

Çocuklarda Psikolojik Sağlamlık (Ortaokul)

Öğretmen Sunumu



Özel Eğitim ve
Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü



gefördert von
KFW



Dünya Sağlık Örgütü (WHO-2001)

Sağlık; "sadece hastalık ve sakatlığın olmaması değil fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik hâli" olarak tanımlanır.



Çocuk Ruh Sağlığı

Çocukluk ve ergenlik çağı, son dönemde artan şekilde ruh sağlığı sorunları yaşanan dönemler arasına girmiştir (Amaral vd., 2020).

Dünya Sağlık Örgütü (2020) verilerine göre; küresel düzeyde rastlanan sağlık bozulmalarının %16'sı ergenlerin yaşadığı ruh sağlığı sorunlarıdır.

Ruhsal zorlanmaya yol açan örseleyici durumlar ve olaylar bireylerin tüm yaşamları süresince işlevselliklerini, iyilik hâllerini ve strese maruz kaldıklarında verdikleri tepkileri olumsuz yönde etkilemektedir (SAMHSA, 2014).

Çocuk Ruh Sağlığı

Ruh sağlığındaki bozulmalar çoğunlukla 14 yaş itibarıyla ortaya çıkmakta, ancak önemli bir kısmı tespit ya da tedavi edilememektedir (Kessler vd., 2007).

Erken dönemde tespit ve müdahale edilmediği takdirde ruh sağlığı sorunları yetişkinlik dönemine uzanmaktadır (Dünya Sağlık Örgütü, 2020).

Ruh Sağlığı Vakfı'nın (2020) verilerine göre ruh sağlığı sorunu yaşayan çocuk ve ergenlerin büyük çoğunluğu (%70) için belirtilerinin erken dönemde fark edilmesi, önleyici ve iyileştirici müdahalelerin hayata geçirilmesi gibi uygun şartlar bulunmamaktadır.

Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantıları

- Fiziksel, cinsel ya da duygusal istismara maruz kalma
- Duygusal ya da fiziksel ihmale maruz kalma
- Yoksulluk
- Annenin ev ortamında şiddete maruz kalması
- Birlikte yaşanan aile üyelerinden birinin alkol ya da madde bağımlısı olması
- Aile üyelerinden birinin ruh sağlığının bozulmuş olması
- Ölüm
- Boşanma ya da ebeveynin hapse girmesi gibi sebeplerle aile ortamının işlevselliğini yitirmesi

Çocukluk Çağı Travmaları

- Kalp (Dong vd., 2004), diyabet, akciğer, karaciğer hastalıkları (Dong, vd., 2003),
- Kanser (Ports, vd., 2019) gibi kronik rahatsızlıkları (Felitti, vd., 1998; Bellis, vd., 2019),
- Obezite (Williamson, vd., 2002), sigara, alkol, madde gibi bağımlılık yapıcı madde kullanımını (Strine, vd., 2012; Strine, vd., 2012; Stein, vd., 2017),
- Suç davranışlarına yönelme riskini (Lansford, vd., 2007) ve
- İntihar eğilimlerini (de Mattos Souza, vd., 2016; Thompson, Kingree, ve Lamis, 2019) arttırmaktadır.

Toplum Merkezi Olarak Okullar

- Okul çağındaki çocukların yüksek oranlarda travmaya maruz kalmaları (Finkelhor, Turner, Shattuck ve Hamby, 2015) okul sistemini travmatik etkiyi ve belirtileri daha iyi tanıma anlamaya zorlamaktadır.
- Bir toplumun refah seviyesinin yükselmesi ve her anlamda ilerleyebilmesi, çocukların gelişimlerini sürdürdükleri ev, okul gibi ortamların ne kadar olumlu olduğu ile doğru orantılıdır (Harvard University Center on the Developing Child, 2021).
- Öğretmenler çocukların zorlu yaşam koşullarından nasıl etkilendiklerini değiştirme ve iyileşmelerini kolaylaştırma fırsatına sahiplerdir (John Hopkins Urban Health Institute, 2015).

Psikolojik Sağlamliğın Ruh Sağlığı Üzerine Olumlu Etkisi

Yapılan araştırmalarda;

- Psikolojik sağlamliğa sahip ergenlerin depresyon, stres ve kaygı düzeylerinin düşük olduğu (Dray vd., 2014; Dray vd., 2017; Pereira vd., 2016; Skrove, Romundstad ve Indredavik, 2013)
- Psikolojik sağlamliğı geliştirmeye yönelik etkinliklere katılan ergenlerin ruh sağlığı problemlerinin azaldığı (Cutuli vd., 2006; Brunwasser, Gillham ve Kim, 2009; Sun ve Stewart, 2010)
- Psikolojik sağlamliğın psikolojik iyi oluşu (Sagone ve DeCaroli, 2014; Sagone ve De Caroli, 2013; Vinayak ve Judge, 2018) ve öznel iyi oluşu (Li vd., 2017; McGarry vd., 2013) artırdığı sonuçları elde edilmiştir.

