

## Ergenlerin Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi<sup>1</sup>

Didem ASLANYÜREK<sup>2</sup> , Haktan DEMİRCİOĞLU<sup>3</sup> 

### Öz

Bu araştırma kapsamında ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi hedeflenmiştir. Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeline göre tasarlanmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu, "Türkiye Cumhuriyeti Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı Sosyo-Ekonomik Gelişmişlik Sıralaması (SEGE) 2022 Raporu" kapsamında, Ankara ilinin sosyo-ekonomik düzeyi daha az gelişmiş üç ilçesinde eğitim ve öğretimine devam eden 11-16 yaş aralığındaki 1639 ergen (828 kız, 811 erkek) oluşturmuştur. Veriler, bağımsız değişkenleri içeren "Demografik Bilgi Formu" ve "Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği-Kısa Form" aracılığı ile toplanmıştır. Araştırma sonucunda, ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin cinsiyetlerine, yaşlarına, akademik başarı düzeylerine, aile gelir düzeylerine, kendilerine ait odaları olup olmamasına, anne, baba, kardeş ve okul arkadaşları ile ilişkilerine, ebeveynleri tarafından izin verilmeyen davranışlarda bulunma durumlarına, anne, baba baskın yaklaşımlarına ve sosyal medya kullanım sürelerine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Bulgular, mevcut alanyazın çerçevesinde tartışılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçların ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri ile ilişkili olan değişkenlerin anlaşılmasının yanı sıra zihinsel dayanıklılık düzeylerini arttırmaya yönelik yapılacak çalışmalara ve politikalara ışık tutması amaçlanmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Ergenlik; gelişim; zihinsel dayanıklılık.

**Geliş:** 28 Kasım 2023, **Kabul:** 14 Mayıs 2024, **Yayın:** 25 Haziran 2024

## Investigation of Mental Toughness Levels of Adolescents

### Abstract

Within the scope of this research, it was aimed to examine the mental toughness levels of adolescents according to various variables. The research was designed according to the survey model, one of the quantitative research methods. Within the scope of the "Republic of Turkey Ministry of Industry and Technology Socio-Economic Development Ranking (SEGE) 2022 Report", the sample group of the study consisted of 1639 adolescents (828 girls, 811 boys) between the ages of 11-16 who continue their education and training in three less socio-economically developed districts of Ankara province. Data were collected through "Demographic Information Form" and "Mental Toughness Scale for Adolescents-Short Form" including independent variables. As a result of the study, it was found that the mental toughness levels of adolescents differed statistically significantly according to their gender, age, academic achievement level, family income level, whether they had their own rooms, their relationships with their parents, siblings and schoolmates, their behaviors that were not permitted by their parents, their parents' dominant approach and their social media usage time. The findings were discussed within the framework of the existing literature. It is aimed that the results obtained from the research will shed light on the studies and policies aimed at increasing the mental toughness levels of adolescents as well as understanding the variables associated with their mental toughness levels.

**Keywords:** Adolescence; development; mental toughness.

**Received:** 28 November 2023, **Accepted:** 14 May 2024, **Published:** 25 June 2024

<sup>1</sup> 15-17 Kasım 2023 tarihleri arasında düzenlenen "Uluslararası V. Çocuk Gelişimi Kongresi"nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

<sup>2</sup> Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Sorumlu Yazar, [didem.aslanyurek@gmail.com](mailto:didem.aslanyurek@gmail.com)

<sup>3</sup> Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara, [hdemircioglu@hacettepe.edu.tr](mailto:hdemircioglu@hacettepe.edu.tr)

**Atf:** Aslanyürek, D., & Demircioğlu, H. (2024). Ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *İhlara Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 15-27. <https://doi.org/10.47479/ihead.1397390>



## Giriş

Ergenlik, bireylerin gelişim yolculuklarında, birçok soruya cevap aradığı bu sebeple farklı duygularla başa çıkmaya çalıştıkları oldukça önemli bir dönem olarak ifade edilebilir. Araştırmacıların aktarımlarına göre ergenlik, çocukluk ve yetişkinlik arasında uzanan birçok değişim potansiyelinin olduğu bir yaşam evresidir (Sawyer vd., 2018; Wise, 2018). Birçok değişimle beraber bu evrede, zihinsel sağlık problemlerinin görülme sıklığının arttığı, davranış bozuklukları, depresyon ve yeme bozukluğunun da dahil olduğu pek çok psikiyatrik tanıların yaygınlığının ve ortaya çıkma sıklığının arttığı bildirilmiştir (Compas, 2004). Ayrıca araştırmacılar, ergenlik dönemini doğası gereği, diğer bütün gelişim dönemlerine kıyasla, hem içsel hem de kişilerarası zorluklarla karakterize edilen bir dönem olarak aktarmaktadırlar (Compas ve Wagner, 2017). Bu bağlamda ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin artırılmasına yönelik çalışmaların yapılmasının, ilgili problemlerin görülme sıklığını azaltabileceği konusunda işlevsel olabileceği düşünülmektedir.

1950 yıllarından itibaren, zihinsel dayanıklılık ile ilgili çeşitli tanımlamalar ve açıklamalar yapılmış ve genel olarak olumlu psikolojik özellikler ve zihinsel becerilerin kullanımıyla ilişkili olduğu aktarılmıştır (Connaughton vd., 2008). Mevcut literatürde, zihinsel dayanıklılık, 4C -bağlılık (commitment) mücadele (challenge), kontrol (control) ve güven (confidence)- modelinin bir ürünü olarak tanımlanmıştır (Clough vd., 2002; Clough ve Strycharczyk, 2012). Bağlılık, bireylerin karşılaştıkları sorunlara veya engellere rağmen hedef veya görevlerini başarıyla yerine getirmeleri hususundaki yetenek ve azimleri olarak ifade edilmektedir. Mücadele ise, bireylerin kişisel gelişim fırsatlarını aramaları olarak tanımlanmaktadır. Bir başka ifadeyle, bireyler yaşamlarında karşı karşıya kaldıkları yeni durumları bir tehdit ya da risk unsuru olarak algılamadan, ilgili yenilikleri gelişim fırsatları olarak görmeleri şeklinde de aktarılmaktadır. Kontrol, bireylerin hayatlarında etkin olmaları olarak ifade edilmektedir. Yaşam kontrolü ve duygusal kontrol olmak üzere iki bileşenden oluşmaktadır. Yaşam kontrolü yüksek olan çocuk ve ergenlerin geleceklerine ve yaşamlarına yön verme, şekil verme konusunda daha güçlü hissedebilecekleri ifade edilmiştir. Duygu kontrolü yüksek olanların ise yaşamın akışında karşı karşıya kaldıkları zor durumlar neticesinde ortaya çıkan duyguları (kaygı, korku, öfke gibi) regüle edebilmeleri ve yönetebilmeleri olarak aktarılmıştır. Son öge olan güven ise, bireylerin kendilerine olan güven düzeyleri olarak ele alınmıştır. Güven unsurunun, bireylerin yeteneklerine olan güvenleri ile kişilerarası ilişkilerde güven olmak üzere iki bileşenden oluştuğu bildirilmiştir. Yeteneklerine güvenen çocuk ve ergenlerin, karşı karşıya kaldıkları zor ya da yeni durumlarla başa çıkarken kendilerini güvende hissedebilecekleri aktarılmıştır. Kişilerarası güven düzeyi yüksek olan bireylerin ise sosyal bağlamda, yabancı oldukları ortamlarda kendilerini güvende hissedebilecekleri belirtilmiştir (McGeown vd., 2018; McGeown vd., 2016).

865 ergenden oluşan örneklem grubuyla yapılan boylamsal araştırmada ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri çeşitli değişkenler bağlamında incelenmiştir. Araştırma sonucunda, zihinsel dayanıklılık düzeyi daha yüksek olan ergenlerin stresi daha az algıladıkları ortaya konmuştur. Ek olarak, ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin süreç içerisinde yaşam doyumlarını ve depresif belirtilerini öngörebileceği yönündedir (Gerber vd., 2013).

Mevcut literatür göz önünde bulundurulduğunda ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin özellikle içinde buldukları gelişim dönemi açısından oldukça önemli olduğu söylenebilir. Her ne kadar mevcut literatürde ergenlik dönemindeki bireylerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri ile farklı değişkenlerle ilişkilendirilmiş olsa da, zihinsel dayanıklılık düzeylerini sosyodemografik değişkenlere göre incelemeye yönelik yapılan araştırmaların oldukça az olduğu gözlemlenmiştir. Bu araştırma, literatürdeki bu boşluğu doldurmayı ve alanyazına ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri hakkında daha derinlemesine bir anlayışın kazandırılmasını amaçlamaktadır.

