

Article History

Received / Geliş
20.07.2017

Accepted / Kabul
01.09.2017

Available Online / Yayınlanma
15.10.2017

**THE ROLE OF DEPRESSION AND PARENTS
AND FRIENDS ATTACHMENT IN
PREDICTIVE OF SECONDARY
STUDENTS' HOPE SCORES**

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN UMUT PUANLARINI YORDAMADA
EBEVEYN-ARKADAŞA BAĞLANMA VE DEPRESYONUN ROLÜ

Ayşe ZEYBEKOĞLU¹
Zeynep KARATAŞ²

Abstract

This study has been carried out to determine whether the hope scores of secondary students are predictive in terms of parents and friends attached with depression scores in the relational model. It has also examined whether the students' hope scores differed significantly in terms of gender. The study group of the study consist 137 middle school students in total of 81 girls and 56 boys from five, six, seventh and eighth grades in the Karatay district. In the study, It has been used data form prepared by researchers as data collection tool information form prepared by researchers in order to collect data for research, The Hope in Child Scale developed by Snyder et al. (1997) and adapted to Turkish by Atik and Kemer (2009); Depression Inventory for Children (1981) was developed by Kovacs and adapted to Turkish by Öy (1990).; developed by Raja, McGee and Stanton (1992), Günaydın, Selçuk, Sumer (20015) (university); Parent and Peer Attachment Scale was adapted to Turkish by Bayraktar, Sayıl, Kumru (2009) (high school).In data analysis, independent groups t test and linear regression analysis have been used. The data has been used with the computer package program and .05 analyzed level of significance. When the findings obtained from the study have been examined, it has been seen that the students' hopes scores have been significantly predicted in terms of attachment to mothers, attachment to friends and depression, and the hope scores haven't differed in gender.

Keywords: Hope, attachment, depression, secondary school student.

Özet

Bu çalışma ortaokul öğrencilerinin umut puanlarının anne-baba ve arkadaşına bağlanma ile depresyon puanları açısından ne derece yordandığını belirlemeye yönelik ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Ayrıca öğrencilerin umut puanlarının cinsiyet açısından anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığına da bakılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Konya ili Karatay ilçesinde beş, altı, yedi ve sekizinci sınıflardan 81 kız 56 erkek toplam 137 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan bilgi formu, Snyder ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilip Atik ve Kemer (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan Çocuklarda Umut Ölçeği; Kovacs(1981) geliştirilip, Öy (1990) tarafından Türkçeye uyarlanan Çocuklar İçin Depresyon Envanteri; Raja, McGee ve Stanton (1992) tarafından geliştirilip Günaydın Selçuk, Sumer(20015) (üniversite); Bayraktar, Sayıl, Kumru(2009) (lise) tarafından Türkçeye uyarlanan Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Ölçeği kullanılmıştır. Veri analizinde bağımsız gruplar t testi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Veriler bilgisayar paket programı ile analiz edilmiş anlamlılık düzeyinde.05 kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgular incelendiğinde öğrencilerin umut puanlarının anne bağlanma, arkadaşına bağlanma ve depresyon açısından anlamlı olarak yordandığı, umut puanlarının cinsiyet açısından farklılaşmadığı görülmüştür.

Anahtar Sözcükler: Umut, bağlanma, depresyon, ortaokul öğrencisi

¹ Psikolojik Danışman, Milli Eğitim Bakanlığı; Yüksek Lisans Öğrencisi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, zeybekoglua@gmail.com

² Doç. Dr., Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, zeynepkaratas@mehmetakif.edu.tr

GİRİŞ

Türk Dil Kurumu tarafından, kişide ummaktan doğan güven duygusu olarak tanımlanan umut kavramı, ayrıca kişilerin amaçlarına ulaşma yolu ve amaca ulaşmak adına kişileri motive eden düşünceler olarak tanımlanmıştır (Snyder, 2002). Erken yaşta öğrenilmeye başlanan umut gelişimi sürecinde aileler önemli rol oynamaktadır (Snyder, 1994). Kişilerin kendilerine bir takım hedefler belirleyerek o hedeflere kararlılıkla ilerlemelerini sağlayan umut sürecinde, yaşamdaki zorluklar geçici nitelik taşımaktadır (Martinek ve Hellison, 1997). Umudun stresli durumlar ve sosyal destek arasında aracı olduğu ve sıkıntılı durumlar ile baş etmeyi artırma rolüne sahip olduğu da ifade edilmektedir (Horton ve Wallender, 2001).

