



## Sağlıklı İletişimi Güçlendirmede Ergen Annelerine Yönelik Grupla Psikolojik Danışma Nasıl İşler? \*

Seval Erden <sup>1</sup>

### Öz

Ergenlik, birçok değişimin yaşandığı bir gelişim dönemidir. Bazı ergenler bu uyum sürecini başarı ile tamamlarken, bazıları profesyonel yardım almaya ihtiyaç duyabilmektedirler. Bu noktada sadece ergene değil aynı zamanda ergenin ailesine de psikolojik yardım hizmetlerinin verilmesi, ergenin sağlıklı gelişimine katkı sağlayacaktır. Bu araştırmada, ergenler ve anneleri arasında sağlıklı ilişki geliştirmelerine yardımcı olmak amacıyla annelere yönelik hazırlanan grupla psikolojik danışma programının etkililiğini sınamak amaçlanmıştır. Araştırma tek grup ön-son test ve izleme deneme modelinde hazırlanmıştır. Araştırmaya, 12-14 yaş aralıklarında bireysel psikolojik danışma hizmeti alan 16 ergen annesi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Otomatik Düşünceler Ölçeği ve İletişim Becerileri Envanteri kullanılmıştır. Bulgular, annelerin olumsuz otomatik düşünceler ve iletişim becerileri ön-test, son-test ve izleme puanlarında farklılıkların oluştuğunu göstermektedir.

### Anahtar Kelimeler

Ergenlik  
Otomatik düşünceler  
İletişim becerileri  
Grupla danışma  
Anneler  
Türk kültürü

### Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 17.04.2013

Kabul Tarihi: 07.01.2015

Elektronik Yayın Tarihi: 15.02.2015

DOI: 10.15390/EB.2015.2712

### Giriş

Çocukluktan yetişkinliğe kadar süren, başlangıcının biyolojik değişimlerle belirlendiği ancak bitişinin toplumsal rol ve statüler ile sınırlandırıldığı ergenlik dönemi, pek çok gelişim görevini barındırmaktadır. Biyolojik ve fiziksel değişikliklerin yanı sıra sosyal beklentilerdeki değişiklikler, kimlik oluşturma, bağımsızlığını kazanma çabası, duygusal iniş çıkışlar ergenin, bu sürece uyum sağlamak için yoğun çaba harcamasını gerektirmektedir (Lerner ve Steinberg, 2009; Steinberg, 2011a). Tüm bu gelişim süreci içerisinde bazı ergenler bu uyum sürecini başarı ile tamamlarken, bazıları bu görevleri yerine getirmede zorluk yaşamaktadırlar. Bu noktada ebeveynin desteği ve tutumu son derece önem kazanmaktadır (Burke, Brennan ve Cann, 2012; Santrock, 2011).

Ebeveyn-ergen arasındaki ilişki, gelişimin güçlü bir belirleyicisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Kurulan olumlu etkileşim ergenin, bilişsel ve sosyal yeterliğini geliştirmekte ve ergenin aile dışında da etkili şekilde var olmasını sağlamaktadır (Gavazzi, 2011; Santrock, 2011; Smetana, Campione-Barr ve Metzger, 2006; Turner, Sarason ve Sarason, 2001). Ailenin kabul edici ve destekleyici tavrının artmasıyla, ergenin duygusal problemlerin azaldığı,

\* This study was presented at the 2nd International Conference on Interdisciplinary Research in Education as an oral presentation.

<sup>1</sup> Marmara Üniversitesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, Türkiye, [erdenseval@gmail.com](mailto:erdenseval@gmail.com)

sosyal ilişkilerinde katılımcı, girişken davranışlar sergileme ve diğer insanlara karşı olumlu tavırlar geliştirme eğiliminin arttığı gözlemlenmiştir (Burke, Brennan ve Cann, 2012). Buna karşın ebeveyni tarafından reddedilen ergenlerin sosyal ilişkilerinde problemler yaşadıkları, akranları tarafından sevilmedikleri elde edilen bulgular arasındadır (Aydın ve Öztütüncü, 2004; Finkenauer, Engels ve Baumeister, 2005; Paley, Conger ve Harold, 2000).

Ergenlerin ebeveynleri ile ilişkilerinin incelendiği pek çok çalışmada, (Bahçıvan-Saydam ve Gençöz, 2005; Jones, 2000; Kindap, Sayıl ve Kumru, 2008; Kumpfer ve Alvarado, 2003; Rohner ve Khaleque, 2005) özellikle yakın anne desteğinin, olumlu benlik değeri üzerindeki etkisini ve annelerin kabul düzeyi ile ergenlerin sosyal becerileri arasındaki ilişkiyi gösteren bulgular elde edilmiştir. Hem batı kültüründe (Keller, 2009; Noller ve Bagi, 1985; Schwabe ve Thornburg, 1986; Smith ve Forehand, 1986) hem de Türk kültüründe (Çuhadaroğlu-Çetin, Canat, Kılıç, Şenol, Rugancı, Öncü, Hoşgor, Işıklı ve Avcı, 2004; Şen, 2011) yapılan çalışmalarda ergenler annelerini, sırdaş ve empatik bir arkadaş, en iyi ilişki kurdukları aynı zamanda en çok tartıştıkları ve çatışma yaşadıkları kişiler olarak tanımlamışlardır.

Kültürel olarak çocuk yetiştirmede anneye daha fazla sorumluluk düşmektedir ve annenin temel görevi de çocuk yetiştirme olarak algılanmaktadır (Çoban- İçağasıoğlu, 2009; Kağıtçıbaşı, 2002; Kandiyoti, 1987). Bu kültürel beklentiler ve toplumsal öğrenmelerin getirileri ile ergen çocuklarının duygusal gereksinimlerini karşılamak açısından daha önemli roller üstlenen anneler, çoğu zaman tıpkı ergen çocukları gibi ne yapacağı ve nasıl davranması gerektiği konusunda sıkıntı yaşamaktadırlar (Çopur, Erkal ve Şafak, 2007; Kulaksızoğlu, 2005; Şen, 2011).

