



<http://kefad.ahievran.edu.tr>

# Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi

ISSN: 2147 - 1037

## Automatic Thoughts of Seventh Grade Students in Terms of Some Variables

Gülnur Candan Hamurcu

Pınar Orman

### Article Information



DOI: 10.29299/kefad.910397

Received: 06.01.2021

Revised: 28.05.2021

Accepted: 12.07.2021

#### Keywords:

Automatic Thoughts,  
Gender,  
Middle School

### Abstract

The purpose of the present study was to investigate the effect of gender and the type of school variables on automatic thought levels of seventh grade students. The sample of the study consist 166 students (80 females and 86 males) in similar socioeconomic status, attending secondary schools in Melikgazi district, in the 2019-2020 academic year. In the present study, Automatic Thought Questionnaire was used which developed by Hollon and Kendall (1980), to reveal the automatic thoughts level. ATQ, translated into Turkish by Şahin and Şahin (1992) that reliability coefficient was indicated 0.93. In the present study, Cronbach Alfa coefficient was indicated 0.96. The Mann-Whitney U test was used to compare differences between variables. The lowest total score received was determined 30 and highest total score was determined 147. In the present study, no gender differences were found. However it was determined that automatic thoughts differ significantly according to the type of school.

## 7. Sınıf Öğrencilerinin Otomatik Düşüncelerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

### Makale Bilgileri



DOI: 10.29299/kefad.910397

Yükleme: 06.01.2021

Düzeltilme: 28.05.2021

Kabul: 12.07.2021

#### Anahtar Kelimeler:

Otomatik Düşünceler,  
Cinsiyet,  
Ortaokul

### Öz

Bu çalışmanın amacı ortaokul öğrencilerinin otomatik düşünce düzeyleri ile cinsiyet ve okul türü değişkenine bağlı olarak var olan farklılıkların ortaya konulmasıdır. Çalışma 2019-2020 eğitim öğretim yılında, Kayseri'nin Melikgazi ilçesinde sosyo-ekonomik durum açısından benzer bir ortaokul (112) ve bir imam hatip ortaokulunda (54) öğrenim gören toplam 166 7. sınıf öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla araştırmada Hollon ve Kendall (1980) tarafından geliştirilmiş, Türkçe'ye Şahin ve Şahin (1992) tarafından uyarlanmış ve güvenilirlik katsayısı 0,93 olan "otomatik düşünceler ölçeği" (ODÖ) kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde parametrik olmayan testlerden Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre ortaokul öğrencilerinin ODÖ'den herhangi bir değişkene bakılmaksızın aldığı en düşük puan 30 ve en yüksek puan 147 olarak belirlenmiştir. ODÖ puanlarının cinsiyet faktörüne göre anlamlı bir fark oluşturmadığı kaydedilmiştir. Yine bu çalışmaya göre otomatik düşüncelerin okul türüne göre anlamlı ölçüde farklılaştığı tespit edilmiş, imam hatip ortaokulu öğrencilerinin normal ortaokul öğrencilerine kıyasla daha yüksek otomatik düşünce puanlarına sahip olduğu belirlenmiştir.

Sorumlu Yazar: Gülnur Candan Hamurcu, Dr. Öğrt. Üyesi, Kayseri Erciyes Üniversitesi, Türkiye, gcandan@erciyes.edu, ORCID ID: 0000-0001-6828-4538

Pınar Orman, Öğretmen, MEB, Kayseri, Türkiye, piinoom@gmail.com, ORCID ID: 0000-0002-0204-829X

Atf için: Hamurcu, G. C. & Orman, P. (2021). 7. Sınıf öğrencilerinin otomatik düşüncelerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(2), 1100-1126.

## Giriş

Otomatik düşünceler birey fark etmeden belirli bir durumda nasıl hareket edileceğini yönlendiren istemsiz inançlardır (Beck ve Hindman, 2017). Yapılan çalışmalar dünya ile ilgili algıların oluşumunun anne karnında başladığına işaret etmektedir (Moon, Lagercrantz ve Kuhl, 2012). Hareketleri şekillendiren ve duyguları anlamlandıran, yaşantılar sonucu oluşan algılardır. “Bilişsel Davranışçı Terapi” bir durumu birey için kolay ya da zor kılan, söz konusu durumda fark edilmeden oluşturulan algıları tanımlamaya çalışır. Bu algılar bir durum üzerinde henüz değerlendirme yapmadan, aniden, kendiliğinden ortaya çıkarak davranışları ve duyguları istemsiz ya da otomatik olarak yönlendirirler (Winterowd, Beck ve Gruener, 2003, s.31). Bireylerin gelişim sürecinde uyarıcılar, deneyimler ve önyargılı algılar bilişsel yapıda şemalar halinde depolanır (Beck ve Haigh 2014) ve karar verme süreçlerinde otomatik olarak bilişi yönlendirir. Beck (1995), otomatik düşüncelerin bireyde anlam oluşturan formlarının kısa sözel bir mesaj veya görsel bir imge şeklinde oluştuğunu belirtmiştir.

Bir durum karşısında harekete geçmeden önce otomatik düşüncelerin etkin olduğu ve otomatik düşüncelerin de çocukluk çağlarında şekillenmeye başlayan bir tür zihinsel şema ile oluşturulduğu düşünülmektedir (Özakkaş, 2018). Yaşantılar sonucu oluşturulmuş olan bu zihinsel şemalar birey farkında olmadan etrafta var olan etki unsurlarından hangilerine tepki verileceği, nasıl yorumlanacağı ve ne derece önemseneceğine yönelik yargıları oluşturmaktadır (Gökçakan ve Gökçakan, 2005). Beck, “bilişsel kuramının çekirdeğini” bu şemalarla ifade etmektedir. Bu şemalar bireyi olumsuz etkilediği gibi olumlu da etkileyebilmektedir. Bu bağlamda otomatik düşüncelerin oluşumuna etki eden faktörlerin erken yaşlarda tanımlanması ve tespit edilmesi doğru şemaların oluşturulması açısından önemlidir. Aksi takdirde yerleşmiş olan olumsuz otomatik düşünceler sosyal anksiyete, depresyon, kişilik bozuklukları, yeme bozuklukları hatta intihara meyilli olma gibi olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir (Flet vd., 2011; Calvete, Orue ve Hankin, 2012; Lichtenstein, Dervisevic, Eg, Wilson ve Wesselhoeft, 2019).

Yapılan bir çalışma, çocukluk döneminde anneden algılanan reddin, olumsuz otomatik düşüncelerin oluşumuna neden olduğunu, bu olumsuz otomatik düşüncelerin de ilerleyen dönemde bireyde sosyal kaygıya sebebiyet verebileceğini ifade etmektedir (Tezcan, Erden ve Yiğit, 2017). Bir diğer çalışmada, çocukta gelişen duygusal ve psikolojik yetkinliğin, ailenin çocuğa sağladığı güvenli ortam ve aile ile kurulan ilişkinin kalitesi ile orantılı olduğunu ifade etmektedir (Rohner, 2016). Olumsuz otomatik düşüncelerin etkin olduğu durumlarda bireyin depresif, kederli, umutsuz olabileceği belirlenmiştir (Hollon ve Kendal, 1980). Otomatik düşüncelerin ergenleri ne şekilde etkilediğinin bilinmesinin ve olumsuz otomatik düşüncelerin belirlenip olumlu, fonksiyonel ya da alternatif düşüncelerin zihinsel şemalara alınmasının önemli olduğu belirlenmiştir (Yıldız, 2017). Topluluk önünde konuşma gibi kaygı uyandıran süreçlerin de negatif otomatik düşünceleri aktifleşmesine neden olduğu ortaya konulmuştur (Visla, Cristea, Tatar ve David, 2013). Depresyona

neden olan çeşitli faktörlerin karşılaştırılmasının yapıldığı bir çalışma otomatik düşüncelerin dolaylı etkilerinin bütün diğer etmenlerden daha güçlü bir etki oluşturduğunu ifade etmektedir (Flouri ve Panourgia, 2014).

Alanyazında tarandığında otomatik düşünceler çeşitli değişkenler bağlamında inceleyen pek çok çalışmaya rastlanmaktadır. Yavuzer ve Karataş'ın (2012), ergenler üzerinde yaptığı çalışmada otomatik düşüncelerin fiziksel saldırganlık ve öfke düzeyini arttırdığı belirtilmiştir. Muris ve arkadaşları (2008), 9-12 yaş grubu üzerinde Bilişsel Davranışçı Terapilerin ODÖ puanları yüksek bireylerde olumlu etkileri olduğunu ifade etmişlerdir. Ergenlerin duygu durumundaki değişiklikler düşünüldüğünde "otomatik düşüncelerden ne derece etkilendikleri" bu araştırmanın cevap aradığı sorulardan biri olacaktır. Erken çocukluk döneminde oluşturulan şemalar yetişkinlikte anlamlı olmayabilir; bu nedenle bu şemaların bireyi nasıl yönlendirdiği ve nasıl oluşturulduğunun anlaşılması bu şemaların olumlu yönde yapılandırılabilmesine olanak verebilir (Gör, Yiğit, Kömürcü ve Şenkal Ertürk, 2017). Yapılan çalışmalar öğrenilmiş güçlülük düzeyi yüksek olan çocukların daha olumlu otomatik düşünceler taşıma eğilimde olduğunu göstermektedir (Güloğlu ve Aydın, 2007). Ergen özellikleri göz önünde bulundurulduğunda otomatik düşüncelerin ergenlere ait karar mekanizmalarını, tercih ve tutumlarını etkiliyor olması olasıdır. ODÖ puanları düşük bireylerin daha yüksek düzeyde bilinçli farkındalığa sahip olduğu belirtilmiştir (Frewen ve diğerleri., 2007).

