

T.C.
İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
İŞLETME ANABİLİM DALI
İŞLETME YÖNETİMİ BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK
SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ: BİR
VAKIF ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ
Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan
SELİN TAŞ

İstanbul, 2023

T.C.
İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
İŞLETME ANABİLİM DALI
İŞLETME YÖNETİMİ BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK
SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ: BİR
VAKIF ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan
SELİN TAŞ
1955045094

ORCID: 0000-0001-5730-6586

Danışman
DR. ÖĞR. ÜYESİ EBRU YILDIZ

İstanbul, 2023

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “**Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi: Bir Vakıf Üniversitesi Örneği**” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun bir şekilde tarafımdan yazıldığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını, patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

15/03/2023

Selin TAŞ

T.C.
İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

05./04/2023

Enstitümüz *İşletme* Anabilim Dalı *İşletme Yönetimi* Programı Yüksek Lisans öğrencilerinden **1955045094** numaralı **Selin TAŞ**'ın "Beykent Üniversitesi Eğitim-Öğretim Yönetmeliği"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak Enstitümüze teslim ettiği "**Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi: Bir Vakıf Üniversitesi Örneği**" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 03/01/2023 tarih ve 2023/01 sayılı toplantısında seçilen ve On-Line toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin 29. maddesinin 3. fıkrası gereğince 45 dakika süre ile Zoom programı aracılığıyla on-line olarak aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında "**OYBİRLİĞİ**" ile "**KABUL**" kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 2 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi Eb*** YI***
(İstanbul Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Prof. Dr. Ül*** UZ***
(İstanbul Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Doç. Dr. Er*** TA***
(Düzce Üniversitesi)

Adı Soyadı : Selin TAŞ
Danışmanı : Dr.Öğr.Üyesi Ebru YILDIZ
Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans Tezi, 2023
Alanı : İşletme Yönetimi
Anahtar Kelimeler : Psikolojik Sağlamlık, Üniversite, Öğrenci

ÖZ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ: BİR VAKIF ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

Psikolojik sağlamlık, günümüz dünyasında oldukça önem taşıyan, üzerinde sıkça durulan bir kavramdır. Bireylerin yaşamda güçlüklerin üstesinden gelebilmesini, zorlu olay ve durumlar ile baş edebilmesini sağlayan bir yetenek, toparlanmayı sağlayan bir kapasitedir. Psikolojik sağlamlık, her birey için önemli olmakla birlikte, üniversite öğrencileri açısından da dikkate değerdir. Önceki yıllar ile kıyaslandığında üniversite dönemi, genellikle daha büyük değişimleri ve/veya zorlukları barındıran ve bu yönü ile birey için daha yüksek psikolojik sağlamlığı gerektiren bir süreçtir.

Bu bağlamda çalışma, üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini saptama ve psikolojik sağlamlığın çeşitli değişkenler bakımından farklılık gösterip göstermediğini belirleme amacı taşımaktadır. Bu amaç doğrultusunda, İstanbul'da bir vakıf üniversitesinden 478 öğrencinin katılımı ile araştırma gerçekleştirilmiştir. Veriler, anket yöntemi ile toplanmıştır. Verilerin işlenmesi ve analiz edilmesinde SPSS programı kullanılmıştır.

Araştırmanın sonuçları, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyinin ortalamasının üzerinde olduğunu, psikolojik sağlamlık düzeyinin yaş, cinsiyet, okuduğu fakülte/yüksekokul/enstitü, bir işte çalışma durumu ve anne-baba tutumu açısından farklılaştığını göstermektedir.

Çalışmanın ilgili Üniversitenin öğrencilerine, Üniversite yönetimine, ebeveynlere, mevcut ve/veya potansiyel işletmelere psikolojik sağlamlığa ilişkin bilgi ve farkındalık kazanma ve psikolojik sağlamlığın güçlendirilmesi için yapılması gereken çalışmalara odaklanma açısından katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Name and Surname : Selin TAŞ
Supervisor : Assist. Prof. Ebru YILDIZ
Degree and Date : Master's Thesis, 2023
Major : Business Administration
Keywords : Resilience, University, Student

ABSTRACT

AN INVESTIGATION OF UNIVERSITY STUDENTS' RESILIENCE LEVEL ON THE VIEW OF VARIOUS VARIABLES: THE CASE OF A FOUNDATION UNIVERSITY

Resilience is a concept that is very important and frequently emphasized in today's world. It is an ability that enables individuals to overcome difficulties in life, to cope with difficult events and situations, and is a capacity that enables recovery. While resilience is important for every individual, it is also remarkable for university students. Compared to previous years, the university period is a process that usually includes greater changes and/or difficulties and requires higher resilience for the individual.

In this context, the study aims to determine the resilience levels of university students and to determine whether resilience differs in terms of various variables. For this purpose, the research was carried out with the participation of 478 students from a foundation university in Istanbul. Data were collected by survey method. SPSS program was used to process and analyze the data.

The results of the study show that the students' level of resilience is above the average, and the level of resilience differs in terms of age, gender, faculty/school/institute, working status and parental attitude.

It is thought that the study will contribute to the students of the relevant University, University administration, parents, existing and/or potential businesses in terms of gaining knowledge and awareness about resilience and focusing on the studies that need to be done to strengthen resilience.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

ÖZ

ABSTRACT

TABLolar LİSTESİ	iii
ŞEKİLLER LİSTESİ	v
KISALTMALAR	vi
SÖZLÜK.....	vii
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK KAVRAMI

1.1. Psikolojik Sağamlık Tanımı	3
1.2. Psikolojik Sağamlık Araştırma Tarihçesi	4
1.3. Psikolojik Sağamlık Boyutları	6
1.3.1. Bağlanma (Commitment)	6
1.3.2. Denetim (Control).....	7
1.3.3. Meydan Okuma (Challenge).....	7
1.4. Psikolojik Sağamlığa İlişkin Risk Faktörleri.....	8
1.4.1. Bireysel (İçsel) Risk Faktörleri	9
1.4.2. Ailesel Risk Faktörleri	10
1.5. Psikolojik Sağamlığa İlişkin Koruyucu Faktörler	11
1.5.1. Bireysel (İçsel) Koruyucu Faktörler	12
1.5.2. Ailesel Koruyucu Faktörler	13
1.5.3. Çevresel Koruyucu Faktörler.....	15
1.6. Olumlu Sonuçlar	16
1.7. Psikolojik Sağamlığı Yüksek Bireylerin Özellikleri	16

İKİNCİ BÖLÜM

PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR ÖRNEKLEMİNDE ELE ALAN ÇALIŞMALAR

2.1. Psikolojik Sağlamlık ile İlgili Yapılan Araştırmalar	18
2.1.1. Yerli Literatürde Yer Alan Araştırmalar	18
2.1.2. Yabancı Literatürde Yer Alan Araştırmalar	18

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNE İLİŞKİN BİR ARAŞTIRMA

3.1. Araştırma	22
3.1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi	22
3.1.2. Araştırma Konusu Üniversitenin Tanıtım Bilgileri	22
3.1.3. Araştırmanın Kavramsal Modeli	23
3.1.4. Araştırmanın Soruları	23
3.1.5. Anakütle ve Örneklem Seçimi	24
3.1.6. Veri Toplama Yöntemi ve Aracı	24
3.1.7. Araştırmanın Kısıtları	25
3.2. Verilerin Analizi ve Bulgular	25
3.2.1. Tanımlayıcı Bilgiler	26
3.2.2. Keşfedici Faktör Analizi	35
3.2.3. Merkezi Eğilim ve Dağılım Ölçüleri	37
3.2.4. Güvenilirlik Analizi	37
3.2.5. Normallik Analizi	37
3.2.6. Farklılık Analizi	38
SONUÇ	46
KAYNAKÇA	50
EKLER	59
Ek-1: Anket Formu	59
Ek-2: Etik Kurul İzin Belgesi	62

TABLÖLAR LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımı.....	26
Tablo 2. Öğrencilerin Yaş Gruplarına Göre Dağılımı	26
Tablo 3. Öğrencilerin Okuduğu Fakülte/Yüksekokul/Enstitü'ye Göre Dağılımları.	27
Tablo 4. Öğrencilerin Okuduğu Bölüme Göre Dağılımları	29
Tablo 5. Öğrencilerin Okuduğu Sınıfa Göre Dağılımları	31
Tablo 6. Öğrencilerin Okuduğu Döneme Göre Dağılımları	31
Tablo 7. Öğrencilerin Bir İşte Çalışma Durumuna Göre Dağılımları.....	32
Tablo 8. Öğrencilerin Kardeş Sayısına Göre Dağılımları.....	32
Tablo 9. Öğrencilerin Doğum Sırasına Göre Dağılımları.....	33
Tablo 10. Öğrencilerin Anne-Baba Birlikteliğine Göre Dağılımları	33
Tablo 11. Öğrencilerin Anne-Baba Tutumuna Göre Dağılımları	34
Tablo 12. Öğrencilerin Algıladıkları Sosyo-Ekonomik Duruma Göre Dağılımları ..	34
Tablo 13. Öğrencilerin Algıladıkları Akademik Başarıya Göre Dağılımları.....	35
Tablo 14. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği KMO ve Bartlett's Test Sonuçları.....	35
Tablo 15. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Varyans Değerleri.....	36
Tablo 16. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Bileşen Matrisi	36
Tablo 17. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	37
Tablo 18. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Güvenilirlik Analizi Sonuçları	37
Tablo 19. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	38
Tablo 20. Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	39

Tablo 21. Öğrencilerin Yaşlarına Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	39
Tablo 22. Öğrencilerin Okuduğu Fakülte/Yüksekokul/Enstitü'ye Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	40
Tablo 23. Öğrencilerin Okuduğu Sınıfa göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	41
Tablo 24. Öğrencilerin Okuduğu Döneme Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	41
Tablo 25. Öğrencilerin Bir İşte Çalışma Durumuna Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	42
Tablo 26. Öğrencilerin Toplam Kardeş Sayısına Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	42
Tablo 27. Öğrencilerin Doğum Sırasına Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	43
Tablo 28. Öğrencilerin Anne-Baba Birlikteliğine Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	43
Tablo 29. Öğrencilerin Anne-Baba Tutumuna Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	44
Tablo 30. Öğrencilerin Algıladıkları Sosyo- Ekonomik Duruma Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	45
Tablo 31. Öğrencilerin Algıladıkları Akademik Başarıya Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması	45

ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1. Araştırmanın Kavramsal Modeli	23
--	----



KISALTMALAR

KMO : Kaiser-Meyer-Olkin Örnek Uygunluk Ölçüsü

SPSS : Statistical Package for the Social Sciences

vb. : ve benzeri

vd. : ve diğerleri



SÖZLÜK

Psikolojik Sağlamlık: Bireylerin hayatlarını etkileyen ya da etkileme potansiyeli yüksek önemli bir değişiklik, zorluk veya risk ile başarılı bir şekilde başa çıkma kapasitesidir.

Psikolojik Sağlamlık Risk Faktörü: Olumsuz durum yaşanmasına sebebiyet vererek, olasılığını arttıran veya ihtimali olan bir problemin süregelmesine etki edecek faktörlerdir.

Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörü: Risk ya da zorlukların etkilerine karşı oluşabilecek ya da varlığı sebebiyle karşı koyulmasını sağlayan, azaltıcı etki yaratan, ortadan kaldıran faktörlerdir.

GİRİŞ

Bireyler, yaşamları boyunca çeşitli olaylar, durumlar veya sorunlar ile karşılaşır. Bunların bazıları oldukça zorlayıcı, birey için daha fazla mücadele etmeyi gerektiren özelliklere sahip olabilir. Bireylerin sahip olduğu birtakım beceriler veya kaynaklar, bu zorlu yaşam olayları ile başa çıkmada önemli bir rol oynamaktadır. Psikolojik sağlık, bu kaynaklardan biridir. Kişilerin yaşamlarını etkileyen veya etkileme potansiyeli yüksek önemli bir değişiklik, zorluk ya da risk ile başarılı bir şekilde baş etme kapasitesi şeklinde tanımlanabilecek psikolojik sağlık, bireysel yaşam açısından önemli olduğu kadar, iş hayatı açısından da dikkate değerdir. Daha geniş kapsamda değerlendirildiğinde, psikolojik sağlamlığı yüksek bireyler, psikolojik sağlamlığı yüksek kurumlar ve toplumlar anlamına da gelmektedir.

Psikolojik sağlık konusu, gençler açısından da kritik öneme sahiptir. Özellikle üniversite yılları genel olarak öğrencilerin ergenlikten, ilk yetişkinliğe geçtikleri dönemde yer almaktadır. Bu süreçte, öğrencilerin hayatlarını önemli derecede etkileyebilecek olaylarla karşılaşma olasılığı da yüksektir. Yaşamlarının farklı bir aşamasına geçmiş öğrenciler; değişen ilişkiler, ders yükleri, geleceğe ilişkin mesleki kaygıları, geçim sıkıntıları gibi nedenlerle zorlanabilmektedir. Bu ve benzeri hususlar, psikolojik sağlamlığın güçlendirilmesini gerektirmektedir. Bu kapasite, çalışma yaşamı açısından da büyük avantaj sağlamaktadır. İş dünyasının artan talepleri, yönetici baskısı, iletişim problemleri, kişisel anlaşmazlıklar gibi birçok sorun, çalışanların yüksek psikolojik sağlamlıkları ile daha kolay üstesinden gelebilecekleri konular haline gelmektedir.

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerini tespit etme ve psikolojik sağlamlığın bazı demografik, sosyal ve akademik değişkenler açısından farklılık gösterip göstermediğini belirleme amacı taşımaktadır. Çalışmadan elde edilen sonuçların, psikolojik sağlamlığa ilişkin mevcut durum tespiti ve psikolojik sağlamlığın güçlendirilmesi için neler yapılabileceği hakkında öğrencilere, ailelerine, mensubu oldukları eğitim kurumu ve/veya işletmelerin yöneticilerine katkı sunacağı düşünülmektedir.

Çalışma, psikolojik sağlamlığı ve ilgili değişkenlerin etkisini, İstanbul'da bir vakıf üniversitesinde öğrenim gören 478 öğrencinin yer aldığı bir araştırma ile ortaya

koymaktadır. Araştırma anket yöntemi ile gerçekleştirilmiş olup, veriler bazı kişisel özellikleri öğrenmek amacıyla hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” ve Smith vd. (2008) tarafından geliştirilen, Türkçe’ye Doğan (2015) tarafından uyarlanan “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” ile 31/10/2022-16/12/2022 tarihlerinde toplanmıştır. Verilerin istatistiki çözümlmeleri için SPSS 25 programı kullanılmıştır.

Çalışma üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde psikolojik sağlamlık kavramı; tanımı, tarihsel gelişimi, boyutları, risk ve koruyucu faktörleri, olumlu sonuçları ve psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin özellikleri başlıkları ile ele alınmıştır. İkinci bölümde psikolojik sağlamlığı üniversite öğrencileri örnekleminde inceleyen bazı yerli ve yabancı araştırmaların bulgularına yer verilmiştir. Üçüncü bölümde, araştırmanın yöntemi, verilerin analizi ve bulgular yer almaktadır. Çalışmanın sonuç bölümünde ise elde edilen bulgular genel olarak değerlendirilmiş, kişiler ve kurumlara çeşitli önerilerde bulunulmuştur.



