

Düşük Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ergenlerde Olumsuz Yaşam Olayları, Özdenetim Becerisi ve Problem Davranışlar

Güntülü Teranlı Metin

Mehmet Harma

Gülbin Gökçay

Hacettepe Üniversitesi

Kadir Has Üniversitesi

İstanbul Üniversitesi

Reyhan Bahçivan-Saydam

İstanbul Üniversitesi

Özet

Bu çalışma, düşük sosyo-ekonomik düzeyden gelen erken ergenlik dönemindeki bireyler tarafından deneyimlenen olumsuz yaşam olayları ile problem davranışlar arasındaki ilişkiyi ve özdenetimin bu ilişkideki aracı rolünü incelemektedir. Araştırmanın örneklemini, İstanbul, Esenler'de yaşayan, 7. ve 8. sınıfta öğrenim gören 358 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada Demografik Bilgi Formu, Olumsuz Yaşam Olayları Listesi, Özdenetim Ölçeği ve problem davranışları ölçmek amacıyla 11-18 Yaş Ergenler için Kendini Değerlendirme Ölçeği (YSR 11-18) kullanılmıştır. Ergenler tarafından rapor edilen olumsuz yaşam olaylarının, içe yönelim ve dışa yönelim problemleri ile doğrudan ilişkisini, özdenetim aracılığıyla da dolaylı ilişkisini test etmek amacıyla yol (path) analizi; model testlerinin cinsiyetler arası karşılaştırılmasında da çoklu grup yol (path) analizi kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ergenlerin deneyimledikleri olumsuz yaşam olayları sayısının, içe yönelim ve dışa yönelim problemlerini hem doğrudan hem de özdenetim becerisi üzerinden dolaylı olarak yordadığı görülmektedir. Deneyimlenen olumsuz yaşam olayı sayısı arttıkça özdenetimdeki başarı azalmakta, içe yönelim ve dışa yönelim problemleri ise artmaktadır. Ayrıca, olumsuz yaşam olaylarının içe yönelim problemlerini, özdenetim becerisinin de dışa yönelim problemlerini daha güçlü yordadığı bulunmuştur. Olumsuz yaşam olayları ve problem davranışlar ilişkisinin, özdenetimin de bu ilişkideki aracı etkisinin cinsiyetler arasında farklılaşmadığı görülmektedir. Bulgular, ergenlik döneminde özdenetim becerilerinin öncülleri ve sonuçlarına ilişkin alanyazın temelinde tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Özdenetim, olumsuz yaşam olayları, duygusal-davranışsal problemler, düşük sosyo-ekonomik düzey

Abstract

The aim of the study was to examine the relationship between negative life events and emotional-behavioral problems among adolescents from low SES; and the mediator role of self-regulation (SR) in this relationship. The study consisted of a sample of 358 7th and 8th grade-students living in Esenler neighborhood, İstanbul. Students were asked to complete a series of questionnaires, including Demographic Information Form, Life Events Checklist, Self-Regulation Inventory and Youth Self Report (YSR). Path Analysis was run to examine the associations between negative life events and internalizing-externalizing problems via self-regulation. Stability of these relationships across gender was also examined by multiple-group path analysis. Results showed that negative life events predicted both internalizing and externalizing problems directly and indirectly via self-regulation. As the number of negative life events increased, the level of self-regulation skills deteriorated, in turn, it predicted internalizing and externalizing problems. Negative life events more strongly predicted internalizing problems than externalizing problems, whereas self-regulation more strongly predicted externalizing problems than internalizing problems. Besides, the relationship between negative life events and emotional-behavioral problems, and the mediator role of self-regulation in the link between negative life events and problem behaviors did not change across gender. These findings were discussed in relation to the relevant literature focusing on the indicators and outcomes of self-regulation skills among adolescents.

Key words: Self-regulation, negative life events, emotional-behavioral problems, low socio-economic status

Yazışma Adresi: Uzm. Psk. Danışman Güntülü Teranlı Metin, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü Doktora Öğrencisi, Beytepe/ Ankara

E-posta: guntuluu@yahoo.com

Yazar Notu: Bu çalışma ilk yazarın, üçüncü ve dördüncü yazar danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tezinin bir kısmı temel alınarak hazırlanmıştır.

Ergenlik, biyolojik, bilişsel ve sosyal alanda sayısız değişimle tanımlanan, çocukken erişkin olacak öznenin değişimle baş ettiği ve yaşam boyu ihtiyacı olacak yeterlilikleri geliştirdiği bir dönemdir (Newcomb, Huba ve Bentler, 1981). Özellikle erken ergenlik dönemi, yamsal değişimlerin ve olayların zincirleme bir biçimde gerçekleştiği gelişimsel bir geçiş dönemi olarak tanımlanmakta (Simmons, Burgeson, Carlton-Ford ve Blyth, 1987), bu dönemde artan fiziksel ve psikolojik sorunların, değişim ve deneyimlenen olumsuz yaşam olayları ile önemli ölçüde ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Compas, Howell, Phares, Williams ve Giunta, 1989; Larson ve Ham, 1993).

Olumsuz yaşam olaylarının bireyde stres yaratarak birçok bedensel ve psikolojik hastalığı tetiklediği bilinmektedir (Rabkin ve Struening, 1976). Yoksulluğun ve çevresel olumsuzlukların da yaşam olaylarının etkilerini azaltacak veya bireyi bu olaylardan koruyacak kaynaklara erişimi kısıtladığı, dolayısıyla bireyi daha kırılgan hale getirdiği ifade edilmektedir (DuBois, Felner, Brand, Adan ve Evans, 1992). Son dönemde çok ses getiren Noble ve arkadaşları (2015) tarafından yapılan boylamsal çalışma, yoksulluğun pek çok olumsuz ve yetersiz psiko-sosyal etkisinin yanı sıra, çocuklukta ve ergenlikte beyinde yapısal olumsuzluklara "yol açtığını" göstermiştir. Buna göre, beyindeki yapısal farklılıkların olduğu bölgelerin dil becerilerinden, uzamsal becerilerden ve özdenetimle işaret edebilecek yönetici işlevlerden sorumlu olduğu ileri sürülmektedir. Bu nedenle, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde, olumsuz yaşam olaylarının etkilerinin ve bu etkileri azaltacak etkenlerin araştırılması önem kazanmaktadır.

Ergenlik dönemi araştırmaları, ergenlerin deneyimledikleri olumsuz yaşam olaylarının, duygusal-davranışsal uyumun bozulmasında (Deater-Deckard, Dodge ve Bates, 1998; Flouri ve Kallis, 2011; Gerard ve Buehler, 2004), dikkat eksikliği, hiperaktivite, karşı gelme bozukluğu, major depresyon gibi psikiyatrik sorunların görülmesinde (Flouri ve Kallis, 2011; Tiet ve ark., 2001) etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Çok sayıda stresli yaşam olayı deneyimleyen ergenlerde okul başarısı düşmekte, psikolojik-fiziksel belirti sayısı, davranış problemleri (Dornbusch, Mont-Reynaud, Ritter, Chen ve Steinberg, 1991) kaza ve yaralanmalar (Padilla, Rohsenow ve Bergman, 1976) artmaktadır. Ayrıca bu gençlerde hırsızlık, mala zarar verme, madde kullanımı, şiddet gibi suça yönelik davranışların da daha sık görüldüğü ifade edilmektedir (Vaux ve Ruggiero, 1983).

Ergenlerdeki bu tür duygusal-davranışsal sorunların değerlendirilmesinde, Achenbach ve arkadaşlarının deneysel yöntemle dayalı sınıflandırma yaklaşımı yaygın bir şekilde kullanılmaktadır (Achenbach, 1966; Achenbach ve Edelbrock, 1978). Bu yaklaşıma göre, sorun

davranışlar, içe yönelim ve dışa yönelim adı verilen iki faktörde yoğunlaşmaktadır. İçe yönelim, kaygı ve depresyonla tanımlanan duygusal sorunları ifade ederken (Kovacs ve Devlin, 1998); dışa yönelim sorunları, görünen ve dış çevreye yönelik olumsuz etkileri olan davranışlar olarak tanımlanmaktadır (Liu, 2004).

Olumsuzluklara maruz kalan bireylerle yapılan uzun süreli araştırmalarda, risklere rağmen uyum sorunları göstermeyen sağlıklı bireylerin varlığı da gözlemlenmiştir. Bu bireylerin durumu, dayanıklılık (resiliency) olarak tanımlanmakta; dayanıklı bireylerin birtakım bireysel, ailesel ve çevresel koruyucu özelliklere sahip olduğu ifade edilmektedir (Werner, 1995). Olumlu iletişim ve problem çözme becerileri, dışa dönük, bağımsız, sevecen ve duyarlı kişilik özellikleri, bilişsel yetenekler, özdenetim, yeni durumlara uyum sağlama yeteneği, içsel denetim odağı, *bireysel koruyucu etkenler*dir (Garmezy, 1991; Lengua, 2002; Werner, 1995). Yetkin (authoritative) ebeveynlik yaklaşımı, ebeveyn eğitim düzeyi, en az bir ebeveyn veya kardeş tarafından sağlanan duygusal destek ve yakın çevrede olumlu model olabilecek, güvenli ilişki kurulan akraba, öğretmen, komşu veya akrana sahip olmak ise *ailesel ve çevresel koruyucu etkenler*dir (Werner, 1993; 1995).

