

Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Özelliklerinin Duygusal Dışavurum Açısından İncelenmesi

Eyüp ÇELİK (*)

Öz: Araştırmada, lise son sınıf öğrencilerinin yılmazlık özellikleri duygusal dışavurum açısından incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubu, 381 öğrenciden oluşmaktadır. Verilerin toplanması için Yılmazlık Ölçeği ve Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada öğrencilerin yılmazlık özelliklerinin yapısal eşitlik modeline göre dışavurum, olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum, dürtü şiddeti tarafından doğrudan yordandığı görülmektedir. Ayrıca; olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti yılmazlık değişkenini duygusal dışavurum aracılığı ile de yordadığı sonucu elde edilmiştir. Araştırmada yılmazlık ölçeğinin alt boyutlarından bazılarının (iyimser olma/yaşama bağlı olmanın, iletişim/ilişki kurmanın, araştırmacı olmanın) ve duygusal dışavurumun, olumlu dışavurumun, olumsuz dışavurumun, dürtü şiddetinin cinsiyete göre önemli bir biçimde farklılaştığı ve bu özelliklere kadınların erkeklerden daha fazla sahip oldukları sonucu elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yılmazlık, Duygusal Dışavurum, Dürtü Şiddeti, Yapısal Eşitlik Modeli

An Investigation of Resilience Characteristics of Senior High School Students Through Emotional Expression

Abstract: In this study, resilience characteristics of senior high school students were analyzed in terms of emotional expression. The sample of the present study included 381 students. Resilience Scale and Berkeley Expressivity Scale was used to collect data. In result of the research, according to result of the structural equation modeling, resilience characteristics of students was predicted directly by expression, positive expressivity, negative expressivity, and impulse strength. In addition, positive expressivity, negative expressivity, and impulse strength predicted to resilience variable via of emotional expression. The results further revealed that to be optimistic / life being connected, communication/relationship building, being researcher, emotional expression, positive expressiveness, negative expressiveness, and impulse intensity significantly differed due to gender. Results indicated that female students have these properties than male students.

Keyword: Resilience, emotional expressivity, impulse strength, and structural equation modeling.

*) Dr., Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen.
(e-posta: eyupcpdr@hotmail.com)

Giriş

Bireyler yaşam süreci içinde stres, risk durumları, doğal felaketler, hastalıklar, eğitim-öğretim sürecindeki sınavlar aracılığıyla akademik açıdan değerlendirilme ve meslek seçim sürecindeki bir takım zorluklarla karşılaşabilmektedirler. Ayrıca; bireyler doğumdan ölüme kadar olan yaşam sürelerinde çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık gibi gelişim dönemleri içinde de biyolojik ve ruh sağlığını etkileyebilecek yaşantılarla da yüzleşebilmektedir. Bu gelişim süreci içinde bireyi birçok yönden etkileyebilecek dönemlerden biri olan ergenlik döneminin ortaöğretim sürecinde yaşanmakta olduğu belirtilebilir.

Plotnik (2009), ergenliği birçok biyolojik, bilişsel, sosyal ve kişilik özelliklerinin çocukluktan yetişkinliğe geçtiği, gelişimsel bir dönem olarak tanımlamaktadır. Ergenlik döneminin bireyde çok önemli izler bırakan, bedensel ve ruhsal birçok değişimlerin yaşandığı çalkantılı bir dönem olduğu söylenebilir. Özellikle kimlik kazanımının ve cinsiyet rollerinin de kazanıldığı bu dönem bireylerin sağlıklı gelişimi açısından oldukça önemlidir. Dolayısıyla kişinin ergenlik döneminden sonraki yaşamını sağlıklı bir şekilde yaşayabilmesi bu dönemdeki geçirmiş olduğu deneyimlerine ve yılmazlık özelliklerinin de etkilediği baş etme becerilerini geliştirmesine bağlı olduğu ifade edilebilir. Bu bağlamda; bireylerin ruh sağlığının devamı, yaşam doyumlarının, akademik başarılarının ve mutlu olma düzeylerinin artırılması için yılmazlık özelliklerinin ve yılmazlığı etkileyen faktörlerin araştırılmasının önemini artırdığı söylenebilir.

Yılmazlık bireylerin biyolojik, psikolojik ve çevresel tehlikeler açısından zorlanma durumlarında başarılı bir şekilde toparlanabilme (Cowen, 1991) mücadele etme becerisi (Begun, 1993), olumlu, hatta beklenmedik başarılar, sıra dışı koşullara ve durumlara uyum sağlama becerisi (Fraser Richman ve Galinsky, 1999), bireyin ek korunma ve başa çıkma becerilerini kazandığı süreç (Richardson Neiger, Jensen ve Kumpfer, 1990) olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca; bireylerin yılmaz olarak nitelendirilebilmeleri onların yaşamın çeşitli alanlarındaki başarılarına bağlı olmadığı, aksine onların zor yaşam koşullarına uyum sağlama becerilerine bağlı olabileceği belirtilmektedir (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Yılmazlık ile ilgili tanımlar değerlendirildiğinde; olumsuz yaşam koşullarına, stres durumlarına ve yoksunluk gibi faktörlere dikkat çekildiği görülmektedir. Ayrıca; yılmazlık kavramının riskli yaşam koşullarına rağmen başarıyı sağlayan birçok kişisel nitelikleri de içerdiği görülmektedir.

Alanyazındaki araştırma bulguları incelendiğinde yılmazlık özelliklerine sahip olan çocuk ve ergenlerin akademik başarılarının, uyum becerilerinin, zor şartlarla baş etme becerilerinin, sorun çözme becerilerinin, akran ilişkilerinin (Hart, Hofmann, Edelstein ve Keller, 1997; Jew, Green ve Kroger, 1999); öz-saygılarının ve içsel kontrol odağı yönelimlerinin (Jew, Green ve Kroger, 1999; Sameroff, Seifer, Baldwin ve Baldwin, 1993) diğerlerine göre daha fazla olduğu görülmektedir. Özcan (2005), tarafından yapılan lise öğrencilerinin sahip oldukları yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörlerinin, ailelerinin birliktelik-boşanmışlık durumlarına ve öğrencilerin cinsiyetlerine göre karşılaştırıldığı araştırmada anne babası birlikte olan lise öğrencilerinin sahip olduğu yılmazlık özellik-

leri ve koruyucu faktörlerinin anne babası boşanmış olanlara göre daha yüksek olduğu, cinsiyete göre ise anlamlı bir farklılığın olmadığı bulunmuştur.

