

ERGENLERDE MANTIKDIŞI İNANÇ VE SÜREKLİ KAYGI İLİŞKİSİ

Yrd. Doç. Dr. Asım ÇİVİTÇİ*

Özet

Bu araştırmanın amacı, ilk ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin cinsiyetlerine göre mantıkdışı inançları ile sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve mantıkdışı inançların sürekli kaygıyı ne ölçüde yordayabildiğini ortaya koymaktır. Araştırma grubu, 236 ilköğretim yedinci sınıf öğrencisinden oluşmaktadır. Veriler Ergenler İçin Mantıkdışı İnançlar Ölçeği (EMİÖ) ve Sürekli Kaygı Envanteri ile elde edilmiştir. Verilerin analizinde pearson korelasyon katsayısı ve standart çoklu regresyon analizi teknikleri kullanılmıştır. Araştırmada, tüm grupta sürekli kaygı puanları ile EMİÖ toplam puan ve üç alt ölçek (başarı talebi, rahatlık talebi ve saygı talebi) puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Kızlarda, sürekli kaygı ile saygı talebi ve başarı talebi arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, erkeklerde sürekli kaygı ile saygı talebi arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Regresyon analizi sonuçları ise, toplam grup ile kız ve erkeklerde sadece rahatlık talebi değişkeninin sürekli kaygı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğunu göstermektedir.

Anahtar Sözcükler: Mantıkdışı inançlar, sürekli kaygı, ilk ergenlik, ilköğretim II. kademe öğrencileri

* Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, acivitci@pau.edu.tr

THE RELATIONSHIPS BETWEEN IRRATIONAL BELIEFS AND TRAIT ANXIETY IN ADOLESCENTS

Abstract

The purpose of this study was to examine relationships between irrational beliefs and trait anxiety in regard to gender of students in early adolescence and also, to determine how irrational beliefs predict trait anxiety. The subjects were 236 students in 7th grade who were recruited from junior high school. To collect the data, The Irrational Beliefs Scale for Adolescents (IBSA) and Trait Anxiety Inventory (TAI) was administered. Data were analyzed by using Pearson's Product Moment Correlation coefficients and multiple regression analysis. In this research, significant positive correlations were found between trait anxiety and IBSA total scores and subscales (demand for success, demand for comfort, and demand for respect) for total sample. For girls, significant correlation was not found between trait anxiety and demand for success, and demand for respect. For boys, significant correlation was not observed between trait anxiety and demand for respect. The results of multiple regression analysis indicated that demand for comfort was significant predictor of trait anxiety for total sample and girls and boys.

Keywords: *Irrational beliefs, trait anxiety, early adolescence, junior high school students*

I. GİRİŞ

Bilişsel davranışçı terapi modellerinden birisi olan Akılcı Duygusal Davranış Terapisi (Rational-Emotive Behavior Therapy-REBT), psikolojik sorunlara ilişkin bakış açısını *mantıkdışı inançlar* (irrational beliefs) kavramı ile açıklamaktadır. Bu yaklaşıma göre bireyin kendine, başkalarına ve içinde yaşadığı dünyaya ilişkin akılcı, gerçekçi olmayan mantıkdışı düşünce ve inançları kaygı, depresyon, öfke gibi sağlıklı olmayan olumsuz duygulara yol açmaktadır (Dryden ve Ellis, 1988). Mantıkdışı inançların neden olduğu kaygı durumu da, Akılcı Duygusal Davranış Terapisi'nin (ADDT) en çok odaklandığı olumsuz duygulardan birisi olarak karşımıza çıkmaktadır.

ADDT'nin öncüsü Ellis (1963), kuramsal görüşlerinin temelini oluşturan 11 mantıkdışı inançtan birisi olan "bir şeyi tehlikeli ya da korkutucu olarak görürsen zihnini bununla meşgul etmeli ve endişe duymalısın" biçimindeki inancın kaygıya yol açtığını belirtmiştir. ADDT yaklaşımında, bireyin tehditler ve tehlikelerle asla başa çıkamayacağına ve yetersiz kalacağına inanması ile ortaya çıkan kaygı durumu genellikle iki kavramla açıklanmaktadır. Birincisi, kişinin rahat, sıkıntısız bir yaşamı olması gerektiğine, rahatsız edici olaylara ve sıkıntıya tahammül edemeyeceğine ilişkin mantıkdışı düşüncelerinden kaynaklanan *rahatsızlık kaygısı* (discomfort anxiety); ikincisi ise, düşük benlik saygısının altında