Bireysel koruyucu etkenlerden biri olan özdenetim, bireyin düşüncelerini, duygularını, dürtülerini, arzularını ve dikkate dayalı bilişsel süreçlerini denetlemek için kendi kendine uyguladığı bilinçli veya bilinçdışı kontrol olarak tanımlanmaktadır (Vohs ve Baumeister, 2004). Kopp'un (1982) gelişimsel modeline göre özdenetimin temelleri, yaşamın ilk aylarına dayanmaktadır. Bu dönemde yenidoğana sunulan rutin besleme, uyuma ve bakım, yenidoğanın dış dünyanın belirgin özelliklerini anlamasına ve içsel kontrolü sağlamasına yardımcı olur. Bebek, zamanla kendi duygularını ve bilişsel süreçlerini kontrol edebilmeye başladığında, başlangıçta bakım veren tarafından sağlanan bu denetimi içselleştirmeye başlar (Posner ve Rothbart, 2009). Okul öncesi dönemde artık yetişkinden bağımsız bir denetimden bahsedilebilir. Bu dönemden itibaren çocuk, sorun çözme, neden-sonuç ilişkisi kurma, stratejik düşünme gibi gelişen bilişsel becerilerinin de etkisiyle davranışlarını birçok duruma ve beklentiye uyarlayabilmekte, isteklerini daha uzun süre erteleyebilmektedir (Kopp, 1982).

Orta çocuklukta, ergenlikte, hatta yetişkinlikte de gelişimini sürdüren özdenetim (Green, Fry ve Myerson, 1994; Murphy, Eisenberg, Fabes, Shepard ve Guthrie, 1999), olumlu sosyal beceriler, akran ilişkileri (Eisenberg ve ark., 1997), akademik başarı (Duckworth ve Seligman, 2005) ve duygusal-davranışsal uyum (Tangney, Baumeister ve Boone, 2004) ile olumlu yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Düşük özdenetim düzeyi ise içe yönelim-dışa yönelim sorunları (Eisenberg ve

ark., 2001; Krueger, Caspi, Moffitt, White ve Stouthamer-Louber, 1996), alkol kullanımı (Quinn ve Fromme, 2010) ve riskli cinsel davranışlar (Raffaelli ve Crockett, 2003) ile olumlu yönde anlamlı ilişkiye sahiptir.

Özdenetim, bireyin stres karşısında etkili başa çıkma yöntemlerini kullanabilmesini, oluşan olumsuz duygu durumunu kontrol edebilmesini ve ortadan kaldırmalarını sağlayarak bireyi korur (Ataman, 2011; Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001). Özdenetimin, bireyin stres etkenlerini önceden tahmin edebilmesi, önleyici ve etkileri azaltıcı eylemleri planlayabilmesi olarak tanımlanan ileriye yönelik başa çıkmayı (proactive coping) da sağladığı ifade edilmektedir (Aspinwall ve Taylor, 1997).

Bu işlevleri ile özdenetim, sosyo-duygusal sorunlara yol açma ihtimali fazla olan risk etkenlerinin varlığında daha da önem kazanmaktadır (Masten ve Coatsworth, 1998). Özdenetimin, risklerin varlığında dayanıklılığı sağlayan koruyucu etkenlerden biri olduğu görüşü pek çok çalışma tarafından desteklenmektedir. Sosyo-ekonomik, ailesel ve çevresel risk etkenlerine maruz kalan ilköğretim çocuklarının sahip olduğu özdenetim becerilerinin, riskler ve uyum sorunları arasındaki ilişkinin şiddetini azalttığı; birçok risk etkenine maruz kalan ve özdenetim düzeyi düşük olan çocukların, özdenetim düzeyi yüksek olanlara kıyasla daha fazla uyum ve davranış problemlerine sahip olduğu görülmektedir (Lengua, Bush, Long, Kovacs ve Trancik, 2008; Lengua ve Long, 2002). Yine düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip 8-17 yaş arası çocuk ve gençlerden özdenetim düzeyi yüksek olanların düşük olanlara kıyasla sosyal ve akademik anlamda daha yeterli olduğu; bu gençlerin davranış sorunlarının daha az olup, depresyon ve kaygı belirtilerinin daha düşük düzeyde olduğu ortaya konmaktadır (Buckner, Mezzacappa ve Beardslee, 2009). Özdenetimin bir boyutu olan bilişsel duygu düzenleme de olumsuz yaşam olayları karşısında görülen depresyon ve kaygı belirtilerini azaltan bir etkenidir (Garnefski ve ark., 2001). Türkiye’de üniversite örneklemleri ile yapılan bir çalışmada da, bilişsel duygu düzenlemenin stres veren yaşam olayları karşısında görülen depresyon ve kaygı belirtilerini azaltan bir etken olduğu bulunmuştur (Ataman, 2011). Bu çalışmalar özdenetimin, risk altındaki bireylere yönelik planlanacak önleyici çalışmaların odağında olması gerektiğine işaret etmektedir.

Ülkemizde, özdenetimi ergenlik dönemi bağlamında ele alan az sayıda araştırma bulunmaktadır (Batum ve Yağmurlu, 2007; Harma, 2008; Sarıtaş ve Gençöz, 2012; Türkeş, 2004; Ulaşan Özgüle, 2011). Ayrıca fiziksel ve psikolojik hastalıkların yordayıcısı olan yaşam olayları ülkemizde çoğunlukla üniversite öğrencileri ve yetişkinlerde ele alınmakta; çocukluk ve ergenlik dönemindeki yaşam olaylarına değinen çalışmalar ise sınırlı sayıda

kalmaktadır (Aybay, 1993; Aysev, 1992; Tüzün, 1993). Bu nedenle düşük sosyo-ekonomik düzey gibi süregelen bir risk altında yaşayan ve olumsuz yaşam olayları deneyimleyen erken ergenlik dönemindeki bireylerin psikolojik durumunun ortaya konulmasına; bu bireylerin dayanıklılığını artıracak koruyucu özelliklerin incelenmesine ihtiyaç vardır.

Bu çalışmada, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerde olumsuz yaşam olayları ile problem davranışlar arasındaki ilişki ve bu ilişkide özdenetimin rolü incelenmektedir. Bulguların, ülkemizdeki ergen özdenetimi alanyazınına, özellikle sosyo-ekonomik risklere sahip ergenlerde olumsuz yaşam deneyimlerinin nasıl risk faktörü oluşturabileceğinin ve özdenetimin bu risklerin etkilerini nasıl azaltabileceğinin altını çizerek katkıda bulunması beklenmektedir.

Yöntem

Katılımcılar

Araştırmanın örneklemini İstanbul’un Esenler ilçesindeki bir ortaokula devam eden 7. ve 8. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan 400 öğrenciden 42 tanesi, anketlerindeki boş sorular nedeniyle analizlere dahil edilmemiştir. Yaşları 12-16 arasında değişen, yaş ortalaması 13.10 ($S = .80$) olan öğrencilerin %53.10’u ($n = 190$) kız, %46.90’ı ($n = 168$) ise erkektir. Araştırmaya katılan ergenlerin annelerinin %8.4’ü okur-yazar olmayıp %57.8’i ilköğretim mezunudur. Babaların ise %1.1’i okur-yazar değilken, %50.6’sı ilköğretim mezunudur. Annelerin %86.9’u, babaların ise %6.4’ü çalışmamaktadır. Ergenlerin ailelerinin %14.8’i 750TL ve altı, %52.2’si 750-1500TL, %19’u 1500-2000 TL, %14’ü ise 2000TL ve üstü gelir düzeyine sahiptir.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu. Çalışmaya katılan ergenlerin yaş ve cinsiyet bilgilerini, ebeveynlerinin eğitim, meslek ve gelir durumlarını içeren sorulardan oluşmaktadır. Katılımcıların beyan ettikleri anne ve baba eğitim düzeyi ile aylık gelir puanları ayrı ayrı standardize edilerek (z puanı hesaplanarak) bu üç değişkenin ortalaması alınmış ve sosyo-ekonomik düzey (SED) puanı oluşturulmuştur (benzer hesaplamalar için bkz. Gündüz, Yağmurlu ve Harma, 2015).

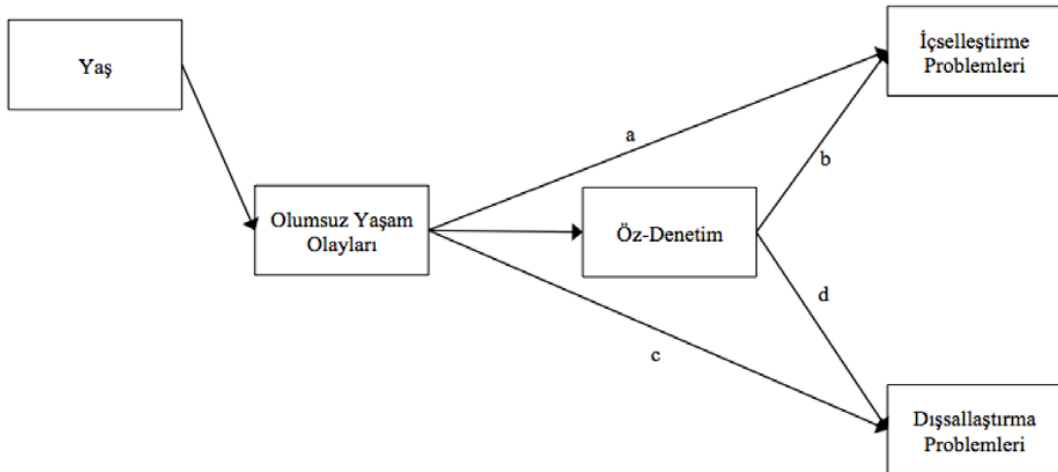
Olumsuz Yaşam Olayları Listesi. Çocuk ve gençler için kullanılan Yaşam Olayları Listesi’nin (Brand ve Johnson, 1982) kısaltılmış formudur (Goodman ve ark., 1998). Yaşam Olayları Listesi, olumlu ve olumsuz 46 yaşam olayından oluşurken, kısaltılmış Olumsuz Yaşam Olayları Listesi 26 maddeliktir ve aile, ebeveyn ve arkadaşlarla ilgili şahit olunan ya da maruz kalınan olumsuz yaşam olaylarını içermektedir. Yaşam Olayları Liste-

si'nde katılımcılara olayların son bir yıl içinde yaşanıp yaşanmadığı sorulmakta; yaşanan olayın 'olumlu' veya 'olumsuz' olarak sınıflandırılması, olayın bireyde bıraktığı etkinin derecesinin 'hiç', 'biraz', 'çok', 'çok fazla' şeklindeki 4'lü likert tipi ölçek üzerine işaretlenmesi istenmektedir. Ölçeğin, yapılan araştırmanın içeriğine göre birden farklı şekilde puanlanması mümkündür. Bu çalışmada, kısaltılmış Olumsuz Yaşam Olayları Listesi kullanıldığı için olayların 'olumlu' veya 'olumsuz' şeklinde sınıflandırılması istenmemiş; katılımcıların yanlış hatırlama riskini ortadan kaldırmak için son bir yıl içinde deneyimlenen değil, anketin doldurulduğu zamana dek deneyimlenen yaşam olayları sorgulanmış ve *biraz, çok, çok fazla* etkilenilen yaşam olaylarının sayısı toplanarak 'etkilenilen olumsuz yaşam olayı' puanı elde edilmiştir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, etkilenilen olumsuz yaşam olayı sayısının fazla olduğuna işaret etmektedir. Araştırmanın bulguları sunulurken kullanılan 'olumsuz yaşam olayları' ifadesi, 'etkilenilen olumsuz yaşam olayları' na karşılık gelmektedir.