BİRİNCİ BÖLÜM

PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK KAVRAMI

1.1. Psikolojik Sağamlık Tanımı

Psikolojik sağamlık, bireylerin ruhsal sağlıklarına olumsuz etkisi olan riskli durumlar ve krizlere karşı bireylerin göstermiş olduğu güçlü duruş ve yeni sürece hızlı adapte olabilme becerileri ile ilişkili bir kavramdır. Psikolojik sağamlık sözcüğünün anlamı temel olarak fizik ve matematiğe dayanmaktadır. Bir malzeme veya sistemin, durum veya yer değişikliği olduktan sonra tekrar denge haline dönmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Genel olarak kişilerin olumsuz hayat şartlarından ötürü zarar gören ruh hallerinden kısa zaman içerisinde çıkabilmelerini ve normal yaşamlarına dönebilmelerini ifade etmektedir (Korkut-Owen, Demirbaş-Çelik ve Doğan, 2017: 1464).

Literatürde, psikolojik sağamlığa ilişkin çeşitli tanımlamalara yer verildiği görülmektedir. Kavramın tanımı ile ilgili ortak bir fikir olmadığı söylenebilir (Gizir, 2007: 114). Latince “resiliens” kökünden gelen psikolojik sağamlık, maddenin elastik olması, kendi aslına kolayca dönebilmesi anlamına gelmektedir. Zorlukların üstesinden gelen insanlar için kullanılmaktadır. Aynı zamanda stres ve yıkıcı olayların etkilerine uyum sağlama konusunda iyi bir geçmiş deneyime sahip olma anlamları ile kişileri tanımlamaktadır (Greene ve Conrad, 2002: 29-34; Doğan, 2015: 94; Gizir, 2017: 114; Terzi, 2006: 77-78).

Psikolojik sağamlık literatürde farklı şekillerde tanımlanırken, aynı zamanda birbirine yakın ve benzer olduğu düşünülen, dilimizde farklı deyişlerle de adlandırılmaktadır. Kavramın “kendini toparlama gücü”, “iyileşme” ve “yılmazlık” vb. şekillerde kullanımına rastlanmaktadır (Doğan, 2015: 94). Uluslararası araştırmalarda ise, “hardiness” ve “resilience” kavramlarının kullanıldığı görülmektedir (Collins, 2008: 1185).

Murphy’ye göre (1987: 101) psikolojik sağamlık, çocukların stresle nasıl başa çıktıkları ve travma sonrası daha kısa veya uzun bir süreyle nasıl kurtuldukları/iyileştikleri ile ilgilenen bir kavramdır. Psikolojik sağamlık, belirli bir

durumda farklı kaynaklar kullanarak direnç gösterilmesidir. Başa çıkmanın sonucu olarak “yeterlilik” ve “uyum” gibi olumlu gelişme gösteren, geleceğe odaklılık ve umut besleme özellikleriyle ilgilenir.

Fraser, Richman ve Galinsky (1999: 136), psikolojik sağlamlığı “zor koşullar altında olumlu ve beklenmedik başarılar kazanma, sıra dışı koşul ve durumlara uyum sağlama becerisi” şeklinde tanımlamaktadır (Akt. Gizir, 2007: 114).

Hinkle (1974), psikolojik sağlamlığı dayanıklılık ile bağdaştırmış olup, araştırmalarında bireylerin derin ve aşılması zor durumlara verdikleri tepkilerle birbirinden farklılık gösterdiğini tespit etmiştir. Aynı zor şartlar altında olan bireylerin bazılarında olaylar/durumlar kalıcı tepkilere yol açarken, kimileri için olaylar/durumlar aynı etkiyi yaratmamıştır (Akt. Grene ve Conrad, 2002: 31).

Windle (1999: 163), stresli yaşam olayları incelendiğinde; yoksulluk, doğum problemleri, vb. sıkıntılar karşısında psikolojik sağlamlığın dayanıklılık ile bağdaştırıldığını ve bireyin sağlıklı adaptasyonu olarak ifade edildiğini belirtmektedir.

Masten’e (2001: 228-235) göre bireyin psikolojik sağlamlık gösterebilmesi için risk durumlarıyla karşılaşması gerekir. Araştırmacı, psikolojik sağlamlığı, bu durumlara maruz kalıp, bireyin kendisini toparlaması ve eski haline dönebilmesi olarak belirtmiştir.

Psikolojik sağlamlık kavramının kabul edilen evrensel bir tanımı olmamakla birlikte, yapılan araştırmalar sonucunda birçok ortak özellik birleştirildiğinde genel olarak psikolojik sağlamlığın, dinamik süreçler içerisinde bireyin deneyimlediği zorlu yaşam koşulları, geçmiş travmalar, risk ve belirsizlik içeren durumlara sağlıklı bir uyum göstermesi ve başarılı sonuçlar elde edebilmesinde kişilik özellikleriyle bağlantılı bir tutum olduğunu söylemek mümkündür (Gizir, 2007: 114-115).

1.2. Psikolojik Sağlamlık Araştırma Tarihçesi

Psikoloji araştırmaları başlarda insanların yaşamları süresince karşılaştıkları olumsuz durumlar, sarsıcı ve stresli yaşam olaylarında zayıf yönleri üzerine odaklanmışken, araştırmaların ardından bu geleneksel yaklaşımda zor yaşantı ve travmaların üstesinden gelinebilmesi için çözümler yetersiz kalmıştır. Çözüm arayışlarında; sorunlarla mücadele eden bireylerde, yaşanan olaylar karşısında farklı

tepkiler ve bireylerin iyileşme sürelerinde farklılıklar görülmesinin etkili olduğu söylenebilir. Psikolojik sağlık kavramının doğuşuna bu bakış açısıyla yaklaşan araştırmalar olmuştur (Doğan, 2015: 94; Tanko vd., 2021: 19).

Psikolojik sağlamlığı davranış bilimleri içerisinde inceleyen ilk araştırmalar 1970'lerde başlamıştır. Araştırmaların öncüleri, benzer travmatik olaylar yaşayanlarda bireysel tepkilerini ölçmek amacıyla, farklı gruplarda, farklı sonuçlar almasıyla dikkatleri çekmiştir. Norman Garmezy, dayanıklılık üzerine araştırma yapan en önemli isimlerden biri olmuştur. Daha sonraları öncüler tarafından yürütülen Project Competence grubu, başa çıkma ve gelişimsel yeterlilikle ilgilenmişlerdir (Masten, 2001: 227; Masten, 2007: 921; Masten ve Obradović, 2006: 13-15).

Norman Garmezy, Irving Gottesman, Lois Murphy, Michael Rutter, Arnold Sameroff, Alan Sroufe ve Emmy Werner gibi bilim insanları erken doğum ya da travma gibi gelişime önemli tehditlerin sonuçları kadar erken şizofreni veya otizm gibi akıl hastalıkları ve sorunların etiolojisini anlamaya çalışmış ve bireylerin üst üste gelen olay ve durumlar karşısında farklı olumlu tutumlar sergilediklerini fark etmişlerdir (Masten, 2007: 921). Bu araştırmacılar risk koşullarını belirleyip bunların etkisi altında olumlu yönde gelişim göstermekte olan çocuk ve ergenleri incelemiş; sonuçlara bağlı olarak psikolojik sağlık gösterenlerin biyolojik ve davranışsal özellikleriyle ilgilenmişlerdir (Masten ve Garmezy, 1985: 2-3).

Araştırmalarda psikolojik sağlamlığı ilgilendiren koruyucu faktörler de incelenmiştir. Sistemler ve süreçlerin açıklanmasına odaklanılmıştır. Çalışmaların devamında kişilik özellikleri ve bireyi ilgilendiren faktörler dışına çıkılarak yeni kaynaklar olabileceği araştırmalara yansımış ve kabul edilmiştir (Masten ve Obradović, 2006: 14).

Psikolojik sağlık araştırmalarında bireyin kendi nitelikleri, aileler, sosyal çevre ve/veya çevresel faktörler tanımlanmıştır. Sonuç olarak, bireyin dışındaki faktörlerin psikolojik sağlamlığı etkilediği kanıtlara dayandırılarak, kabul edilmiştir (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000: 545; Masten ve Garmezy, 1985: 3).

Araştırmalar, psikolojik sağlamlığın altında yatan mekanizmaya (faktörlere ve süreçlere) odaklandığı kadar, bu yönde bir anlayış araştırmalarda zorlu şartlarda yaşayan, travması olan bireylerde psikolojik sağlamlığı arttırmada önleme ve

müdahale yöntemleri geliştirmeye imkan vermiştir (Cicchetti, Rogosch ve Toth, 2006: 624). Brooks (2006: 70) araştırmalarda, önleme ve sağlamlığın artırılmasında çevresel faktörlere odaklanıldığına, okul, aile ve toplumda koruyucu faktörlerin işlevsellik kazanması ve sağlamlık süreçlerinin geliştirilmesinin hedeflendiğine dikkat çekmiştir.

Günümüzde, bireyleri olumsuz etkileyen unsurlar ve yaşamlarında psikolojik sağlamlıklarına etki eden olumsuz olayların şiddetli etkileri giderek artmaktadır. Her türlü şiddet, çocuk istismarları, yoksulluk, sosyo-ekonomik zorluklar, doğal afetler, terör saldırıları gibi bireysel ve sosyal sorunlar bu olumsuzluklara örnek olarak gösterilebilir. Yaşanılan olayların etkisiyle travmaların üstesinden gelmenin güçlü psikolojik mekanizmalardan geçtiği dikkate alınmalı; psikolojik sağlamlığın doğasını, öncüllerini ve sonuçlarını anlamak üzere araştırmalar artmalı; araştırmalardan elde edilen sonuçların bireylere katkısı olduğu gibi sorunların üstesinden gelmek için topluma da ışık tutacağı bilinmelidir (Öz ve Yılmaz, 2009: 87).

1.3. Psikolojik Sağlamlık Boyutları

Kobasa (1979: 3), dayanıklılık terimini “stresli yaşam durumları ile karşılaşıldığında bir direnç kaynağı olarak görev yapan kişilik özelliği” olarak tanımlamıştır. Dayanıklılık gösteren kişilerin sahip olduğu, aynı zamanda birbirleriyle ilişkili olabileceği düşünülen bu özellikleri üç alt boyutta incelemiştir. Bunlar; bağlanma, denetim ve meydan okuma boyutlarıdır.

Psikolojik sağlamlık boyutları stresli durumların etkisine karşı ileriye dönük bir direnç kaynağı olarak işlev görür. Stres kaynaklarına etkin bir düzeyde dayanıklılık gösterilmesi için her boyuta da ihtiyaç vardır (Maddi, 2004: 287; Kobasa, Maddi ve Kahn, 1982: 175).

1.3.1. Bağlanma (Commitment)

Bağlanma “bireyin yaşamındaki faaliyetlerle ilgilenme ve bunlara bağlı olduğunu hissetme yeteneği” olarak tanımlanmaktadır (Kobasa, 1979: 3).

Bağlanma özelliği gösteren bireyler, kim olduklarının ve ne yaptıklarının farkındadırlar. Bu bireylerin olayları ve insanları belirli bir bağlamda görerek, stresli

yaşam durumları ile başa çıkma olasılıkları yüksektir (Holt, Fine ve Tollefson, 1987: 51-52).

Bireylerin sosyal çevresine, mesleğine, ailesine, inançlarına ve değerlerine bağlılık göstermesi, yaşadığı stresli durumlarla başa çıkmak için bir direnç kaynağı oluşturur ve devamlılık için gerekli gücü sağlar. Bu özelliği taşıyan bireyler, yaşamlarını devam ettirebilmek için gerekli güç kaynağını sağlar, bu direnci oluşturabilmek için her şeyle ilgili ve meraklı olabilirler (Terzi, 2005: 20).

1.3.2. Denetim (Control)

Denetim, yaşam koşullarını değiştirmeye yönelik inancı olan ve hayatın gidişatını kendi eylemleri ile değiştirebileceğinin farkında olan bireylerin özelliğidir (Terzi, 2005: 21). Bu özellikteki bireyler, yaşanan olayları karşı kendini kurban gibi hissetmek yerine, koşulları ele alıp, stresle başa çıkmada direnç gösterenlerdir (Kamya, 2000: 232).

Holt, Fine ve Tollefson (1987: 52) denetimi, kişilerin hayatlarının gidişatına etki edebileceklerine inanmaları ve buna göre davranma eğilimi olarak açıklamıştır. Bu özellikleriyle kişiler, stresli olayları kendi seçimlerinin sonuçları olarak algırlar. Kontrol, bireylerde yaşadıkları olaylara karşı doğan seçimleri ve eylemlerin çeşitliliğini geliştirmelerini içermektedir.

1.3.3. Meydan Okuma (Challenge)

Holt, Fine ve Tollefson'a (1987: 52) göre meydan okuma, bireyin değişim eğilimi, kendisini geliştirmek ve korumak için ilerlemeye teşvik edici unsurudur. Meydan okuma, kişilerin hatalarını, yalnızca hata olarak görerek kabullenmelerine, olayların kişisel etkilerini azaltmaya yardımcı olur (Akt. Terzi, 2005: 21).

Meydan okuma özelliği olan kişiler için değişim doğal bir süreçtir, bireyin öğrenme, büyüme ve gelişim sağladığı bir dayanıklılık tutumudur. Dayanıklılık kişinin stresli durumlarla yüzleşmesine ve neler yapabileceğini fark edebilmesine izin verir. Dayanıklılığın stresi avantaja çevirdiğine inanılmaktadır (Maddi, 2006: 160; Maddi vd., 2006: 576).

1.4. Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Risk Faktörleri

Psikolojik sağlamlık üzerine yapılan çalışmalarda bireylerin bazı riskler ve olumsuz yaşam karşısında nasıl uyum gösterdiği incelenirken, araştırmalar risk faktörlerinin belirlenmesinde önemli rol üstlenmiştir. Bu konuda öncü araştırmalar, kanser, ruhsal problemlili ebeveynler, yoksulluk, AIDS, kronik savaş ve travmalar üzerine odaklanmıştır (Kararımak, 2006: 130).

Werner'a göre (1989), çocukluk ya da ergenlik dönemindeki riskler, bireyleri sonraki yaşam dönemlerde zorlayabilmektedir. Dolayısıyla yaşamdaki olumsuz deneyimler ya da travmalar, kişinin psikolojisini etkileyebilecek, sağlıklı hayat sürmesinde ve psikolojik sağlamlığının değerlendirilmesinde karşısına risk faktörleri olarak çıkabilmektedir. Garnezy (1993) "gerçek risk" veya "olumsuz durum" barındırmayan olayların karşısında psikolojik sağlamlığın tanımlanamayacağını öne sürmüştür. Risk durumları olmadan sağlamlık araştırmasının ileri sürülemeyeceği araştırmalarda ifade edilmiştir. Literatürde, risk oluşturan etkenler arasında farklılıklar görülmektedir. Örneğin, düşük eğitimli anne-babaya sahip olmak risk grubundadır. Masten (2011), Masten ve Coastworth (1998), aile içi şiddet, savaşlar ve ebeveynlerden birinin ölümünü risk faktörü olarak belirtmiş; Fonagy vd. (1994) nükleer felaketlerin risk faktörleri arasında sıralanması gerektiğini savunmuştur (Akt. Kararımak, 2006: 132).

Risk faktörleri, psikolojik sağlamlık araştırmalarından elde edilecek sonuçlardan yararlanma açısından önemli role sahiptir. Literatürde, genel olarak psikolojik sağlamlığa ilişkin risk faktörlerinin üç ana başlık altında toplandığı görülmektedir. Bunlar; bireysel risk faktörleri, ailesel risk faktörleri ve çevresel risk faktörleridir (Öz ve Yılmaz, 2009: 83-84).

