

Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi
Erzincan University Journal of Social Sciences Institute

2021-14(2)- E-ISSN-2148-9289

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL DESTEKLERİ İLE STRESLE BAŞA ÇIKMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Investigation of the Relationship between Social Support and Coping with Stress of High School Students

MERVE YILDIZ

Çocuk Gelişimi Uzmanı, My Hero Gelişimsel ve Pedagojik Danışmanlık
Child Development Specialist, My Hero Developmental and Pedagogical Counseling

mrvyldzcg@gmail.com

Orcid: 0000-0001-8246-5693

OĞUZ EMRE

Doç. Dr., İnönü Üniversitesi Çocuk Gelişimi Bölümü
Assoc. Prof. Dr., Inonu University Department of Child Development

oguz.emre@inonu.edu.tr

Orcid: 0000-0001-6810-3151

Atıf/©: Yıldız Merve, Emre Oğuz (2021). Lise Öğrencilerinin Sosyal Destekleri İle stresle Başa Çıkmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Yıl 14, Sayı 2, ss. 353-364

Citation/©: Yıldız Merve, Emre Oğuz (2021). Investigation Of The Relationship Between Social Support And Coping With Stress Of High School Students, *Erzincan University Journal of Social Sciences Institute*, Year 14, Issue 2, pp. 353-364

Makale Bilgisi / Article Information:

Makale Türü-Article Types : *Araştırma/Research*
Geliş Tarihi-Received Date : *01.11.2021*
Kabul Tarihi-Accepted Date : *13.12.2021*
Sayfa Numarası-Page Numbers: *353-364*
Doi : *10.46790/erzisosbil.1017201*

Notlar/Notes

Bu çalışma, birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında hazırladığı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Yazar(lar), herhangi bir çıkar çatışması beyan etmemiştir.

Turnitin/Ithenticate/İntihal ile İntihal Kontrolünden Geçmiştir

Screened for Plagiarism by Turnitin/Ithenticate/İntihal

Licensed by CC-BY-NC ile lisanslıdır

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL DESTEKLERİ İLE STRESLE BAŞA ÇIKMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Investigation of the Relationship between Social Support and Coping with Stress of High School Students

MERVE YILDIZ-OĞUZ EMRE

Öz:

Bu araştırma lise öğrencilerinin sosyal destekleri ile stresle başa çıkmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Eskişehir ilinde lise öğrenimine devam eden 423 öğrenci (%69.3 (n=293) kız; %30.7 (n=130) erkek) ile gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Çocuk ve Ergenler için Sosyal Destek Ölçeği(ÇESDÖ) ve Stresle Başa Çıkma Ölçeği kullanılmıştır. Nicel bir araştırma tekniği olan tarama modeli kullanılarak yapılan çalışmanın istatistiksel analizinde SPSS 26.0 programı kullanılmıştır. Öğrencilerin Stresle Başa Çıkma Ölçeği ve Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği (ÇESDÖ) alt boyutları ve toplam puanları arasındaki ilişkiler korelasyon analizi ile test edilmiştir. Araştırmanın sonucunda stresle başa çıkma ölçeği toplam puanları ile ölçeğin alt boyutları arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler meydana geldiği tespit edilirken diğer değişkenler ve puanlar arasında pozitif yönlü zayıf ve orta düzeyde anlamlı ilişkiler meydana geldiği görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Lise öğrencileri, sosyal destek, stres, stresle başa çıkma

Abstract:

This study was conducted to examine the relationship between high school students' social support and coping with stress. The research was carried out with 423 students (69.3% (n = 293) girls; 30.7% (n = 130) boys) who continue their high school education in Eskişehir in the 2020-2021 academic year. Personal Information Form, Social Support Scale for Children and Adolescents (CESDÖ) and Stress Coping Scale were used as data collection tools. The SPSS 26.0 program was used in the statistical analysis of the research conducted with the scanning model, which is a quantitative research technique. The relationships between the students' coping with stress scale and the sub-dimensions of the Child Adolescent Social Support Scale (CESDÖ) and their total scores were tested with correlation analysis. As a result of the study, it was determined that there were highly significant positive relationships between the total scores of the stress coping scale and the sub-dimensions of the scale, while it was observed that there were weakly and moderately significant positive relationships among other variables and scores.

Keywords: High school students, social support, stress, coping stress, coping stress strategies.

1. GİRİŞ

Modern toplumun hastalığı olarak ifade edilen ve günlük yaşamımızın bir parçası haline gelen stres; hayatımızdaki değişiklikler, anlaşmazlıklar ve çatışmalar sonucunda meydana gelmektedir (Güçlü, 2001). Bireyler sürekli bir değişim içinde olan bu yaşam koşullarına uyum sağlamaya çalışmaktadırlar. Çünkü kişi meydana gelen bu değişikliklere uyum sağladığı sürece dengesini ve sağlığını koruyabilmektedir. Yani stres tepkisinin özünde bireyin sağlığını korumak için değişime uyum sağlama çabası vardır. Bu çaba ne kadar çoksa stres tepkisi de o oranda yüksek olacaktır (Gök, 1995; Bozkurt, 2004).

Stres bu zamana kadar birçok kişi tarafından farklı şekillerde tanımlansa da en genel anlamıyla organizmanın üstünden gelmesi gereken koşullar karşısında verdiği tepki durumudur (Erkuş,1994). Stres alanındaki çalışmalarıyla tanınan Hans Selye'ye göre ise stres, insan bünyesinin baskı ve isteklere karşı gösterdiği belirgin olmayan tepkilerdir. İnsan olumlu ya da olumsuz olması fark etmeksizin dış etkilere mutlaka bir tepki göstermektedir (Gök,1995). Stres sonucunda meydana gelen bu tepkiler her bireyde farklılık gösterse de kan basıncının artması, solunumun hızlanması ve terleme gibi fiziksel belirtiler benzerdir. Psikolojik yönüne bakıldığında ise stres; kaygı, depresyon, endişe, anksiyete gibi tepkilere sebep olmaktadır (Köksal,1999).