Sıkıntılı durumlardan birisi olan umutsuzluk, kişinin kendine ilişkin ve geleceğe ilişkin bir takım olumsuz inanç ve düşüncelerini kapsamaktadır (Beck, 2005). Bilişsel davranışçı yaklaşıma göre umutsuzluk, depresyonun gelişimi ve sürdürülmesinde merkezi rol oynarken umutsuzluk daha çok depresyonun başlangıcında potansiyel sebep olarak görülmektedir (Henkel, Bussfeld, Möller ve Hegerl, 2002). Uzun (2013) tarafından depresyon, “psikolojik olarak benlik saygısı düşüklüğü, anksiyete, suçluluk, umutsuzluk, zevk alma yetisinin kaybı, obsesif bozukluk, intihar düşünceleri gibi belirtiler gösteren, sosyal olarak sosyal ve mesleki işlevlerde bozulma, evlilik ve iş sorunları, parasal sorunlar gibi nedenler, davranışlarda yavaşlama, iştah azlığı gibi belirtilerle seyreden duygu durumu” olarak tanımlanmıştır. Ayrıca, Beck, Rush, Shaw ve Emery’e (1979) göre bilişsel bozukluklar depresyonun temel sebebi olarak görülmektedir. Kişinin kendine olumsuz bakışı, deneyimlerine olumsuz bakışı ve geleceğe olumsuz bakışı depresyonun oluşumunda önemli bilişsel faktörler olarak sıralanmıştır. Ailenin bireyin yaşamında önemli bir sosyal destek kaynağı olduğu ve umudun sosyal destek ve stresli durumlarda aracı rolü bulunduğundan (Horton ve Wallender, 2001), anne babaya bağlanma erken çocukluk yıllarında önem arz etmektedir. Aysev’e (1992) göre çocukluk yıllarında aileye bağlılığın kalitesi çocuğun ruhsal gelişimini etkilemektedir. Aile içi ilişkilerde yaşanan sorunlar çocukta depresyona, intihar girişimlerine neden olabilmektedir. Anne ve babası tarafından baskı gören ve ailesinin ilgisini yeteri kadar hissedemeyen çocuğun duygusal süreçlerinin olumsuz yönde farklılaşması sonucunda ise, çocuklarda çeşitli bunalımların, depresif durumların, umutsuzluğun, kendisini çaresiz hissetmenin ve yüksek düzeyde kaygının yaşandığı görülmektedir (Miller, 2002; Akt, Yarapsanlı, 2011). Rees’e (2011) göre ebeveynler tarafından geliştirilen bağlanmanın kalitesi büyüme ve gelişmelerini, fiziksel özelliklerini, psikolojik iyilik hallerinin temelini oluşturmaktadır. Bağlanma, Bowlby (1969) tarafından kişilerin yaşamlarında önemli olan kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar olarak tanımlanmıştır ve kişiyi yaşam boyu etkilemektedir. Bowlby’e (1973) göre bağlanma figürünün olmaması güvensiz bağlanmaya neden olmakta bu da kaygı bozukluklarına sebebiyet verebilmektedir. Aynı zamanda bağlanma figürünün kaybı ya da bağlanma figürü ile güvenli ilişki kurulamaması depresyona neden olabilmektedir. (Bowlby, 1980). Yaşamın ilk dönemlerinde belirlenen ve süreklilik gösteren bağlanma biçimi, kişinin diğer insanlarla ilişki kurma biçimini şekillendirir. Güvensiz bağlanma biçimleri ileriki dönemlerde psikopatolojinin belirleyicisi olarak düşünülmüşken, güvenli bağlanma sağlıklı süreçlerle ilişkilendirilmiştir. Çalışmalar depresyonun kaygılı ve kaçınan bağlanma gibi güvensiz bağlanma biçimleri ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Güvenli bağlanma geliştiren bireyler hem kendilerini hem de diğerlerini sevebilir ve güvenilir olarak algılama eğilimindeyken, kaygılı bağlanma gösteren bireyler kendilerine ilişkin olumsuz, başkalarına ilişkin olumlu modellere sahiptirler. Kaçınan bağlanma örüntüsündeki bireyler ise başkalarına ilişkin olumsuz, kendilerine ilişkin olumlu zihinsel temsillere sahiptirler. Kaygılı bağlanma stili daha yüksek depresyon puanlarıyla ilişkili bulunmaktadır (Özkan, 2016).