Hazır (2019), öğrencilerin eğitim gördükleri okul türü değişkenine göre otomatik düşüncelerinin karşılaştırmasını yapmıştır. Çalışmada sağlık meslek yüksekokulu öğrencilerinin olumsuz otomatik düşünce puan ortalamalarının, hemşirelik ve tıp fakültesi öğrencilerine kıyasla anlamlı ölçüde yüksek olduğu belirlenmiştir. Otomatik düşüncelerin cinsiyet değişkenine göre incelendiği çeşitli çalışmalar da mevcuttur. Schniering ve Rapee'nin (2002), yaşları 7 ile 16 arasında değişen kız ve erkek çocukları ile uygulanan çalışmalarında, kız çocuklarının sosyal tehdit ve kişisel başarısızlık konularında, erkeklerin ise kin ve düşmanlık konularında daha yüksek olumsuz otomatik düşünce puanlarına sahip oldukları belirtilmiştir. Yu ve Fu'nun (2016), kız ve erkek öğrencilerin olumsuz otomatik düşüncelerinin farklılaştığını gösteren bir çalışma yayınlamıştır. Lichtenstein ve arkadaşları (2019), çalışmalarında otomatik düşüncelerin ergenlerde cinsiyet faktörüne göre farklılaştığını fakat yaş faktörüne göre farklılaşmadığını ifade etmişlerdir.

Bu çalışma ile otomatik düşüncelerin ortaokul öğrencilerinde ne derece etkili olduğunun belirlenmesi dahası otomatik düşüncelerin cinsiyete ve devam edilen okul türüne göre nasıl değiştiğinin ortaya konulması amaçlanmaktadır. Bu çalışmanın öğrencilere, velilere ve öğretmenlere yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Otomatik düşüncelerin duygu durumunu ve onun yansıması olan insan davranışlarını ne derece etkilediği düşünüldüğünde ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu olumsuz otomatik düşüncelerin belirlenmesinin daha işlevsel bilişsel şemaların oluşturulabilmesinde olumlu etkileri olacağı düşünülmektedir.

### 1.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışma ile otomatik düşüncelerin ortaokul öğrencilerinde ne derece etkili olduğunun belirlenmesi dahası otomatik düşüncelerin cinsiyete ve devam edilen okul türüne göre nasıl değiştiğinin ortaya konulması amaçlanmaktadır.

### 1.2. Araştırmanın Önemi

Otomatik düşüncelerin duygu durumunu ve onun yansımaları olan insan davranışlarını ne derece etkilediği düşünüldüğünde ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu olumsuz otomatik düşüncelerin belirlenmesinin daha işlevsel bilişsel şemaların oluşturulabilmesinde olumlu etkileri olacağı düşünülmektedir. Yavuzer ve Karataş (2012) ergenlerin öfke ve fiziksel saldırganlık puanlarının olumsuz otomatik düşüncelerle pozitif ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir. 7. sınıf öğrencilerinin duygu durumundaki değişimler ve ergenlik sürecindeki bilişsel gelişim düşünüldüğünde olumsuz otomatik düşüncelerin bu sınıf düzeyinde belirlenmesinin daha işlevsel düşüncelerin gelişimine ve ilgili alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### 1.3. Problem Cümlesi

Araştırmanın ana problemi "Ortaokul öğrencilerinin otomatik düşünceleri cinsiyet ve okul türüne göre farklılaşmakta mıdır?" olarak belirlenmiştir. Bu problem doğrultusunda aşağıda belirtilen alt problemlere yanıt aranmaya çalışılacaktır.

1. Yedinci sınıf öğrencilerinin otomatik düşünceler ölçeği ortalamaları alt boyutlara göre ne düzeydedir?
2. Yedinci sınıf öğrencilerinin otomatik düşünceler ölçeği ortalamaları cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
3. Yedinci sınıf öğrencilerinin otomatik düşünceler ölçeği ortalamaları okul türü değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?

### Yöntem

Bu çalışma ortaokul öğrencilerinin otomatik düşüncelerini bazı değişkenlere göre inceleyen "ilişkisel tarama (korelasyonel) modelinde" hazırlanmış betimsel bir çalışmadır. İlişkisel araştırmalar, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkinin açıklanması ve düzeyinin belirlenmesi amacıyla kullanılır (Özmen ve Karamustafaoglu, 2019, s.164). Çalışma Erciyes Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulunun izni ve ilkeleri doğrultusunda yapılmıştır (28 Ağustos 2020 tarihli, 132 numaralı etik kurul izni). Verilerin toplanması amacıyla hazırlanan formlar öğrencilerin gönüllülük esası ve veli onayı alınarak sınıf ortamında toplanmıştır.

## 2.1. Örneklem

Bu araştırmanın evreni 2019-2020 eğitim öğretim yılında Kayseri'nin Melikgazi ilçesinde öğrenime devam eden 7. Sınıf öğrencileridir. Bu çalışmanın örnekleme Melikgazi ilçesinde sosyoekonomik durum açısından benzer bir ortaokul ve bir imam hatip ortaokulunda 80'i kadın ve 86'sı erkek öğrenci olmak üzere toplam 166 öğrenciden oluşmaktadır. Bu çalışmanın örneklem seçimi "uygun örnekleme" yöntemi ile yapılmıştır. Bu örnekleme yöntemi araştırmacının "kolay ulaşılabileceği bir örneklemden veri toplaması" şeklinde ifade edilmiştir (Büyüköztürk vd., 2018, s.95.).

## 2.2. Veri Toplama Araçları

**2.2.1. Otomatik Düşünceler Ölçeği:** Hollon ve Kendall (1980) tarafından geliştirilen ölçek 30 maddeden oluşan 5'li likert tipinde bir ölçektir. Şahin ve Şahin (1992) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan ölçeğe ait Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.93 olarak hesaplanmıştır. Likert tipi sorular 1 (hiçbir zaman) ve 5 (her zaman) arasında puanlandırılmaktadır. Bu çalışmada ise "Cronbach alfa" güvenilirlik katsayısı 0.96 olarak hesaplanmıştır. Bu ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlar 30 ile 150 arasında değişmektedir. Bu ölçekte yer alan alt boyutlar 2, 3, 7, 8, 17, 18, 21, 23, 24, 27. sorularda "Kişinin kendine yönelik negatif düşünceleri"; 13, 14, 15, 19, 20, 22. sorularda "Şaşkınlık/ kaçma fantezileri"; 9, 26, 29. sorularda kişisel uyumsuzluk ve değişme istekleri; 1, 4, 10, 28. sorularda "Yalnızlık/ izolasyon"; 6, 11, 12, 25. sorularda "Ümitsizlik" olarak ifade edilmiştir (Şahin ve Şahin, 1992). Bu çalışmada ölçekten elde edilen verilerin güvenilirlik katsayısı ,96 olarak hesaplanmış ve bu değer ölçekten elde edilen verilerin oldukça güvenilir olduğunu göstermiştir. Ayrıca ölçeğin kullanımı bir alan uzmanı ve okulda görevli iki psikolojik danışmanın görüşleri doğrultusunda uygun bulunmuştur.

**2.2.2. Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacılar tarafından hazırlanan cinsiyet ve okul türü bilgilerini içeren kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

## 2.3. Verilerin Analizi

Bu çalışmanın verilerini analiz etmek için SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek adına normallik testleri yapılmıştır. Örneklem büyüklüğü 50'nin üzerinde olduğu için Kolmogorov-Smirnov testine bakılmıştır (Büyüköztürk, 2019, s.42). Tablo 1'de normallik testleri verilmiştir.

Tablo 1. *Normallik testi*

	Kolmogrov-Smirnov <sup>a</sup>		Shapiro- Wilk	
	df	p	df	p
Sum	166	,000	166	,000

Bu veriler ışığında verilerin normal dağılmadığı sonucuna varılmıştır [ $p < 0,05$ ]. Bu nedenle verilerin çözümlenmesinde parametrik olmayan testlerden Mann-Whitney U Testinin kullanılmasına karar verilmiştir.

### Etik İzinleri

Bu çalışmada, "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi"nde belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan "Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Eylemleri" kapsamında belirtilen eylemlerin hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

### Etik komitesi izin bilgisi:

Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı = Erciyes Üniversitesi

Etik değerlendirme kararının tarihi= 28.08.2020

Etik değerlendirme belgesi sayı numarası= 132

## Bulgular

### 1. Otomatik Düşünceler Ölçeği Alt Boyutları ile İlgili Bulgular

Bu çalışmanın ilk alt problemi "Ortaokul öğrencilerinin otomatik düşünceler ölçeği puanları alt boyutlara göre ne düzeydedir?" olarak belirlenmiştir. Bu amaçla "kendine yönelik negatif düşünceler, şaşkınlık/kaçma fantezileri, kişisel uyumsuzluk ve değişme, yalnızlık ve izolasyon, ümitsizlik" alt boyutlarının ortalama puanları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Otomatik Düşünceler Ölçeği Alt Boyutları

	N	Min.Puan	Mak. Puan	Ortalama
Toplam	166	30,00	147,00	62,0542
Kişinin kendine yönelik negatif düşünceleri	166	10,00	50,00	19,8675
Şaşkınlık ve kaçma	166	6,00	30,00	12,2831
Kişisel uyumsuzluk ve değişme	166	3,00	15,00	6,9096
Yalnızlık ve izolasyon	166	4,00	20,00	8,9880
Ümitsizlik	166	4,00	20,00	7,9217

Bu araştırmada ODÖ'den alınan en düşük toplam puan 30, en yüksek toplam puan 147 olarak belirlenmiştir. Tüm verilere ait puan ortalaması ise 62 olarak belirlenmiştir. Bu testten alınabilecek en düşük olumsuz otomatik düşünce puanı 30 ve en yüksek puan 150 olarak hesaplanmıştır; puanlar 30'a yaklaştıkça olumsuz otomatik düşüncelerin azaldığı ve 150'ye yaklaştıkça olumsuz otomatik düşüncelerin arttığı ifade edilmiştir (Hollon ve Kendall, 1980).