Psikolojik Sağlamlık: Beş Temel Boyut



Olumsuz Yaşantıların Üstesinden Gelmek

Özellikle kriz ve travma durumları gibi meydan okuyucu olumsuzlukların üstesinden gelmek hatta var olan kapasitenin üzerine çıkarak gelişim göstermek kendini toparlama gücü kavramının en temel boyutudur.



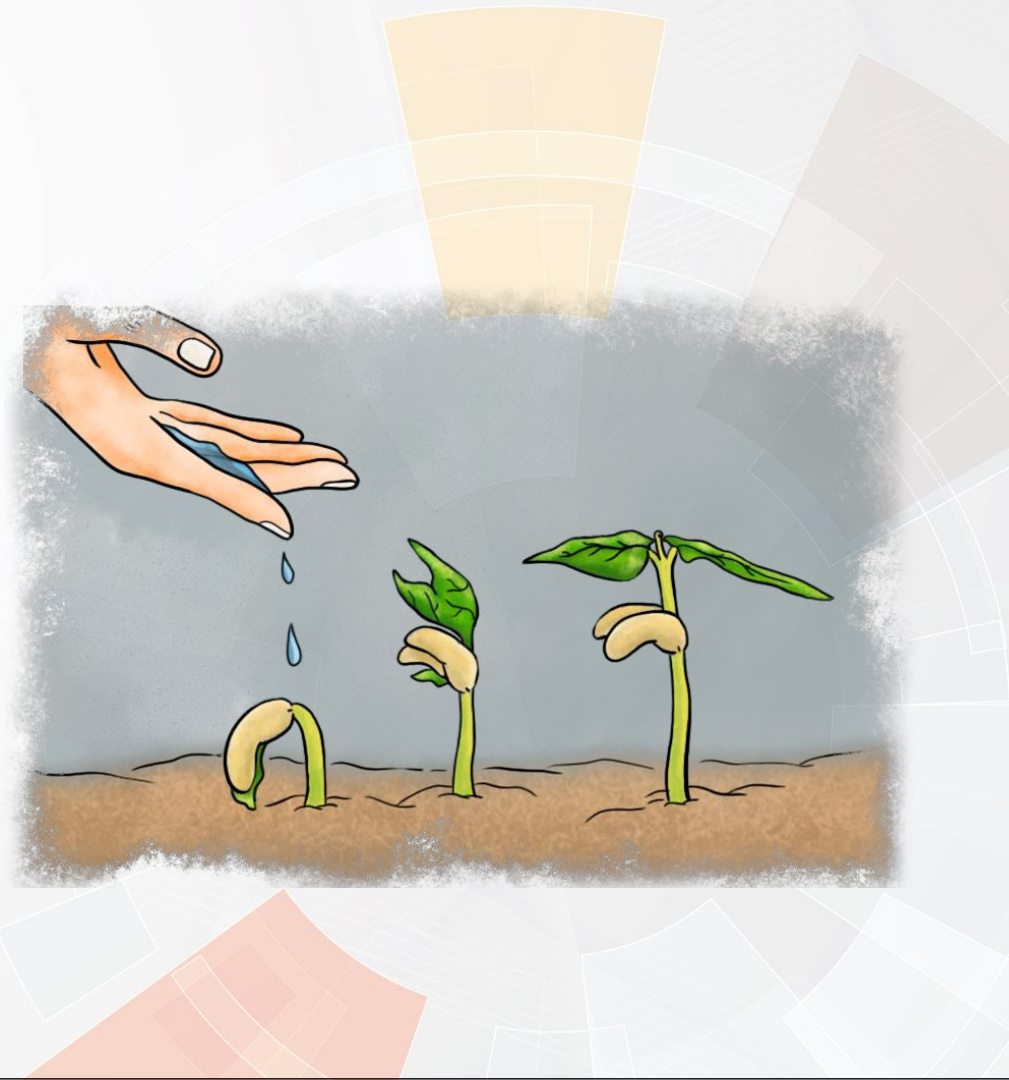
Uyum Sağlama ve Kendini Düzenleme

Zorlayıcı olumsuzluklar ve aniden günlük yaşamı sarsan örseleyici olaylar sonrasında ortaya çıkan yeni durumlara uyum sağlamak ve olumlu bir tutum belirlemek kavramın bir diğer temel özelliğidir.



Sıradan Sihir

Bu tanımlamayla psikolojik sağlamliğın her bireyde ve bireyin günlük yaşamında bulunan sıradan bir olgudur (Masten, 2001). Olağanüstü bir durum ya da özellik gibi değerlendirilmesine gerek yoktur.