Bireyi strese sokan koşul ve faktörlerin tümüne ise stresör denir (Baltaş,1984). Stresörler kişiden kişiye göre farklı etkiler gösterdiği gibi, çok çeşitli de olabilir. Sevilen kişinin kaybı, işle alakalı problemler, okul hayatıyla alakalı problemler stresörler arasında sayılabilir. Bireyin cinsiyeti, toplumsal çevresi, yaşadığı zaman dilimi, içinde bulunduğu gelişim dönemi gibi pek çok faktörde bireyin farklı stres verici yaşam olaylarıyla karşı karşıya kalmasına sebep olmaktadır (Köknel,1988). Örneğin lise öğrencileri içinde bulunduğu gelişim evresi olan ergenlik döneminin özellikleri açısından bu dönemde birçok stresörle karşı karşıya kalmaktadır. Elkind'e göre ergenlerin karşı karşıya kaldığı üç çeşit stresör vardır. Bunlar; madde kullanımı ve kuralların çiğnenmesi gibi görülebilir ve önenebilir stresörler; bireyin yaşamında büyük değişikliklere sebebiyet verecek, birinin kaybedilmesi, kaza ve yaralanma olayları, doğal afetler gibi görülemez ve önlenemez stresörler; sınavlar gibi görülebilir fakat önlenemez stresörlerdir (Cicchetti ve Toth,1997).

Bunlara ek olarak ergenlerin hayatında ergenlik döneminin gelişimsel özellikleri açısından da birçok stresör bulunmaktadır. Bunlar; erkek ve kadın cinsiyetinin ayırımına vararak toplumsal rolünü başarmak, her iki cinsten yaşlılarıyla kurulan yeni ve daha olgun ilişkiler, değişen fiziksel görünüşünü kabul etmek, ana babadan ve diğer yetişkinlerden ayrılarak duygusal bağımsızlığını kazanma çabaları, ekonomik bağımsızlığını kazanma, bir meslek seçmek ve ona hazırlanmaktır (Hamachek,1995).

Yukarıda sayılan stresörlerden dolayı ergenlik dönemi birçok açıdan stresli bir dönem olarak geçmektedir. Stresörlere karşı uyum sağlama süreci için önemli olan nokta ise stresin yaşanmasını önlemek değil, yaşanan stresle nasıl başa çıkıldığıdır. Çünkü bu süreçte yaşadığı stresle başa çıkmakta zorlanan ve başa çıkamayan bireylerde stresin geçici ya da uzun süreli depresyon, anksiyete, fiziksel rahatsızlık, hatta aşırı durumlarda ölüme sebebiyet verebilecek birçok olumsuz sonuçla ilişkili olduğu görülmüştür (Folkman ve Moskowitz, 2000; Aldwin, 2000). Bu yüzden bireylerin hayatlarını sağlıklı bir şekilde devam ettirebilmeleri için stresle başa çıkmayı öğrenmeleri gerekmektedir.

Stresle başa çıkma kişinin stres yaratan durumlara karşı sergilediği bilişsel, davranışsal ve duygusal tepkilerdir (Ağargün vd., 2005). Stresle başa çıkma durumu kişiden kişiye değişiklik göstermektedir. Ergenlerin stresle başa çıkma süreçleri incelendiğinde olgunlaşma arttıkça daha geniş çeşitlilikte başa çıkma stratejileri kullandıkları fark edilmiştir. Farklı yaşlardaki ergenlerin başa çıkmalarının incelendiği araştırmalarda ergenliğin ilk yıllarında duygu odaklı stresle başa çıkma stratejilerinin kullanıldığı görülürken, yaşı daha büyük olan ergenlerin daha çok bilişsel başa çıkma stratejilerini kullandıkları görülmüştür (Fields ve Prinz,1997). Cinsiyet faktörüne bakıldığında ise; üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmaya göre öğrencilerin stres ve stresle başa çıkma tarzlarında cinsiyet ve sınıf düzeyinde anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır(Hancıoğlu 2017). Bir diğer araştırmanın sonuçlarına göre ise erkek öğrencilerin kadınlara göre stresle başa çıkma stratejilerinden problem odaklı başa çıkmayı daha çok kullandıkları görülmüştür(Baştemur(2011). Stresle başa çıkma durumunda önemli olan nokta stresin temelinde bireyin bunu nasıl algıladığı ve nasıl yorumlayıp değerlendirdiği

yatmaktadır. Bu değerlendirme durumu stresi azaltma veya arttırmada temel faktördür. Bireyin bu değerlendirmeyi yapmasında etkili olan etkenlerden biri de sosyal destek düzeyleridir. Ergen bu dönemde bir yandan bireyselliğini ve özerkliğini kazanmaya çalışırken diğer yandan stresle karşılaştığında sosyal desteğe ihtiyaç duymaktadır. Johnson ve Saranson' a (1979) göre sosyal destek bireyin güven duyarak kurduğu ilişkiler sayesinde maddi, manevi ve duygusal olarak ihtiyacı olan destekten yararlanmasıdır. Sosyal destek genel olarak aileden, arkadaşlardan, uzmanlardan alınan desteklerdir. Sosyal destek ve stresle alakalı yapılan çalışmalara bakıldığında zaman sosyal desteğin stresin oluşumunu önlemede ve stresi azaltmada etkili olduğu görülmüştür (Ardahan, 2006). Değişen koşullarında etkisiyle aile dinamikleri ve sosyal çevre zamanla değişiklik göstermektedir. Bu yüzden bu dönemdeki lise öğrencilerinin sosyal destek düzeylerine göre stresle başa çıkma stratejilerinin öğrenilmesi ergenleri desteklemek açısından önem arz etmektedir.

Bundan dolayı bu çalışmada lise öğrencilerinin sosyal destekleri ile stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki soruya cevap aranmaktadır.

- Lise öğrencilerinin sosyal destekleri ile stresle başa çıkmaları arasında nasıl bir ilişki vardır?

2. GEREÇ VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli genellikle iki veya daha çok değişken arasındaki etkileşimi belirlemeyi amaçlayan araştırmalarda kullanılan bir yöntemdir (Karataş, 2012).

2.1.1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Eskişehir İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı lise öğrenimine devam eden, amaçlı örnekleme göre Eskişehir il merkezinde geneli yansıtabilecek birkaç okuldaki 9,10, 11 ve 12. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem büyüklüğü G Power 3,1 programı ile yapılmıştır. Hata payı 0,1; etki gücü 0,3; orta test gücü 0,99 olarak bulunmuştur. Bu verilere göre araştırmanın güvenilirliği açısından en az 373 kişi ile çalışılması gerektiği hesaplanmıştır.

