

ULUSLARARASI KIBRIS ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM VE ARAŞTIRMA ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

FARKLI RİSK GRUBUNDAKİ ERGENLERİN ÖZNEL
İYİ OLUŞLARININ YORDAYICISI OLARAK
PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK KORUYUCU
FAKTÖRLERİ

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

MEHMET KOÇAK

LEFKOŞA-2022

ULUSLARARASI KIBRIS ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM VE ARAŞTIRMA ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

FARKLI RİSK GRUBUNDAKİ ERGENLERİN ÖZNEL
İYİ OLUŞLARININ YORDAYICISI OLARAK
PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK KORUYUCU
FAKTÖRLERİ

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

MEHMET KOÇAK

DANIŞMAN

YRD. DOÇ. DR. ŞERİFE ÖZBİLER

LEFKOŞA-2022



Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Araştırma Enstitüsü

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı

TEZ ONAY SAYFASI

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı'nda, 22008689 numaralı, Mehmet KOÇAK'IN hazırladığı "Farklı Risk Gruplarındaki Ergenlerin Öznel İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri" konulu Yüksek Lisans tezi ile ilgili savunması yapılmış ve adayın çalışmasının jüri onayı tarafından oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunmuş ve Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programı yüksek lisans tezi olarak *kabul edilmiştir.*

Tez Savunma Tarihi: 22.Ağustos.2022

Jüri üyeleri

1-) Yrd. Doç. Dr. Şerife ÖZBİLER

Tez Danışmanı

2-) Yrd. Doç. Dr. Osman EMİROĞLU

Asil Üye

3-) Yrd. Doç. Dr. Ayşe BENGİSOY

Asil Üye

İmza

[Signature]

[Signature]

[Signature]

[Signature]
Prof. Dr. Tahir ÇELİK
Enstitü Müdürü

BEYANNAME

Adı ve Soyadı: Mehmet KOÇAK

Tezin Başlığı: Farklı Risk Gruplarındaki Ergenlerin Öznel İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Şerife ÖZBİLER

YIL: 2022

Yukarıda başlığı verilen ve tarafımca kaleme alınan bu tez çalışması içerisinde verilen tüm bilgilerin akademik kurallara ve etik davranışlara uygun olarak elde ettiğimi ve sunduğumu; bu çalışmaya özgün olmayan ve başka kaynaklardan aldığım bilgileri, akademik kuralların ve etik davranışların gerektirdiği şekilde, metinde ve kaynakçada eksiksiz olarak gösterdiğimim beyan ederim.

Bu tez çalışmasının; Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsü tarafından saklanması ya da elektronik olarak sunulmasına izin veriyorum.

Tarih:/..... 2022

İmza:

ÖN SÖZ

Bu çalışmada öznel iyi oluş ile psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler çalışılmıştır. Çalışmanın katılımcılarını farklı risk grubunda yer alan ergenlik dönemindeki bireyler oluşturmaktadır. Bu çalışmanın amacı farklı risk grubundaki ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerinin moderatör rolünü incelemektir. Çalışmanın diğer amacı ise, psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin, farklı risk grubundaki ergenlerin öznel iyi oluşlarını ne ölçüde yordadığını incelemektir. Çalışmada yer alan risk grupları olarak; yoksulluk, ebeveynlerin boşanmış olması, göç yaşanması, savaşa maruz kalma, aile bireylerinden birinin veya kendisinin özel gereksinime sahip olması ve aile bireylerinin birinin veya kendisinin kronik rahatsızlığı olması gibi riskler belirlenmiştir. Çalışmanın ana konusu “Farklı risk grubundaki ergenlerin öznel iyi oluşlarının yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerdir.” İnsanın yaşamında, gelişiminde ve kişiliğinde önemli bir yere sahip olan ergenlik dönemi, kargaşanın karmaşanın ve değişimin olduğu bir dönemdir. Bu derece önemli bir dönemde bireylerin bazı risklere maruz kalmasının sonuçları ise önem arz etmektedir. Bu sonuçlardan bir tanesi de bireyin kendini nasıl değerlendirdiğidir. Bu çalışmada ise olumlu değerlendirme olan öznel iyi oluşa bakılmıştır. Çalışmada toplanan verilerin sonuçlarına göre; farklı risk grubundaki ergenlerin psikolojik sağlamlık koruyucu faktörleri ile öznel iyi oluşları arasında ilişki vardır. Ayrıca bu ilişkide psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin moderatör etkisi bulunmamıştır. Çalışmada ele alınan riskler ile karşı karşıya kalan ergenlerin, bu risklerden ne derece etkilendiği incelenmiştir. İnceleme sonucunda çıkan sonuçları tartışılarak önerilerde bulunulmuştur.

Mehmet KOÇAK

Lefkoşa-2022

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın ortaya çıkmasında akademik rehberliğini esirgemeyen, gerekli gördüğü yönlendirmeleri yaparak bilgi ve görüşleri ile katkılarını sunan tez danışmanım Sayın Yrd. Doç. Dr. Şerife ÖZBİLER'e,

Tezimin savunma jürisinde bulunan değerli hocalarım Yrd. Doç. Dr. Osman EMİROĞLU ve Yrd. Doç. Dr. Ayşe BENGİSOY'a

Çocuklarımın sorumluluğu daha fazla alarak bu yolda ilerlememi her zaman destekleyen biricik eşim Halime KOÇAK'a

Baba daha bitmedi mi diyerek yanıma gelen ve onları ihmal etmemi olgunlukla karşılayan canım çocuklarım, Gaye, Saffet Ege ve Hümeysra'ya teşekkürlerimi sunarım.

Mehmet KOÇAK

Lefkoşa-2022

ÖZ

Bu çalışmanın amacı farklı risk grubundaki ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerinin moderatör rolünü incelemektir. Çalışmanın diğer amacı ise, psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin, farklı risk grubundaki ergenlerin öznel iyi oluşlarını ne ölçüde yordadığını incelemektir. Araştırmanın çalışma grubu, 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde (KKTC) ortaokul ve liselerinde öğrenim gören yaşları 12 ile 17 (SS:1,78) arasında değişen toplam 425 (Kız=261, Erkek=164) ergen oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında; Sosyo Demografik Bilgiler Formu, Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği-12, Öznel İyi Oluş Ölçeği, Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği doldurulması istenmiştir. Verilerin çözümlenmesinde SPSS 26 ve Amos 23 programı kullanılmıştır. Verilerin normallik dağılımını sağlaması sonucu, veriler parametrik testler ile analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre farklı risk grubundaki ergenlerin psikolojik sağlamlık koruyucu faktörleri ile öznel iyi oluşları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır. Ayrıca bu ilişkide psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin, öznel iyi oluş ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide moderatör etkisi bulunmamıştır. Sonuçlar pozitif psikoloji kapsamında ergenler ve uygulamacılar için, ulusal ve uluslararası düzeyde yapılan çalışma sonuçları ile karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ergenlerde Öznel İyi Oluş, Psikolojik Sağlamlık, Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörler

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the moderator role of resilience protective factors in the relationship between resilience levels and subjective well-being of adolescents in different risk groups. The other aim of the study is to examine the difficulty with which psychological soundness protective factors predict the subjective well-being of adolescents in different risk groups . The study group of the research consists of a total of 425 (Girl=261, Male=164) adolescents aged between 12 and 17 who study in secondary and high schools in the Turkish Republic of Northern Cyprus (TRNC) in the 2021-2022 academic year. In the scope of the research; Socio-Demographical Information Form, Child and Adolescent Resilience Scale-12, Subjective Well-Being Scale Protective Factors Scale for Psychological Resilience. SPSS 26 and Amos 23 programs were used to analyze the data. As a result of ensuring the normality distribution of the data, the data were analyzed by parametric tests. According to the findings obtained, there is a positive significant relationship between the protective factors of psychological Decency and subjective well-being of adolescents in different risk groups. In addition, the protective factors of psychological Decency in this relationship did not have a moderating effect on the relationship between subjective well-being and psychological decency. According to the findings, there is a relationship between the psychological resilience levels of adolescents in different risk groups and their subjective well-being. In addition, there was no moderator effect of resilience protective factors in this relationship. The results are discussed for adolescents and practitioners within the scope of positive psychology.

Keywords: Resilience, Resilience Protective Factors, Subjective Well-Being In Adolescents

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
ÖZ.....	ii
ABSTRACT.....	iii
İÇİNDEKİLER	iv
TABLolar LİSTESİ	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xi
KISALTMALAR VE SEMBOLLER LİSTESİ	xii
BÖLÜM 1.....	1
PROBLEM.....	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Hipotezleri.....	3
1.3. Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi	4
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	6
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	7
1.6. Tanımlar	7
BÖLÜM 2.....	8
KURAMSAL ÇERÇEVE, İLGİLİ ARAŞTIRMALAR VE SONUÇLARI	8
2.1. Psikolojik Sağlamlık.....	8
2.1.1. Psikolojik Sağlamlık Kavramı.....	8
2.1.2. Psikolojik Sağlamlık Risk Faktörleri.....	9
2.1.2.1. Psikolojik Sağlamlık Bireysel Risk Faktörleri	10
2.1.2.2. Psikolojik Sağlamlık Ailesel Risk Faktörleri	10
2.1.2.3. Psikolojik Sağlamlık Çevresel Risk Faktörleri	11
2.1.3. Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörler.....	11
2.1.3.1. Psikolojik Sağlamlık Bireysel Koruyucu Faktörler	12

2.1.3.2. Psikolojik Sağlamlık Ailesel Koruyucu Faktörler	13
2.1.3.3. Psikolojik Sağlamlık Çevresel Koruyucu Faktörler	13
2.1.4. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları	14
2.1.4.1. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Uluslararası Literatürde Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları	14
2.1.4.2. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Ulusal Literatürde Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları	16
2.2. Öznel İyi Oluş	18
2.2.1. Öznel İyi Oluş Kavramı	18
2.2.2. Öznel İyi Oluşu Etkileyen Faktörler	20
2.2.2.1. Cinsiyet	20
2.2.2.2. Yaş	20
2.2.2.3. Eğitim	21
2.2.2.4. Kişilik	22
2.2.2.5. Dini İnanç	22
2.2.2.6. Sağlık	23
2.2.3. Öznel İyi Oluş Kuramları	23
2.2.3.1. Erek Kuramı	23
2.2.3.2. Yukarıdan Aşağıya-Aşağıdan Yukarıya Kuramı	24
2.2.3.3. Uyum Kuramı	25
2.2.3.4. Etkinlik Kuramı	26
2.2.3.5. Yargı Kuramı	26
2.2.3.5.1. Sosyal Karşılaştırma Kuramı	27
2.2.3.5.2. Çok Yönlü Uyuşmazlık Kuramı	27
2.2.3.6. Dinamik Denge Kuramı	27
2.2.4. Öznel İyi Oluş İle İlgili Araştırmalar ve Sonuçları	28

2.2.4.1. Öznel İyi oluşla İlgili Uluslararası Literatürde Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları.....	28
2.2.4.2. Öznel İyi oluşla İlgili Ulusal Literatürde Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları	30
BÖLÜM 3.....	33
YÖNTEM	33
3.1. Araştırma Deseni.....	33
3.2. Çalışma Grubu.....	33
3.2.1. Çalışma Grubunun Oluşturulması	33
3.2.2. Araştırmaya Katılım Kriterleri:	34
3.2.3. Araştırmadan Çıkarılma Kriterleri.....	34
3.3. Veri Toplama Araçları	41
3.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu	42
3.3.2. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği-12	42
3.3.3. Öznel İyi Oluş Ölçeği	46
3.3.4. Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği:	51
3.4. Araştırmanın Etik Süreci.....	56
3.4.1. Etik Kodlar	56
3.4.2. Aile Bilgilendirici Onam Formu	57
3.4.3. Çocuk Bilgilendirici Onam Formu	57
3.4.4. Katılımcı ve Veri Gizliliği	58
3.4.5. Araştırma Sonuç ve Raporun Paylaşımı	58
3.5. Araştırmanın İşlem Yolu.....	58
3.6. Verilerin Analizi:.....	59
BÖLÜM 4.....	62
BULGULAR VE TARTIŞMA	62

4.1. Betimleyici Analizler	62
4.2. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık, Öznel İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri Değişkenleri Arasındaki İlişki	62
4.3. Araştırmada Öne sürülen Hipotezlerin Test Edilmesi	66
4.3.1. Araştırmanın Birinci Hipotezinin Test Edilmesi	66
4.3.2. İkinci Hipotez Moderatör Etki	68
4.3. Bulguların Tartışılması ve Yorum	70
BÖLÜM 5	73
SONUÇ VE ÖNERİLER	73
5.1. Sonuçlar	73
5.2. Öneriler	73
5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler	73
5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler	74
KAYNAKÇA	75
EKLER	89
Ek-1: Araştırma kapsamında “ Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖÖ)” Kullanım izni.	89
Ek-2: Araştırma kapsamında “Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği -12 (ÇGPSÖ-12) ” Kullanım izni.	90
Ek-3 : Araştırma kapsamında “ Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği (PSKFÖ) ” Kullanım izni.	91
Ek-4: Araştırma Kapsamında Kullanılan Sosyo-Demografik Form	92
Ek-5: Araştırma Kapsamında Kullanılan Sosyo-Demografik Form ve Ölçeklerin Uygunluğu Konusunda 1. Uzman Görüşü	95
Ek-6: Araştırma Kapsamında Kullanılan Sosyo-Demografik Form ve Ölçeklerin Uygunluğu Konusunda 2. Uzman Görüşü	96