Yılmazlığın az rastlanan özel niteliklerden kaynaklanmadığı aksine sıradan, normal bir insanın sahip olduğu bedensel, zihinsel, ailesel ve toplumsal özelliklerin yılmazlığın ortaya çıkmasında önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir (Masten, 2001; Rutter, 1985). Bu bağlamda; bireylerin çoğu özelliklerinin ve yaşam becerilerinin aile, toplum içinde ve öğrencilik yıllarında okul yaşamında geliştirilebildiği gibi yılmazlık özelliklerinin de geliştirilebileceği düşünülebilir. Bu nedenle bu çalışmada öğrencilerin yılmazlık özelliklerinin oluşması ve artırılmasını sağlayan ve yılmazlık özellikleriyle ilişkili olan diğer kişilik özellikleri belirlenmeye çalışılmıştır.

Ergenlik dönemindeki öğrencilerin yılmazlık kişilik özelliklerinin ve bununla ilgili davranış örüntülerinin geliştirilmesinde duygusal dışavurum etkili olabilir. Duygusal dışavurum ile bireyler kendilerini rahatsız eden, yaşam direncini düşüren, hatta depresyon gibi çeşitli ruhsal rahatsızlıkların ortaya çıkmasına neden olan olumsuz duygularını ifade edip rahatlayabilir ve ruh sağlıklarını koruyabilirler. İçsel süreçlerde yaşanan olumsuz duygular insanın direncini düşürebilir, karşılaşılan olumsuz durumlarla mücadele gücünü ve yılmazlığı azaltabilir. Bunun ortadan kaldırılabilmesi ve yılmazlık özelliğinin güçlendirilmesinde duygusal dışavurumun çok önemli bir role sahip olduğu düşünülebilir. Çünkü; bireylere özgü işlevlerin uyumu açısından duygusal dışavurum büyük öneme sahiptir. Bu nedenle bireylerin ruh sağlığı için temelde duyguların ele alınmasının yararlı olabileceği düşünülebilir. Plotnik (2009), duyguyu dört bileşenle tanımlamaktadır. Bunlar şu şekilde sıralanabilir: 1. Bir uyarıcının (olay, nesne veya düşünce) bireyin kendi durumuna göre yorumlanması veya değerlendirilmesi. 2. Korku veya mutluluk gibi öznel bir duygunun yaşanması. 3. Kalp atışlarında veya nefes alıp vermede değişiklik gibi fizyolojik değişimlerin yaşanması. 4. Gülümseme veya ağlama gibi gözlemlenebilir davranışlarda bulunulması. Bu bağlamda; duygusal dışavurum uyarıcıların etkisiyle içsel süreçlerin gözlenebilen çeşitli tepkilerle dışa aktarılması olarak ifade edilebilir.

Duyguların dışavurumunda bireysel farklılıkların önemli olduğu belirtilmektedir (Friedman, Prince, Riggio ve DiMatteo, 1980; Gohm ve Clore, 2000; Kring, Smith ve Neale, 1994). Yaşamda karşılaşılan durumların; bireyden bireye farklı içsel süreçler yaşatmasından ve bireysel farklılıklardan dolayı duygusal dışavurumlar ve yöntemler her bireyde değişiklik gösterebilir. Bazı insanlar duygularını çok kolay dışa yansıtabilirler. Örneğin; böyle bireyler olumsuz durumlarla karşılaştıklarında yavaş hareket edebilir, omuzları düşebilir ve yüzleri asılabilir. İyi bir haber aldıklarında ya da yaptıkları bir şeyden dolayı mutlu olduklarında ise yürürken neredeyse zıplayabilirler, sürekli gülümseyebilirler, seslerinin çok neşeli çıkardıkları gözlenebilir (Friedman ve Miller-Herringer, 1991). Bu durumu destekler nitelikte; Gross ve John'un (1997) yaptıkları araştırmada; üzüntüyü ifade eden davranışların negatif duygusal dışavurumu, eğlenceli davranışların ise pozitif duygusal dışavurumu yordadığı bulunmuştur. Ayrıca; yapılan araştırmalarda duyguların dışavurumunun cinsiyet açısından da farklılık gösterdiği ve kadınların duygularını erkek-

lerden daha kolay dışavurdıkları bulunmuştur (Gross ve John, 1998; Kring ve Gordon, 1998; Timmers, Fischer ve Manstead, 1998). Benzer şekilde; duyguların dışavurumunda sosyal engeller ve onların kadın ve erkek kanser hastaların yaşadıkları sıkıntılarla ilişkisi üzerine yapılan bir araştırmada; kadınların erkeklere göre daha fazla duygularını dışavurdıkları ve eşleriyle ya da diğer bireylerle sosyal açıdan sıkıntılar yaşamadıkları bulunmuştur (Zakowski ve diğerleri, 2003). Ayrıca; McClure (2000), kadınların karşısındaki insanların yüz ifadelerinden duygularını okuma konusunda erkeklerden daha başarılı olduklarını belirtmektedir.

Duyguların özü türlerin varlığını devam ettirebilmeleri için veya bireysel geçmişin varlığı için yaşamsal öneme sahiptir (Ekman, 1992). Bu çerçevede; duyguların dışavurulması bireylerin diğer bireylerle kurduğu ilişkilerini beden ve ruh sağlığını birçok yönden etkileyebileceği düşünülebilir. Psikiyatri ve psikoterapi kuram ve uygulayıcılarına göre; duygusal dışavurum bireylerin ruh ve beden sağlığı için büyük bir öneme sahiptir (Greenberg, 2004; Greenberg ve Safran, 1989; Sloan ve Marx, 2004). Özellikle insancıl ve psikodinamik yaklaşımı benimsemiş olan psikoterapistler duygusal dışavurumun ruh ve beden sağlığı açısından önemli olduğunu vurgulamaktadır (Whelton, 2004).