Liste maddeleri araştırmacılar tarafından Türkçeye çevrilmiş; iki dile de hâkim iki araştırmacının katkısıyla çeviri-geri çeviri işlemleri yapılmış; çeviriler arasındaki farklılık ve tutarlılıklar gözden geçirilerek listeye son şekli verilmiştir. İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü Anket-Araştırma-Uygulama Komisyonu'nun talebi ile listedeki 'kız arkadaştan /erkek arkadaştan ayrılma' ve 'yakın arkadaştan uzaklaşma' maddeleri, 'Sevdiğin bir arkadaştan ayrılma/uzaklaşma' şeklinde birleştirilmiştir. Liste, maddelerin anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla yirmi öğrenciden oluşan bir gruba uygulandıktan sonra tüm örneklem grubuna uygulanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .76 bulunmuş olup, kabul edilebilir düzeyde iç tutarlığa sahip olduğu görülmüştür.

Özdenetim Ölçeği. Özdenetim Ölçeği (*Adolescent Self Regulatory Inventory-ASRI*), Moilanen (2005) tarafından ergenlerin özdenetim becerilerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Hem ergen hem de ebeveyn formu bulunan ölçek, ergenlerin duygularını, davranışlarını, düşünce ve dikkatlerini ne derece harekete geçirdiklerini, uyarladıklarını, kontrol ettiklerini, sürdürdüklerini ve kısıtladıklarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçekte "Bir şeyi çok istiyorsam ona hemen sahip olmak isterim" veya "Arkadaşlarım dışarı gitmek istediğinde kendimi çalışmak için tutabilirim" gibi ifadelerden oluşan, 'Bana hiç benzemiyor', 'Bana benzemiyor', 'Bana biraz benziyor' ve 'Bana çok benziyor' şeklinde işaretlenen 32 madde bulunmaktadır. Ölçekte özdenetimde yeterliliğe işaret eden maddeler 1 (Bana hiç benzemiyor) ile 4 (Bana çok benziyor) arasında puanlanırken, özdenetimde yetersizliğe işaret eden maddeler (2, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 16, 17, 28, 29, 30, 31, 32) ters puanlanmaktadır.

Moilanen (2005) tarafından yapılan analizlerde *uzun dönemli* ve *kısa dönemli* özdenetim faktörleri elde edilmiş; ebeveyn ve ergen formlarının iç tutarlılık katsayıları her iki faktör için de yüksek bulunmuştur (Kısa dönem $\alpha_{\text{ebeveyn}} = .85$, $\alpha_{\text{ergen}} = .84$; uzun dönem $\alpha_{\text{ebeveyn}} = .87$, $\alpha_{\text{ergen}} = .89$). Ölçeğin Türkçeye çevirisi Harma (2008) tarafından yapılmıştır. Yapılan açımlayıcı faktör analizinde özdenetimde *başarı* (18 madde) ve *yetersizlik* (14 madde) olarak adlandırılan iki boyut ortaya çıkmıştır. Başarı boyutu varyansın %19.15'ini (ebeveyn bildiriminde %26.07), yetersizlik boyutu da %10.07'sini (ebeveyn bildiriminde %7.12) açıklamaktadır. Yapılan iç tutarlılık analizinde ise, başarı boyutunun iç tutarlığı $\alpha_{\text{ebeveyn}} = .89$, $\alpha_{\text{ergen}} = .85$; yetersizlik boyutunun iç tutarlığı ise $\alpha_{\text{ebeveyn}} = .79$, $\alpha_{\text{ergen}} = .80$ olarak tespit edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları, açımlayıcı faktör analizi ile tutarlılık göstermiştir.



Şekil 1. Kavramsal Model

Bu çalışmada iki faktör arasındaki yüksek korelasyondan ötürü ($r = .79$), özdenetimde yetersizlik maddeleri ters çevrilerek, başarılı özdenetim becerileri olarak tek bir boyutta hesaplanmıştır. Dolayısıyla, ölçekten alınan yüksek puanlar başarılı özdenetim becerilerine işaret etmektedir.

11-18 Yaş Ergenler İçin Kendini Değerlendirme Ölçeği. Bu ölçek (*The Youth Self Report- YSR*), 11-18 yaş arasındaki gençlerin davranışsal ve duygusal problemleri ile yeterlilik alanlarını tarama amacıyla Achenbach ve Edelbrock tarafından geliştirilmiş öz bildirim dayalı bir ölçektir (Achenbach, 1991; Achenbach ve Edelbrock, 1986). Çocuk Davranışlarını Değerlendirme Ölçeği (*Child Behavior Checklist-CBCL*) ile büyük ölçüde paralellik gösteren ölçekte 17 yeterlilik, 112 sorun davranış maddesi bulunmaktadır. Yeterlilik ile ilgili maddeler, gencin katıldığı etkinlikler, aile ve akranlar ile ilişkiler, okul hayatı ve sağlık gibi konuları kapsamaktadır. Sorun davranışlar bölümü ise, “Okul başarımları düşüktür”, “Çok tartışıyorum” gibi birinci tekil şahıs kullanılarak oluşturulan, son altı ayda görülme sıklığına göre 0 (Doğru Değil), 1 (Bazen ya da Biraz Doğru) ve 2 (Çok ya da Sıklıkla Doğru) şeklinde işaretlenen maddelerden oluşmaktadır. Ölçekteki 14 madde sosyal istenirlik (social desirability) maddelerinden oluşmakta, toplam problem puanına dahil edilmemektedir. Ölçek verileri girildikten sonra bireysel ve gruba ait toplam problem puanları ve profiller elde edilmektedir (Achenbach, 1991; Achenbach ve Edelbrock, 1986).

Ölçekten *İçe Yönelim* ve *Dışa Yönelim* adlı iki ayrı davranış puanı, ölçeğin tümünden de *Toplam Problem* puanı elde edilmektedir. Bu çalışmada ölçeğin sorun davranışlar bölümü ile ölçekten elde edilen içe yönelim ve dışa yönelim puan türleri kullanılmıştır. Ölçeğin 2001 formuna ait test-tekrar test güvenilirlik katsayıları Toplam Yeterlikte .88, İçe Yönelimde .84, Dışa Yönelimde .83, Toplam Problemden ise .87 iken; iç tutarlılık katsayıları aynı sıra ile .92, .89, .89 ve .95 olarak tespit edilmiştir (Erol ve Şimşek, 2010). Ölçeğin faktör yapısının uygunluğunu test etmek için yapılan doğrulayıcı faktör analizine göre ölçeğin belirtilen sorun davranışları pozitif ve tatmin edici düzeyde ölçtüğü belirlenmiştir (RMSEA = .046). Ayrıca ölçeğin genel olarak tüm alt testlerde klinik ve klinik olmayan örneklemeleri birbirinden anlamlı ölçüde ayırt ettiği ifade edilmektedir (Erol, Kılıç, Ulusoy, Keçeci ve Şimşek, 1998).

İşlem

Araştırma verileri, 2 Nolu Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan ve İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü Anket ve Araştırma İzin Komisyonu'ndan alınan izinler sonrasında toplanmıştır. Anketler, araştırmacının bulunduğu bir ders saati (40 dk.) içinde, gönüllülük esasına dayanılarak toplanmıştır.

Analiz Stratejisi

Bu çalışmada ilk önce çalışma değişkenlerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı test edilmiş, korelasyon analizi ile de yaş ve sosyo-ekonomik düzeyin çalışma değişkenleri ile ilişkisi analiz edilmiştir. İkinci olarak, temel değişkenler arası korelasyonlar sunulmuştur. Üçüncü olarak, MPlus 6.12 (Muthén ve Muthén, 2007) paket programı aracılığıyla önerilen model testleri yapılmıştır. Buna göre, ergenlerin rapor ettiği olumsuz yaşam olayları sayısının içe yönelim ve dışa yönelim problemlerini doğrudan ve özdenetim becerileri aracılığıyla dolaylı olarak yordadığı doymuş model test edilmiştir (bkz. Şekil 1). Ayrıca, hangi ilişkinin istatistiksel olarak daha güçlü olduğunu anlamak amacıyla bir dizi model karşılaştırması yapılmıştır. Bu amaçla, sırasıyla; olumsuz yaşam olayları sayısından içe yönelim problemlerine giden yol ile özdenetim becerisinden içe yönelim problemlerine giden yoldaki katsayılar birbirine eşitlenmiş ve Wald testi kullanılarak doymuş model ile karşılaştırılmıştır (bkz. Şekil 1, a = b). Bu sayede içe yönelim problemlerini olumsuz yaşam olayları sayısının mı yoksa özdenetim becerilerinin mi istatistiksel olarak daha güçlü yordadığı test edilmiştir. Aynı strateji, dışa yönelim problemleri için de uygulanmıştır (bkz. Şekil 1, c = d). Son olarak, önerilen modelin cinsiyete göre karşılaştırması yapmak amacıyla model testlerinde grup karşılaştırmaları yapılmıştır. Bütün model testlerinde yanlılık-düzeltilmiş bootstrap tekniği (bias-corrected bootstrapping method) kullanılmıştır. Bu teknik özellikle aracı değişkenli model testlerinde 400 kişiden az örneklem söz konusuysa önerilmektedir (McCartney, Burchinal ve Bub, 2006).