Ek-7: Araştırma Kapsamında Kullanılan Sosyo-Demografik Form ve Ölçeklerin Uygunluğu Konusunda 3. Uzman Görüşü.....	97
Ek-8: Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Etik Kurul Onayı.....	98
Ek-9: Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı Araştırma İzin Onayı.....	99
Ek-10: Aile Bilgilendirici Onam Formu.....	100
Ek-11: Katılımcı Bilgilendirici Onam Formu.....	101
Ek-12: Araştırma Kısa Sonuç Raporunun Paylaşım Yazısı	102
Ek-13: Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖÖ)	103
Ek-14: Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12)	104
Ek-15: Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği (PSKF-Ö).....	105
ÖZ GEÇMİŞ	106
Ham Veriler	107

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 2. 1 Öznel iyi oluşun boyutları.....	19
Tablo 3.1 Çalışma Grubuna Dahil Edilen Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine Yer Verilmiştir (n= 425).....	35
Tablo 3.2 Çalışma Grubuna Dahil Edilen Katılımcıların Ailelerinin Sosyo-Demografik Bilgilerine Yer Verilmiştir (n= 425).....	35
Tablo 3.3 Çalışma Grubuna Dahil Edilen Katılımcıların Risk Dağılımları Bilgilerine Yer Verilmiştir (n= 425).....	36
Tablo 3.4 . Çalışma Grubuna Dahil Edilen Katılımcıların Ailesel Risk Dağılımları Bilgilerine Yer Verilmiştir (n= 425).	38
Tablo 3.5 Aşağıdaki Tabloda Ergenlerin Memnuniyet Ve Yaşanan Bölgeyle İlgili Memnuniyet İfadelerine Verdikleri Yanıtların Ortalama ve Standart Sapma Değerleri Yer Almaktadır (n=425).....	40
Tablo 3.6 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği-12 örnek ifadeleri.....	42
Tablo 3.7 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği-12 Ölçüm Modelindeki Uyum İndeks Katsayıları.....	44
Tablo 3.8 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin Maddelerine İlişkin Faktör Yük Değerleri.....	46
Tablo 3.9 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin-12 İç Tutarlılık Sonuçları.....	46
Tablo 3.10 Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Alt Boyutları ve Örnek ifadeleri.....	47
Tablo 3.11 Öznel İyi Oluş Ölçeği Ölçüm Modelinin Uyum İndeks Değerleri.....	48
Tablo 3.12 Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Maddelerine İlişkin Faktör Yük Değerleri...	50
Tablo 3.13 Öznel İyi Oluş Ölçeğinin İç Tutarlılık Sonuçları.....	51

Tablo 3.14 Psikolojik Sağamlık Koruyucu Faktörler Ölçeği Alt Boyutları ve Örnek Maddeleri.....	51
Tablo 3.15 Psikolojik sağamlık koruyucu faktörler ölçeğinin Ölçüm Modelinin Uyum İndeks Değerleri.....	53
Tablo 3.16 Psikolojik Sağamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeğinin Maddelerine İlişkin Faktör Yük Değerleri.....	55
Tablo 3.17 Psikolojik Sağamlık Koruyucu Faktörler Ölçeğinin iç tutarlılık sonuçları.....	55
Tablo 3.18 Ölçek Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri ile Normallik Testi Sonuçları.....	60
Tablo 4.1 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağamlık, Öznel İyi Oluş ve Psikolojik Sağamlık Koruyucu Faktörleri Ölçeklerinin Toplam Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları, Min.-Maks. Değerleri ve Varyans Değerleri.....	62
Tablo 4.2 Korelasyon Katsayısının Değerlendirilmesi.....	63
Tablo 4.3 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağamlık, Öznel İyi Oluş ve Psikolojik Sağamlık Koruyucu Faktörleri değişkenleri arasındaki ilişki (n=425).....	65
Tablo 4.4 Öznel İyi Oluşu Etkileyen psikolojik sağamlık koruyucu faktörlerin ve Modeldeki Katsayısının Anlamlılığı (n=425).....	66
Tablo 4.5 Öznel İyi Oluşu Etkileyen Bağımsız Değişkenler ve Modeldeki Katsayılarının Anlamlılığı (n=425)	67
Tablo 4.6 Psikolojik Sağamlık Koruyucu Faktörlerin Moderatör Etkisinin Anlamlılığı.....	69

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1 Araştırmanın İlişki Modeli	3
Şekil 1.2 Araştırmanın Yordama Modeli.....	4
Şekil 3.1 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin Ölçüm Modeli	45
Şekil 3.2 Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Ölçüm Modeli.....	49
Şekil 3.3 Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeğinin Ölçüm Modeli	54
Şekil 3.4 Araştırmanın İşlem Yolu.....	59
Şekil 4.1 Standardize Edilen Değişkenler Modele Alınarak Moderatör Etki.....	68
Şekil 4. 2 Moderatör etki.....	69

KISALTMALAR VE SEMBOLLER LİSTESİ

W	Moderatör Değişkeni
X	Bağımsız Değişken
Y	Bağımlı Değişken
CGPS	Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği



BÖLÜM 1

PROBLEM

Bu bölümde sırasıyla araştırmanın, problem durumuna, amacına, hipotezlerine, önemine, varsayımlarına, sınırlılıklarına ve araştırmadaki tanımlara değinilmiştir.

1.1. Problem Durumu

İnsanlık tarihine bakıldığında, insanların genel amaçlarının mutluluğa erişmek olduğu görülmüştür. Bu sebeple mutluluk terimi üzerinde uzun yıllar süren çalışmalar yapılmıştır. Ancak psikoloji alanında özellikle 20. yüzyıla kadar genellikle mutsuzluk üzerine çalışmalar yapıldığı görülmüştür. Bu süreç pozitif psikoloji ortaya çıkana kadar devam etmiştir (Güler,2019). Pozitif psikoloji, psikoloji biliminin içinde gelişen yeni alanlardan bir tanesidir. Pozitif psikolojide amaç, insanın yaşamı boyunca, yaşamının her alanında iyiye gidip kendini geliştirmesidir. Pozitif psikoloji, psikolojinin diğer alanlarından farklı olarak insanların mutlu olmasına odaklanır (Çakır, 2015). Pozitif psikolojinin önemli konularından bir tanesi de öznel iyi oluştur. Literatüre bakıldığında mutluluk kavramı ile öznel iyi oluş kavramının birbirinin yerine kullanıldığı görülmüştür. Ancak mutluluk ile öznel iyi oluşu ayıran nokta, mutluluğun tek boyutlu yapısının olması iken öznel iyi oluşun ise tek boyutlu bir yapı olmamasıdır (Nigar, 2014). Öznel iyi oluşla ilgili çalışmalara bakıldığında, insanların kendi kendilerini nasıl değerlendirdikleri ile alakalı olduğu görülmektedir.

İyi oluş ile ilgili yapılan çalışmalar önceleri iyi oluşun nedenleri iken, son dönemlerde yapılan araştırmalar ise sonuçlarına ve özellikle öznel iyi oluşun yüksekliği yaşamın işlevselliğine ne düzeyde katkı sağladığına veya başarıyı ne kadar etkilediğine odaklanmıştır. Her geçen gün artan deliller yaşamdan alınan memnuniyet ve yüksek öznel iyi oluşun, ekonomik düzey, sağlıklı bir yaşam, topluma olan faydası ve bireyin fiziksel sağlığı gibi dört alanda yaşamı önemli derecede iyileştirdiği görülmüştür (bk. Diener ve Biswas-Diener, 2008, tam inceleme Lyubomirsky, King ve Diener,2005; akt. Diener,2009; çev. Gencer, 2018). Psikolojik sağlamlık kavramı da araştırmacılara göre pozitif psikolojinin ele aldığı başka bir önemli kavramdır (Hoşoğlu ve ark., 2018). Aynı olaylara farklı insanların benzer tepki vermemesi araştırmacıların dikkatini çekmiştir (Bagav, 2018). Alanyazına

bakıldığında bu durumun kişilerin psikolojik sağlık düzeyleri ile açıklandığı görülmüştür. Literatürde psikolojik sağlıkla ilgili yapılan tanımlar göz önüne alındığında risk ve koruyucu faktörlerin ön plana çıktığı görülmüştür (Kararımak, 2006).

Psikolojik sağlık bireyi sıkıntıda bırakacak bir olayı veya kendisi için risk olabilecek durumu, olumlu bir sürece çevirme özelliği kapsamaktadır (Kaplan, 1999; akt. Oktan, 2012). Kişide mevcut olan bireysel özellikler, ailesinin ve içinde bulunduğu çevrenin özellikleri bireyi dezavantajlı hale getirebildiği gibi psikolojik açıdan daha dayanıklı olmasında da etken olabilmektedir (Masten, Best ve Garnezy, 1990). Koruyucu faktör psikolojik dayanıklılığın tanımlanan boyutlarından bir tanesidir. Koruyucu faktörler, risk faktörlerinin kişilerde psikolojik ve biyolojik bakımdan olumsuz sonuçlar ortaya çıkarma ihtimalini azaltan olumlu özellikler olarak tanımlanmaktadır (Garnezy, 1991). İnsanların hayatta karşılarına çıkan zorluklarla mücadele edebilme gücünde bireysel farklılıklar önemlidir. Bireyin genetik olarak getirdiği veya sonradan eğitim ile kazanmış olduğu özellikler, kişileri birbirinden ayırmaktadır. Bu süreçte en kötü şartlar da dahi bireyi normal bir yetişkin gibi gelişme göstermesini sağlayan “ kendi kendini düzenleyici” eğilimlerde söz edilebilir (Gürkan,2006).

Ergenlik döneminde, hem öznel iyi oluşun hem de psikolojik sağlık kavramının önemi artmaktadır. Çünkü ergenlik dönemi bir geçiş sürecidir. Bireyin çocukluk döneminden çıkıp erişkinliğe hazırlandığı dönem, ergenlik dönemi olarak adlandırılmaktadır. Bu dönemde birey de fiziksel, bilişsel ve toplumsal açıdan birçok değişim meydana gelir (Damarlı,2006). Bir yandan ergende fiziksel ve cinsel olgunluğa erişmesini sağlayacak biyolojik değişiklikler olurken diğer yandan ergenin bağımsızlığını kazanmaya çalışması ve erişkinliğe ulaşmasını destekleyecek bilişsel, sosyal ve duygusal değişiklikler meydana gelmektedir. Ergenin yetişkinliğe başarılı bir şekilde yetişmesi için, bu değişikliklerle başarılı bir şekilde mücadele etmesi gerekir (Gers Gümüş,2012). Bir geçiş dönemi olan ergenlik döneminde, bazı bireyler bir takım risklerle karşılaşmak zorunda kalabilmektedir. Bu riskler karşısında nasıl mücadele ettikleri ise bu bireylerin psikolojik sağlık koruyucu faktörleri ve öznel iyi oluş düzeyleri ile ilgilidir.

Yukarıdaki açıklamalar doğrultusunda bu çalışma ile ergenlerin öznel iyi oluşlarının ve psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin ergenlere katkı sağladığını görmekteyiz. Ayrıca bu çalışmanın sonuçları, okulların rehberlik ve psikolojik danışmanlık servislerine ergenlerin hem öznel iyi oluşlarını artırmaya yönelik hem de psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerine yönelik planlanan çalışmalarına yön vereceği düşünülmektedir.

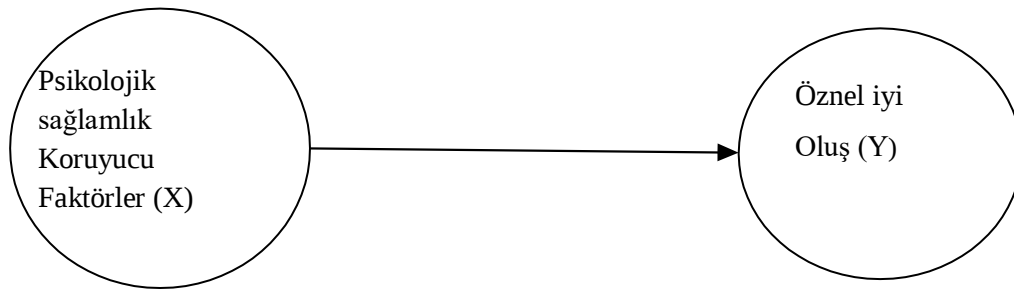
1.2. Araştırmanın Amacı ve Hipotezleri

Bu çalışmanın amacı farklı risk grubundaki ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerinin moderatör rolünü incelemektir. Çalışmanın diğer amacı ise, psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin, farklı risk grubundaki ergenlerin (Örneğin kendisinin, kardeşlerinin veya ebeveynin özel gereksinime sahip olanlar, göç etmiş olanlar, yoksulluk sınırında olanlar gibi bkz. Araştırmaya katılım kriterleri) öznel iyi oluşlarını ne ölçüde yordadığı incelenmek amaçlanmıştır.