yatan sevgi ve onaylanma ihtiyacına ilişkin mantıkdışı düşüncelerin neden olduğu *benlik kaygısı*dır (ego anxiety) (Bernard, 1984). Buna göre, ADDT'nin diğer mantıkdışı inançları da kapsayan üç temel mantıkdışı inanç sınıflamasında (Ellis, 1979) yer alan, kendine yönelik "mutlaka başarılı olmalı ve onaylanmalıyım, aksi halde değersiz bir kişi olurum" biçimindeki mantıkdışı inancın ego kaygısıyla, içinde yaşadığı dünyaya ilişkin "yaşadığım koşullar mutlaka rahat, kolay ve sorunsuz olmalı" mantıkdışı inancının da rahatsızlık kaygısıyla ilişkili olduğu söylenebilir.

Mantıkdışı inançlar, yetişkinlerde olduğu gibi çocuk ve ergenlerde de kaygıya yol açabilmektedir (Türkçapar, Sungur ve Akdemir, 1995). ADDT modeline göre, karşılaştıkları olayları felaketleştirme ya da abartma eğiliminde olan çocuk ve ergenlerde, endişe duyulan bir durumun (sınıf önünde konuşma gibi) korkunç olacağı ve felaketle sonuçlanacağı yönündeki mantıkdışı bir inanç genellikle kaygıya eşlik etmektedir (Wilde, 1992). Sosyal reddedilme ve akademik başarısızlığın "korkunç" olduğuna ilişkin inançları nedeniyle, çocuk ve ergenlerde kişilerarası ilişki kaygısı, sınav kaygısı ve konuşma kaygısı gözlenebilmektedir (Bernard, 1984).

Bernard (1984) çocuklarda kaygıya yol açan mantıkdışı düşünceleri şöyle sıralamaktadır:

1. Diğer insanlar tarafından her zaman sevilmeli ve onaylanmalıyım. Aksi halde, değerli bir insan değilimdir.
2. Her zaman başarı olmalıyım.
3. İnsanların içinde mahcup ya da küçük düşürülmeye tahammül edemem.
4. Herhangi bir durumla başarılı bir şekilde meşgul olmak ve mücadele etmek benim için imkânsızdır.
5. Geleceğin belirsizlik taşımasıyla ilgili üzülmeliyim.

Özetle, ADDT'nin kuramsal açıklamalarına göre başarı ve onay elde etmeye yönelik mantıkdışı inançlar benlik kaygısına, yaşam koşullarının mutlaka sorunsuz olması gerektiği yönündeki inançlar da rahatsızlık kaygısına neden olmaktadır. Çocuk ve ergenlerde kaygıya yol açabilen düşünceler ise daha çok sosyal ilişkilerde onaylanma ve yapılan işlerde başarı kazanma isteğini yansıtan mantıkdışı değerlendirmeleri içermektedir.

Çocukluk dönemi sonrasında ergenliğe geçişin ilk yıllarını içine alan ilk ergenlik (early adolescence) dönemi, gelişim dönemine özgü yeni kaygı durumlarının gözlenebildiği bir evredir. Yaklaşık 11-14 yaşlarını kapsayan ilk ergenlik, erenlik (puberty) evresindeki fiziksel ve hormonal değişikliklere paralel olarak, kaygı ile birlikte utangaçlık, suçluluk, depresyon, öfke gibi olumsuz duyguların yoğun yaşandığı bir gelişim dönemidir (Vernon, 1993;