Beden sağlığı açısından özellikle akciğer kanseri kadınlar (Stanton ve diğerleri, 2000), prostat kanseri (Agustsdottir ve diğerleri, 2010) ve yaşlı bireylerde (Shaw ve diğerleri, 2003); ruh sağlığı açısından ise depresyon (Sloan, Strauss ve Wisner, 2001), şizofreni (Earnst ve Kring, 1999) ve borderline kişilik bozukluğu (Katz ve Campbell, 1994) gibi psikopatolojik hastalıklarda; duygusal dışavurumun olumlu yönde önemli rol oynadığı belirtilmektedir. King ve Emmans (1990) tarafından yapılan bir araştırmada, yüksek duygusal dışavuruma sahip bireylerin düşük duygusal dışavuruma sahip olanlara göre daha çok mutluluk, daha az kaygı ve suçluluk duygusu yaşadıkları bulunmuştur. Duygularını daha iyi dışavuran insanların özellikle romantik ilişkilerinde daha az problem yaşadıkları belirtilmektedir (Noller, 1984). Eşler birbirlerinin ne hissettiklerini anlamaları onların aralarındaki iletişimi ilişkilerindeki uyum ve memnuniyeti arttırdığı ifade edilmektedir. Buna ek olarak; duygularını özgürce ifade eden insanların, karşısındaki insanların duygularını anlama konusunda genellikle daha az sıkıntı yaşadıkları belirtilmektedir (King, 1998). Ayrıca; duygusal dışavurumu yüksek insanların öz güvenlerinin de diğerlerine göre daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Friedman ve diğerleri, 1980).

Gross ve John (1997) tarafından yapılan araştırmada, duygusal dışavurum yaş açısından karşılaştırılmış ve yaşlı bireylerin gençlerden daha az negatif deneyimleri ifade ettikleri ve daha fazla duygusal kontrole sahip oldukları bulunmuştur. Bulgular; duygusal dışavurumun yaşlılarda daha az olduğunu göstermektedir. Başka bir araştırmada da ailelerin olumlu ve içten dışavurumları ile çocukların kontrol çabaları, ego kontrolü ve duygusal dışavurum arasında ilişkinin olduğu bulunmuştur (Eisenberg ve diğerleri, 2003).

Bireylerin, gelişimin çoğu alanlarında ilerleyebilmeleri, ruh sağlıklarının iyi olabilmesi ve yaşamlarını devam ettirebilmesi için karşılaştıkları bir takım zorluklarla (ruhsal

ve biyolojik hastalıklar, doğal afetler, savaş, hedeflere ulaşmadaki engellerin aşılması, kişi açısından önemli bir yakının ölümü vb.) mücadele etmeleri gerekmektedir. Olumsuz koşullar karşısında kişinin yaşamını devam ettirebilmesi amaçlarına ulaşmak için çaba göstermesi yılmazlık özelliğine bağlı olabilir. Bireysel gelişim sürecinin en zor aşamalarından biri olan ergenlik dönemindeki sorunlarla baş edebilmek için öğrencilerin yılmazlık yönünün güçlü olması gerekmektedir. Ayrıca; kişinin tek başına aşamayacağı zor yaşantılar içinde olma durumu da söz konusu olabilir. Bu durumda duygu ve düşüncelerin aktarılacağı başka bireylere ihtiyaç duyulabilmektedir. Çevredeki bireylerden yardım alabilmek için ise bireyin kendini duygusal açıdan ifade edebilmesi gerekmektedir. Ergenlik dönemindeki kişinin bunu gerçekleştirebilmesi için de duygusal dışavurum özelliğinin geliştirilmesi önem kazanmaktadır.

Birey açısından sıkıntılı olan durumlardan kurtulmak için yapılan mücadelerin bireye zarar verme ihtimalinin olduğu kadar ona kişisel gelişim açısından büyük katkı sağlayabilir. Çünkü bu mücadele sürecinde birey kendini geliştirme olanağına sahip olmakta ve sonunda başarılı olduğunda hedefleri için çabalama konusundaki motivasyonu da artmaktadır. Yılmazlık yönü güçlü olan bireyler bu zorluklarla daha iyi baş edebilir. Bu nedenle alanyazında yılmazlığı etkileyen değişkenlerin araştırılması ve elde edilen sonuçlara göre önleyici ve geliştirici çalışmaların planması ve ergenlik dönemindeki öğrencilere eğitim-öğretim sürecinde uygulanmasının büyük katkısı olabilir. Bu nedenle araştırmada ergenlerin yılmazlık düzeylerini etkileyen değişkenler belirlenmeye çalışılarak bir model geliştirilmesi amaçlanmıştır. Bu çerçevede; güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma, olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti faktörlerinin yılmazlığı nasıl yordadığı ve bu değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Yöntem

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2011 yılında Milli Eğitim Bakanlığına bağlı İstanbul'un Sultangazi ilçesindeki bazı ortaöğretim okullarında 11. ve 12. sınıfa devam eden 381 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Yılmazlık Ölçeği: Araştırmada bireylerin yılmazlık özelliklerini incelemek amacıyla Gürcan (2006) tarafından geliştirilen 50 maddelik Yılmazlık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek; "güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma" olmak üzere 8 boyuttan oluşmaktadır. Ayrıca; ölçek toplam bir yılmazlık puanı da vermektedir. Yılmazlık ölçeği güçlü olma ile ilgili; 2, 3, 7, 10, 18, 19, 21, 23, 24, 26, 28, 29, 34, 36, 37, 40, 42. ve 48'inci maddelerden; girişimci olma ile ilgili; 1, 9, 16, 20, 30, 32, 35, 39. ve 50'nci maddelerden; iyimser olma/yaşama bağlı olma ile ilgili; 14, 27, 31, 38. ve 43'üncü maddelerden; iletişim/ilişki kurma

ile ilgili; 17, 33, 44. ve 45'inci maddelerden; öngörü ile ilgili; 25, 46. ve 47'nci maddelerden; amaca ulaşma ile ilgili; 8, 11, 22 ve 41'inci maddelerden; lider olma ile ilgili; 4, 5, 6, 15 ve 49'uncu maddelerden; araştırmacı olma ile ilgili; 12. ve 13'üncü maddelerden oluşmaktadır. Katılımcılar, maddelerin her biri ile ne derecede hemfikir olduklarını 5 dereceli Likert tipindeki ölçekte belirtmektedirler. Ölçeğin puan ranjı 50-250 arasındadır (Gürcan, 2006).

Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeği: Araştırmada bireylerin duygusal dışavurum özelliklerini incelemek amacıyla Gross ve John (1995) tarafından geliştirilen Akın (2011) tarafından uyarılma çalışması yapılan Berkeley Duygusal Dışavurum ölçeği kullanılmıştır. Ölçek; olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek; olumlu dışavurum ile ilgili; 1, 4, 6. ve 10'uncu maddelerden; olumsuz dışavurum ile ilgili; 3, 5, 8, 9, 13. ve 16'ncı maddelerden ve dürtü şiddeti ile ilgili; 2, 7, 11, 12, 14. ve 15'inci maddelerden oluşmaktadır. Ayrıca; ölçek toplam bir duygusal dışavurum puanı da vermektedir. Katılımcılar, maddelerin her biri ile ne derecede hemfikir olduklarını 7 dereceli Likert tipindeki ölçekte belirtmektedirler. Ölçeğin puan ranjı 16-112 arasındadır (Akın, 2011).

İşlem

Uygulama araştırmacı tarafından ilgili okul müdürlerinden izin alınarak ve araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen ortaöğretim 11. ve 12. sınıf öğrencilerine anketler uygulanarak yapılmıştır. Her uygulamadan önce araştırmacı kendisini tanıtmış, daha sonra da araştırmanın amacına, önemine, ölçeklerin nasıl yanıtlanacağına, verilerin gizli tutulacağına ilişkin açıklamalar yapılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin araştırma dışında herhangi bir amaçla kullanılmayacağı belirtilmiş ve katılımcıların isim ve başka tanıtıcı bilgi yazmalarının gerekli olmadığı anlatılmıştır. Ayrıca; uygulama sırasında, isteyenlere araştırma sonrasında araştırma sonuçlarıyla ilgili bilgi verilebileceği açıklanmıştır. Katılımcılar, ölçme araçlarını cevaplamayı yaklaşık olarak 40-45 dakikada tamamlamışlardır.

Araştırma verilerininin toplanması için 630 adet anket ve ölçekler hazırlanıp çoğaltılmış ve hedeflenen araştırma grubundaki öğrencilere Ekim 2010-Aralık 2010 tarihleri arasında dağıtılarak uygulama gerçekleştirilmiştir. Dağıtılan 630 anketten 470 tanesi araştırmacıya geri ulaşmıştır. Toplanan anketler araştırmacı tarafından incelenmiş ve eksik doldurulan 89 anket analiz dışında bırakılmıştır. Böylece araştırmacıya dönen 470 anketten 381 tanesine ilişkin elde edilen veriler araştırma kapsamında değerlendirilmiştir.

Araştırmada veri toplama araçları ile elde edilen verilerin çözümlenmesi LISREL 8.51 ve "SPSS for 11.5 Windows" paket programı kullanılarak bilgisayar ortamında gerçekleştirilmiştir. Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkiler "Pearson Korelasyon Katsayısı" ve "Yapısal Eşitlik Modellemesi" ile belirlenmiştir. Bağımsız değişken düzeyi iki olan değişkenlere göre bağımlı değişken puan ortalamaları arasındaki farkların önem kontrolü bağımsız gruplara uygulanan "t-Testi" ile yapılmıştır. Varyansların homojen olup olmadığına göre ilgili t değeri dikkate alınmıştır.

Bulgular

Betimsel İstatistik ve Korelasyon Analizi

Araştırmada incelenen yılmazlık, güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum, dürtü şiddeti, değişkenleri arasındaki ilişkilerle ilgili bulgular Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1: Yılmazlık ve Berkeler Duygusal Dışavurum Ölçeği ve Alt Boyutlarına İlişkin Betimsel İstatistik, Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyon Analizi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Yılmazlık	1												
Güçlü olma	.90**	1											
Girişimci olma	.81**	.61**	1										
İyimser olma/ Yaşama bağlı olma	.78**	.58**	.71**	1									
İletişim/ İlişki kurma	.68**	.46**	.55**	.56**	1								
Öngörü	.62**	.55**	.40**	.39**	.40**	1							
Amaca ulaşma	.65**	.53**	.45**	.46**	.34**	.30**	1						
Lider olma	.72**	.57**	.52**	.50**	.53**	.44**	.33**	1					
Araştırmacı olma	.53**	.46**	.30**	.34**	.31**	.28**	.38**	.41**	1				
Duygusal dışavurum	.12*	.07	-.01	.06	.17**	.09	.11*	.11*	.23**	1			
Olumlu dışavurum	.31**	.27**	.16**	.22**	.25**	.22**	.22**	.23**	.29**	.68**	1		
Olumsuz dışavurum	-.16**	-.18**	-.15**	-.11**	-.08	-.12**	-.04	-.11*	.05	.64**	.17**	1	
Dürtü şiddeti	.14**	.11*	-.01	.07	.21**	.13**	.09	.15**	.19**	.83**	.44**	.22**	1
Aritmetik ortalama	184.48	67.46	31.59	17.88	14.61	10.73	15.65	18.54	7.99	68.58	20.39	22.37	25.81
Standart Sapma	28.20	10.90	5.51	4.19	3.69	2.55	3.20	3.96	1.78	11.37	4.24	6.06	6.43

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

Elde edilen bulgulara göre; lise son sınıf öğrencilerin yılmazlık özellikleri ile güçlü olma ($r = .90$), girişimci olma ($r = .81$), iyimser olma/yaşama bağlı olma ($r = .78$), iletişim/ilişki kurma ($r = .68$), öngörü ($r = .62$), amaca ulaşma ($r = .65$), lider olma ($r = .72$), araştırmacı olma ($r = .53$), duygusal dışavurum ($r = .12$), olumlu dışavurum ($r = .31$), dürtü şiddeti ($r = .14$) arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Diğer taraftan; yılmazlık ile olumsuz dışavurum ($r = -.16$) arasında ise negatif yönde bir ilişkinin olduğu gözlenmektedir.