Araştırmanın Hipotezleri

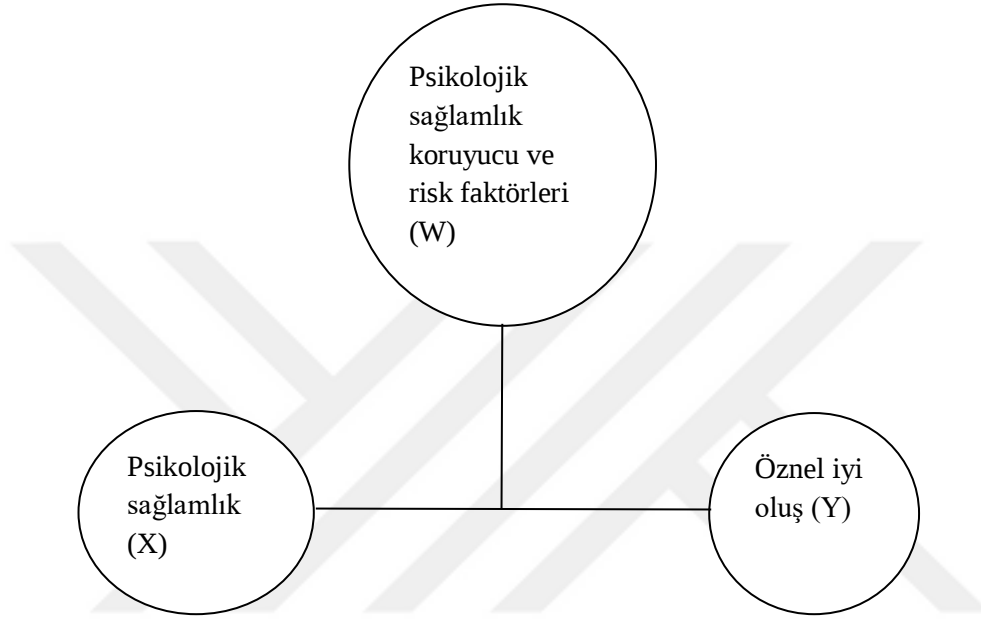
Araştırmanın amaçları doğrultusunda aşağıdaki hipotezler ve hipotezlere ait modeller geliştirilmiştir;

Hipotez (H-1): Hipotez (H-1): Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlık koruyucu faktörleri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişki pozitif yönlüdür.



Şekil 1. 1 Araştırmanın İlişki Modeli

Hipotez (H-2): Psikolojik sağamlık koruyucu faktörler, ergenlerin psikolojik sağamlık ve öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide moderatör rolü oynamaktadır.



Şekil 1. 2 Araştırmanın Yordama Modeli

1.3.Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi

Çocukluktan yetişkinliğe geçişteki bir basamak olarak düşünölen ergenlik, pek çok önemli değışikliklerinin olduğu ve zaman zamanda karmaşaların yaşandığı geçiş dönemidir (Feldman, 1997, akt., Duru ve Arslan, 2014). Bireylerin geçirmiş olduğu bu dönemi sağlıklı geçirmeye çalışırken, gelişme için yeni imkânlar ve yaşantı becerileri elde ederken aynı anda akademik, sosyal ve kişisel uyumuna etki edecek bazı riskler veya zorlayıcı yaşantılarla karşılaşabilmektedir (Duru ve Arslan, 2014). Bireylerin karşılaşabileceği muhtemel riskli yaşantılara karşı, bazı özellikleri onları daha güçlü kılar. Zorlayıcı yaşantılar ile etkili bir şekilde mücadele etmesini sağlar (Santrock, 2012, akt. Arslan, 2015a). Bu özelliklerden bazıları, öznel iyi oluş (Eryılmaz,2009) ve psikolojik sağamlık (Arslan ve Balkıs, 2016) düzeyleri olduğu söyleyebilir. Öznel iyi oluş, kişilerin yaşamlarına yönelik yapmış oldukları duygu

ve düşünce değerlendirmelerini kapsayan bir çatı terimdir (Diener,2006; akt. Dağ ve ark., 2019). Öznel iyi oluşa etki eden faktörler üç başlık altında toplanmıştır. Bunlar amaçlı yaşam etkinlikleri, yaşam şartları ve genetik faktörlerdir. Buna göre cinsiyet, yaş, yaşanılan bölge, ekonomik durum, medeni durum ve eğitim durumu gibi sosyo-demografik değişkenler yaşam şartları başlığında değerlendirilmektedir (Doğan, 2013). Ayrıca öznel iyi oluş çalışmalarında kişinin iç özellikleri (benlik, içsel denetim odağı, dışa dönüklük gibi) üzerinde de durulmaktadır (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010). Öznel iyi oluşun yararlarından bir tanesi sağlık ve yaşam süresidir. Yapılan bir araştırmada, katılımcılara soğuk algınlığı enfekte edilip, yüksek öznel iyi oluşa sahip bireylerin virüse karşı daha dirençli olduğu gözlenmiştir (Cohen ve ark.,2003; Diener, 2009; çev. Gencer, 2018).

Psikolojik sağlık genel olarak bireyin olumsuz durumlar karşısında kolay uyum sağlayabilme becerisi olarak ifade edilir (Stein, 2006; akt. Önder ve Gülay, 2008). Psikolojik sağlamlığa ilişkin literatürdeki tanımlara bakıldığında risk, koruyucu faktörler ve yeterlilik üzerine ortak vurgu yapıldığı görülmektedir (Gizir,2007). Risk faktörleri, bireylerde olumsuz sonuçlar meydana getirebilecek etmenler olarak adlandırılırken, koruyucu faktörler risk faktörlerinin doğurabileceği olumsuz neticelerin etkisini ortadan kaldıracak veya azaltacak etkenler olduğu düşünülmektedir (Alibekiroğlu ve ark., 2018). Psikolojik sağlık düzeyi düşük olan bireylerin, psikolojik sorunları daha fazla yaşadığını bulgulayan çalışmalar mevcuttur (Kabasakal ve Arslan, 2014; Kim ve Im, 2014; akt. Demir ve Çiftçi, 2020). Bu araştırmalardan yola çıkarak, Covid-19 pandemisi sürecinde psikolojik sağlamlığı ve öznel iyi oluşu yüksek olan bireylerin pandemi sürecini daha kolay atlattığı söylenebilir.

Öznel iyi oluşu yüksek olan ve psikolojik sağlık koruyucu faktörlere sahip olan ergenlerin yaşamları boyunca karşılaştıkları zorluklar karşısında daha dirençli olması beklenmektedir. Bu sebeple bu çalışmada ele alınan ergenlerin öznel iyi oluşları ile psikolojik sağlık koruyucu faktörleri arasındaki ilişkinin tespiti ve bu doğrultuda öznel iyi oluşları ve psikolojik sağlamlıkları desteklenmesi hem yaşam memnuniyetlerine hem de toplumsal uyuma katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu araştırmada Türk toplumunda farklı risk grubundaki ergen bireylerin öznel iyi

oluşlarını yordayan psikolojik sağlık koruyucu faktörler araştırılarak, araştırma bulgularının ergenlerin öznel iyi oluşlarını ve psikolojik sağlamlıklarını artırmaya yönelik planlanacak çalışmalara ışık tutması beklenmektedir. Ulusal alanyazına bakıldığında farklı risk grubundaki ergenlere yönelik, psikolojik sağlık, öznel iyi oluş ve psikolojik sağlık koruyucu faktörlerin incelendiği bir araştırmaya rastlanmadığı dikkate alındığında bu araştırma bulgularının alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlardan hareketle farklı risk grubundaki ergenlerin öznel iyi oluş ve psikolojik sağlamlıklarının güçlendirilmesinin önemi vurgulanmaya çalışılmıştır. Ayrıca öznel iyi oluş ile psikolojik sağlık koruyucu faktörler arasındaki ilişkinin tespiti, ortaöğretimde görevli okul psikolojik danışmanlar tarafından öğrenciye sunulan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerine ve bu yönde geliştirilecek psiko-eğitim programlarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4.Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın temel varsayımları aşağıda maddeler halinde belirtilmiştir.

1. Araştırmaya katılım sağlayan gönüllü çalışma grubunun,
 - a) Öznel İyi Oluş Ölçeği
 - b) Psikolojik Sağlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği
 - c) ÇGPS Ölçeği
 - d) Sosyo-Demografik Bilgilendirme Formun'dan oluşan veri toplama araçlarına mevcut durumlarını yansıtan samimi cevap verdikleri kabul edilmektedir.
2. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları ölçmeyi amaçladıkları özellikleri ölçebilecek geçerlilik ve güvenirlik seviyesine sahiptir.
3. Bu araştırma risk gruplarını (yoksulluk, ebeveynlerin boşanması, göç, savaş, özel gereksinimli ebeveyne veya kardeşe sahip olması, kendisinin özel gereksinimli olması, bireyin kendisinin kronik rahatsızlığının olması ve aile üyelerinin birinde kronik rahatsızlık olması) temsil ettiği düşünülmektedir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın genellenebilirliği açısından bazı sınırlılıkları vardır. Bu sınırlılıklar aşağıda maddeler halinde belirtilmiştir.

1. Araştırmada elde edilen veriler, 2021-2022 eğitim öğretim yılında KKTC’de devlet okullarında öğrenimine devam eden 12-17 yaş arasındaki ergenler ile sınırlıdır.
2. Araştırma veri toplama amacıyla kullanılan, Öznel İyi Oluş Ölçeği, Psikolojik Sağlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği, ÇGPS Ölçeği’nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.
3. Araştırmaya gönüllü katılım sağlayan çalışma grubunun, Öznel İyi Oluş Ölçeği, Psikolojik Sağlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği, ÇGPSÖ ve Sosyo-Demografik Bilgilendirme Formu bataryasına verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.
4. Bu araştırma sürecinde Covid-19 pandemi süreci devam ettiği için, pandemi sürecinde ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Aşağıda, bu araştırmada kullanılan psikolojik sağlık, öznel iyi oluş, psikolojik sağlık risk faktörleri ve psikolojik sağlık koruyucu faktörler olan temel değişkenlerin tanımlarına yer verilmiştir.

Psikolojik Sağlık: Bireyin çok güç koşullarla karşılaşmasına rağmen, bu olumsuz koşullar ile mücadele ederek, güç koşulların üstesinden gelerek ve tekrar normal hayatına uyum sağlayabilme becerisidir (Bahadır Yılmaz ve Öz, 2009).

Öznel İyi Oluş: Bireyin kendi hayatına yönelik yapmış olduğu değerlendirmenin sonucunda olumlu duyguları, kısaca kendisini rahatsız etmeyen duyguları daha çok yaşamasıdır (Kiremitçi,2016).

Psikolojik Sağlık Risk Faktörleri: Olumsuz bir durumun meydana gelme ihtimalini arttıracak veya muhtemel bir problemin devam etmesini sebep olacak etkilere (Gizir,2007).

Psikolojik Sağlık Koruyucu Faktörler: Kişinin yaşamını etkileyen riskin veya olumsuz olaylar serisinin, negatif etkisini en aza indiren ve kişinin tekrar uyum sağlamasını kolaylaştıran faktörlerdir (Sipahioğlu, 2008).

BÖLÜM 2

KURAMSAL ÇERÇEVE, İLGİLİ ARAŞTIRMALAR VE SONUÇLARI

Buradaki bölüm sırasıyla, psikolojik sağlık ve psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörler, öznel iyi oluş, öznel iyi oluşu etkileyen kavramlar ve öznel iyi oluş ile ilgili kuramlara yer verildikten sonra, konu ile ilgili ulusal ve uluslararası literatürde yapılan araştırmalar ve sonuçlarından oluşmaktadır.

2.1. Psikolojik Sağlamlık

Psikolojik sağlık kavramının açıklandığı bu bölümde aynı zamanda tanımlara, risk ve koruyucu faktörlere yer verilmiştir.

2.1.1. Psikolojik Sağlamlık Kavramı

Psikolojik sağlık kavramının yer aldığı bu bölümde öncelikle psikolojik sağlık tanımlarına yer verilmiştir. Sonrasında ise kavram hakkında açıklamaya yer verilmiştir.

Psikolojik sağlık kavramının kökü Latincedeki, “reisiliens”e dayanır ve bir cismin esnek olup ve kolayca aslına dönebilmesi anlamındadır (Hunter ve Chandler, 1999; akt. Çelebi, 2020). Tatarer (2020), psikolojik sağlamlığı Türkçe literatüründe incelemiş olup bu kavramın Türkçe kaynaklarda farklı şekillerde isimlendirildiğini saptamıştır. Bu kavramlar; yılmazlık, kendini toparlama gücü, psikolojik dayanıklılık ve psikolojik sağlamlıktır. Yine bu tez çalışmasında psikolojik sağlık olarak kullanılmıştır.