## Mevcut Araştırma

Ergenlerin zihinsel dayanıklılıklarını inceleyen mevcut çalışmalar, ergenlerin zorlu yaşam deneyimleri, hoş olmayan duygular, stres, baskı gibi olumsuz duygu ve durumlar ile başa çıkmaları yani zihinsel dayanıklılık ile ilişkili olacak bazı unsurlar hakkında önemli bilgiler sunmuş ve çeşitli sonuçlar elde edilmiştir. Ancak, ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin farklı ve özgün sosyodemografik değişkenler ile incelenerek derinlemesine bir anlayışın ilgili mevcut literatürde nispeten eksik olduğu söylenebilir. Bu araştırma kapsamında zihinsel dayanıklılık düzeyleri ile ilişkili olabilecek sosyodemografik değişkenler incelenerek ilgili literatürdeki bu boşluğunun giderilmesi hedeflenmiştir. Ek olarak literatürdeki mevcut araştırmalarda büyük örneklemle yapılan çalışmaların az olduğu gözlemlenmiştir. Zihinsel dayanıklılık ile ilgili olabilecek değişkenlerin büyük örneklem grubuyla çalışılmasının literatüre daha geniş ve derinlemesine bir anlayış kazandırılacağı düşünülmektedir. Araştırmanın amacı doğrultusundaki alt problemlere aşağıda yer verilmiştir:

1. Ergenlerin cinsiyetlerine, yaşlarına, akademik başarı düzeylerine ve aile gelir düzeylerine göre zihinsel dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
2. Ergenlerin kendilerine ait odası olup olmamasına göre zihinsel dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
3. Ergenlerin anne, baba ve kardeş/kardeşlerle, okul arkadaşları ile ilişki düzeylerine göre zihinsel dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

4. Ergenlerin ebeveynleri tarafından izin verilmeyen davranışlarda bulunup bulunmama durumları, zihinsel dayanıklılık düzeylerine göre farklılaşmakta mıdır?
5. Ergenlerin annelerinin ve babalarının baskın yaklaşımlarına göre zihinsel dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
6. Ergenlerin sosyal medya kullanım sürelerine göre zihinsel dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

## Yöntem

Ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerini inceleyen araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeline ve kesitsel tarama desenine göre tasarlanmıştır. Tarama modeli, bir olaya da konuya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da yetenek, tutum, ilgi vb. özelliklerin belirlenebildiği ve diğer araştırma modellerine göre daha büyük örneklem gruplarıyla çalışma olanağı olan araştırmalara, tarama araştırmaları adı verilmektedir. Bu araştırma kapsamında betimlenen değişkenler (cinsiyet, yaş, cinsiyet, anne-baba baskın yaklaşımı vb.) bir defada toplandığı için tarama modellerinden kesitsel desen türündedir (Büyükoztürk vd., 2022).

## Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini belirlemek için öncelikle Türkiye Cumhuriyeti Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı'nın Sosyo-Ekonomik Gelişmişlik Sıralaması (SEGE) 2022 Raporu kapsamında Ankara'daki sosyo-ekonomik düzeyi daha az gelişmiş ilçeler belirlenmiştir (SEGE, 2022). Bu kapsamda, ilgili rapor doğrultusunda sosyo-ekonomik açıdan daha az gelişmiş ilçeler olan Mamak, Keçiören ve Sincan ilçelerinde eğitim-öğretimine devam eden 235.671 ergen araştırmanın evrenini oluşturmuştur (MEB, 2022). Araştırmanın yürütülebilmesi için öncelikle Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyon'undan izin alınmıştır (Onay No. 35853172). Ardından Milli Eğitim Bakanlığı'ndan (MEB) araştırmanın verilerini toplayabilmek için ilgili izinler alınmıştır. Araştırmaya dahil olacak okullar rastgele sayı tablosu kullanılarak belirlenmiştir. Verilerin hangi dersliklerden toplanacağı yine "rastgele sayı tablosu" kullanılarak belirlenmiştir. Araştırmaya katılacak öğrencilere, öncelikle çalışmaya katılımın tamamen gönüllük esasına tabii olduğu aktarılmıştır. Ardından çalışmanın amacı hakkında bilgi verilip, çalışmadan elde edilen verilerin tamamen bilimsel amaçlarla kullanılacağı aktarılmış ve gizliliğin esas olduğu vurgulanmıştır. Çalışmaya katıldıktan sonra da çalışmadan çekilebilecekleri hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul eden öğrencilere katılımcı onam formu ve veli onam formu verilmiştir. Belirtilen tarihte veli onam formları ve katılımcı onam formları toplanmıştır. Araştırmanın iç geçerliliğini sağlamak ve katılımcıların sorularını yanıtlayabilmek amacıyla derslikte bulunulmuştur. Gönüllü katılımcılardan toplam 1800 veri toplanmıştır. 125 veri formu eksik doldurulmuş olması sebebiyle çalışmaya dahil edilmemiştir. Bu dışlama ölçütü sonucundan geçerli veri sayısı 1675'tir. Verilerin analizi sırasında 36 verinin uç değerlerde olması sebebiyle veri setine dahil edilmemiştir. Bu çerçevede araştırmanın örneklemini 11-16 yaş grubundaki 1639 ergenden oluşmuştur.

## Veri Toplama Araçları

### Demografik bilgi formu

Bu form araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Formda, katılımcıların cinsiyeti, yaşı, akademik başarı düzeyi, aile gelir düzeyi, kendilerine ait odaları olup olmadığı, anne, baba, kardeş ve okul arkadaşları ile ilişkileri, ebeveynleri tarafından izin verilmeyen davranışlarda bulunma durumları, anne, baba baskın yaklaşımları ve sosyal medya kullanım süreleri ile ilgili sorular yer almaktadır.

### Ergenler için zihinsel dayanıklılık ölçeği- kısa form (EİZDÖ)

Ölçek McGeown ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (McGeown vd., 2018). Ortaokul ve lise öğrencilerinin zihinsel dayanıklılık düzeylerini ölçebilmek için Soylu ve arkadaşları tarafından ölçek Türkçe'ye uyarlama çalışmaları yapılmıştır (Soylu vd., 2019). Ölçeğin uzun ve kısa olmak üzere iki formu bulunmaktadır. Bu çalışma kapsamında ölçeğin kısa formu kullanılmıştır. Ölçeğin kısa formu 6 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 4'lü likert tipindedir (1= Kesinlikle katılmıyorum, 4=Kesinlikle katılıyorum). Ölçeğin Türkçe uyarlamasına ait Cronbach alfa katsayısı .72'dir. Örnek bir madde ise şu şekildedir: "Zorluklarla karşılaştığımda genellikle vazgeçerim."

## Verilerin Analizi

Çalışmanın verilerini analiz etmek için SPSS v26 istatistik yazılımı kullanılmıştır. İlk olarak veri girişleri kontrol edilmiş ve eksik veri analizleri uygulanmıştır; eksik ya da uç değer olarak kabul edilebilecek veriler silindikten sonra 1639 katılımcının verisi ile analizler yapılmıştır. Veri setinin normal dağılım gösterip göstermediğini kontrol etmek amacıyla öncelikle "çarpıklık" ve "basıklık" değerleri incelenmiştir. Bu çalışmada, bu değerlerin -0.16 ile 0.05 arasında olduğu belirlenmiştir. "Çarpıklık ve basıklık" değerlerinin -2.00, +2.00 aralığında olması, histogram ile beklenen olasılık grafiklerinin normal dağılıma yakın olduğu görülmesinden dolayı veri setinin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir. Bu nedenle, bu çalışmada parametrik analiz yöntemleri kullanılmıştır (George, 2010; Tabachnick vd., 2013). Ergenler için Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği puan ortalamalarının cinsiyete, kendine ait odası olup olmama durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığı "Bağımsız Örneklem için t-testi" ile; yaş, sınıf, akademik başarı, anne/baba/okul arkadaşları/kardeş ile ilişki durumu, izin verilmeyen davranışlarda bulunma durumu, anne/baba baskın yaklaşımı, sosyal medya kullanım süresi

değişkenlerine göre farklılaşmış farklılaşmadığı ise “Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)” ile test edilmiştir. Varyans analizinde anlamlı farklılık bulunması durumunda farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için post-hoc testleri kullanılmıştır. Post-hoc çoklu karşılaştırma testleri kullanılmadan önce varyansların homojenliği varsayımı test edilmiş olup gruplardaki gözlem sayılarının eşit olmaması dikkate alınarak, varyansların eşitliği durumunda Scheffe, eşit olmadığı durumda ise Tamhane testi kullanılmıştır. Hipotez sınamalarında, anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

## Bulgular

Bu bölümde, araştırmanın hedefine ve hipotezlerine ait bulgulara yer verilmiştir.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

EİZDÖ puan ortalamaları arasında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur [ $t(1637) = -9.33$ ,  $p < 0.001$ ,  $d = 0.46$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 1’de gösterilmiştir.