1999). İlk ergenlik döneminde özellikle karşı cinsle ilişkilerdeki sorunlar ve akademik başarısızlık kaygıyla sonuçlanabilmektedir (Steinberg, 1999). Ülkemizde ilk ergenlik dönemindeki öğrenciler üzerinde yapılan bazı araştırmalar da (Öy ve ark., 1995; Özusta, 1993), bu dönemdeki öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerinin çocukluk dönemine göre arttığını göstermektedir. Öte yandan ilk ergenlikte genellikle kızların sürekli kaygı düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu ortaya koyan araştırmalara (Byrne, 2000; Girgin, 1990; Ök, 1990; Öy ve ark., 1995; Özusta, 1993) rastlanmaktadır. İlk ergenlik döneminde sürekli kaygı düzeyinin artması ve bu artışın cinsiyete göre farklılaşması, bu dönemdeki öğrencilerin mantıkdışı inançlarının bu değişimdeki etkisinin anlaşılmasını da gerekli kılmaktadır. Literatürde pek çok araştırma (David, Ghinea, Macavei ve Kalay, 2005; Day ve Maltby, 2003; Malouff, Schutte ve McClelland, 1992; Özer, 1994; Smith ve Houston, 1984; Thyer ve Papsdorf, 1981; Zwemer ve Deffenbacher, 1984) yetişkinlerin mantıkdışı inançları (ya da mantıkdışı inançları yansıtan fonksiyonel olmayan tutumları ve olumsuz otomatik düşünceleri) ile kaygı düzeyleri arasındaki olumlu ilişkiyi ortaya koyarken; çocuk ve ergenlerde bu iki değişken arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların (Bernard ve Cronan, 1999) görel olarak daha az olduğu dikkat çekmektedir. Ayrıca, bazı meta-analitik çalışmalar (Gonzalez ve Ark., 2004; Gossette ve O'Brien, 1993) ADDT'ye dayalı müdahale ya da eğitim programlarının çocuk ve ergenlerin kaygı düzeyleri üzerinde genellikle olumlu bir etkisi olduğunu rapor ederken; bazı araştırmalar (Çivitçi, 2003; Rosenbaum, Mc Murray ve Campbell, 1991) ise, sürekli kaygı üzerinde herhangi bir etki oluşturmadığını göstermektedir. Öğrencilerin kendilerine, başkalarına ve içinde yaşadıkları dünyaya ilişkin mantıkdışı inançlarının sürekli kaygı düzeylerini yordama gücünün belirlenmesi, ADDT'ye dayalı eğitim ya da müdahale programlarının etkililiğinin değerlendirilmesine de katkı sağlayabilecektir.

Bu çalışmada, ilk ergenlik döneminde bulunan ilköğretim yedinci sınıf öğrencilerinin cinsiyetlerine göre mantıkdışı inançları ile sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve mantıkdışı inançların sürekli kaygı üzerindeki yordayıcılığı incelenmiştir.

II. YÖNTEM

II. 1. Araştırma Grubu

Araştırma, 2002-2003 öğretim yılında Malatya İl merkezinde bulunan Kemal Özalper İlköğretim Okulu'nun yedinci sınıflarında öğrenim gören 236 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Araştırmaya katılan öğrencilerin

%44'ü (103) kız, %56'sı (133) erkektir. Yaşları 11-13 arasında değişen öğrencilerin yaş ortalaması 12.07'dir.

II. 2. Veri Toplama Araçları

Ergenler İçin Mantıkdışı İnançlar Ölçeği: Araştırmada öğrencilerin mantıkdışı inanç düzeyleri, Çivitci (2003) tarafından geliştirilen Ergenler İçin Mantıkdışı İnançlar Ölçeği (EMİÖ) ile belirlenmiştir. EMİÖ, üç alt ölçekte yer alan toplam 21 olumlu maddeden oluşmaktadır. Ölçek beşli likert tipi derecelendirmeye dayalıdır ve ölçekten alınan yüksek puanlar mantıkdışı inanç düzeyinin de yüksek olduğunu göstermektedir. EMİÖ'nün yapı geçerliği için yapılan faktör analizi sonucunda faktör yükleri .69 ile .40 arasında değişen ve toplam varyansın %33'ünü açıklayan üç faktör elde edilmiştir. Ölçek maddelerinin, yer aldıkları alt ölçekle olan madde-test korelasyonları .68 ile .28 arasında değişmektedir. Alt ölçeklerin kendi aralarında ve ölçeğin toplam puanıyla olan korelasyon değerleri, ölçeğin bütününe homojen bir yapıda olduğunu ve alt boyutlarının da birbirinden bağımsız değişkenleri ölçtüğünü göstermektedir. Ölçeğin uyum (concurrent) geçerliği çalışmasında EMİÖ toplam puan ve alt ölçekleri (Başarı Talebi, Rahatlık Talebi ve Saygı Talebi) ile Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği ve Sınav Kaygısı Envanteri puanları arasında anlamlı korelasyonlar elde edilmiştir. Ayırt edici (discriminant) geçerlik çalışmasında, EMİÖ'nün toplam puanının ve her üç alt ölçeğinin, sınav kaygısı alt ve üst gruplarını; saygı talebi alt ölçeği dışında da depresyon alt ve üst gruplarını birbirinden ayırt edebildiği gözlenmiştir. EMİÖ'nün üç hafta arayla iki kez uygulanması sonucu elde edilen test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ölçeğin toplam puanı için .82, Başarı Talebi alt ölçeği için .84, Rahatlık Talebi alt ölçeği için .75 ve Saygı Talebi alt ölçeği için .67 bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlık (Cronbach alfa) katsayıları da toplam puan için .71, Başarı Talebi alt ölçeği için .62, Rahatlık Talebi alt ölçeği için .61 ve Saygı Talebi alt ölçeği için .57'dir.

Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri: Araştırmada, öğrencilerin "sürekli kaygı" düzeyleri, Spielberger tarafından 9-12 yaş grubuna yönelik geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Özusta (1993) tarafından yapılan "Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri"nin "sürekli kaygı" alt ölçeği kullanılarak belirlenmiştir. Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin geçerlik çalışmasında; kaygı bozukluğu tanısı almış grubun sürekli kaygı puan ortalamalarının normal gruba göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu gözlenmiştir. Sürekli kaygı ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı .81 olarak bulunurken; altı hafta arayla 99 çocuk üzerinde iki kez uygulanması ile elde edilen test-tekrar test güvenilirlik katsayısı da .65 olarak elde edilmiştir.

II. 3. Verilerin Analizi

Araştırmada EMİÖ toplam puan ve alt ölçekleri ile Sürekli Kaygı Envanteri'nden elde edilen puanlar arasındaki korelasyonlar, Pearson korelasyon katsayısı kullanılarak hesaplanmıştır. EMİÖ Başarı Talebi, Rahatlık Talebi ve Saygı Talebi alt ölçeklerinin sürekli kaygıyı ne derece yordayabildiğini ortaya koymak amacıyla da standart çoklu regresyon analizi kullanılmıştır.

III. BULGULAR VE YORUM

III. 1. Öğrencilerin Tümü ve Cinsiyetlerine Göre Sürekli Kaygı ile Mantıkdışı İnanç, Başarı Talebi, Rahatlık Talebi ve Saygı Talebi Arasındaki İlişki

Tablo 1'de görüldüğü gibi, mantıkdışı inanç ve sürekli kaygı puanları arasında, toplam grup (.32) ile kız (.30) ve erkek (.41) öğrencilerde orta düzeyde sayılabilecek pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Başarı talebi ve sürekli kaygı puanları arasında toplam grupta (.17) ve erkeklerde (.24) anlamlı ilişki bulunurken; kızlarda anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Rahatlık talebi ve sürekli kaygı puanları arasında hem toplam grupta (.36), hem de kız (.34) ve erkeklerde (.42) anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Saygı talebi ve sürekli kaygı puanları arasında ise, sadece toplam grupta anlamlı ilişki bulunurken, kız ve erkeklerde anlamlı bir ilişki elde edilmemiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Tümü ve Cinsiyetlerine Göre Sürekli Kaygı Ölçeği ile EMİÖ Toplam Puan ve Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanlar Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Sürekli Kaygı
Tüm Grup (n= 236)	
EMİÖ Toplam Puan	.32 **
Başarı Talebi	.17 *
Rahatlık Talebi	.36 **
Saygı Talebi	.13 *
Kız (n= 103)	
EMİÖ Toplam Puan	.30 **
Başarı Talebi	.18
Rahatlık Talebi	.34 **
Saygı Talebi	.11
Erkek (n= 133)	
EMİÖ Toplam Puan	.41 **
Başarı Talebi	.24 **
Rahatlık Talebi	.42 **
Saygı Talebi	.15