Çalışmada kullanılan kişisel bilgi formu ve ölçekler 2020 yılının Eylül ayı içerisinde Google Forms aracılığı ile online olarak uygulanmıştır. Çalışmaya 459 öğrenci katılmıştır. 36 ölçek hatalı doldurulduğundan dolayı araştırmaya dâhil edilmemiştir. Geriye kalan 423 veri SPSS programıyla analiz edilmiştir.

Araştırmanın örneklemini oluşturan 423 lise öğrencisine ait demografik bilgiler Tablo 1' de verilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Demografik Bilgileri

Değişkenler		n	%
Yaş	14	112	26.5
	15	88	20.8
	16	115	27.2
	17	68	16.1
	18	40	9.5
Cinsiyet	Kız	293	69.3
	Erkek	130	30.7
Kardeş Sayısı	1	36	8.5
	2	246	58.2

	3	91	21.5
	4	39	9.2
	5 ve üzeri	11	2.6
	Okur yazar değil	12	2.8
Anne Eğitim Düzeyi	İlkokul	153	36.2
	Ortaokul	78	18.4
	Lise	123	29.1
	Önlisans	34	8.0
	Lisans	23	5.4
		İlkokul	71
Baba Eğitim Düzeyi	Ortaokul	98	23.2
	Lise	168	39.7
	Önlisans	30	7.1
	Lisans	40	9.5
	Lisansüstü	16	3.8
	Toplam	423	100.0

Araştırma değişkenlerinin yüzde ve frekans dağılımları incelendiğinde yaş değişkeni bakımından %26.5'inin (n=112) 14, %20.8'inin (n=88) 15, %27.2'sinin (n=115) 16, %16.1'inin (n=68) 17, %9.5'inin (n=40) 18 yaşında olduğu görülmektedir. Cinsiyet değişkeni bakımından %69.3'ünün (n=293) kız, %30.7'sinin (n=130) erkek olduğu görülmektedir. Kardeş sayısı değişkeni bakımından %8.5'inin (n=36) 1, %58.2'sinin (n=246) 2, %21.5'inin (n=91) 3, %9.2'sinin (n=39) 4, %2.6'sının (n=11) 5 ve üzeri kardeşe sahip oldukları görülmektedir. Anne eğitim düzeyi değişkeni bakımından %2.8'inin (n=12) okur yazar değil, %36.8'inin (n=153) ilkök, %18.4'ünün (n=78) ortaokul, %29.1'inin (n=123) lise, %8'inin (n=34) ön lisans ve %5.4'ünün (n=23) lisans eğitim düzeyinde olduğu görülmektedir. Baba eğitim düzeyi değişkeni bakımından %16.8'inin (n=71) ilkök, %23.2'sinin (n=98) ortaokul, %39.7'sinin (n=168) lise, %7.1'inin (n=30) ön lisans, %9.5'inin (n=40) lisans ve %3.8'inin (n=16) lisansüstü eğitim düzeyinde olduğu görülmektedir.

2.1.3. Verilerin Toplanması

Veriler 2020-2021 Eğitim Öğretim yılında Eskişehir ilinde öğrenimine devam eden lise öğrencilerinden toplanmıştır. Araştırma kapsamında öğrencilere "Kişisel Bilgi Formu", "Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği (ÇESDÖ)" ve "Stresle Başa Çıkma Ölçeği" verilerle bireysel olarak doldurmaları istenmiştir.

Kişisel Bilgi Formu: Bu formda araştırmada ele alınan bağımlı değişkenlere etki edebileceği düşünülen bağımsız değişkenlere yer verilmiştir. Bu değişkenler; öğrencinin yaşı, cinsiyeti, kardeş sayısı, kaçınıcı kardeş olduğu, lise türü, kimle yaşadığı, anne eğitim düzeyi, anne mesleği, baba eğitim düzeyi, baba mesleği, anne-baba durumu ve ailesinin aylık toplam gelirdir. Bu form sayesinde lise öğrencilerinin sosyal destekleri ile stresle başa çıkma arasındaki ilişkinin yukarıda verilen bağımsız değişkenlerden etkilenip etkilenmediği tespit edilmeye çalışılmıştır.

Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği (ÇESDÖ): Çocuk ve ergenlerin algıladıkları sosyal desteklerini ölçmek amacıyla Yardımcı ve Başbakkal (2009) tarafından hazırlanan bu ölçek faktör analizine göre, annem, babam, öğretmenlerim, sınıf arkadaşları ve yakın arkadaşım olmak üzere 5 alt ölçekten ve 60 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin ilk 12 sorusu anneye, 13 ile 24 arası babaya, 25 ile 36 arası öğretmenlere, 37 ile 48 arası sınıf arkadaşlarıma, 49 ile 60 arası ise yakın arkadaşlarıma yöneliktir. Ölçek sıklık olarak 6'lı likert; ((1)hiçbir zaman, (2) nadiren, (3) bazen, (4) çoğunlukla, (5) hemen her zaman, (6)

daima), önem olarak da 3 lü likert ((1)önemli değil, (2) önemli, (3) çok önemli) şeklinde derecelendirilip puanlanmıştır. Alt ölçekler için Cronbach Alpha katsayıları 0.87 ile 0.95 arasında bulunmuştur. Tüm ölçek için Cronbach Alpha katsayısı, sıklık bölümünde 0.96, önem bölümünde 0.95 bulunmuştur. Ölçeğin test-tekrar test katsayısı sıklık bölümü için 0.80, önem bölümü için 0.72 bulunmuştur. Sonuçlar “ÇESDÖ” nin Türk toplumu için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermiştir. Yaptığımız araştırmanın analiz sonuçlarına göre ise ÇESDÖ’ nün güvenilirlik katsayısı 0,979 olarak bulunmuştur.