Psikolojik sağlık ile ilgili tanımlar incelendiğinde dikkat çeken tanımlar şu şekildedir. Çok zor şartlar için de bile, kişinin, bu olumsuz şartlarla baş edebilme ve yaşama uyum sağlayabilme yeteneğidir (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009). Olumsuz hayat koşulları karşısında ayakta kalabilme olarak açıklanan psikolojik sağlık, stres yaratan durumların oluşturabileceği olumsuz etkilerini azaltan ve başarılı bir uyum sürecinin sağlanması olarak tanımlanmaktadır (Rutter, 1987; Wagnild ve Young, 1993, Windle, 1999; akt. Oktan ve ark., 2011). Ramirez’ e (2007) göre psikolojik sağlık, ruhsal bunalımdan, fiziksel bir hastalıktan veya bireyin hayatını olumsuz etkileyen köklü değişimlerden, olumsuz durumlardan hızlı bir şekilde iyileşme kabiliyeti olarak tanımlar. Masten ve Coatsworth’e (1998) göre ise

psikolojik sağamlık kişi için önemli olan zorluklara uyum sağlayabilme yetisidir. Murphy (1987) ise bu kavramı stresi ile karşı karşıya kaldığında baş etmek için hangi yöntemleri kullandığı ve tekrar toparlanmanın hangi yöntemlerle olduğunu anlatan bir kavram olarak tanımlar. Maddi (2006), psikolojik sağamlığı stresli yaşam altında bile var olan muhtemel felaket durumlarını fırsata eviren, aynı zaman da taktik, cesaret ve motivasyon gerektiren davranış ve yetenek türü olarak ifade eder. Psikolojik sağamlık, tehlikeli olan durumlardan etkilenmeme manasına gelmemekte olup, yaşanan tehlikeli durum karşısında, direnç gösterebilmek ve tekrardan uyum sağlayabilmektir (Olsson ve ark., 2003). Masten, Best ve Garmezy (1990) psikolojik sağamlığı şu üç ana unsuru incelemek amacıyla kullanmışlardır: A. Psikolojik sağamlık zorlu yaşam olayları ile mücadele edebilen ve gelişim düzeyi beklenenin üzerinde olan riske maruz kalan bireyler için kullanılır. B. Stresi yoğun olarak yaşayan kişilerin yaşama hızlıca uyum sağlama becerisi olarak incelenir. C. Yaşanan psikolojik travmanın oluşturacağı olumsuz etki ile mücadele edebilme ve iyileşme de önemli olan kişisel özellikleri ve farklılıkları inceler.

Psikolojik sağamlık tanımlarına bakıldığında  ortak nokta bulunmaktadır. Bunlar; risk veya zorluk, uyum sağlayabilme ve koruyucu faktörler olarak sıralanabilir. Böylelikle psikolojik sağamlık, uyum sağlama sürecine katkı sağlayan koruyucu faktörler ile risk faktörlerinin etkileşmesi ile meydana gelen durumdur (Windle, 1999; akt.; Algnerhan, 2017). Psikolojik sağamlık risk ve koruyucu faktörler ile ilgili bölümlerde detaylı olarak incelenmiştir.

2.1.2. Psikolojik Sağamlık Risk Faktörleri

Risk kavramı ve psikolojik sağamlık risk faktörleri literatüre dayanılarak açıklanmıştır.

Risk kavramı, sözlük anlamına göre herhangi bir zarar ile karşı karşıya kalma tehlikesi ihtimali olan istenmeyen olaylar olarak ele alınmaktadır (Yoldaş ve Demircioğlu, 2019). Genel olarak bakıldığında risk, kişiler için kullanılmaktan ziyade belirli bir takım grupları adlandırmak veya tanıtmak maksadıyla kullanılır. Risk faktörleri,” beklenmedik olumsuz bir olayın yaşanma ihtimalini artıracak veya olası bir problemin devam etmesine neden olabilecek etmenler” (Kirby ve Fraser,1997) olarak tanımlanır (Gizir, 2007). Çocukluk veya ergenlik döneminde

herhangi bir risk ile karşı karşıya kalmak, bireyin daha sonra ki gelişim evrelerinde engellere sebep olabilir. Yaşam sürecinde meydana gelebilecek olumsuz yaşam tecrübeleri ve başa gelebilecek felaketler, bireyin sağlıklı bir ruh haliyle hayatını sürdürebilmesinde ve psikolojik sağlamlık gösterebilmesinde risk faktörü olarak karşısına çıkmaktadır (Karaırmak, 2006). Psikolojik sağlamlık çatısı altında, ergenleri konu alan risk faktörleri incelenmiştir. Sonuç olarak ergenler için risk faktörleri, bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörleri olmak üzere 3 ana başlıkta toplandığı gözlenmiştir. Ergenler bu risk etmenlerinden birine maruz kalabileceği gibi birden fazlası ile de karşılaşabilirler. Ayrıca bu risk faktörleri birbirleri ile etkileşim halinde de olabilir (Barfield,2004; akt. Yoldaş ve Demircioğlu, 2019).

2.1.2.1. Psikolojik Sağlamlık Bireysel Risk Faktörleri

Aşağıda psikolojik sağlamlık bireysel risk faktörleri açıklanmıştır ve bu çalışmada ele alınan bireysel risk faktörlerine yer verilmiştir.

Bireysel risk faktörleri, bireyin öz güveninin yetersiz olması, karşılaştığı problemlerle etkili başa çıkma mekanizmalarını bilmemesi, öfke kontrolü becerisinin yetersiz olması ve davranışlarında uyumsuzluk sergilemesidir (Sipahioğlu, 2008). Erken doğum, olumsuz yaşam olaylarının yaşanması, bireyin kronik hastalığı, anne babanın hastalığı ya da ruh sağlığı, anne-babanın ayrılması, ebeveynlerinin biri tarafından terk edilme veya birinin vefatı sonucu ebeveynlerin bir tanesi ile yaşamak, ergenlik döneminde iken anne olmak, ekonomik düzeyin yetersiz olması, doğal afet ve savaş gibi toplumun tümünü etkileyen travmalar ve çocukların ihmal ve istismarı bireysel risk faktörleri olarak sıralanabilir (Gizir,2007). Ayrıca, bireysel risk faktörleri olarak cinsiyet ayrımı, alkol/madde kullanımı, ırkçılığa maruz kalma, genetik bozukluklar, akademik becerilerinin düşük olması gibi faktörlerde sıralanmaktadır (Murray, 2003; akt. Uysal,2019). Bu çalışmada sosyo ekonomik düzeyin yetersiz olması, bireyin özel gereksinime sahip olması, ebeveynlerin boşanması ve bireyin kronik rahatsızlığı gibi risk faktörleri ele alınmıştır.

2.1.2.2. Psikolojik Sağlamlık Ailesel Risk Faktörleri

Psikolojik sağlamlık ailesel risk faktörlerine aşağıda yer verilmiştir ayrıca bu çalışmada ele alınan ailesel risk faktörleri sunulmuştur.

Bireyin kişisel özellikleri ile bağlantılı olmayan ve kendisini büyüten aile ile bağlantılı olan bazı olumsuz özellikler ve yaşantılar, bireyin riskli durumlar ile karşılaşma ihtimalini arttırmaktadır (Toprak, 2014). Ailesel risk faktörleri, psikolojik veya fiziksel rahatsızlığı olan ebeveyne sahip olmak, madde bağımlısı ya da suç geçmişini olan ebeveynlerin olması, kalabalık aileye sahip olma, ebeveynlerin biyolojik anne baba olmaması, kardeşler arası yaş farkının iki yıldan az olması gibi faktörlerdir (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009). Yine anne babanın eğitim seviyesi, erken yaşta hamile olma, genetik rahatsızlık, tutarsız anne baba tutumları, tek ebeveyne sahip olma, aile içi şiddetin varlığı, çocuğun cinsel istismarı, ebeveynler ile çocuk arasındaki iletişim bozukluğu olarak sıralanmaktadır (Tümlü, 2012; Gizir, 2007; Açıkgöz, 2016, akt. Uysal, 2019). Bu çalışmada ebeveynlerin kronik rahatsızlığı ve özel gereksinime sahip olması risk faktörleri ele alınmıştır.

2.1.2.3. Psikolojik Sağlamlık Çevresel Risk Faktörleri

Psikolojik sağlamlık çevresel risk faktörleri literatür ışığında açıklanmıştır ve bu çalışmada ele alınan çevresel risk faktörlerine bu bölümde yer verilmiştir.

Bireyleri olumsuz olarak etkileyen risk faktörlerinin sebebi, bazen bireysel faktörler bazen de ailesel faktörler olmayabilir. Bireyin içinde yaşadığı çevre, riskler ile karşı karşıya kalmasına sebep olabilir (Toplu, 2017). Çevresel risk faktörleri olarak, ihmal ve istismarın olması, sosyo-ekonomik düzeyinin düşük olması, barınma sorunu, olumsuz akran çevresi ve toplumsal şiddet olaylarına şahit olma gibi durumlardan söz edilmektedir (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009). Yine savaş, göç, yetersiz beslenme, bulunduğu çevrede madde kullanımı, işsizlik, bulunduğu toplumda olumsuz rol model olması ve yine bulunduğu çevrede yetersiz hizmet görmesi çevresel risk faktörleri arasında sayılmaktadır (Uysal, 2019). Bu çalışmada savaş ve göç risk faktörleri ele alınmıştır.

2.1.3. Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörler

Aşağıda, psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler literatür ışığında tanımlanmaya çalışılmıştır.

Bazı bireyler olumsuz yaşam şartlarına karşı daha dayanıklı olup ve olumsuz yaşam şartları ile başa çıkmada zorluk yaşamazken, bazı çocuklar ise bu olumsuz yaşam

şartlarından daha kolay ve fazla etkilenir. Burada düşünülmesi gereken konu neden bazı çocuklar olumsuz yaşam şartları ile daha kolay mücadele ederken bazı çocukların bu olumsuz yaşam şartlarından daha çok etkilenmektedir (Murray,2003; akt. Kararımak, 2006). Kişinin yaşamında karşısına çıkan olumsuz olaylar ile mücadele etmesini kolaylaştıran güçlü yönleri koruyucu faktörleri tanımlar (Tümlü,2012). Koruyucu faktörler, genel anlamda risk altında olan veya zorlu yaşam şartlarına maruz kalan bireyleri, bu durumlardan koruyan ya da en az zarar ile başa çıkmasını sağlayan bireysel ve çevresel faktörlerdir (Masten,1994). Jessor (1987), koruyucu faktörler problem olan davranışı bireysel ve sosyal olarak kontrol altına alınması ve algılanan sosyal desteğin yeterli olması gibi problem olan davranışlarla ilgilenme ihtimalini azaltan faktörler olarak ifade edilmektedir (Siyez, 2006).

Koruyucu faktörler hem sorunun ortaya çıkmasının önüne geçerken hem de sorunun vereceği etkiyi azaltarak kişinin daha dirençli olmasını sağlar (Korkut, 2007). Rutter (1987:1990), ortaya çıkacak bir riskin etkisini azaltan faktörler koruyucu faktörler olduğunu ileri sürmüştür. Koruyucu faktörler, meydana gelen risk faktörlerinin birey üzerinde ki olumsuz etkisini azaltan, olumsuz yaşantılara karşı direnç kazanmasını sağlayan ve uyum sürecini hızlandıran bireysel, çevresel ve ailesel faktördür (Toplu, 2017). Gizir (2007), psikolojik sağlamlık koruyucu faktörleri, bireysel, ailesel ve çevresel olarak üç ana grupta toplamıştır. Bu faktörlere aşağıda yer verilmiştir.

2.1.3.1. Psikolojik Sağlamlık Bireysel Koruyucu Faktörler

Psikolojik sağlamlık bireysel koruyucu faktörler alanyazından yararlanılarak aşağıda açıklanmaya çalışılmıştır.

Bireysel koruyucu faktörler, bireyin mevcut risk faktörlerinin olumsuz etkilerini minimum seviyeye indirgeyen faktörler olarak tanımlanmaktadır (Tanyeri, 2016). Bireysel koruyucu faktörler her bireyde az çok bulunan, geliştirilebilen, karşılaşılan risklerin olumsuz etkilerini azaltan, etkili problem çözme, diğer kişilerle etkili iletişim kurma yeteneğini sağlayan, muhtemel problemlere karşı bireyin tedbir almasını sağlayan faktörlerdir (Gürgen, 2006; akt. Uysal,2019). Bireyin, zihinsel ve akademik becerilerinin yüksek olması, zekâ, benlik saygısı, bireyin iç kontrol denetimi, kolay bir mizaca sahip olması, öz yeterlilik ve öz farkındalık, bağımsız

davranabilme, problem çözme becerilerindeki yetkinlik, olumlu bakış açısı ve umut, sosyal anlamda yeterli olmak bireysel koruyucu faktörler özellikleri olarak sıralanabilir (Gizir, 2007).