Gizir (2007: 116), yukarıdaki sınıflandırma ile psikolojik sağlamlık araştırmalarında ele alınan şu risk faktörlerinden söz etmektedir:

- Bireysel Risk Faktörleri
 - Erken doğum
 - Olumsuz yaşam olayları
 - Kronik hastalıklar
- Ailesel Risk Faktörleri

- Ebeveynlerin hastalığı ya da psikopatolojisi
- Ebeveynlerin boşanması, ölümü ya da tek ebeveyn ile yaşamak
- Ergenlik döneminde anne olma
- Çevresel Risk Faktörleri
 - Ekonomik zorluklar ve yoksulluk
 - Çocuk ihmali ve istismarı
 - Savaş ve doğal afetler gibi toplumsal travmalar
 - Toplumsal şiddet ve ailevi felaketler
 - Evsizlik

Bireysel, çevresel ve ailesel risk faktörlerine ilişkin açıklamalar aşağıdaki bölümlerde yer almaktadır.

1.4.1. Bireysel (İçsel) Risk Faktörleri

Literatür incelendiğinde, psikolojik sağlamlığa ilişkin çeşitli bireysel risk faktörlerinden söz edildiği görülmektedir. Öz ve Yılmaz (2009: 84), fetal alkol/ilâç kullanımı, gebelik ile ilgili yaşanan problemler, prematüre doğum, toplum tarafından onaylanmayan bir mizahi anlayış ve/veya utangaç bir kişilik, IQ seviyesinde düşüklük, kronik ya da ruhsal bir hastalığa sahip olma, madde kullanımı, akademik hayatta yaşanan başarısızlıklar ve etnik bir gruba mensup olma şeklindeki hususları, bireysel risk faktörleri olarak belirtmektedir. Yapılan araştırmalarda rastlanan diğer bireysel risk faktörleri; kişilik, kaygı ve depresyon, olumsuz deneyimler ve davranışsal sorunlar, intihar girişimleri, travma sonrası stres bozukluğu, psikoz (Edwards, Catling ve Parry, 2016: 26-27), genetik bozukluklar (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018: 38), suçlu davranışlar (Robbins, Kaye ve Catling, 2018: 46), çocukluk travmaları, lise ve üniversiteye geçişte uyum gösterme farklılıkları (Hartley, 2011: 596-597) şeklindedir.

Psikolojik sağlamlık çalışmalarında, bireylerin davranışsal problemleri, genellikle zayıf psikolojik sağlamlık veya uyumsuzluk göstergesi olarak kabul görmüştür (Aktan ve Önder, 2018: 26). Bireylerin sahip oldukları bu özellikler, bireysel risk faktörlerini oluşturmaktadır. Düşük benlik algısı, antisosyal davranış gösterme, yetersiz bilişsel ve motor beceriler, hiperaktivite ve dikkat dağınıklığı, problemleri çözme yetersizliği, olumsuz mizaç özellikleri, çekingenlik, saldırganlık ve yetersiz hissetme, bu risk faktörleri arasında gösterilmektedir (Güner, 2020: 17).

Campbell-Sills, Cohan ve Stein (2006: 593) yaptıkları araştırmada, nevrotik kişilik özelliğinin, psikolojik sağlamlık ile negatif yönlü bir ilişki içinde olduğunu belirtmektedir. Nevrotiklik, bireylerin yaşanan duygusal sıkıntılara karşı daha savunmasız olacaklarını göstermektedir.

1.4.2. Ailesel Risk Faktörleri

Literatürde ailesel risk faktörlerini anlamaya yönelik yapılan ilk çalışmaların çocuklar ve ergenler üzerine olduğu belirtilmektedir. Çocuklar ve aile içi şiddete ilişkin yapılan araştırmalar, şiddete maruz kalmanın ve tanık olmanın risk faktörlerinden olduğunu göstermektedir. Pooley ve Cohen (2010: 33-34), boşanmanın çocuklar üzerinde riskler oluşturduğunu ve bundan doğacak olumsuz sonuçlar olduğunu, ebeveynlerin ayrılığı sırasındaki yaş, aile bireyleriyle görüşme zamanları, ikamet ve mesafeler gibi konuların ise boşanmanın risk oluşturmadaki etkisinde dikkate alınması gereken hususlar olduğunu belirtmektedir.

Öz ve Yılmaz (2009: 84) ve Edwards, Catling ve Parry (2016: 26-27), kalabalık bir aileden olmak, kardeşler arası yaş farkının az olması, ruhsal/kronik bir hastalığı olan ebeveyne sahip olmak, madde kullanan ya da suç işlemiş ebeveyne sahip olma, evlatlık olmak, boşanmış anne-baba, düşük anne-baba eğitimi, ebeveynlerden birinin ölümü veya tek ebeveyn, aile içi şiddet gibi hususları ailesel risk faktörleri arasında göstermektedir.

Ebeveyn veya bakım veren kişilerin çocuklara duygusal istismarda bulunması da, psikolojik sağlamlığı etkileyen bir husus olarak araştırmalarda gösterilmektedir. Bu durum, çocukların gelişimini ve duygusal sağlığını olumsuz şekilde etkilemektedir (Krug vd., 2002: 1086). Duygusal istismar, çocuklarda uzun vadede psikolojik hasara sebep olmakta; bu olumsuz yaşam deneyimlerinin uzun vadede psikolojik sağlamlıkları üzerinde olumsuz etkisi olmaktadır (Cicchetti ve Rogosch, 1997: 800).

Literatürde, evden kaçmak ailesel risk faktörlerine örnek olarak gösterilmektedir. Ancak bu husus, doğurabileceği imkanlar dolayısıyla koruyucu faktör olarak görülmesine de sebep olabilmektedir (Özer, 2013: 17).

1.4.3. Çevresel Risk Faktörleri

Masten (2011: 494-500) yıllar boyu yapılan araştırmalarda çevresel risk faktörü olarak belirlenmiş riskler üzerinde çalışmalar yapıldığını belirtmiştir. Bunlara örnek olarak savaştan kurtulan gençler, evsiz ailelerin çocukları ve göçmen gençler üzerine yapılan psikolojik sağlık araştırmaları gösterilebilir.

Öz ve Yılmaz'a (2009: 84) göre, çevresel risk faktörleri; düşük sosyo-ekonomik durum, fiziksel ve cinsel yönden suistimal, yoksulluk, evsizlik, çocuk ihmali, yetersiz beslenme, olumsuz akran desteği ve toplumsal şiddete maruz kalma gibi faktörlerdir.

Yapılan araştırmalarda diğer çevresel risk faktörleri olarak yer alan hususlar şunlardır; çeşitli istismar türleri (Edwards, Catling ve Parry, 2016: 26-27), doğum koşulları, yaşam koşulları (fiziksel, sosyal, psikolojik koşullar) (Meza vd., 2018: 16), doğal afet, terör (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018: 38), çalışma hayatı, iş ve yaşam baskısı, akademik talepleri yönetmek, yüksek riskli akademik baskı, üniversitede liseye kıyasla daha az destek, uzun vadeli finansal borç (Hartley, 2011: 597).

Collishaw vd. (2007) yaptıkları çalışmada, bir grup çocuğun psikolojik sağlık düzeylerini araştırmış, beş ve otuz sene sonra aynı örneklemini incelemişlerdir. İstismara uğramış bireylerin depresyon, intihar, travma sonrası stres bozukluğu, madde bağımlılığı ve kaygı bozukluğuna daha fazla eğilimli oldukları bulunmuştur. Burada araştırılan istismar şiddetindeki farklılıklar, güçlü bir şekilde yetişkinlikte daha iyi veya daha kötü sonuçlar ve psikolojik sağlık ile negatif yönlü olarak ilişkilendirilmiştir.

Küresel açıdan incelendiğinde ise; globalleşme ve iklim değişikliği, uluslararası finansal krizler, grip salgını, savaş, terörizm ve doğal afetler, endişe yaratan çevresel risk faktörleri arasında gösterilmektedir (Masten, 2011: 500).

1.5. Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Koruyucu Faktörler

Literatürde psikolojik sağlamlığı anlamada ve çözümlemede önemli katkı sağladığı düşünülen bazı hususlardan söz edilmekte; bu faktörler koruyucu faktör başlığı altında değerlendirilmektedir. Olumsuz süreçler içerisinde geçen zamanda bireylerin yapıcı karşılık vermesi, bu olgularla ilintili olarak anlaşılmaktadır. Olumsuz

şartlar ve durumlara verilen karşılığın probleme dönüşmeden önlenmesi veya etkisinin azaltılması, koruyucu faktörler sayesinde gerçekleşmektedir (Kararımak, 2006: 132-133; Terzi, 2006: 79; Tanko vd., 2021: 19-20).

Greene ve Conrad (2002: 37) koruyucu faktörlerin bireysel özellikler, ailesel ve çevresel faktörler veya bunların etkileşimlerinden doğan durumları içerdiğini; esas kıymet verilecek olanın, boyutlar arasından hangisinin var olduğuna bakmaksızın, “koruyucu faktörlerin var olan riski ne şekilde azalttığı, durdurduğu ve hatta önlediğinin saptanması” olduğunu belirtmektedir.

Emmy Werner tarafından Hawaii’de 40 yıl boyunca süren araştırma koruyucu faktörler adına açıklama yapılmasına imkan vermiştir. Araştırma ihmal, istismar, yoksulluk, travma vb. olayları yaşamış 700 bireyin yaşamları boyunca psikolojik sağlamlıklarını ve hayata karşı uyum için verdikleri çabanın etkilerini gözlemlemiştir. Araştırma sonuçları, bu bireylerin üçte birinin kendine güvenen, yeterlilik göstermiş, çevresine karşı ilgili ve gelişim çağlarında öğrenme ve davranış problemleri göstermeyen kişiler olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca bu bireylerin akademik, iş ve aile yaşantılarında başarı gösterdikleri, hayata dair hedef ve beklentilere sahip olduğu görülmüştür. Bu bilgiler, hangi özelliklerin dayanıklılığa etkisi olduğu konusunda merak uyandırmış ve çalışmaların koruyucu faktörlere odaklanmasını gerektirmiştir (Demircioğlu ve Yoldaş, 2019: 41-44).

Literatürde genel olarak bireysel, ailesel ve çevresel olmak üzere üç başlık altında ele alınan koruyucu faktörler, aşağıdaki bölümlerde anlatılmaktadır.

1.5.1. Bireysel (İçsel) Koruyucu Faktörler

Bireysel risk faktörleri ile karşılaşıldığında bireyde oluşan stres ile beraber onu koruyan bazı karşıt faktörler doğmaktadır. Bunlar kökenini bireyden de almış olabilirler. Kişilik özelliklerinin yanında, iyi düzeyde zekâ/bilişsel yetenek, akademiye yeterlilik algısı, özsaygı, gelecek umudu ve iyimser olma, kendi yaşamı üzerinde kontrol sahibi olma, mizah duygusuna ve etkili problem çözme becerilerine sahip olma, empati, sorumluluk ve yardımseverlik duygusu, bu koruyucu faktörler arasında gösterilmektedir (Öz ve Yılmaz, 2009: 84).

Psikolojik sağlamlıkta bireysel koruyucu faktörlerin ortaya çıkabilmesi için öncelikle riskli durumlarla karşı karşıya olunması gerekmektedir. Birey bu durumlara uyum sağlar ve olumlu sonuçlara ulaşması beklenir (Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011: 31-32; Gizir, 2007: 118).

Bireylerde psikolojik sağlamlığı harekete geçiren veya güçlendiren unsurların neler olduğu, araştırmacıların odaklandığı bir alan olup, pozitif psikolojide bireyin sahip olduğu potansiyeli, güçlü ve olumlu yönlerini temel alan kişilik özelliklerine, insanın yaşadığı olumsuzluklar karşısında gösterdiği uyum ve baş edebilme yeteneği gibi özelliklerin etkilerine çalışmalarda yer verildiği görölmektedir. Psikolojik sağlamlığı etkilediği düşünölen unsurlar arasında öz-yeterlilik, iyimserlik, iç denetim odağı gibi bireysel özellikler yer almaktadır. Örneğın, denetim odağı, bireylerin olaylar üzerinde ne derece etki sahibi olduklarına ilişkin değerlendirmelerini yansıtmaktadır. Buna göre yüksek düzeyde içsel denetim odağına sahip kişiler, olaylara kendi davranış ve eylemleriyle yön verebileceklerini düşünürler. Buna karşılık, yüksek seviyede dışsal denetim odağına sahip bireyler, başkalarının, kaderin veya şansın etkisine inanmaktadır. Bu açıdan içsel denetim odağına sahip kişiler, sağlamlıklarını yüksek düzeyde kendileri etkilemektedir. Stresli olaylar karşısında içsel denetim odağı yüksek bireyler, daha yetki sahibidirler. Başka araştırmalarda, birbirlerini de etkileyen benlik saygısı, öz-denetim gibi kavramlara yer verilmiştir. Çeşitli yaklaşımlar, olumlu duyguların fazlalığını, stresli durumlarda daha çabuk toparlanabilme yeteneğinin gelişmesine etki ettiğini ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra, bilişsel sağlamlık stresli yaşam olayları ile duygusal baş etmede önemli bir rol üstlenmektedir (Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011: 31-33).

Gizir (2007: 118) ise çalışmasında, zeka, akademik başarı, benlik saygısı, öz-yeterlilik, olumlu mizaç, iç denetim odağı, özerklik, kendini kabul, sağlık, iyimserlik, umut, sosyal yetkinlik, mizah, cinsiyet ve yaş gibi hususları, bireysel koruyucu faktörler olarak belirtmektedir. Robbins, Kaye ve Catling (2018) araştırmalarında, benlik saygısının psikolojik sağlamlığı pozitif yönde etkilediğini göstermektedir.

1.5.2. Ailesel Koruyucu Faktörler

Ailesel koruyucu faktörleri incelerken araştırmalar öncelikle çocuklar ve aile içi şiddete maruz kalanların olumsuz sonuçlarıyla ilgilenmişlerdir. Buna maruz

kalanların dayanıklılığını teşvik etmek amacıyla boşlukların doldurulmasına çalışılmıştır. Aile içi şiddete tanıklık etme deneyimleri ile başa çıkma becerilerini etkileyeceği düşünülen faktörlere araştırmalarda yer verilmiştir. Bunlar “şiddetin bağlamı, başa çıkma, hayatta kalma stratejileri ve sonuç” olarak sıralanmıştır. Diğer yandan araştırmalar, boşanmış anne-babaya sahip çocuklarda birtakım koruyucu faktörler olduğunu göstermektedir. Bunlar; boşanma sırasındaki yaş, anne ve babayla görüşme sıklıkları, ikamet, yakınlık dereceleri, anne baba tutumu ve üvey ebeveynlerin olumlu etkileri gibi faktörlerdir (Pooley ve Cohen, 2010: 32-34).

Öz ve Yılmaz (2009: 84) ise ailesel koruyucu faktörleri; anne-çocuk ilişkisinde pozitif etki, aile bireyleriyle birlikte yaşamak veya aileye yakın yaşamak, çocukların geleceğini kurmada ailenin olumlu desteği ve ebeveynlerin eğitilmiş olması şeklinde sıralamaktadır.

Araştırmalar koruyucu, duygusal olarak destekleyici vb. ailelerin çocuklarının ilerleyen yaşlarında daha az davranış problemi gösterdiklerini, akademik ve sosyal açıdan daha başarılı olduklarını göstermiştir. Anne ve baba ile yaşayan ve ebeveynleriyle olumlu ilişkilere sahip çocukların psikolojik sağlamlıklarının olumlu yönde etkilendiği belirtilmektedir (Demircioğlu ve Yoldaş, 2019: 45).

Werner ve Smith (1992), psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin birçoğunun dört veya daha az çocuklu aileye sahip, hayatlarının ilk yıllarında anneanne ya da dedeleri gibi başka kişilerle nadiren uzun süre ayrı kalan ve ebeveynlerinden en az biriyle yakın bağ kurabilen bireyler olduğunu belirtmektedir (Akt. Varıcıer, 2019: 11). Buna ek olarak, tek çocuk olan bireylerde aile ile daha fazla zaman geçirme, ailenin maddi ve manevi kaynaklarına tek başına sahip olma gibi avantajların psikolojik sağlamlık düzeylerine olumlu yönde yansıdığı literatürde gösterilmektedir (Oktan, Odacı ve Çelik, 2014: 146).