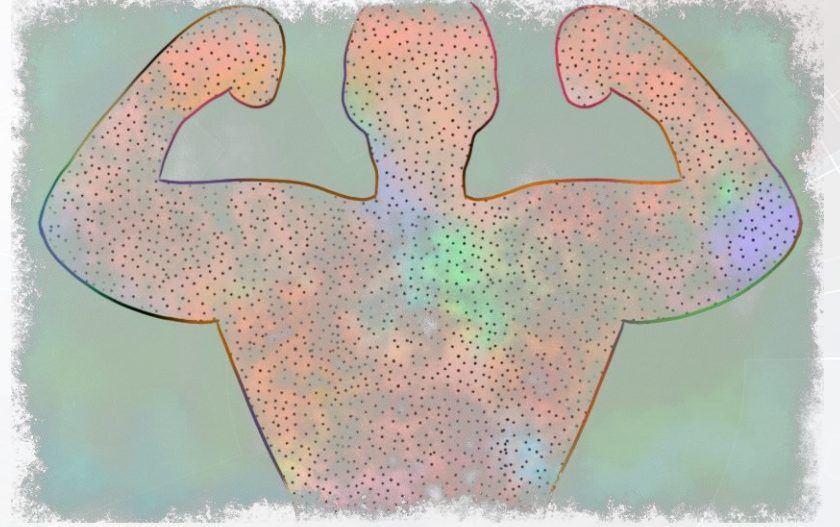
Ruh Sağlığını Korumak

Bireyin depresyon, kaygı, TSSB gibi ruh sağlığı problemleri yaşamaması ya da ruh sağlığı sorunlarını daha yönetilebilir düzeyde yaşaması psikolojik sağamlık ile ilişkilidir. Psikolojik sağamlık bireyi ruh sağlığı sorunlarından uzak tutan ve tampon görevi gören bir etkiye sahiptir.



Kendini Toparlamak

Travmadan sonra ayağa kalkmak,
zor durumdan kurtulup toparlanmak
ve iyi oluşun temel çizgisine
dönebilmek kavramın anahtar
bileşenlerinden biridir.



Psikolojik Sağlamlık Ortak Tanım: Denge Unsuru

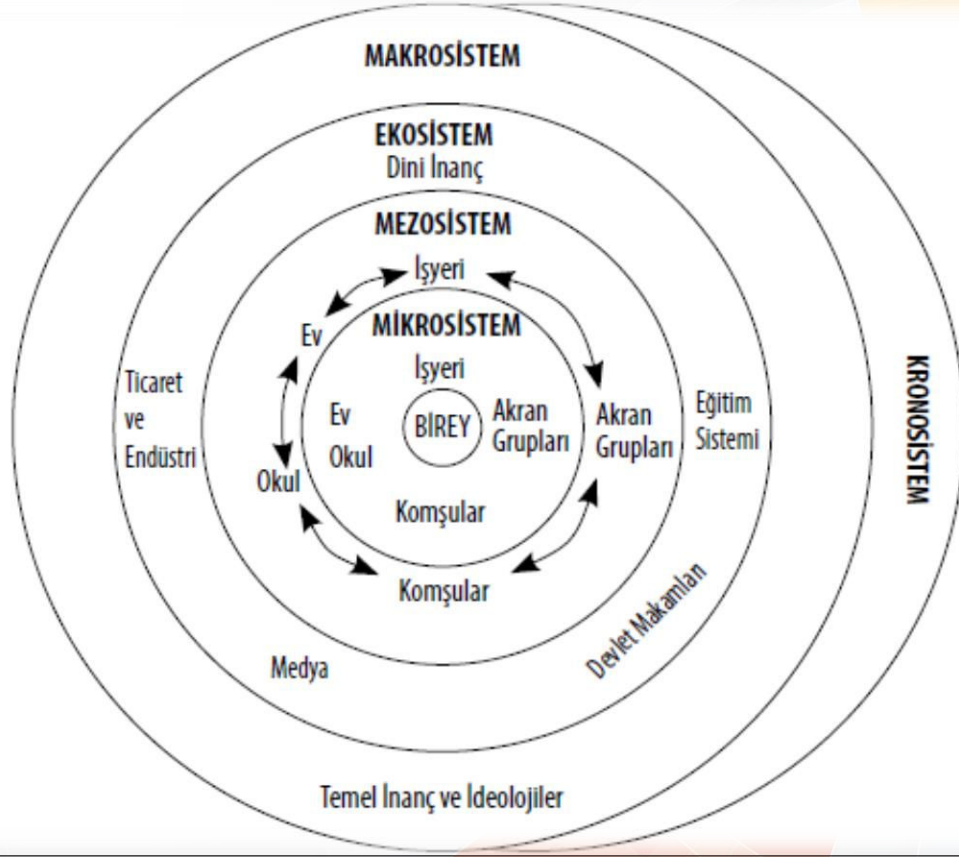
Bireyin incinebilirliğini artıran dezavantajların veya örseleyici yaşantıların sonunda ortaya çıkan riskli durumlara sosyal-ekolojik bağlamdaki koruyucu faktörlerin aracılığıyla uyum sağlayıp iyi oluşu devam ettirme ve gelişirme kapasitesi