Ergenin gelişimsel değişimlere uyum ve gelişim görevlerini gerçekleştirmede sorunlar yaşaması durumunda, ebeveynler de kendi ebeveynlik kimliklerini sorgulamakta, yetersiz ve başarısız olduklarına dair düşünce ve inançlar geliştirme eğilimine girmektedir. Bu durumda ergenin yaşadığı gelişimsel sorunlar başa çıkılamaz, sonu felaketler ile bitecek sorunlar zinciri olarak algılanmaktadır. Çoğu zaman gerçekçi olmayan bu düşünce ve inanç sistemi ebeveynin öfke, yoğun kaygı, depresyon ve yetersizlik algısı geliştirme eğilimlerinin oluşmasına sebep olmaktadır (Kumpfer ve Alvarado, 2003; Paley, Conger ve Harold, 2000; Wright, Basco ve Thase, 2006. ). Ayrıca ebeveyn-ergen arasındaki ilişki de olumsuz şekilde etkilenmektedir (Aydın ve Öztütüncü, 2004; Kelller, 2009).

Bu dönemde ergenin gelişimini sağlıklı şekilde tamamlayabilmesi için ailenin ergenlik dönemine ilişkin bilgi sahibi olması, etkili ebeveynlik için gereken becerileri kazanması, ergen çocukları kadar kendilerinin ve ailelerinin de değişimden geçtiğini fark edebilmesi ve kabul etmesi, zorlanmalarda kendilerini destekleyecek kişiler ve kurumlar hakkında bilgi sahibi olması gerekmektedir (Aydın ve Öztütüncü, 2004; Çuhadaroğlu ve ark., 2004; Goddard, Myers-Walls ve Lee, 2004; Steinberg, 2011b; Wyatt ve Carlo, 2002).

Bu noktada sadece ergene değil aynı zamanda ergenin ailesine de bilgilendirme ve psikolojik yardım hizmetlerinin verilmesi, ergenin sağlıklı gelişimine katkı sağlayacaktır. Psikolojik danışma, psiko eğitim gibi grup programları ilişkileri geliştirme ve sağlıklı gelişim için en iyi yollardan biridir. Yapılan çalışmalar (Griffith, 2010; Toumbourou ve Gregg, 2001; Toumbourou ve Gregg, 2002) ergen ebeveynleri için geliştirilen programların, ebeveyn-ergen arasındaki çatışmanın, davranış problemlerini azalması, buna karşın ebeveynin özyeterliliğini ve benlik düzenleme becerisini artması gibi olumlu sonuçları oluşturduğunu ortaya koymaktadır.

Bilişsel-Davranışçı yaklaşımlar, grupla psikolojik danışmada yaygın olarak kullanılan kuramlardan biridir. Bu yaklaşımda düşüncelere ve düşüncelerin duygu ve davranışlar üzerindeki etkisine odaklanılır (Sanders ve Wills, 2005). Bilişsel-davranışçı yöntem ve teknikler kullanılarak kişinin, temel inanç ve varsayımları içeren uyum sağlayıcı olmayan bilişsel süreçleri uyum sağlayıcı, sağlıklı ve gerçekçi düşünceler ile değiştirebilir. Bilişsel süreçlerdeki bu değişim, duygusal ve davranışsal değişimi de kolaylaştırmaktadır. Eğitim yoluyla, davranışsal ve bilişsel müdahalelerle ve başa çıkma stratejilerinin öğrenilmesiyle, birey kendine ve başkalarına ilişkin farklı ve alternatif algulamalar geliştirebilmektedir (Beck, 2001; Cann, Burke ve Burke, 2003; Leahy, 2007; Türkçapar, 2008; Wright, Basco ve Thase, 2006).

Grupla psikolojik danışmada kullanılacak bir diğer program, psikoeğitim yöntemidir. Tıpkı bilişsel-davranışçı yaklaşım gibi, bu yaklaşımda da yapılandırılmış grup içi etkinlikler ve grup oturumları ile bireylerin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal becerilerini geliştirmek amaçlanmaktadır (Corey ve Corey, 2010). Psikoeğitim programlarının amacı psikolojik sorunları önlemek ya da tedavi etmek için somut bilgiyi sunmak, tartışmak, paylaşmaktır. Grup düzeninde teknikler ve aktiviteler yapılandırılmaktadır (Corey ve Corey, 2010).

Grup formatının bireysel yaklaşımdan daha yararlı olduğu savunulmaktadır. Grup katılımcılara sadece içgörü değil aynı zamanda benzer sorunlar yaşayanların deneyimleri ile yeni becerileri deneyimleme fırsatı sunmaktadır. Ayrıca güvenli bir ortam olarak grup üyelerin birbirinden geribildirimler alabilmelerine de olanak sağlamaktadır (Corey ve Corey, 2010).

Bu noktadan hareketle, ergenlerin sağlıklı gelişimlerine ve ergen-ebeveyn arasında sağlıklı ilişki kurabilme yollarını oluşturacak iletişim becerileri geliştirmeye yardımcı olmak amacıyla bir program geliştirilmiştir. Geliştirilen grupla psikolojik danışma programı bilişsel -davranışçı yaklaşım ile psiko-eğitim grup programının bütünleştirilmesi esasına dayanmaktadır. Programın genel hedefleri şu şekilde yapılandırılmıştır:

- Grup üyesi ergen annelerine kendileri ile ilgili farkındalık kazandırma,
- Ergenlik dönemi ve değişimler ile ilgili bilgi verme,
- Kendilerine ve çocuklarına ilişkin geliştirdikleri “gerçekçi olmayan olumsuz otomatik düşünceleri” belirleme, bunlarla yüzleşme, yerine alternatif sağlıklı yeni düşünceler geliştirmeye yardımcı olarak iletişim engellerini ortadan kaldırma,
- Anne-ergen arasında sağlıklı ilişki kurarak, ebeveyn-ergen etkileşimlerindeki aile işlevlerini artırmaya yardımcı olma.

Bahsedilen hedefler doğrultusunda yapılandırılan bu grup çalışmasında, öntest ve son test uygulamalarıyla aşağıda belirtilen denenceler sınanmıştır:

- Gruba katılan annelerin, çalışma öncesi otomatik düşünceleri ile çalışma sonrası otomatik düşünceleri son uygulama lehine farklılık gösterecektir. Bu farklılık ön test ve izleme ölçümlerinde de ortaya çıkacaktır.
- Gruba katılan annelerin, iletişim beceri düzeylerinde çalışma öncesi ve çalışma sonrası arasında, son uygulama lehine farklılık olacaktır. Bu farklılık ön test ve izleme ölçümlerinde de ortaya çıkacaktır.