2.1.3.2. Psikolojik Sağlamlık Ailesel Koruyucu Faktörler

Literatür ışığında psikolojik sağlamlık ailesel koruyucu faktörlere aşağıda yer verilmiştir.

Ailesel koruyucu faktörler, ailenin içinde bulunduğu yaşam koşullarını ve aile üyelerinin özelliklerini kapsamaktadır (Tanyeri, 2016). Yine riskli yaşam şartları ile karşı karşıya kalan bireylerin, bu riskli şartların getireceği olumsuzluklardan etkilenmelerini önleyici aile ortamının olması ailesel koruyucu faktörlerdir (Ergün Başak,2012). Ailesel koruyucu faktörler olarak, ebeveynler ile kurulan yakın ilişki, sosyo-ekonomik durumun yüksek olması, çekirdek aile harici destekleyici ve sıcak aile bağlarına sahip olma, olumlu anne-baba tutumlarının olması (Kararımak, 2006), ailenin çocukların geleceği için olumlu beklentilerinin olması (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009).

Daniel ve Wassell (2002) 'e göre ise ailesel koruyucu faktörler, aile üyelerinin birbirlerine güvenmesi, ebeveynlerin psikolojik rahatsızlığının ve herhangi bir bağımlılık sorunun (alkol, madde, kumar) olmaması, kız çocuklar için özerkliğın, erkek çocuklar için duygularını ifade edebilmenin teşvik edilmesi, aile uyumu gibi faktörler sıralanmaktadır (Uysal,2019).

2.1.3.3. Psikolojik Sağlamlık Çevresel Koruyucu Faktörler

Aşağıda psikolojik sağlamlık çevresel risk faktörlerine literatür çerçevesinde değinilmiştir.

Psikolojik sağlamlığın gelişiminde bireysel ve ailesel koruyucu faktörler dışında, çevresel faktörlerinde etkili olduğu ifade edilmektedir. Çevresel faktörler ise ailenin dışında kalan, yetişkin ve kurumların çocuk ve ergenlerin gelişimini desteleme ve olumsuz şartlardan korumayla alakalı rollerinin olduğunu ifade edilmektedir (Ergün Başak, 2012). Yine çevresel koruyucu faktörler, kişinin mevcut risk faktörlerinin etkisini minimum düzeye indirecek olan çevre kaynaklı faktörleri kapsamaktadır. Bu

faktörler, çekirdek aile dışındaki yetişkinler ile (öğretmen, arkadaş, büyükanne-büyükbaba gibi) pozitif ve yakın ilişkilerin olması, sosyal bir çevrenin içinde yer alma, iyi bir okulda eğitim alma, okul ilişkilerinin olumlu olması ve arkadaş ilişkilerinin sıcak olması, olumlu rol model olacak bireylerin yakınında olma olarak sıralanabilmektedir (Tanyeri, 2016). Son olarak çevrenin sunduğu imkânların çeşitliliği çevresel koruyucu faktörler için önemlidir. Kaliteli eğitim veren okullar, kültürel ve sanat etkinlikler dini organizasyonlar, destek hizmeti veren kurumlar, sağlık hizmeti veren kurumlar gibi çevresel kaynakların olması da psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörlerdir.

2.1.4. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları

Bu bölümde psikolojik sağlamlıkla ilgili uluslararası ve ulusal literatürde yapılan bazı araştırmalara ve sonuçlarına değinilmiştir.

2.1.4.1. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Uluslararası Literatürde Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları

Psikolojik sağlamlıkla ilgili uluslararası literatürde yapılan araştırma ve sonuçlarına bu bölümde yer verilmiştir.

Psikolojik sağlamlıkla ilgili geniş kapsamlı araştırmayı Werner ve Smith (1992) yapmıştır. Araştırmanın örneklemini Hawaii'nin Kuai adasında doğmuş 698 çocuktan oluşmuştur. Bu çocuklar kırk yıl boyunca izlenerek yüksek riskli bölgelerde yetişmenin çocukların çocuklar üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Ailelerin % 54'nün ekonomik durumlarının düşük seviyede olduğu ve ailelerin yaklaşık üçte birinde, şiddet, alkol bağımlılığı, boşanma, ciddi derecede genel sağlıkları ile ilgili problemler ve ruhsal rahatsızlıklar gibi olumsuz durumlar olması sebebiyle, bu çocuklar yüksek seviyede risk grubu olarak kabul edildi. Bu çocuklar 30'lu yaşlarına kadar takip edilmiştir. Araştırma grubunun yarısı ekonomik zorluklar ile büyümüş, altıda biri zihinsel engelli tanısı almış, üçte ikisi ise hayatlarının ilk yıllarında öğrenme güçlüğü tanısı almışlardır. Ayrıca bu çocukların üçte birinin de sağlık birey oldukları bulgulamışlar ve sağlam olarak tanımlamışlardır. Araştırmacılar bu farklılığa sebep olan etmenleri araştırmışlar ve çocukların bireysel özelliklerini, aile

ortamlarını, çevresel etmenleri incelemişlerdir. Sonuç olarak bu çocukların, diğer akran gruplarına göre, daha bağımsız hareket edebilen, empati duygusu gelişmiş, yetenekli ve meraklı oldukları, akranları ile daha sağlıklı iletişim kurdukları ve sorun çözme becerilerinin gelişmiş olduğu saptanmıştır (Seccombe,2002; akt. Çataloğlu, 2011). Ayrıca, Williams ve Nilson-Garden (2012), cinsel istismara uğrayan ergenler ile yaptığı çalışmada, ergenlerin psikolojik sağlamlığını yordamayı amaçlamışlardır. Yapılan çalışmanın sonucunda, ergenlerin bakımı üstlenen bireyin sosyo ekonomik seviyesinin psikolojik sağlamlığı yordadığı bulgulanmıştır. Bir başka araştırmayı ise Shetgiri ve ark. (2009), düşük ekonomik gelirli bakım veren ortamda yetişen ergenler ile risk ve sağlamlık üzerine araştırma yapmıştır. Hem ergenlerle hem de ebeveynler ile görüşme yapılmışlardır. Toplanan verilere göre bakım veren desteği ve çevresel kaynaklardan gelen destek, düşük ekonomik geliri olan ergenlerin başarılı olmalarında etkili olduğu ve psikolojik sağlamlığı güçlendirdiğini bulgulanmışlardır. Başka bir araştırmayı, Gooding ve arkadaşları (2012), 26 yaş altı yetişkinlerle 64 yaş üstü yetişkinleri psikolojik sağlamlık bakımından karşılaştırarak yapmışlardır. Araştırmada depresyon, psikolojik sağlamlık ve umutsuzluk açısından karşılaştırılan gruplarda 64 yaş üstü yetişkinler problem çözme ve duygu düzenleme becerisi bakımından daha sağlam oldukları ve genç yetişkinlerin ise sosyal destekle alakalı sağlamlık düzeyleri daha yüksek seviyede saptanmıştır. Ayrıca, ergenlerin psikolojik sağlamlıklarında sosyal destek ve prososyal davranışların (kişiler arası olumlu ilişkiler) arasındaki ilişkinin çalışıldığı araştırmanın sonuçlarına göre; prososyal davranışların depresyon ve anksiyete belirtilerini azalttığı, sosyal destek ile depresyon ve anksiyete arasında bir ilişkinin bulunmadığını ve prososyal davranışların psikolojik sağlamlılık seviyesini yükselttiği saptanmıştır (Haroz, Murray, Bolton, Betancourt ve Bass, 2013; akt. Kurtoğlu, 2019). Yine Sheppard ve Kashani (1991), 14-16 yaş aralığında ki 75 kız ve 75 erkek olmak üzere toplam 150 kişi ile psikolojik sağlamlılığın bağlanma ve meydan okuma ile kaygının fizyolojik ve psikolojik öğeleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma sonrasında toplanmış olan bulgular incelendiğinde, stres düzeyi düşük olan erkeklerin bağlanma ve denetim seviyesi ile alakalı olarak daha az fizyolojik ve psikolojik belirti gösterirken; stres düzeyi yüksek olan erkeklerin bağlanma ve denetim seviyesi düşük olduğu zamanlarda problem yaşama oranlarının yükseldiği bulgulanmıştır. Bunların dışında

Vinayak ve Judge (2018) yaptıkları araştırmada ergenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerini incelemişlerdir. Araştırmaya 13-15 yaş aralığında 150 ergen katılmıştır. Yapılan araştırmanın bulgularına göre psikolojik sağlamlık ve empatinin psikolojik iyi oluş ile arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Cinsiyete göre psikolojik sağlamlığa bakıldığında ise erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeyleri kızların psikolojik sağlamlık düzeyine göre daha düşük olduğu bulgulanmıştır.

Tüm bu araştırma sonuçlarına bakıldığında psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin, psikolojik sağlamlığı pozitif yönde etkilediği gözlenmiştir. Başka bir deyişle psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler arttıkça bireylerin psikolojik sağlamlığı da arttığı söylenebilir. Psikolojik sağlamlık risk faktörlerinin varlığına karşı herhangi bir koruyucu faktörün olmaması ise psikolojik sağlamlığı negatif yönde etkilediği söylenebilir.

2.1.4.2. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Ulusal Literatürde Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları

Psikolojik sağlamlıkla ilgili ulusal literatürde yapılan araştırma ve sonuçlarına bu bölümde değinilmiştir.

Tilim ve Murat (2019), yaptıkları çalışmada, ergenlik dönemindeki bireylerin maddeye olan bağımlılıktan korumaya yönelik öz yeterlilik akranları tarafından yapılan baskı, kendisini anlatabilme kabiliyeti ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonucunda ergenlerin psikolojik sağlamlık seviyeleri ve madde bağımlılığından korunmaya yönelik öz yeterlilikleri arasında pozitif yönde ve orta düzey ilişki bulgulanmıştır. Akran zorbalığına maruz kalma, duyguları ifade etme ve psikolojik sağlamlık düzeyleri ergenlerin madde bağımlılığından korumaya yönelik öz yeterliliklerini yordadığını saptamışlardır. Başka bir araştırmada ise, Temel (2017), yetiştirme yurdunda yaşayan ergen bireyler ile anne babası ile beraber kalan ergenler de topluluğa ait olma duygusu ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yurtta kalan ergenlerle ailesi ile birlikte kalan ergenlerin psikolojik sağlamlıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır. Aileleri ile birlikte yaşayan ergenlerin psikolojik sağlamlık puan ortamları, yurtta kalan ergenlerin psikolojik sağlamlık puan ortalamalarından daha yüksek bulgulanmıştır.

Başka bir araştırmada ise Özcan (2005) katılımcıları lise seviyesinde öğrenim gören öğrencilerin oluşturduğu bir çalışma yapmıştır. Çalışmasında katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeylerinin anne babalarının boşanmış olma ya da birlikte olma durumlarına göre çalışmıştır. Çalışmanın bulgularına göre cinsiyete göre psikolojik sağlamlık seviyelerinde farklılık gözlenmiştir. Yine aynı araştırmada ergenlerin anne babalarının ayrı olan ergenlerin, anne babalarının birlikte olan ergenlere göre psikolojik sağlamlık koruyucu faktörleri daha işlevsel hale getirdikleri ve psikolojik sağlamlık seviyelerinin de daha düşük olduğunu bulgulanmıştır. Ayrıca Tuğral (2020) tarafından yapılan bir araştırmada ise, ergenlerde yalnız kalma, psikolojik sağlamlık, ergenlerin algıladıkları sosyal destek ve görünüş kaygısını incelemiştir. Yapılan analizler sonucuna göre psikolojik sağlamlık ile sosyal görünüş kaygısı arasında olumsuz ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Başka bir ifade ile sosyal görünüş arttıkça psikolojik sağlamlık azaldığı bulgulanmıştır. Bunun yanında, Arslan ve Balkıs (2016), ergenlerde duygusal istismar, problem davranışlar, psikolojik sağlamlık ve öz yeterlilik arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma bulgularına göre psikolojik sağlamlık, ebeveynlerden algılanan duygusal istismar ve sorun davranışlar ilişkisinde aracılık rolü üstlendiği saptanmıştır. Başka bir anlatımla anne babadan algılanan duygusal istismarın ve problem davranışlar üzerindeki etkisi ergenlerin psikolojik sağlamlık seviyelerine göre değişebilmektedir. Bir başka araştırmada ise, Söner ve Gültekin (2021), covid-19 salgınında ergenlerin umut, psikolojik sağlamlık ve kişilik özelliklerini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre, maddi desteğe ihtiyacı olan ve salgın sürecinde işsiz kalan aile üyesi olan ergenlerin, maddi desteğe ihtiyacı olmayan ve salgın sürecinde işine devam eden aile üyesi olan akranlarına göre daha az psikolojik sağlamlık seviyesine sahip olduğu bulgulanmıştır. Bunların dışında Uğur (2020), farklı sosyal çevrede yaşayan ergen gruplarının bağlanma, psikolojik sağlamlık ve duygu düzenlemesi açısından incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda, psikolojik sağlamlık seviyelerinin gruplara (anne-babasıyla yaşayan, tek ebeveyn ile yaşayan ve bir lisede yatılı kalan ergenler) göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Başka bir anlatımla bakım grupları farklı olsa da ergenlerin psikolojik sağlamlıkları birbirine yakın bulgulanmıştır.