Bulgular

Çalışma değişkenlerinin bağımsız örneklem t-testi ile cinsiyete göre karşılaştırılması sonucu, sadece kız ergenlerin ($Ort = 22.46, S = 9.93$) erkeklere ($Ort = 16.11, S = 7.28$) oranla daha yüksek içe yönelim problemleri beyan ettikleri bulunmuştur, $t(356) = 6.80, p < .001$, (bkz. Tablo 1). Bu nedenle, model testleri aşamasında önerilen model testlerinin üstüne, kız ve erkek ergenler için iki farklı model testi yapılmıştır.

Ergenlerin yaş ve SED'i ile çalışma değişkenleri arasındaki ilişkilerin incelendiği korelasyon analizine göre ise ergenin yaşı ile olumsuz yaşam olayları sayısı, SED ile de özdenetim becerileri arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (bkz. Tablo 2). Dolayısıyla, model testlerinde olumsuz yaşam olayları üzerinde yaş değişkeni kontrol edilmiştir. Olumsuz yaşam olayları sayısının ergenlerin içe yönelim ve dışa yönelim problemleri ile olumlu yönde, özdenetim becerileri ile ters yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Beklenilen şekilde,

Tablo 1. Çalışma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

	Kız (n = 190)		Erkek (n = 168)		t
	Ort.	S	Ort.	S	
Olumsuz Yaşam Olayları ¹	3.91	2.79	3.75	2.60	.54
Özdenetim	2.56	.36	2.58	.34	.50
İçe Yönelim Problemleri	22.46	9.93	16.11	7.28	6.80***
Dışa Yönelim Problemleri	11.43	7.77	11.66	8.11	.27

¹ Standard sapma değerinin yüksekliği göz önüne alındığında, olumsuz yaşam olayları değişkeninin normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir. Normallik varsayımını ihlal edecek değerler bulunmamıştır (skewness = .96; kurtosis = .87). Dolayısıyla değişkene transformasyon yapılmadan çalışmada kullanılmaya devam edilmiştir.

daha fazla olumsuz yaşam olayları beyan eden ergenler, daha fazla içe yönelim ve dışa yönelim problemleri belirtmişlerdir. Söz konusu olumsuz yaşam olayları sayısı arttıkça, beyan edilen özdenetim becerileri puanları da daha düşük olmuştur. Ayrıca, ilgili yazınla tutarlı olarak, özdenetim becerileri hem içe yönelim hem de dışa yönelim problemleri ile ters yönde ilişkili bulunmuştur (bkz. Tablo 2).

Olumsuz Yaşam Olayları ile İçe Yönelim ve Dışa Yönelim Problemleri Arasındaki İlişkide Özdenetimin Rolü

Ergenlerin deneyimledikleri olumsuz yaşam olayı sayısının içe yönelim ve dışa yönelim problemleri ile doğrudan, özdenetim becerileri ile de dolaylı olarak nasıl ilişkili olduğunu test etmek amacıyla bir dizi yol (path) analizi yapılmıştır. Test edilen modelde, betimleyici istatistiklerde elde edilen bulgular ışığında, katılımcıların beyan ettiği olumsuz yaşam olayı sayısı üzerinde yaş değişkeni kontrol edilmiştir. İlk olarak, analiz stratejisinde de bahsedildiği üzere, doğrudan ve dolaylı ilişkilerin olduğu iki model test edilmiş ve hangi modelin veriye daha iyi uyum sağladığına bakılmıştır. Buna göre ilk olarak, yaş değişkeni kontrol edildikten sonra olumsuz yaşam olayları sayısının ve özdenetim becerilerinin içe yönelim ve dışa yönelim problemlerini yor-

dadığı model test edilmiştir. İkinci modelde ise olumsuz yaşam olayları ile içe yönelim ve dışa yönelim problemleri arasındaki ilişkiyi ergenlerin özdenetim becerilerinin değişimlediği (mediation) model test edilmiş ve iki model karşılaştırılmıştır. Her iki modelin de veriye iyi uyum sağladığı bulunmuştur ($\chi^2(3) = 3.59, p = .67, CFI = .99, RMSEA = .01, 90\% CI [.00, .06]; \chi^2(5) = 6.79, p = .44, CFI = .94, RMSEA = .03, 90\% CI [.00, .09], sırasıyla$). Yapılan ki-kare farklılık testi sonucuna göre, doğrudan ilişkiler modeli ile dolaylı ilişki modelinin anlamlı olarak birbirinden farklılaşmadığı bulunmuştur ($\Delta\chi^2(2) = 3.20, p = .37$). Dolayısıyla hem doğrudan hem de dolaylı ilişkilerin olduğu dolaylı model ile analizlere devam edilmiştir. Özetle, Şekil 2’de de görüldüğü üzere, ergenlerin deneyimledikleri olumsuz yaşam olayları sayısı, içe yönelim ve dışa yönelim problemlerini hem doğrudan hem de özdenetim becerisi üzerinden dolaylı olarak yordamaktadır. Daha fazla olumsuz yaşam olayı beyan eden ergenlerin, daha düşük özdenetim becerisi ($\beta = -.17, p < .01$) ve daha fazla içe yönelim ($\beta = .36, p < .001$; Dolaylı etki güven aralığı: 99% CI [.01, .08]) ve dışa yönelim problemleri ($\beta = .21, p < .001$; Dolaylı etki güven aralığı: 99% CI [.02, .13]) beyan ettikleri görülmüştür.

Tablo 2. Yaş ve SED ile Çalışma Değişkenleri Arası Korelasyonlar

	1	2	3	4	5
1. Yaş					
2. SED	-.04				
3. Olumsuz Yaşam Olayları	.16**	-.10			
4. İçe Yönelim Problemleri	.04	-.05	.40***		
5. Dışa Yönelim Problemleri	.08	.07	.28***	.57***	
6. Özdenetim	-.04	.11*	-.17**	-.30***	-.48***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Bu aşamada ayrıca özdenetim becerisinin mi yoksa olumsuz yaşam olaylarının mı içe yönelim ve dışa yönelim problemlerini daha güçlü yordadığı, yapılan bir dizi model sınırlaması (constrained) ile test edilmiş ve Wald istatistikleri incelenmiştir. Bir diğer deyişle beta değerleri arasındaki farkın anlamlılığı test edilmiştir (Bruin, 2006). Buna göre model sınırlamasında öncelikle, olumsuz yaşam olayları ve içe yönelim problemleri arasındaki ilişki ile özdenetim becerisi ve içe yönelim problemleri arasındaki ilişkinin beta değerleri birbirine eşitlenmiştir (Şekil 1'de $a = b$ gibi). Daha sonra iki ilişkinin eşitliği Wald istatistiği ile test edilmiştir. Wald istatistiği sonucuna göre iki beta katsayısının birbirinden anlamlı olarak farklılaştığı ($Wald(1) = 36.86, p < .001$), olumsuz yaşam olaylarının ($\beta = .36$), içe yönelim problemleri için özdenetim becerisine ($\beta = -.24$) göre daha güçlü bir yordayıcı olduğu bulunmuştur. Benzer işlem dışa yönelim problemlerini yordayan olumsuz yaşam olayları ve özdenetim becerileri için de yapılmıştır. Wald istatistiği sonucuna göre özdenetim becerilerinin ($\beta = -.44$) dışa yönelim problemlerini, olumsuz yaşam olaylarına göre ($\beta = .21$) daha güçlü yordadığı bulunmuştur ($Wald(1) = 111.49, p < .001$).

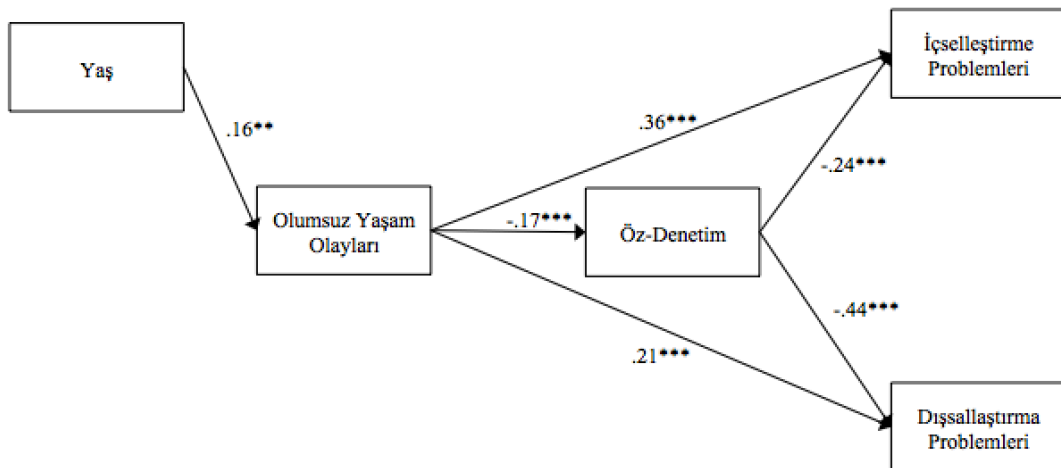
Özetle, olumsuz yaşam olaylarının sayısının hem doğrudan hem de özdenetim becerileri üzerinden içe yönelim ve dışa yönelim problemlerini yordadığı gösterilmiştir. İçe yönelim problemlerini olumsuz yaşam olaylarının, dışa yönelim problemlerini de özdenetim becerilerinin daha güçlü yordadığı bulunmuştur. Özellikle içe yönelim problemleri bakımından elde edilen cinsiyet farklılıkları, önerilen modelin farklı cinsiyetlerde de test edilmesi gerekliliğini göstermektedir.