Sonuç olarak bu çalışmada anneler ve ergenler arasında sağlıklı ilişki geliştirmek amacıyla ergen çocukları olan annelere yönelik olarak grupla psikolojik danışma programı geliştirmek ve bu programın etkililiğini sınamak amaçlanmıştır.

## Yöntem

### *Araştırma Modeli*

Bu araştırma tek grup ön-son test modeline göre gerçekleştirilmiş deneme modeli bir araştırmadır. Çalışma grubunu özel bir merkezde bireysel olarak psikolojik yardım alan ergenlerin anneleri oluşturmaktadır. Bu nedenle katılımcılar seçkisiz olarak atanamamış ve bir eğitim programının gereği olarak bir araya getirilmiş olan kişilerle yürütüldüğü için kontrol grubu oluşturulamamıştır (Frankel ve Wallen, 2003).

### *Çalışma Grubu*

Araştırmanın çalışma grubunu 12-14 yaş aralıklarında bireysel psikolojik danışma hizmeti alan 16 ergen annesi oluşturmaktadır. 32-43 yaşları arasında olan grubun yaş ortalaması 37,56 (ss=2,71) olarak hesaplanmıştır. Grupta yer alan tüm annelerin evlilikleri devam etmektedir.

Katılımcı annelerin 1'i (% 6,3) ilkokul, 4'ü (% 25) ortaokul, 4'ü (% 25) lise ve kalan 7'si (% 43,7) üniversite mezunudur. Eşlerin (babaların) 2'si lise, diğer 14 eş üniversite mezunudur. Çocuk sayılarına göre 1 anne (% 6,3) tek, 8 anne (% 50,3) iki, 6 anne (%37,5) üç ve 1 anne (% 6,3) dört çocuğa sahiptir.

### *Veri Toplama Araçları*

#### *Otomatik Düşünceler Ölçeği*

Hollan ve Kendall (1980) tarafından geliştirilen ölçek, 5'li Likert tipinde hazırlanmış 30 maddeden oluşmaktadır. Orijinal ölçek depresif, depresif olmayan psikopatoloji tanılılara ve diğer hastalara uygulanmış, Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .94, .89 ve .91 olarak bulunmuştur. Geçerlik analizlerinde ölçek, BDI ile .59, MMPI-D alt boyutu ile .87 düzeyinde ilişkili çıkmıştır (Savaşır ve Şahin,1997).

Ölçeğin Türkçe'ye adaptasyonu hem Aydın ve Aydın (1990) hem de Şahin ve Şahin (1992) tarafından yapılmıştır. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı depresiflerle .114 ve normal hasta grubu ile .95 (Aydın ve Aydın, 1990) ve öğrenci örnekleme ile gerçekleştirilen çalışmada .93 (Şahin ve Şahin, 1992) olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test güvenilirliği .77 olan ölçeğin Türkçe versiyonunun da BDI ve MMPI-D alt boyutu ile korelasyon gösterdiği belirtilmektedir (Savaşır ve Şahin,1997).

Bu araştırmada Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ön test için .86 ve son test için .81 olarak hesaplanmıştır.

#### *İletişim Becerileri Envanteri*

Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından geliştirilen ölçek, 45 maddeden ve üç boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar davranışsal, bilişsel ve duygusal boyutlar olarak isimlendirilmiştir.

Ölçeğin güvenilirlik katsayısı, test tekrar test yöntemiyle .68, test yarılama yöntemiyle ile de .64 olarak hesaplanmıştır. İç tutarlılığını belirlemek amacıyla hesaplanan cronbach alfa değeri .72 olarak bulunmuştur. Envanterin geçerlik sınaması, İletişim Beceri Değerlendirme Ölçeği (Korkut, 1996) kullanılarak gerçekleştirilmiş ve geçerlik katsayısı .70 bulunmuştur.

Bu araştırmada Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ön test için .61 ve son test için .68 olarak hesaplanmıştır.

#### *İşlem*

Çalışma grubu, bireysel psikolojik danışma hizmeti alan 12-14 yaş aralıklarında 16 ergenin annesinden oluşmaktadır. Grup oluşturulmadan önce, katılmak isteyenlerle kısa bir ön görüşme yapılmıştır. Daha önce böyle bir çalışmaya katılmamış olanların seçimine dikkat edilmiştir.

Yapılan ön görüşmelerde annelerin ergen çocukları ile ilişkilerini göz önüne alarak, bu eğitim programından ne bekledikleri sorulmuştur? Annelerin genelde, kendilerine ve anneliklerine ilişkin yetersizlik algılamaları geliştirdiklerine dair ifadeleri dikkat çekmiştir. Ayrıca anneler, pek çok işi tek başlarına yapmak zorunda olduklarını, destek alamadıklarını ve bu nedenle sorunlar yaşadıklarını,

kendilerinin de psikolojik yardıma ihtiyacı olduklarını dile getirmeleri bu çalışmanın planlanmasını sağlamıştır.

Geliştirilen grupla psikolojik danışma programı bilişsel-davranışçı yaklaşım ve psikoeğitim modelinin bütünleştirilmesi esasına dayanmaktadır. Program bilişsel davranışçı yöntem ve tekniklerin yanı sıra, kişi-içi ve kişilerarası iletişim becerileri, ebeveyn eğitim programlarını kapsamaktadır (Gross ve Grady, 2002; Goddard, Myers-Walls ve Lee, 2004; McKay, Wood ve Brantley, 2007; McKay, Davis ve Fanning, 2009; Savaşır, Soygüt ve Kabakçı, 2003). Grup sürecinde prova yapma, ev ödevi, davranış-düşünce analizi, öğretim ve geribildirim gibi teknikler kullanılmıştır. On oturum halinde hazırlanan program haftada bir gün yaklaşık 90 dakika sürecek şekilde gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın etkililiği öntest, son test ve izleme analizleri ile sınanmıştır.