Tiet vd. (1998) tarafından yaşları 9-17 arasında değişen ve zorlayıcı yaşam tecrübeleri olduğu için risk altında olan bireylerle yapılan çalışmada, iyi uyum gösteren gençler dirençli olarak kabul edilmiştir. Bu bireylerde uyum göstermede etkili faktörler değerlendirilmiş; aile içindeki iletişimi güçlü ve ebeveyn takibi altında olan bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin de yüksek olduğu belirtilmiştir.

1.5.3. Çevresel Koruyucu Faktörler

Bireyin hayatının başlangıç yıllarında ailesinin önemi oldukça büyüktür. Okula başlama, çevresiyle olan etkileşiminin ilk adımları sayılabilir. Bu çevre, öğretmenleri, arkadaşları, katıldığı faaliyetler ve etkinlikler sayesinde genişlemeye devam etmektedir. Birey ailenin kendi üzerindeki etkisini, çevresel faktörlerle de paylaşmaya başlar. Etkileşimin ilerleyen yaşlarla artması ile birlikte, okul, iş yeri, komşuluk gibi ilişkiler psikolojik sağlamlığı etkilemektedir (Tanko vd., 2021: 20). Bununla birlikte, çalışma hayatında yer edinmiş bir bireyi etkileyen faktörler farklılık göstermektedir. Bunlar mesleki yönden etki edecek çevresel koruyucu faktörler olarak şu şekilde sıralanabilir; mesleki deneyim, işinden memnun olma, işe yönelik olumlu tutum, deneyim ve becerileri paylaşma, iş ortamında samimi ilişkiler kurma, meslektaş başarılarını önemseme ve takdir etme tutumu, stres kaynaklarını tanımlama ve uygun çözümler üretebilme konusunda desteğe sahip olma, iş ve yaşam dengesini kurabilme (Çam ve Büyükbayram, 2017: 123).

Literatürde yer alan uluslararası araştırmalar incelendiğinde, güvenlik düzeyi yüksek bir bölgede yaşama, sağlık hizmetlerine kolay erişilebilirlik, bireyin toplumun diğer üyeleri tarafından kabul görmesi, çevresinden algıladığı sosyal desteğin yüksek olması ve olumlu arkadaşlık ilişkileri, çevresel koruyucu faktörler arasında gösterilmektedir. Yapılan bir araştırmada, yaşadıkları travmatik deneyimlerden bağımsız olarak, çevrelerinden yüksek sosyal destek algılayan Vietnam gazilerinin, diğer gazilere göre daha az oranda travma sonrası stres bozukluğu yaşadığı tespit edilmiştir (Ozbay vd., 2007: 37-38).

Ek olarak, çevre genişliği ve toplumun sunduğu kaynaklar ve bunlara ulaşılabilirlik, önemli bir role sahiptir. Okul yapıları, dini organizasyonlar, çeşitli destek sağlayan hizmet kuruluşları, sağlık kurumları, çocuk bakım merkezleri, sığınma evleri, mesleki eğitim olanakları, çeşitli kurslar, spor faaliyetleri, kültür, sanat ve eğlence merkezleri olanakları, bu kaynaklar arasında gösterilebilir (Gizir, 2007: 119).

1.6. Olumlu Sonuçlar

Psikolojik sağamlık araştırmalarının en önemli katkılarından biri olumlu davranış ve sonuçların güvenilir ve geçerli, gelişimsel olarak uygun ölçümüne daha fazla odaklanmak olmuştur (Masten, 2011: 502). Masten (2001: 228) psikolojik sağamlığı, uyum sağlamaya veya gelişime yönelik tehditlere rağmen olumlu sonuçlara ulaşabilen bir kavram olarak açıklamaktadır.

Olumlu sonuçlar, koruyucu faktörlerin etkisiyle, karşılaşılan risk faktörlerinin üstesinden gelmenin bir sonucu olarak kazanılan yeterlidir. Bu sonuçlar arasında bireyin, yaşamsal görevlerini yerine getirmesi, akademik başarısını sağlaması, etkili sosyal ilişkiler kurması, suça eğiliminin olmaması, duygusal problemler ya da semptomlarının azlığı, mutluluk göstermesi, okula devamlılık sağlaması, sosyal yardım çalışmalarına katılması, kurallara uyan bir birey olması, olumlu arkadaşlık ilişkilerinin varlığı, uyumluluk, iyilik hali göstermesi, kendini kabul etmesi gibi hususlar yer almaktadır (Tümlü ve Reçepoğlu, 2013: 206-207).

Gizir (2007: 116) alışmasında, araştırmalardan sonuç alabilmek için olumlu sonuçların da beraberinde belirlenmesi gerekliliğini vurgulamaktadır. Sağlıklı uyumu ya da yeterliliği belirlemede farklı ölçütlerle araştırmalar gerçekleşmiştir. Bununla birlikte, üzerinde çalışılan yaş gruplarına yönelik kültürel beklenen davranışlar, mutlu olma, yaşamdan zevk alma gibi olumlu hissetme ve davranma ya da psikopatolojik durum, uyumsuzluk, duygusal stres gibi riskli ve suça yönelik davranışların yoksunluğudur. Araştırmalar, olumlu sonuç değişkenlerine örnek olarak, akademik başarı, uyumlu davranış, arkadaşlık ilişkileri, psikolojik sağlığa sahip olma, spor becerileri, topluma hizmet gibi faaliyetler içinde yer alma gibi hususları göstermektedir. Sosyal yeterlilik de ulaşılan olumlu sonuçlar arasında yer almaktadır (Doğan ve Yavuz, 2020: 314).

1.7. Psikolojik Sağamlığı Yüksek Bireylerin Özellikleri

Literatürde, psikolojik sağamlığı yüksek bireylerin özelliklerine ilişkin pek çok hususun vurgulandığı görölmektedir. Luthar, Cicchetti ve Becker (2000), psikolojik sağamlığın bir kişilik özelliği (trait) olarak ele alındığından söz etmektedir. Öz-saygı, umut ve öğrenilmiş iyimserlik, yaşam doyumu ve olumlu duygusallık,

psikolojik sağlamlık ile ilgili özellikler olarak bazı araştırmalarda yer almaktadır (Akt. Kararımak, 2006: 134).

Tanyeri (2016: 34) çalışmasında, psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksek olan bireylerin sahip oldukları bazı ortak özellikleri şu şekilde sıralamıştır: “Sosyal yetkinlik, diğer insanlardan olumlu karşılıklar, sağlıklı ve uyumlu ilişkiler kurabilme, iletişim ve problem çözme becerileri, özerklik, inanç, iyi düzeyde zihinsel yeterlilik, amaç ve gelecek duygusu, iyimser ve uyumlu olma, planlama yeteneği, yüksek benlik saygısı, empati, mizah, deneyimleri yapıcı olarak algılama yeteneği, destekleyici aile ilişkileri ve uyum sağlayıcı karakter.”

Özer (2013: 35) ise psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerde, hayatlarının kontrolünü sağlayabilme, problem çözme becerileri, karar verme yetkinliği, strese karşı dayanıklılık gösterme, empati yeteneğine sahip olma, başarısız sonuçlardan kendilerine ders çıkarma, gerçekçi amaçlar belirleme, topluma katkıda bulunan faaliyetler gerçekleştirme, yardımseverlik duygusu, insanlarla etkili iletişim kurma, değer yaratan ve yüksek sorumluluk bilincinde bir yaşam sürme, şeklinde özelliklerden söz etmektedir.

Literatürde psikolojik sağlamlıkla olumlu duygulara sahip olma arasında pozitif bir ilişki olduğu belirtilmektedir. Olumlu duygulara sahip olan bireylerde, risk faktörlerinin karşısında önemli koruyucu bireysel kaynakların olduğundan söz edilmektedir (Doğan ve Yavuz, 2020: 314).

Psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerin özelliklerine yer veren Grant ve Kinman (2014) “benlik-saygısı, okuryazarlık özelliği, sağlam bir kişilik, özerklik, belirli sınırlara sahip olma, yeni deneyimlere açık olma, sosyal yeterlilik ve destekleyici ilişkiler oluşturabilme için güven duygusu, umuda ve hevese sahip olma, problem çözme ve plan yapma becerileri ve güçlüklerden anlam çıkarma” gibi özellikleri, psikolojik sağlamlıkları yüksek bireylerle ilişkilendirmiştir (Akt. Buz ve Genç, 2019: 630).

İKİNCİ BÖLÜM

PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞI ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ÖRNEKLEMİNDE ELE ALAN ÇALIŞMALAR

2.1. Psikolojik Sağlık ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Literatürde, psikolojik sağlık üzerine yapılmış birçok araştırma bulunmaktadır. Çalışmanın amacına uygun olarak aşağıdaki bölümlerde psikolojik sağlamlığı üniversite öğrencileri örnekleminde inceleyen ve psikolojik sağlamlığın demografik, sosyal ve akademik değişkenler ile nasıl bir ilişki içinde olduğuna yönelik bulgular ortaya koyan bazı araştırmalara yer verilmiştir.

2.1.1. Yerli Literatürde Yer Alan Araştırmalar

Yerli literatürde üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarını konu edinen bazı araştırmalar bulunmaktadır. Karal ve Biçer (2021) Covid-19 pandemi döneminde gerçekleştirdikleri araştırmada, farklı üniversitelerin farklı bölümlerinde öğrenim gören 230 öğrenciden psikolojik sağlamlığın cinsiyet, aile yapısı ve yaşanan yer açısından farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek üzere veri toplamışlardır. Araştırmanın sonuçları, psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiğini, erkeklerin psikolojik sağlık düzeylerinin kadınlardan yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Öte yandan, psikolojik sağlamlığın aile yapısına ve yaşanan yere göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Çalışmada, öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Akdeniz, Savtekin ve Köylü (2021) tarafından Kocaeli Üniversitesinde öğrenim gören 913 öğrenci üzerinde yapılan araştırmanın sonuçları, kadın öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Sonuçlar fakültelere göre incelendiğinde, İletişim Fakültesi'nde okuyan öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının, Spor Bilimleri Fakültesi ve Eğitim Fakültesi öğrencilerinden anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir.

Erkoç ve Lotfi (2021) farklı üniversitelerin sosyal hizmetler bölümünde öğrenim gören 420 öğrenciyi kapsayan araştırmalarında, ailelerinin yanında yaşayan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin yurtdışı ve evde kalanlara göre anlamlı

şekilde yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Çalışmada cinsiyet, yaş ve sınıf değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır.

Erkoç ve Danış (2020), Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümünde öğrenim gören 261 öğrenciyi kapsayan araştırmalarında, öğrencilerin psikolojik sağlık seviyelerinin orta düzeyde olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca çalışmada, psikolojik sağlamlığın cinsiyet, sınıf ve öğretim durumuna göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmış; psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği, erkeklerin psikolojik sağlamlıklarının kadınlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Diğer yandan, psikolojik sağlamlığın sınıf ve öğretim durumu değişkenleri itibarıyla anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Eker, Taş ve Anlı (2020) tarafından İstanbul'da iki vakıf üniversitesinden toplam 436 öğrenci üzerinde yapılan araştırmanın sonuçları, cinsiyet, aileden algılanan sosyal destek, arkadaşan algılanan sosyal destek ve mevcut yaşam anlamı değişkenlerinin psikolojik sağlamlığın belirleyicileri olduğunu göstermektedir. Çalışmada, öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının orta düzeyde olduğu saptanmıştır.

Aydın ve Egemberdiyeva (2018) farklı üniversitelerde öğrenim gören 209 öğrenci üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmada, yaş ve kardeş sayısının birlikte psikolojik sağlamlığın anlamlı belirleyicileri olduğunu tespit etmişlerdir. Çalışmada, yaşın psikolojik sağlamlığı pozitif yönde, kardeş sayısının ise psikolojik sağlamlığı negatif yönde etkilediği saptanmıştır. Diğer yandan, psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Cantez (2018) tarafından 323 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan araştırma, 4. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin, 1., 2. ve 3. sınıf öğrencilerine kıyasla yüksek olduğunu göstermektedir. Çalışmada, cinsiyet, fakülte ve yaşamını geçirdiği yer değişkenleri itibarıyla anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Alver (2017) 673 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirdiği araştırmada, psikolojik sağlamlığın cinsiyet, yaş ve kardeş sayısı bakımından anlamlı farklılık gösterdiğini tespit etmiştir. Kadın öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, erkek öğrencilere göre yüksek seviyede olduğu saptanmıştır. Kardeş sayısı arttıkça psikolojik sağlamlık düzeylerinin arttığı, yaş arttıkça psikolojik

sağlamlık düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir. Anne-baba birlikteliği açısından anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu (2015) tarafından 437 hemşirelik öğrencisi üzerinde yapılan araştırmanın sonuçları, öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Çalışmada, kadın öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının erkek öğrencilere göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ekonomik durumu iyi olan öğrenciler, psikolojik sağlamlık düzeyleri en yüksek öğrenciler olarak belirlenmiştir.

Oktan, Odacı ve Çelik (2014) 450 üniversite öğrencisinin katılımıyla yaptıkları araştırmada, doğum sırasına göre, psikolojik sağlamlıkların farklılık gösterdiğini tespit etmişlerdir. Sonuçlar, büyük ve küçük çocuklarda negatif yönde etki, ortanca ve tek çocukta ise pozitif yönde etkiyi ortaya koymaktadır. Çalışmada kadın öğrencilerin, erkek öğrencilere göre psikolojik sağlamlıklarının yüksek seviyede olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarında, bölüm değişkenine göre bir farklılık tespit edilmemiştir.

2.1.2. Yabancı Literatürde Yer Alan Araştırmalar

Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları yabancı literatürde bazı araştırmaların inceleme konusu olmuştur. Debb vd. (2018) 218 öğrencinin katılımıyla yaptıkları çalışmada, Afrika kökenli Amerikalı öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarını incelemişlerdir. Afro-Amerikan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, ABD genel nüfusuyla karşılaştırıldığında diğer popülasyonlardan yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir.

Holdsworth, Turner ve Scott-Young (2018) 38 lisans ve lisansüstü öğrenciyle yarı yapılandırılmış görüşme ile yaptıkları çalışmada, öğrencilerin kendi psikolojik sağlamlık anlayışlarını ve psikolojik sağlamlığı geliştirmek için kullandıkları stratejileri incelemiştir. Araştırmanın sonuçları, öğrencilerin çalışma yıllarına ve yaşam deneyimlerine göre psikolojik sağlamlığı kavramsallaştırma biçimlerinin farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Perspektifi korumak, sağlıklı kalmak ve destek ağları geliştirmek, psikolojik sağlamlık ile bağlantılı temel özellikler olarak ortaya çıkmıştır.

Edwards, Catling ve Parry (2016), 16-21 yaş arasında 161 ğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada, bireyin ebeveyni/velisi ile olan ilişkisindeki olumsuzlukların miktarı ile psikolojik sağlamlık arasında ters yönde ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Bir başka ifadeyle, ebeveynler ile ilişkide olumsuz deneyim azaldıkça, psikolojik sağlamlık artmaktadır.

Erdogan, Ozdogan ve Erdogan (2015) tarafından 596 niversite ğrencisi üzerinde yapılan araştırmanın sonuçları, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin ortalama puanın üzerinde olduğunu, erkek öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının kadın öğrencilerden anlamlı şekilde yüksek olduğunu göstermektedir.