Aydoğan (2014) bağlanma stillerinin umudun oluşmasında olukça önemli bir role sahip olduğunu belirtirken alan yazın incelendiğinde birçok araştırmada umudun olmaması ve depresyon arasında da ilişki bulunmuştur (Yarapsanlı, 2011, Haran ve Aydın, 1995, Dilbaz ve Seber, 1993). Bu sebeple “ortaokul öğrencilerinin umut puanlarını yordamada ebeveyn-arkadaşa bağlanma ve depresyonun rolü” araştırmanın problem durumunu oluşturmuştur. Güvenli bağlanma geliştiren bireyin iyi olma halı olumlu yönde etkilenebileceği gibi Güvenli bağlanma geliştirmeyen bireyler de umutsuzluk duyguları yaşayıp, kendilerine de başkalarına da güven duymakta zorlanabilirler, bu durum depresyonun oluşmasına yol açabilmektedir. Öğrencilerin umut puanlarını yordamada bağlanma ve depresyonun rolü belirlendiğinde umutla ilişkili olabilecek değişkenlerden depresyon ve bağlanma ile ilgili çeşitli önleyici çalışmalar planlanabilecek ve öğrencilerin umutlarını arttırıcı hazırlanabilecek olan psiko-eğitim programlarına ışık tutulabilecektir. Bu doğrultuda çalışmanın genel amacı ortaokul öğrencilerinin umut puanlarının incelenmesidir. Bu genel amaç doğrultusunda; “ortaokul öğrencilerinin umut puanlarını yordamada ebeveyn-arkadaşa bağlanma ve depresyonun rolü var mıdır?”, “ortaokul öğrencilerinin umut puanları cinsiyet açısından farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aranmaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışmada ortaokul öğrencilerinin umut puanlarını yordamada ebeveyn-arkadaşa bağlanma ve depresyonun rolünü incelemek için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın alışma grubunu Konya ili Karatay ilçesinden beş, altı, yedi ve sekizinci sınıflardan 81 kız (%59.1), 56 erkek(%40.9) toplam 137 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur. Çalışma grubunun 33’ü (%24.1) 5. Sınıf, 41’i (%29.9) 6. Sınıf, 37’si (%27) 7. Sınıf, 26’sı (%19) 8. Sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmaya veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu Snyder ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilip Atik ve Kemer (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan ocuklarda Umut Ölçeği; Kovacs(1981) geliştirilip, Öy (1990)tarafından Türkçeye uyarlanan ocuklar İçin Depresyon Envanteri; Raja, McGee ve Stanton (1992) tarafından geliştirilip Bayraktar, Sayıl, Kumru(2009) tarafından Türkçeye uyarlanan Ebeveyn ve Akarana Bağlanma Ölçeği kullanılmıştır.

Çocuklarda Umut Ölçeği

Çocuklarda Umut Ölçeği (UÖ) Snyder ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilmiş, Atik ve Kemer (2009) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. “Amaca ulaşma yolları” (pathways) ve “amaca güdülenme” (agency) olmak üzere iki boyuttan oluşan bir ölçektir. Toplamda 6 maddeden oluşan ölçek, likert tipi derecelemeye uygun olarak; “Hiçbir Zaman=1, Nadiren=2, Bazen=3, Sık sık=4, çoğu Zaman=5 ve Her Zaman=6” şeklinde derecelenmektedir. Ölçeğin puanlanması her bir maddeden alınan puanın toplanmasıyla yapılırken, ölçekten elde edilebilecek en yüksek puan 36, en düşük puan 6’dır. Ölçekteki tek sayılı maddeler amaca güdülenme boyutunu, çift sayılı maddelerse amaca ulaşma yolları boyutunu oluşturmaktadır. Çocuklarda Umut Ölçeği’nin (UÖ) Türkçeye uyarlama çalışmaları için; Ankara’daki ilköğretim 2. kademe öğrencilerine uygulanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin bulgular, orijinal çalışmadaki iki faktörlü yapıyı destekler niteliktedir. UÖ’nün tüm ölçek için Cronbach alfa iç-tutarlık katsayısı .74 olarak bulunurken, test-tekrar test korelasyon katsayısı ise .57’dir (Atik, Kemer, 2009). Bu çalışmanın verileri üzerinde yapılan Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı $\alpha = .78$ bulunmuştur.