**Tablo 1.** EİZDÖ puan ortalamalarının cinsiyete göre farklılaşmasına ilişkin t-testi sonuçları.

	Kız (n=828)		Erkek (n=811)		t	p	d
	Ort.	SS	Ort.	SS			
EİZDÖ	15.65	3.08	17.04	2.93	-9.33	< 0.001	0.46

*Not.* EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği, d: Cohen’s d

Tablo 1’e bakıldığında, Cohen’s d değerinin 0.46 olduğu görülmektedir. Bu orta büyüklükte bir etkiyi göstermektedir. Kız öğrencilerin EİZDÖ puan ortalaması (Ort. = 15.65, SS = 3.08), erkek öğrencilerin puan ortalaması (Ort. = 17.04, SS = 2.93) ile karşılaştırıldığında daha düşük bulunmuştur.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Yaşa Göre Karşılaştırılması

Yaş değişkenine göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [ $F(5, 1639) = 2.68$ ,  $p < .020$ ,  $\eta^2 = 0.01$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2.** EİZDÖ puan ortalamalarının yaşa göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Yaş	n	Ort.	SS	F	p	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	11 Yaş <sup>a</sup>	231	16.70	3.26	2.68	0.020	0.01	a,b > d,e
	12 Yaş <sup>b</sup>	228	16.68	3.09				
	13 Yaş <sup>c</sup>	241	16.51	2.90				
	14 Yaş <sup>d</sup>	332	16.00	2.95				
	15 Yaş <sup>e</sup>	441	16.11	3.25				
	16 Yaş <sup>f</sup>	166	16.40	2.84				

*Not.* EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 2’ye bakıldığında yapılan post-hoc testi sonucunda, 11 yaş (Ort. = 16.70, SS = 3.26) ve 12 yaş (Ort. = 16.68, SS = 3.09) grubundaki katılımcıların EİZDÖ puan ortalaması, 14 yaş (Ort. = 16.00, SS = 2.95) ve 15 yaş (Ort. = 16.11, SS = 3.25) grubundaki katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunduğu görülmektedir.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Akademik Başarı Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Akademik başarı değişkenine göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [ $F(3, 1635) = 31.43$ ,  $p < 0.001$ ,  $\eta^2 = 0.05$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

**Tablo 3.** EİZDÖ puan ortalamalarının akademik başarı düzeyine göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Akademik Başarı	n	Ort.	SS	F	p	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	Oldukça iyi <sup>a</sup>	281	17.73	3.06	31.43	<0.001	0.05	a>b>c,d
	İyi <sup>b</sup>	589	16.48	2.84				
	Ne iyi ne kötü <sup>c</sup>	672	15.76	3.06				
	Kötü <sup>d</sup>	97	15.48	3.34				

*Not.* EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 3’e bakıldığında, yapılan post-hoc testi sonucunda, “Oldukça iyi” (Ort. = 17.73, SS = 3.06) grubundaki katılımcıların EİZDÖ puan ortalaması, “İyi” (Ort. = 16.48, SS = 2.84), “Ne iyi ne kötü” (Ort. = 15.76, SS = 3.06) ve “Kötü” (Ort. = 15.48, SS = 3.34) grubundaki katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, “İyi” grubundaki katılımcıların puan ortalaması, “Ne iyi ne kötü” ve “Kötü” gruplarındaki katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı derecede yüksek bulunduğu görülmektedir.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Aile Gelir Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında aile gelir düzeyine göre anlamlı bir fark bulunmuştur [ $F(4, 1638) = 2.68, p = .024, \eta^2 = 0.01$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

**Tablo 4.** EİZDÖ puan ortalamalarının aile gelir düzeyine göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Gelir (TL)	n	Ort.	SS	F	p	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	8500 ve altı <sup>a</sup>	214	15.99	3.01	2.83	0.024	0.01	e>b
	8501-10000 <sup>b</sup>	293	15.95	3.12				
	10001-125000 <sup>c</sup>	275	16.45	2.72				
	12501-15000 <sup>d</sup>	290	16.45	3.05				
	15001 ve üzeri <sup>e</sup>	567	16.57	3.26				

Not. EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 4'e bakıldığında, yapılan post-hoc testi sonucunda, aile aylık gelir düzeyi "15.001 ve üzeri" olan katılımcıların EİZDÖ puan ortalaması ( $Ort. = 16.57, SS = 3.26$ ), aile aylık gelir düzeyi "8501-10.000" olan katılımcıların ortalamasından ( $Ort. = 15.95, SS = 3.12$ ) anlamlı düzeyde yüksek bulunduğu görülmektedir.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Kendine Ait Oda Durumuna Göre Karşılaştırılması

EİZDÖ puan ortalamaları arasında kendine ait oda durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur [ $t(1637) = -2.74, p = .006, d = 0.16$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

**Tablo 5.** EİZDÖ puan ortalamalarının kendine ait oda durumuna göre farklılaşmasına ilişkin t-testi sonuçları.

	Odası yok (n=362)		Odası var (n=1277)		t	p	d
	Ort.	SS	Ort.	SS			
EİZDÖ	15.95	3.22	16.45	3.04	-2.74	0.006	0.16

Not. EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 5'e bakıldığında, kendine ait odası olmayanların EİZDÖ puan ortalaması ( $Ort. = 15.95, SS = 3.22$ ), kendine ait odası olanların puan ortalaması ( $Ort. = 16.45, SS = 3.04$ ) ile karşılaştırıldığında daha düşük bulunduğu görülmektedir.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Anne ile İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması

Anne ile ilişki durumuna göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [ $F(2, 1633) = 52.33, p < 0.001, \eta^2 = 0.06$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

**Tablo 6.** EİZDÖ puan ortalamalarının anne ile ilişki durumuna göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Anne İlişki	n	Ort.	SS	F	p	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	Oldukça iyi <sup>a</sup>	1053	16.85	3.06	52.33	<0.001	0.06	a>b>c
	İyi <sup>b</sup>	342	15.85	2.80				
	İyi değil <sup>c</sup>	241	14.78	2.95				

Not. EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 6'ya bakıldığında, yapılan post-hoc testi sonucunda, annesi ile ilişkisini "Oldukça iyi" ( $Ort. = 16.85, SS = 3.06$ ) olarak belirten katılımcıların EİZDÖ puan ortalaması, "İyi" ( $Ort. = 15.85, SS = 2.80$ ) ve "İyi değil" ( $Ort. = 14.78, SS = 2.95$ ) şeklinde belirten katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, "İyi" şeklinde belirten katılımcıların ortalaması, "İyi değil" şeklinde belirten katılımcıların ortalamasından anlamlı derecede yüksek bulunduğu görülmektedir.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Baba ile İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması

Baba ile ilişki değişkenine göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [ $F(3, 1622) = 48.88, p < 0.001, \eta^2 = 0.08$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

**Tablo 7.** EİZDÖ puan ortalamalarının baba ile ilişki durumuna göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Baba İlişki	n	Ort.	SS	F	p	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	Oldukça iyi <sup>a</sup>	917	17.06	2.90	48.88	<0.001	0.08	a>b>c,d
	İyi <sup>b</sup>	392	15.85	2.86				
	Ne iyi ne kötü <sup>c</sup>	202	14.81	3.12				
	Kötü <sup>d</sup>	115	14.89	3.48				

Not. EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 7'ye bakıldığında, yapılan post-hoc testi sonucunda, baba ile ilişkisini “Oldukça iyi” olarak belirten katılımcıların ortalaması ( $Ort. = 17.06, SS = 2.90$ ), babası ile ilişkisini “İyi” ( $Ort. = 15.85, SS = 2.86$ ), “Ne iyi ne kötü” ( $Ort. = 14.81, SS = 3.12$ ) ve “Kötü” olarak belirten katılımcıların puan ( $Ort. = 14.89, SS = 3.48$ ) ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, babası ile ilişkisini “İyi” olarak belirten katılımcıların puan ortalaması, “Ne iyi ne kötü” ve “Kötü” olarak belirten katılımcıların puan ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek bulunduğu görülmektedir.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Kardeşle İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması

Kardeş ile ilişki değişkenine göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [ $F(3, 1636) = 23.21, p < 0.001, \eta^2 = 0.04$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 8'de verilmiştir.