Güçlü olma ile girişimci olma ($r = .61$), iyimser olma/yaşama bağlı olma ($r = .58$), iletişim/ilişki kurma ($r = .46$), öngörü ($r = .55$), amaca ulaşma ($r = .53$), lider olma ($r = .57$), araştırmacı olma ($r = .46$), olumlu dışavurumu ($r = .27$), dürtü şiddeti ($r = .11$) arasında pozitif yönde; olumsuz dışavurum ($r = -.18$) arasında ise negatif yönde bir ilişkinin olduğu gözlenmektedir. Ayrıca; Güçlü olma ile duygusal dışavurum arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Girişimci olma ile iyimser olma/yaşama bağlı olma ($r = .71$), iletişim/ilişki kurma ($r = .55$), öngörü ($r = .40$), amaca ulaşma ($r = .45$), lider olma ($r = .52$), araştırmacı olma ($r = .30$), olumlu dışavurumu ($r = .16$) arasında pozitif yönde; olumsuz dışavurum ($r = -.15$) arasında negatif yönde bir ilişkinin olduğu gözlenmektedir. Ayrıca; girişimcilik ile duygusal dışavurum ve dürtü şiddeti arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

İyimser olma/yaşama bağlı olma ile iletişim/ilişki kurma ($r = .56$), öngörü ($r = .39$), amaca ulaşma ($r = .46$), lider olma ($r = .50$), araştırmacı olma ($r = .34$), olumlu dışavurumu ($r = .22$) arasında pozitif yönde; olumsuz dışavurum ($r = -.11$) arasında negatif yönde bir ilişkinin olduğu gözlenmektedir. Ayrıca; iyimser olma/yaşama bağlı olma ile duygusal dışavurum ve dürtü şiddeti arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

İletişim/ilişki kurma ile öngörü ($r = .40$), amaca ulaşma ($r = .34$), lider olma ($r = .53$), araştırmacı olma ($r = .31$), duygusal dışavurum ($r = .17$), olumlu dışavurumu ($r = .25$), dürtü şiddeti ($r = .21$) arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. İletişim/ilişki kurma ile olumsuz dışavurum arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Öngörü ile amaca ulaşma ($r = .30$), lider olma ($r = .44$), araştırmacı olma ($r = .28$), olumlu dışavurum ($r = .22$), dürtü şiddeti ($r = .13$) arasında pozitif yönde; olumsuz dışavurum ($r = -.12$) arasında ise negatif yönde bir ilişkinin olduğu gözlenmektedir. Ayrıca; öngörü ile duygusal dışavurum arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Amaca ulaşma ile lider olma ($r = .33$), araştırmacı olma ($r = .38$), duygusal dışavurum ($r = .11$), olumlu dışavurum ($r = .22$) arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Amaca ulaşma ile olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Lider olma ile araştırmacı olma ($r = .41$), duygusal dışavurum ($r = .11$), olumlu dışavurum ($r = .23$), dürtü şiddeti ($r = .15$) arasında pozitif yönde; olumsuz dışavurum ($r = -.11$) arasında ise negatif yönde bir ilişkinin olduğu gözlenmektedir.

Araştırmacı olma ile duygusal dışavurum ($r = .23$), olumlu dışavurum ($r = .29$) dürtü şiddeti ($r = .19$) arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Araştırmacı olma

ile olumsuz dışavurum arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca; duygusal dışavurum ile olumlu dışavurum ($r = .68$), olumsuz dışavurum ($r = .64$), dürtü şiddeti ($r = .83$) arasında; olumlu dışavurum ile olumsuz dışavurum ($r = .17$), dürtü şiddeti ($r = .44$) arasında; olumsuz dışavurum ile dürtü şiddeti ($r = .22$) arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu görülmektedir.

Cinsiyet Açısından Farklılıklar

Araştırmada bireylerin yılmazlık, güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum, dürtü şiddeti düzeylerinin cinsiyet açısından nasıl farklılaştığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2: Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Yılmazlık, Duygusal Dışavurum ve Bu Değişkenlerin Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Değerleri

Değişkenler	Kadın (n= 200)		Erkek (n=176)		t	p
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
Yılmazlık	187.45	28.80	184.48	20.28	-1.00	.31
Güçlü olma	66.94	11.83	67.46	10.90	.44	.65
Girişimci olma	31.92	5.51	31.59	5.51	-.57	.56
İyimser olma/Yaşama bağlı olma	18.84	4.19	17.88	4.19	-2.20	.02*
İletişim/İlişki kurma	15.46	3.60	14.61	3.69	-2.25	.02*
Öngörü	10.76	2.45	10.73	2.55	-.10	.91
Amaca ulaşma	16.45	4.99	15.65	3.20	-1.81	.07
Lider olma	18.65	3.86	18.54	3.96	-.27	.78
Araştırmacı olma	8.41	1.74	7.99	1.78	-2.30	.02*
Duygusal dışavurum	77.73	12.75	68.58	11.37	-7.29	.00**
Olumlu dışavurum	21.59	4.65	20.39	4.24	-2.58	.01*
Olumsuz dışavurum	24.69	5.37	22.37	6.06	-3.92	.00**
Dürtü şiddeti	31.45	7.22	25.81	6.43	-7.94	.00**

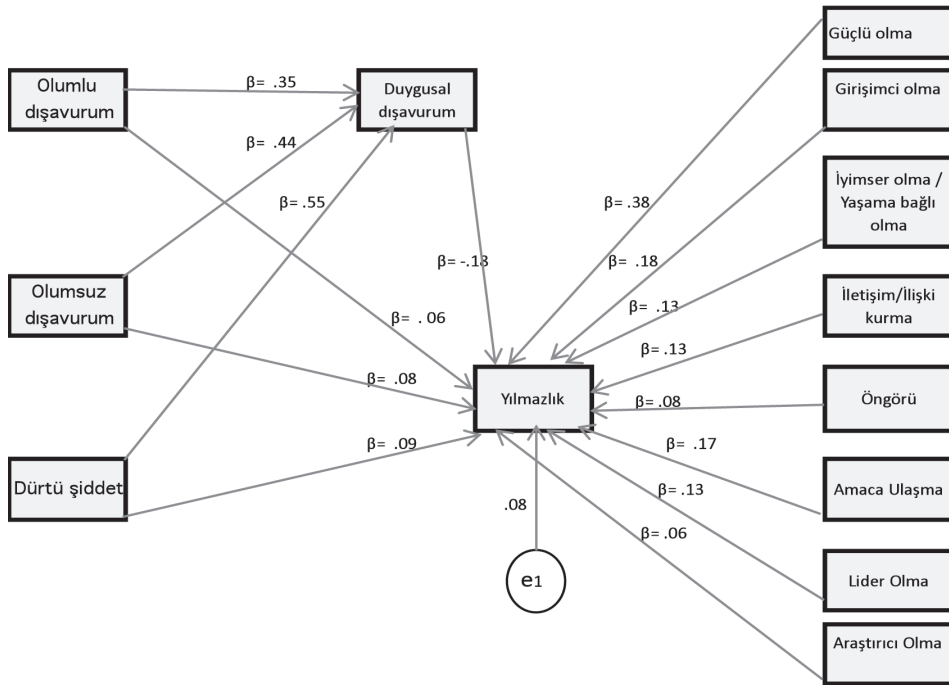
* $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 2 incelendiğinde iyimser olma/yaşama bağlı olmanın, iletişim/ilişki kurmanın, araştırmacı olmanın, duygusal dışavurumun, olumlu dışavurumun, olumsuz dışavurumun, dürtü şiddetinin cinsiyete göre önemli bir biçimde farklılaştığı görülmektedir. Diğer taraftan; araştırmada ele alınan yılmazlık, güçlü olma, girişimci olma, öngörü, lider olma değişkenleri ise cinsiyet açısından önemli bir biçimde farklılaşmadığı gözlenmektedir. Elde