Bu araştırmada, "Kişinin kendine yönelik negatif düşünceleri" boyutunda alınan en düşük puan 10 ve en yüksek puan ise 50'dir. "Şaşkınlık ve kaçma" boyutunda alınan en düşük puan 6 ve en yüksek puan 30'dur. "Kişisel uyumsuzluk ve değişme" boyutunda alınan en düşük puan 3 ve en

yüksek puan 15'tir. "Yalnızlık ve izolasyon" boyutlarında alınan en düşük puan 4 ve en düşük puan 20'dir. "Ümitsizlik" alt boyutunda alınan en düşük puan 4 ve alınan en yüksek puan 20'dir.

## 2. Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Cinsiyet Değişkeni ile İlgili Bulgular

Bu araştırmanın ikinci alt problemi "Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler alt gruplarda cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?" şeklinde belirlenmiştir. ODÖ'de "Cinsiyet" değişkenine göre anlamlı bir fark oluşup oluşmadığının belirlenebilmesi için parametrik olmayan testlerden "Mann-Whitney U testi" uygulanmıştır. Bu alt probleme ilişkin veriler Tablo. 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3. ODÖ puanlarının cinsiyet değişkenine göre dağılımı

	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p
Toplam	kadın	80	84,86	6788,50	3331,500	,726
	erkek	86	82,24	7072,50		
Kişinin kendine yönelik negative düşünceleri	kadın	80	85,36	6828,50	3291,500	,631
	erkek	86	81,77	7032,50		
Şaşkınlık ve kaçma	kadın	80	85,63	6850,00	3270,000	,581
	erkek	86	81,52	7011,00		
Kişisel uyumsuzluk ve değişme	kadın	80	86,76	6940,50	3179,500	,397
	erkek	86	80,47	6920,50		
Yalnızlık ve izolasyon	kadın	80	84,64	6771,50	3348,500	,766
	erkek	86	82,44	7089,50		
Ümitsizlik	kadın	80	83,01	6641,00	3401,000	,899
	erkek	86	83,95	7220,00		

a) "Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler cinsiyete göre toplam puan bazında farklılaşmakta mıdır?" olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirildiğinde, ODÖ'den alınan "toplam puan" ortalamalarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [U:3331,500 ve  $p>0,05$ ]. Sıra ortalamaları kız öğrencilerde 84,86 ve erkek öğrencilerde 82,24 olarak tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin otomatik düşünce puanları erkek öğrencilerden fazla görünse de bu farklılık anlamlı değildir.

b) "Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler cinsiyete göre kişinin kendine yönelik negatif düşünceleri alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?" olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre bu alt boyutta sıra ortalamaları bazında kız öğrencilerin puan ortalamasının (85,36), erkek öğrencilerden (81,77) yüksek olduğu görülmüştür. Bu alt grubun puan ortalamasının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark oluşturup oluşturmadığını belirlemek amacıyla "Mann-Whitney U Testi" sonuçlarına bakılmıştır ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [U:3291,500 ve  $p>0,05$ ]. Kız öğrencilerin bu alta grupta da daha yüksek otomatik düşünce puanları kaydettiği belirlense de bu farklılık anlamlı değildir.

c) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler cinsiyete göre şaşkınlık ve kaçma fantezileri alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?” olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre bu alt boyutta kız öğrencilerin sıra ortalamasının (85,63), erkek öğrencilerden (81,52) yüksek olduğu görülmüştür. Bu alt grubun puan ortalamasının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark oluşturup oluşturmadığını belirlemek amacıyla “Mann-Whitney U Testi” sonuçlarına bakılmıştır ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [U:3270,000 ve  $p>0,05$ ].

d) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler cinsiyete göre kişisel uyumsuzluk ve değişme alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?” olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre bu alt boyutta kız öğrencilerin sıra ortalamasının (86,76), erkek öğrencilerden (80,47) yüksek olduğu görülmüştür. Bu alt grubun puan ortalamasının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark oluşturup oluşturmadığını belirlemek amacıyla “Mann-Whitney U Testi” sonuçlarına bakılmıştır ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [U:3179,500 ve  $p>0,05$ ]. Buna rağmen kız öğrencilerin ortalama puan bazında erkek öğrencilerden en çok ayrıştığı alt grup budur. Yani kız öğrencilerin “kişisel uyumsuzluk ve değişme” alt grubunda olumsuz otomatik düşünceleri erkek öğrencileri göre daha yüksektir.

e) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler cinsiyete göre yalnızlık ve izolasyon alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?” olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre bu alt boyutta kız öğrencilerin sıra ortalamasının (84,64), erkek öğrencilerden (82,44) yüksek olduğu görülmüştür. Bu alt grubun puan ortalamasının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark oluşturup oluşturmadığını belirlemek amacıyla “Mann-Whitney U Testi” sonuçlarına bakılmıştır ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [3348,500 ve  $p>0,05$ ].

f) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler cinsiyete göre ümitsizlik” alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?” olarak ifade edilen alt problem değerlendirilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre bu alt boyutta kız öğrencilerin sıra ortalamasının (83,01), erkek öğrencilerden (83,95) düşük olduğu görülmüştür. Bu alt grubun puan ortalamasının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark oluşturup oluşturmadığını belirlemek amacıyla “Mann-Whitney U Testi” sonuçlarına bakılmıştır ve anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [3401,000 ve  $p>0,05$ ]. Bu alt probleme ait veriler incelendiğinde kız öğrenciler için en düşük, erkek öğrenciler için en yüksek sıra ortalamasının tespit edildiği boyutun “ümitsizlik” boyutu olduğu belirlenmiştir.

### 3. Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Okul Türü Değişkeni ile İlgili Bulgular

Bu araştırmanın üçüncü alt problemi “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler ölçeği puan ortalaması devam ettikleri okul türüne göre anlamlı bir farklılık oluşturmakta mıdır?” şeklinde belirlenmiştir. ODÖ’de “Okul türü” değişkenine göre anlamlı bir fark oluşup



oluşmadığının belirlenebilmesi için parametrik olmayan testlerden “Mann-Whitney U Testi” uygulanmıştır. Bu alt probleme ilişkin veriler Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4. ODÖ alt boyutlarına ait puanların okul türüne göre dağılımı

	Okul türü	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p
Toplam	O	112	77,50	8680,00	2352,000	,021
	İHO	54	95,94	5181,00		
Kişinin kendine yönelik negatif düşünceleri	O	112	77,06	8630,50	2302,500	,013
	İHO	54	96,86	5230,50		
Şaşkınlık ve kaçma	O	112	79,39	8891,50	2563,500	,111
	İHO	54	92,03	4969,50		
Kişisel uyumsuzluk ve değişme	O	112	80,56	9023,00	2695,000	,253
	İHO	54	89,59	4838,00		
Yalnızlık ve izolasyon	O	112	77,65	8696,50	2368,500	,023
	İHO	54	95,64	5164,50		
Ümitsizlik	O	112	78,04	8740,50	2412,500	,033
	İHO	54	94,82	5120,50		

O: Ortaokul

İHO: İmam Hatip Ortaokulu

a) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler ölçeği puanlarının ortalaması devam ettikleri okul türüne göre, toplam puan ortalamaları bazında farklılaşmakta mıdır?” Bu alt probleme ilişkin veriler değerlendirildiğinde ODÖ’den alınan “toplam puan” ortalamalarının okul türüne göre anlamlı derecede farklı olduğu görülmüştür [U:2352,000 ve  $p<0,05$ ]. ODÖ’ne ait sıra ortalamaları İHO’da 95,94 ve ortaokulda 77,50 olarak tespit edilmiştir.

b) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler ölçeği puanlarının ortalaması devam ettikleri okul türüne göre kişinin kendine yönelik negatif düşünceleri alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?” olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirildiğinde puan ortalamalarının okul türüne göre anlamlı derecede farklı olduğu görülmüştür [U:2302,500 ve  $p<0,05$ ]. Bu alt boyutta İHO öğrencilerinin ODÖ puanlarının sıra ortalamasının (96,06), ortaokul öğrencilerine (77,06) kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

c) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler ölçeği puanlarının ortalaması devam ettikleri okul türüne göre, şaşkınlık ve kaçma fantezileri alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?” olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirildiğinde puan ortalamalarında okul türüne göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [U:2563,500 ve  $p>0,05$ ]. Bununla beraber bu alt boyutta İHO öğrencilerinin ODÖ puanlarının sıra ortalamasının (92,03), ortaokul öğrencilerine (79,39) kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

d) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler ölçeği puanlarının ortalaması devam ettikleri okul türüne göre, kişisel uyumsuzluk ve değişme alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?” olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirildiğinde puan ortalamalarında okul türüne göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [U:2695,000 ve  $p>0,05$ ]. Bununla beraber bu

alt boyutta İHO öğrencilerinin ODÖ puanlarının sıra ortalamasının (89,59), ortaokul öğrencilerine (80,56) kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

e) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler ölçeği puanlarının ortalaması devam ettikleri okul türüne göre, yalnızlık ve izolasyon alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?” olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirildiğinde puan ortalamalarının okul türüne göre anlamlı derecede farklı olduğu görülmüştür. [U:2368,500 ve  $p<0,05$ ]. Bununla beraber bu alt boyutta İHO öğrencilerinin ODÖ puanlarının sıra ortalamasının (95,64), ortaokul öğrencilerine (77,65) kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

f) “Ortaokul öğrencilerinin sahip olduğu otomatik düşünceler ölçeği puanlarının ortalaması devam ettikleri okul türüne göre, ümitsizlik alt boyutunda farklılaşmakta mıdır?” olarak ifade edilen alt probleme ilişkin veriler değerlendirildiğinde puan ortalamalarının okul türüne göre anlamlı derecede farklı olduğu görülmüştür [U:2412,500 ve  $p<0,05$ ]. Bununla beraber bu alt boyutta İHO öğrencilerinin ODÖ puanlarının sıra ortalamasının (94,82), ortaokul öğrencilerine (78,04) kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

### Sonuç ve Tartışma

Bu çalışmada 2019-2020 eğitim öğretim yılında Kayseri ilinin bir ortaokul ve bir imam hatip ortaokulunda öğrenim görmekte olan 7. sınıf öğrencilerinin olumsuz otomatik düşünceleri “kendine yönelik negatif düşünceler, şaşkınlık/kaçma fantazileri, kişisel uyumsuzluk ve değişme, yalnızlık-izolasyon, ümitsizlik” olmak üzere beş alt gruba ayrılmış, cinsiyet ve okul türü değişkenine bağlı olarak incelenmiştir. Çalışmanın 2019-2020 eğitim öğretim yılı Mart ayına denk gelmesi ve bu dönemde okulların yeni coronavirus pandemisi nedeniyle kapatılmış olması bazı sınırlılıklar meydana getirmiştir. Bunlardan ilki örneklem sayısının istenilen düzeye ulaşmaması bir diğeri de çalışmanın sınırlı sayıda değişken açısından incelenebilmesi olmuştur.

Bu araştırmada otomatik düşünceler ölçeğinin 30 maddesinden alınan en düşük puan 30, en yüksek puan 147 olarak kaydedilmiştir. Otomatik düşünceler ölçeğinin tüm maddelerinden alınan toplam puanların ortalaması ise 62,05 olarak kaydedilmiştir. Yıldız’ın (2017), ergenlerin olumsuz otomatik düşüncelerini bazı değişkenler açısından incelediği çalışmasında, 9.sınıfların ODÖ puan ortalamaları 69,48; 10.sınıfların ODÖ puan ortalamaları 70,30 olarak belirlenmiştir. Lichtenstein ve arkadaşları (2019), Danimarkalı ergenlerin ODÖ puan ortalamalarını 66 olarak belirlemiş ve bunun yüksek bir ortalama olduğu belirtilmiştir. Bu sonuç çalışmamızın örnekleminden elde edilen ODÖ ortalamasının üzerindedir. Bu bağlamda iki çalışmanın sonuçlarının birbirine yakın olduğu söylenebilir. Choon ve arkadaşlarının (2015) çalışması ergenlerin depresyon ve intihar eğilimlerinin otomatik düşünceleri ile ilişkisini araştırmış ve ODÖ puanlarının ortalamasını 67,45 olarak tespit etmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre yapılan analizlerde hiçbir alt grupta ya da toplam puanların ortalamasında bu değişken açısından anlamlı bir farklılık kaydedilmemiştir. Bununla beraber elde edilen bulgular Tümkaya, (2011); Şimşek ve Serin (2017); Yıldız'ın (2017); Sözlü ve Serin'in (2019) ergenlerde olumsuz otomatik düşüncelerin cinsiyet faktörüne bağlı olarak anlamlı bir fark oluşturmadığını ifade eden çalışmaları ile benzerlik göstermiştir. Güloğlu ve Aydın'ın (2007) çalışması öğrenilmiş güçlülük ve otomatik düşünce ilişkisinin cinsiyet faktörüne bağlı olmadığını ifade etmektedir. Çalışma bu yönüyle Bozkurt'un (1998), kız öğrencilerin erkeklere kıyasla daha yüksek ODÖ puan ortalamasına sahip olduğunu ifade eden ve Tanrikulu'nun (2002), ailesinin yanında kalan ergenlerin ODÖ puanlarının cinsiyet değişkenine göre incelendiği çalışması ile farklılık göstermektedir. Söz konusu çalışmada kız ve erkek öğrencilerin ODÖ puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık kaydedilmiştir. Okumuşoğlu'nun (2017) çalışması "kişinin kendine yönelik negatif düşünceleri, şaşkınlık ve kaçma fantezileri, kişisel uyumsuzluk ve değişme" alt boyutlarında cinsiyet faktörüne göre anlamlı bir farklılık kaydetmezken, "yalnızlık ve izolasyon" boyutunda erkeklerin daha yüksek otomatik düşünce puanlarına sahip olduğunu ifade etmiştir. Kişisel uyumsuzluk ve değişim alt boyutunda elde edilen sonuçlar, Sarı'nın (2008), kişisel uyum bazında erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla daha yüksek uyum puanlarını yakaladığı fakat bu farklılığın anlamlı olmadığını ifade eden çalışması ile benzerdir. Akbağ ve İmamoğlu'nun (2010) çalışmaları cinsiyet değişkeninin yalnızlık boyutunda anlamlı bir farklılık oluşturmadığını kaydetmiştir. Yalnızlık ve cinsiyet üzerine yapılan bir meta-analiz çalışması ergenlikte erkeklerin kızlara oranla kendilerini daha yalnız hissettikleri fakat bu farklılığın anlamlı olmadığını ifade etmiştir (Maes ve diğerleri., 2019).

Çalışmanın alt boyutlarından biri olan ümitsizlik, ergenlerde düşük benlik saygısı, depresif ve bağımlı kişilik bulgularına zemin hazırlamaktadır (Hankin, Abramson ve Siler, 2001). Rodríguez-Naranjo ve Cano'nun (2015), ergenler üzerinde gerçekleştirdikleri araştırma günlük stres nedeniyle erkeklerin kızlara oranla daha yüksek ümitsizlik yaşadığını ortaya koymuştur. Bu bulgu erkek öğrencilerde kız öğrencilere oranla daha yüksek ümitsizlik puanı kaydettiğimiz çalışmamızla paraleldir. Bu alt problemde erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla daha yüksek sıra ortalaması kaydettiği tek alt boyut olmasıyla beraber bu farklılık anlamlı değildir.

Okul türü değişkenine göre yapılan analizlerde otomatik düşüncelerin farklı alt gruplarında farklı sonuçlar elde edilmiştir. Ortaokul ve imam hatip ortaokullarının ODÖ toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık kaydedilmiştir. "Kişinin kendine yönelik negatif düşünceleri", "yalnızlık ve izolasyon", "ümitsizlik" alt boyutlarında okul türü değişkenine göre anlamlı ölçüde farklılık tespit edilmiş ve her alt boyutta imam hatip ortaokulu öğrencilerinin ODÖ puanları yüksek çıkmıştır. "Şaşkınlık ve kaçma fantezileri" ile "kişisel uyumsuzluk ve değişme" alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Bununla beraber bu alt boyutlarda da imam hatip ortaokulu öğrencilerinin ODÖ puan ortalamaları daha yüksek tespit edilmiştir. Bu alt probleme ilişkin literatürde az sayıda benzer bulgu tespit edilmiştir. Karadağ, Duran ve Kaynak (2017) tarafından

hazırlanan ve hemşirelik öğrencilerinin mezun oldukları okul türüne göre ODÖ puanlarının karşılaştırıldığı çalışmada, okul türünün ODÖ puanları bazında anlamlı bir fark oluşturmadığı kaydedilmiştir.

Bu çalışmada elde edilen bulgular ise Sözlü ve Serin'in (2019), ODÖ puanlarının okul türü değişkenine göre anlamlı ölçüde farklılaştığını ifade eden çalışmaları ile benzerdir. Yine Hazır'ın (2019) da yaptığı çalışma, ODÖ puanlarının okul türüne göre farklılaştığını ifade etmektedir. Tsumura ve arkadaşlarının (2016) çalışmaları aktivite ve etkinliklerin otomatik düşüncelere olumlu bir etkisinin olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda okul ortamının çeşitli etkinlik ve aktivitelerle zenginleştirilmesinin otomatik düşünce puanlarını düşürmesi beklenebilir. Talim Terbiye Kurulu verilerine göre İHO'ların sanat ve spor etkinliklerine ayrılan ders saatlerinin ortaokullara kıyasla daha az olduğu görülmektedir (MEB, 2018). Bu durum İHO öğrencilerinin ODÖ puan ortalamalarının ortaokul öğrencilerinden yüksek çıkmasının nedenlerinden biri olabilir. Sanat ve spor etkinlikleri öğrencilerin sosyal yetkinlik kazanabilmeleri için gereklidir. Çeşitli çalışmalar olumsuz otomatik düşüncelerle ilgili sosyal yetkinlik becerileri arasında negatif anlamlı bir ilişki olduğunu (Karahana vd., 2012; Yıldız, 2017), aktivite sayısının artırılmasının ve yeni aktivitelere katılımın, ümitsizlik ve olumsuz benlik algısı üzerinde pozitif etkilerinin saptandığını kaydetmiştir (Mausbach vd., 2008).