(Kararırmak ve Işık, 2021; personal communication)

Bronfenbrenner: Ekolojik Sistem Kuramı

- Gelişime etki eden çoklu ekolojilerin varlığının öngörüldüğü bu kuram, toplum, okul, politik sistemler gibi bireyin içinde yaşadığı pek çok kurumun ve ortamın gelişim üzerindeki etkisine vurgu yapar (Trawick Swith, 2013).
- Ekolojik sistem kuramı, gelişimi doğrudan etkileyen yapıları sınıflandırır; bu sınıflandırmada birey merkezde bulunur ve bireyi çevreleyen iç içe geçmiş beş sosyokültürel katman, birbiri ile etkileşim hâlinde bireyin gelişimini biçimlendirir.

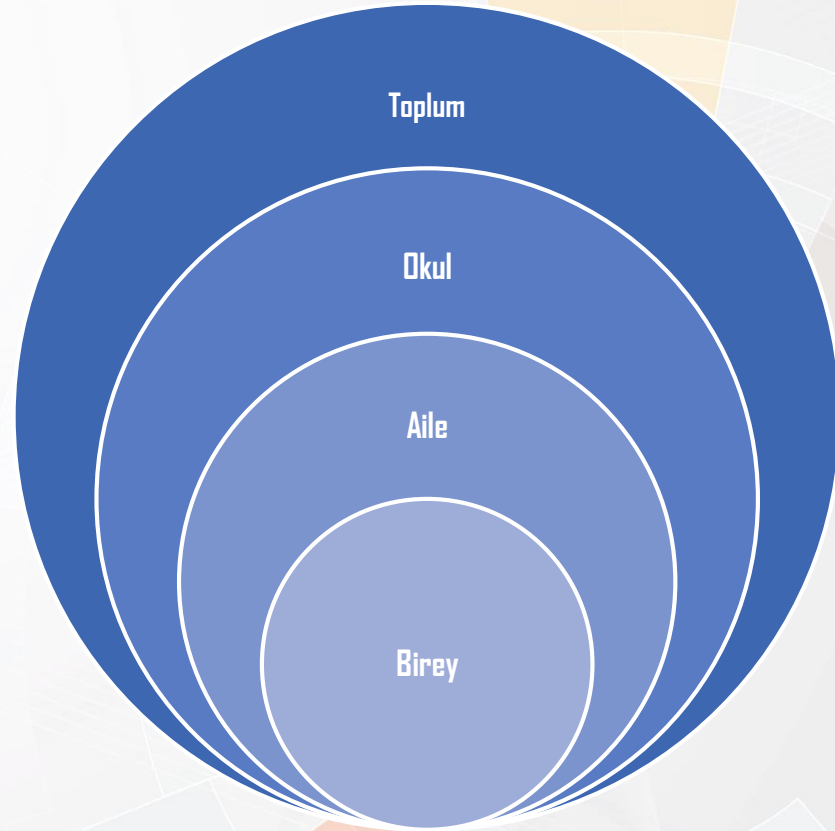
Bronfenbrenner: Ekolojik Sistem Kuramı



PS: Çoklu Sistem Yaklaşımları

- Çocuğun olumsuzluklara rağmen sağlıklı gelişimini yordayan sosyal ve fiziksel ekolojik çevresindeki merkeze yakın (temel bakım veren kişi) ve merkezden uzak (coğrafya) olan tüm faktörler dikkate alınmaktadır.
- Psikolojik sağlamlık; sistemin devamını, gelişimini ve işlevini tehdit eden zorluklara çoklu sistemik bir süreçler aracılığıyla uyum sağlamak için gösterdiği dinamik bir sistemin kapasitesidir (Masten ve diğerleri; 2021).

Risk ve Koruyucu Faktörler



Bireysel Risk Faktörleri

Erken doğum
Olumsuz yaşam olayları
Kronik hastalıklar
Madde kullanımı
İntihar girişimi
Kayıp/yas yaşantıları deneyimleme
İhmal ve istismara maruz kalma
Suç işleme
Engellilik durumu
Düşük benlik saygısına sahip olma

Ailesel Risk Faktörleri

Ebeveynin kronik hastalığı ya da psikopatolojisi
Ebeveyn boşanması
Ebeveyn kaybı/yoksunluğu
Madde kullanan ebeveyne sahip olma
Suç öyküsü olan aile üyesine sahip olma
Olumsuz ebeveyn tutumları
Aile içi çatışma
Aile içi şiddet
Ailede çocuk

Okul Sistemi Risk Faktörleri

Akademik başarısızlık
Akran zorbalığına maruz kalma
Okula aidiyetin yetersiz olması
Etkin olmayan öğretmen tutumu
Olumsuz sınıf/okul iklimi
Okul devamsızlığı/okul terki
Çok sık okul değiştirme
Güvenli olmayan okul çevresi