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

Araştırmada genel mantıkdışı inançlar ile sürekli kaygı arasında bulunan olumlu ilişkiler, 10-17 yaşları arasındaki ergenlerde genel mantıkdışı inançlar ve sürekli kaygı ilişkisini ortaya koyan bir başka araştırmanın (Bernard ve Cronan, 1999) bulguları ile uyumaktadır. Bernard ve Cronan (1999)'ın çalışmasında, kurallara uymaya tahammülsüzlük ve beklenen görevleri yerine getirmeye tahammülsüzlük boyutları ile sürekli kaygı arasında bulunan olumlu ilişkiler, bu araştırmanın rahatlık talebi ve sürekli kaygı ilişkisini ortaya koyan bulguları ile uyumludur. Aynı araştırmanın, adalet talebi ile sürekli kaygı arasında oldukça düşük bir ilişki olduğunu gösteren bir bulgusu da, bu çalışmanın saygı talebi ile sürekli kaygı arasındaki düşük bir ilişkiye işaret eden bulgusu ile paraleldir. Ayrıca, bu çalışmada elde edilen sonuçlar, ADDT'nin mantıkdışı inançlar ve sağlıklı olmayan olumsuz duygular arasındaki etkileşimi vurgulayan kuramsal görüşlerini doğrular niteliktedir. Başarı talebi ile sürekli kaygı arasında bulunan pozitif ilişkiler, ADDT'nin bireyin "mutlaka başarılı ve yeterli olması ve diğer insanlardan onay görmesi gerektiğine" ilişkin mantıkdışı inançlarının daha çok kaygı, değersizlik, yetersizlik gibi duygulara yol açtığı yönündeki benlik kaygısını yansıtan görüşleri (Ellis, 1979) ile tutarlıdır. Rahatlık talebi ile sürekli kaygı arasında bulunan pozitif ilişkiler de, bireyin "sorunsuz ve rahat bir yaşamı olması gerektiğine" ilişkin mantıkdışı inançlarından kaynaklanan rahatsızlık kaygısını (Bernard, 1984) işaret etmektedir. ADDT'ye göre bireyin "diğer insanların kendisine dürüst ve adaletli davranmaları gerektiğine" ilişkin mantıkdışı inançları daha çok öfke, kin, düşmanlık gibi duygulara neden olduğu için (Ellis, 1979; Wilde, 1992), bu çalışmada saygı talebi ile sürekli kaygı arasındaki ilişkinin görece olarak daha düşük olması beklenen bir sonuçtur.

Erkek öğrencilerde sürekli kaygı ve mantıkdışı inanç ilişkisinin görece olarak kızlardan daha yüksek olması, mantıkdışı inançların kaygı üzerindeki etkisinin erkeklerde daha fazla olduğu izlenimi vermektedir. Ülkemizde ilk ergenlik dönemindeki kız öğrencilerin kaygı düzeyinin erkeklerden daha yüksek olduğunu ortaya koyan araştırmalar (Ök, 1990; Girgin, 1990; Özusta, 1993; Öy ve ark.,1995) ile 12 yaşındaki erkeklerin kaygıya ilişkin başatme stratejilerini kullanma düzeylerinin aynı yaşta kızlardan daha yüksek olduğunu gösteren bir araştırma (Byrne, 2000) bulgusu ADDT'nin kuramsal açıklamaları ile birleştirildiğinde, kaygı ve mantıkdışı inanç ilişkisinin kızlarda daha fazla olması beklenebilir. Ancak bu araştırmada elde edilen sonuç, ilk ergenlik döneminde kızlarda mantıkdışı inançlar dışındaki kaygı kaynaklarının (erinliğe daha erken girmeleri, sosyal baskıyı daha fazla hissetmeleri vb.) daha belirleyici olduğunu düşündürmektedir. Bu konuda yapılacak yeni araştırmalar, kız ve erkeklerde mantıkdışı inançlarla birlikte

kaygıya neden olabilecek diğerk faktörlerin ayrı ayrı ve birlikte etkisinin anlaşılmasını kolaylaştırabilecektir.