Çocuk Depresyon Ölçeği

Özgün adı Children's Depression Inventory (CDI) olan Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği M. Kovacs (1981) tarafından geliştirilip Öy (1990) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Çocuklardaki depresyon düzeyini ölçer. 6-17 yaş çocuk ve ergenlere uygulanır. Zaman sınırlaması yoktur. Ölçek yaklaşık 30 dakikada doldurulabilir. Ölçek toplam 27 maddeden oluşmaktadır. Her maddede çocuğun son iki haftasını değerlendirerek aralarından seçim yapacağı üç cümle bulunmaktadır. Çocuğun son iki hafta içindeki durumunu değerlendirip üç seçenek arasında kendine en uygun cümleyi seçmesi istenir. Verilen cevaplara 0 ile 2 arasında değişen puanlar verilir. B,E,G,H,İ,J,L,N,O,P,S,Ü,V maddeleri test olarak puanlanan maddeleridir. Bu puanların toplanmasıyla depresyon puanı elde edilir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 54'dür. Toplam puanın yüksek oluşu depresyon düzeyinin ya da şiddetinin yüksekliğini gösterir. Kesim noktası 19'dur. Çocuklar için Depresyon Ölçeği önce Öy tarafından Türkçe'ye çevrilmiş, daha sonra Hacettepe Üniversitesi Çocuk Psikiyatri Kliniği'nde görevli dört öğretim üyesi tarafından gözden geçirilerek son şekli verilmiştir. Ölçeğin son şekli başka bir uzman tarafından Türkçe'den İngilizce'ye çevrilmiş ve ölçeğin aslıyla karşılaştırılmıştır. Türkçe çeviride anlam değişikliği bulunmamıştır. Ölçek, 380 öğrenciye ilk uygulamadan bir hafta sonra uygulanmış ve test-tekrar test güvenilirliği .80 olarak bulunmuştur. Çocuklar için Depresyon Ölçeği puanlarının Çocukluk Depresyonu Derecelendirme Ölçeği puanları ile korelasyonu .61 olarak bulunmuştur (Çalışkan, 2007). Bu çalışmanın verileri üzerinde yapılan Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı $\alpha = .68$ bulunmuştur.

Ebeveyn ve Akrana Bağlanma Ölçeği

"Ebeveyn ve Akranlara Bağlanma Envanteri" Arrmsden ve Greenberg (1987) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik güvenilirlik analizleri Günaydın, Selçuk, Sümer ve Uysal (2005) tarafından yapılmış ve hem anne hem de baba formlarının üniversite örneklemindeki iç tutarlık katsayılarının yüksek olduğu bulunmuştur (sırasıyla, Cronbach $\alpha = .88$ ve $.90$). Ayrıca, ölçeğin anne ve baba formları arasındaki güçlü ilişki ve özsayı değişkeniyle anne/babaya bağlanma arasında bulunan pozitif ilişki ölçeğin yapı geçerliği için destek olarak verilmiştir. Her iki alt-ölçek için de iç tutarlık katsayılarının lise ve üniversite örneklemlerinde yeterli düzeyde olduğu görülmektedir (Akrana bağlanma alt-ölçeği için lise örnekleminde $.73$; üniversite örnekleminde $.79$; Ebeveyne bağlanma alt-ölçeği için lise örnekleminde $.84$; üniversite örnekleminde $.88$). Ölçeklerden alınan yüksek puanlar güvenli bağlanmayı, düşük puanlar ise güvensiz bağlanmayı göstermektedir (Bayraktar, Sayıl ve Kumru, 2009). Bu çalışmanın verileri üzerinde yapılan Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı $\alpha = .65$ bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde kullanılacak istatistik yöntem karar verebilmek için verilerin normal dağılıp dağılmadığına kolmogrov-simironov testi ile bakılmış, veriler normal dağılım gösterdiği için parametrik testler kullanılmıştır. Veri analizinde umut puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını incelemek için bağımsız gruplar t testi ve umut puanlarının ebeveyn ve arkadaşa bağlanma ve depresyon tarafından yordanıp yordanmadığını incelemek için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Veriler bilgisayar paket programı ile analiz edilmiş anlamlılık düzeyinde $.05$ kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Cinsiyet açısından ortaokul öğrencilerinin umut puanlarına uygulanan t testi sonuçları