Stresle Başa Çıkma Ölçeği: Gökler-Danışman vd. (2017) tarafından geliştirilen ölçek 10 alt boyut (problem çözme, agresyon yoluyla başa çıkma, sosyal destek arama, mizah, dini başa çıkma, kendini soyutlama, kendini suçlama, profesyonel destek arama, pozitif yeniden yorumlama, kaçınma) ve 61 sorudan oluşmaktadır. Ölçek 5 li likert olarak derecelendirilmiştir.(1) bana hiç uymuyor,(2) bana pek uymuyor, (3) emin değilim, (4) bana biraz uyuyor,(5) bana tamamen uyuyor olarak puanlanmıştır. Ölçeğin alt boyutları ve sayı numaraları aşağıda verilmiştir. Problem-çözme: 12, 19, 24, 26, 32, 34, 40, 43, 45, 47, 53, 54, 57, 60. Agresyon yoluyla başa çıkma:2, 6, 9, 13,17, 22, 27, 37, 38, 42. Sosyal destek arama:8, 10,15, 18, 21, 30, 36, 51, 59. Mizah:5, 25, 41, 48, 58. Dini başa çıkma: 4, 16, 29, 49. Kendini soyutlama:11,23, 35, 56, 61. Kendini suçlama:31, 44, 46, 50. Profesyonel destek arama:28, 52, 55. Pozitif yeniden yorumlama:3, 7, 14, 39. Kaçınma: 1, 20, 33. Ölçeğin güvenilirlik katsayısı toplam 0.957 olarak bulunmuştur. Alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları ise; anne sıklık 0.959, baba sıklık 0.968, öğretmen sıklık 0.971, sınıf arkadaşlarım sıklık 0.964, yakın arkadaşlarım sıklık 0.986, anne önem 0.923, baba önem 0.953, öğretmen önem 0.951, sınıf arkadaşlarım önem 0.953, yakın arkadaşlarım önem 0.960 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre ölçek güvenilirlerdir.

2.1.4. Verilerin Analizi

Çalışmanın istatistiksel analizi SPSS 26.0 programıyla yapılmıştır. Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (SBÇSÖ) ve Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği (ÇESDÖ) alt boyutları ile toplam puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri incelenmiştir. Stresle Başa Çıkma Ölçeği ve Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği (ÇESDÖ) alt boyutları ile toplam puanlarının normallik dağılımları Kolmogorov Simirnov testi ile analiz edilmiştir. Analizler sonucunda puanların normal dağılım göstermediği ($p \leq 0.05$) görülmektedir. Dolayısıyla verilerin analizinde parametrik olmayan (nonparametrik) veri analiz yöntemleri kullanılmıştır. Ölçekler arası ilişkiyi belirlemek amacıyla Spearman Korelasyon analizi uygulanmıştır. Analizlerin tamamında $p < 0,05$ değeri istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

2.1.5. Araştırmanın Etik Yönü

Çalışmanın uygulanabilmesi için İnönü Üniversitesinden 02.06.2020 tarihinde 2020/761 protokol numarası ile Etik Kurul onayı alınmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgulara yer verilmektedir.

Tablo 2’de stresle başa çıkma ölçeği ve çocuk ergen sosyal destek ölçeği alt boyutları puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri sunulmuştur.

Stresle Başa Çıkma Ölçeği’ nin alt boyutları ile toplam puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri incelendiğinde Stresle Başa Çıkma toplam (X: 201,86; SS: 39,44), Problem Çözme (X: 46,36; SS: 10,13), Agresyon (X: 31,74; SS: 6,57), Sosyal Destek (X: 30,93; SS: 6,37), Mizah (X: 14,74; SS: 3,70), Dini Başa Çıkma (X: 13,00; SS: 3,31), Kendini Soyutlama (X: 16,95; SS: 4,12), Kendini Suçlama (X:

13,73; SS: 3,62), Profesyonel Destek Arama (X: 10,94; SS: 2,90), Pozitif Yeniden Yorumlama (X: 12,97; SS: 2,90), Kaçınma (X: 10,51; SS: 2,87) olarak görülmektedir (Tablo 2).

Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği'nin alt boyutları ile toplam puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri incelendiğinde; Anne sıklık (X: 44,87; SS: 11,49), Baba sıklık (X: 41,41; SS: 13,33), Öğretmen sıklık (X: 47,88; SS: 13,93), Sınıf arkadaşlarım sıklık (X: 42,78; SS: 13,66), Yakın arkadaşlarım sıklık (X: 50,63; SS: 14,28), Anne önem (X: 29,52; SS: 5,24), Baba önem (X: 28,76; SS: 6,59), Öğretmen önem (X: 30,14; SS: 5,67), Sınıf arkadaşlarım önem (X: 26,87; SS: 6,68), Yakın arkadaşlarım önem (X: 31,97; SS: 5,26), ÇESDÖ toplam (X: 374,83; SS: 65,25) olduğu görülmektedir (Tablo 2).

Tablo 2. Stresle Başa Çıkma Ölçeği ve Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği (ÇESDÖ) Alt Boyutları Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Puanlar	N	Minimum	Maksimum	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma
SBC Toplam	423	92	282	201,86	39,44
Problem Çözme	423	18	69	46,36	10,13
Agresyon Yoluyla Başa Çıkma	423	11	48	31,74	6,57
Sosyal Destek Arama	423	14	41	30,93	6,37
Mizah	423	6	25	14,74	3,70
Dini Başa Çıkma	423	4	20	13,00	3,31
Kendini Soyutlama	423	5	25	16,95	4,12
Kendini Suçlama	423	4	20	13,73	3,62
Profesyonel Destek Arama	423	3	15	10,94	2,90
Pozitif Yeniden Yorumlama	423	5	20	12,97	2,90
Kaçınma	423	3	15	10,51	2,87
Anne sıklık	423	12	70	44,87	11,49
Baba sıklık	423	12	62	41,41	13,33
Öğretmen sıklık	423	12	72	47,88	13,93
Sınıf arkadaşlarım sıklık	423	12	72	42,78	13,66
Yakın arkadaşlarım sıklık	423	11	66	50,63	14,28
Anne önem	423	12	36	29,52	5,24
Baba önem	423	12	36	28,76	6,59
Öğretmen önem	423	12	36	30,14	5,67
Sınıf arkadaşlarım önem	423	12	36	26,87	6,68
Yakın arkadaşlarım önem	423	12	36	31,97	5,26
ÇESDÖ	423	119	514	374,83	65,25

Tablo 3'te stresle başa çıkma ölçeği ve çocuk ergen sosyal destek ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyon analizi sonuçları sunulmuştur.