**Tablo 8.** EİZDÖ puan ortalamalarının kardeşle ilişki durumuna göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Kardeş ile ilişki	<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	Kardeşi yok <sup>a</sup>	138	16.62	3.39	23.21	<0.001	0.04	a,b > d b > c
	Oldukça İyi <sup>b</sup>	810	16.87	2.97				
	İyi <sup>c</sup>	431	15.94	2.82				
	İyi Değil <sup>d</sup>	260	15.21	3.31				

*Not.* EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 8'e bakıldığında, yapılan post-hoc testi sonucunda, kardeşi ile ilişkisini “İyi değil” olarak belirten katılımcıların puan ortalaması ( $Ort. = 15.21, SS = 3.31$ ) “Oldukça iyi” ( $Ort. = 16.87, SS = 2.97$ ) olarak belirten ve kardeşi olmayan ( $Ort. = 16.62, SS = 3.39$ ) katılımcıların puan ortalamasından anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir. Ayrıca, kardeşi ile ilişkisini “Oldukça iyi” olarak belirten katılımcıların puan ortalaması, kardeşi ile ilişkisini “İyi” olarak belirten katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Okul Arkadaşları ile İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması

Okul arkadaşları ile ilişki durumuna göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [ $F(3, 1622) = 36.30, p < 0.001, \eta^2 = 0.06$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 9'da verilmiştir.

**Tablo 9.** EİZDÖ puan ortalamalarının okul arkadaşları ile ilişki durumuna göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Okul arkadaşları ile ilişki	<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	Oldukça iyi <sup>a</sup>	17.17	2.90	17.17	36.30	<0.001	0.06	a > b, c, d b > c, d
	İyi <sup>b</sup>	16.30	2.94	16.30				
	Ne iyi ne kötü <sup>c</sup>	15.29	3.15	15.29				
	Kötü <sup>d</sup>	15.06	3.29	15.06				

*Not.* EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 9'a bakıldığında, yapılan post-hoc testi sonucunda, okul arkadaşları ile ilişkisini “Oldukça iyi” olarak belirten katılımcıların EİZDÖ puan ortalaması ( $Ort. = 17.17, SS = 2.90$ ), “İyi” ( $Ort. = 16.30, SS = 2.94$ ), “Ne iyi ne kötü” ( $Ort. = 15.29, SS = 3.15$ ) ve “Kötü” ( $Ort. = 15.06, SS = 3.29$ ) şeklinde belirten katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunduğu görülmektedir. Ayrıca, okul arkadaşları ile ilişkisini “İyi” olarak belirten katılımcıların puan ortalaması, “Ne iyi ne kötü” ve “Kötü” olarak belirten katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Ebeveynler Tarafından İzin Verilmeyen Davranışlarda Bulunma Durumuna Göre Karşılaştırılması

İzin verilmeyen davranışlarda bulunma durumuna göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [ $F(3, 1636) = 18.76, p < 0.001, \eta^2 = 0.03$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 10'da verilmiştir.

**Tablo 10.** EİZDÖ puan ortalamalarının izin verilmeyen davranışlarda bulunma durumuna göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

		<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	Çoğunlukla <sup>a</sup>	149	15.19	3.19	18.76	<0.001	0.03	d > a, b, c b, c > a
	Ara sıra <sup>b</sup>	548	16.05	3.12				
	Nadiren <sup>c</sup>	660	16.42	2.94				
	Hiçbir zaman <sup>d</sup>	282	17.33	3.02				

*Not.* EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 10'a bakıldığında, yapılan post-hoc testi sonucunda, ebeveynleri tarafından izin verilmeyen davranışları “Hiçbir zaman” ( $Ort. = 17.33, SS = 3.02$ ) bulunmayan katılımcıların EİZDÖ puan ortalaması, “Çoğunlukla” ( $Ort. = 15.19,$

SS = 3.19), “Ara sıra” (Ort. = 16.05, SS = 3.12) ve “Nadiren” (Ort. = 16.42, SS = 2.94) şeklinde belirten katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunduğu görülmektedir. Ayrıca, ebeveynleri tarafından izin verilmeyen davranışlarda bulunma durumunu “Ara sıra” ve “Nadiren” şeklinde belirten katılımcıların ortalamaları, “Çoğunlukla” şeklinde belirten katılımcıların ortalamasından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Anne Baskın Yaklaşımına Göre Karşılaştırılması

Anne baskın yaklaşımına göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [F(4, 1629) = 18.01, p < 0.001,  $\eta^2 = 0.04$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 11’de verilmiştir.

**Tablo 11.** EİZDÖ puan ortalamalarının anne baskın yaklaşımına göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Baskın Yaklaşım	n	Ort.	SS	F	p	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	Genellikle üzerimde büyük bir baskı kurar <sup>a</sup>	302	15.64	3.10	18.01	<0.001	0.04	a,c<d,e
	Genellikle benimle olması gerektiği kadar ilgilenmez <sup>b</sup>	89	15.75	3.11				b<e
	Ne zaman nasıl davranacağını tahmin etmem oldukça zor <sup>c</sup>	232	15.32	2.82				
	Genellikle haddimi aştığım durumlarda bile bana karşı aşırı müsamahakâr (aşırı hoşgörülü) davranır <sup>d</sup>	212	16.72	3.03				
	Genellikle beni anlamaya ve ihtiyaçlarıma cevap vermeye çalışır <sup>e</sup>	799	16.85	3.04				

**Not.** EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 11’e bakıldığında, yapılan post-hoc testi sonucunda, annesinin baskın yaklaşımını “Genellikle beni anlamaya ve ihtiyaçlarıma cevap vermeye çalışır” (Ort. = 16.85, SS = 3.04) ve “Genellikle haddimi aştığım durumlarda bile aşırı müsamahakâr (aşırı hoşgörülü) davranır” (Ort. = 16.72, SS = 3.03) olarak belirten katılımcıların EİZDÖ puan ortalaması, anne yaklaşımını “Genellikle üzerimde büyük bir baskı kurar” (Ort. = 15.64, SS = 3.10) ve “Ne zaman nasıl davranacağını tahmin etmem oldukça zor” (Ort. = 15.32, SS = 2.82) olarak belirten katılımcıların ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek bulunduğu görülmektedir. Ayrıca, anne yaklaşımını “Genellikle benimle olması gerektiği kadar ilgilenmez” olarak belirten katılımcıların puan ortalaması, anne baskın yaklaşımını “Genellikle beni anlamaya ve ihtiyaçlarıma cevap vermeye çalışır” şeklinde belirten katılımcıların puan ortalamasından anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Baba Baskın Yaklaşımına Göre Karşılaştırılması

Baba baskın yaklaşımına göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [F(4, 1619) = 24.75, p < 0.001,  $\eta^2 = 0.06$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 12’de verilmiştir.

**Tablo 12.** Zihinsel dayanıklılık puan ortalamalarının baba baskın yaklaşımına göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Baskın Yaklaşım	n	Ort.	SS	F	p	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	Genellikle üzerimde büyük bir baskı kurar <sup>a</sup>	302	15.64	3.10	18.01	<0.001	0.04	a,c<d,e
	Genellikle benimle olması gerektiği kadar ilgilenmez <sup>b</sup>	89	15.75	3.11				b<e
	Ne zaman nasıl davranacağını tahmin etmem oldukça zor <sup>c</sup>	232	15.32	2.82				
	Genellikle haddimi aştığım durumlarda bile bana karşı aşırı müsamahakâr (aşırı hoşgörülü) davranır <sup>d</sup>	212	16.72	3.03				
	Genellikle beni anlamaya ve ihtiyaçlarıma cevap vermeye çalışır <sup>e</sup>	799	16.85	3.04				

**Not.** EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 12’ye bakıldığında, yapılan post-hoc testi sonucunda, baba baskın yaklaşımını “Genellikle beni anlamaya ve ihtiyaçlarıma cevap vermeye çalışır” (Ort. = 17.02, SS = 2.89) ve “Genellikle haddimi aştığım durumlarda bile aşırı müsamahakâr (aşırı hoşgörülü) davranır” (Ort. = 16.57, SS = 2.90) olarak belirten katılımcıların EİZDÖ puan ortalaması, baba baskın yaklaşımını “Genellikle üzerimde büyük bir baskı kurar”(Ort. = 15.64, SS = 3.10), “Genellikle benimle olması gerektiği kadar ilgilenmez” (Ort. = 15.69, SS = 3.27) ve “Ne zaman nasıl davranacağını tahmin etmem oldukça zor” (Ort. = 15.44, SS = 3.14) olarak belirten katılımcıların ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek bulunduğu görülmektedir.

### Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Sosyal Medya Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılması

Sosyal medya kullanım süresine göre katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [F(4, 1634) = 10.09, p < 0.001,  $\eta^2 = 0.02$ ]. Yapılan analiz sonuçları Tablo 13’te verilmiştir.

**Tablo 13.** EİZDÖ puan ortalamalarının sosyal medya kullanım süresine göre farklılaşmasına ilişkin ANOVA sonuçları.

	Sosyal Medya Süre	n	Ort.	SS	F	p	$\eta_p^2$	Fark
EİZDÖ	Kullanmıyorum <sup>a</sup>	224	16.56	3.11	10.09	<0.001	0.02	a,b,c>d, e
	1 saatten az <sup>b</sup>	229	17.09	3.06				
	1-3 Saat <sup>c</sup>	548	16.59	2.88				
	3-5 Saat <sup>d</sup>	341	15.79	3.08				
	5 Saat üzeri <sup>e</sup>	297	15.76	3.28				

*Not.* EİZDÖ: Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 13'e bakıldığında yapılan post-hoc testi sonucunda, sosyal medya kullanım süresini "1 saatten az" (Ort. = 17.09, SS = 3.06), "1-3 saat" (Ort. = 16.59, SS = 2.88) ve "3-5 saat" (Ort. = 15.79, SS = 3.08) olarak belirten katılımcıların EİZDÖ puan ortalamaları, sosyal medyayı "Kullanmıyorum" (Ort. = 16.56, SS = 3.11) ve sosyal medya kullanım süresini "5 saat üzeri" (Ort. = 15.76, SS = 3.28) olarak belirten katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

## Tartışma

Bu çalışmada Ankara ilinin Mamak, Keçiören, Sincan ilçelerinde ortaokul ve lise eğitimlerine devam eden ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri araştırılmıştır. Her ne kadar mevcut literatürde ergen örneklem grubunda zihinsel dayanıklılık ile ilişkilendirilmiş çalışmalar yapılmış olsa da bilgimize göre bu yaş aralığında ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerini farklı sosyodemografik değişkenlere göre inceleyen ilk çalışmadır. Bulgularımızda, genel olarak anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaştığı, kızların erkeklere göre zihinsel dayanıklılık düzeyleri daha düşük olduğu sonucunu elde ettik. Kadın ve erkek sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerini belirlemeye yönelik yapılan bir çalışmada, bulgularımıza benzer olarak erkeklerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin kadınlardan yüksek olduğu yönünde sonuçlar elde edilmiştir (Nicholls vd., 2009). Yasar ve Turgut (2020) bu farklılığın bireylerin toplumdaki cinsiyet algı pozisyonu ile ilişki olabileceğini aktarmışlardır (Yasar ve Turgut, 2020). Yapılan bir çalışmada geleneksel annelik cinsiyet rolünün baskın olduğu ailelerdeki kızlara daha az özerklik fırsatı verildiği yönünde bulgular elde edilmiştir (Bumpus vd., 2001). Bu kapsam çerçevesini göz önünde bulundurduğumuzda kızların erkeklere göre zihinsel dayanıklılıkların daha düşük düzeyde olması mevcut literatürle örtüşmektedir.

Elde ettiğimiz bir diğer bulguya göre, ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin yaşlarına göre farklılaştığı; 11 ve 12 yaş grubundaki ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin 14 ve 15 yaş aralığındaki ergenlerden daha yüksek düzeyde olduğudur. Yapılan bir çalışmada liseye geçiş döneminin öğrencilerin sosyal destek sistemlerinde aksaklıklar yaşayacakları bir dönem olarak bildirilmiştir. Aktarımlarına göre, sosyal desteğin 8.sınıftan 9.sınıfa kadar azalması, 8.sınıftan 9.sınıfa doğru depresif belirtilerin arttığı yönündedir. Ek olarak 9.sınıf öğrencilerinin 8.sınıf öğrencilerine göre daha yüksek düzeyde depresif belirtiler yaşadıkları belirtilmiştir (Newman vd., 2007). Literatürdeki bu bilgiye ek olarak, on dördüncü yaş, ortaöğretim kademesinin son yılıdır ve sınavlara hazırlık döneminin yoğun olduğu bir zaman dilimidir. Bu dönemde, ergenlerin kaygı düzeyi artabilir. On beş yaş ise genellikle lise eğitiminin ilk yılını kapsar ve bu dönemde ergenler arkadaş ve çevre değişikliği yaşarlar. Bu süreç ve değişimlerin, ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinde azalmaya neden olabileceği düşünülmektedir.

Elde ettiğimiz sonuçlara göre akademik başarı düzeyi oldukça iyi olan ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin akademik başarısı "iyi", "ne iyi ne kötü" ve "kötü" olan ergenlere zihinsel dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek düzeyde olduğudur. Zihinsel dayanıklılığın motivasyonu da kapsayan çok boyutlu bir kavram olduğundan bahsetmiştik. Ergen örnekleminden oluşan bir gruba yapılan çalışmada başarı motivasyonu (kişisel-içsel motivasyon) ile akademik başarı arasında istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar elde edilmiştir (Chetri, 2014). Ergen örneklem grubundan oluşan başka bir çalışmada ise zekanın ötesinde, bireylerin farklı motivasyon unsurlarının okuldaki başarılarını yordadığı sonucu elde edilmiştir. Ek olarak araştırmacılar, bildirilen çalışmaların birçoğunda akademik başarının öngörülmesinde ilgili motivasyonun artan geçerliliğinden yana olduklarını da aktarmışlardır (Steinmayr ve Spinath, 2009). Bütün bu bilgiler ışığında, akademik başarısı daha iyi olan ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek düzeyde olması olağan bir sonuçtur.

Araştırmamız kapsamında elde ettiğimiz bir diğer bulguya göre ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin aile gelir düzeylerine göre farklılaştığıdır. Aylık aile gelir düzeyi 15.001 Türk lirası ve üzeri olan ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin, aile aylık gelir düzeyi 8501-10.000 Türk lirası olan ergenlerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucunu elde ettik. Yapılan araştırmalar ergenlerin zihinsel, fiziksel ve sosyal refahları ile algıladıkları sosyo-ekonomik düzey arasında önemli düzeyde bir ilişki olduğunu bildirmektedir (Steinvoord ve Junge, 2019). Ergen örnekleminden oluşan bir başka çalışmaya göre ise, algılanan ekonomik refahtan bağımsız olarak çok düşük düzeydeki ev gelirinin daha yüksek düzeyde ruh sağlığı sorunuyla ilişkili olduğu yönündedir (Bøe vd., 2019). Bu doğrultuda, bulgularımızın mevcut literatürle örtüştüğü söylenebilir.



Elde ettiğimiz bir diğer bulguya göre, kendine ait odası olmayan ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin kendine ait bir odası olan ergenlere göre daha düşük düzeyde olduğudur. Lincoln (2014), genç odası gibi kişisel, özel alanları, gençlerin kültürel ve sosyal yaşamlarını, geçişlerini, kimliklerini, özlemlerini ifade edebildikleri ve temsil edebildikleri ilk alanlarından biri olarak aktarmıştır (Lincoln, 2014). Lincoln (2015) bir başka çalışmada ise aile evinde bir yatak odasının, genç bireyler tarafından çoğunlukla belirli bir düzeyde kontrol, sahiplik ve düzenleme uygulayabilmenin yanı sıra gündelik hayatın karmaşası ve zorluklarından uzakta oldukları ve mahremiyet elde edebilecekleri ilk alanlardan biri olarak kabul edilebileceğini bildirmiştir (Lincoln, 2015). Bu kapsam doğrultusunda değerlendirildiğinde kendi denetiminde bir alanı olan, duygularını, yaşadıklarını ve deneyimlerini karmaşadan uzak bir alanda değerlendirebilen ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek düzeyde olması şaşırtıcı bir sonuç değildir.