Çevresel Risk Faktörleri

Ekonomik zorluklar ve yoksulluk
Evsizlik, evden kaçma
Savaş
Terör eylemleri
Göç ve göçmenlik
Doğal afetler
Azınlık stresi yaşama/Kültürel ayrımcılığa maruz kalma
Sosyal çevreden şiddet görme
Çevrede sosyal destek verecek kuruluşların olmaması

Bireysel Koruyucu Faktörleri

İç denetim odağı
Yüksek benlik saygısı
Güçlü öz yeterlik algısı
Yüksek duygusal zekâ
Stresle başa çıkma becerileri
Problem çözme becerileri
Pro-sosyal beceriler
Öz düzenleme becerileri
Günlük rutin ve ritüellerin varlığı
Yaşamda anlam oluşturma
Umut, merak, cesaret, mizah, iyimserlik vb. güçlü yönlelere sahip olma

Ailesel Koruyucu Faktörleri

Güçlü aile bağları
Etkili ebeveynlik becerileri
Destekleyici ve besleyici aile ilişkilerine sahip olma
Duyarlı bakım veren aile üyelerine sahip olma
Ailenin kendi kültürel kimliğine yönelik olumlu bakış açısı

Okul Sistemi Koruyucu Faktörleri

Etkili öğretmen-öğrenci ilişkisi
Ebeveynin okula katılımı
Olumlu akran ilişkileri
Okula bağlılık ve okul aidiyeti
Olumlu sınıf/okul iklimi
Etkin eğitim/okul yönetimi politikaları
İlgili, şefkatli ve kapsayıcı sınıf ortamı

Çevresel Koruyucu Faktörler

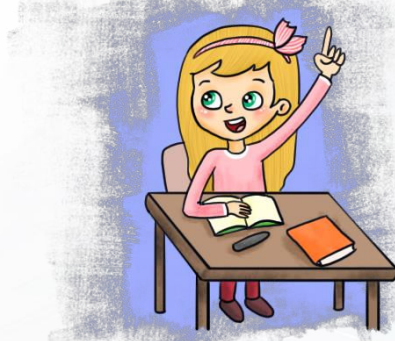
Yakın bir dost/akraba/komşuya sahip olma
Sosyal destek
Destekleyici ve kabul edici toplum ile etkileşim
Güvenli çevre ve toplum
Sosyoekonomik destek alınabilecek kurumların varlığı

Okullarda psikolojik sağlamlık neden önemlidir?



✓ Öğrenmeyi artırır ve eğitimsel kazanımı sağlar.

✓ Öğrencide sorumluluk bilincini artırır ve okula ait görevlerin yerine getirilmesini sağlar.



✓ Olumlu davranışı geliştirir ve okula katılımı sağlar.

✓ Kontrol odağını içselleştirir. Böylece öğrenciler, başarı ve başarısızlığı doğru şekilde yorumlar.



✓ Okula aitliği ve bağlılığı geliştirir.

✓ İlişkileri güçlendirir.

✓ Ruh sağlığını uzun dönemli destekler.

✓ Problem çözme becerilerinin gelişmesine katkı sağlar.

Risk Faktörleri

- Bireyin yaşamını tehdit edici yaşam olaylar ve durumlardır.
- Riskler kısa süreli ya da geçici olabileceği gibi en az altı ay süre devam eden kronik durumları içermektedir.
- Risk faktörlerinde zamana bağlı değişimler söz konusudur. Örneğin çocuğun yaşamında şu an için tanımlanan risk durumu, bir yıl sonra risk faktörü olarak görülmeyebilir.
- Risk tek başına bir anlam ifade etmez. Örneğin bir çocuğun yaşamında yoksulluk gibi zorlayıcı yaşam durumuna eşlik eden eğitimde kaynaklara erişememe.



Risk Faktörleri

- 11-14 yaş aralığında bulunan ortaokul öğrenci grubu, bir taraftan çocukluğu geride bırakma ve diğer taraftan ergenliği karşılama arasında, gelişimsel krizlerin yaşandığı bir süreç ile de karşı karşıyadırlar. Bu gelişimsel krizler bu grupta yer alan öğrenciler için beklenen yaşam durumlarıdır.
- Psikolojik sağlık bakış açısıyla, gelişimsel krizler çocuk ve ergenlerin kendilerini geliştirme, yeni destekleyici ve koruyucu faktörlerini keşfetmeleri için bir «şans faktörleri» olarak görülmektedir.
- Psikolojik olarak sağlık özelliği gösteren öğrenciler, bu beklenilmeyen yaşam durumları karşısında uyum sağlama ve başa çıkmada kullandıkları kaynaklar bireysel, aile, akran, okul ve daha geniş bağlamda çeşitlilikler göstermektedir.