Önerilen Modellerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Modelde tanımlanan değişkenler arası ilişkilerin cinsiyetler arası farklılaşıp farklılaşmadığı, çoklu grup analizi ile test edilmiştir. Her ilişkinin eşdeğerliliğinin (invariance) incelendiği bu analize, ortalamalar (means) ve kesen (intercept) değerlerinin eşdeğerliliği eklenmiştir. Çoklu grup yol (path) analizi için öncelikli olarak bütün parametrelerin serbest bırakıldığı model ile değişkenler arasındaki ilişkilerin birbirine eşitlendiği iki model karşılaştırılmıştır. Serbest bırakılan (freed) model ($\chi^2(3) = 3.59, p = .67, CFI = .99, RMSEA = .01, 90\% CI [.00, .06]$) ile sınırlandırılmış (constrained) model ($\chi^2(6) = 5.20, p = .52, CFI = .98, RMSEA = .02, 90\% CI [.00 - .09]$) arasında anlamlı bir değişiklik olmadığı bulunmuştur ($\Delta\chi^2(3) = 1.61, p = .44$). Buna göre, modeldeki ilişkilerin cinsiyetlere göre değişmediği bulunmuştur. Bir diğer deyişle, olumsuz yaşam olayları sayısı ile içe yönelim ve dışa yönelim problemleri arasındaki ilişkinin özdenetim becerileri üzerinden açıklanması, her iki cinsiyette de benzer bir örüntü göstermiştir.

Tartışma

Bu çalışmanın temel amacı, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki erken ergenlik dönemindeki bireylerin deneyimledikleri olumsuz yaşam olayı sayısı ile davranış problemleri ilişkisini ve özdenetimin olası koruyucu bir faktör olarak bu ilişkideki rolünü incelemektir. Ayrıca, araştırma değişkenlerinin ve model testlerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı ele alınmakta, yaş ve sosyo-ekonomik düzeyin araştırma değişkenleri ile ilişkisi incelenmektedir.



** $p < .01$, *** $p < .001$

Şekil 2. Olumsuz Yaşam Olayları ve İçe Yönelim/Dışa Yönelim Problemleri Arasında Özdenetimin Aracı Rolü

Araştırma bulguları, olumsuz yaşam olaylarının içe yönelim ve dışa yönelim sorunlarını hem doğrudan hem de özdenetim becerisi üzerinden yordadığını göstermektedir. Olumsuz yaşam olaylarının içe yönelim sorunlarını, özdenetim becerilerinin de dışa yönelim sorunlarını daha güçlü yordadığı görülmektedir. Yalnızca içe yönelim sorunlarının kızlarda anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Yaşla birlikte deneyimlenen yaşam olayları da artmaktadır. Ayrıca, sosyo-ekonomik düzeyin azalmasıyla özdenetim becerilerinin de azaldığı görülmektedir.

Duygusal-davranışsal sorunları cinsiyete göre karşılaştıran analiz sonuçlarında, kızların erkeklerden anlamlı düzeyde fazla içe yönelim sorunu bildirdikleri görülmektedir. Bu bulgu, geçmişteki araştırmalar ile tutarlıdır (Erol ve ark., 1998; Sourander, Helstela ve Helenius, 1999). Ergenlik öncesinde görülmeyen ancak ergenlikte oluşan bu farkı açıklayan modellerde, kızların erkeklerden farklı olan stresle baş etme yöntemleri, öz-saygı ve atılganlık düzeyleri gibi bazı özelliklerinin bulunduğu, bu etkenlerin biyolojik ve sosyal güçlüklerle bir araya geldiğinde depresyon ve kaygı bozukluklarının görülme ihtimalini artırdığı ifade edilmektedir (Nolen-Hoeksema ve Girgus, 1994). Ayrıca kızların maruz kaldığı hormonal düzensizlikler, erkeklerden daha olumsuz beden imajına sahip olmaları, cinsel istismarın her türüne daha fazla maruz kalmaları, ebeveynlerin ve toplumun bağımsızlıklarını engelleyen tutumları ve beklentileri gibi biyolojik ve toplumsal güçlükler, içe yönelim sorunlarında cinsiyet farkını yaratan başlıca etkenlerdir (Nolen-Hoeksema ve Girgus, 1994).

Ergenlik döneminde deneyimlenen olumsuz yaşam olaylarını ele alan araştırmalara bakıldığında, kızların erkeklerden anlamlı düzeyde fazla olumsuz yaşam olayı bildirdikleri görülmektedir (Allgood-Merten, Lewinsohn ve Hops, 1990; Dornbusch ve ark., 1991; Gore, Aseltine ve Colten, 1992). Ancak bu çalışmada, deneyimlenen yaşam olayı sayısının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Söz konusu araştırmalarda son bir yıl içinde deneyimlenen yaşam olayları sorgulanmakta iken, bu çalışmada anketin doldurulduğu zamana kadar deneyimlenen tüm yaşam olayları sorgulandığından, ergenliğin yaşam olayları açısından kızlar aleyhine olan etkisinin ortaya çıkmamış olduğu düşünülebilir.

Farklı yaş gruplarıyla yürütülen birçok çalışmada, özdenetim düzeyinin de kızlarda anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir (Eisenberg ve ark., 1996; Harma, 2008; Lengua ve ark., 2008; Raffaelli, Crockett ve Shen, 2005). Kızların lehine olan bu farklılık, erken dönemde itibaren farklı olan sosyalleşmeye bağlı mizaç özellikleri, nörolojik farklılık (olgunlaşma) gibi sebeplere dayanmaktadır (Raffaelli ve ark., 2005). Bu çalışmada ise özdenetim puanı, cinsiyetler arasında anlamlı düzeyde

farklılaşmamaktadır. Düşük sosyo-ekonomik düzeyden gelen veya diğer risk etkenlerine sahip olan çocuk ve ergenlerle yürütülen bazı çalışmalarda da cinsiyete dayalı farklılaşma görülmektedir (Buckner, Mezzacappa ve Beardslee, 2003; Lengua, 2002). Özdenetim gerektiren durum ve eylemlerde bulunmanın uzun vadede bireyin özdenetim gücünü artırdığı ifade edilmektedir (Muraven ve Baumeister, 2000; Muraven, Baumeister ve Tice, 1999). Düşük sosyo-ekonomik düzeyden gelen ergenlerin, maddi ve manevi ihtiyaçlarını gerektiği anda karşılayamama ihtimallerinin fazla oluşundan ötürü, cinsiyet farkı olmaksızın doyumunu ertelemeyi öğrendikleri düşünülebilir. Sonraki çalışmaların, söz konusu görüşü test etmesi için farklı sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerin özdenetim becerilerinin karşılaştırmasını, görgül olarak test etmesi gerekmektedir.

Yaş ve araştırma değişkenlerinin ilişkisine bakıldığında, yaşın olumsuz yaşam olayları sayısı ile olumlu yönde anlamlı ilişki gösterdiği görülmektedir. Bu bulgu, yazındaki ilgili araştırmalarla uyumludur ve yaşam alanlarında (okul, arkadaşlar, aile vb.) gerçekleşen değişimlerin yaşla birlikte artmasıyla açıklanmaktadır (Chandler, Million ve Shermis, 1985; Compas, Davis ve Forsythe, 1985; Larson ve Ham, 1993). Ayrıca, katılımcıların gelir düzeyi ile özdenetim puanları arasında olumlu yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Düşük sosyo-ekonomik düzeyin, beraberinde getirdiği fiziksel ve psiko-sosyal riskler nedeniyle özdenetim gelişimini olumsuz etkilediği bilinmektedir (Lengua, Honorado ve Bush, 2007). Düşük sosyo-ekonomik düzeydeki çocukların orta gelirli aile çocuklarına kıyasla şiddet, tek ebeveynlilik, ebeveynler arası çatışma, olumsuz ebeveynlik davranışları, kalabalık ve olumsuz ev koşulları gibi risklere daha fazla maruz kaldıkları; özdenetimde de daha düşük performans gösterdikleri ifade edilmektedir (Evans ve English, 2002; Lengua, 2009).

Ergenlik döneminde deneyimlenen stresin beyin gelişimine etkilerini ele alan araştırmalar, stresin bu dönemdeki fizyolojik ve duygusal değişikliklerde önemli rol oynayan ve henüz olgunlaşma sürecinde olan limbik ve kortikal sistemlerin yapısı ile işlevlerini olumsuz etkilediğini ortaya koymaktadır (Eiland ve Romeo, 2013). Stres veren yaşam olaylarına maruz kalan ergenlerde, kaygı düzeyinin fazla olduğu ve bu bireylerin duygusal uyarıcılar karşısında amigdala aktivitelerinin daha fazla arttığı ifade edilmektedir (Ganzel, Kim, Gilmore, Tottenham ve Temple, 2013). Beynin duyu merkezlerine olan bu doğrudan etkilerin yanı sıra, olumsuzlukların yarattığı stresin, ebeveyn tutumları aracılığıyla da özdenetimi etkilediği düşünülmektedir. Stresin, ebeveynlerin duyarlılığını ve özdenetimlerini azalttığı, böylece çocuk ve ergenlerdeki özdenetim gelişimini ve sürekliliğini olumsuz etkilediği ifade edilmektedir (Doan, Ful-

ler-Rowell ve Evans, 2012). Bu çalışmada da etkilenilen olumsuz yaşam olaylarının sayısı arttıkça özdenetimin azalması, olumsuz yaşam olaylarının bu doğrudan ve dolaylı etkileri ile açıklanabilir.

Son olarak, özdenetim içe yönelim ve dışa yönelim problemleri ile olumsuz yönde ilişkili bulunmuştur. Özdenetimin, olumsuzluklar karşısında etkili baş etme yöntemlerinin kullanılmasını ve stres kaynaklarına karşı daha uyumlu tepkilerin geliştirilmesini sağlayarak bireyi psikolojik sorunlardan koruduğu bilinmektedir (Buckner ve ark., 2009; Garnefski ve ark., 2001). Aspinwall ve Taylor (1997), özdenetime sahip bireylerin stres etkenlerini önceden tahmin edebildiklerini, bu etkenleri önlemek veya etkilerini ortadan kaldırmak için gerekli eylemleri planlayabildiklerini, dolayısıyla da maruz kaldıkları stres etkenlerinin sayısını ve etkisini azaltabildiklerini ifade etmektedir. Özdenetimi yüksek olan ergenlerin içe yönelim ve dışa yönelim sorunlarının daha düşük olması, bu etkenlerle açıklanabilir.