Öğrencilerin Stresle Başa Çıkma Ölçeği ve Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği (ÇESDÖ) alt boyutları ve toplam puanları arasındaki ilişkiler korelasyon analizi ile test edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda stresle başa çıkma stratejilerinin alt boyutlarından olan agresyon yoluyla başa çıkma stratejisinde baba önem, öğretmen önem, sınıf arkadaşlarım önem boyutlarında; mizah yoluyla başa çıkma stratejisinde; anne önem, baba önem, öğretmen önem, sınıf arkadaşlarım önem, yakın arkadaşlarım önem boyutlarında; kendini suçlama stratejisinde baba önem boyutunda; pozitif yeniden yorumlama stratejisinde ise anne önem, baba önem, öğretmen önem, sınıf arkadaşlarım önem, yakın arkadaşlarım önem boyutlarında anlamlı ilişkiler meydana gelmediği ($p>.05$) tespit edilmiştir (Tablo 3).

Buna karşılık Stresle Başa Çıkma Ölçeği alt boyutlarından olan problem çözme, sosyal destek arama, dini başa çıkma, kendini soyutlama, profesyonel destek arama ve kaçınma stratejilerinde olduğu gibi stresle başa çıkma stratejileri toplam puanında da çocuk ergen sosyal destek ölçeğinin tüm alt boyutlarıyla anlamlı ilişkide olduğu görülmektedir. Ayrıca agresyon ile problem çözme arasında, sosyal destek ile problem çözme ve agresyon arasında, mizah ile problem çözme arasında, dini başa çıkma ile problem çözme ve sosyal destek arasında, kendini soyutlama ile problem çözme sosyal destek ve dini

başta çıkma arasında, kendini suçlama ile problem çözme arasında, profesyonel destek arama ile problem çözme dini başta çıkma kendini soyutlama arasında, kaçınma ile problem çözme ve profesyonel destek arama, Stresle Başta Çıkma ölçeği toplam puanları ile ölçeğin alt boyutları arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler meydana geldiği tespit edilmiştir ($p \leq .05$) (Tablo 3).

Tablo 3. Stresle Başta Çıkma Ölçeği ve Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği (ÇESDÖ) Alt Boyutları Arasındaki İlişki

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
1	1																					
2	.720*	1																				
3	.777*	.774*	1																			
4	.724*	.659*	.634*	1																		
5	.701*	.628*	.740*	.626*	1																	
6	.836*	.685*	.732*	.678*	.744*	1																
7	.735*	.667*	.660*	.539*	.560*	.635*	1															
8	.758*	.567*	.690*	.571*	.757*	.791*	.608*	1														
9	.575*	.629*	.620*	.511*	.589*	.544*	.486*	.479*	1													
10	.702*	.527*	.691*	.547*	.678*	.670*	.564*	.716*	.505*	1												
11	.933*	.850*	.895*	.784*	.824*	.883*	.784*	.817*	.697*	.772*	1											
12	.227*	.154*	.288*	.205*	.248*	.297*	.109*	.290*	.139*	.286*	.264*	1										
13	.224*	.117*	.234*	.138*	.248*	.282*	.094	.287*	.090	.269*	.234*	.631*	1									
14	.257*	.190*	.350*	.192*	.264*	.296*	.175*	.343*	.146*	.320*	.301*	.503*	.467*	1								
15	.196*	.125*	.269*	.170*	.282*	.276*	.121*	.325*	.110*	.290*	.247*	.456*	.455*	.581*	1							
16	.268*	.278*	.366*	.167*	.312*	.335*	.212*	.336*	.241*	.238*	.330*	.536*	.434*	.546*	.557*	1						
17	.189	.337	.153*	.049	.160*	.103*	.254	.159*	.003	.185*	.113*	.436*	.310*	.269*	.266*	.192*	1					
18	.112*	.018	.150*	.026	.226*	.145*	.035	.186*	-.007	.176*	.122*	.322*	.592*	.240*	.286*	.178*	.617*	1				
19	.140*	.035	.163*	.022	.177*	.139*	.150*	.236*	-.048	.201*	.142*	.140*	.207*	.389*	.216*	.200*	.550*	.484*	1			
20	.113*	-.008	.091	.024	.139*	.106*	.117*	.165*	-.045	.166*	.099*	.050	.200*	.198*	.467*	.124*	.435*	.417*	.504*	1		
21	.161*	.116*	.198*	.013	.213*	.157*	.142*	.174*	.088	.155*	.172*	.159*	.184*	.176*	.244*	.481*	.407*	.364*	.501*	.459*	1	
22	.295*	.195*	.376*	.189*	.361*	.363*	.192*	.407*	.148*	.366*	.340*	.723*	.744*	.753*	.765*	.737*	.563*	.592*	.511*	.477*	.500*	1

*. $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı

1. Problem Çözme	7. Kendini Suçlama	13. Baba sıklık	19. Öğretmen önem
2. Agresyon Yol. Başta Çıkma	8. Profesyonel destek arama	14. Öğretmen sıklık	20. Sınıf arkadaşlarım önem
3. Sosyal Destek Arama	9. Pozitif yeniden yorumlama	15. Sınıf arkadaşlarım sıklık	21. Yakın arkadaşlarım önem
4. Mizah	10. Kaçınma	16. Yakın arkadaşlarım sıklık	22. ÇESDÖ Toplam
5. Dini Başta Çıkma	11. SBÇ Toplam	17. Anne önem	
6. Kendini Soyutlama	12. Anne sıklık	18. Bana önem	

4. TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırma bulguları incelendiğinde öğrencilerin Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği puanları ile Stresle Başta Çıkma Ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin anneden, babadan, öğretmenlerinden, sınıf arkadaşlarından ve yakın arkadaşlarından aldıkları sosyal destek düzeyleri arttıkça stresle başta çıkma düzeyleri de artmaktadır.

Öğrencilerin Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği'nden aldıkları puanlar ile Stresle Başta Çıkma Ölçeği "Problem Çözme" alt boyutu arasında yüksek düzeyde anlamlı ilişki çıkmıştır. Öğrencilerin annesinden, babasından, öğretmeninden, yakın arkadaşlarından ve sınıf arkadaşlarından aldıkları sosyal destek arttıkça daha çok problem çözme eğilimine girdikleri sonucuna varılmıştır. Literatürdeki bazı araştırma sonuçlarının da bunu desteklediğini görmekteyiz (Korkut, 2002; Bedel ve Kutlu, 2018).