Risk Faktörleri

- Fiziksel, zihinsel ve hormonal değişimler
- Soyut işlemler dönemi ile sosyal-bilişsel süreçlerdeki değişiklikler
- Daha fazla ders ile artan sorumluluklar
- Ailede ve okulda değişimler
- Bir öğretmenden, daha çok öğretmene geçiş
- Başarı ve performansa daha çok önem verilmesi
- Yaş grubu olarak ilkokulda en büyük iken ortaokulda en küçük olmak

Koruyucu Faktörler

- Risk ya da zorluğun etkisini yumuşatan, azaltan veya ortadan kaldıran, sağlıklı uyumu ve bireyin yeterliliklerini geliştiren durumlar koruyucu faktörler olarak tanımlanmaktadır.
- Farklı risk faktörleri karşısında başa çıkma ve uyum yeteneğini sağlayacak olan koruyucu ve destekleyici faktörler farklılıklar gösterecektir.
- Okullarda öğrencilerin yaşamlarında onları yaşam zorlukları karşısında gelişimlerini destekleyen faktörlerin keşfi, «güç temelli» program ve müdahalelerin yapılandırılmasında temel oluşturur.

Koruyucu Faktörler

Dört tip koruyucu süreç vardır:

1. Riskin etkisini ya da kişinin riske maruz kalmasını azaltanlar
2. Kötü olay ve deneyimlerinin ardından oluşan olumsuz reaksiyonlar zincirini azaltanlar
3. Başarımlarla öz saygı ve yetkinliği yükseltenler
4. Yaşamda gereksinim duyulan kaynakları ya da yeni yönelimleri sağlayan olumlu ilişki ve yeni fırsatlar

Koruyucu Faktörler

- ✓ Duyarlı bakım veren aile
- ✓ Yakın ilişkiler, duygusal güvenlik, ait olma
- ✓ Etkili ebeveynlik becerileri
- ✓ Uyum sağlamaya yönelik motivasyon
- ✓ Problem çözme becerileri, planlama, işlevsellik becerileri
- ✓ Öz düzenleme becerileri, duygu düzenleme
- ✓ Öz yetkinlik, benlik ya da kimliğe yönelik olumlu bakış açısı
- ✓ Yaşamda anlam oluşturma, yaşamın bir anlamı olduğuna inanma
- ✓ Günlük rutin ve ritüeller
- ✓ İyi işlevli bir okul ortamına bağlılık
- ✓ İyi işlevli bir toplum ile etkileşim
- ✓ Daha büyümüş hissi
- ✓ İlgilerine uygun daha fazla ders bulma fırsatı
- ✓ Yaşıtlarıyla daha fazla zaman geçirme imkânı
- ✓ Kendilerine uygun arkadaş seçme şansı
- ✓ Ebeveynin özerkliği desteklemesi
- ✓ Akademik konulara karşı merak ve ilgi

Psikolojik sağlamlık gösteren öğrencilerin özellikleri

- ✓ Kendini tanımaya yönelik farkındalık
- ✓ Yardım isteme kapasitesi
- ✓ Olumlu ruh sağlığı varlığı-iyi oluş
- ✓ Başkalarıyla bağlantı kurabilme yeteneği
- ✓ Hedeflerini yerine getirme azmi
- ✓ Geleceğe ilişkin bir amaç oluşturma



Psikolojik sağlamlık gösteren öğrencilerin özellikleri

- ✓ Sınıf içi ve sınıf dışı aktivitelere katılır.
- ✓ Eğitimini devam ettirmeye yönelik umudu vardır.
- ✓ Ders dışı etkinlikleri, insanları birbirine bağlayan bir kaynak olarak değerlendirir.
- ✓ Benlik saygısını ve yeterliliğini geliştirecek fırsatları değerlendirir.



Okullarda öğrencilerde psikolojik sağlamlığı geliştirmek için olmazsa olmazlar vardır.



Sınıf Temelli Öğretmen Uygulamaları için Öneriler: Öğretmenler

- ✓ Öğretmenin kendi psikolojik sağlamlığını keşfetmesi
- ✓ Öğretmenin güçlü özellikleriyle öğrencilere rol model olması
- ✓ Öğrencilerin kendilerini geliştirebilmelerine yönelik yapıcı geri bildirim vermek
- ✓ Öğrenciler için bir koruyucu faktör konumunda olduğunu unutmamak
- ✓ Öğrenciler ile sürekli olarak sıcak ve samimi ilişkiler kurmak



Sınıf Temelli Öğretmen Uygulamaları için Öneriler: Bireysel

- ✓ Öğrencinin zorlukları ya da olumsuzlukların üstesinden gelebileceğine inanmak
- ✓ Öğrenci ruh sağlığı ile yakından ilgilenmek ve öğrencinin yaşadığı gelişimsel krizler ve beklenilmeyen yaşam durumları karşısında okul rehberlik servisinden psikolojik destek alabilmesini sağlamak
- ✓ Öğrencilerin gelecek için amaç oluşturmalarını destekleme
- ✓ Öğrencinin güçlü yanlarını keşfetmesini sağlamak