Her oturum ve amaçları kısaca şöyle özetlenebilir: İlk oturumda, grup üyelerinin birbiriyle tanışması, grubun amacını belirtme ve grup kurallarını oluşturma amaçlanmıştır. İkinci oturumun amacı, annelerin kendilerini tanıma, anlama ve kendileri ile ilişkili farkındalıklarını arttırmaktır. Üçüncü oturumda, gelişim dönemi olarak ergenlik hakkında bilgi verilmiştir. Ergenlerin yaşadığı fiziksel, cinsel, duygusal, sosyal değişimler ve bu değişimlerin ergen üzerindeki etkileri tartışılmıştır. Ayrıca ergenin kimlik oluşturma çabaları ve bunalımlarının bireysel ve kişilerarası ilişkilere yansımaları tartışılmıştır. Dördüncü oturumda, anneler ve ergen çocukları arasında gelişen iletişim problemleri paylaşılmıştır. Bu problemlerin nedenleri ve etkileri tartışılmıştır. Beşinci oturumda, otomatik düşünceler hakkında bilgi verilmiştir. Annelerin kendileri için sorun yaratan ve çocukları ile aralarında gelişen iletişim hatalarını oluşturan olumsuz otomatik düşüncelerin saptanması ve bunların alternatif sağlıklı düşünceler ile değiştirilmesine yardım etmek amaçlanmıştır. Ellis'in ABC modeli öğretilmiş ve negatif düşünceleri kayıt ev ödevi olarak verilmiştir. Altıncı oturumda, bir haftalık yaşantılar ve kaydedilen olumsuz otomatik düşünceler, deneyimler grup içinde paylaşılmıştır. Saptanan negatif düşünceler ve alternatif sağlıklı düşünceler ile değiştirmeye ilişkin deneyimler paylaşılmıştır. Yedinci oturumda, etkili iletişim için gereken duyguları ifade etme, aktif dinleme, empati ve geribildirim gibi iletişim becerilerinin önemi tartışılmıştır. Grup içinde iletişim becerileri egzersizleri yapılmıştır. Sekizinci oturum, iletişim becerilerinin egzersiz ve provalarına grup içinde devam edilmiştir. Ayrıca "ben" dilinin, farklı ortamlarda duyguları tanıma ve ifade etme önemi hakkında bilgi verilmiştir. "Ben" dilini kullanma ve bunun iletişimdeki etkilerini kayıt etme ödevi verilmiştir. Dokuzuncu oturumda, çatışma çözme becerilerine odaklanılmıştır. Her durumda herkesin kazanmasını temel alan çatışma çözme becerilerinin neler olabileceğine dair paylaşımlarda bulunulmuştur. Diğerleri ile işbirliği, çatışmayı tanımlama ve arabuluculuk gibi çatışma çözme yolları yapma-gösterme, imajinasyon gibi tekniklerle grup içinde deneyimlenmiştir. Onuncu oturum, tüm oturumların genel bir değerlendirilmesi yapılmış, edinilen kazanımlara ve deneyimler paylaşılmıştır. Oturumlar iyi dilekler ve sevgi ifadeleri ile sonlandırılmıştır.

Grup çalışmasından ve son-test uygulamasından üç ay sonra izleme çalışması yapılmış, Otomatik Düşünceler Ölçeği ve İletişim Becerileri Envanteri yeniden uygulanmıştır. Ayrıca katılımcıların grup çalışması sonrasında kendileri ve çocukları ile ilgili algıları değerlendirilmiştir ve paylaşımlarda bulunulmuştur.

## Bulgular

“Otomatik Düşünceler Ölçeği” ile “İletişim Becerileri Envanteri”nin ön-test, son-test ve izleme puanlarına ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve bulgular Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Grubun Otomatik Düşünceler ve İletişim Becerileri Envanterinden Aldıkları Ön-test, Son-test ve İzleme Puan Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Ölçekler		Ön-test	Son-test	İzleme
Otomatik Düşünceler	X	62,06	47,44	47,12
	ss	12,05	8,78	8,89
Duygusal İletişim Becerileri	X	52,31	55,50	51,50
	ss	3,71	5,66	14,44
Davranışsal İletişim Becerileri	X	55,50	59,13	59,37
	ss	5,17	7,07	6,16
Bilişsel İletişim Becerileri	X	52,38	57,13	58,19
	ss	4,35	7,35	6,50
İletişim Becerileri- Toplam	X	160,31	171,75	174,312
	ss	9,40	17,05	13,22

Tablo 1’de görüldüğü gibi, annelerin ön-test ve son-test puan ortalamaları arasında farklılıklar oluşmuştur. Ön ve son testler kıyaslandığında, annelerin olumsuz otomatik düşünce puanlarının azaldığı, buna karşın iletişim becerilerinin arttığı sonucu elde edilmiştir. Bu farklılıklar, ön-test ve izleme puan ortalamalarında da oluşmuştur.

Grup psikolojik danışma programının etkililiğini sınamak ve araştırmanın hipotezlerini test etmek için, ilişkili örneklem için tek faktörlü ANOVA tekniğinden yararlanılmıştır (Büyüköztürk, 2005). Analiz aşamasına geçmeden önce dağılımın normalliği (Kolmogorov Smirnov > .05) ve varyansların homojenliği test edilmiştir. Bulguların bu varsayımı yerine getirmesinden sonra analizlere geçilmiştir. ANOVA sonrası gruplar arasında farklılık olduğu durumlarda, etkinin kaynağını bulmak amacıyla Bonferroni tekniği kullanılmıştır (Tabacknick ve Fidell, 2001). Otomatik Düşünceler Ölçeği’nden elde edilen ilişkili ölçümler için yapılan tek yönlü varyans analizi bulguları Tablo 2.’de verilmiştir.

**Tablo 2.** Otomatik Düşünceler Ölçeği’nden Elde Edilen İlişkili Ölçümler İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Bulguları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Deneklerarası	3767,917	15	251,194		
Ölçüm	2331,292	2	1165,646	<b>46,21</b>	<b>.000</b>
Hata	756,708	30	25,224		
Toplam	6855,917	47			

İlişkili ölçümler için yapılan tek yönlü varyans analizi bulguları, katılımcıların olumsuz otomatik düşünce ön-test, son-test ve izleme ölçümlerinde farklılıklar olduğunu göstermektedir (F=46,21, p<.001). Farklılığın kaynağını belirlemek için Bonferroni post-hoc testi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular farklılığın, ön-test ve son-test arasında ve yine ön-test ile izleme ölçümleri arasında oluştuğunu göstermektedir. Son-testin (X= 47,44) ve izleme puanlarının ortalaması (X= 47,12), ön-test ortalamalarından (X= 62,06) daha düşük bulunmuştur. Bu durum, annelerin otomatik düşüncelerinin uygulanan grupla psikolojik danışma programından sonra azaldığını ve bu olumlu etkinin zaman içinde sürdüğünü göstermektedir.