Stresle Başta Çıkma Ölçeği "Sosyal Destek Arama" boyutuyla, Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği puanları arasındaki ilişki yüksek düzeyde anlamlı çıkarken sınıf arkadaşlarından aldıkları sosyal desteğe verdikleri önemin bunu etkilemediği görülmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda öğrencilerin aldıkları sosyal destek düzeyleri arttıkça, stres yaratan durum ya da olayla karşılaşma sonucunda daha çok sosyal destek aradıkları görülmüştür. Bu sosyal destek arama kendini anlayabilecek birine derdini anlatma,

çözüm üretmek için başkalarıyla konuşarak duygularını anlatma, benzer sorunları yaşamış kişileri örnek alma ve onlardan yardım, tavsiye isteme şeklinde olabilir. Yaptığımız araştırmanın sonuçlarını destekleyecek nitelikte olarak Odacı'nın yaptığı araştırmanın sonuçlarına göre de öğrencilerin yalnızlık düzeyleri yükseldikçe sosyal destek arama düzeylerinin düştüğü tespit edilmiştir (Odacı, 2004). Panahi ve diğerlerinin yaptığı araştırmanın sonucuna göre ise arkadaş ve önemli olan diğer kişilerden alınan sosyal desteğin bireyin stresle başa çıkmasını olumlu olarak etkileyerek psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (Panahi, 2016). Yamaç'ın tarafından yapılan araştırma sonucuna göre ise üniversite öğrencilerinin algılanan özel arkadaş desteği ile stresle başa çıkma yaklaşımlarından olan sosyal destek arama alt boyutuyla negatif ilişkili olduğu bulunmuştur (Yamaç, 2009).

Stresle Başa Çıkma Ölçeği "Mizah" alt boyutu puanları ile Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği puanları arasında pozitif yönde anlamlı istatistiksel sonuçlara ulaşılmıştır. Öğrencilerin stres anında mizahı kullanmalarında, aldıkları sosyal destek önemli bir yordayıcı olurken aldıkları sosyal desteklere verdikleri önemin bir anlamı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Stresle başa çıkmada önemli ve etkili bir yöntem olan mizaha stresle başa çıkma stratejisi olarak başvurmanın sosyal destek düzeyiyle anlamlı bir ilişki içinde bulunduğu görülmektedir. Öğrencilerin sosyal destek düzeyleri arttıkça daha çok olayları şakaya vurma ya da aklına komik şeyler getirerek stres yaratan durumdan uzaklaştıkları görülmektedir. Bu durum da kişinin stresten kurtulması açısından olumlu bir başa çıkma yöntemidir. Çünkü, literatürde mizahın bireyin ruh sağlığı açısından yararlı etkilerinin olduğu bazı bulgular vardır. Bu bulgulara göre mizah, gerginliği azaltarak bireyin yaşam kalitesine katkı sağlamaktadır (Bennett ve Lengacher, 2006).

Lise öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Ölçeği "Dini Başa Çıkma" alt boyutu puanlarıyla, Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği'nin her alt boyutu puanları arasındaki ilişki pozitif yönlü anlamlı çıkmıştır. Öğrencilerin sosyal destek düzeyleri arttıkça stresle başa çıkma stratejilerinden dini başa çıkma stratejisine daha çok yöneldikleri görülmektedir. Ayrıca literatür incelendiğinde dini başa çıkma yönteminin bireyler tarafından sıkça kullanılan yöntemlerden olduğu bulgusuna rastlanmıştır (Tuncay vd., 2008; Çetinkaya vd., 2008).

Stresle Başa Çıkma Ölçeği "Kendini Soyutlama" alt boyutu ile Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği puanları arasında pozitif yönde anlamlı istatistiksel sonuçlara ulaşılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre öğrencilerin sosyal destek düzeyleri arttıkça kendini soyutlama stratejilerini kullanma düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Sosyal destek düzeyinin artmasıyla kendini soyutlama stratejisinin kullanımının azalacağı düşünülse de bu araştırmanın sonuçları tam tersini ortaya koymaktadır. Halis ve Demirel'in sosyal desteğin örgütsel soyutlamayla ilgili yaptıkları araştırmanın sonucunda ise bizim araştırmamızın sonucundan farklı olarak çalışanların sosyal destek düzeyleri arttıkça örgütsel soyutlanma algı düzeylerinde azalma olduğu belirlenmiştir (Halis ve Demirel, 2016).

Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği puanları ile Stresle Başa Çıkma Ölçeği "Kendini Suçlama" alt boyutu puanları arasında pozitif yönde anlamlı istatistiksel sonuçlara ulaşılmıştır. Sadece Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği "Baba Önem" alt boyutunda bir anlamlılık görülmemektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda öğrenciler stres yaratan bir olay ya da durumla karşılaştıklarında sosyal destekleri arttıkça daha çok kendinde suç arama eğilimine girmektedirler. Bu durum öğrencilerin aldıkları sosyal desteğin artmasıyla olaylar karşısında suçu başkalarına atma davranışından vazgeçip kendinde suç arama girişimine girmelerine neden olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Stresle Başa Çıkma Ölçeği "Profesyonel Destek Arama" alt boyutuyla Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği puanları arasında pozitif yönde anlamlı istatistiksel sonuçlara ulaşılmıştır. Buna göre öğrencilerin sosyal destek düzeylerinin arttıkça profesyonel destek arama eğilimlerinin de arttığı sonucuna varılmıştır. Yapılan araştırmalarda bireylerin aldıkları sosyal destek karşısında daha çok probleme yönelik yöntemleri kullandıkları görülmektedir (Button, 2008).