edilen sonuçlara göre iyimser olma/yaşama bağlı olmanın (kadın \bar{X} = 18,84; erkek \bar{X} = 17,88), iletişim/ilişki kurmanın (kadın \bar{X} = 15,46; erkek \bar{X} = 14,61), araştırmacı olmanın (kadın \bar{X} = 8,41; erkek \bar{X} = 7,99), duygusal dışavurumun (kadın \bar{X} = 77,73; erkek \bar{X} = 68,58), olumlu dışavurumun (kadın \bar{X} = 21,59; erkek \bar{X} = 20,39), olumsuz dışavurumun (kadın \bar{X} = 24,69; erkek \bar{X} = 22,37), dürtü şiddetinin (kadın \bar{X} = 31,45; erkek \bar{X} = 25,81) kadınlarda daha fazla olduğu görülmektedir. Araştırmanın diğer değişkenleri olan yılmazlığın (kadın \bar{X} = 187,45; erkek \bar{X} = 184,48), güçlü olmanın (kadın \bar{X} = 66,94; erkek \bar{X} = 67,46), girişimci olmanın (kadın \bar{X} = 31,92; erkek \bar{X} = 31,59), öngörünün (kadın \bar{X} = 10,76; erkek \bar{X} = 10,73), lider olmanın (kadın \bar{X} = 18,65; erkek \bar{X} = 18,54) cinsiyet açısından farklılaşmadığı sonucu elde edilmiştir.

Yapısal Eşitlik Modeli

Araştırmada lise son sınıf öğrencilerinin yılmazlık özelliklerinin duygusal dışavurum tarafından nasıl yordadığı yapısal eşitlik modeli ile test edilmiş ve sonuçları Şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 1: Duygusal Dışavurum ile Yılmazlık Arasında Yol Analizi

Şekil 1'deki modele göre öğrencilerin yılmazlık özelliklerini güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum, dürtü şiddeti değişkenlerinin doğrudan yordadığı görülmektedir. Ayrıca; olumlu dışavurumun, olumsuz dışavurumun ve dürtü şiddetinin yılmazlığı duygusal dışavurum aracılığı ile yordadığı sonucu elde edilmiştir. Araştırmada oluşturulan modelin mükemmel bir uyum gösterdiği ($\chi^2/df = 1.40$, GFI = 1.00, AGFI = .95, CFI = 1.00, NFI = 1.00, RFI = .97, IFI = 1.00, ve RMSEA = .033) ve yılmazlık varyansının %97'sini açıkladığı bulunmuştur.

Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Müller (2003) yapısal eşitlik modellemesi sonucu elde edilen uyum indekslerinden χ^2/sd 'nin $0 \leq \chi^2/sd \leq 2$, RMSEA'nın $0 \leq RMSEA \leq 0.05$, GFI'nin $95 \leq GFI \leq 1.00$, AGFI'nin $0.90 \leq AGFI \leq 1.00$, CFI'nin $95 \leq CFI \leq 1.00$, NFI'nin $95 \leq NFI \leq 1.00$ ve SRMR'nin $0 \leq SRMR \leq 0.05$ arasında olmasının modelin uyum düzeyinin iyi olduğunu gösterdiğini belirtmektedir. Bu bağlamda; yapısal eşitlik modeli sonucu ergenlerin yılmazlık özelliklerine ilişkin elde edilen modelin uyum indekslerinin iyi düzeyde olduğu söylenebilir.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmada incelenen değişkenler arasındaki ilişkiler genel olarak değerlendirildiğinde yılmazlık, güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum ve dürtü şiddeti değişkenleri arasında anlamlı ve olumlu yönde bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Öte yandan bu değişkenlerin hepsinin olumsuz dışavurum ile aralarında olumsuz yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Ancak duygusal dışavurum ile güçlü olma, girişimci olma iyimser olma/yaşama bağlı olma ve öngörü arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı gözlenmektedir. Olumsuz dışavurum ile iletişim/ilişki kurma, amaca ulaşma ve araştırmacı olma arasında anlamlı bir ilişki görülmemektedir. Dürtü şiddeti ile girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma ve amaca ulaşma arasında da anlamlı bir ilişkinin olmadığı gözlenmektedir.