Bu çalışmada özdenetimin dışa yönelim sorunlarını daha güçlü yordadığı görülmektedir. Krueger ve arkadaşları (1996), düşük özdenetimi dışa yönelim sorunları açısından bir risk etkeni olarak değerlendirmiş; dışa yönelim sorunlarına sahip olan 12-13 yaşındaki ergenlerin, içe yönelim sorunlarına sahip olan veya sağlıklı ergenlere kıyasla hazzı erteleme çalışmalarında düşük performans gösterdiğini ortaya koymuşlardır. Alanda farklı yaş gruplarıyla yürütülen ve özdenetimin dışa yönelim sorunlarıyla olan ilişkisini gösteren birçok çalışma mevcuttur (Batum ve Yağmurlu, 2007; Doan ve ark., 2012; Eisenberg ve ark., 2001; Karreman, van Tuijil, van Aken, Dekovic, 2009; Kochanska ve Knaack, 2003).

Düşük sosyo-ekonomik düzey, çevresel kaynaklı (yüksek suç oranı, toplumsal şiddet vb.) olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir (Attar, Guerra ve Tolan, 1994). Bu koşullarda yaşayan ve özdenetim düzeyi düşük olan ergenlerin, olumsuz çevre koşullarından daha fazla etkilendikleri ifade edilmektedir (Gardner, Dishion ve Connell, 2008; Lynam ve ark., 2000). Çünkü özdenetim düzeyi düşük olan ergenler, tehlikeli ve riskli koşullardan kaçınmakta veya daha olumlu deneyimler ve ortamlar seçmekte güçlük yaşamaktadır (Lengua ve ark., 2008). Bir başka deyişle özdenetim, ergeni olumsuz sosyal davranışların ortaya çıkmasında etkili olan olumsuz çevre koşullarından ve akran etkisinden korumaktadır. Özdenetimin bir boyutu olan dikkati düzenlemedeki sorunların hem sorunun yaşandığı dönemde hem de ilerleyen yaşlardaki saldırganlıkla ve suça yönelik davranışlarla ilişkili olduğu da görülmektedir (Kochanska ve Knaack, 2003; Zhou ve ark., 2007). Dikkati yönlendirebilmenin, öfke kontrolünde etkili stratejilerden biri olarak, bireyin olumsuz sosyal davranışlara yönelme ihtimalini azalttığı düşünüldüğünde (Kim ve

Deater-Deckard, 2011), özdenetim ve dışa yönelim sorunları arasındaki güçlü ilişki daha iyi anlaşılabilir.

Ergenlik döneminde deneyimlenen olumsuz yaşam olaylarının hem içe yönelim hem de dışa yönelim sorunları ile ilişkisi bilinmektedir (Appleyard, Ege-land, Van Dulmen ve Sroufe, 2005; Deater-Deckard ve ark., 1998; Doan ve ark., 2012; Flouri ve Kallis, 2011; Lengua, 2002; Morales ve Guerra, 2006; Sandler, Reynolds, Kliewer ve Ramirez, 1992). Bu konuda yapılan öncü araştırmalar, stresli yaşam olaylarının psikopatoloji riskini artırdığını ifade ederken (Compas ve ark., 1989), depresif duygu durumunun (Swearingen ve Cohen, 1985) veya suça yönelik davranışların (Leadbeater, Kuperminc, Blatt ve Hertzog, 1999) ilerideki stresli yaşam olaylarını yordadığını ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır. Bu çalışmalar, duygusal-davranışsal sorunların kişilerarası ilişkilerde ve eylemlerde sorunlar yaratarak yaşam stresini artırdığını ifade etmektedir. Son zamanlarda yapılan uzun dönemli araştırmalar ise, stresli yaşam olayı-uyum ilişkisinin zaman içindeki karşılıklı ve sürekli yapısından bahsetmektedir (Kim, Conger, Elder ve Lorenz, 2003; Timmermans, 2008). Kim ve arkadaşlarının (2003), 7. ve 12. sınıf öğrencileri ile yürüttüğü uzun dönemli araştırma sonuçlarına göre, içe yönelim ve dışa yönelim sorunları gelecekteki olumsuz yaşam olaylarını yordamakta, deneyimlenen bu yaşam olayları da ileride içe yönelim ve dışa yönelim sorunlarında görülen artışı yordamaktadır. Düşük sosyo-ekonomik düzey bağlamında yürütülen bu çalışmada, olumsuz yaşam olaylarının, içe yönelim sorunlarını dışa yönelim sorunlarına kıyasla daha güçlü yordadığı görülmektedir. Bu çalışmanın kesitsel bir çalışma olması, yaşam olayları ve davranış sorunlarının yukarıda bahsedildiği gibi karşılıklı ve uzun dönemli ilişkisinin gözlemlenmesini olanaksız kılmaktadır.

Ayrıca alanda, uyum sorunlarının stres kaynağının türüne göre çeşitlilik gösterdiğini ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur. Attar ve arkadaşları (1994), büyük ölçekli yaşam olayları ve şiddete maruz kalmanın içe yönelim sorunları ile değil, dışa yönelim sorunları ile ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Atzaba-Poria, Pike ve Deater-Deckard (2004) ise, bireyin kardeş, aile ve arkadaş ilişkilerinden oluşan 'mikrosistem'indeki risklerin dışa yönelim sorunları ile; bireysel ve 'egzosistem'indeki risklerin de içe yönelim sorunları ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Bu çalışmada yaşam olaylarının türlerine göre sınıflandırılmamış olması, yaşam olaylarının içe yönelim sorunlarını daha güçlü yordadığı bulgusunu yorumlamayı güçleştirmektedir ancak düşük sosyo-ekonomik düzeyin, bireyin gelişimini dolaylı olarak etkileyen egzosisteme ait bir risk olduğu düşünüldüğünde, çalışmanın Atzaba-Poria ve arkadaşlarının (2004) bulgularını desteklediği söylenebilir.

Olumsuz yaşam olayları ve davranış sorunları ilişkisi ile özdenetim bu ilişkideki rolünü inceleyen analizlerde, ergenlerin deneyimledikleri olumsuz yaşam olayları sayısının, içe yönelim ve dışa yönelim problemlerini hem doğrudan hem de özdenetim becerisi üzerinden dolaylı olarak yordadığı görülmektedir. Daha fazla olumsuz yaşam olayı beyan eden ergenler, daha düşük özdenetim becerisi ve daha fazla içe yönelim ve dışa yönelim problemi bildirmektedir. Bu bulgu, beklenen doğrultudadır. Yaşamın her döneminde olumsuz yaşam olaylarının psikolojik sorunlarla (Flouri ve Kallis, 2011; Paykel, 1978), özdenetimin de psikolojik uyum ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Buckner ve ark., 2009; Tangney ve ark., 2004). Olumsuz yaşam deneyimlerinin ve durumlarının, strese verilen tepkileri düzenleyen nöroendokrin sistemi zorlayarak özdenetimi güçleştirdiği ifade edilmektedir (Doan ve ark., 2012; Evans, 2003). Farklı yaş grupları ile yürütülen birçok araştırma da özdenetim düzeyi düşük olan bireylerde içe yönelim ve dışa yönelim sorunlarının görüldüğünü ortaya koymaktadır (Buckner ve ark., 2009; Eisenberg ve ark., 2001; Krueger ve ark., 1996).

Olumsuz yaşam olayları ve davranış sorunlarının özdenetim üzerinden dolaylı ilişkisini ortaya koyan bulgular, özdenetimin bu ilişkideki kısmi aracılık rolüne işaret etmektedir. Başka bir deyişle özdenetim, olumsuz yaşam olayları ve içe yönelim-dışa yönelim problemleri arasındaki ilişkiyi zayıflatan bir roldedir. Bu bulgu, özdenetimin bireyi riskler karşısında gelişen uyum sorunlarına karşı koruyan bir etken olduğuna işaret eden birçok çalışma ile uyumludur (Bakker, Ormel, Verhulst ve Oldehinkel, 2011; Buckner ve ark., 2009; Lengua ve Long, 2002; Lengua ve ark., 2008). Ayrıca bu çalışmada özdenetimin aracı rolünün, katılımcıların cinsiyetine göre farklılaşmadığı görülmektedir. Özdenetimin risk etkenleri ve uyum ilişkisindeki aracılık etkisinin ele alındığı bir diğer çalışmada da benzer bir bulguya rastlanmaktadır (Doan ve ark., 2012). Özdenetim, her iki cinsiyette de olumsuz yaşam olaylarının duygusal-davranışsal etkilerini hafifleten aracı bir değişken olarak bulunmuştur.