Stresle Başa Çıkma Ölçeği "Pozitif Yeniden Yorumlama" alt boyutu ile Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği alt boyutu olan "Baba Sıklık" ve "Baba Önem" alt boyutlarında anlamlı ilişki çıkmamasına rağmen Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği toplam puanlarında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki çıkmıştır. Buna göre öğrenciler stres yaratan durumla karşılaştıklarında, ne kadar çok sosyal destek alıyorsa o kadar çok olayların olumlu tarafını görmeye ve yaşadıklarından ders çıkarmaya meyilli olmaktadır. Bu sonuca rağmen babadan aldıkları sosyal destek ve bu sosyal desteğe verdikleri önem bunu etkilememektedir. Yapılan çalışmalarda aileden alınan sosyal destek arttıkça pozitif yeniden

yorumlamayı da kapsayan etkili başa çıkma yollarının daha sık kullanıldığı sonucuna varılmıştır (Zucca vd., 2010; Parelkar vd.,2013).

Stresle Başa Çıkma Ölçeği "Kaçınma" alt boyutu puanları ile Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği puanları arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişki çıkmıştır. Bu analiz sonucuna göre öğrencilerin aldıkları sosyal destek düzeyleri arttıkça stres yaratan olay ya da durum karşısında kaçınma stratejisini kullanarak olayı unutmaya ya da zihinlerinden uzaklaştırmaya çalıştıkları görülmüştür. Bedel ve Kutlu'nun yaptığı araştırma sonucuna göre ise ergenlerin aldıkları sosyal destek arttıkça kaçınma stratejisi yerine aktif başa çıkma stratejisini kullanmaları da artmaktadır (Bedel ve Kutlu 2018).

Stresle Başa Çıkma Ölçeği toplam puanları ile Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği "Önem" boyutu toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki görülmektedir. Bu durum bize öğrencilerin, aldıkları sosyal desteğe verdikleri önemin arttıkça stresle başa çıkmalarının da arttığını düşündürebilir. Bununla birlikte Çocuk Ergen Sosyal Destek Ölçeği "Sınıf Arkadaşlarım Önem" boyutu ile Çocuk ve Ergenler için Stresle Başa Çıkma Ölçeği toplam puanları arasında daha düşük düzeyde anlamlı ilişki çıkmıştır. Buna göre öğrenciler stresle başa çıkmada sınıf arkadaşlarından aldıkları sosyal desteğe diğer destek kaynaklarından aldıkları sosyal desteğe göre daha az önem vermektedir. Bu durum sınıf içerisinde öğrenci sayısının fazla olması ve öğrencinin sınıf arkadaşlarından hepsiyle yakın bir ilişki içerisinde olmamasından kaynaklanıyor olabilir. Genel olarak bakıldığında literatürde sosyal desteğin arttıkça stresle etkili başa çıkma düzeyinin de arttığı görülmüştür (Parelkar vd., 2013; Dedeli vd., 2008).

Araştırmanın sonucunda lise öğrencilerinin sosyal destekleriyle stresle başa çıkmaları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Lise öğrencilerinin sosyal destekleriyle stresle başa çıkmaları arasındaki ilişkiyi öğrenmek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda Stresle Başa Çıkma Ölçeği "Problem Çözme", "Sosyal Destek Arama", "Dini Başa Çıkma", "Kendini Soyutlama", "Profesyonel Destek Arama" ve "Kaçınma" alt boyutlarında olduğu gibi Stresle Başa Çıkma Ölçeği toplam puanı da Çocuk ve Ergenler için Sosyal Destek Ölçeği toplam puanları ve "Annem", "Babam", "Öğretmenlerim", "Yakın Arkadaşlarım" ve "Sınıf Arkadaşlarım" olan tüm alt boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişkidir.

Bu araştırmadan elde edilen bulgulara dayanarak aşağıdaki öneriler sunulabilir:

-Araştırma bulgularına göre sosyal desteğin stresle başa çıkmada pozitif yönlü bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu yüzden stresin de çokça yer edindiği lise öğrencilerinin, stresle daha kolay başa çıkabilmeleri için sosyal desteğin önemiyle alakalı sosyal desteğin kaynaklarına yönelik bilimsel çalışmalar yapılabilir.

-Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine göre sosyal destek kaynakları değişiklik göstermektedir. Bu değişiklik de öğrencilerin stresle başa çıkmalarını etkilemektedir. Bu yüzden sosyo-demografik özelliklerinin etkisinin iyileştirilmesine yönelik gerekli önlemler alınabilir.

-Araştırma sonuçlarına bakıldığında stresli durum karşısında erkek öğrencilerin kızlara göre daha çok mizahla başa çıkma stratejisini kullandıkları görülmektedir. Bu yüzden mizahın stresle başa çıkmada etkileri araştırılabilir ve kızlar üzerinde olumlu taraflarının olduğu görülürse kız öğrencilere mizahla başa çıkmayla alakalı eğitimler verilebilir.

-Araştırmanın sonucunda kızların erkek öğrencilere göre yakın arkadaşlarından daha çok sosyal destek aldıkları ve buna daha çok önem verdikleri görülmektedir. Bir ergenin hayatında yakın arkadaş önemli bir etkiye sahiptir. Sosyal desteğinde başa çıkmada önemli bir etkiye sahip olduğu göz önünde bulundurulduğunda erkek öğrencilere stresli bir durumla karşılaştıklarında yakın arkadaşlarından destek almanın onları daha iyi hissettirebileceği anlatılabilir.