	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	Sd	t	p
Umut	Kız	81	23.64	5.28	135	.31	.075
	Erkek	56	23.94	5.90			

Tablo 1 incelendiğinde öğrencilerin umut puanlarının cinsiyet açısından farklılaşmadığı görülmektedir (t=.31, p>.05).

Tablo 2. Öğrencilerin umut, anne bağlanma, baba bağlanma, arkadaşla bağlanma ve depresyon puanlarına ilişkin pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı sonuçları

	\bar{X}	Ss	1	2	3	4	5
1.Umut	23.77	5.52	1				
2. Anne Bağlanma	25.96	3.89	.40**	1			
3. Baba Bağlanma	25.66	4.23	.33**	.69**	1		
4.Arkadaş Bağlanma	24.47	6.07	.29**	.44**	.43**	1	
5.Depresyon	25.45	2.59	-.12	-.02	-.06	-.25*	1

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

Tablo 2 incelendiğinde öğrencilerin umut puanları ile anne bağlanma, baba bağlanma ve arkadaşla bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş, depresyon ile anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. İlişkiler incelendiğinde .70'in üzerinde yüksek ilişki olmadığı görülmektedir. Bu da çoklu bağlantı olmadığını göstermekte ve regresyon analizi yapılabileceği anlamına gelmektedir. Öğrencilerin umut puanlarına uygulanan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 3'de gösterilmiştir.

Tablo 3. Öğrencilerin Umud puanlarına uygulanan çoklu doğrusal regresyon analizi

Değişkenler	β	Standart HataB	Standardize edilmiş β	t	p
Sabit	-1.90	5.51		-.35	.73
Anne bağlanma	.39	.16	.27	2.38*	.02
Baba bağlanma	.08	.15	.06	.54	.59
Arkadaş bağlanma	.17	.08	.18	2.02*	.04
Depresyon	-.37	.17	-.17	2.15*	.03

*p<.05

Tablo 3 incelendiğinde öğrencilerin umut puanlarının anne bağlanma, arkadaşla bağlanma ve depresyon tarafından anlamlı olarak yordandığı görülmüştür (R=.450, R2=.202, F(4, 132)=8,357, p<.05). Bu modele göre öğrencilerin anne baba ve arkadaşla bağlanma ile depresyon puanlarının umut puanlarını %20.2 oranında açıkladığı söylenebilir. Kurulan bu modele anlamlı katkı veren değişkenler için t değerleri incelendiğinde modele anlamlı katkı veren değişkenlerin anne bağlanma (β =.39, t=2.38, p<.05), arkadaşla bağlanma (β =.17, t=2.01, p<.05) ve depresyon (β =-.37, t=2.15, p<.05) olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın amacı öğrencilerin umut puanlarının cinsiyet açısından farklılaşp farklılaşmadığının ve anne baba ve arkadaşla bağlanma ve depresyon tarafından ne derece yordandığının incelenmesidir.