Sonuç olarak, bu çalışmada yedinci sınıf öğrencilerinin otomatik düşünceleri alt gruplara göre incelenmiş, cinsiyet ve okul türü değişkenine göre oluşan farklılıklar ortaya konulmaya çalışılmıştır. ODÖ puan ortalamaları cinsiyet faktörüne göre anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır. Buna rağmen çalışmanın yürütüldüğü örnekte ODÖ puan ortalamaları ortaokul ve İHO'lar arasında anlamlı ölçüde farklılaşmıştır.

### Öneriler

Ortaokul öğrencilerinin sahip oldukları otomatik düşüncelerinin belirlenmesi eğitim hayatları ve gelecek yaşantıları için daha işlevsel ve doğru kararlar almalarına, doğru seçimler yapabilmelerine olanak verecektir. Literatür incelendiğinde otomatik düşünceleri çeşitli değişkenler bağlamında inceleyen çalışmalara ulaşılmıştır. Fakat sosyal aktivitelerin otomatik düşünceler üzerindeki etkisini ortaya koyan çok az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. İHO öğrencilerinin ODÖ puanlarının düşürülmesi amacıyla sanat ve spor etkinliklerine ayrılan ders saatlerinin artırılması önerilmektedir. Araştırma örneklemini genişletilerek çalışma farklı ortaokulları kapsayabilir. Gelecekte yapılan çalışmalar sanat ve spor etkinliklerinin olumsuz otomatik düşünce puanlarına etkisini ortaya koyabilir. Ortaokul öğrencilerinin olumsuz otomatik düşüncelerini alt gruplara göre ortaya koyan, cinsiyet ve okul türü değişkenine göre meydana gelen farklılıkları irdeleyen bu çalışmanın ergenlerde daha işlevsel düşünme şemaları oluşumuna yardımcı olmak adına psikolojik danışmanlara ve öğretmenlere katkı sağlayacağı düşünülmektedir.



<http://kefad.ahievran.edu.tr>

# Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi

ISSN: 2147 - 1037

## ENGLISH VERSION

### Introduction

Automatic thoughts are involuntary beliefs that divert someone on how to act in a particular situation without realising (Beck and Hindman, 2017). Studies indicate that the formation of individual perceptions about the world begins in the womb (Moon, Lagercrantz, Kuhl, 2012). What shapes movements and makes emotions meaningful, are that “perceptions” which formed as a result of life. “Cognitive Behavioural Therapy” defines perceptions that make a situation easy or difficult and have been created without realising. These perceptions arise suddenly and spontaneously before evaluating a situation then influence behaviour and emotions involuntarily or automatically (Winterowd, Beck and Gruener, 2003, pp.31). The stimuli, experiences and biased perceptions are stored in the cognitive structure as schemas in the development process (Beck ve Haigh 2014) and automatically inducement the decision-making processes. Beck (1995) states the fact that automatic thoughts which make sense in individuals are formed as a short verbal message or a visual image.

It is submitted that automatic thoughts which begin to take shape from the childhood. They are kinds of effective and formed mental schemas that would become active before acting in a situation (Özakkaş, 2018). More specifically these mental schemas are created as a result of experiences that constitute our judgments about which factors to react, how to interpret, and to what extent to consider, without our awareness (Gökçakan and Gökçakan, 2005). Beck enounced the core of cognitive theory with these schemas which could negatively or positively affect individuals. In this context, it is important to identify and determine factors affecting the formation of automatic thoughts at an early age. Negative automatic thoughts can have negative consequences such as social anxiety, depression, personality disorders, eating disorders and even suicidal tendencies (Calvete, Orue and Hankin, 2012; Flet et al., 2011; Lichtenstein, Dervisevic, Eg, Wilson and Wesselhoeft, 2019).

Experiences establishing automatic thoughts became the subject of various studies. In a study it was argued that perceived mother acceptance rejection in childhood, may give rise to negative automatic thoughts and this may cause social anxiety to some individuals in the future (Tezcan, Erden and Yiğit, 2017). Emotional and psychological competencies developed in child, is proportional to the

safe environment provided by family and the quality of relationships (Rohner, 2016). It is found that when negative automatic thoughts are effective, individuals may be depressive and hopeless (Hollon and Kendal, 1980), therefore it is important to know how automatic thoughts affect adolescents (Yıldız, 2017). Considering the characteristics of adolescents, it is possible that automatic thoughts may affect their decision mechanisms, preferences and attitudes. Anxious processes such as public speaking which causes negative automatic thoughts (Visla, Cristea, Tatar and David, 2013) and depression has the stronger effect in automatic thoughts when it compared to all other underlying factors (Flouri and Panourgia, 2014). Therefore, negative automatic thoughts should be replaced by positive functional or alternative thoughts, in mental schemes.

Automatic thoughts increase the level of physical aggression and anger (Yavuzer and Karataş, 2012). Muris and others (2008) showed that, negative automatic thoughts decreased whereas anxiety control significantly increased, by the effects of CBT treatment. Considering the changes in the emotional state of adolescents, "How they are affected by automatic thoughts?" is one of the questions present research will continue to seek answers for. Schemas created in early childhood may not be meaningful in adulthood. Unlike, it may still persist in adulthood. Therefore, understanding of schemas how they are created in mind and as to how individuals are guided with them, can be enabled these schemas to be positively structured (Gör, Yiğit, Kömürcü and Ertürk, 2017). The studies show that children with high level of learned resourcefulness have more positive automatic thoughts (Güloğlu and Aydın, 2007), moreover individuals with low ATQ scores have a higher level of mindfulness (Frewen et al., 2007).

A recent study determined that mean scores of negative automatic thoughts of Vocational School of Health were significantly higher than the students of Nursing and Medical Faculty (Hazır, 2019). There are various studies within automatic thoughts, are examined by gender variable. Schniering and Rapee's (2002) study was formed with girls and boys between the ages of 7 and 16, stated that girls had higher negative automatic thought score on social threats and personal failure issues but also boys had higher negative automatic thought score on grudge and hostility issues. Yu and Fu (2016) published a study showing that the negative automatic thoughts differed for girls and boys. Lichtenstein et al. (2019), found significant differences among Danish adolescent between genders but no differences between age groups.

### **1.1. Purpose of the Study**

As mentioned above it is thought that automatic thoughts contribute to negative mood states in several cases. This study aimed to determine to what extent automatic thoughts are effective on middle school students. Moreover, the current study assessed, to reveal how automatic thoughts change according to gender and type of attended school. In addition, it is thought that the study will guide students, parents and teachers in different forms.

## 1.2. Importance of the Study

Considering the extent to which automatic thoughts affect emotional state and its reflections of human behavior, it is thought that determining negative automatic thoughts of secondary school students will have positive effects in creating more functional cognitive schemes. Yavuzer and Karataş (2012) stated that adolescents' anger and physical aggression scores were positively related to negative automatic thoughts. The research was to determine the effect of gender and the type of school on seventh grade students' automatic thoughts.

## 1.3. Problem of the Study

"Do secondary school students' automatic thoughts differ by gender and type of school variables?" in line with this problem, answers to the following research questions will be sought.

1. What are the levels of ATQ scores of 7th grade students according to sub-dimensions?
2. Is there a significant difference between the gender and sub-dimensions of ATQ?
3. Is there a significant difference between the school type and sub-dimensions of ATQ?

## Methods

This is a descriptive study prepared in "relational screening model" (correlational model) that examines the automatic thoughts of secondary school students according to some variables. Relational research is used to explain the relationship between two or more variables and to determine its level (Özmen and Karamustafaoğlu, 2019, pp.164). All procedures performed in study involving human participants were in accordance with the ethical standards of the Erciyes University Social Sciences and Humanity Ethics Committee. Informations about the permission are: Board name is Erciyes University Social Sciences and Humanity Ethics Committee, date of permission is on August 28, 2020 and number of permission is 132.

### 2.1. Participants

The population of the present research consists 7th grade students in the central districts of Kayseri province, in the 2019-2020 academic year. The sample of the study consist 166 students (80 girls and 86 boys) in similar socioeconomic status, attending a secondary school and an imam hatip secondary school. The sample of this study was selected through convenience sampling method which described as "collecting data from a sample that the researcher can easily reach" (Büyükoztürk et al., 2018, pp.95).