Pidgeon vd. (2014) tarafında yapılan araştırma, Avustralya, Amerika Birleşik Devletleri ve Hong Kong niversitelerinden toplam 214 ğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Psikolojik sağlamlığı düşük olan öğrencilerde, arkadaşları, aileleri ve diğer kişilerden algılanan sosyal desteğin azlığı tespit edilmiştir.

Prinyaphol ve Chongruksa (2008) tarafından yapılan araştırma, Tayland'ın en güney eyaleti olan Pattani'deki 1148 Taylandlı ve Müslüman niversite öğrencisinin psikolojik sağlamlığını anlamayı amaçlamıştır. Tek ocuk olan öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının, ilk, ortanca ve son ocuk olan öğrencilere göre düşük seviyede olduğu tespit edilmiştir. Yüksek not ortalamasına sahip öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının, düşük not ortalamasına sahip öğrencilere göre yüksek olduğu saptanmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİNE İLİŞKİN BİR ARAŞTIRMA

3.1. Araştırma

Çalışmanın bu bölümü araştırmanın amacı ve önemi, kavramsal modeli, soruları, anakütle ve örneklem seçimi, veri toplama yöntemi ve aracı, araştırmanın kısıtları, verilerin analizi ve bulgular başlıklarını kapsamaktadır. Her bir başlığa ilişkin ayrıntılı açıklamalar aşağıdaki bölümlerde yer almaktadır.

3.1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının ne düzeyde olduğunu belirlemek ve psikolojik sağlamlığın çeşitli değişkenler bakımından farklılık gösterip göstermediğini tespit etmektir. Psikolojik sağlamlık, bireylerin güçlüklerin üstesinden gelebilme, zorlu, bunaltıcı görünen olay ve konular ile baş edebilme ve toparlanma gücünü ifade eden bir kavram olarak, özellikle günümüzün çalkantılı dünyasında bireyler için büyük önem taşımaktadır. Özellikle, üniversite öğrencilerinin, yaşamın birçok alanında olduğu gibi iş dünyasında da değer yaratma potansiyeli güçlü bireyler olduğu dikkate alındığında, bu bireylerin psikolojik sağlamlıklarının ne düzeyde olduğu ve ilişkili faktörlerin neler olduğunun anlaşılması gerektiği düşünülmektedir.

Araştırmanın ilgili Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları konusunda, öncelikle öğrencilerin kendilerine olmak üzere, Üniversite yöneticilerine, ebeveynlere, mevcut ve/veya potansiyel işletmelere bilgi ve farkındalık kazanma ve psikolojik sağlamlığın güçlendirilmesi için yapılması gereken çalışmalara odaklanma açısından yardımcı olacağı düşünülmektedir.

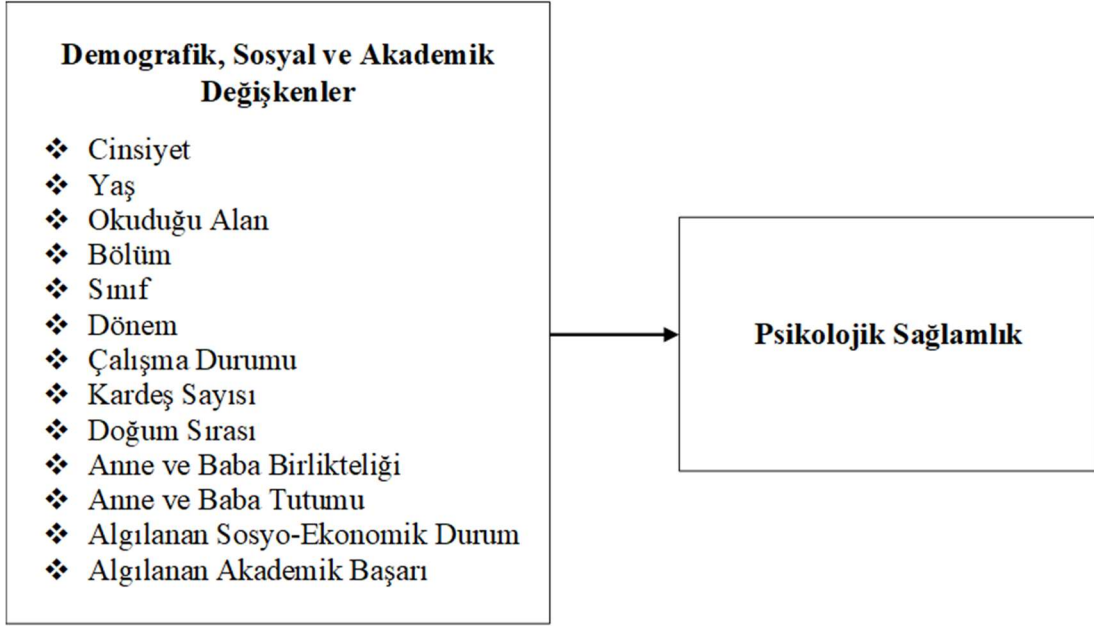
3.1.2. Araştırma Konusu Üniversitenin Tanıtım Bilgileri

Araştırmanın yapıldığı Üniversite, 1997 tarihinde 4282 sayılı kanunla, kamu tüzel kişiliğe sahip bir vakıf üniversitesi olarak kurulmuştur. Günümüzde, İstanbul'un

merkezi konumlarında yer alan, yüksek standartlarda donanıma sahip dört yerleşkede eğitim-öğretime devam eden Üniversitenin otuz bine yakın öğrencisi bulunmaktadır.

3.1.3. Araştırmanın Kavramsal Modeli

Araştırmanın kavramsal modeli Şekil 1’de gösterilmiştir.



Şekil 1. Araştırmanın Kavramsal Modeli

3.1.4. Araştırmanın Soruları

Çalışmanın amacı doğrultusunda araştırma soruları aşağıdaki gibi belirlenmiştir:

- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ne düzeydedir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, okudukları fakülte/yüksekokul/enstitüye göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, okudukları bölüme göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, sınıfa göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, döneme göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, kardeş sayısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, doğum sırasına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, anne ve baba birlikteliğine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, anne ve baba tutumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, algılanan sosyo-ekonomik duruma göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri, algılanan akademik başarıya göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3.1.5. Anakütle ve Örneklem Seçimi

Araştırmanın anakütlesini yukarıda belirtilen Üniversitenin öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak ulaşılabilen 478 öğrenci katılmıştır.

3.1.6. Veri Toplama Yöntemi ve Aracı

Araştırmada veri toplama yöntemi olarak anket kullanılmıştır. Anket formu, Kişisel Bilgi Formu ve Psikolojik Sağlamlık Ölçeğini kapsayan iki bölümden oluşmaktadır. Kişisel bilgi formunda, cinsiyet, yaş, okuduğu fakülte/yüksekokul/enstitü, bölüm, sınıf, dönem, işte çalışma durumu, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn birliktelik durumu, anne-baba tutumu, algılanan sosyo-

ekonomik düzey ve algılanan akademik başarı olmak üzere toplam 13 soru bulunmaktadır. İlgili sorular, literatür desteğine başvurularak (Özer, 2013; Aydın ve Egemberdiyeva, 2018) araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Psikolojik sağlamlığın tespit edilmesinde ise Smith vd. (2008) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe uyarlaması Doğan (2015) tarafından yapılan, tek boyutlu ve 6 maddeli, 5’li Likert tipinde “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçekte 2., 4. ve 6. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .83 olarak tespit edilmiştir.

Anket formu Google Formlar platformunda oluşturulmuştur. Üniversitenin uygun gördüğü yöntem doğrultusunda, e-postaları üzerinden ulaşılabilen öğrenciler için ilgili linkin “öğrenci e-posta adreslerine” gönderimi ile, yüz yüze ulaşılması daha kolay olduğu düşünülen öğrenciler için ise anket formlarının basılı versiyonları ile veriler toplanmıştır.

Anket formu, Ek 1’de yer almaktadır.

3.1.7. Araştırmanın Kısıtları

Araştırmanın kısıtları şu şekildedir:

- Araştırma, örnekleme oluşturan 478 öğrencinin görüşleriyle sınırlıdır.
- Araştırma bulguları, katılımcıların demografik, sosyal ve akademik özelliklerini tespit etmek üzere hazırlanmış sorular ve psikolojik sağlamlık düzeylerini saptamaya yönelik kullanılan “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” ile toplanan veriler ile sınırlıdır.
- Elde edilen bulgular, yalnızca araştırmanın örneklemini kapsamaktadır.

3.2. Verilerin Analizi ve Bulgular

Araştırma, ilgili Üniversiteden 478 öğrencinin katılımıyla gerçekleşmiştir. Araştırma verileri, 31/10/2022-16/12/2022 tarihlerinde toplanmıştır. Anket formlarının hiçbirinde kayıp veri tespit edilmemiş olup, tüm formlar analizde kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel hesaplamaları SPSS 25 programı ile yapılmıştır. Öğrencilerin demografik, sosyal ve akademik özelliklerine ilişkin dağılımı göstermek üzere, frekans ve yüzdelik hesaplamaları yapılmıştır. Kullanılan ölçeğin yapı

geçerliliği, Keşfedici Faktör Analizi ile incelenmiştir. Gruplar arası karşılaştırmalar için ise t testi, ANOVA testi ve Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır.

Veri analizi ve bulgulara ilişkin ayrıntılı açıklamalar aşağıdaki bölümlerde yer almaktadır.

3.2.1.Tanımlayıcı Bilgiler

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik, sosyal ve akademik özellikleri ile ilgili dağılıma ilişkin bulgular aşağıdaki bölümlerde yer almaktadır.

Öğrencilerin cinsiyetlerine ilişkin dağılımı Tablo 1’de sunulmaktadır. Öğrencilerin %60,3’ü kadın, %39,7’si erkektir. Bu sonuçlara göre, örnekleme çoğunluğun kadınlardan oluştuğu söylenebilir.

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

Cinsiyet	N	%
Kadın	288	60,3
Erkek	190	39,7
Toplam	478	100,0

Tablo 2’de öğrencilerin yaş gruplarına göre dağılımı gösterilmektedir. Öğrencilerin %42,3’ü 17-20, %34,3’ü 21-24 yaş aralığında, %23,4’ü ise 25 yaş ve üzerindedir. Sonuçlar, örneklemin çoğunluğunun 25 yaş altı bireylerden oluştuğunu göstermektedir.

Tablo 2. Öğrencilerin Yaş Gruplarına Göre Dağılımı

Yaş Grupları	N	%
17-20	202	42,3
21-24	164	34,3
25 yaş ve üstü	112	23,4
Toplam	478	100,0

Tablo 3'te öğrencilerin okudukları Fakülte/Yüksekokul/Enstitü'ye ilişkin dağılımları sunulmuştur. Öğrencilerin %0,8'i Diş Hekimliği Fakültesi, %0,4'ü Tıp Fakültesi, %2,5'i Fen-Edebiyat Fakültesi, %8,2'si Güzel Sanatlar Fakültesi, %9,4'ü Hukuk Fakültesi, %7,7'si İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, %7,5'i İletişim Fakültesi, %28,7'si Mühendislik-Mimarlık Fakültesi, %2,3'ü Sağlık Bilimleri Fakültesi, %0,2'si Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, %17,8'si Meslek Yüksekokulu ve %14,4'ü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü bünyesinde öğrenim görmektedir. Sonuçlar, araştırmaya en yüksek oranda Mühendislik-Mimarlık Fakültesi öğrencilerinin katılım sağladığını göstermektedir.

Tablo 3. Öğrencilerin Okuduğu Fakülte/Yüksekokul/Enstitü'ye Göre Dağılımları

Okuduğu Fakülte/Yüksekokul/Enstitü	N	%
Diş Hekimliği Fakültesi	4	0,8
Tıp Fakültesi	2	0,4
Fen-Edebiyat Fakültesi	12	2,5
Güzel Sanatlar Fakültesi	39	8,2
Hukuk Fakültesi	45	9,4
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	37	7,7
İletişim Fakültesi	36	7,5
Mühendislik-Mimarlık Fakültesi	137	28,7
Sağlık Bilimleri Fakültesi	11	2,3
Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu	1	0,2
Meslek Yüksekokulu	85	17,8
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü	69	14,4
Toplam	478	100,0

Öğrencilerin okudukları bölüme göre dağılımları Tablo 4’te gösterilmektedir. Bölümlerin dağılımı şu şekildedir: Adalet %0,2, Ağız ve Diş Sağlığı %1, Ağız, Diş ve Çene Cerrahisi %0,6, Ameliyathane Hizmetleri %5,6, Bankacılık ve Finans %0,4, Bankacılık ve Sigortacılık %0,2, Beslenme ve Diyetetik %0,6, Bilgisayar Mühendisliği %3,6, Bilgisayar Programcılığı %0,6, Biyomedikal Mühendisliği %0,2, Çocuk Gelişimi %1,3, Çok Boyutlu Modelleme ve Animasyon %0,2, Dış Ticaret %0,4, Diş Protez Teknolojisi %0,2, Diyaliz %0,8, Eczane Hizmetleri %0,8, Elektrik Elektronik Mühendisliği %3,6, Endüstri Mühendisliği %5,4, Endüstri Ürünleri Tasarımı %0,2, Endüstriyel Tasarım %3,1, Finans ve Bankacılık %0,6, Fizyoterapi %0,4, Gastronomi ve Mutfak Sanatları %0,6, Görsel İletişim Tasarımı %1, İletişim ve Tasarım %1,5, Halkla İlişkiler ve Reklamcılık %4,8, Halkla İlişkiler ve Tanıtım %0,4, Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi %2,3, Hemşirelik %0,4, Hukuk %9,4, İç Mekan Tasarımı %0,4, İç Mimarlık %1,9, İktisat %1,3, İletişim ve Tasarım %0,2, İlk ve Acil Yardım %1,7, İngiliz Dili ve Edebiyatı %0,4, İngilizce Mütercim ve Tercümanlık %0,2, İnsan Kaynakları ve Örgütsel Değişim %4,8, İnşaat Teknolojisi %0,2, İşletme %2,3, İşletme Yönetimi %4,2, Kamu Hukuku %0,2, Kimya Mühendisliği %1,5, Klinik Psikoloji %0,2, Lojistik %0,2, Makine Mühendisliği %2,1, Medya ve İletişim %0,2, Mimari Restorasyon %0,2, Mimarlık %1, Moda Tasarımı %0,4, Optisyonculuk %0,2, Oyunculuk %4,2, Patoloji Laboratuvar Teknikleri %0,4, Pazarlama %0,2, Pazarlama ve Reklamcılık %0,2, Protetik Diş Tedavisi %0,2, Psikoloji %0,6, Radyo, Televizyon ve Sinema %1,7, Radyoterapi %0,4, Sağlık Yönetimi %0,2, Sinema ve Televizyon %0,2, Sivil Hava Ulaştırma İşletmeciliği %0,2, Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi %0,4, Sosyal Hizmetler %0,4, Sosyoloji %0,8, Tarih %0,4, Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik %0,4, Tıbbi Laboratuvar Teknikleri %0,6, Tıp %0,4, Uluslararası Lojistik ve Taşımacılık %0,2, Uluslararası Ticaret ve Finansman %0,2, Uygulamalı İngilizce Çevirmenlik %0,2, Yazılım Mühendisliği %6,7, Yeni Medya %1,5, Yönetim Bilişim Sistemleri %3,3, Yönetim Organizasyon %1’dir. Sonuçlara göre, en çok katılım Hukuk Bölümü ve Yazılım Mühendisliği Bölümü öğrencileri arasından görülmektedir.