Araştırmanın bir diğerk bulgusuna göre, erkeklerde başarı talebi ile sürekli kaygı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken, kızlarda anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. İlk ergenlik dönemindeki ergenlerin mantıkdışı inançlarını sosyo-demografik özelliklerine göre inceleyen bir araştırmanın (ivitci, 2006) erkek öğrencilerde başarı talebinin kızlardan daha fazla olduğunu ortaya koyan bir bulgusu da, bu araştırmanın sonuçları ile birlikte değerlendirilebilir. Buna göre, kızlardan daha fazla mutlak başarı ve onaylanma isteyen erkek öğrencilerde kendilerine dönük bu mantıkdışı taleplerin, kızlara göre daha çok benlik kaygısına yol açmış olabileceği düşünülebilir.

III. 2. Başarı Talebi, Rahatlık Talebi ve Saygı Talebinin Sürekli Kaygıyı Yordayıcılığı

Tablo 2'deki regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında, gerek tüm grupta ($R=.38$, $R^2=.14$, $p<.001$) gerekse kız ($R=.36$, $R^2=.13$, $p<.01$) ve erkeklerde ($R=.46$, $R^2=.21$, $p<.001$) başarı talebi, rahatlık talebi ve saygı talebi değişkenlerinin birlikte, sürekli kaygı puanları ile orta düzeyde sayılabilecek anlamlı ilişkiye sahip oldukları görülmektedir. Üç değişken birlikte sürekli kaygı toplam varyansının tüm grupta %14'ünü, kızlarda %13'ünü ve erkeklerde %21'ini açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, sürekli kaygı üzerinde yordayıcı değişkenlerin önem derecesi tüm grupta rahatlık talebi, saygı talebi, başarı talebi olarak; kızlarda ve erkeklerde ise rahatlık talebi, başarı talebi ve saygı talebi olarak sıralanmaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları da, tüm grup ile kız ve erkeklerde sadece rahatlık talebi değişkeninin sürekli kaygı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğunu; saygı talebi ve başarı talebi değişkenlerinin ise önemli bir etkiye sahip olmadıklarını göstermektedir.

Tablo 2. Sürekli Kaygının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcılar	B	SH	β	T	p	Regresyon Sonucu
Tüm Grup						
Sabit	22.886	3.087		7.413	.000	R= .379, R ² = .144
Başarı Talebi	.090	.078	.074	1.166	.245	F (3, 232)= 13.007
Rahatlık Talebi	.523	.097	.336	5.370	.000	p< .001
Saygı Talebi	.139	.112	.077	1.239	.217	
Kız						
Sabit	27.664	4.447		6.220	.000	R= .361, R ² = .130
Başarı Talebi	.109	.103	.105	1.065	.289	F (3, 99)= 4.937
Rahatlık Talebi	.457	.139	.317	3.284	.001	p< .003
Saygı Talebi	.049	.176	.027	.281	.779	
Erkek						
Sabit	17.411	4.058		4.291	.000	R= .456, R ² = .208
Başarı Talebi	.175	.111	.130	1.585	.115	F (3, 129)= 11.269 p<
Rahatlık Talebi	.599	.126	.383	4.740	.000	.001
Saygı Talebi	.166	.136	.097	1.218	.225	

Gerek tüm öğrenci grubunda, gerekse kız ve erkek öğrencilerde sürekli kaygıyı yordayan değişkenin sadece rahatlık talebi olması, ilk ergenlik dönemindeki öğrencilerin “yaşamın mutlaka rahat, kolay ve sorunsuz olması gerektiği” inancından kaynaklanan rahatsızlık kaygısını, başarı ve onay elde etmeye odaklı benlik kaygısından daha fazla yaşadıklarını göstermektedir. İlk ergenlikte sürekli kaygı düzeyinin çocukluk dönemine göre artış gösterdiğini ortaya koyan araştırmalar (Özusta, 1993; Öy ve ark., 1995) ışığında, bu dönemdeki hızlı fiziksel değişim ve cinsel olgunlaşma ile birlikte yetişkinliğe geçişte karşılaşılan yeni rollerin ve yetişkinlerle yaşanan iletişim sorunlarının ergenlerin sürekli kaygı düzeyini arttırabileceği beklenebilir. Ergenlerin bu evredeki gelişimsel güçlüklerinin de, “yaşamlarının mutlaka sorunsuz ve rahat olması gerektiği” yönündeki düşünceleri daha fazla taşımalarında, dolayısıyla sürekli kaygıyı daha yoğun yaşamalarında bir etmen olabileceği düşünülebilir. Ancak, ergenlikteki gelişimsel faktörlerin mantıkdışı inançlar üzerindeki etkisinin daha kapsamlı tartışılması için, rahatlık talebinin ve diğer mantıkdışı inanç boyutlarının ergenliğin farklı yaş ve evrelerinde sürekli kaygıyı ne derece yordayabildiğini inceleyecek yeni araştırmalara ihtiyaç bulunmaktadır.