### 2.2. Instruments

**2.2.1. Automatic Thoughts Questionnaire:** ATQ scale is a likert scale consisting of 30 items developed by Hollon and Kendall (1980). Likert scale items ranging from 1(not at all) to 5 (all the time). The ATQ

scale translated into Turkish by Şahin and Şahin (1992), cronbach alpha coefficient of reliability was calculated as 0.93. At present study, the Cronbach alpha reliability coefficient was calculated as 0.96. The lowest and highest scores range between 30 and 150. The questionnaire taps 4 aspects of automatic thoughts, "negative self-concept" questions are 2, 3, 7, 8, 17, 18, 21, 23, 24, 27; "confusion and escape fantasies" questions are 13, 14, 15, 19, 20, 22; "personal maladjustment and desire for change" questions are 9, 26, 29; "loneliness / isolation" questions are 1, 4, 10, 28; "giving up/helplessness" questions are 6, 11, 12, 25 (Şahin and Şahin, 1992). In this study cronbach alpha coefficient of reliability was calculated as 0.96 and the data obtained from the analysis are highly reliable. In addition, the use of the scale was found to be appropriate in line with the opinions of a domain expert and two psychological counselors.

**2.2.2. Personal information form:** The personal information form was developed by the researchers containing gender and school type information.

### 2.3. Data Analysis

The SPSS 21 package program was used to analyze the data. The assumption of normality test was examined. The study sample is over 50, therefore Kolmogorov- Smirnov Test conducted (Büyüköztürk, 2019, s.42). Data is shown in Table 1.

Table 1. *Test of normality*

	Kolmogrov-Smirnov <sup>a</sup>		Shapiro- Wilk	
	df	p	df	p
Sum	166	,000	166	,000

It is concluded that data is not normally distributed because p-value is under .05 so assumption of normality did not accept [ $p < 0, 05$ ]. In data analysis, it was decided to use the Mann-Whitney U Test, which is a non-parametric test.

### Ethical Permits of the Research

This study followed all the rules stated in the "Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive". None of the actions specified under the second section of the directive, "Scientific Research and Publication Ethics Actions" has been carried out.

**Ethics committee permit information:** Ethical evaluation committee name = Erciyes University

Date of ethical assessment decision = 28.08.2020

Ethics assessment document number = 132



## Results

### 2. Findings About Automatic Thought Questionnaire and Sub-Dimensions

The first sub-problem of this study is determined as "What are the levels of automatic thoughts scale score of 7th grade students according to subgroups? For this purpose, the average scores of the sub-dimensions "negative self-concept", "confusion and escape fantasies", "personal maladjustment and desire for change", "loneliness / isolation", "giving up/helplessness" are given in Table 2.

Table 2. *ATQ sub-dimensions*

	N	Min.Rank	Max.Rank	Mean Rank
Sum	166	30,00	147,00	62,0542
negative self-concept	166	10,00	50,00	19,8675
confusion and escape fantasies	166	6,00	30,00	12,2831
personal maladjustment and desire for change	166	3,00	15,00	6,9096
loneliness / isolation	166	4,00	20,00	8,9880
giving up/helplessness	166	4,00	20,00	7,9217

The lowest total score received was determined 30 and highest total score was determined 147. The average score of all data was determined as 62. The lowest negative automatic thought score (30) that can be obtained from this test has been determined, but the highest score (150) has not been determined. The negative automatic thoughts decrease as they approach 30 and increase as they approach 150 (Hollon ve Kendall, 1980).

The lowest score in the sub dimension of negative self-concept is 10 and the highest score is 50. The lowest score in the sub dimension of confusion and escape fantasies is 6 and highest score is 30, in the sub dimension of personal maladjustment and desire for change, lowest score is 3 and the highest score is 15, in the sub groups of "loneliness / isolation" and "giving up/helplessness" both have the same lowest and highest scores, are 4 and 20.

### 4. Findings about the Gender and Automatic Thought Questionnaire

The second problem of this research is "Is there a significant difference between gender and sub-dimensions of ATQ score?" Mann-Whitney U Test", which is one of the non-parametric tests, was applied to determine whether there was a significant difference according to the "gender" variable. Statistics for the data is shown in the Table 3.

Table 3. ATQ scores according to gender

	Gender	N	Mean Rank	Sum of Rank	U	p
Sum	female	80	84,86	6788,50	3331,500	,726
	male	86	82,24	7072,50		
Negative self-concept.	female	80	85,36	6828,50	3291,500	,631
	male	86	81,77	7032,50		
Confusion and escape fantasies	female	80	85,63	6850,00	3270,000	,581
	male	86	81,52	7011,00		
Personal maladjustment and desire for change	female	80	86,76	6940,50	3179,500	,397
	male	86	80,47	6920,50		
Loneliness / isolation	female	80	84,64	6771,50	3348,500	,766
	male	86	82,44	7089,50		
Giving up/helplessness	female	80	83,01	6641,00	3401,000	,899
	male	86	83,95	7220,00		

a) "Is there a significant difference between the gender and total ATQ scores means?" In order to verify if there are any differences between students' gender toward total ATQ scores of mean, Mann- Whitney U Test applied. According to scores received from the ATQ, was found no significant difference between gender and total ATQ scores [U: 3331.500 and  $p > 0.05$ ]. The total ATQ scores mean ranks were determined as 84.86 in female and 82.24 in male students. No gender differences were found, with ATQ scores means between females and males in this group.

b) "Is there a significant difference between the gender and negative self-concept?" In order to verify if there are any differences between students' gender toward negative self-concept, Mann- Whitney U Test applied. According to scores received from the ATQ, was found no significant difference between gender and negative self-concept [U: 3291.500 and  $p > 0.05$ ]. The mean ranks were determined as 85.36 in female and 81.77 in male students. Although girls mean of ATQ scores higher than male students, this difference is not significant.

c) "Is there a significant difference between the gender and confusion and escape fantasies?" In order to verify if there are any differences between students' gender toward confusion and escape fantasies, Mann- Whitney U Test applied. According to scores received from the ATQ, was found no significant difference between gender and confusion and escape fantasies [U: 3270,000 and  $p > 0, 05$ ]. The mean ranks were determined as 85, 63 in female and 81, 52 in male students. Although girls mean of ATQ scores higher than male students, this difference is not significant.

d) "Is there a significant difference between the gender and personal maladjustment and desire for change?" In order to verify if there are any differences between students' gender toward personal maladjustment and desire for change, we have applied Mann- Whitney U Test. According to scores received from the ATQ, was found no significant difference between gender and personal maladjustment and desire for change [U: 3179, 500 and  $p > 0, 05$ ]. The mean ranks were determined as

87, 76 in female and 80, 47 in male students. Although girls mean of ATQ scores higher than male students, this difference is not significant.

e) "Is there a significant difference between the gender and loneliness/isolation?" In order to verify if there are any differences between students' gender toward loneliness/isolation, we have applied Mann-Whitney U Test. According to scores received from the ATQ, was found no significant difference between gender and loneliness/isolation [3348, 500 and  $p > 0, 05$ ]. The mean ranks were determined as 84, 64 in female and 82, 44 in male students. Although girls mean of ATQ scores higher than male students, this difference is not significant.

f) "Is there a significant difference between the gender and giving up/helplessness?" In order to verify if there are any differences between students' gender toward giving up/helplessness, we have applied Mann-Whitney U Test. According to scores received from the ATQ, was found no significant difference between gender and giving up/helplessness [3401, 000 and  $p > 0, 05$ ]. The mean ranks were determined as 83, 01 in female and 83, 95 in male students. Although males mean of ATQ scores higher than female students, this difference is not significant.

### 5. Findings About the Type of Schools and Automatic Thought Questionnaire

The third sub-problem of this research, "Is there a significant difference between the type of schools and sub-dimension mean of ATQ scores?" In order to verify if there are any differences between the types of school toward total ATQ scores, Mann-Whitney U Test applied. The data is shown in the Table 4.

Table 4. ATQ scores according to type of school

Sub dimensions	Type of school	N	Mean Rank	Sum of Rank	U	p
Sum	SS	112	77,50	8680,00	2352,000	,021
	IHSS	54	95,94	5181,00		
Negative self-concept	SS	112	77,06	8630,50	2302,500	,013
	IHSS	54	96,86	5230,50		
Confusion and escape fantasies	SS	112	79,39	8891,50	2563,500	,111
	IHSS	54	92,03	4969,50		
Personal maladjustment and desire for change	SS	112	80,56	9023,00	2695,000	,253
	IHSS	54	89,59	4838,00		
Loneliness / isolation	SS	112	77,65	8696,50	2368,500	,023
	IHSS	54	95,64	5164,50		
Giving up/helplessness	SS	112	78,04	8740,50	2412,500	,033
	IHSS	54	94,82	5120,50		

IHSS: Imam Hatip Secondary School

SS: Secondary School

a) "Is there a significant difference between the types of schools toward total ATQ scores means?" In order to verify if there are any differences between students' attended type of school toward total mean of ATQ scores, Mann-Whitney U Test applied. According to scores received from the ATQ, significant difference was found [U: 2352, 000 and  $p < 0, 05$ ]. The total mean of ATQ scores

ranks were determined as 95, 94 in IHSS and 77, 50 in SS. The mean of ATQ scores of IHSS higher than SS and difference is significant.

b) "Is there a significant difference between the types of schools and negative self-concept?" In order to verify if there are any differences between students' attended type of schools toward negative self-concept, Mann- Whitney U Test applied. According to scores received from the ATQ, was found significant difference between attended type of schools and negative self- concept [U: 2302, 500 and  $p < 0, 05$ ]. The mean ranks were determined as 96, 06 in IHSS and 77, 06 in SS students. The mean of ATQ scores of IHSS higher than SS and difference is significant.