Bu bulgular, düşük sosyo-ekonomik düzeyden gelen erken ergenlik dönemindeki bireylerde, olumsuz yaşam olayları ile ilişkili davranış problemlerinin, özdenetim becerileri desteklediği takdirde azaltılabileceğine ilişkin ipuçları vermektedir. Farklı alanlarda yürütülen pek çok güncel araştırma, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki bireyleri –özelde de ergenleri– psiko-sosyal ve fiziksel gelişim anlamında risk grubu olarak görmektedir. Çalışmadaki özdenetim becerisinin aracı rolü düşünüldüğünde, bu gruplara yönelik planlanan müdahale çalışmalarının, çevresel faktörleri iyileştirmekle birlikte özdenetim becerilerini geliştirmeyi hedeflemesinin, bireylerin ve toplumun iyi oluş haline değer biçilemez

katkıları sunacağı düşünülmektedir. Bunun yanı sıra bu çalışma, yaşam olayları, davranış problemleri ve özdenetimi, erken ergenlik döneminde ve düşük sosyo-ekonomik düzey bağlamında ele alan tek çalışma olması açısından da önem taşımaktadır. Araştırma sonuçlarının, risk altındaki ergenlerle çalışmakta olan uzmanlar açısından faydalı olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmanın sonuçlarını yorumlarken bazı sınırlılıkları da göz önünde bulundurmak gerekmektedir. Öncelikle bu çalışma, verilerin tek bir okuldan toplandığı, kesitsel bir çalışmadır. Bununla beraber, çalışma değişkenleri sadece ergenlerin beyanına dayanmakta, çoklu kaynaktan veri toplamayı içermemektedir. Geniş bir örneklem ile yürütülecek boylamsal bir çalışma ile olumsuz yaşam deneyimlerinin mi özdenetim becerisini olumsuz etkilediği, yoksa düşük özdenetim becerisine sahip bireylerin mi daha çok olumsuz yaşam deneyimine maruz kaldıkları ya da duygusal-davranışsal sorunlar ile özdenetim becerisi arasındaki nedensel ilişki cevaplanabilir. Bunlara ek olarak, sonraki araştırmalar iyi temsiliyeti olan farklı sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerden toplanacak veriler ile düşük sosyo-ekonomik düzeyin ne oranda risk faktörü olduğu sorusunu cevaplayabilir. Son olarak, sonraki araştırmalarda özdenetimin duygu, davranış, dikkat boyutlarının ayrı ayrı değerlendirilmesi; önemli yaşam olaylarının yanında sınavlar, kişiler arası çatışmalar gibi ergenlik döneminde uyumu etkileyebilecek gündelik olayların da ele alınması, sonuçların genellenilebilmesi açısından daha yararlı olacaktır.

Kaynaklar

- Achenbach, T. M. (1966). The classification of children's psychiatric symptoms: A factor analytic study. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(7), 1–36.
- Achenbach, T. M. (1991). *Manual for the Youth Self-Report and 1991 Profile*. Department of Psychiatry, University of Vermont, Burlington VT.
- Achenbach, T. M. ve Edelbrock, C. S. (1978). The classification of child psychopathology: A review and analysis of empirical efforts. *Psychological Bulletin*, 85(6), 1275–1301.
- Achenbach, T. M. ve Edelbrock, C. S. (1986). *Manual for the Youth Self-Report and Profile*. Department of Psychiatry, University of Vermont, Burlington VT.
- Allgood-Merten, B., Lewinsohn, P. M. ve Hops, H. (1990). Sex differences and adolescent depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 99(1), 55–63.
- Appleyard, K., Egeland, B., Van Dulmen, M. H. M. ve Sroufe, L. A. (2005). When more is not better: the role of cumulative risk in child behavior outcomes. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(3), 235–245.

- Aspinwall, L. G. ve Taylor, S. E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. *Psychological Bulletin*, 121(3), 417–436.
- Ataman, E. (2011). *Stres Veren Yaşam Olayları Karşısında Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Depresyon ve Kaygı Düzeyini Belirlemedeki Rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Attar, B. K., Guerra, N. G. ve Tolan, P. H. (1994). Neighborhood disadvantage, stressful life events, and adjustment in urban elementary-school children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 23, 391–400.
- Atzaba-Poria, N., Pike, A. ve Deater-Deckard, K. (2004). Do risk factors for problem behavior act in a cumulative manner? An examination of ethnic minority and majority children through an ecological perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(4), 707–718.
- Aybay, Y. (1993). İlkokul 4. sınıfa devam eden alt ve üst sosyo-ekonomik düzeylerdeki çocuklarda stres yaratan yaşam olaylarının etkilerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Aysev, A. (1992). İntihar girişimi olan çocuklarda yaşam olayları. *Kriz Dergisi*, 1(1), 17–21.
- Bakker, M. P., Ormel, J., Verhulst, F. C. ve Oldehinkel, A. J. (2011). Adolescent family adversity and mental health problems: The role of adaptive self-regulation capacities. The TRIALS study. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39, 341–350.
- Batum, P. ve Yağmurlu, B. (2007). What counts in externalizing behaviors? The contribution of emotion and behavior regulation. *Current Psychology*, 25(4), 272–294.
- Brand, A. H. ve Johnson, J. H. (1982). Note on reliability of the life events checklist. *Psychological Report*, 50, 127.
- Bruin, J. (2006). *Newtest: command to compute new test*. UCLA: Statistical Consulting Group. <http://www.ats.ucla.edu/stat/stata/ado/analysis/>.
- Buckner, J. C., Mezzacappa, E. ve Beardslee, W. R. (2003). Characteristics of resilient youths living in poverty: The role of self-regulatory processes. *Development and Psychopathology*, 15, 139–162.
- Buckner, J. C., Mezzacappa, E. ve Beardslee, W. R. (2009). Self-regulation and its relations to adaptive functioning in low income youths. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79(1), 19–30.
- Chandler, L. A., Million, M. E. ve Shermis, M. D. (1985). The incidence of stressful life events of elementary school-aged children. *American Journal of Community Psychology*, 13(6), 743–746.
- Compas, B. E., Davis, G. E. ve Forsythe, C. J. (1985). Characteristics of life events during adolescence. *American Journal of Community Psychology*, 13(6), 677–691.
- Compas, B. E., Howell, D. C., Phares, V., Williams, R. A. ve Giunta, C. T. (1989). Risk factors for emotional/ behavioral problems in young adolescents: A prospective analysis of adolescent and parental stress and symptoms. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(6), 732–740.
- Deater-Deckard, K., Dodge, K. A. ve Bates, J. E. (1998). Multiple risk factors in the development of externalizing behavior problems: Group and individual differences. *Development and Psychopathology*, 10, 469–493.
- Doan, S. N., Fuller-Rowell, T. E. ve Evans, G. W. (2012). Cumulative risk and adolescent's internalizing and externalizing problems: The mediating roles of maternal responsiveness and self-regulation. *Developmental Psychology*, 48(6), 1529–1539.
- Dornbusch, S. M., Mont-Reynaud, R., Ritter, P. L., Chen, Z. ve Steinberg, L. (1991). Stressful events and their correlates among adolescents of diverse backgrounds. İçinde M.E. Colten ve S. Gore (Ed.), *Adolescent Stress: Causes and Consequences* (ss.111–130). New York: Walter de Gruyter.
- DuBois, D. L., Felner, R. D., Brand, S., Adan, A. M. ve Evans, E. G. (1992). A prospective study of life stress, social support, and adaptation in early adolescence. *Child Development*, 63(3), 542–557.
- Duckworth, A. L. ve Seligman, M. E. P. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological Science*, 16(12), 939–944.
- Eiland, L. ve Romeo, R. D. (2013). Stress and the developing adolescent brain. *Neuroscience*, 249, 162–171.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., Spinrad, T. L., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Reiser, M.,Guthrie, I. K. (2001). The relations of regulation and emotionality to children externalizing and internalizing problem behavior. *Child Development*, 72(4), 1112–1134.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., Murphy, B. C., Maszk, P., Holmgren, R. ve Karen, S. (1996). The relations of regulation and emotionality to problem behavior in elementary school children. *Development and Psychopathology*, 8, 141–162.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Murphy, B. C., Guthrie, I. K., Jones, S., Maszk, P. (1997). Contemporaneous and longitudinal prediction of children's social functioning from regulation and emotionality. *Child Development*, 68(4), 642–664.
- Erol, N., Kılıç, C., Ulusoy, M., Keçeci, M. ve Şimşek, Z. (1998). *Türkiye Ruh Sağlığı Profili Raporu*. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Ankara: Eksen Tanıtım.