Araştırmamız kapsamında elde ettiğimiz diğer bulgular arasında, annesi ile ilişkisini “oldukça iyi” olarak belirten ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin “iyi” ve “iyi değil” olarak belirten ergenlerden daha yüksek olduğudur. Babası ile ilişkisini “oldukça iyi” olarak belirten ergenlerin zihinsel dayanıklılık puan ortalamaları, babası ile ilişkisini “iyi”, “ne iyi ne kötü” ve “kötü” olarak belirten ergenlerin zihinsel dayanıklılık puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, babası ile ilişkisini “iyi” olarak belirten ergenlerin zihinsel dayanıklılık puan ortalamaları, babası ile ilişkisini “ne iyi ne kötü” ve “kötü” olarak belirten ergenlerin zihinsel dayanıklılık puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu elde edilmiştir. Ergenlik döneminde, en kritik ilişkilerden biri ebeveyn-çocuk ilişkileridir (Branje, 2018). Yapılan bir çalışmada, 43 yüksek risk grubundaki ergen ile ebeveynleri/birinci bakım verenleri arasındaki ilişki niteliksel olarak incelenmiştir. Ebeveynlerin/birincil bakım verenlerin, sosyal damgalanma, fiziksel ve kişisel özellikler, etnik köken ve zayıf koşullar sebebiyle dışlanmış yüksek risk grubundaki ergenlerin ruh sağlıklarını güçlendiren faktörler üzerinde büyük bir etkiye sahip oldukları aktarılmıştır (Ungar, 2004). Yapılan bir diğer çalışmada, ergenlerin günlük yaşamlarında algıladıkları ebeveyn ve arkadaş desteğinin daha fazla hissedildiği günlerde ergenlerin mutluluk düzeylerinde ve sosyal bağlılıklarında artış yaşadıklarıdır. Bu bulgulara ek olarak, ebeveyn desteğinin arkadaş desteğinden yoksun ergenler için koruyucu bir faktör olduğu bildirilmiştir (Schacter ve Margolin, 2019). Literatürün sunduğu bu bilgiler ışığında da bulgularımızda annesi, babası ile ilişkileri daha iyi olan ergenlerin zihinsel dayanıklılıklarının daha yüksek düzeyde olması mantıklıdır.

Bir diğer bulgumuza göre, kardeşi ile ilişkisi “iyi değil” olan ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin “ilişkisi iyi”, “oldukça iyi”, ve “kardeşi olmayan” ergenlere göre anlamlı düzeyde düşük olduğudur. Ergenlik dönemindeki bireylerin kardeş ilişkilerini ebeveynler ve akran ilişkileri kapsamında inceleyen bir araştırmada, kızlar için kardeşleriyle iyi bir ilişkinin ebeveynleri ve akranları ile iyi bir ilişkinin yanı sıra artan yaşam doyumu ve özgüven ile ilişkilendirildiği bulunmuştur (Oliva ve Arranz, 2005). Bir başka çalışma ise kardeşlerin hem çocukların hem de ergenlerin hayatında demirbaş olduklarını aktarmaktadır (McHale vd., 2012). Araştırmacılar ayrıca kardeş ilişkilerinin gelişim açısından önemli bir bağlam sunduğunu ifade etmektedirler (Feinberg vd., 2012). Erken ergenlik döneminde, özellikle küçük kardeşlerin, büyük kardeşlerinin sağladığı bilgi ve tavsiyelerden destek olarak ortaya çıkan yeni zorluklarla başa çıkma sürecinde, destekleyici kardeş ilişkilerinin önemli bir rol oynayabileceğini vurgulamışlardır (Kramer vd., 2019). Bu doğrultuda, elde ettiğimiz bulgunun literatürde sunulan bilgilerle uyumlu olduğu söylenebilir.

Bir diğer sonuca göre, okul arkadaşlarıyla ilişkisini “oldukça iyi” belirten ergenlerin “iyi”, “ne iyi ne kötü”, “kötü” olarak belirten ergenlerden zihinsel dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğudur. Ergenlerle yapılan bir çalışmada, ergenlerin sınıf arkadaşlarıyla yakın ilişkilerinin, riskli davranışlarda bulunmaması için en iyi koruyucu faktörün olduğu belirtilmiştir. Ek olarak, ergenlerin arkadaşlıklarının niteliğinin refahlarını olumlu yönde etkilediğini de vurgulamışlardır (Tomé vd., 2014). Ergenlerle yapılan iki yıllık bir boylamsal araştırma sonucunda araştırmacılar, arkadaşı olmayan 6.sınıf öğrencilerinin, karşılıklı arkadaşlık ilişkisi olan öğrencilere göre daha düşük düzeyde akademik başarı, duygusal problemler ve olumlu sosyal davranış gösterdikleri elde edilmiştir (Wentzel vd., 2004). Literatürdeki mevcut bu bilgiler ve araştırma sonuçları bulgumuz ile örtüşmektedir.

Araştırmamızdan elde ettiğimiz diğer bulguya göre, ebeveynleri tarafından izin verilmeyen davranışlarda bulunma durumunu “hiçbir zaman” şeklinde belirten ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri, “çoğunlukla”, “ara sıra” ve “nadiren” şeklinde yanıtlayan ergenlere göre daha yüksek düzeydedir. Bu bulgunun, ebeveyn-ergen çatışma sıklığı açısından, otoriter ve ihmalkar ebeveynlere sahip olan ergenlerin, hoşgörülü ebeveynlere sahip ergenlere göre daha yüksek düzeyde çatışma yaşadığı sonucuyla örtüştüğü düşünülmektedir (Bi vd., 2018). Benzer şekilde anne baskın yaklaşımını, “genellikle beni anlamaya çalışır.” ve “genellikle haddimi aştığım durumlarda bile aşırı hoşgörülü yaklaşır.” şeklinde değerlendiren ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri, anne baskın yaklaşımını “genellikle büyük baskı kurar” ve “ne zaman nasıl davranacağını tahmin etmem zor.” şeklinde belirten ergenlerden daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Bir diğer bulguya göre, baba baskın yaklaşımını “genellikle beni anlamaya ve ihtiyaçlarıma cevap vermeye çalışır.”, “genellikle haddimi aştığım durumlarda bile aşırı hoşgörülü davranır.” olarak belirten ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin “genellikle üzerimde büyük bir baskı kurar.” ve “genellikle benimle olduğu kadar ilgilenmez” şeklinde belirten ergenlerden daha yüksek düzeyde olduğudur. Yapılan bir araştırmada ergenlerin algıladıkları ebeveyn tutumunun öznel iyi oluşlarını etkilediği yönündedir. Elde edilen sonuçlara göre, ebeveynlerini hoşgörülü ve demokratik olarak algılayan ergenlerin, ebeveynlerini otoriter ve ihmalkar olarak algılayan ebeveynlerden öznel iyi oluşları daha yüksek düzeydedir (Sari ve Ozkan, 2016). Yapılan bir başka çalışmanın sonuçlarına göre ise, ergenlerin algıladıkları ebeveyn ilişkilerinin niteliği ile depresif belirtiler arasında ilişki bulunmaktadır (Branje vd., 2010). Bu bağlamda,

ergenlerin ebeveynleriyle olan ilişkilerini ve baskın yaklaşımlarını daha olumlu olarak değerlendirmeleri sonucunda daha yüksek düzeyde zihinsel dayanıklılık düzeylerine sahip olmalarının makul bir sonuç olduğu düşünülmektedir.