İletişim Becerileri Envanteri'nden alınan puanlar için de bu analizler ayrı ayrı gerçekleştirilmiş olup, sonuçlar Tablo 3.'de bir arada sunulmuştur.

**Tablo 3.** İletişim Becerileri Envanteri'nden Elde Edilen İlişkili Ölçümler İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Bulguları

<b>İletişim Becerileri Envanteri Alt Boyutlar</b>	<b>Varyansın Kaynağı</b>	<b>Kar. Topl.</b>	<b>sd</b>	<b>Kareler Ort.</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<i>Duygusal İletişim Becerileri</i>	Deneklerarası	797,219	15	5,281	0,83	.445
	Ölçüm	143,042	2	71,521		
	Hata	2578,292	30	85,943		
	Toplam		47			
<i>Davranışsal İletişim Becerileri</i>	Deneklerarası	1013,333	15	67,556	3,092	.060
	Ölçüm	150,500	2	75,250		
	Hata	730,167	30	24,339		
	Toplam		47			
<i>Bilişsel İletişim Becerileri</i>	Deneklerarası	151,292	15	42,733	6,00	.006
	Ölçüm	317,042	2	158,521		
	Hata	792,292	30	26,410		
	Toplam		47			
<i>İletişim Becerileri- Toplam</i>	Deneklerarası	3811,917	15	254,128	48,317	.000
	Ölçüm	1778,042	2	33,017		
	Hata	4497,958	30	149,932		
	Toplam		47			

ANOVA sonuçlarına göre, katılımcıların iletişim becerileri puanları ön-test, son-test ve izleme ölçümlerinde farklılık göstermektedir. Sonuçlar alt boyutlar bazında incelendiğinde, duygusal ve davranışsal iletişim becerilerinde ölçümler arasında farklılıkların oluşmadığı, öte yandan bilişsel ve toplam puanlar arasında farklılıkların olduğu görülmektedir. Bonferroni post hoc teste göre bu farklılıklar bilişsel iletişim becerileri için ön-test ve son test ile ön-test ve izleme ölçümleri arasında oluşmuştur ( $F= 6,00$ ,  $p<.01$ ). Son-testin ( $X= 57,17$ ) and izleme ölçümlerinin ( $58,19$ ) bilişsel iletişim becerileri aritmetik ortalamaları, ön-test ( $X= 52,37$ ) ortalamasından daha yüksek hesaplanmıştır. Toplam iletişim becerileri puanlarında da ölçümler arasında farklılık elde edilmiştir ( $F=48,317$ ,  $p<.001$ ). Bonferroni test sonucu bu farklılıkların sadece ön-test ( $X=160,31$ ) ile izleme ( $X= 174,312$ ) ölçümleri arasında olduğunu göstermektedir. Her ne kadar toplam iletişim becerileri son-test ortalaması ( $X= 171,75$ ) kısmen ön-test ortalamasından ( $X=160,31$ ) yüksek bulunsa da bu farklılık, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

## Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada 12-14 yaşında psikolojik yardım alan ergen çocuğu olan annelerin çocukları ile sağlıklı ilişki kurabilmelerine yardımcı olmak amacıyla uygulanan eğitim programının etkililiği sınanmıştır. Program, bilişsel davranışçı yaklaşımı esas almakla birlikte, psiko-eğitim formatından da yararlanılarak hazırlanmıştır (Gross ve Grady, 2002; Goddard, Myers-Walls ve Lee, 2004; McKay, Davis ve Fanning, 2009; Savaşır, Soygüt ve Kabakçı, 2003). Bu doğrultuda hazırlanan programda annelere kendileri ile ilgili farkındalık kazanma, ergenlik dönemi ve psikolojisi hakkında bilgi verme, iletişim engellerini saptama, sağlıklı iletişim kurabilme becerilerini geliştirme, iletişim sorunu yaratan olumsuz otomatik düşünceleri belirleme, onların yerine alternatif sağlıklı yeni düşünceler geliştirme ve çatışma çözme becerisi geliştirme amacına yönelik uygulamalara yer verilmiştir.

Çalışmanın amacına uygun olarak, on oturum şeklinde oluşturulan grup çalışması öncesinde ve sonrasında katılımcıların iletişim becerileri ve olumsuz otomatik düşünce düzeyleri ön test-son test olarak ölçülmüştür. Ayrıca grup çalışmasında üç ay sonra izleme çalışması için ölçekler tekrar uygulanmış, analizler gerçekleştirilmiştir.

Elde edilen bulgular, araştırmanın hipotezlerini doğrulamaktadır. Sonuçlar, hazırlanan program ve uygulamaların annelerin olumsuz otomatik düşüncelerinde bir azalma olduğunu, iletişim becerilerinde de özellikle bilişsel düzeyde farklılıkların oluştuğunu göstermektedir. Tutumların duygu, düşünce ve davranış boyutunu kapsadığı düşünüldüğünde, bilişsel düzeydeki bu farklılıkların daha uzun bir zaman dilimi için değişim zemini hazırlaması ve davranışlara yansıtacak ortamları oluşturması olası bir durumdur (Sanders ve Wills, 2005). Uygulanan grup programının bilişsel temelli olması, katılımcıların beklendiği şekilde bilişsel yapılarında ve algılarında değişiklikler oluşturmuştur. Ayrıca bu değişikliklerin izleme ölçümlerinde de elde edilmiş olması, bilişsel yapıların duygu ve davranış düzeyine göre daha hızlı değiştiğini göstermektedir. İzleme çalışmasından annelerin hem otomatik düşüncelerinde hem de iletişim becerilerinde elde edilen benzer sonuçlar, bu olumlu değişimin kalıcı olabileceğini düşündürmektedir.