IV. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, ilk ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin mantıkdışı inançları ile sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiler ve mantıkdışı inanç boyutlarının sürekli kaygıyı yordama gücü incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, gerek tüm grupta, gerekse kız ve erkeklerde genel mantıkdışı inançların (toplam puan) ve rahatlık talebinin sürekli kaygı ile orta düzeyde pozitif ilişkilere sahip olduklarını göstermektedir. Tüm grupta ve erkeklerde başarı talebi ile sürekli kaygı arasında düşük ancak anlamlı ilişkiler bulunurken, kızlarda anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Tüm grupta saygı talebi ve sürekli kaygı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş, kız ve erkeklerde ise anlamlı ilişki elde edilmemiştir. Mantıkdışı inanç boyutlarının sürekli kaygı üzerindeki yordama gücü incelendiğinde, toplam grup ile kız ve erkeklerde sadece rahatlık talebi değişkeninin sürekli kaygı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, saygı talebi ve başarı talebi değişkenlerinin ise önemli bir etkiye sahip olmadıkları grlmştir. Bu sonuçlar ışığında aşağıdaki öneriler sunulabilir:

1. Bu çalışmada, sürekli kaygı ile genel mantıkdışı inançlar, başarı talebi, rahatlık talebi ve saygı talebi ile sürekli kaygı arasında genellikle anlamlı ilişkiler bulunmakla birlikte, bu ilişkinin niteliğini daha iyi yorumlayabilmek için öğrencilerin kişisel ve ailesel özelliklerinin bilinmesine de ihtiyaç duyulmuştur. Bu nedenle, ilk ergenlikte mantıkdışı inanç ve sürekli kaygı ilişkisini sınıf, yaş, anne-baba tutumları, ailenin sosyo-ekonomik düzeyi gibi değişkenlerle birlikte inceleyecek yeni araştırmalara ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

2. Araştırmada sürekli kaygıyı sadece rahatlık talebinin anlamlı olarak yordayabildiği yönündeki bulgu dikkate alınarak, ADDT'ye dayalı eğitim ya da müdahale programlarında rahatlık talebinin daha akılcı ve gerçekçi isteklere dönüşmesini sağlayabilecek etkinliklere (tercihler ve zorunlulukları ayırt etme, sorumluluklarını fark etme vb.) daha fazla yer verilmesi, ilk ergenlik dönemindeki öğrencilere yönelik programların sürekli kaygıyı azaltmadaki etkililiğini arttırabilir.

3. Bu alışmanın, Malatya il merkezindeki bir ilköğretim okulunun yedinci sınıf öğrencileri üzerinde yürütülmesi, bulguların genellenmesinde bir sınırlılık oluşturmaktadır. Mantıkdışı inanç ve kaygı ilişkisini ele alabilecek yeni araştırmaların, diğer bölge ve illerin ilköğretim okullarında ve farklı nitelikteki ergen gruplarında (anne-babası boşanmış, yetiştirme yurdunda kalan, klinik tanı almış vb.) gerçekleştirilmesi, iki değişken arasındaki ilişkinin daha kapsamlı değerlendirilmesini kolaylaştırabilecektir.