REFERENCES/KAYNAKÇA

- AĞARGÜN, M.Y., BEŞİROĞLU, L., KIRAN Ü.K. ve ÖZER, Ö.A. (2005). The psychometric properties of the cope inventory in Turkish sample: a preliminary research. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6, 221-226.
- ALDWIN, C.M. (2000). *Stres, coping, and development: An integrative perspective*. The Guilford Press, New York..
- ARDAHAN, M. (2006). Social support and the nursing. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 9(2), 68-75.
- BALTAŞ, Z. (1984). Kavram Olarak Stres. *Pedagoji Dergisi*, 2, 15-27.
- BAŞTEMUR,E.(2011). Yurt dışında eğitime devam eden Türk Öğrencilerin stresle başa çıkma stratejilerinin incelenmesi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- BEDEL, A. ve KUTLU, A. (2018). Başa çıkma stratejilerinin algılanan sosyal desteğe göre incelenmesi. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 8(15), 107-122.
- BENNETT, M.P. ve LENGACHER, C. (2006). Humor and laughter may influence health:II. Complementary therapies and humor in a clinical population. *Advance Access Publication* 2006, 3(2), 187-190.
- BOZKURT, N. (2004). İlköğretim Öğretmenlerinde Stres Yaratan Yaşam Olayları ve Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 3, 467-478.
- BUTTON, L.A. (2008). Effect of social support and coping strategies on the relationship between health care-related occupational stress and health. *Journal of Research in Nursing*, 13, 498-524.
- CİCCHETTI, D. ve TOTH, S. L. (1997). *Developmental Perspectives On Trauma: Theory, Research And Intervention*. Rochester: Rochester University Press.
- ÇETİNKAYA, S., NUR, N., AYVAZ, A. ve ÖZDEMİR, D. (2008). Depression, anxiety levels and coping strategies with stress in continuous ambulatory peritoneal dialysis (CAPD) and hemodialysis (HD) patients in a university hospital. *Arc Neuropsychiatr*, 45, 78-84.
- DEDELİ, Ö., FADİLOĞLU, Ç. ve RÜÇHAN, U. (2008). Kanserli bireylerin fonksiyonel durumları ve algıladıkları sosyal desteğin incelenmesi. *Türk Onkoloji Dergisi*, 23, 132-139.
- ERKUŞ, A. (1994). *Psikolojik Terimler Sözlüğü*. Doruk Yayınları. Ankara.
- FİELDS, L. ve PRİNZ, R.J. (1997). Coping and adjustment during childhood and adolescence. *Clinical Psychology Review* 17, 937-976.
- FOLKMAN, S. ve MOSKOWITZ, J.T. (2000). Stress, positive emotion and coping. *American Psychological Society*, 9, 115-118.
- GÜÇLÜ, N. (2001). Stres Yönetimi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21, 91-109.
- GÖK, Ş. (1995). *Anksiyete ve Depresyonda Stresle Başa Çıkma*. İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- HALİS, M. ve DEMİREL, Y. (2016). Sosyal Desteğin Örgütsel Soyutlama Üzerine Etkisi. *Kastamonu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11, 318-336.
- HAMACHEK, D. E. (1995). *Ergen Benliğinin Psikolojisi ve Gelişimi*. In. Onur, B. Ergenliği Anlamak. İmge Kitabevi, Ankara.
- HANCIOĞLU, Y.(2017). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres düzeyleri ile başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yönetim ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 15(1), 130-49.

- JOHNSON, J.H. ve SARASON, I.G. (1979). Life Stress, Organizational Stress and Job Satisfaction. *Psychological Reports* 1979, 44, 75-79.
- ILGIN GÖKLER DANIŞMAN, NEJLA YILDIZ & İBRAHİM YİĞİT (2017). Development of a coping with stress scale for a non-western population of children and adolescents. *Anxiety, Stress, & Coping*, 30 (6), 687-701.
- KARATAŞ Z. (2012). Ergenlerin algılanan sosyal destek ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2012, 9(19), 257-271.
- KORKUT F. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-184.
- KÖKSAL, A.(1999). Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Yolları Üzerine Bir Araştırma. *Çağdaş Eğitim*, 24, 252.
- KÖKNEL, Ö. (1988). *Zorlanan İnsan*. Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.
- ODACI, H. (2004). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma biçimlerinin yalnızlık düzeyleri ile ilişkisi. *3P Dergisi*, 12, 217-224.
- PANAHI,S.,YUNUS,AS.,ROSLANB,S.,RUSNANI ,RA., JAAFAR, WMW.,PANAHI, MS.(2016). Predictors of psychological well-being among Malaysian graduates. *The European Journal of Social and Behavioural Sciences*, 16, 2067-83.
- PARELKAR, P., THOMPSON, N.J., KAW, C.K., MİNER, K.R. ve STEİN, K.D. (2013). Stress coping and changes in health behavior among cancer survivors: a report from the American Cancer Society's Study of Cancer Survivors-II (SCS-II). *Journal of Psychosocial Oncology*, 31, 136-152.
- TUNCAY, T., MUSABAK, I., GOK, D.E. ve KUTLU, M. (2008). The relationship between anxiety, coping strategies and characteristics of patients with diabetes. *Health Qual of Life Outcomes*, 6, 79-87.
- YAMAÇ, Ö. (2009). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişki. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Konya.
- YARDIMCI, F. VE BAŞBAKKAL, Z. (2009). Çocuk-Ergen Sosyal Destek Ölçeği'nin Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Anatolia Nursing and Health Sciences*, 12(2), 41-50.
- ZUCCA, A.C., BOYES, A.W., LECATHELİNAİS, C. ve GİRGİS, A. (2010). Life is precious and I'm making the best of it: coping strategies of long-term cancer survivors. *Psycho-Oncology*, 19, 1268-1276.

EXTENDED SUMMARY

Aim and Scope

There are many stressors in adolescent life due to the developmental features of adolescence. In other words, there are many factors and conditions that cause stress in adolescents. Adolescents have to cope with the stressful circumstances encountered during this period. How individuals perceive stress and how they evaluate and interpret this stress is of importance in coping with stress. This evaluation is the main factor in reducing or increasing stress. In line with changing conditions, family dynamics and social environment change over time. Therefore, in terms of supporting adolescents, it is important to reveal stress coping strategies of high school students in the adolescence period according to their social support levels.

This study aims to investigate the relationship between social support and stress coping strategies of high school students.

Methods

The study was conducted with 423 students (69.3% (n=293) female, 30.7% (n=130) male) who attended high schools in Eskişehir Province in the 2020-2021 academic year. The Personal Information Form, the Child and Adolescent Social Support Scale (CASSS), and the Coping with Stress Scale were used as data collection instruments. The SPSS 26.0 program was used in the statistical analysis of the research conducted using the screening model, which is a quantitative research technique. The relationships between the students' Coping with Stress Scale and the Child and Adolescent Social Support Scale (CASSS) total and sub-scale scores were tested by correlation analysis.

Findings

According to the analysis results of the relationship between students' coping with stress and their social support levels, significant differences were found between some sub-scales of coping with stress scale (problem-solving, seeking social support, religious coping, self-abstraction, seeking professional support, and avoidance) and all sub-scales of the social support scale. Moreover, a significant relationship was found between the coping with stress total score and social support total score.

Conclusion

As a result of the research, it was found that there were positive and significant relationships between the coping with stress scale total score and the sub-scales of the scale, while there were weak and moderately significant, positive relationships between other variables and the scores.