Ulusal düzeyde yapılan araştırma sonuçları incelendiğinde ise karşımıza çıkan sonuç uluslar arası literatürdeki araştırma sonuçları ile benzerlik gösterdiği söylenebilir. Psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler artıkça psikolojik sağlamlığın da arttığı söylenebilir.

2.2. Öznel İyi Oluş

Araştırmanın bu bölümünde, öznel iyi oluş kavramı, öznel iyi oluşu etkileyen faktörler, öznel iyi oluş kuramları ve öznel iyi oluş ile ilgili uluslar arası ve ulusal literatürde yapılan araştırma ve sonuçlarına ver verilmiştir. Bu kavramlar literatür ışığında açıklanmaya çalışılmıştır.

2.2.1. Öznel İyi Oluş Kavramı

Aşağıda öznel iyi oluş kavramına literatür ışığında değinilmiştir.

Öznel iyi oluş kavramı ile ilgili ilk çalışma yapan Seligman'dır. Seligman “psikoloji sadece zayıflık veya yetersizlikle değil aynı zamanda fırsatlar ve güçlü yönleri ile de çalışılmalıdır, tedavideki hedef sadece sorunun ortadan kaldırılması değil, birey için uygun olan en iyinin yapılmasıdır” der (Oynağanlı, 2015). Mutluluk ve öznel iyi oluş kavramları birbirlerinin yerine kullanılsa da “mutluluk” hali hazırdaki hoş ruh halinden yaşam kalitesine değin, farklı manaları olması sebebiyle, alanda çalışan araştırmacılarca öznel iyi oluş tercih edilen bir kavramdır (Diener ve Scollon, 2003). Öznel iyi oluş ile çalışmalar yapan Diener (1984) öznel iyi oluşu, insanların hayatlarına yönelik yapmış oldukları öz değerlendirme olduğunu ifade etmektedir. Öznel iyi oluş, bireyin kendi yaşam süreci hakkında bir değerlendirme yaptığında; iş, aile yaşamı ve hayatının genelinde mutlak bir doyuma pozitif duygu ve ruh durumlarını, negatif duygu ve ruh durumlarına oranla daha fazla yaşamasıdır. Bu sebeple, öznel iyi oluş, insanların kendi yaşamları hakkında nasıl düşündükleri ve hissettikleri ile alakalı farklı kavramları kapsayan bir şemsiye terimdir (Diener, Suh, Lucas, Smith, 1999 akt. Diener ve Ryan, 2009, çev. Gencer, 2018).

Duygular veya bilişler fark etmeksizin, öznel iyi oluşun tüm türleri, bireylerin o anki durumları veya zaman içerisindeki kendi hayatını değerlendirmelerini ifade eder (Diener ve Scollon, 2003). Bireylerin değerlendirmeleri esas alınarak bilişsel ve yaşanan haz veren duygularla yoğunluğunu tespit etme gibi iki alanda bir araya

gelmektedir. Kişi hayatının tamamına veya bir bölümü ile ilgili değerlendirmeler yapabilir. Yaşamı ile yaptığı bu değerlendirmeler, duygu durumu ile ilgili olabilir (Yetim,2001, akt., Eken, 2010).

Diener (2001), mutluluğun kavramsallaştırılmış halini öznel iyi oluş olarak tanımlamaktadır. Pozitif ve negatif duygulanımlar ile yaşam doyumu terimlerini içeren öznel iyi oluş “pozitif duygulanımın varlığı, negatif duygulanımın yokluğu ve yaşam doyumu” olarak tanımlanmaktadır (Myers ve Diener, 1995).

Öznel iyi oluşta üç özellik vardır. Bunlardan ilki öznel olmasıdır. İkincisi ise öznel iyi oluşun pozitif faktörleri de kapsamasıdır. Üçüncü olarak ise öznel iyi oluşun bireyin hayatının tüm yönleri ile ilgili bir değerlendirme yapmasıdır (Diener, 1984). Diener’in 1984’te öznel iyi oluşun üç bileşenden (olumlu ve olumsuz duygulanım ve yaşam doyumu) oluştuğunu söylese de sonraki yapılan araştırmalarda öznel iyi oluşun dördüncü bileşeni de literatürde yer almıştır. Yaşam alanı doyumu bileşeni, bilişsel bir bileşen olarak eklenmiştir.

Tablo 2. 2 Öznel iyi oluşun boyutları

Olumlu Duygulanım	Olumsuz Duygulanım	Yaşam Doyumu	Yaşam alanındaki Doyum
Neşe	Suçluluk ve utanç	Hayatı değiştirme isteği	Çalışma
Coşku	Hüzün	Mevcut memnuniyeti	Aile
Memnuniyet gururu	Kaygı ve öfke	Geçmiş memnuniyeti	Boş vakitler
Sevgi	Stres	Gelecekle memnuniyet	Gelir durumu
Mutluluk	Depresyon	Birey için önemli olan kişilerin, birey hakkındaki görüşleri	Öz benlik
Coşkunluk	İmrenme		Arkadaş çevresi
			Sağlık

Kaynak: (Diener ve ark.,1999 s. 171).

Öznel iyi oluş hali bireyin bilişsel ve duyuşsal değerlendirmelerinin yaptığının farkında olduğunu kapsamaktadır. Yüksek öznel iyi oluşa sahip bireyler, haz veren duyguları yaşamında yoğunlukta hissederler, ilginç aktiviteler yaparlar ve yaşantılarından genellikle memnuniyetlerini dile getirirler (Kocabaş, 2019). Cihangir-Çankaya (2005)' ya göre bireylerin hem kendi hem de yaşamlarını sürdürdükleri çevrenin özellikleri öznel iyi olma düzeylerinde farklılıklar meydana gelmesine neden olmaktadır. Bu sebeple öznel iyi oluşa etki eden faktörler bulunmaktadır. Aşağıda öznel iyi oluşa etki eden bazı faktörlere değinilmiştir.

2.2.2. Öznel İyi Oluşu Etkileyen Faktörler

Aşağıda öznel iyi oluşu etkileyen bazı faktörlere literatür ışığında yer verilmiştir.

2.2.2.1. Cinsiyet

Bu bölümde öznel iyi oluşu etkileyen faktörlerden cinsiyet faktörüne değinilmiştir.

Öznel iyi oluşu etkileyen faktörlerden ilki cinsiyettir. Yapılan araştırmalara bakıldığında kızların ve erkeklerin öznel iyi oluş ortalamalarında anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir. Kadınların mutluluk ve mutsuzluk örnekleri daha fazla görünse de, kadınların erkelere nazaran olumlu ve olumsuz duyguları daha fazla yaşadığı gerçeğine dayandırılmaktadır. Fujita, Diener ve Sandvik (1991),cinsiyetin iyi oluşta varyansın %1'den daha az bir kısmını temsil ederken, duygusal tecrübelerin yoğunluğundaki varyansın %13'den daha fazla temsil ettiğini göstermiştir. Bu sebeple, kadınlar ve erkekler ortalama öznel iyi oluşlarında az miktarda karşılaştırmalı farklılık bulunurken, kadınlar erkeklerden fazla iyi oluşun uç noktalarında yaşamaktadırlar (Diener, Suh, Lucas, Smith,1999 akt. Diener ve Ryan, 2009, çev. Gencer, 2018). Yapılan bir araştırmada, negatif duygular bakımından erkeklerin kızlara göre daha düşük puanlar aldığı gözlenmiştir. Pozitif duygular ve yaşam doyumu bakımından ise cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir (Tümekaya, 2011).

2.2.2.2. Yaş

Öznel iyi oluşu etkileyen yaş faktörüne bu bölümde yer verilmiştir.

Öznel iyi oluşu etkileyen bir başka faktör ise bireylerin yaşıdır. Yaş ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide bulunan ilk bulgulara bakıldığında, gençlerin yaşlılara göre öznel

iyi oluşu daha yüksek olsa da, sonraki yapılan çalışmalarda bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır (Diener,1984). Bunun yanında, Eryılmaz ve Ercan (2011) ‘e göre, ergenler ve yetişkinlerin, genç yetişkinlere göre öznel iyi oluşları anlamlı derecede yüksektir. 40 ülke ve 60.000’den fazla yetişkin ile yapılan çalışmada öznel iyi oluş ile yaş arasındaki ilişki incelenmiştir. Öznel iyi oluşun yapısındaki üç bileşenden (olumlu ve olumsuz duygulanım, yaşam doyumu) yalnızca olumlu/pozitif duyulanımın yaş ilerledikçe düştüğü gözlemlendi. Yirmili yaşlardan seksenli yaşlara doğru yukarıya doğru hafif bir eğilim ve nesiller arası olumsuz hayat tecrübelerinde farklılık az gözlemlendi (Diener ve Sulh, 1998, akt. Seki,2014). Toplumdaki genel kanı “ yaş ilerledikçe öznel iyi oluş düzeyinin düşmesi” yönünde olsa da yapılan araştırmalara bakıldığında net bir kanıda bulunulmaması gerektiğini göstermektedir. Öznel iyi oluş kuramları incelendiğinde yaşın ilerlemesi ile yaşam tecrübesinin artması ile birlikte öznel iyi oluşun yükselmesi beklenen bir durumdur. Aynı zamanda bireyler ihtiyaçlarını karşılaması ile birlik yaşamdan aldığı doyumun arttığı ve öznel iyi oluşun yükseldiğidir (Eryılmaz, 2009).

2.2.2.3. Eğitim

Literatür ışığında öznel iyi oluşu etkileyen yaş faktörüne bu bölümde değinilmiştir. Bireylerin eğitim seviyesi de öznel iyi oluşlarını etkileyen başka bir faktördür. Yapılan bir araştırmaya göre, öznel iyi oluş ile akademik başarı arasındaki ilişki zayıf seviyededir. Ayrıca bu ilişki başarısı düşük öğrencilerin öznel iyi oluşunun düşük, başarılı öğrencilerin öznel iyi oluşunun yüksek olacağı anlamına gelmemektedir (Bücker ve ark., 2018). Witter, Okun, Stock ve Haring (1984) , yapmış oldukları bir meta-analiz çalışmasında eğitim, öznel iyi oluşun küçük bir varyantını yordadığını bulgulamıştır (Seki, 2014). Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında ise, öğrencilerin öznel iyi oluş seviyeleri ile ebeveynlerinin öğrenim seviyeleri arasındaki ilişkide anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ancak ebeveynlerin öğrenim seviyeleri ile bilinçli çocuk yetiştirme arasında yukarı yönlü pozitif bir ilişki olduğu düşünülmektedir. Bilinçli ailelerin daha mutlu olacağı ön görülmektedir. Mutlu aile ile büyüyen çocukların ise mutlu olacağı yorumlanmaktadır. Anne babanın öğrenim seviyesinin mutluluğun vazgeçilmez kaynağı olduğu söylenemez (Şahin, 2011).

2.2.2.4. Kişilik

Öznel iyi oluşa etki eden başka bir faktör olan kişilik faktörüne aşağıda değinilmiştir. Kişilik, öznel iyi oluşa etki eden en önemli etkenlerdendir. Ramanaiah, Sharpe ve Byravan (1999), dirençli ve dirençsiz kişilerin psikopatolojileri ve kişilik özelliklerini karşılaştırdıkları çalışmalarında, dirençli olan kişilerin daha dışa dönük, daha açık ve öz disiplinleri daha yüksek seviyede olduğu ve nevrotizm alt ölçeğinden aldıkları puanın anlamlı düzeyde düşük olduğunu bulmuşlardır (İşleroğlu,2012). Beş faktör kişilik özelliği modeli, öznel iyi oluş ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi belirlemede yapılan çalışmalarda çoğunlukla kullanılmıştır. Araştırmalara göre öznel iyi oluş ile beş faktör kişilik modelinin alt boyutları arasında farklı seviyelerde ilişkiler olduğu bulgulanmıştır. Dışa dönüklük ve nevrotiklik kişilik özelliği öznel iyi oluşu en iyi açıklayan kişilik özelliklerindendir. Beş faktör kişilik özelliğinin diğer alt boyutlarında ise yumuşak başlılık, sorumluluk ve deneyime açıklık alt boyutlarında olumlu ama düşük seviyede ilişki bulgulanmıştır. Öznel iyi oluş ile dışa dönüklük arasında pozitif yönlü, nevrotik kişilikle ise negatif yönlü bir ilişkinin olduğu bulgulanmıştır. Dışa dönüklük olumlu duygulanımı, nevrotiklik ise olumsuz duygulanımı anlamlı derecede yordadığı bulgulanmıştır (Doğan, 2013). Eryılmaz ve Öğülmüş (2010)' e göre ergenlerin öznel iyi oluşu ile duygusal dengesizlik kişilik özelliği arasında olumsuz yönde ve orta seviyede; sorumluluk ve dışa dönüklük kişilik özelliği arasında pozitif yönde ve düşük seviyede ilişkiler bulgulanmıştır.