İzleme görüşmesinde katılımcı annelerle grup çalışmasına ve kazanımlara ilişkin değerlendirmeler yapılmıştır. Grup çalışmasının başlangıçlarında anneler, çocukları ile iletişim kurmakta zorlandıklarını, yaşanan sorunların genelde kendilerinde ve anneliklerinin yetersizliğinden kaynaklandığını düşündüklerini belirtmişlerdir. Ayrıca anneler çok fazla iş yükünden dolayı kendileri zaman ayıramadıklarını, bu durumun onları bunalttığını ve böylece sorunların iyice büyüdüğünü düşündüklerini de paylaşmışlardır. İzleme görüşmesinde ise grup çalışmasından sonra, istenen yönde elde edilen değişikliklerin devam ettiğine dair bilgiler paylaşılmıştır. Anneler, çocuklarının içinde bulunduğu gelişim dönemi gereği yaşanan değişikliklerin artık yetersiz ebeveynlikten kaynaklanmadığına düşündüklerini belirtirken; sorunların da genelleme, olumsuza odaklanma, olumluyu yok sayma gibi bilişsel çarpıtmalar yapılmadan sağlıklı ve gerçek alternative düşüncelerle çözülebileceğine dair inanç geliştirdiklerini ifade etmişlerdir. Griffith (2010)'in de belirttiği gibi, ebeveynler ile ergenlerin sıcak ve yakın ilişkiler kurmasına engel olan düşünce ve duyguları iyileştirmeye ve etkili ebeveynlik stratejilerinin uygulanması yönelik yardım stratejileri oluşturmak, programın varolan sonuçlarını artırabilmektedir. Benzer şekilde bu çalışmada da, çocuklarının da annelerine olumlu geri bildirim vermesi ve sağlıklı iletişim kurulabiliyor olması grup çalışmasının etkili olduğunu amacına ulaştığını göstermektedir.

Araştırmadan elde edilen bu sonuçlar, diğer araştırmaların ile tutarlılık göstermektedir (Balcı ve Yılmaz, 2000; Jones, 2000; Kumpfer ve Alvarado, 2003). Yapılan çalışmalar (Griffith , 2010; Woolfenden ve ark., 2007), yakınlık, iletişim becerileri, ebeveyn izleme, problem çözme, olumlu pekiştirme ve net sınırların kurulması gibi ebeveynlik uygulamalarında değişiklikler hedefleyen bu programların, çocukların davranış problemlerinin azalmasına; ebeveynin kendine güvenlerinin, etkililiklerinin, psiko-sosyal sağlamlılığının artmasına ve böylece ergen ile ebeveyn arasındaki ilişkinin kalitesinin gelişmesine olanak sağladığını ortaya koymuştur. Ayrıca yapılan grup çalışmalarının ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkiyi güçlendirerek, çocukların sosyal yeterlilik düzeylerini artırmasının



yanısıra aile fonksiyonunu olumlu yönde etkilediğini gösteren çalışmalar literatürde yer almaktadır (Balcı ve Yılmaz, 2000). Benzer şekilde Jones (2000), bu tarz psikolojik danışma programlarının ergenlerin okul başarısızlığı, çalma davranışları, depresyon ve suç davranışlarını önlediği yönünde bulgular elde etmiştir.

Araştırmanın örneklemini oluşturan annelerin çocukları 12-14 yaşlar arasındadır. Bu yaşlar, bedensel ve biyolojik değişimlerin yanı sıra bilişsel ve sosyal değişimlerin yaşandığı, bağımsızlık ve kimlik edinme çabası ile karakterize olan ergenlik dönemine denk gelmektedir (Keller, 2009; Steinberg, 2011b). Bu yaş dilimindeki ergenlerin, büyümenin ilk hevesiyle kendi yaşının üstündeki gelişim ödevleriyle beklenenden daha erken uğraşmaya başladıklarına dikkat çekilmektedir. Ancak bu durum gereken olgunluğa erişmeden büyümeye çalışan ergen için, kendi değişimlerine henüz kendisi uyum sağlayamayıp yoğun kaygı, depresyon, olumsuz benlik algısı gibi sorunlar yaşamasına neden olurken; aileyi de etkilemekte ergenin ebeveynleri ile sorun yaşamasına sebep olmaktadır (Aydın ve Öztütüncü, 2004; Çuhadaroğlu ve ark., 2004; Goddard, Lerner ve Steinberg, 2009; Myers-Walls ve Lee, 2004; Steinberg, 2011b).

Özerk olmak ve kendi yaşamının sorumluluğunu alabilmek, ergenler için önemli bir sorundur (Santrock, 2011). Ebeveyn-ergen arasındaki anlaşmazlıkların nedenlerinden biri olarak, gelişim süreçleri boyunca ergenlerin özerk bir yaşama sahip olma çabaları ve ebeveynlerin bu gelişimsel ihtiyacının sağlıklı şekilde giderilmesinde yetersiz kalmaları gösterilmiştir (Finkenauer, Engels ve Baumeister, 2005; Gavazzi, 2011; Keller, 2009; Kwak, 2003). Bu nedenle ebeveynlerin, çocuklarını gözlemleyip, içinde buldukları dönem hakkında bilgi sahibi olmaları gerekmektedir.

Bu süreçte hem ergenin uyum sorunlarının çözümünde hem de psikolojik sağlıklılığın gelişmesinde önemli yer bir tutan ebeveyninin, kendi tutum ve davranışları ile düşünce stillerine ilişkin farkındalık geliştirmesi ilk basamağı oluşturmaktadır (Gavazzi, 2011). Ebeveynin kendini kabul etmesi, ergen olan çocuğunu bir birey olarak, koşulsuz olumlu bir tutum ile kabul etmesini kolaylaştırır. Böylece birey olarak ergen çocuğuna ve onun ihtiyaçlarına saygı duyarak, gelişim sürecini sağlıklı bir şekilde tamamlayabilmesinde eşlik etmesine olanak sağlanabilir.

Ebeveyn ve ergen arasındaki etkili iletişim, ergenin gelişim sürecinde anahtar rol rol oynamaktadır. Bireylerin birbirlerini anlamaları, düşünceleri algılamaları ve bilgi değişimi etkin iletişim ile mümkündür. Etkin iletişimin sağlanmasında, yalnızca kolay, gözlemlenebilir, olaylara dayalı bilgiye değil; aynı zamanda tarafların dünyasını etkileyen içe dönük duygular, inançlar, değerler, varsayımlar, benlik ve diğerleri hakkındaki fikirlere ilişkin bilgilerin de ele alınması gerekmektedir (McKay, Wood ve Brantley, 2007).