Sınıf Temelli Öğretmen Uygulamaları için Öneriler-Sınıf İçi

- ✓ Sınıf içi etkileşimi artıracak uygun fiziksel ortamı sağlamak
- ✓ Sınıfta olumlu ilişkileri oluşturma (sınıf içi aitlik ve bağlılığı sağlama ile yakından ilgilenme)
- ✓ Öğrenciler arasında sosyal destek kaynaklarının kullanımını artırma
- ✓ Sınıf içi grup çalışmalarını destekleme
- ✓ Öğrencilerin yeni başlayan güne daha enerjik ve pozitif başlayabilmelerini sağlayacak fiziksel aktiviteler planlamak (meditasyon, yoga çalışmaları)



Kaynakça

Amaral M. D., Silva D. M., Costa M. G., Gonçalves A. M., Pires S. M., Cruz C. M., Cabral, L. D. R. & Gil, N. C. D. S. P. (2020). ProMenteSã: A teacher training intervention program for mental health promotion at schools. *Acta Paul Enferm*, 33, 1-8

Aydoğan, D., Gamp; Eryiğit-Madzwamuse, S. (2019). Okullarda Yılmazlığı Güçlendirme Uygulama El

Kitabı: Tüm Okul Yaklaşımı. Ankara: Pegem Yayınevi

Bellis, M. A., Hughes, K., Ford, K., et al. (2019). Life course health consequences and associated annual costs of adverse childhood experiences across Europe and North America: A systematic review and meta-analysis. *Lancet Public Health*, 4(10):517-528.

Brunwasser, S.M., Gillham, J.E. ve Kim, E.S. (2009). A meta-analytic review of the Penn Resiliency Program's effect on depressive symptoms. *Journal of consulting and clinical psychology*, 77(6), 1042-1054. Doi:10.1037/a0017671.

Cutuli, J.J., Chaplin, T.M., Gillham, J.E., Reivich K.J. ve Seligman, M.E. (2006). Preventing co-occurring depression symptoms in adolescents with conduct problems: the Penn Resiliency Program. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 282-286.

de Mattos Souza LD, Molina ML, da Silva RA, et al. (2016). History of childhood trauma as risk factors to suicide risk in major depression. *Psychiatry Research*, 246, 612-616.

Dray, J., Bowman, J., Campbell, E., Freund, M., Wolfenden, ... ve Wiggers, J. (2017). Systematic review of universal resilience-focused interventions targeting child and adolescent mental health in the school setting. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56(10), 813-824.

Dong, M., Dube, S. R., Felitti, V. J., Giles, W. H., Anda, R. F. (2003). Adverse childhood experiences and self-reported liver disease: New insights into the causal pathway. *Arch Intern Med*, 163(16), 1949-1956.

Dong, M., Giles, W. H., Felitti, V. J., Dube, S. R., Williams, J. E., Chapman, D. P., Anda, R. F. (2004). Insights into causal pathways for ischemic heart disease: Adverse childhood experiences study. *Circulation*, 110(13), 1761-1766

Kaynakça

- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American journal of preventive medicine*, 14(4), 245-258.
- Finkelhor, D., Turner, H. A., Shattuck, A. ve Hamby, S. L. (2015). Prevalence of childhood exposure to violence, crime, and abuse. *JAMA Pediatrics*, 168, 540-546.
- Geldard, K. ve Geldard, D. (2016). Ergenler ve gençlerde psikolojik danışma. (Çev. Ed. M. Pişkin).
- Ankara: NobelHarvard University Center on the Developing Child. (2021). Resilience. 19 Mart 2021 tarihinde <https://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/resilience/> adresinden ulaşılmıştır.
- John Hopkins Urban Health Institute. (2015). *Healing together: Community level trauma, its causes, consequences and solutions*. 20 Mart 2021 tarihinde https://traumasensitiveschools.org/wp-content/uploads/2015/11/urbanhealth-jhu-SDH_2015_Summary_Report.pdf adresinden ulaşılmıştır.
- Kessler, R. C. , Angermeyer, M., Anthony, J. C. , vd.. (2007). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the World Health Organization's World Mental Health Survey Initiative. *World Psychiatry*, 8(3), 168-176
- Lansford, J. E., Miller-Johnson, S., Berlin, L. J., Dodge, K. A., Bates, J. E., & Pettit, G. S. (2007). Early physical abuse and later violent delinquency: A prospective longitudinal study. *Child Maltreatment* 12(3), 233-245.
- Li, X., Harrison, S. E., Fairchild, A. J., Chi, P., Zhao, J. ve Zhao, G. (2017). A randomized controlled trial of a resilience-based intervention on psychosocial well-being of children affected by HIV/AIDS: Effects at 6- and 12-month follow-up. *Social Science & Medicine*, 190, 256-264.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American psychologist*, 56(3), 227.