Tablo 4. Öğrencilerin Okuduğu Bölüme Göre Dağılımları

Bölüm	N	%
Adalet	1	0,2
Ağız ve Diş Sağlığı	5	1,0
Ağız, Diş ve Çene Cerrahisi	3	0,6
Ameliyathane Hizmetleri	27	5,6
Bankacılık ve Finans	2	0,4
Bankacılık ve Sigortacılık	1	0,2
Beslenme ve Diyetetik	3	0,6
Bilgisayar Mühendisliği	17	3,6
Bilgisayar Programcılığı	3	0,6
Biyomedikal Mühendisliği	1	0,2
Çocuk Gelişimi	6	1,3
Çok Boyutlu Modelleme ve Animasyon	1	0,2
Dış Ticaret	2	0,4
Diş Protez Teknolojisi	1	0,2
Diyaliz	4	0,8
Eczane Hizmetleri	4	0,8
Elektrik Elektronik Mühendisliği	17	3,6
Endüstri Mühendisliği	26	5,4
Endüstri Ürünleri Tasarımı	1	0,2
Endüstriyel Tasarım	15	3,1
Finans ve Bankacılık	3	0,6
Fizyoterapi	2	0,4
Gastronomi ve Mutfak Sanatları	3	0,6
Görsel İletişim Tasarımı	5	1,0
İletişim ve Tasarımı	7	1,5
Halkla İlişkiler ve Reklamcılık	23	4,8
Halkla İlişkiler ve Tanıtım	2	0,4
Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi	11	2,3
Hemşirelik	2	0,4
Hukuk	45	9,4
İç Mekan Tasarımı	2	0,4
İç Mimarlık	9	1,9
İktisat	6	1,3
İletişim ve Tasarımı	1	0,2
İlk ve Acil Yardım	8	1,7
İngiliz Dili ve Edebiyatı	2	0,4
İngilizce Mütercim ve Tercümanlık	1	0,2
İnsan Kaynakları ve Örgütsel Değişim	23	4,8
İnşaat Teknolojisi	1	0,2

İşletme	11	2,3
İşletme Yönetimi	20	4,2
Kamu Hukuku	1	0,2
Kimya Mühendisliği	7	1,5
Klinik Psikoloji	1	0,2
Lojistik	1	0,2
Makine Mühendisliği	10	2,1
Medya ve İletişim	1	0,2
Mimari Restorasyon	1	0,2
Mimarlık	5	1,0
Moda Tasarımı	2	0,4
Optisyenlik	1	0,2
Oyunculuk	20	4,2
Patoloji Laboratuvar Teknikleri	2	0,4
Pazarlama	1	0,2
Pazarlama ve Reklamcılık	1	0,2
Protetik Diş Tedavisi	1	0,2
Psikoloji	3	0,6
Radyo, Televizyon ve Sinema	8	1,7
Radyoterapi	2	0,4
Sağlık Yönetimi	1	0,2
Sinema ve Televizyon	1	0,2
Sivil Hava Ulaştırma İşletmeciliği	1	0,2
Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi	2	0,4
Sosyal Hizmetler	2	0,4
Sosyoloji	4	0,8
Tarih	2	0,4
Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik	2	0,4
Tıbbi Laboratuvar Teknikleri	3	0,6
Tıp	2	0,4
Uluslararası Lojistik ve Taşımacılık	1	0,2
Uluslararası Ticaret ve Finansman	1	0,2
Uygulamalı İngilizce Çevirmenlik	1	0,2
Yazılım Mühendisliği	32	6,7
Yeni Medya	7	1,5
Yönetim Bilişim Sistemleri	16	3,3
Yönetim Organizasyon	5	1,0
Toplam	478	100,0

Tablo 5, Fakülte ve Yüksekokul öğrencilerinin okudukları sınıfa göre dağılımlarını göstermektedir. Öğrencilerin %36,7'si 1. sınıf, %30,8'i 2. sınıf, %12'si 3. sınıf ve %20,5'i 4. sınıfta okumaktadır. Bu sonuçlara göre, örneklemin çoğunluğunun 1. ve 2. sınıf öğrencisi olduğu söylenebilir.

Tablo 5. Öğrencilerin Okuduğu Sınıfa Göre Dağılımları

Sınıf	N	%
1. Sınıf	150	36,7
2. Sınıf	126	30,8
3. Sınıf	49	12,0
4. Sınıf	84	20,5
Toplam	409*	100,0

*Lisansüstü programlarda yer alan öğrencilerin çıkarılması ile elde edilen sayıdır.

Tablo 6'da Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencilerinin dönemlerine göre dağılımı gösterilmektedir. Öğrencilerin %81,2'si 1-2. dönem, %13'ü 3-4. dönem öğrencisi olup, %5,8'i diğer (tez/proje aşaması, vb.) kategorisinde yer almaktadır. Sonuçlara göre, çoğunluğu 1-2. dönem öğrencileri oluşturmaktadır.

Tablo 6. Öğrencilerin Okuduğu Döneme Göre Dağılımları

Dönem	N	%
1-2. Dönem	56	81,2
3-4. Dönem	9	13,0
Diğer	4	5,8
Toplam	69*	100,0

*Fakülte ve Yüksekokul bünyesindeki öğrencilerin çıkarılması ile elde edilen sayıdır.

Öğrencilere araştırmanın yapıldığı tarihler itibarıyla bir işte çalışıp çalışmadıkları sorulmuş olup, yanıtlara ilişkin dağılım Tablo 7’de sunulmuştur. Tabloda görüldüğü üzere, öğrencilerin %35,4’ü bir işte çalışırken, %64,6’sı herhangi bir işte çalışmamaktadır. Bulgular ışığında, öğrencilerin çoğunluğunun bir işte çalışmadıkları söylenebilir.

Tablo 7. Öğrencilerin Bir İşte Çalışma Durumuna Göre Dağılımları

Bir İşte Çalışma Durumu	N	%
Evet	169	35,4
Hayır	309	64,6
Toplam	478	100,0

Öğrencilerin kendileri dahil kaç kardeş oldukları ile ilgili verdikleri cevaplara ilişkin dağılım Tablo 8’de gösterilmektedir. Bulgulara göre, öğrencilerin %13,2’si tek çocuk, %40,8’i 2 kardeş, %26,4’ü 3 kardeş, %11,1’i 4 kardeştir. 5 ve üzeri kardeşe sahip olanların oranı ise %8,6’dır. Bu sonuçlara göre, öğrencilerin ağırlıklı 2 kardeş oldukları söylenebilir.

Tablo 8. Öğrencilerin Kardeş Sayısına Göre Dağılımları

Kardeş Sayısı	N	%
1	63	13,2
2	195	40,8
3	126	26,4
4	53	11,1
5 ve üzeri	41	8,6
Toplam	478	100,0

Öğrencilerin doğum sırasına ilişkin dağılımları, Tablo 9’da yer almaktadır. Öğrencilerin %13,2’si tek çocuk, %33,1’i ilk çocuk, %18,8’i ortanca veya ortancalardan ve %34,9’u son çocuktur. Sonuçlara göre, örneklemin çoğunlukla ilk ve son çocuk olan öğrencilerden oluştuğu söylenebilir.

Tablo 9. Öğrencilerin Doğum Sırasına Göre Dağılımları

Doğum Sırası	N	%
Kardeşim yok (Tek Çocuk)	63	13,2
İlk Çocuk	158	33,1
Ortanca veya Ortancalardan	90	18,8
Son Çocuk	167	34,9
Toplam	478	100,0

Tablo 10’da öğrencilerin anne-baba birlikteliğine ilişkin verdikleri yanıtların dağılımı gösterilmektedir. Tabloda görüldüğü üzere, anne ve babası birlikte olan öğrencilerin oranı %80,5 iken, anne ve babası birlikte olmayan öğrencilerin oranı %19,5’tir. Sonuçlara göre, öğrencilerin çoğunluğunun anne ve babasının bir arada olduğu söylenebilir.

Tablo 10. Öğrencilerin Anne-Baba Birlikteliğine Göre Dağılımları

Anne-Baba Birlikteliği	N	%
Evet	385	80,5
Hayır	93	19,5
Toplam	478	100,0

Öğrencilere anne ve babalarının kendilerine ilişkin tutumlarını nasıl değerlendirdikleri sorulmuş olup, verilen cevaplara ilişkin dağılım Tablo 11’de sunulmuştur. Öğrencilerin %8,4’ü anne ve babalarını ilgisiz, %23,8’i demokratik, %51,9’u koruyucu ve %15,9’u otoriter tutuma sahip ebeveynler olarak görmektedir. Bulgular ışığında, öğrencilerin yarıdan fazlasının anne ve babalarını koruyucu tutum sergileyen bireyler olarak değerlendirdikleri söylenebilir.

Tablo 11. Öğrencilerin Anne-Baba Tutumuna Göre Dağılımları

Anne-Baba Tutumu	N	%
İlgisiz	40	8,4
Demokratik	114	23,8
Koruyucu	248	51,9
Otoriter	76	15,9
Toplam	478	100,0

Öğrencilerin algıladıkları sosyo-ekonomik duruma göre dağılımları Tablo 12’de yer almaktadır. Öğrencilerin %10,9’u sosyo-ekonomik durumlarının düşük olduğunu belirtirken, sosyo-ekonomik durumunu orta düzey olarak değerlendirenlerin oranı %78,7 ve yüksek olarak görenlerin oranı ise %10,5’tir. Sonuçlara göre, öğrencilerin çoğunluğunun sosyo-ekonomik durumunu orta düzey olarak gördüklerini söylemek mümkündür.

Tablo 12. Öğrencilerin Algıladıkları Sosyo-Ekonomik Duruma Göre Dağılımları

Algılanan Sosyo-Ekonomik Durum	N	%
Düşük	52	10,9
Orta	376	78,7
Yüksek	50	10,5
Toplam	478	100,0

Tablo 13, öğrencilerin algıladıkları akademik başarıya ilişkin dağılımlarını göstermektedir. Öğrencilerin %9,2'si akademik başarısını düşük, %65,3'ü orta ve %25,5'i yüksek olarak değerlendirmektedir. Bulgular ışığında, öğrencilerin çoğunluğunun akademik başarılarını orta düzey olarak gördükleri söylenebilir.

Tablo 13. Öğrencilerin Algıladıkları Akademik Başarıya Göre Dağılımları

Algılanan Akademik Başarı	N	%
Düşük	44	9,2
Orta	312	65,3
Yüksek	122	25,5
Toplam	478	100,0

3.2.2. Keşfedici Faktör Analizi

Araştırmada yer alan Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin yapı geçerliliği keşfedici faktör analiziyle incelenmiştir. Öncelikle elde edilen verilerin faktör analizine uygunluğunun tespit edilmesi amacıyla Kaiser Meyer Olkin (KMO) ve Bartlett Küresellik testi sonuçları değerlendirilmiştir. Veri setinin faktör analizine alınabilmesi için KMO değerinin .6'dan büyük olması ve Bartlett Küresellik testi sonucunun anlamlı çıkması ($p<.05$) gerekmektedir (Pallant, 2017: 201). Tablo 14'te görüldüğü üzere, KMO testi sonucu ,855 ve Bartlett Küresellik testi sonucu anlamlı ($p<0,05$) olarak elde edilmiştir. Buna göre, ölçeğin keşfedici faktör analizine uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 14. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği KMO ve Bartlett's Test Sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin Örnek Uygunluk Ölçüsü	,855
Yaklaşık Ki-Kare	1137,657
Bartlett's Küresellik Testi Serbestlik Derecesi	15
Anlamlılık	,000

Keşfedici Faktör Analizi, Temel Bileşenler Analizi ve Direct Oblimin rotasyonu ile yapılmıştır. Tablo 15 ve 16’da görüldüğü üzere, tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Tek faktörlü yapı, toplam varyansın %57,68’ini açıklamaktadır. Ayrıca, faktör yükü değerleri de literatürde bazı araştırmacılar tarafından belirtilen alt sınır değerlerin (.40, Şencan, 2005; .32, Tabachnick ve Fidell, 2020) oldukça üzerindedir. Bu sonuçlara göre, ölçeğin geçerli bir ölçüm aracı olduğunu söylemek mümkündür.

Tablo 15. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Varyans Değerleri

Faktör	Başlangıç Özdeğer			Kareli Yüklerin Çıkarım Toplamları		
	Toplam	Varyans Yüzdesi	Kümülatif %	Toplam	Varyans Yüzdesi	Kümülatif %
1	3,461	57,681	57,681	3,461	57,681	57,681
2	,828	13,797	71,477			
3	,549	9,148	80,625			
4	,410	6,837	87,462			
5	,403	6,721	94,184			
6	,349	5,816	100,000			

Tablo 16. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Bileşen Matrisi

	Faktör
	1
Psikolojik Sağlamlık1	,785
Psikolojik Sağlamlık4	,784
Psikolojik Sağlamlık6	,776
Psikolojik Sağlamlık3	,768
Psikolojik Sağlamlık2	,756
Psikolojik Sağlamlık5	,683

3.2.3. Merkezi Eğilim ve Dağılım Ölçüleri

Ölçeğe ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 17’de sunulmuştur. Tabloda yer alan değerler doğrultusunda, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğunu söylemek mümkündür.

Tablo 17. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	N	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma
	478	18,79	5,24

3.2.4. Güvenilirlik Analizi

Ölçeğe ilişkin güvenilirlik analizi sonucu, Tablo 18’de yer almaktadır. Pallant, (2017: 113), bir ölçeğin güvenilir olarak kabul edilmesi için Cronbach Alpha katsayısının, ,70’in üzerinde olması gerektiğini belirtmektedir. Tabloda görüldüğü üzere, Cronbach Alpha katsayısı ,852 olarak tespit edilmiş olup, bu sonuca göre ölçeğin yüksek güvenilirlikte olduğu söylenebilir.

Tablo 18. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Güvenilirlik Analizi Sonuçları

Cronbach’s Alpha	Madde Sayısı
,852	6

3.2.5. Normallik Analizi

Araştırmada, parametrik analizlerin yapılabilmesi için verilerin normal dağılıma uygunluğu incelenmiş olup, çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 19’da sunulmuştur.

Tabachnick ve Fidell'e (2020) göre verilerin normal dağılımına uyabilmesi için çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5 ile +1,5 aralığında olması gerekmektedir. Bulgular incelendiğinde, ölçeğin çarpıklık ve basıklık değerlerinin belirtilen aralıklar içinde olduğu görülmektedir. Buna göre, verilerin normal dağılıma uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 19. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	Çarpıklık		Basıklık	
	İstatistik	Standart Hata	İstatistik	Standart Hata
	-,180	,112	-,317	,223

3.2.6. Farklılık Analizi

Çalışmanın bu bölümünde öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin demografik, sosyal ve akademik özellikleri itibarıyla farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere parametrik testlerden ikili gruplar için t testi, ikiden fazla gruplar için ise Anova testi yapılmıştır. Anova testinde farklılığın kaynağını tespit etmek için Kayri'nin (2009: 56) belirttiği gibi varyansların homojen olduğu ve örneklem sayılarının eşit olmadığı durumlar için Scheffe testi kullanılmıştır. Öte yandan, “okuduğu dönem” değişkeninde iki alt grubun 30'dan az öğrenciyi kapsamaması ve grupların yeniden kodlanmasının mümkün olmaması nedeniyle ilgili değişkene parametrik olmayan testlerden Kruskal-Wallis Testi uygulanmıştır. “Okuduğu Fakülte/Yüksekokul/Enstitü” değişkeninde ise 30'dan az öğrenciyi kapsayan Diş Hekimliği Fakültesi, Tıp Fakültesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu grupları analiz dışı bırakılarak Anova testi gerçekleştirilmiştir. Ayrıca, “okuduğu bölüm” değişkeninde her birinde oldukça az sayıda öğrencinin yer aldığı çok fazla bölüm bulunduğu için yapılacak herhangi bir testin sağlıklı sonuç vermeyeceği düşünüldüğünden, bu değişken için fark analizi yapılmamıştır.