2.2.2.5. Dini İnanç

Öznel iyi oluşa etki eden dini inanç faktörüne aşağıda değinilmiştir.

Bireylerin dini inançları da öznel iyi oluşu etkiler. Balcı (2011)' ya göre, bireylerin dini inançları (Allah inancı, kader inancı, ahret inancı, cennet ve cehennem inancı) olan kişilerin öznel iyi oluşlarını pozitif yönde artırdığını bulgulanmıştır. Ergenlerde dindarlık ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada ise, dindarlık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki pozitif yönlü ve anlamlı olduğu bulgulanmıştır (Öztürk,2017). Satan (2014) 'a göre ise dini inanç seviyesinin öznel iyi oluşu anlamlı derecede yordamaktadır. Hayata anlam katmanın önemli bir faktörü olarak dini inancı düşündüğümüzde, bu faktörün kişinin iç dünyasında oluşturduğu

ahenk ve davranışlarının şekil ve yönünü tayin etmede dengeleyiciliğiyle kişinin hem daha mutlu olmasını sağlayıp hem de yaşam doyumu seviyesini artırdığı söylenebilir.

2.2.2.6. Sağlık

Öznel iyi oluşa etki eden sağlık faktörüne bu bölümde yer verilmiştir.

Öznel iyi oluşu etkileyen başka bir faktör ise sağlıktır. Kaliteli yaşamın en önemli belirtilerinden biri sağlıktır (Diener ve Chan, 2011). Annak (2005), hemodiyaliz hastalığı olan kişiler ve sağlıklı kişilerin, psikolojik rahatsızlık yaşayan bireylere göre hayattan daha fazla doyum aldıklarını bulgulanmıştır. Sağlık ve mutluluk arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır. Sağlıklı olmak, bireyi mutlu etmektedir. Bireyin bir hastalığı geçirmiş olması, ulaşmak istediği hedeflerine engel olabileceği sebebiyle öznel iyi oluşa olumsuz etki etmektedir (Diener, 1999). Başka bir çalışmada, sağlığın yaşam doyumu ile arasındaki ilişkinin güçlü olduğunu bulgulanmıştır. Sağlığın, fiziksel ve psikolojik boyutlarında, öznel iyi oluşta önemli bir faktördür (Diener, 2001).

2.2.3. Öznel İyi Oluş Kuramları

Kişilerin mutluluklarının nedenlerini ve mutlu olmaları için hangi şartların oluşması gerektiğini açıklayan kuramlar, öznel iyi oluşu açıklayan kuramlardır. Bu bölümde öznel iyi oluşu açıklayan kuramlara değinilmiştir.

2.2.3.1. Erek Kuramı

Öznel iyi oluş kuramlarından olan erek kuramına aşağıda değinilmiştir.

Öznel iyi olun erek kuramları, insanların amacına ulaşması ya da herhangi bir ihtiyacının giderilmesi gibi belirli bir hedefe vardığında, mutluluğa eriştiklerini belirtmektedir. Bu kuramdaki tartışılan konu ise bu son noktanın neleri içerdiğidir. Tarihte filozoflar isteklerin giderilmesinin iyi oluşu sağlayıp sağlamadığını veya birtakım isteklerin iyi oluşa zararı mı, faydası mı olduğunu sorgulamışlardır. Sonuçları uzun süreli olmasına rağmen kısa süreli bir isteği yerine getirmek doğru mudur? ve kişilerin bu istekleri çatışırsa nasıl sonuç ortaya çıkar? Başka bir isteğe yönelmenin, arzu edilen nesneye sahip olunmasından daha tatmin edici olup

olmadığını soruşturmuşlardır (Diener ve Ryan, 2009, çev. Gencer, 2018). İnsanlar, kendileri için önemli gördükleri hedeflerine ulaşmak için mücadele ederek yaşamlarını şekillendirmeye çalışırlar. Böylelikle amaçlar insanların yaşamlarını daha anlamlı hale getirir (Eryılmaz, 2009). Erek kuramı bireylerin amaçlarına ulaşmak için hayatlarını düzenler. Aynı sırada bireylerin bir amacı olması yaşamda karşılaştığı problemlerle mücadele edebilmesinde ona destek olup iyi oluşun süreğenliğini sağlamaktadır (Şahin,2011; akt. Güler, 2019).

Bir amaca sahip olmak bireyin psikolojik gelişimini destekleyen önemli adımlardandır (Reisoğlu, 2014). Bu kurama göre her kişinin hedefleri farklıdır ve hedeflerine göre davrandıklarında veya hareket ettiklerinde mutluluğa ulaşacaklardır. Bu sebeple kişiler hedeflerine eriştiklerinde pozitif duygulara, erişemediklerinde ise olumsuz duygulara sahip olacaklardır (Kermen, 2013). Erek kuramında, bireylerin hedeflerinin öğrenilmiş hedefler olduğu savunulmaktadır. Bireyin doğuştan getirmiş olduğu evrensel ihtiyaçlar ile (örneğin; barınma) öğrenme sonucu ihtiyaç olarak algılanan amaçlar (örneğin; işinde başarılı olma) arasında ayırım yapılmaktadır (Tuzgöl Dost 2004). Diener, (1984)’ a göre erek kuramlarında hedefler bireylerin bilinçli olarak istediği arzulardır. Birey birtakım amaçları bilinçli olarak aramaktadır ve bu amaca ulaştığında mutlu olmaktadır. Başka bir deyişle amaçlar ve arzular genellikle ihtiyaçlara göre daha bilinçli yapılardır. İnsanlar kendileri için önemli amaçlara ulaştığında mutlu olmaktadır. Bununla birlikte hedefe ulaşmanın, kısa vadeli pozitif duyguların artışına mı yoksa uzun vadede öznel iyi oluşun artışına mı sebep olduğu önemli bir sorudur (Tuzgöl Dost,2004).

2.2.3.2. Yukarıdan Aşağıya-Aşağıdan Yukarıya Kuramı

Öznel iyi oluşu açıklan kuramlardan bir başkası ise yukarıdan aşağıya-aşağıdan yukarıya kuramıdır. Aşağıda bu kurama değinilmiştir.

Yukarıdan aşağıya-aşağıdan yukarıya kuramları öznel iyi oluşun kuramlarındandır. Aşağıdan yukarıya kuramına göre kişiler tecrübe ettikleri sevinç ve üzüntülerinin değerlendirmesini yaparak mutlu veya mutsuz olduklarının kararını verirler. Bu kuram bireyin mutluluk duyduğu olayların ve kişilerin hayatlarında kazandıkları doyumların ne sıklıkla olduğunun önemini vurgular. Aşağıdan yukarıya kuramına

göre mutluluk, kişinin hayatta yaşamış olduğu küçük mutlulukların toplamıdır. Bu kuramda bireye doğrudan mutlu musun diye sorulduğunda birey, tecrübe ettiği sevinç ve üzüntülerin hesaplamasını yaparak yanıt verir (Eryılmaz, 2009). Bu kurama göre, birey aile, arkadaşlık, iş gibi kendisi için önemli olan yaşam tecrübelerinden ne kadar yüksek düzeyde memnun ise öznel iyi oluşu o kadar yüksektir (Tuzgöl Dost, 2004). Yukarıdan aşağıya kuramına göre ise kişiliğin stresi sebebiyle öznel iyi olma durumunu doğrudan etkilediğini iddia eder. Kişiler önceden tespit edilen öznel iyi olma düzeylerine, kişilik özelliklerinden kopmadan olay ve durumlara olumlu veya olumsuz tepki verme eğilimindedirler. Öznel iyi olma bu kuramda bireyin genel bir özelliğidir ve bu özellik bireyin olaylara vermiş olduğu olumsuz-olumlu tepkilerini belirler. Bir başka deyişle, kişinin yaşamında genel bir doyumun olması ve yaşamının diğer alanlarında (iş, aile ve beden sağlığı) elde ettiği doyumu etkilemektedir (Deneve ve Cooper, 1998; akt. Cihangir Çankaya, 2005). Yaşamlarının olumlu olduğunu düşünen ve yaşamından doyum alan bireylerin, yaşamının özel alanlarında da bu doyumu yaşadıklarını ifade eder (Cihangir Çankaya, 2005).

2.2.3.3. Uyum Kuramı

Öznel iyi oluşun başka bir kuramı olan uyum kuramı literatür ışığında aşağıda açıklanmıştır.

Hali hazırdaki şartlara uyum sağlama öznel iyi oluş kuramlarının merkezinde olduğu söylenebilir. Uyum kuramı, değişen yaşam olaylarına uyum göstermek veya alışmak olarak özetlenebilir. Bireylerin psikolojik denge durumunu muhafaza etmek maksadıyla, hayatında oluşan olumlu-olumsuz olaylara uyum sağladığını savunur. Başka bir deyişle kişilerin yaşamış oldukları üzüntü veren olaylara uzun süre olumsuz tepki vermedikleri gibi, sevinçlerini de uzun süre coşku ile yaşamazlar (Diener ve ark., 1997). Uyum sürecinin üç kritik işlevinden söz edilmektedir. Birincisi kişilerin yeni bir olayla karşı karşıya kaldıklarından sonra yaşamış olduğu yoğun duyguların zamanla azalmasıdır. Kişilerin yaşadıkları duygusal yoğunlukların seviyelerinin azalması psikolojik sağlıkları için önem arz eder. Uyum sürecinin ikinci işlevi ise, yaşanan duruma verilen dikkatin azar azar tükenmesidir ve böylelikle çevredeki farklı yaşam olayları için ayrı bir dikkate gerek duymayacaklardır. Son

işlevi ise, yeni durumla birlikte oluşan işlevselliği olmayan hedeflerin, yaşanan duygu yoğunluğunun seviyesi azaldıkça işlevsel olmadığına farkına varmalarıdır (Çetinkaya, 2018).

2.2.3.4. Etkinlik Kuramı

Etkinlik kuramı da öznel iyi oluş kuramlarından bir tanesidir. Aşağıda etkinlik kuramına değinilmiştir.

Bu kuramda mutluluk için sadece hedeflere yönelik aktiviteler yapmak yeterli değildir. Kişi kendi ihtiyaçlarına göre hedefler belirleyip ve bu hedeflerin kişinin beceri ve yeteneklerine uygun olması gerekmektedir (Çevik, 2010). Kişiler kendi becerilerine uygun etkinlikler yaptıklarında mutluluğa ulaşmaktadır. Diğer taraftan amaç ve etkinlik kuramının birleştirileceği savunulmaktadır gerekçe olarak ise kişilerin eylemleri, hedeflere ulaşmak için yapılan etkinlikler olduğundandır (Tuzgöl Dost, 2004). Aristoteles etkinlik kuramlarının en önemli temsilcisidir. Ona göre mutluluk için erdemli faaliyetlerde bulunulması gerekmektedir. Yetenekli insanlar, yeteneklerini uygun bir şekilde kullandığında mutluluğa ulaşırlar (Güler, 2019). Etkinlik kuramlarında benlik bilincinin mutluluğu azaltacağından sıklıkla bahsedilir. Birey mutluluğa odaklanırsa mağlup olur. Bu sebeple kendisi için önemli olan etkinliklere odaklanmalıdır. Çünkü mutluluk etkinlik sonrasında kendiliğinden gelecektir. Etkinlikler kişinin becerilerine uygun olduğunda iş zor olsa da kişiye keyif verir. Faaliyetin kolay olması soruna neden olabileceği gibi, çok zor olması da kaygı doğurur. Kişilerin faaliyetleri yeteneklerine uygun olduğunda etkinliklerden keyif alacaktır (Diener,1984).

2.2.3.5. Yargı Kuramı

Aşağıda yargı kuramına literatür çerçevesinde değinilmiştir.

Yargı kuramına göre öznel iyi oluş, bireyin hedeflemiş olduğu bazı ölçütler ile mevcut şartların karşılaştırılması ile meydana geldiği vurgulanmaktadır. Mevcut olan durum hedeflenen durumun üzerinde ise mutluluk gerçekleşmektedir. Birey karşılaştırma yaptığına farkında olabileceği gibi karşılaştırma yaptığına farkında olmaya da bilir (Atilla ve Yıldırım, 2019). Yargı kuramında çoğunlukla hangi olayın olumsuz veya olumlu sonuç vereceği hakkında bir tahmin etmese de olayın

sonucunda meydana gelecek etkinin şiddeti hakkında tahminde bulunmaya destek olur (Diener,1984; akt., Şimşir,2020). Bu açıdan yargı kuramlarını belirledikleri ölçütlere göre gruplandırılabilir (Yetim, 2001;akt.,2011 Şahin). Bu grupları şu şekilde sıralanabilir;

2.2.3.5.1. Sosyal Karşılaştırma Kuramı

Sosyal karşılaştırma kuramına aşağıda değinilmiştir.