- Erol, N. ve Şimşek, Z. (2010). *Okul Çağı Çocuk ve Gençler İçin Davranış Değerlendirme Ölçekleri El Kitabı (CBCL, YSR ve TRF)*. Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Evans, G. W. (2003). A multimethodological analysis of cumulative risk and allostatic load among rural children. *Developmental Psychology*, 39(5), 924–933.
- Evans, G. W. ve English, K. (2002). The environment of poverty: Multiple stressor exposure, psychophysiological stress, and socioemotional adjustment. *Child Development*, 73(4), 1238–1248.
- Felner, R. D., Brand, S., DuBois, D. L., Adan, A. M., Mulhall, P. F. ve Evans, E. G. (1995). Socioeconomic disadvantage, proximal environmental experiences, and socioemotional and academic adjustment in early adolescence: Investigation of a mediated effects model. *Child Development*, 66(3), 774–792.
- Flouri, E. ve Kallis, C. (2011). Adverse life events and mental health in middle adolescence. *Journal of Adolescence*, 34, 371–377.
- Ganzel, B. L., Kim, P., Gilmore, H., Tottenham, N. ve Temple, E. (2013). Stress and the healthy adolescent brain: Evidence for the neural embedding of life events. *Development and Psychopathology*, 25, 879–889.
- Gardner, T. W., Dishion, T. J. ve Connell, A. M. (2008). Adolescent self-regulation as resilience: Resistance to antisocial behavior within the deviant peer context. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36, 273–284.
- Garnezy, N. (1991). Resilience and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416–430.
- Garnefski, N., Kraaij, V. ve Spinhoven, B. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311–1327.
- Gerard, J. M. ve Buehler, C. (2004). Cumulative environmental risk and youth problem behavior. *Journal of Marriage and Family*, 66, 702–720.
- Goodman, S. H., Hoven, C. W., Narrow, W. E., Cohen, P., Fielding, B., Alegria, M.,Dulcan, M. K. (1998). Measurement of risk for mental disorders and competence in a psychiatric epidemiologic community survey: The National Institute of Mental Health Methods for the Epidemiology of Child and Adolescent Mental Disorders (MECA) study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 33, 162–173.
- Gore, S., Aseltine, R. H. ve Colten, M. E. (1992). Social structure, life stress and depressive symptoms in a high school-age population. *Journal of Health and Social Behavior*, 33(2), 97–113.
- Green, L., Fry, A. F. ve Myerson, J. (1994). Discounting of delayed rewards: A life-span comparison. *Psychological Science*, 5(1), 33–36.
- Gündüz, G., Yağmurlu, B. ve Harma, M. (2015). Self-regulation mediates the link between family context and socio-emotional competence in Turkish preschoolers. *Early Education and Development*, 26, 729–748. doi:10.1080/10409289.2015.985148.
- Harma, M. (2008). *Ana-Baba Kontrol Davranışlarının ve Aile İçi Çatışmanın Ergenlerin Öz-Denetim Becerileri ve Uyumları Üzerindeki Etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Karoly, P. (1993). Mechanisms of self-regulation: A systems view. *Annual Review of Psychology*, 44, 23–52.
- Karreman, A., van Tuijil, C., van Aken, M. A. G. ve Deković, M. (2009). Predicting young children's externalizing problems: Interactions among effortful control, parenting, and child gender. *Merill-Palmer Quarterly*, 55(2), 111–134.
- Kim, J. ve Deater-Deckard, K. (2011). Dynamic changes in anger, externalizing and internalizing problems: Attention and regulation. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(2), 156–166.
- Kim, K. J., Conger, R. D., Elder, G. H. ve Lorenz, F. O. (2003). Reciprocal influences between stressful life events and adolescent internalizing and externalizing behaviors. *Child Development*, 74(1), 127–143.
- Kochanska, G. ve Knaack, A. (2003). Effortful control as a personality characteristic of young children: Antecedents, correlates and consequences. *Journal of Personality*, 71(6), 1087–1112.
- Kopp, C. B. (1982). Antecedents of self-regulation: A developmental perspective. *Developmental Psychology*, 18(2), 199–214.
- Kovacs, M. ve Devlin, B. (1998). Internalizing disorders in childhood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 39(1), 47–63.
- Krueger, R. F., Caspi, A., Moffitt, T. E., White, J. ve Stouthamer-Louber, M. (1996). Delay of gratification, psychopathology and personality: Is low self-control specific to externalizing problems? *Journal of Personality*, 64(1), 107–129.
- Larson, R. ve Ham, M. (1993). Stress and “Storm and Stress” in early adolescence: The relationship of negative events with dysphoric affect. *Developmental Psychology*, 29(1), 130–140.
- Leadbeater, B. J., Kuperminc, G. P., Blatt, S. J. ve Herzog, C. (1999). A Multivariate model of gender differences in adolescents' internalizing and externalizing problems. *Developmental Psychology*, 35(5), 1268–1282.

- Lengua, L. J. (2002). The contribution of emotionality and self-regulation to the understanding of children's response to multiple risk. *Child Development, 73*(1), 144–161.
- Lengua, L. J. (2009). Effortful control in the context of socioeconomic and psychosocial risk. *Psychological Science Agenda, 23*(1), <http://www.apa.org/science/about/psa/2009/01/lengua.aspx>.
- Lengua, L. J., Bush, N. R., Long, A. C., Kovacs, E. A. ve Trancik, A. M. (2008). Effortful control as a moderator of the relation between contextual risk factors and growth in adjustment problems. *Development and Psychopathology, 20*, 509–528.
- Lengua, L. J., Honorado, E. ve Bush, N. R. (2007). Contextual risk and parenting as predictors of effortful control and social competence in preschool children. *Journal of Applied Developmental Psychology, 28*, 40–55.
- Lengua, L. J. ve Long, A. C. (2002). The role of emotionality and self-regulation in the appraisal–coping process: Tests of direct and moderating effects. *Applied Developmental Psychology, 23*, 471–493.
- Liu, J. (2004). Childhood externalizing behavior: Theory and implications. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing, 17*(3), 93–103.
- Lynam, D. R., Caspi, A., Moffitt, T. E., Wikström, P. H., Loeber, R. ve Novak, S. (2000). The interaction between impulsivity and neighborhood context on offending: The effects of impulsivity are stronger in poorer neighborhoods. *Journal of Abnormal Psychology, 109*(4), 563–574.
- Masten, A. S. ve Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments. *American Psychologist, 53*(2), 205–220.
- McCartney, K. K., Burchinal, M. R. ve Bub, K. L. (2006). Best practices in quantitative methods for developmentalists. *Monographs of The Society for Research In Child Development, 71*, 1–145. doi: 10.1111/j.1540-5834.2006.07103001.x
- Moilanen, K. L. (2005). *Parenting and Self Regulation in Adolescence: Associations with Adolescent Behaviors*. Doktora Tezi, University of Nebraska, USA.
- Morales, J. R. ve Guerra, N. G. (2006). Effects of multiple context and cumulative stress on urban children's adjustment in elementary school. *Child Development, 77*(4), 907–923.
- Muraven, M. ve Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin, 126*(2), 247–259.
- Muraven, M., Baumeister, R. F. ve Tice, D. M. (1999). Longitudinal development of self-regulation through practice: Building self-control strength through repeated exercise. *The Journal of Social Psychology, 139*(4), 446–457.
- Murphy, B. C., Eisenberg, N., Fabes, R. A., Shepard, S. ve Guthrie, I. K. (1999). Consistency and change in children's emotionality and regulation: A longitudinal study. *Merill-Palmer Quarterly, 45*(3), 413–444.
- Muthén, L. K. ve Muthén, B. O. (2007). *MPlus User's Guide* (Sixth Edition). Los Angeles, CA: Muthén & Muthén.
- Newcomb, M. D., Huba, G. J. ve Bentler, P. M. (1981). A multidimensional assessment of stressful life events among adolescents: Derivation and correlates. *Journal of Health and Social Behavior, 22*(4), 400–415.
- Noble, K. G., Houston, S. M., Brito, N. H., Bartsch, H., Kan, E., Kuperman, J. M.,Sowell, E. R. (2015). Family income, parental education and brain structure in children and adolescents. *Nature Neuroscience, 18*, 773–778.
- Nolen-Hoeksema, S. ve Girgus, J. S. (1994). The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychological Bulletin, 115*(3), 424–443.
- Padilla, E. R., Rohsenow, D. J. ve Bergman, A. B. (1976). Predicting accident frequency in children. *Pediatrics, 58*(2), 223–226.
- Paykel, E. S. (1978). Contribution of life events to causation of psychiatric illness. *Psychological Medicine, 8*, 245–253.
- Posner, M. I. ve Rothbart, M. K. (2009). Toward a physical basis of attention and self-regulation. *Physics of Life Reviews, 6*, 103–120.
- Quinn, P. D. ve Fromme, K. (2010). Self-regulation as a protective factor against risky drinking and sexual behavior. *Psychology of Addictive Behaviors, 24*(3), 376–385.
- Rabkin, J. G. ve Struening, E. L. (1976). Life events, stress and illness. *Science, 194*, 1013–1020.
- Raffaelli, M. ve Crockett, L. J. (2003). Sexual risk taking in adolescence: The role of self-regulation and attraction to risk. *Developmental Psychology, 39*(6), 1036–1046.
- Raffaelli, M., Crockett, L. ve Shen, Y. (2005). Developmental stability and change in self-regulation from childhood to adolescence. *The Journal of Genetic Psychology, 166*(1), 54–75.
- Sandler, I. N., Reynolds, K. D., Kliwer, W. ve Ramirez, R. (1992). Specificity of the relation between life events and psychological symptomology. *Journal of Clinical Child Psychology, 21*(3), 240–248.

- Sarıtaş, D. ve Gençöz, T. (2012). Discrepancies between Turkish Mothers' and Adolescents' reports of adolescents emotion regulation difficulties. *Journal of Clinical Psychology, 68*(6), 661–671.
- Simmons, R. G., Burgeson, R., Carlton-Ford, S. ve Blyth, D. A. (1987). The impact of cumulative change in early adolescence. *Child Development, 58*(5), 1220–1264.
- Sourander, A., Helstela, L. ve Helenius, H. (1999). Parent-adolescent agreement on emotional and behavioral problems. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 34*, 657–663.
- Swearingen, E. M. ve Cohen, L. H. (1985). Life events and psychological distress: A prospective study of young adolescents. *Developmental Psychology, 6*, 1045–1054.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F. ve Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality, 72*(2), 271–324.
- Tiet, Q. Q., Bird, H. R., Hoven, C. W., Moore, R., Wu, P., Wicks, J., Cohen, P. (2001). Relationship between specific adverse life events and psychiatric disorders. *Journal of Abnormal Child Psychology, 29*(2), 153–164.
- Timmermans, M. (2008). *Antisocial Behaviors: Courses and Consequences from Toddlerhood to Late Adolescence*. Doktora Tezi, Vrije Universitesi, Hollanda.
- Türkeş, M. C. (2004). *Ergenlerde sapkın davranışın nedenleri olarak özdenetim ve aile içi denetim mekanizmalarının analizi*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Tüzün, D. Ü. (1993). *Okul çağı çocuklarında yaşam olayları, depresyon semptomları ve self-esteem arasındaki ilişki*. Tıpta Uzmanlık Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Ulaşan Özgüle, E. T. (2011). *Orta Ergenlikte Özdenetim Becerilerinin Ebeveyn Davranışları, Bağlanma ve Psikolojik Uyum Arasındaki Aracı Etkisi*. Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Vaux, A. ve Ruggiero, M. (1983). Stressful life change and delinquent behavior. *American Journal of Community Psychology, 11*(2), 169–183.
- Vohs, K. D. ve Baumeister, R. F. (2004). Understanding self-regulation: An introduction. İçinde R.F. Baumeister ve K.D. Vohs (Ed.), *Handbook of Self-Regulation: Research, Theory and Applications* (ss.1–9). New York: Guilford Press.
- Werner, E. E. (1993). Risk, resilience and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology, 5*, 503–515.
- Werner, E. E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science, 4*(3), 81–85.
- Zhou, Q., Hofer, C., Eisenberg, N., Reiser, M., Spinrad, T. L. ve Fabes, R. A. (2007). The developmental trajectories of attention focusing, attentional and behavioral persistence, and externalizing problems during school age years. *Developmental Psychology, 43*(2), 369–385.