Çalışmanın ilk bulgusu cinsiyet açısından umut puanlarının farklılaşmamasıdır. Bu bulgu öğrencilerin benzer yaşam koşullarına sahip olmalarından ve yaşama iyimser bakmalarından kaynaklanmış olabilir. Alan yazın incelendiğinde Aydoğan (2010), Atik, Kemer (2009), Küsgülü (2014), Tezer (2008), Subaşı, Yıldız ve Tekin (2016) Aras

(2011), Tümkiye (2005) ile Aslan ve Sekmen'in (2007) çalışmalarında cinsiyet açısından umut puanlarının farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ehtiyar (2009) tarafından Türk ve Alman öğrencilerle yapılan çalışmada cinsiyet açısından Alman öğrencilerin umut puanları farklılaşmazken, Türk öğrencilerde cinsiyet açısından umut puanlarında farklılık bulunmuş, kızlarda umutsuzluğun daha yüksek olduğu görülmüştür. Ulaşılan sonuçlardan bazıları cinsiyet açısından umut puanlarında farklılık olmamasını desteklerken bazıları desteklememektedir. Alan yazındaki bu çelişki çalışma grubunun özelliğinden, kız erkek sayılarından, çalışma grubunun geçmiş yaşantılarından ve veri toplama araçlarından kaynaklanabilir.

Çalışmanın bir diğer bulgusu, Öğrencilerin umut puanlarının anne bağlanma, arkadaşla bağlanma ve depresyon tarafından anlamlı olarak yordandığıdır. Bu bulgu öğrencilerin umutlarının anne bağlanmadan ve depresyondan etkilendiği anlamına gelmektedir. Bireyler anneye ne kadar sağlıklı bağlanırsa ve depresif eğilimleri ne kadar az olursa umutlarının da o doğrultuda artacağı söylenebilir. Alan yazın incelendiğinde bu çalışmayı destekler nitelikte olarak Aydoğan (2014) çalışmasında bağlanmanın umut için önemine değinmiştir. Yarapsanlı (2011) çalışmasında umutsuzluğun artmasıyla depresyon puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir sonuca ulaşılmıştır. Çelikel ve Erkorkmaz (2008) tarafından yapılan çalışmada depresyon puanları ve umutsuzluk puanları arasında önemli pozitif korelasyon saptanmıştır. Yıldız (2011), çalışmasında, umutsuzluk ile ölüme ilişkin depresyon arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Seber, Dilbaz, Kaptanoğlu ve Tekin'in (1993) çalışmasında Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeği arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Aydın (2014) tarafından yapılan çalışmalarda ise umutsuzluğun artmasıyla kendilik algısının düştüğü ve içe dönük tepkilerin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Ulaşılan sonuçlar çalışmanın bu bulgusunu destekler niteliktedir.

Uygulamaya İlişkin Öneriler

- Okullarda öğrencilerin umutlarını artırmaya yönelik çalışmalar yürütülebilir.
- Öğrencilerin umutlarını artırmaya yönelik olarak bireysel veya grup destekli rehberlik çalışmaları artırılabilir.
- Anne babaların rolünün önemi düşünülerek MEB ve üniversiteler ile işbirliği yapılarak anne baba seminerleri düzenlenebilir.

Araştırmaya İlişkin Öneriler

- Araştırma ortaokul öğrencileri arasında gerçekleştirilmiştir, benzer bir çalışmada ilkököl, lise ve üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilebilir.
- Bu araştırma tarama modelinde yapılan bir çalışmadır, benzer bir çalışma umut düzeylerine dayalı bir program hazırlanarak deneysel olarak da yürütülebilir.
- Bu araştırma Konya ilindeki bir ortaokul ile sınırlıdır, benzer bir çalışma diğer illerde de yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Aras, A . (2014). Determining the Hopelessness Level of Hacettepe University Ankara State Conservatoire Music Undergraduates. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31 (2), 509-524.
- Aslan, Ö., Kömürçü, Ş., Özet, K. ve Sekmen, A . (2007). Kanseri Hastalarda Umut. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 11 (2), 18-24.
- Atik, G., Kemer, G. (2009). Çocuklarda Umut Ölçeği'nin Psikometrik Özellikleri: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Elementary Education Online*, 8(2), 379-390
- Aydoğan, S.(2010). *İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Umut ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