Kaynakça

Masten, A. S., Lucke, C. M., Nelson, K. M., & Stallworthy, I. C. (2021). Resilience in development and psychopathology: Multisystem perspectives. *Annual Review of Clinical Psychology*, 17.

McGarry, S., Girdler, S., McDonald, A., Valentine, J., Lee, S. L., . . . ve Elliot, C. (2013). Pediatric health-care professionals; relationship between psychological distress, resilience and coping skills. *Journal of Pediatric and Child Health*, 49(9), 725- 732.

Pereira, L., Matos, A. P., Pinheiro, M. R. ve Costaa, J. J. (2016). Resilience and depressive symptomatology in adolescents: The moderator effect of psychosocial functioning. *2nd International Conference on Health and Health Psychology*.

Ports, K. A., Holman, D. M., Guinn, A. S., Pampati, S., Dyer, K. E., Merrick, M. T., Lunsford, N. B., & Metzler, M. (2019). Adverse childhood experiences and the presence of cancer risk factors in adulthood: A scoping review of the literature from 2005 to 2015. *Journal of Pediatric Nursing*, 44, 81-96.

Ruh Sağlığı Vakfı. (2020). Children and young people. 17 Mart 2021 tarihinde <https://www.mentalhealth.org.uk/a-to-z/c/children-and-young-people>, adresinden ulaşılmıştır.

Sagone, E. ve De Caroli, M. E. (2013). Relationships between resilience, self-efficacy and thinking styles in Italian middle adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 92, 838-845.

Sagone, E. ve DeCaroli, M. E (2014). Relationships between Psychological Well-being and Resilience in Middle and Late Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 881-887.

SAMHSA. (2014). Results from the 2013 National Survey on Drug Use and Health: Summary of National Findings. NSDUH Series H-48, HHS Publication No. (SMA) 14-4863

Kaynakça

Sanrock, J. W. (2011). Yaşam boyu gelişim. (Çev. Ed. G. Yüksel). Ankara: Nobel.

Skrove, M., Romundstad, P. ve Indredavik, M. S. (2013). Resilience, lifestyle and symptoms of anxiety and depression in adolescence: The Young-HUNT study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 48(3), 407-416.

Stein, M. D., Conti, M. T., Kenney, S., Anderson, B. J., Flori, J. N., Risi, M. M., & Bailey, G. L. (2017). Adverse childhood experience effects on opioid use initiation, injection drug use, and overdose among persons with opioid use disorder. *Drug and Alcohol Dependence*, 179, 325-329.

Strine, T. W., Edwards, V. J., Dube, S. R., Wagenfeld, M., Dhingra, S., Witt Prehn, A., Rasmussen, S., McKnight-Eily, L., & Croft, J. B. (2012). The mediating sex-specific effect of psychological distress on the relationship between adverse childhood experiences and current smoking among adults. *Substance Abuse Treatment, Prevention and Policy*, 7(30), 1-13.

Sun, J. ve Stewart, D. E. (2010). Promoting student resilience and wellbeing: Asia-Pacific resilient children and communities project. T. Lovat, R. Toomey, N. Clement (Ed.) *International research handbook on values education and student wellbeing* içinde (s. 409-426). Springer, Dordrecht.

Trawick-Smith, J. (2013). *Erken çocukluk döneminde gelişim. Çok kültürlü bir bakış açısı*. (Çev. Ed. B. Akman) Ankara: Nobel Yayıncılık.

Thompson, R., Wiley, T. R. A., Lewis, T., English, D. J., Dubowitz, H., Litrownik, A. J., Isbell, P., & Block, S. (2012). Links between traumatic experiences and expectations about the future in high risk youth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(3), 293-302.

Vinayak, S. ve Judge, J. (2018). Resilience and Empathy as Predictors of Psychological Wellbeing among Adolescents. *International Journal of Health Sciences & Research*, 8 (4).

Kaynakça

Williamson, D. F., Thompson, T. J., Anda, R. F., Dietz, W. H., & Felitti, V. (2002). Body weight and obesity in adults and self-reported abuse in childhood. *International journal of obesity*, 28(8), 1075-1082.

World Health Organization (2001). *WHO Basic documents*, (143rd ed). Geneva: WHO.

World Health Organization (2020). <https://www.who.int/data/gho/publications/world-health-statistics>

<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Cocuk-2020-37228>

<https://www.unicef.org/turkey/media/5186/file/TÜRKİYE%20-%20UNICEF%20ÜLKE%20İŞBİRLİĞİ%20PROGRAMI%202016%20-2020.pdf>

<https://www.unicef.org/turkey/media/5221/file/%20TÜRKİYE'DE%20ÇOCUK%20İSTİSMARI%20VE%20AİLE%20İÇİ%20ŞİDDET%20DARAŞTIRMASI%20-%20Özet%20Raporu%202010.pdf>

Hazırlayanlar

Doç. Dr. Didem AYDOĞAN

Dr. Öğr. Üyesi Özgür Osman DEMİR