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t-testi sonuçları Tablo 20’de yer almaktadır.

Sonuçlar, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiğini ($t=-5,859$; $p<0,05$); erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeyinin ($\bar{x}=20,43$; $ss=4,73$) kadınlardan ($\bar{x}=17,71$; $ss=5,28$) anlamlı şekilde yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 20. Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Cinsiyet	N	Ort.	ss	t	p
Kadın	288	17,71	5,28	-5,859	,000
Erkek	190	20,43	4,73		

Tablo 21’de öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yaşa göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak amacıyla yapılan Anova testi sonuçları sunulmaktadır.

Analiz sonuçlarına göre, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=10,595$; $p<0,05$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu saptamak üzere Scheffe testi gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, 25 yaş ve üstü öğrencilerin ($\bar{x}=20,71$; $ss=4,98$) psikolojik sağlamlık düzeylerinin 17-20 yaş ($\bar{x}=18,00$; $ss=5,16$) ve 21-24 yaş grubundaki öğrencilerden ($\bar{x}=18,45$; $ss=5,21$) anlamlı şekilde yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 21. Öğrencilerin Yaşlarına Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Yaş	N	Ort.	ss	F	p	Farklı Gruplar
(1)17-20	202	18,00	5,16	10,595	,000	3>1 3>2
(2) 21-24	164	18,45	5,21			
(3) 25 yaş ve üstü	112	20,71	4,98			

Tablo 22, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin okudukları Fakülte/Yüksekokul/Enstitü'ye göre farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla yapılan Anova testi sonuçlarını göstermektedir.

Sonuçlara göre, Fakülte/Yüksekokul/Enstitü itibarıyla öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinde anlamlı farklılık ($F=2,833$; $p<0,05$) tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağını belirlemek üzere gerçekleştirilen Scheffe testi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'nde öğrenim gören öğrencilerin ($\bar{x}=20,59$; $ss=4,72$) psikolojik sağlamlık düzeylerinin Meslek Yüksekokulu ($\bar{x}=17,78$; $ss=5,53$) ve Mühendislik-Mimarlık Fakültesi öğrencilerinden ($\bar{x}=18,26$; $ss=4,90$) anlamlı şekilde yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 22. Öğrencilerin Okuduğu Fakülte/Yüksekokul/Enstitü'ye Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Fakülte/Yüksekokul/Enstitü	N	Ort.	ss	F	p	Farklı Gruplar
(1) Güzel Sanatlar Fakültesi	39	18,21	4,43	2,833	,010	7>6 7>5
(2) Hukuk Fakültesi	45	19,91	5,68			
(3) İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	37	19,54	5,43			
(4) İletişim Fakültesi	36	19,03	4,95			
(5) Mühendislik-Mimarlık Fakültesi	137	18,26	4,90			
(6) Meslek Yüksekokulu	85	17,78	5,53			
(7) Lisansüstü Eğitim Enstitüsü	69	20,59	4,72			

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinde okudukları sınıfa göre farklılık olup olmadığının tespit edilmesi amacıyla yapılan Anova testi sonuçları Tablo 23'te sunulmaktadır.

Sonuçlara göre, psikolojik sağlamlık düzeyinin sınıf itibarıyla anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) saptanmıştır.

Tablo 23. Öğrencilerin Okuduğu Sınıfa Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Sınıf	N	Ort.	ss	F	p
1. Sınıf	150	18,58	4,99	1,086	,355
2. Sınıf	126	18,17	5,27		
3. Sınıf	49	17,71	5,26		
4. Sınıf	84	19,24	5,70		

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinde okudukları döneme göre farklılık olup olmadığının saptanması amacıyla gerçekleştirilen Anova testi sonuçları Tablo 24’te gösterilmektedir.

Sonuçlara göre, psikolojik sağlamlık düzeyinin dönem itibarıyla anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) tespit edilmiştir.

Tablo 24. Öğrencilerin Okuduğu Döneme Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Dönem	N	Sıra Ortalaması	Sd	Kruskal-Wallis H	Asymp. Sig.
1-2. Dönem	56	33,88	2	,978	,613
3-4. Dönem	9	40,50			
Diğer	4	38,38			

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin bir işte çalışma durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan t-testi sonuçları Tablo 25’te yer almaktadır.

Sonuçlar, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiğini ($t=4,168$; $p<0,05$); bir işte çalışan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyinin ($\bar{x}=20,12$; $ss=5,14$) herhangi bir işte

çalışmayan öğrencilerden ($\bar{x}=18,06$; $ss=5,15$) anlamlı şekilde yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 25. Öğrencilerin Bir İşte Çalışma Durumuna Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Şu An Bir İşte Çalışma Durumu	N	Ort.	ss	t	p
Evet	169	20,12	5,14	4,168	,000
Hayır	309	18,06	5,15		

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinde kardeş sayısına göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilen Anova testi sonuçları Tablo 26’da gösterilmektedir.

Sonuçlara göre, psikolojik sağlamlık düzeyinin kardeş sayısı itibarıyla anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) tespit edilmiştir.

Tablo 26. Öğrencilerin Toplam Kardeş Sayısına Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Toplam Kardeş Sayısı	N	Ort.	ss	F	p
1	63	18,10	5,32	1,157	,329
2	195	18,45	4,99		
3	126	19,21	5,62		
4	53	19,02	5,15		
5 ve üzeri	41	19,88	5,12		

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin doğum sırasına göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak üzere yapılan Anova testi sonuçları Tablo 27’de sunulmuştur.

Sonuçlara göre, psikolojik sağlamlık düzeyinin doğum sırası itibarıyla anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) tespit edilmiştir.

Tablo 27. Öğrencilerin Doğum Sırasına Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Doğum Sırası	N	Ort.	ss	F	p
Kardeşim yok (Tek Çocuk)	63	18,10	5,32	1,366	,253
İlk Çocuk	158	18,43	5,09		
Ortanca veya Ortancalardan	90	19,58	5,24		
Son Çocuk	167	18,97	5,32		

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinde anne-baba birlikteliğine göre farklılık olup olmadığının saptanması amacıyla gerçekleştirilen t testi sonuçları Tablo 28’de gösterilmektedir.

Sonuçlara göre, psikolojik sağlamlık düzeyinin anne-baba birlikteliğine göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) belirlenmiştir.

Tablo 28. Öğrencilerin Anne-Baba Birlikteliğine Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Anne-Baba Birlikteliği	N	Ort.	ss	t	p
Evet	385	18,72	5,29	-,561	,575
Hayır	93	19,06	5,05		

Tablo 29, öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin anne-baba tutumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere gerçekleştirilen Anova testi sonuçlarını göstermektedir.

Sonuçlara göre, anne-baba tutumu itibarıyla öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinde anlamlı farklılık ($F=5,133$; $p<0,05$) tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağını belirlemek için yapılan Scheffe testi, anne ve babalarının demokratik tutum sergilediği öğrencilerin ($\bar{x}=20,14$; $ss=5,13$) psikolojik sağlık düzeylerinin otoriter anne-baba tutumu ile karşılaşan öğrencilerden ($\bar{x}=17,18$; $ss=5,35$) anlamlı şekilde yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 29. Öğrencilerin Anne-Baba Tutumuna Göre Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Anne-Baba Tutumu	N	Ort.	ss	F	p	Farklı Gruplar
(1) İlgisiz	40	18,38	6,04	5,133	,002	2>4
(2) Demokratik	114	20,14	5,13			
(3) Koruyucu	248	18,73	4,98			
(4) Otoriter	76	17,18	5,35			

Öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinde algılanan sosyo-ekonomik duruma göre farklılık olup olmadığının saptanması amacıyla yapılan Anova testi sonuçları Tablo 30’da gösterilmektedir.

Sonuçlara göre, psikolojik sağlık düzeyinin algılanan sosyo-ekonomik duruma göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) tespit edilmiştir.

Tablo 30. Öğrencilerin Algıladıkları Sosyo- Ekonomik Duruma Göre Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Algılanan Sosyo- Ekonomik Durum	N	Ort.	ss	F	p
Düşük	52	18,06	5,77	1,302	,273
Orta	376	18,99	5,12		
Yüksek	50	18,04	5,48		

Öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinde algılanan akademik başarıya göre farklılık olup olmadığının tespit edilmesi amacıyla gerçekleştirilen Anova testi sonuçları Tablo 31’de yer almaktadır.

Sonuçlara göre, psikolojik sağlık düzeyinin algılanan akademik başarıya göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) belirlenmiştir.

Tablo 31. Öğrencilerin Algıladıkları Akademik Başarıya Göre Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Algılanan Akademik Başarı	N	Ort.	ss	F	p
Düşük	44	18,20	5,66	,397	,673
Orta	312	18,78	5,05		
Yüksek	122	19,02	5,57		

SONUÇ

Psikolojik sağamlık yaşamın birçok alanında ortaya çıkan önemli değişiklikler, çeşitli zorlu olaylar ve durumlarla baş edebilme yeteneği şeklinde ifade edilebilen bir kavramdır. Psikolojik sağamlık, her birey için önemli bir kapasite olmakla birlikte, özellikle günümüz gençleri açısından kritik role sahiptir. Genel olarak ergenlik döneminin sonu, ilk yetişkinlik evresinin başlangıcına denk gelen niversite yılları, bireylerin çevrelerinin genişlemeye ve yaşam deneyimlerinin artmaya başladığı bir dönem olarak bilinmektedir. Bu dönem, içinde bulunduğumuz hızla değişen, belirsiz ve karmaşık bir dünya ile bir arada değerlendirildiğinde, psikolojik sağamlığı yüksek gençlerin yaşamın hemen her alanında büyük fark yaratacağı düşünülmektedir.

Bu bağlamda niversite ğrencilerinin psikolojik sağamlık düzeylerini belirleme ve psikolojik sağamlığın bazı değişkenler itibarıyla farklılık gösterip göstermediğini saptama amacı taşıyan çalışmanın, başta öğrencilerin kendilerine olmak üzere, bu bireylerin ailelerine, mensubu oldukları niversitenin karar vericilerine ve mevcut/olası işletmelerine katkı sunacak sonuçlar ortaya koyduğu düşünülmektedir.

Bir vakıf niversitesinin 478 öğrencisini kapsayan araştırmanın sonuçları, öğrencilerin psikolojik sağamlık düzeylerinin ortalama puanın üzerinde olduğunu göstermektedir. Öte yandan bu bilgi, ortalamanın üzerinde ancak çok da yüksek olmayan psikolojik sağamlığın güçlendirilmesi için neler yapılabileceği konusuna odaklanmayı gerektirmektedir.

Araştırma, ğrencilerin psikolojik sağamlık düzeylerinde bazı demografik, sosyal ve akademik değişkenler açısından farklılık olup olmadığını da incelemiş olup, bazı faktörler itibarıyla öğrencilerin psikolojik sağamlık düzeylerinde farklılık tespit edilmiştir. Bu değişkenlerden biri cinsiyettir. Çalışmanın sonuçları, erkek öğrencilerin psikolojik sağamlık düzeylerinin kadın öğrencilerden anlamlı şekilde yüksek olduğunu göstermektedir. Bu sonucun bir nedeni olarak, geleneksel toplumsal cinsiyet rolleri gösterilebilir. Erkekliğin g ile temsiliyeti, toplumdaki “sen erkek adamsın” anlayışı ile bu bireylerin mutlaka sahip olması ve koruması gereken özellikler olarak görülen dayanıklılık, duygularını kontrol etme, girişkenlik, sorumluluk alma, sorun

çözme, karar verme gibi hususlar, erkeklerin çocukluk yıllarından başlayarak tüm yaşam dönemlerinde psikolojik sağlamlıklarını güçlendirmek için zorlayıcı nedenler olarak gösterilebilir. Çalışmanın bu bulgusu, Karal ve Biçer (2021), Erkoç ve Danış (2020), Erdogan, Ozdogan ve Erdogan (2015) tarafından yapılan araştırmaların bulguları ile benzerlik göstermektedir.

Yaş, psikolojik sağlamlığın farklılık gösterdiği bir başka değişken olarak tespit edilmiştir. Araştırmada, 25 yaş ve üstü öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin 17-20 ve 21-24 yaş grubundan anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir. Yaş, fiziksel, zihinsel ve duygusal yönden değişmeyi, gelişmeyi beraberinde getirmesi dolayısıyla, ileri yaşlardaki öğrencilerin psikolojik sağlamlıkların diğer yaş gruplarına kıyasla yüksek olması oldukça makul bir sonuç olarak değerlendirilmektedir.

Araştırmada, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin okudukları Fakülte/Yüksekokul/Enstitü'ye göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Sonuçlar, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'nde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, Meslek Yüksekokulu ve Mühendislik-Mimarlık Fakültesi bünyesindeki öğrencilerden anlamlı şekilde yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Lisansüstü eğitim, lisans mezuniyetini gerektiren ve genellikle yaşamın ileri yaş dönemlerine denk gelen bir süreçtir. Ayrıca, bu öğrencilerin çoğu iş hayatının içinde yer almaktadır. Dolayısıyla, elde edilen sonuç yalnızca eğitim düzeyi açısından değerlendirilmemeli, bireylerin yaşı ve iş yaşamı da dikkate alınması gereken değişkenler olarak görülmelidir. Nitekim, araştırmanın yaş ve çalışma durumu değişkenlerinin psikolojik sağlamlık ile ilişkisine dair bulguları, yapılan bu açıklamayı destekler niteliktedir.

Bir işte çalışma durumu, araştırmada psikolojik sağlamlık düzeyinin farklılık gösterdiği bir diğer değişken olarak saptanmıştır. Çalışma yaşamı içinde yer alan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, herhangi bir işte çalışmayan öğrencilere göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. İş yaşamı, farklı özelliklere sahip birçok insan ile ortak amaçlar doğrultusunda birlikte çalışmayı gerektirmektedir. Ayrıca, günümüz çalışma ortamlarında bireylerin maruz kaldığı konu, olay veya sorunlar da daha karmaşık ve zorlayıcı olabilmektedir. Bu nedenle, bireyler kendilerini her alanda güçlendirmeleri gerektiğini bilmekte; psikolojik olarak dayanıklı olmanın da iş dünyası açısından önemli bir kriter olduğuna ilişkin anlayış

geliştirmekte, bu kapasiteyi geliştirmenin yollarını aramaktadır. Ek olarak, çalışma hayatı kişiye maddi ve maddi olmayan pek çok kazanım sunmaktadır. Bu kazanımlar da bireylerin psikolojik sağlamlıklarına katkı sunmaktadır. Tüm bu açıklamalar, bir işte çalışma durumu ve psikolojik sağlamlık ilişkisini anlamaya yardımcı olabilir.

Araştırmada, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin anne-baba tutumuna göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Sonuçlar, demokratik anne-baba tutumuna sahip öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, otoriter ebeveynlere sahip öğrencilerden anlamlı şekilde yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Çocuklarına karşı hoşgörölü ve ilgili davranma, destekleyici davranış sergileme, fikir alışverişine önem verme, belirli kurallar çerçevesinde aile kararlarına çocukların katılımını sağlama gibi özellikleri ile demokratik ebeveyn tutumu, çocukların özgüvenlerinin gelişmesine yardımcı olmakta; yaşamda inisiyatif alabilme ve sorun çözme becerisine katkı sunmakta, çocukların kendi kapasitelerini görebilme ve güçlendirmeye yönelik fırsatlar sunan bir aile ortamı yaratmaktadır. Bu açıklamalar, demokratik ebeveyn tutumu ile psikolojik sağlamlık ilişkisini anlamaya katkı sağlayabilir.