- Aydınlı, S.(2014). *Ergenlerin Öfke İfade Biçimleri Sosyal Karşılaştırma Düzeyleri, Umutsuzluk Seviyeleri ve Çatışma Çözme Yaklaşımlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Aysev, A. S. (1992). İntihar Girişimi Olan Çocuklarda Yaşam Olayları. *Kriz Dergisi*, 1(1), 17-21.
- Bayraktar, F.,Kumru, A., Sayıl, M. (2009). Liseli Ergenler ve Üniversiteli Gençlerde Benlik Saygısı: Ebeveyn Ve Akranı Bağlanma, Empati ve Psikolojik Uyum Değişkenlerinin Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24 (63), 48-63.
- Beck, A., Rush, A., Shaw, B., Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy Of Depression*. New York, Guilford.
- Beck, A. T. (2005). *Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar*, Aysun Türkcan (Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment And Loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books
- Çalışkan, Ö.(2007). *Okul Öncesi Dönemi Astım Hastası Çocuklar İle Sağlıklı Çocukların Depresyon Seviyelerinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Çelikel F.Ç, Erkokmaz Ü. Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler Ve Umutsuzluk Düzeyleri İle İlişkili Etmenler. *Nöropsikiyatri Arşivi* 2008; 45: 122-129.
- Dilbaz, N. ve Seber, G. (1993). Umutsuzluk kavramı: Depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi*, 1(3), 134-138.
- Ehtiyar, A . (2009). Türk Ve Alman Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması Ve Umutsuzluk Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi: Turizm Eğitimi Alan Öğrenciler Üzerinde Bir Araştırma. *Journal Of Yaşar University*, 4 (14), 2093-2127.
- Haran, S. ve Aydın, O. (1995). Depresyon umutsuzluk sosyal beğenirlik ve kendini kurgulama düzeyinin intihar fikirleri ile ilişkisi. 3(1), 218-222.
- Henkel, V. Bussfeld P., Möller, H. J., Hegerl, U.(2002). Cognitive Behavioural Theories Of Helplessness/Hopelessness: Valid Models Of Depression ? *Eur Arch Psychiatr Clin Neurosci*, 252, 240-249.
- Horton, T. V., Wallander, J. L. (2001). Hope And Social Support As Resilience Factors Against Psychological Distress Of Mothers Who Care For Children With Chronic Physical Conditions. *Rehabilitation Psychology*, 46(4), 382.
- Küsgülü, Ü.(2014). *Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk, Umut ve Narsisizm Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Martinek, T. J., & Hellison, D. R. (1997). Fostering resiliency in underserved youth through physical activity. *Quest*, 49(1), 34-49
- Özer, B , Tezer, E . (2008). Umut Ve Olumlu-Olumsuz Duygular Arasındaki İlişkiler. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23: 81-86.
- Özkan, D.(2016). *Depresyonda Çocukluk Çağı Travması, Bağlanma Biçimi Ve Empati Düzeyi*. Tıpta Uzmanlık Tezi. Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi
- Rees, C. (2011). Children's attachment. *Paediatrics and Child Health*, 22 (5), 186-192.
- Seber, G., Dilbaz, N., Kaptanoğlu, C. ve Tekin, D. (1993). Umutsuzluk ölçeği: Geçerlilik ve güvenirliliği. *Kriz Dergisi*, 1(3), 139-142
- Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope: You can get there from here*. New York:Free Press.
- Snyder, C.R. (2002). Hope Theory: Rainbows Of The Mind. *Psychological Inquiry*, 13, 249-275.

- Tümkiye, S . (2005). Ailesi Yanında Ve Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3 (4), 445-459
- Uzun, Ç.(2013). *Anne-Babası Boşanmış ve Boşanmamış Çocuklarda Depresyon ve Sosyal Becerilerin Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Yarapsanlı, B.(2011). *Çocuklarda Depresyon Belirtilerinin Yordanmasında Yaşanmış Olumsuz Olaylar, Algılanan Anne-Baba Tutumu, Öğrenilmiş Çaresizlik Ve Umutsuzluğun Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Yıldız, H , Subaşı, H , Tekin, S . (2017). Kansere Hastalarının Bakımıyla İlgilenen Yakınlarının Umut Düzeylerinin İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14 (2), 109-127.
- Yıldız, M. (2011). Umutsuzluk, Ölüme İlişkin Depresyon ve Ölüm Kaygısı İlişkisi. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 35(1), 1-7.