c) "Is there a significant difference between the types of schools and confusion and escape fantasies?" In order to verify if there are any differences between students' attended type of schools toward confusion and escape fantasies, Mann- Whitney U Test applied. According to scores received from the ATQ, was found no significant difference between attended type of schools and confusion and escape fantasies [U: 2563,500 and  $p > 0, 05$ ]. The mean ranks were determined as 92.03 in IHSS and 79.39 in SS. Although IHSS mean of ATQ scores higher than SS, this difference is not significant.

d) "Is there a significant difference between the types of schools and personal maladjustment and desire for change?" In order to verify if there are any differences between students' attended type of schools toward personal maladjustment and desire for change, we have applied Mann- Whitney U Test. According to scores received from the ATQ, was found no significant difference between attended type of schools and personal maladjustment and desire for change [U: 2695, 000 and  $p > 0, 05$ ]. The mean ranks were determined as 89.59 in IHSS and 80.56 in SS. Although IHSS mean of ATQ scores higher than SS, this difference is not significant.

e) "Is there a significant difference between the types of schools and loneliness / isolation?" In order to verify if there are any differences between students' attended type of schools toward loneliness/isolation, we have applied Mann- Whitney U Test. According to scores received from the ATQ, significant difference was found between attended type of schools and loneliness/isolation [U: 2368, 500 and  $p < 0, 05$ ]. The mean ranks were determined as 95.64 in IHSS and 77.65 in SS. The mean of ATQ scores of IHSS higher than SS and difference is significant.

f) "Is there a significant difference between the types of schools and giving up/helplessness?" In order to verify if there are any differences between students' attended type of schools toward giving up/helplessness, we have applied Mann- Whitney U Test. According to score received from the ATQ, significant difference was found between attended type of schools and giving up/helplessness [U: 2412, 500 and  $p < 0, 05$ ]. The mean ranks were determined as 94.82 in IHSS and 78.04 in SS students. The mean of ATQ scores of IHSS higher than SS and difference is significant.

## Discussion and Conclusions

In this study ATQ sub-dimensions which are "negative self-concept", "confusion and escape fantasies", "personal maladjustment and desire for change", "loneliness/isolation", "giving up/helplessness" examined according to gender and type of school variables. ATQ scores range between 30 and 150 with 30 being the lowest score, while 147 is the highest score. The mean of ATQ score was determined 62, 05 for the whole sample. Yıldız (2017), examined, adolescents' automatic thoughts in terms of some variables. Furthermore, the mean score of 9th grades was indicated 69.48 and 10th grades was indicated 70, 30. The mean ATQ score of Danish adolescents was determined 66, also this result reported as a high average (Lichtenstein et al., 2019). In this context, the mentioned research's result is similar to our result. The result is above the mean of ATQ acquired from the sample of our study. Choon et al. (2015) investigated the relationship between adolescents' automatic thoughts on depression and suicidal tendencies, and they found the mean ATQ score as 67.45.

Furthermore, no significant difference was found between the gender and total ATQ score of obtained sub-dimensions. These findings are similar to previous analyses in related literature (Güloğlu and Aydın, 2007; Sözlü and Serin, 2019; Şimşek and Serin, 2017; Tümkeya, 2011; Yıldız, 2017;). Unlike, adolescents who stayed with their family, ATQ scores were examined according to gender and significant difference was found (Tanrikulu, 2002). Moreover, Bozkurt (1998) reported that female students have a higher mean of ATQ score, compared with males. As mentioned in the present study, there is no significant difference between gender and sub-dimensions. Okumuşoğlu (2017) stated that, in sub-dimensions of ATQ which were "negative self-concept", "confusion and escape fantasies", "personal maladjustment and desire for change", there was no significant gender difference; unlike these results, males had higher automatic thought scores in sub dimension of "loneliness and isolation". The results obtained from another study, was similar to our research which mentioned, in the sub-dimension of "personal maladjustment and desire for change" males had higher scores compared to females on personal adjustment but the difference was not found significant (Sarı, 2008). Moreover, a meta-analysis study mentioned on loneliness and gender stated that males feel lonelier than females in the years of adolescence, but this difference wasn't significant as well. (Maes et al., 2019). This study obtained similar results to the research which was referred to the difference between gender and sub-dimensions (Akbağ and İmamoğlu, 2010).

One of the sub-dimension of the study which is giving up/helplessness, lead up to adolescents' low self-esteem, depressive and dependent personality findings (Hankin, Abramson and Siler, 2001). A research on adolescents marks gender differences. Accordingly, daily stress due to helplessness was higher in boys than girls (Rodríguez Naranjo and Cano, 2015). This finding is similar to present research which is recorded higher helplessness scores among male students than female students; nevertheless difference was not found significant.

According to analysis above, different results were obtained in different sub-dimensions of ATQ in the type of school variable. A significant difference was found between mean ATQ scores of SS and IHSS which in sub-dimensions of "confusion and escape fantasies", "personal maladjustment and desire for change", "loneliness/isolation" and "giving up/helplessness". Additionally, mean ATQ scores of IHSS higher than SS, in all sub-dimensions. Furthermore, in the sub-dimensions of "confusion and escape fantasies" and "personal maladjustment and desire for change", no differences were found. Very few findings have been identified for this sub-problem (Karadaş, Duran and Kaynak, 2017).

In the present study, there is a significant difference between type of school and ATQ scores; based on literature there are similar studies which have significant difference between these variables (Hazır, 2019; Sözlü and Serin, 2019). A study reveals that activities and events have a positive effect on automatic thoughts (Tsumura et al., 2016). Thus, a new environment is to be created at the school in which activities and events are given a place; and the school with its cultural offerings, can be expected to decrease automatic thought scores. According to the ministry education data in Turkey, it is seen that the lessons allocated to arts and sports activities in IHSS are less than in SS (MEB, 2018). Arts, events and sports activities are necessary for students to gain social competence. This may be one of the reasons, why IHSS students have higher mean of ATQ scores from the SS students, but also a possible solution for decreasing the scores. Future studies would be necessary to define the effect of events and activities to decline ATQ scores. Various studies have shown that there is a negative correlation between negative automatic thoughts and social competence skills (Karahana et al., 2012; Yıldız, 2017). Moreover, increasing the number of activities and participating in new activities had positive effects on helplessness and negative self-perception (Mausbach et al., 2008).

In conclusion, this study examined seventh grade students' automatic thoughts according to sub-dimensions. It was tried to find out if there is a differences according to gender and type of school variables. The mean of ATQ score was not found statistically significant in terms of gender. On the contrary the mean of ATQ score was significantly different in terms of school type variable, in the sample where the study was conducted.

### **Suggestions**

Determining automatic thoughts of middle school students will enable them to make more functional, correct decisions and right choices for their educations and future life. So far, most research has focused on automatic thoughts in the context of various variables such as anxiety problems, family factor, gender, and academic success. However, few studies have been found that reveal the effect of social activities on automatic thoughts. It is recommended to increase the number of hours allocated to arts and sports activities in order to decrease the ATQ scores of SS and IHSS. In the present study it is recommended to increase the number of hours allocated to arts and sports activities

in order to decrease the ATQ scores of adolescent students. Future studies may reveal the effects of arts and sports events on negative automatic thought scores. The research sample could cover different secondary schools by expanding. This study states negative automatic thoughts of secondary school students according to subgroups and examine the differences in terms of gender and type of school variable also it will contribute to psychological counselors and teachers to help creating more functional thinking schemes in adolescents.

## References

- Akbag, M., & Imamoglu, S. E. (2010). The prediction of gender and attachment styles on shame, guilt, and loneliness. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 10(2), 669-682.
- Beck, J.S. (2001). *Bilişsel terapi: temel ilkeler ve ötesi*. (Çev. N Hisli Şahin), (Çev.Ed. F Balkaya, A İlden Koçkar). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Beck, J. S., & Beck, A. T. (1995). *Cognitive therapy: basics and beyond* (No. Sirsi)i9780898628470). New York: Guilford press.
- Beck, A. T., & Haigh, E. A. P. (2014). Advances in cognitive theory and therapy: The generic cognitive model. *Annual Review Clinical Psychology*, 10(1), 1-24.
- Beck, J., & Hindman, R. (2017). Cognitive Therapy. In B. J. Sadock, V.A. Sadock & Pedro, R. (Eds.) *Comprehensive Textbook of Psychiatry* (Vol. 2, 50th ed.) Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins
- Bozkurt, N. (1998). *An investigation of automatic thoughts and depression related with school achievements in high school students*. Unpublished doctoral dissertation, Dokuz Eylül University, Institute of Educational Sciences, İzmir.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi, Ankara.
- Calvete, E., Fernández-González, L., González-Cabrera, J. M., & Gámez-Guadix, M. (2018). Continued bullying victimization in adolescents: Maladaptive schemas as a mediational mechanism. *Journal of youth and adolescence*, 47(3), 650-660.
- Choon, M. W., Abu Talib, M., Yaacob, S. N., Awang, H., Tan, J. P., Hassan, S., & Ismail, Z. (2015). Negative automatic thoughts as a mediator of the relationship between depression and suicidal behaviour in an at-risk sample of Malaysian adolescents. *Child and Adolescent Mental Health*, 20(2), 89-93.
- Eells, R. J. (2011). *Meta-Analysis of the relationship between collective teacher efficacy and student achievement*, Unpublished Doctorate Thesis, Layola University Chicago, Chicago, IL.
- Erden, G. (2014). *Bilişsel Davranışçı Terapi: Psikoterapi Kuramları*.  
[https://acikders.ankara.edu.tr/pluginfile.php/71260/mod\\_resource/content/0/12-BDT.pdf](https://acikders.ankara.edu.tr/pluginfile.php/71260/mod_resource/content/0/12-BDT.pdf)
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Demerjian, A., Sturman, E. D., Sherry, S. B., & Cheng, W. (2012). Perfectionistic automatic thoughts and psychological distress in adolescents: An analysis of the perfectionism cognitions inventory. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30(2), 91-104. <https://doi.org/10.1007/s10942-011-0131-7>
- Flouri, E., & Panourgia, C. (2014). Negative automatic thoughts and emotional and behavioural problems in adolescence. *Child and Adolescent Mental Health*, 19(1), 46-51.