4. Ergenlerde mantıkdışı inançlar ile sürekli kaygı arasındaki ilişkinin zamana bağlı değişimini belirlemek amacıyla boylamsal araştırmalar da yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Bernard, M. E. (1984). Childhood emotion and cognitive behavior therapy: a rational-emotive perspective. P. C. Kendall (Ed.) *Advances in Cognitive-Behavioral Research and Therapy*, (3). London: Academic Press, Inc., 213-253.
- Bernard, M. E. & Cronan, F. (1999). The child and adolescent scale of irrationality: validation data and mental health correlates. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 13 (2), 121-132.
- Byrne, B. (2000). Relationships between anxiety, fear, self-esteem, and coping strategies in adolescence. *Adolescence*, 35 (137), 201-215.
- Çivitci, A. (2003). *Akılci duygusal eğitimin ilköğretim öğrencilerinin mantıkdışı inanç, sürekli kaygı ve mantıklı karar verme düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çivitci, A. (2006). Ergenlerde mantıkdışı inançlar: sosyodemografik değişkenlere göre bir inceleme. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19: 9-19.
- David, A., Ghinea, C., Macavei, B. & Kalay, E. (2005). A search for "hot" cognitions in a clinical and a non-clinical context: appraisal, attributions, core relational themes, irrational beliefs, and their relations to emotion. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 5 (1), 1-42.
- Day, L. ve Maltby, J. (2003). Belief in good luck and psychological well-being: the mediating role of optimism and irrational beliefs. *Journal of Psychology* 137 (1): 99-110.
- Dryden, W. Ve Ellis, A. (1988). Rational-emotive therapy. K. S. Dobson. (Ed.). *The Therapies*. London: Hutchinson, 214-236.
- Ellis, A. (1963). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
- Ellis, A. (1979). Rational-emotive therapy. A. Ellis & J. M. Whiteley. (Eds.). *Theoretical and Empirical Foundations of Rational-Emotive Therapy* (pp. 1-6). California: Brooks/Cole Publishing Company.

- Girgin, G. (1990). *Farklı sosyo ekonomik kesimden 13-15 yaş grubu öğrencilerinde kaygı alanları ve kaygı düzeyinin başarıyla ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Gonzalez, J.E., Nelson, J.R., Gutkin, T.B., Saunders, A., Galloway, A. Shwery, C.S. (2004). Rational emotive with children and adolescents: a meta analysis. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 12 (4), 222-235.
- Gossette, R. L. & O'Brien, R. M. (1993). Efficacy of rational emotive therapy (RET) with children: a critical re-appraisal. *Journal of Behavioral Therapy & Experimental Psychiatry*, 24 (1), 15-25.
- Malouff, J.M., Schutte, N.S. ve Mc Clelland, T. (1992). Examination of relationship between irrational beliefs and state anxiety. *Personality and Individual Differences*, 13 (4), 451-456.
- Ök, M. (1990). *13-15 yaş grubu ortaöğretim öğrencilerinde kaygı düzeyi (okul rehberlik servisine başvuran ve başvurmayanlarda kaygı)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Öy, B., İlgen, R., Ekmekçi, A., Türkmen, M., Yılmaz, N. ve Başoğlu, N. (1995). Çocuklar için durumluk-sürekli kaygı envanterinin ilkökul ve ortaokul öğrencilerine uygulanması. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 2 (2), 76-81.
- Özer, A. K. (1994). Öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısıyla ilgili bir çalışma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31), 12-25.
- Özusta, Ş. (1993). *Çocuklar için durumluk-sürekli kaygı envanterinin uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Rosenbaum, T., Mc Murray, N.E. & Campbell, I.M. (1991). The effects of rational emotive education on locus of control, rationality and anxiety in primary school children. *Australian Journal of Education*, 35 (2), 187-200.
- Smith, T. W. & Houston, B. K. (1984). Irrational beliefs and the arousal of emotional distress. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (2), 190-201.
- Steinberg, L. (1999). *Adolescence*. (5th Ed.). Boston: McGraw Hill.
- Thyer, B. A. & Papsdorf, J. D. (1981). Concurrent validity of rational behavior inventory. *Psychological Reports*, 48, 255-258.
- Türkçapar, M. H., Sungur, M. Z., Akdemir, A. (1995). Çocuk ve ergenlerde bilişsel terapiler. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 2 (2), 93-100.

- Vernon, A. (1993). *Developmental assessment and intervention with children and adolescents*. Alexandria: American Counseling Association.
- Vernon, A. (1999). *Counseling children and adolescents*. (2nd Ed.). Denver: Love Publishing Company.
- Wilde, J. (1992). *Rational counseling with school-aged populations: a practical guide*. Bristol: Accelerated Development.
- Zwemer, W. A. & Deffenbacher, J. L. (1984). Irrational beliefs, anger, and anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (3), 391-393.

Alınış Tarihi: Nisan 2006
Hakemlerden Dönüş: Aralık 2006