Araştırmadan elde ettiğimiz bir diğer bulgu ise sosyal medyayı “1 saatten az”, “1-3 saat” ve “3-5 saat arasında” kullandığını belirten ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeyi sosyal medyayı “kullanmıyorum” ve “5 saat üzeri” olarak belirten ergenlerden daha yüksek düzeyde olduğu sonucu elde edilmiştir. Mevcut literatüre bakıldığında araştırmacılar, sosyal medyayı yeni bir iletişim aracı olarak tanımlamanın yanı sıra ergenlere birçok faydası olduğunu ve sosyal hayatlarında önemli bir rol oynadığını vurgulamaktadırlar (Reid ve Weigle, 2014). Bir başka çalışmadan elde edilen bulgulara göre, sosyal medyanın çocuk ve ergenlerin iletişim becerilerini artırma, bilgi edinme, teknik becerileri geliştirme ve teknolojinin sunduğu olanakları nasıl daha etkili kullanabilecekleri konusunda yararlar sağladığı yönündedir (Tartari, 2015). Ancak yararlı olabileceği yönündeki bu bulguların yanı sıra sosyal medyayı uzun süre kullanımının olumsuz sonuçlara neden olabileceği başka araştırmalar tarafından aktarılmıştır. 2022 yılında yapılan bir meta-analiz çalışmasından elde edilen bulgular doğrultusunda ergenlerin sosyal medyada her saat artışı için depresyon riskinin %13 arttığı yönündedir (Liu vd., 2022). Yapılan başka bir çalışmada ise, sosyal medyada geçirilen zamandaki artışların, davranış problemdeki artışlarla, depresyon belirtileri arasındaki artışlarla ve dönemsel olarak alınan alkol miktarının artışı ile ilişki olduğu aktarılmıştır (Brunborg ve Andreas, 2019). Bu bilgiler ışığında, sosyal medyayı sınırlı sürelerle kullanan ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin sosyal medyayı kullanmayan ve beş saat üzeri kullanan ergenlere göre daha yüksek düzeyde olması mevcut literatürle uyumludur.

## **Sonuç ve Öneriler**

Ergenlik döneminin pek çok birey için stresli bir dönem olarak görüldüğü araştırmacılar tarafından vurgulanmaktadır (Coleman, 2011). Dolayısıyla bu stres unsurları ile daha kolay bir şekilde başa çıkmada etkili olduğu düşünülen zihinsel dayanıklılık ve ilişki olan faktörlerin belirlenmesinin okullar tarafından yapılacak çalışmalara, ilgili önleme, müdahale ve politikaların geliştirilme çalışmalarına katkı sunması hedeflenmiştir. Araştırmamızdan elde ettiğimiz bulgulara göre, ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin cinsiyetlerine, yaşlarına, akademik başarı düzeylerine, kendilerine ait odaları olup olmamasına, anne, baba, kardeş ve okul arkadaşları ile ilişkilerine, ebeveynleri tarafından izin verilmeyen davranışlarda bulunma durumlarına, anne, baba baskın yaklaşımlarına ve sosyal medya kullanım sürelerine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Bu doğrultuda kız ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin artırılmasına yönelik okul psikolojik danışma ve rehberlik servisleri tarafından çalışmalar yapılmasının ve ebeveynlere bu doğrultuda eğitimler verilmesinin işlevsel olabileceği düşünülmektedir. Ergenlerin kendilerine ait alanlarının olmasının önemi ebeveynlere aktarılabilir ve bu alanların sağlanabilmesi için politikalar geliştirilebilir. Ergenlere, ortaöğretimin son sınıf düzeyinde ve lisenin birinci sınıf düzeyinde, zihinsel dayanıklılık düzeylerinin azalmamasına yönelik ebeveynleri, öğretmenleri ve diğer okul personeli tarafından destekleyici yaklaşımlar sunmanın yararlı olabileceği düşünülmektedir. Anne ve babaların ergenler ile ilişkilerini anlayışlı bir tutumla sürdürmeleri, çocuklarının içinde buldukları gelişimsel evrenin stresli ve duygusal açıdan zorlayıcı olabileceğini göz önünde bulundurarak empati göstermelerinin önemli olduğu ifade edilebilir. Ergenlerin kardeşleri ve okul arkadaşlarıyla iletişim başlatma ve sürdürme becerileri konusunda gerek okul personelleri tarafından gerekse ebeveynler tarafından desteklenmesinin de işlevsel olabileceği düşünülmektedir. Ergenlerin sosyal medya sürelerinin sınırlandırılması ile ilgili çalışmaların okul ile sınırlı kalmayıp, yöneticiler tarafından ulusal ve uluslararası düzeyde politikalar geliştirmelerinin ergenlerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri açısından önemli olduğu söylenebilir. Çalışmanın genellebilirliğini arttırmak amacıyla farklı örneklem gruplarıyla çalışmalar yapılabilir.

## **Sınırlılıklar**

Bu çalışma Ankara ilinin Mamak, Keçiören ve Sincan ilçesinde eğitimine devam eden 11-16 yaş grubundaki ergenlerle sınırlıdır. Araştırma kapsamında kullanılan araştırma deseninin kesitsel olması araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır. Bu sebeple araştırmanın sonuçları doğrultusunda herhangi bir neden-sonuç ilişkisinden bahsedilememektedir. Bu bağlamda, araştırmacılar yaşamın erken yıllarından itibaren, bireylerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri üzerinde etkili olacak unsurları belirleyerek boylamsal araştırma metodları kullanabilirler.

### **Etik Kurul İzni**

Bu araştırma, Hacettepe Üniversitesi Etik Kurulu'nun 9.02.2023 tarihli E-35853172-300-00002681529 sayılı kararı (Onay No. 35853172) ile etik ilkelere uygun olduğu beyan edilmiştir.

### **Yazar Katkısı**

Çalışmaya tüm yazarlar eşit oranda katkı sağlamıştır.

### **Çıkar Çatışması**

Çıkar çatışması yoktur.

## Kaynaklar

- Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü. (Erişim Tarihi: 12 Aralık 2022). Eğitim İstatistikleri. <https://ankara.meb.gov.tr/www/egitim-istatistikleri/icerik/24>
- Bi, X., Yang, Y., Li, H., Wang, M., Zhang, W., & Deater-Deckard, K. (2018). Parenting styles and parent–adolescent relationships: The mediating roles of behavioral autonomy and parental authority. *Frontiers in Psychology, 9*, 2187.
- Bøe, T., Petrie, K. J., Sivertsen, B., & Hysing, M. (2019). Interplay of subjective and objective economic well-being on the mental health of Norwegian adolescents. *SSM-Population Health, 9*, 100471.
- Branje, S. (2018). Development of parent–adolescent relationships: Conflict interactions as a mechanism of change. *Child Development Perspectives, 12*(3), 171-176.
- Branje, S. J., Hale, W. W., Frijns, T., & Meeus, W. H. (2010). Longitudinal associations between perceived parent-child relationship quality and depressive symptoms in adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology, 38*, 751-763.
- Brunborg, G. S., & Andreas, J. B. (2019). Increase in time spent on social media is associated with modest increase in depression, conduct problems, and episodic heavy drinking. *Journal of Adolescence, 74*, 201-209.
- Bumpus, M. F., Crouter, A. C., & McHale, S. M. (2001). Parental autonomy granting during adolescence: exploring gender differences in context. *Developmental Psychology, 37*(2), 163.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2022). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (Vol. 32.baskı). Pegem Akademi.
- Chetri, S. (2014). Achievement motivation of adolescents and its relationship with academic achievement. *International Journal of Humanities and Social Science Invention, 3*(6), 8-15.
- Clough, P., Earle, K., & Sewell, D. (2002). Mental toughness: The concept and its measurement. *Solutions in Sport Psychology, 1*, 32-45.
- Clough, P., & Strycharczyk, D. (2012). *Developing mental toughness: Improving performance, wellbeing and positive behaviour in others*. Kogan Page Publishers.
- Coleman, J. C. (2011). *The nature of adolescence*. Routledge.
- Compas, B. E. (2004). Processes of risk and resilience during adolescence: Linking contexts and individuals. *Handbook of Adolescent Psychology, 263-296*.
- Compas, B. E., & Wagner, B. M. (2017). Psychosocial stress during adolescence: Intrapersonal and interpersonal processes. In *Adolescent stress* (pp. 67-86). Routledge.
- Connaughton, D., Hanton, S., Jones, G., & Wadey, R. (2008). Mental toughness research: Key issues in this area. *International Journal of Sport Psychology, 39*(3), 192-204.
- Feinberg, M. E., Solmeyer, A. R., & McHale, S. M. (2012). The third rail of family systems: Sibling relationships, mental and behavioral health, and preventive intervention in childhood and adolescence. *Clinical Child and Family Psychology Review, 15*, 43-57.
- George, D. (2010). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 Update-Darren George, Paul Mallery. In: Google Books, Allyn & Bacon.
- Gerber, M., Brand, S., Feldmeth, A. K., Lang, C., Elliot, C., Holsboer-Trachsler, E., & Pühse, U. (2013). Adolescents with high mental toughness adapt better to perceived stress: A longitudinal study with Swiss vocational students. *Personality and Individual Differences, 54*(7), 808-814.
- Kramer, L., Conger, K. J., Rogers, C. R., & Ravindran, N. (2019). Siblings.
- Lincoln, S. (2014). “I’ve Stamped My Personality All Over It” The Meaning of Objects in Teenage Bedroom Space. *Space and Culture, 17*(3), 266-279.
- Lincoln, S. (2015). ‘My Bedroom is me’: Young people, private space, consumption and the family home. *Intimacies, Critical Consumption and Diverse Economies, 87-106*.
- Liu, M., Kamper-DeMarco, K. E., Zhang, J., Xiao, J., Dong, D., & Xue, P. (2022). Time Spent on Social Media and Risk of Depression in Adolescents: A Dose–Response Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(9), 5164.
- McGeown, S., St. Clair-Thompson, H., & Putwain, D. W. (2018). The development and validation of a mental toughness scale for adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment, 36*(2), 148-161.
- McGeown, S. P., St Clair-Thompson, H., & Clough, P. (2016). The study of non-cognitive attributes in education: Proposing the mental toughness framework. *Educational Review, 68*(1), 96-113.
- McHale, S. M., Updegraff, K. A., & Whiteman, S. D. (2012). Sibling relationships and influences in childhood and adolescence. *Journal of Marriage and Family, 74*(5), 913-930.
- Newman, B. M., Newman, P. R., Griffen, S., O’Connor, K., & Spas, J. (2007). The relationship of social support to depressive symptoms during the transition to high school. *Adolescence, 42*(167).
- Nicholls, A. R., Polman, R. C., Levy, A. R., & Backhouse, S. H. (2009). Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences, 47*(1), 73-75.
- Oliva, A., & Arranz, E. (2005). Sibling relationships during adolescence. *European Journal of Developmental Psychology, 2*(3), 253-270.
- Reid, D., & Weigle, P. (2014). Social media use among adolescents: Benefits and risks. *Adolescent Psychiatry, 4*(2), 73-80.

- Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı. (Erişim tarihi: 12 Aralık 2022). İlçelerin Sosyo-Ekonomik Gelişmişlik Sıralaması (SEGE). <https://www.sanayi.gov.tr/assets/pdf/birimler/2022-ilce-sege.pdf>
- Sari, T., & Ozkan, I. (2016). An investigation of the relationship between adolescents' subjective well-being and perceived parental attitudes. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 29(2), 155.
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(3), 223-228.
- Schacter, H. L., & Margolin, G. (2019). The interplay of friends and parents in adolescents' daily lives: Towards a dynamic view of social support. *Social Development*, 28(3), 708-724.
- Soylu, Y., Sağkal, A. S., & Özdemir, Y. (2019). Ergenler İçin Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği: Türkçe uzun ve kısa formun psikometrik özellikleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 20(1), 322-334.
- Steinmayr, R., & Spinath, B. (2009). The importance of motivation as a predictor of school achievement. *Learning and Individual Differences*, 19(1), 80-90.
- Steinvoord, K., & Junge, A. (2019). Does an association exist between socio-economic status and subjective physical, mental and social well-being among early adolescents? *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 34(1), 20190090.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2013). *Using Multivariate Statistics* (Vol. 6). Pearson Boston, MA.
- Tartari, E. (2015). Benefits and risks of children and adolescents using social media. *European Scientific Journal*, 11(13).
- Tomé, G., de Matos, M. G., Camacho, I., Simões, C., & Diniz, J. A. (2014). Friendships quality and classmates support: How to influence the well-being of adolescents. *Higher Education of Social Science*, 7(2), 149-160.
- Ungar, M. (2004). The importance of parents and other caregivers to the resilience of high-risk adolescents. *Family Process*, 43(1), 23-41.
- Wentzel, K. R., Barry, C. M., & Caldwell, K. A. (2004). Friendships in middle school: Influences on motivation and school adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 96(2), 195.
- Wise, I. (2018). *Adolescence*. Routledge.
- Yasar, O. M., & Turgut, M. (2020). Mental toughness of elite judo athletes. *Acta Med*, 36(2), 995-998.

## Expanded Abstract

This study, which aimed to examine the mental toughness levels of adolescents according to various variables, was designed according to the survey model and cross-sectional survey design as quantitative research methods. The survey model is a research in which the views of the participants on an event or subject or the characteristics such as ability, attitude, interest, etc. can be determined and which has the opportunity to work with larger sample groups compared to other research models are called survey researches. Since the variables described within the scope of this study (gender, age, sex, parental dominant approach, etc.) were collected at one time, it is in the cross-sectional design type of survey model (Büyüköztürk et al., 2022). The data were collected through the "Demographic Information Form" prepared by the researchers and the "Mental Toughness Scale for Adolescents-Short Form", which was adapted into Turkish by Soylu et al. (Soylu et al., 2019). To determine the study population, firstly, the less socio-economically developed districts in Ankara were determined within the scope of the Socio-Economic Development Ranking (SEGE) 2022 Report of the Ministry of Industry and Technology of the Republic of Turkey. In this framework, the population of the study consisted of adolescents in the 11-16 age group who continue their education in Mamak, Keçiören and Sincan districts of Ankara, which were identified as less socio-economically developed according to the report. The sample of the study consisted of 1639 adolescents in the 11-16 age group. The mean scores of the Mental Toughness Scale for Adolescents were tested for differences according to gender and whether they had their own room using the t-test for Independent Samples. Differences according to age, grade, academic achievement, relationship status with mother/father/school friends/siblings, engaging in impermissible behaviors, dominant approach of mother/father, and duration of social media use were tested using "One-Way Analysis of Variance (ANOVA)".

Our research revealed statistically significant differences in the mental toughness levels of adolescents based on their gender, age, academic achievement level, family income level, whether they have their own rooms, their relationships with their parents, siblings and schoolmates, their behaviors that are not allowed by their parents, their parents' dominant approach and their social media usage time.

In line with existing literature, our findings are consistent with previous research. In a study conducted to determine the mental toughness levels of male and female athletes, similar to our findings, it was found that men had higher mental toughness levels than women (Nicholls et al., 2009). In a study, it was reported that the transition period to high school is a period in which students experience disruptions in their social support systems. According to their reports, social support decreased from 8th to 9th grade and depressive symptoms increased from 8th to 9th grade. In addition, it was reported that 9th grade students experienced higher levels of depressive symptoms than 8th grade students (Newman et al.,). We mentioned that mental toughness is a multidimensional concept that includes motivation. In a study conducted with a sample of adolescents, statistically significant results were obtained between achievement motivation (personal-intrinsic motivation) and academic achievement (Chetri, 2014). Lincoln (2014) stated that one of the first spaces where young people can express and represent their cultural and social lives, identities and aspirations is the teen room, which is a personal and private space. One study qualitatively examined the relationship between 43 high-risk adolescents and their parents/primary caregivers. It was reported that parents/primary caregivers have a great influence on the factors that strengthen the mental health of high-risk adolescents who are excluded due to social stigmatization, physical and personal characteristics, ethnicity and poor conditions (Ungar, 2004). In another study, parental and peer support perceived by adolescents in their daily lives and the interaction between them were examined. According to the findings of the study, on days when they felt more parental and peer support, they experienced an increase in their happiness levels and social commitment. In addition to these findings, parental support was reported to be a protective factor for adolescents who lacked peer support (Schacter & Margolin, 2019). They emphasized that supportive sibling relationships can play an important role in early adolescence, especially in the process of younger siblings coping with new challenges that arising from receiving support from the information and advice provided by their older siblings (Kramer et al., 2019). Adolescents who perceive their parents as tolerant and democratic have higher levels of subjective well-being than parents who perceive their those as authoritarian and neglectful (Sari & Ozkan, 2016). Social media is believed to provide benefits for children and adolescents in terms of increasing their communication skills, obtaining information, developing technical skills and using the opportunities offered by technology more effectively (Tartari, 2015). However, in addition to these findings that it can be beneficial, other studies have reported that prolonged use of social media can cause negative consequences. A meta-analysis conducted in 2022 found that the risk of depression increased by 13% every hour adolescents spent on social media (Liu et al., 2022). Another result we obtained is that the mental toughness levels of adolescents do not differ according to their family income levels. However, this finding does not coincide with those reported in the literature. According to a study with an adolescent sample, very low household income is associated with higher levels of mental health problems regardless of perceived economic well-being (Bøe et al., 2019). Although the mental toughness levels of adolescents did not differ according to family income levels within the scope of this study, it may be recommended to investigate this variable with different sample groups. In order to increase the mental toughness levels of adolescents, studies can be conducted by administrators and school staff.