Anneler sorunların paylaşıldığı, temel bilgilerin edinildiği, boş vakitlerin birlikte geçirildiği kişiler konumuyla ergenin dünyasında başat bir konuma oturmaktadırlar. Şen (2011) Türkiye genelinde ergen profilini incelediği çalışmada anne ve babaların çocukları ile etkileşim ve paylaşımları arasında önemli farklar bulunduğuna; ergenlerin babalarına yönelik algılarının annelerine göre oldukça olumsuz olduğuna dikkat çekmektedir. Bu çalışmada hem kız hem de erkek ergenler, birçok alanda ve pek çok konu hakkında anneleri ile babalarına göre daha fazla iletişim kurma eğiliminde oldukları ancak sadece politika ile ilgili konularda babaları ile daha fazla konuştuklarını belirtmişlerdir. Ayrıca ergenlerin kendilerini açmada babalarına göre annelerini tercih ettikleri de belirtilmiştir. Batı ülkelerinde de durum aynıdır (Finkenauer, Engels ve Baumeister, 2005; Jones, 2000; Keller, 2009; Noller ve Bagi, 1985).

Her ne kadar ergenlerin annelerine dair olumlu algılamaları çok önemli olsa da, babaların da bu tür çalışmalarda etkin şekilde yer almaları sağlanmalıdır. Babaların çocuklarla ilgili daha fazla sorumluluk almasını sağlayacak, baba ve ergen arasındaki çatışmaları azaltacak yönde eğitim psiko-eğitim formatında eğitim ve psikolojik danışma programları düzenlenmelidir. Ergen odaklı programlar, sadece geçiş dönemi olan ergenlik dönemi için değil, daha sonraki dönemlerde de yarar sağlayacak olan, ebeveynler ve çocukları arasında sağlıklı ve etkili iletişimin kurmayı olanaklı kılacak ebeveynlik geliştirmesine yardımcı olmaktadır (Cavell, 2001).

Anne ve babalara ulaşmada özellikle yerel yönetimlerin ve sivil toplum kuruluşlarının daha etkin olması gerekmektedir. Eğitim programlarının yanı sıra anne-baba ve çocukların bir arada paylaşım yaşayabileceği sosyal, kültürel ve sportif etkinlik türlerini arttıracak ortamların sağlanması da aile içi etkileşime ve paylaşıma katkı sağlayacaktır.

Ebeveynlerin yanı sıra ergenlerin gelişimlerini desteklemek amacıyla, öğretmenlerin sınıf içi uygulamaları ve okul rehberlik programları da son derece önemlidir. Ayrıca TV halen ailelerin bilgi gereksinimlerini karşılayan en temel araçtır. Bu noktada insan gelişimi, ocuk yetiştirme, ergenlik ve iletişim gibi konularda bilginin ve doğru davranış kalıplarını edinilmesinde TV programları kullanılmalıdır.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. Örneklem seçiminde bireysel psikolojik danışma alan ergenlerin annelerinin katılımı, bulguların genellenmesini güçleştirmektedir. Ayrıca düşünce süreçlerini ve iletişim becerileri etkileyebilecek değişkenler olarak aile koşulları, ekonomik durum, kardeş sayısı, anne baba eğitim düzeyi ve benzeri bağımsız değişkenleri eşitlemek söz konusu olamamıştır.

Sonuç olarak, elde edilen bulgular grupla psikolojik danışma programının etkili olduğunu göstermektedir. Programa katılan annelerin olumsuz otomatik düşüncelerinin azalması, iletişim becerilerinin güçlenmesi ile hem ebeveynlikle ilgili sıkıntılarının azalmış hem de çocuklarının duygu, düşünce ve davranışlarını anlamada daha gerçekçi ve sağlıklı bakış açısı geliştirmeleri kolaylaşmıştır. Bu araştırmadan elde edilen farklılıklar bu tür programların önemini bir kez daha vurgulamaktadır. Bu tür programların geliştirilmesinin, katılımcıların hem kendi psikolojik ruh sağlıklarını korumaları hem de çocukları ile sağlıklı ilişki kurabilmeleri açısından oldukça önemli olduğu görülmektedir. Bu anlamda geliştirilecek yeni ve uygulamaya yönelik çalışmaların önleyici, koruyucu ve geliştirici nitelikte olacağı düşünülmektedir.

## Kaynakça

- Aydın, B. ve Öztütüncü F. (2004). Examination of negative thoughts and depressive mood with the family environment. *Adolescent*, 36(141), 77-84.
- Balcı S. ve Yılmaz, M. (2000). Çocukları anaokuluna devam eden annelere verilen iletişim becerileri eğitiminin ailenin işlevlerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 14, 17-24.
- Bahçivan-Saydam, R. ve Gençöz, T. (2005). Aile ilişkileri, ebeveyn çocuk yetiştirme tutumları ve kendilik değerinin gençler tarafından belirtilen davranış problemleri ile olan ilişkisi. *Türk Psikologlar Dergisi*, 20(55), 61-77.
- Beck, J. S. (2001). *Bilişsel terapi: Temel ilkeler ve ötesi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Burke, K., Brennan, L. ve Roney, S. (2010). A randomised controlled trial of the efficacy of the ABCD parenting young adolescents program: Rationale and methodology. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 4. Erişim Mayıs 2014, <http://www.capmh.com/content/4/1/22>.
- Büyüköztürk, Ş. (2005). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Ankara: PegemA
- Cann, W., Burke, K. ve Burke, S. (2003). *ABCD parenting young adolescents: Facilitator's manual* Melbourne. Parenting Research Centre.
- Cavell, T. (2001). Updating our approach to parent training. : The case against targeting noncompliance. *American Psychological Abstracts*, 8, 299-319.
- Corey, M. S. ve Corey, G. (2010). *Groups: Process and practice* (8<sup>th</sup> Ed.). Belmont. CA: Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Çoban-İçağasıoğlu, A. (2009). Adölesan evlilikleri. *Aile ve Toplum Dergisi*, 16(4), 37-51.
- Çopur, Z., Erkal, S. ve Şafak, Ş. (2007). Annelerin 12 yaş üzeri çocuklarıyla ilişkilerinde yaşadıkları çatışmaların incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi, Sosyolojik Araştırmalar e-dergisi*. <http://www.sdergi.hacettepe.edu.tr>. ErişimOctober 2011.
- Çuhadaroğlu-Çetin, F., Canat, S., Kılıç, E. Z., Şenol, S., Rugancı, N., Öncü, B., Hoşgör, A., Işıklı, S. ve Avcı, A. (2004). *Ergen ve ruhsal sorunları: Durum saptama çalışması*. Ankara: Türkiye Bilimler Akademisi.
- Ersanlı, K. ve Balcı, S. (1998). İletişim Becerileri Envanterinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 22(10), 7-12.
- Frankel, J. R. ve Wallen N. E. (2003). *How to design and evaluate research in education*. New York: McGraw Hill.
- Finkenauer, C., Engels, C. M. E. ve Baumeister, R. F. (2005). Parenting behavior and adolescent behavioral and emotional problems: The role of self- control. *Journal of Behavioral Development*, 29, 58-69.
- Gavazzi, S. (2011). *Families with adolescents*. USA: Springer.
- Goddard, W. H., Myers-Walls, A. J. ve Lee, T. R. (2004). Parenting: Have we arrived or do we continue the journey? *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 33(19), 457-474.
- Gross, D. ve Grady, J. (2002). Group-based parent training for preventing mental health disorders in children. *Mental Health Nursing*, 23, 367-383.
- Griffith, A. K. (2010). The use of a behavioral parent training program for parents of adolescents. *Journal of At-Risk Issues*, 15, 1-8.
- Jones, D. (2000). Maternal and paternal parenting during adolescence: Forecasting early adult psychosocial adjustment. *Adolescence*. [http://www.findarticles.com/p/articles/mi\\_m2248/is\\_139\\_35/ai\\_68535847](http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m2248/is_139_35/ai_68535847). ErişimAugust 2010.
- Kandiyoti, D. (1987). Urban change and women's roles in Turkey: An overview and evaluation. In C. Kağıtçıbaşı (Ed.), *Sex roles, family and community in Turkey*, Bloomington, IN: Indiana University Turkish Studies 3.