Araştırmada iyimser olma/yaşama bağlı olmanın, iletişim/ilişki kurmanın, araştırmacı olmanın, duygusal dışavurumun, olumlu dışavurumun, olumsuz dışavurumun, dürtü şiddetinin cinsiyete göre önemli bir biçimde farklılaştığı ve bu özelliklere kadınların erkeklerden daha fazla sahip oldukları sonucu elde edilmiştir. Araştırmanın bu bulgusu; diğer araştırma (Gross ve John, 1998; Kring ve Gordon, 1998; Timmers, Fischer ve Manstead, 1998) bulguları tarafından desteklenmektedir. Böyle bir sonucun elde edilmesi; verilerin toplandığı bireylerin gelişimsel dönemlerine özgü cinsiyet farklılıklarından kaynaklanabileceği düşünülebilir. Lise çağındaki kız öğrenciler erkeklere göre daha erken gelişim seyrine sahip olmaları nedeniyle erkeklere oranla daha fazla olgunlaşabilir ve daha çok yaşam tecrübesi kazanabilir. Kız öğrenciler daha erken olgunlaştıkları için ergenliğin

getirmiş olduğu bunalımlı ve stresli yaşantılardan erkeklerden daha erken yaşta kurtulmakta, yaşam direnci daha çok olmakta ve gelecekteki hayatını kurma konusunda daha fazla sorumluluk sahibi olabilir. Bu nedenlerle kız öğrenciler bu değişkenler açısından erkeklerden önemli bir biçimde farklılaşmış olabilirler. Kız öğrencilerin iletişim/ilişki kurma değişkeni açısından farklılaşması hem empati ve iletişim becerilerinin kadınlarda erkeklere göre daha iyi olmasından hem de yaş açısından kendilerinden büyük karşı cinsle ilişkiler kurmalarından kaynaklanabilir. Kızların yaşama bağlı olma ve araştırmacı olma değişkeni açısından erkeklerden daha yüksek puan almaları ise ergenlik dönemi sıkıntılarını erkeklerden önce atlatmaları, daha önce sorumluluk sahibi olmaları ve geleceğe yönelik amaçlarına ulaşmaya yönelik erkeklere oranla daha erken planlar kurup o yönde çabalamaları neden olabilir.

Diğer taraftan araştırmada ele alınan yılmazlık değişkeninin cinsiyet açısından önemli bir biçimde farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu bulgu; Özcan'ın (2005) yaptığı araştırmada elde ettiği bulgu ile tutarlılık göstermektedir. Ayrıca; araştırmada ele alınan diğer değişkenlerden güçlü olma, girişimci olma, öngörü, lider olma değişkenlerinde ise cinsiyet açısından önemli bir biçimde farklılaşmadığı gözlenmektedir. Bu değişkenler açısından cinsiyete göre farklılığın oluşmaması da gelişimsel dönemin kadın ve erkek arasındaki farklı yönlerdeki gelişmelerin birbirini dengelemesinden kaynaklanabileceği düşünülebilir. Örneğin; erkeklerin kendilerini güçlü, girişimci, lider ve öngörülü olma biçiminde hissetme özellikleri bedensel gelişimin ve sosyal bir gruba dahil olmanın etkisiyle olabilir ama kadınlardaki sosyal gelişimin daha fazla olması, yetişkin karşı cinsle ilişki kurabilme fırsatlarının olması ve ergenlik bunalımlarının daha erken atlatılmış olması her iki cinsiyette bu değişkenler açısından dengeleyici unsurlar olabilir. Özetle; insanlarda kendi cinsiyetine özgü karşı cinsten farklı yönlerin gelişmesi bazı değişkenler açısından dengeyin sağlanmasına sebep olabilir. Ayrıca; her iki cinsin de benzer özelliklere sahip aile ve toplumsal çevrede yaşıyor olmaları ve benzer eğitim sürecinden geçmiş olmaları da bu özellikler açısından farklılaşmamalarına neden olabilir.

Çalışmada ele alınan değişkenlerin öğrencilerin yılmazlık özelliklerini yordayıp yordamadığı yapısal eşitlik modeli ile incelenmiştir. Kurulan bu modele göre öğrencilerin yılmazlık özelliklerini güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma/yaşama bağlı olma, iletişim/ilişki kurma, öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırmacı olma, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum, dürtü şiddeti değişkenlerinin doğrudan yordadığı görülmektedir. Ayrıca; olumlu dışavurumun, olumsuz dışavurumun ve dürtü şiddetinin yılmazlığı duygusal dışavurum aracılığı ile yordadığı sonucu elde edilmiştir.

Ergenlik dönemindeki öğrencilerin yılmazlık özelliğini yordayan değişkenlerin belirlenmesine ilişkin yapısal eşitlik modeli ile geliştirilen modelin gelecekteki araştırmalarda tekrarlanarak değerlendirilmesi ve buna ilişkin rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanında çalışan uzmanların alanlarında yapacakları çalışmalarda modelden elde edilen sonuçları kullanarak çalışmalarını yürütmeleri alana önemli katkılar sağlayabilir. Ayrıca;

kişisel gelişim açısında önemli bir faktör olan yılmazlık kavramı duygusal dışavuruma yakın kavramlarla değerlendirilerek çeşitli araştırmaların yapılması bu araştırmanın sonuçlarını desteklemesi ve güçlendirmesi açısından oldukça önemlidir.

Ergenlik dönemindeki bireylerin en önemli sorun alanlarından biri kimlik kazanımı sürecinde yaşanan bocalama ve çatışmalar olabilir. Ergenlerin yılmazlık düzeyleri arttırılarak ve eğitim-öğretim sürecinde çeşitli çalışmalarla güçlendirilerek öğrencilerin doğru bir kimlik ve kişilik geliştirmelerine katkı sağlanabilir. Çünkü, kimlik kazanımında kararlılık çok önemlidir. Bunun sağlanabilmesinde etkili olan faktörlerden biri de yılmazlıktır. Bu nedenle araştırmacıların bu konudaki çalışmalara daha çok önem vermesi gerekmektedir.

Kaynakça

- Agustsdottir, S., Kristinsdottir, A., Jonsdottir, K., Larusdottir, S. O., Smari, J. ve Valdimarsdottir, H. B. (2010). "The impact of dispositional emotional expressivity and social constraints on distress among prostate cancer patients in Iceland" [Elektronik Version]. *British Journal of Health Psychology*, 15 (1), 51-61.
- Akın, A. (2011). "The validity and reliability of the Turkish version of the Berkeley Expressivity Scale". *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 27-33.
- Begun, A. L. (1993). "Human behavior and the social environment: The vulnerability, risk and resilience model". *Journal of Social Work Education*, 29, 26-36.
- Cowen, E. L. (1991). "In Pursuit of Wellness". *American Psychologist*, 46 (4), 404-408.
- Earnst, K. S., ve Kring, A. M. (1999). "Emotional responding in deficit and non-deficit schizophrenia" [Elektronik Version]. *Psychiatry Research*, 88 (3), 191-207.
- Eisenberg, N., Zhou, O., Losoya, S. H., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Murphy, B. C., Reiser, M., Guthrie, I. K. ve Cumberland, A. (2003). "The Relations of Parenting, Effortful Control, and Ego Control to Children's Emotional Expressivity" [Elektronik Version]. *Child Development*, 74 (3), 875-895.
- Ekman, P. (1992). "An argument for basic emotions" [Elektronik Version]. *Cognition and Emotion*, 6, 169-200.
- Fraser, M. W., Richman, J. M. ve Galinsky, M. J. (1999). "Risk, protection and resilience: toward a conceptual framework for social work practice" [Elektronik Version]. *Social Work Research*, 23,129-208.
- Friedman, H. S. ve Miller-Herringer, T. (1991). "Non-verbal display of emotion in public and private: Self-monitoring, personality, and expressive cues" [Elektronik Version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (5), 766-775.