Diğer yandan, araştırmada psikolojik sağlamlık düzeyinin sınıf, dönem, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveyn birliktelik durumu, algılanan sosyo- ekonomik durum ve algılanan akademik başarı değişkenleri itibarıyla farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Elde edilen sonuçlar ışığında, öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarını güçlendirmek için üniversitelerin öğrenci dekanlığı, kariyer merkezleri gibi birimleri vasıtası ile problem çözme, stres yönetimi, mesleki ve entelektüel beceri gelişimi gibi alanlarda eğitim programları düzenlenmesi, bireylerin karşılaştığı sorunların çözümünde psikolojik danışmanlık ve rehberlik desteği verilmesi büyük önem taşımaktadır. Ailelerin bu konularda bilinçlendirilmesi ve sürece dahil olmaları da öğrencileri düzenlenen çalışmalara katılmak konusunda teşvik edici olacaktır. Aile ve Üniversite iş birliği, öğrencilerin sorunlar karşısında kendilerini daha güçlü hissetmelerini sağlayacak, psikolojik sağlamlık kapasitelerinin gelişmesine katkı sunacaktır. Bu öneriler, öğrencilerin mevcut veya potansiyel işletmeleri açısından da dikkate alınmalıdır. İşletmelerde “sorun çözme odaklı” anlayışa ek olarak “pozitif yönleri geliştirme yaklaşımı” benimsenmeli, çalışanların güçlü yönlerine, olumlu doğasına vurgu yapan, kişilerin kendilerini keşfetmelerine imkan veren ortamlar

oluşturulmalıdır. Ayrıca yöneticiler ve çalışma arkadaşları tarafından destek sağlanmalı, sorunlar karşısında bireyler yalnız bırakılmamalıdır.

Çalışmanın tek bir Üniversite ile sınırlı olması, elde edilen sonuçların yalnızca bu Üniversitenin öğrencileri için geçerli olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, gelecek çalışmalarda genelleme imkanı sunan örnekleme yöntemlerinin kullanılması, psikolojik sağlamlığın daha geniş örneklem gruplarında ve benlik saygısı, mutluluk, öz-yeterlilik, yaşamın anlamı gibi çeşitli değişkenler ile ele alınması da araştırmacılara önerilmektedir.



KAYNAKÇA

Kitaplar

- Greene, R. R., & Conrad, A. P. (2002). Human Behavior Theory: A Resilience Orientation. Greene, R. (Eds.). *Resiliency: An Integrated Approach to Practice, Policy, and Research*. 2nd Edition. Washington, DC: NASW Press, 29-37.
- Masten, A. S., & Garmezy, N. (1985). Risk, Vulnerability, and Protective Factors in Developmental Psychopathology. Lahey, B. B. & Kazdin, A. E. (Eds.). *Advances in Clinical Child Psychology*. New York: Plenum Press, 1-52.
- Murphy, L. B. (1987). Further Reflections on Resilience. Anthony, E. J. & Cohler, B. J. (Eds.). *The Invulnerable Child*. New York: The Guilford Press.
- Pallant, J. (2017). *SPSS Kullanma Kılavuzu: SPSS ile Adım Adım Veri Analizi*. 6. Basımdan Çeviri. Balcı, S. & Ahi, B. (Çev.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Şencan, H. (2005). *Sosyal ve Davranışsal Ölçümlerde Güvenilirlik ve Geçerlilik*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2020). *Çok Değişkenli İstatistiklerin Kullanımı*. 6. Basımdan Çeviri. Baloğlu, M. (Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Windle, M. (1999). Critical Conceptual and Measurement Issues in The Study of Resilience. Glantz, M. D. & Johnson, J. L. (Eds.). *Resilience and Development: Positive Life Adaptations*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers, 161-176.

Sürelî Yayınlar

- Akdeniz, H., Savtekin, G., & Köylü, K. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumlarının, Psikolojik Sağlık Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 36-52.
- Aktan, B. Ş., & Önder, A. (2018). Okul öncesi dönemde psikolojik dayanıklılık. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 20-30.
- Alver, B. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Psikolojik Dayanıklılıkları Arasındaki İlişkilerin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 2(3), 116-147.
- Aydın, M., & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53
- Brooks, J. E. (2006). Strengthening Resilience in Children and Youths: Maximizing Opportunities Through the Schools. *Children and Schools*, 28(2), 69-76.
- Buz, S., & Genç, B. (2019). Sosyal Hizmet Uzmanları İçin Psikolojik Dayanıklılığın Önemi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 30(2), 623-642.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour research and therapy*, 44(4), 585-599.
- Cantez, E. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk, Psikolojik Sağlık ve Öz Yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 4(2), 61-76.
- Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (1997). The role of self-organization in the promotion of resilience in maltreated children. *Development and Psychopathology*, 9(4), 797-815.
- Cicchetti, D., Rogosch, F. A., & Toth, S. L. (2006). Fostering secure attachment in infants in maltreating families through preventive interventions. *Development and Psychopathology*, 18(3), 623-649.

- Collins, S. (2008). Statutory Social Workers: Stress, Job Satisfaction, Coping, Social Support and Individual Differences. *British Journal of Social Work*, 38(6), 1173-1193.
- Collishaw, S., Pickles, A., Messer, J., Rutter, M., Shearer, C., & Maughan, B. (2007). Resilience to adult psychopathology following childhood maltreatment: Evidence from a community sample. *Child Abuse & Neglect*, 31(3), 211-229.
- Çam, O., & Büyükbayram, A. (2017). Hemşirelerde Psikolojik Dayanıklılık ve Etkileyen Faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(2), 118-126.
- Debb, S. M., Colson, D., Hacker, D., & Park, K. (2018). Applying the Connor-Davidson Resilience Scale for use with third-year African American college Students. *Journal of Negro Education*, 87(1), 73-89.
- Demircioğlu, H., & Yoldaş, C. (2019). Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Psikososyal Risk Faktörleri ve Koruyucu Unsurlar. *Ankara Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 18(1), 40-48.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Doğan T., & Yavuz K. (2020). Yetişkinlerde Psikolojik Sağlamlık, Olumlu Çocukluk Deneyimleri ve Algılanan Mutluluk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 12(1), 312-330.
- Edwards, T., Catling, J. C., & Parry, E. (2016). Identifying Predictors of Resilience in Students. *Psychology Teaching Review*, 22(1), 26-34.
- Eker, H., Taş, İ., & Anlı, G. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Sağlamlık ile Yaşamın Anlamı ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(39), 1182-1199.
- Erdogan, E., Ozdogan, O., & Erdogan, M. (2015). University students' resilience level: The effect of gender and faculty. *Procedia-social and behavioral sciences*, 186, 1262-1267.

- Erkoç, B., & Danış, M. Z. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Tespit Edilmesine Yönelik Bir Araştırma. *Kırklareli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 34-42.
- Erkoç, B. & Lotfi, S. (2021). Sosyal Hizmet Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Etik İkilem Karşısında Tutumlarına Etkisinin Tespit Edilmesine Yönelik Bir Araştırma. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 11(2), 411-416.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A. & Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Etkileyen Faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-14.
- Hartley, M. T. (2011). Examining the Relationships Between Resilience, Mental Health, and Academic Persistence in Undergraduate College Students. *Journal of American College Health*, 59(7), 596-604.
- Holdsworth, S., Turner, M., & Scott-Young, C. M. (2018). ... Not drowning, waving. Resilience and university: a student perspective. *Studies in higher education*, 43(11), 1837-1853.
- Holt, P., Fine, M. J., & Tollefson, N. (1987). Mediating stress: Survival of the hardy. *Psychology in the Schools*, 24(1), 51-58.
- Kamya, H. A. (2000). Hardiness and spiritual well-being among social work students: Implications for social work education. *Journal of Social Work Education*, 36(2), 231-240.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.
- Kararımak, Ö., & Siviş-Çetinkaya, R. (2011). Benlik Saygısının ve Denetim Odağının Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi: Duyguların Aracı Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 30-41.

- Karal, E., & Biçer, B. G. (2021). Salgın Hastalık Dönemindeki Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 3(4), 17-34.
- Kayri, M. (2009). Araştırmalarda Gruplar Arası Farkın Belirlenmesine Yönelik Çoklu Karşılaştırma (Post-Hoc) Teknikleri. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 51-64.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry into Hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168-177.
- Korkut-Owen, F., Demirbaş-Çelik, N., & Doğan, T. (2017). Üniversite Öğrencilerinde İyilik Halinin Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlık. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(64-Ek Sayı), 1461-1479.
- Krug, E. G., Mercy, J. A., Dahlberg, L. L., & Zwi, A. B. (2002). The world report on violence and health. *The Lancet*, 360(9339), 1083-1088.
- Luthar, S.S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(3), 279-298.
- Maddi, S. (2006). Hardiness: The Courage to Grow from Stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160-168.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of Personality*, 74(2), 575-598.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.

- Masten, A. S. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Development and Psychopathology*, 19(3), 921-930.
- Masten, A. S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice, and translational synergy. *Development and Psychopathology*, 23(2), 493-506.
- Masten, A. S., & Obradović, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13-27.
- Meza, A. K. T., Aguayo, M. D. Z., Cevallos, M. G. O., & Zambrano, P. F. R. (2018). Estimation of resilience in university students. *International Research Journal of Management, IT and Social Sciences*, 5(1), 16-24.
- Oktan, V., Odacı, H., & Çelik, Ç. B. (2014). Psikolojik Doğum Sırasının Psikolojik Sağlamlığın Yordanmasındaki Rolünün İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 140-152.
- Ozbay, F., Johnson, D. C., Dimoulas, E., Morgan, C. A. III, Charney, D., & Southwick, S. (2007). Social Support and Resilience to Stress: From Neurobiology to Clinical Practice. *Psychiatry*, 4(5), 35-40.
- Öz F., & Yılmaz E. B. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Pidgeon, A. M., Coast, G., Coast, G., Coast, G., & Coast, G. (2014). Examining characteristics of resilience among university students: An international study. *Open Journal of Social Sciences*, 2(11), 14-22.
- Pooley, J. A., & Cohen, L. (2010). Resilience: A Definition in Context. *Australian Community Psychologist*, 22(1), 30-37.
- Robbins, A., Kaye, E., & Catling, J. C. (2018). Predictors of Student Resilience in Higher Education. *Psychology Teaching Review*, 24(1), 44-52.
- Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168-177.

- Tanko, Ç., Ekşi, F., Hatun, O., & Ekşi, H. (2021). Psikolojik Sağlamlık için Koruyucu Faktörler Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirliği. *Ege Eğitim Dergisi*, 22(1), 16-29.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini Toparlama Gücü Ölçeğinin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 77-86.
- Tiet, Q. Q., Bird, H. R., Davies, M., Hoven, C., Cohen, P., Jensen, P. S., & Goodman, S. (1998). Adverse life events and resilience. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 37(11), 1191-1200.
- Tümlü, G. Ü., & Receptoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (3), 205-213.

İnternet Yayınları

Prinyaphol, P., & Chongruksa, D. (2008). Resilience of Higher Educational Students, the Human Spirit among Thai and Muslim Students. *Online Submission*.
<https://eric.ed.gov/?id=ED502103>, Erişim Tarihi: 20/02/2023.

Diğer Yayınlar

- Güner, K. (2020). Madde Kullanımı Olan Geç Ergenlerde Travma ve Psikolojik Sağlamlığın İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Özer, E. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygusal Zekâ ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. *Doktora Tezi*. Konya: Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tanyeri, E. (2016). 23 Yaş ve Üzeri Heteroseksüel ve Homoseksüel Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının İlişkilerde Yükleme Tarzları ve Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Terzi, Ş. (2005). Öznel İyi Olmaya İlişkin Psikolojik Dayanıklılık Modeli. *Doktora Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Varıcıer, Ş. E. (2019). Yetişkin Psikolojik Sağlamlığı Üzerine Bir İnceleme: Algılanan Ebeveyn Tutumu, Kontrol Odağı, Algılanan Sosyal Destek ve Stresle Başa Çıkma Stilleri. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: İbn Haldun Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

EKLER

Ek-1: Anket Formu

Bu araştırma, Beykent Üniversitesi İşletme Yönetimi Programı öğrencisi Selin TAŞ tarafından Dr.Öğr.Üyesi Ebru YILDIZ danışmanlığında yürütülmektedir. Araştırmanın amacı, Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının ne düzeyde olduğunu belirlemek ve psikolojik sağlamlığın çeşitli değişkenler bakımından farklılık gösterip göstermediğini tespit etmektir. Araştırmaya katılımınız **gönüllülük** esasına dayanmakta olup bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelmektedir. Ancak, katılımınız sırasında istediğiniz takdirde araştırmadan ayrılabilirsiniz. Araştırmaya sizden tahminen **4 dakika** ayırmanız istenmektedir. Araştırmaya katılmayı kabul ettiğinizde sizden, araştırmanın amacına ulaşması için tüm soruları içtenlikle cevaplamanızı bekliyoruz.

Bu araştırmadan elde edilecek bilgiler tamamen veri analizi ve bilimsel yayın yapma amacı ile kullanılacak ve kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır.**

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı veya sözlü açıklama, adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı

☐ Kabul ediyorum

Cinsiyetiniz:

Kadın () Erkek ()

Yaşınız: (Yazınız.)

Okuduğunuz Fakülte/Yüksekokul/Enstitü:

() Diş Hekimliği Fakültesi

() Tıp Fakültesi

() Fen-Edebiyat Fakültesi

() Güzel Sanatlar Fakültesi

- ☐ Hukuk Fakóltesi
- ☐ İktisadi ve İdari Bilimler Fakóltesi
- ☐ İletişim Fakóltesi
- ☐ Mühendislik-Mimarlık Fakóltesi
- ☐ Sağlık Bilimleri Fakóltesi
- ☐ Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu
- ☐ Meslek Yüksekokulu
- ☐ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Okuduğunuz Bölüm: (Yazınız.)

Sınıfınız: (Lisans ve Önlisans Programları/ Yalnızca Fakólte ve Yüksekokul öğrencileri dolduracaktır.)

- ☐ 1. Sınıf
- ☐ 2. Sınıf
- ☐ 3. Sınıf
- ☐ 4. Sınıf

Döneminiz: (Lisansüstü Programlar/Yalnızca Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencileri dolduracaktır.)

- ☐ 1-2. Dönem
- ☐ 3-4. Dönem
- ☐ Diğer

Şu An Bir İşte Çalışıyor musunuz?

- ☐ Evet
- ☐ Hayır

Siz Dahil Kaç Kardeşiniz?

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5 ve üzeri

Ailenin Kaçınıcı Çocuğusunuz?

- ☐ Kardeşim Yok (Tek Çocuk)
- ☐ İlk Çocuk
- ☐ Ortanca veya Ortancalardan
- ☐ Son Çocuk

Anne ve Baba Birlikte mi Yaşıyor?

- ☐ Evet
☐ Hayır

Anne ve Babanızın Size Karşı Tutumunu Nasıl Değerlendiriyorsunuz?

- ☐ İlgisiz
☐ Demokratik
☐ Koruyucu
☐ Otoriter

Sosyo-Ekonomik Durumunuzu Nasıl Değerlendiriyorsunuz?

- ☐ Düşük
☐ Orta
☐ Yüksek

Akademik Başarı Açısından Kendinizi Nasıl Değerlendiriyorsunuz?

- ☐ Düşük
☐ Orta
☐ Yüksek

KISA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ifadelerde sizin için en uygun olan şıkkı işaretleyiniz.	Hiç uygun değil	Uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Tamamen uygun
1. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlatırım.	☐	☐	☐	☐	☐
6. Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.	☐	☐	☐	☐	☐

Ek-2: Etik Kurul İzin Belgesi

“Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi: Bir Vakıf Üniversitesi Örneği” başlıklı yüksek lisans tezi için Beykent Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler için Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’ndan 24/10/2022 tarihinde izin alınmıştır. Bu belge, 6698 Sayılı Kişisel Verileri Koruma Kanunu kapsamında gizlenmiştir.