- Kağıtçıbaşı, Ç. (2002). A model of family change in cultural context, *Online Readings in Psychology and Culture*. <http://www.edu/culture/kagitcibasi.htm>. Erişim January 2012
- Keller, M. J. (2009). Parent education needs assessment: Parents of typical 14 to 17-year-olds. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*, Faculty of the Rosier School of Education University of Southern California.
- Kındap, Y., Sayıl, M. ve Kumru, A. (2008). Anneden algılanan kontrolün niteliği ile ergenin psikososyal uyumu ve arkadaşlıkları arasındaki ilişkiler: Benlik değerinin aracı rolü. *Türk Psikologlar Dergisi*, 23(61), 92-107.
- Kumpfer, K. L. ve Alvarado, R. (2003). Family-strengthening approaches for the prevention of youth problem behaviors. *American Psychologist*, 58(6/7), 457-465.
- Kulaksızoğlu, A. (2005). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Bookstore.
- Leahy, R. L. (2007). *Bilişsel terapi ve uygulamaları*. İstanbul: Litera.
- Lerner, R. M. ve Steinberg, L. (2009). *Handbook of adolescent psychology* (3<sup>rd</sup> Ed.). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- McKay, M., Wood, J. C. ve Brantley, J. (2007). *The dialectical behavior therapy skills workbook*. Canada: Raincoast Publishing
- McKay, M., Davis, M. ve Fanning, P. (2009). *Messages: The communication skills book*. Canada: Raincoast Publishing
- Noller, P. ve Bağı, S. (1985). Parent-adolescent communication. *Journal of Adolescence*, 8, 125-144.
- Paley, B., Conger, R. D. ve Harold, G. T. (2000). Parent's affect adolescent cognitive representations and adolescent social development. *Journal of Marriage and Family*, 62, 761-776.
- Rohner, R. P. ve Khaleque, A. (2005). *Handbook for the study of parental acceptance and rejection*. USA: Rohner Research Publications.
- Savaşır, I. ve Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler*. Ankara: Türk Psikoloji Derneği Yayınları.
- Sanders, D. J. ve Wills, F. (2005). *Cognitive Therapy: An introduction*. London: SAGE Publication.
- Santrock, J. W. (2011). *Adolescence*. (14<sup>th</sup> Ed.) USA: McGraw-Hill Companies.
- Savaşır, I., Soygüt, G. ve Kabakçı, E. (2003). *Bilişsel Davranışçı Terapiler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Schwabe, M. E. ve Thornburg, H. D. (1986). Conflict areas between parents and their adolescents. *The Journal of Psychology*, 120(1), 59-68
- Smetana, J. G., Campione-Barr, N. ve Metzger, A. (2006). Adolescent development in interpersonal and societal contexts. *Annual Review Psychology*, 57, 255-84
- Smith, K. A. ve Forehand, R. (1986). "Parent-adolescent conflict: Comparison and prediction of the perceptions of mothers, fathers and daughters". *Journal of Early Adolescence*, 6(4), 353-367.
- Steinberg, L. (2011a). *Lifespan development: Infancy through adulthood*. USA: Wadsworth, Cengage
- Steinberg, L. (2011b). *You and your adolescent, new and revised edition: The essential guide for ages 10-25*. NY: Simon & Schuster, Inc.
- Şen, M. (2011). Türkiye'de ergen profili. *Aile ve Toplum Dergisi*, 27(7), 89-102.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics* (4th ed.). Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Turner, P. P., Sarason, I. G. ve Sarason B. R. (2001). Exploring the link between parental acceptance and young adult adjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 25, 185-199.
- Toumbourou, J. ve Gregg, E. (2001). Working with families to promote healthy adolescent development. *Family Matters*, 59, 54-60.

- Toumbourou, J. W. ve Gregg, M. E. (2002). Impact of an empowerment-based parent education program on the reduction of youth suicide risk factors. *Journal of Adolescent Health, 31*, 277-285.
- Türkçapar, H. (2008). *Bilişsel terapi*. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Woolfenden, S. R., Williams, K. ve Peat, J. (2007). Family and parenting interventions in children and adolescents with conduct disorder and delinquency aged 10-17 (Review) (pp. 1-27). The Cochrane Collaboration.
- Wright, J. H, Basco, M. R. ve Thase, M. E.(2006). *Learning Cognitive- Behaviour Therapy*. American Psychiatric Publishing, Washington, DC.
- Wyatt. J. M. ve Carlo, G. (2002). What will my parents think? Relations among adolescents' expected parental reactions, prosocial moral reasoning, and prosocial and antisocial behaviors. *Journal of Adolescent Research, 17*, 646-66.