- Frewen, P. A., Evans, E. M., Maraj, N., Dozois, D. J., & Partridge, K. (2008). Letting go: Mindfulness and negative automatic thinking. *Cognitive therapy and research*, 32(6), 758- 774.
- Goddard, R. G., Hoy, W. K., & Hoy, A. W. (1504). Collective efficacy: Theoretical development, empirical evidence, and future directions. *Educational Researchers*, 33(3), 3-13.
- Gökçakan, Z., & Gökçakan, N. (2005). Cognitive therapy on depression. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 1(1), 91-101.
- Gör, N., Yiğit, İ., Kömürcü, B. & Şenkal Ertürk, İ. (2017). The legacy of the past and the map of the future: Early maladaptive schemas. *Nesne Journal of Psychology*. 5(10), 197-217. DOI: 10.7816/nesne-05-10-01
- Güloğlu, B., & Aydın, G. (2007). The relationship between learned resourcefulness and automatic thoughts of fifth grade elementary students. *H. U. Journal of Education*, 33(33), 157-168.
- Hankin, B. L., Abramson, L. Y., & Siler, M. (2001). A prospective test of the hopelessness theory of depression in adolescence. *Cognitive Therapy and Research*, 25(5), 607-632.  
<https://link.springer.com/content/pdf/10.1023/A:1005561616506.pdf>
- Hazır, G. (2019). *Evaluation of the relation between alexithymia levels, frequency of automatic thoughts and symptom interpretation levels of university students*. Unpublished master's thesis. Gülhane Institute Of Health Sciences, Ankara.
- Hollon, S. D., & Kendall, P. C. (1980). Cognitive self-statements in depression: Development of an automatic thoughts questionnaire. *Cognitive therapy and research*, 4(4), 383-395.  
<https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/BF01178214.pdf>
- Karadaş, A., Duran, S., & Kaynak, S. (2017). The relationship between automatic thoughts and academic achievement of nursing students. *Kocaeli Medical Journal*, 6(2), 30-37.  
[https://www.journalagent.com/kocaelitip/pdfs/KTD-98700-RESEARCH\\_ARTICLE-DURAN.pdf](https://www.journalagent.com/kocaelitip/pdfs/KTD-98700-RESEARCH_ARTICLE-DURAN.pdf)
- Karahan, T. F., Sardoğan, M. E., Özkamalı, E., & Menteş, Ö. (2012). An investigation of social efficacy expectancy and automatic thoughts in high school students according to the living places, and gender. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(26),35-45.  
<http://turkpdndergisi.com/index.php/pdr/article/view/432/378>
- Lichtenstein, M.B., Dervisevic, A., Eg, J., Wilson, R. & Wesselhoeft (2019). A psychometric evaluation of the automatic thoughts questionnaire in danish adolescents and emerging adults, *Nordic Psychology*, 71(4) 262-275, DOI:10.1080/19012276.2019.1604252
- Mausbach, B. T., Coon, D. W., Patterson, T. L., & Grant, I. (2008). Engagement in activities associated with affective arousal in Alzheimer's caregivers: A preliminary examination of the temporal relations between activity and affect. *Behavior Therapy*, 39(4), 366-374.

<https://doi.org/10.1016/j.beth.2007.10.002>

- Maes, M., Qualter, P., Vanhalst, J., Van den Noortgate, W., & Goossens, L. (2019). Gender differences in loneliness across the lifespan: A meta-analysis. *European Journal of Personality*, 33(6), 642-654. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/per.2220>
- MEB, (2018). <https://ttkb.meb.gov.tr/www/haftalik-ders-cizelgeleri/dosya/6>
- Moon, C., Lagercrantz, H., & Kuhl, P. K. (2012). Language experienced in utero affects vowel perception after birth: A two-country study. *Acta Paediatrica*, DOI: 10.1111/apa.12098
- Muris, P., Mayer, B., Den Adel, M., Roos, T., & van Wamelen, J. (2009). Predictors of change following cognitive-behavioral treatment of children with anxiety problems: A preliminary investigation on negative automatic thoughts and anxiety control. *Child psychiatry and human development*, 40(1), 139.
- National Association for the Education of Young Children [NAEYC](1509). NAEYC standards for early childhood professional preparation programs. 28 July 2015, retrieved from <https://www.naeyc.org/files/naeyc/file/positions/ProfPrepStandards09.pdf>
- Okumuşoğlu, S. (2017). Examination of depressive tendencies via negative automatic thoughts in university students. *EURASIA Journal of Mathematics, Science, & Technology Education*, 14(1), 205-212. <https://www.ejmste.com/download/examination-of-depressive-tendencies-via-negative-automatic-thoughts-in-university-students-5253.pdf>
- Özmen, H., & Karamustafaoğlu, O. (2019). *Eğitimde araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Özakkaş, T. (2018). History of psychotherapy and integrative psychotherapy. *Turkey Journal of Integrative Psychotherapy*. 1(1), 1-24.
- Rodríguez-Naranjo, C., & Caño, A. (2016). Daily stress and coping styles in adolescent hopelessness depression: Moderating effects of gender. *Personality and Individual Differences*, 97, 109-114. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886916301726>
- Rohner, R. P. (2016). Introduction to interpersonal acceptance-rejection theory (IPARTheory), methods, evidence, and implications. <https://csiar.uconn.edu/wp-content/uploads/sites/494/2014/02/Interpersonal-ACCEPTANCE-for-web-07-19-16-1.pdf>
- Sahin, N. H., & Sahin, N. (1992). Reliability and validity of the Turkish version of the automatic thoughts questionnaire. *Journal of clinical psychology*, 48(3), 334-340. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199205\)48:3<334::AID-JCLP2270480311>3.0.CO;2-P](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199205)48:3<334::AID-JCLP2270480311>3.0.CO;2-P)
- Sarı, C. (2008). *Some variables explaining the psychological significance and compliance level of the adolescents*. Unpublished master's thesis, Selcuk University Social Sciences Institute, Konya.

- Schniering, C. A., & Rapee, R. M. (2002). Development and validation of a measure of children's automatic thoughts: The children's automatic thoughts scale. *Behaviour Research And Therapy*, 40(9), 1091-1109.
- Simsek, A. H., & Serin, N. B. (2017). Negative automatic thoughts, emotional intelligence and demographical different variables affecting university students. *College Student Journal*, 51(3), 391-397. <https://www.ingentaconnect.com/content/prin/csj/2017/00000051/00000003/art00009>
- Sözlü, E., & Serin, N. B. (2019). Investigation of positive and negative automatic thoughts in high school students in terms of different variables (Northern Cyprus Sample). *International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education (IJTASE)*, 8(3), 85-94.
- Tanrikulu, T. (2002). *Examination of cognitive structure (negative automatic thoughts) and Problem solving skills of adolescences living in the orphanages an family environment*. Unpublished master's thesis. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul
- Tezcan, G., Erden, G., & Yiğit, İ. (2017). Parental acceptance-rejection in the development of social anxiety in the childhood: The mediating role of automatic thoughts. *Journal of Clinical Psychology Research*. 1(1),12-23. DOI: 10.7816/kpd-01-01-02
- Tsumura, H., Shimada, H., Oshikawa, Y., & Kawata, M., (2016). Relationship among automatic thoughts, activities and events, and affect in children. *International Journal of Cognitive Therapy*, 9(3), pp. 203-216. <https://doi.org/10.1521/ijct.2016.09.07>
- Tümekaya, S., Çelik, M., & Aybek, B. (2011). Investigation of submissive behavior, automatic thoughts, hopelessness and life satisfaction of high school students. *Journal of Çukurova University Institute of Social Sciences*, 20(2), 77-93.
- Vişlă, A., Cristea, I. A., Tătar, A. S., & David, D. (2013). Core beliefs, automatic thoughts and response expectancies in predicting public speaking anxiety. *Personality and individual differences*, 55(7), 856-859.
- Winterowd, C., Beck, A. T., & Gruener, D. (2003). *Cognitive therapy with chronic pain patients*. Springer publishing company.
- Yavuzer, Y. & Karataş, Z. (2012), The Mediating Role of Anger in the Relationship Between Automatic Thoughts and Physical Aggression in Adolescents. *Turkish Journal of Psychiatry*, 23, 1-7.
- Yu, Z., & Fu, W. (2016, May). Childhood psychological abuse and neglect to college freshmen 'automatic negative thoughts: Mediating roles of social support. In *2016 International Conference on Economy, Management and Education Technology*. Atlantis Press.
- Yıldız, M. (2017). Effect of negative automatic thoughts on social skills in adolescents. *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)*, 3(1), 45-55.