail.com

KAYNAKLAR

- Beck AT, Ward CH, Mendelson M ve ark. (1961) An inventory for measuring depression. *Arch. Gen. Psychiatry*, 4:561-571.
- Beck AT (1983) Cognitive Therapy of Depression: New perspectives. *Treatment of Depression: Old Controversies and New Approaches* PJ Clayton, JE Barrett (Ed), New York, Raven.
- Blos P (1979) *The Adolescent Passage*. Madison, International University Pres.
- Coco L, Francesca L, Lo Cricchio MG ve ark. (2012) Autonomy and connectedness among Italian emerging adults: Their relations with psychological well-being, ISSBD Conference, Edmonton, Canada.
- Chen B, Beyers W, Vansteenkiste M ve ark. (2011) Motivational underpinnings of identity styles in Chinese adolescents. *SRCD Conference*, Montreal, Canada.
- Chirkov VI, Ryan RM, Kim Y ve ark. (2003) Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations and well-being. *J Per Soc Psychol*, 84:97-109.
- Çileli M (2000) Change in value orientations of Turkish youth from 1989 to 1995. *J Psychol*, 134:297-305.
- Deci EL, Ryan RM (2000) The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychol Inquiry*, 11: 227-268.
- Diener E (1984) Subjective well-being. *Psychol Bul*, 95:542-575.
- Dost A (2006) Personal narratives of Turkish males and females (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Grotevant HD, Cooper CR (1986) Individuation in family relationships: A perspective on individual differences in the development of identity and role taking skill in adolescence. *Human Dev*, 29:82-100.
- Hisli N (1988) Beck depresyon envanteri'nin geçerliliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6:118-122.
- Hmel BA, Pincus AL (2002) The meaning of autonomy: On and beyond the interpersonal circumplex. *J Pers*, 70:277-310.
- Hofstede G (2001) *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions, and Organizations Across Nations*. Thousand Oaks, Calif, Sage.
- Göregenli M (1995) Kültürümüz açısından bireycilik-toplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10:1-14.
- Kağıtçıbaşı Ç (1996) Özerk-ilişkisel benlik: Yeni bir sentez. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11:36-44.
- Kağıtçıbaşı Ç (2005) Autonomy and relatedness in cultural context. Implication for self and family. *J Cross-Cultural Psychol*, 36:403-422.
- Kağıtçıbaşı Ç (2007) *Family, Self, and Human Development Across Cultures: Theory and Applications*. London, Lawrence Erlbaum Associates.
- Karakitapoğlu-Aygün Z, İmamoğlu EO (2002) Value domains of Turkish adults and university students. *J Soc Psychol*, 142:333-351.
- Köker S (1991) Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doymu düzeylerinin karşılaştırılması (Yüksek Lisans Tezi), Ankara, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Marcia JE (1980) Identity in adolescence. *Handbook of Adolescent Psychology*, J Adelson (Ed), New York, Wiley.
- Harlak H (2012) Kültür bağlamında benlik ve gençlerde benlik kurguları. *Türkiye'de Gençlik*, M Eskin, Ç Dereboy, H Harlak ve ark. (Ed), Ankara: Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği Yayınları.
- Markus HR, Kitayama S (1991) Culture and self: Implication for cognition, emotion and motivation. *Psychol Rev*, 98:224-253.
- Matsumoto D, Juang L (2008) *Culture & Psychology*. Belmont, Thomson-Wadsworth.
- Morsünbül Ü (2010) Ergenlikte kimlik gelişimini açıklayan yaklaşımlar/modeller: Ergen ruh sağlığı açısından sonuçları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17:105-111.
- Özdemir Y, Çok F (2011) "Ailede özerk-ilişkisel benlik ölçeklerinin" lise öğrencileri için uyarlanması ve psikometrik özellikleri. *İlköğretim Online*, 10:121-132.
- Özdemir Y (2012) Ergenlerin öznel iyi oluşlarının özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4:188-198.
- Ryan RM, Deci EL (2000) Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am Psychol*, 55: 68-78.
- Ryan RM, Deci EL, Grolnick, WS ve ark. (2006) The significance of autonomy and autonomy support in psychological development and psychopathology. *Developmental*

Psychopathology: Theory and Method, D Cicchetti, DJ Cohen (Ed), New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.

Sheldon KM, Elliot AJ, Kim Y ve ark. (2001) What's satisfying about satisfying events? Comparing ten candidate psychological needs. *J Per Soc Psycho*, 80:325-339.

Steinberg L (2007) *Adolescence*. New York, Mcgraw Hill Inc.

Steinberg L, Silverberg SB (1986) The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Dev*, 57:841-851.

Tegin B (1980) Depresyonda bilişsel bozukluklar: Beck modeline göre bir inceleme (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tuncer G (2005) The self in family context and traditional fam-

ily values on attitudes toward paternalistic leadership style (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, Koç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

van Petegem S, Beyers, W, Vansteenkiste, M ve ark. (2012) On the association between adolescent autonomy and psychosocial functioning: Examining decisional (in) dependence from a self-determination theory perspective. *Dev Psychol*, 48:76-88.

Vleioras G, Bosma HA (2004) Are identity styles important for psychological well being? *J Adolesc*, 28:397-409.

Yeh KH, Yang YJ (2006) Construct validation of individuating and relating autonomy orientations in culturally Chinese adolescents. *Asian J Soc Psychol*, 9:148-160.