- Friedman, H. S., Prince, L. M., Riggio, R. E. ve DiMatteo, M. R. (1980). "Understanding and assessing nonverbal expressiveness: The affective Communication Test" [Elektronik Version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 333-351.
- Gürcan, U., (2006). Yılmazlık Ölçeği (YÖ): "Ölçek Geliştirme, Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması". *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 32 (2), 45-74.
- Gohm, C. L., ve Clore, G. L. (2000) "Individual differences in emotional experience: Mapping available Scales to processes" [Elektronik Version]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 679-697.
- Greenberg, L. (2004). "Emotion-focused Therapy" [Elektronik Version]. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 3-16.
- Greenberg, L., Safran, J. (1989). "Emotion in psychotherapy" [Elektronik Version]. *American Psychologist*, 44 (1), 19-29.
- Gross, J. J. ve John, O. P. (1998). "Mapping the domain of expressivity: Multimethod evidence for a hierarchical model" [Elektronik Version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 170-191.
- Gross, J. J. ve John, O. P. (1997). "Revealing Feelings: Facets of Emotional Expressivity in Self-Reports, Peer Ratings, and Behavior" [Elektronik Version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72 (2), 435-448.
- Hart, D., Hofmann, V., Edelstein, W. ve Keller, M. (1997). "The Relation of Childhood Personality Types to Adolescent Behavior and Development: A Longitudinal Study of Icelandic Children" [Elektronik Version]. *Developmental Psychology*, 33 (2), 195-205.
- Jew, C. L., Green, K. E., Kroger, J. (1999). "Development and validation of a measure of resiliency" [Elektronik Version]. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 32, 75-89.
- Katz, I. M. ve Campbell, J. D. (1994). "Ambivalence over emotional expression and well-being: Nomothetic and idiographic test of the stress-buffering hypothesis" [Elektronik Version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 513-524.
- King, L. A. ve Emmons, R. A. (1990). "Conflict over emotional expression: Psychological and Physical correlates". *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 864-877.
- King, L. A. (1998). "Ambivalence over emotional expression and reading emotions in situations and faces" [Elektronik Version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 753-762.

- Kring, A. M., Smith, D. A. ve Neale, J. M. (1994). "Individual differences in dispositional expressiveness: Development and validation of the Emotional Expressivity Scale" [Elektronik Version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 934-949.
- Kring, A. M. ve Gordon, A. H. (1998). "Sex differences in emotion: Expression, experience and physiology" [Elektronik Version]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 686-703.
- Luthar, S., Cicchetti, D. Becker, B. (2000). "The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work" [Elektronik Version]. *Child Development*, 71 (3), 543-562.
- Masten, A. S. (2001). "Ordinary magic: resilience processes in development" [Elektronik Version]. *American Psychologist*, 56 (3), 227-238.
- McClure, E. B. (2000). "A meta-analytic review of sex differences in facial expression processing and their development in infants, children, and adolescents" [Elektronik Version]. *Psychological Bulletin*, 126, 424-453.
- Noller, P. (1984). *Nonverbal communication and marital interaction*. Oxford: Pergamon.
- Özcan, B. (2005). *Anne babaları boşanmış ve anne babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması (yüksek lisans tezi)*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Plotnik, R. (2009). *Psikoloji'ye Giriş*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Richardson, G. E., Neiger, B., Jensen, S. ve Kumpfer, K. (1990). "The resiliency model" [Elektronik Version]. *Health Education*, 21, 33-39.
- Rutter, M. (1985). "Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder" [Elektronik Version]. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- Sameroff A. J., Seifer, R., Baldwin, A. ve Baldwin, C. (1993). "Stability- of intelligence from preschool to adolescence: The influence of social and family risk factors" [Elektronik Version]. *Child Development*, 64 (1), 80-97.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., ve Müller, H. (2003). "Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures". *Methods of psychological research online*, 8, 23-74.
- Shaw, W. S., Patterson, T. L., Semple, S. J., Dimsdale, J. E., Ziegler, M. G., ve Grant, I. (2003). "Emotional expressiveness, hostility, and blood pressure in a longitudinal cohort of Alzheimer caregivers" [Elektronik Version]. *Journal of Psychosomatic Research*, 54, 293-302.

- Sloan, D. M., ve Marx, B. P. (2004). "Taking pen to hand: Evaluating theories underlying the written emotional disclosure paradigm" [Elektronik Version]. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11, 121–137.
- Sloan, D. M., Strauss, M. E., ve Wisner, K. L. (2001). "Diminished response to pleasant stimuli by depressed women" [Elektronik Version]. *Journal of Abnormal Psychology*, 110 (3), 488–493.
- Stanton, A. L., Danoff-Burg, S., Cameron, C. L., Bishop, M., Collins, C. A., Kirk, S. B., et al. (2000). "Emotionally expressive coping predicts psychological and physical adjustment to breast cancer" [Elektronik Version]. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68 (5), 875–882.
- Timmers, M., Fischer, A. H. ve Manstead, A. S. R. (1998). "Gender differences in motives for regulating emotions". *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 974-985.
- Whelton, W. (2004). Emotional processes in psychotherapy: Evidence across therapeutic modalities [Elektronik Version]. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11 (1), 58–71.
- Zakowski, S. G., Haris, G., Krueger, N., Laubmeier, K. K., Garrett, S., Flanigan, R. ve Johnson, P. (2003). "Social barriers to emotional expression and their relations to distress in male and female cancer patients" [Elektronik Version]. *British Journal of Health Psychology*, 8, 271–286.