Sosyal karşılaştırma kuramında kişiler, kendilerinin mevcut durumlarını diğer insanların durumları ile kıyaslayıp kendi mutluluk seviyesi hakkında bir yoruma varmasıdır. Kişi için önemli olan kıyaslama yaptığı insanlara göre, kendi mutluluk seviyesinin daha az mı daha çok mu olduğudur. Birey kendini diğer insanlardan yüksek seviyede görüyorsa mutlu olur ve kendini iyi hisseder ama kendini daha düşük seviyede görüyor ise iyi olma düzeyi düşer ve kendini yetersiz görür (Diener ve Diener, 2000). Yetim (2001)'e göre kıyaslama iki şekilde yapılır. Önce kendi durumundan daha düşük seviyede olan ile yapıp öznel iyi oluşunu artırmasıdır. İkincisi ise kendisi ile benzer problemi yaşayan bireylerle kıyaslama yapıp ve yalnız olmadığını fark edip rahatlamasıdır (Kermen,2013).

2.2.3.5.2. Çok Yönlü Uyuşmazlık Kuramı

Bu bölümde çok yönlü uyuşmazlık kuramına değinilmiştir.

Bu kuram Michalos (1985) tarafından savunulmuştur. Çok yönlü uyuşmazlık kuramında, kişiler kendi durumlarını çevresindeki diğer bireylerin durumu geçmiş yaşantılarındaki şartları, arzuları, ihtiyaç ve hedefleri gibi birçok ölçütler ile karşılaştırma yapmaktadırlar. Doyumun gerçekleşmesine yönelik yargılar kişinin o andaki şartları ile hedeflediği ölçütler arasındaki farka dayanmaktadır. Şartlar ve ölçütler arasında fark fazla ise düşük seviyede doyum, bu fark az veya yok ise yüksek seviyede doyuma sahip olmaktadır (Diener ve diğerleri, 1999; akt. Yavuz, 2006).

2.2.3.6. Dinamik Denge Kuramı

Dinamik denge kuramına aşağıda yer verilmiştir.

Kişinin, öz benliğini algılama biçimi ve daha önceki yaşantılarını değerlendirme şekli, öznel iyi olma durumunu standartlaştırarak dengeli bir hale getirir. Bu dengeli durumu sadece beklenmedik bir anda meydana gelen mutlu veya mutsuz olaylar bozabilir. Ancak; kişinin olayları algılama biçimi ve değerlendirme yöntemi kazanmış olduğu tecrübe aracılığıyla kendi içinde dinamik bir denge oluşturması sayesinde belirli bir süre geçince öznel iyi oluşu tekrar dengesini kuracaktır (Bruce ve Alexander, 1989; akt. Bagav,2018). Bu kuramda kişi öznel iyi oluş seviyesini, belirli bir seviyede muhafaza ettiği olumsuz veya olumlu duygu düzeyi tespit etmektedir. Kişinin belirli seviyede muhafaza ettiği olumsuz ve olumlu duygu düzeyini ise kişiliği tespit etmektedir. Karşı karşıya kaldığı olumlu ve olumsuz durumlar sonucunda kişinin öznel iyilik seviyesinde iniş-çıkışlar meydana gelmesine rağmen, öznel iyilik seviyesinin ana belirleyicisi olan kişilik özelliği sayesinde önceki düzeyine geri dönebilmektedir. Bu aşamada öznel iyi oluş üzerindeki aracı rol, kişinin dengede tuttuğu genel olumlu ve olumsuz duygu düzeyidir. Bireysel özellikler kişinin olumlu-olumsuz duygu düzeyini dengede tutmakta bireysel özellikler sayesinde öznel iyi oluşu etkilemektedir (Diener,200; akt. Küçükköse, 2015).

2.2.4. Öznel İyi Oluş İle İlgili Araştırmalar ve Sonuçları

Öznel iyi oluşla ilgili literatür araştırıldığında bir çok araştırmanın yapıldığı görülmektedir. Bu bölümde hem uluslar arası literatürde hem de ulusal literatürde yapılan bazı araştırmalar ve sonuçları üzerine durulmuştur.

2.2.4.1. Öznel İyi oluşla İlgili Uluslararası Literatürde Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları

Aşağıda öznel iyi oluş ile ilgili uluslararası literatürde yapılan araştırmalar ve bu araştırmaların sonuçlarına yer verilmiştir.

Lee ve Yoo (2015), Çocukların öznel iyi oluşunun, aile, toplum ve okul ilişkisinin incelendiği çalışmada bulgular şöyledir: Aile, okul ve toplumun yaşam biçimi gibi faktörlerin hepsinin, çocukların öznel iyi oluş düzeylerini, ülkelere özgü kültürel faktörlere rağmen, önemli derecede etkilemektedir. Yine bu çalışmada, uluslar arasında aile, okul ve topluluk değişkenlerinin etkileri incelenmiştir. Sonuçlara göre

ise ülkeler arasında, aile ve akran etkinliklerinin sıklığı, mahallenin güvenliğini çocukların öznel iyi oluşlarına en tutarlı etkileri olduğu bulgulanmıştır. Yine Rask ve ark. (2003), ergen öznel iyi oluşları ve aile dinamikleri üzerine 239 ergen-ebeveyn ikilisi ile yaptıkları çalışmanın sonucuna göre, ergenlerce algılanan ailevi süreklilik ve kargaşanın, ergenlerin yaşam doyumuna katkısının önemli derecede olduğudur. Başka bir araştırmada ise, Amoto ve Keith (1991), bir meta analiz çalışması yapmışlardır. Çalışmada ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış bireyleri incelemiştir. Çalışma sonucunda ebeveynleri boşanmış bireylerin, aile birliği olan bireylere göre okulda daha çok sorunla karşılaştıkları, davranışsal problemleri daha çok gösterdikleri, çevresindekilerle daha fazla çatışmaya girdikleri ve öznel iyi oluşlarının daha düşük seviyede olduğunu bulgulamışlardır. Bunun yanında Yárnoz-Yaben ve Garmendia (2016), 18-30 yaş arasındaki 964 birey ile yaptığı çalışmada anne baba boşanmasının bireylerin öznel iyi oluş seviyelerine olan etkisini araştırmıştır. Araştırma sonucunda anne ve babası ayrı olan bireylerin öznel iyi oluş seviyelerini düşük bulgulamıştır. Yine Cheng ve Lam (2010), yaşları 13-18 arasında olan 88 sokak çocuğu ile yaptıkları çalışmada benlik saygısı ile öznel iyi oluşun alt boyutlarından olumlu ve olumsuz duygulanım ile anlamlı seviyede ilişki olduğunu saptamışlardır. Bunların yanında Jorenen ve Astedt-Kurki (2004), Güney Finlandiya’da ergenlerle, ergen öznel iyi oluşa ailenin katkısını araştırmışlardır. Yapılan çalışmanın sonucun elde ettikleri bulgulara göre; fiziksel, işlevsel, bilişsel ve duyuşsal öğeler gibi bir takım ailesel öğelerin, ergenlerin öznel iyi oluşuna katkı sağlamaktadır. Başka bir araştırmada ise Diener ve Chan (2011), öznel iyi oluşun sağlık ve uzun yaşama üzerine yaptıkları çalışmaya göre: Öznel iyi oluşun, sağlık ve ölüm üzerine etkileri olduğu ama hangi hastalık türünü hangi düzeyde etkilediği konusunda belirsizlik olduğunu bulguladılar. Öznel iyi oluşu yüksek olan kişiler, öznel iyi oluşu düşük olan kişilere göre 4 ila 10 yıl ömürlerini uzattığını bulguladılar. Ayrıca Mahon ve Yarcheski (2005), ortaokul 7 ve 8 sınıfta öğrenim gören öğrenciler ile yaptıkları çalışma sonucunda göre mutluluk, sağlık durumu ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi pozitif yönlü saptamışlardır. Bunların dışında Ullman ve Tatar (2001), göç etmiş ergenler ve göç etmemiş ergenler ile araştırma yapmışlardır. Araştırma sonucunda göç etmiş ergenler, göç etmeyen ergenlere göre daha düşük yaşam doyumu göstermişlerdir. Ayrıca Ha ve Kim (2013) Güney Kore’de farklı

eğitim seviyelerinde öğrenim gören bireyler ile yaptığı araştırmada yaş ile öznel iyi oluş arasında anlamlı ilişki saptarken, eğitim durumu ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki saptamamıştır. Bunun yanında Sumargo ve Novalia (2018), yaptıkları çalışmada ekonomik durumun sosyal duygusal sağlığı doğrudan etkilerken öznel iyi oluşu dolaylı olarak etkilediğini saptamışlardır. Bir başka araştırmada ise Diener ve Diener (1995), 31 ülkeyi kapsayan araştırmalarında sadece ekonomik düzeyi düşük olan ülkelerde maddi gelir doyumu ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki saptamışlardır. Yine Diener ve Oishi (2000) bir çalışmasında üniversite öğrencileri ile çalışmıştır. Çalışmasını on dokuz ülkede gerçekleştirmiştir. Yaptığı çalışmada öznel iyi oluş ile maddi değerler arasındaki ilişkiyi çalışmıştır. Yapılan çalışma sonucunda paraya verilen değer yüksek olması ile yaşamdan alınan doyum arasındaki ilişki negatif yönde olduğu bulgulanmıştır. Bunların yanında Diener ve Lucas (2000) 'ın, yapmış oldukları çalışmada kadın ve erkeklerin öznel iyi oluş seviyelerini karşılaştırmış olup, öznel iyi oluşta cinsiyetler arasında önemli bir fark bulamamıştır. Aynı çalışmada ekonomik gelirin, sağlık durumunun, fiziki çekiciliğin ve zeka seviyesinin mutlu olma üzerine etkisinin önemli olmadığını bulgulanmışlardır. Başka bir deyişle öznel iyi oluşa, demografik özelliklerin etkisi küçük bir yüzde ile açıklandığıdır. Bir başka araştırmayı ise Tong ve Song (2004) Çin üniversitesinde öğrenim gören ekonomik durumu düşük olan öğrencilerle çalışma yapmıştır. Araştırmasında düşük ekonomik düzeye sahip öğrencilerin öznel iyi oluş ve öz yeterlilikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma da elde edilen sonuçlara göre ekonomik düzeyi düşük olan öğrencilerin akranlarına göre düşük öznel iyi oluş puanı aldıklarını bulgulanmışlardır. Başka bir deyişle ekonomik düzeyin öznel iyi oluş üzerinde etkisinin önemli olduğunu bulgulanmışlardır.

Uluslararası düzeyde yapılan araştırma sonuçlarına baktığımızda koruyucu faktörlerin birçok değişken ile ilişkisi olduğu saptandığı söylenebilir. Ancak bazı değişkenlerle (cinsiyet gibi) araştırma sonuçları farklılık gösterdiği bulgulanmıştır.

2.2.4.2. Öznel İyi oluşla İlgili Ulusal Literatürde Yapılan Araştırmalar ve Sonuçları

Aşağıda bu çalışmanın değişkenleri ile alakalı ulusal literatürde yapılan araştırma ve sonuçlarına değinilmiştir.

Yapılan araştırmalara bakıldığında; Kardaş ve Yıldız (2021), 600 ergen ile yaptıkları araştırma sonucuna göre, motivasyon, öz yeterlilik, azim, psikolojik sağlamlık ve iyi oluş arasındaki ilişkinin pozitif yönlü ve anlamlı olduğunu saptamışlardır. Ayrıca araştırmadaki diğer değişkenlerin psikolojik sağlamlığı arttırdığı, psikolojik sağlamlık düzeyinin artması ile iyi oluş düzeyinin de artığını bulgulamışlardır. Mehel (2019), anne-babası boşanmış ve boşanmamış ergenlerin yaşamda anlam, öznel iyi oluş ve benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırmıştır. Araştırmaya 461 lise ğrencisi katılmıştır. Aile birliği olan ergenler ile aile birliği olmayan ergenlerin öznel iyi oluş puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık saptanmıştır. Aile birliği olan ergenlerin öznel iyi oluş puanları, aile birliği olmayan ergenlerin öznel iyi oluş puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık saptanmıştır. Ancak Kartal (2013) ortaokul öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada aile birlikteliği ile öznel iyi oluş arasında ilişki olmadığını bulgulamıştır. Bunlardan başka Eryılmaz (2011), ergenlerin öznel iyi oluşları ile aile ortamı arasındaki ilişkileri incelemiştir. 252 lise öğrencisinin katıldığı araştırmanın sonucunda, aile ortamında birlik ve beraberlik hissedilen lise ğrencilerinin öznel iyi oluş seviyelerinde anlamlı ve önemli seviyede yüksek bulgulamıştır. Uçan (2013) , farklı cinsiyete sahip lisede öğrenim gören bireylerin öznel iyi oluşlarını toplumdaki konumuyla riske girme ve yerleşim yerini değiştirme değişkeni bakımından incelemiştir. Yapılan ęalıřmada ortaöğretim ğrencilerinin öznel iyi oluşları ile g ile gelip gelmeme durumlarına göre anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ancak Gün ve Bayraktar (2008), İzmir’ de yaptığı ęalıřmaya göre ise 12-15 yaşlarındaki ergenlerden göç etmiş olanların yaşam doyumunu düzeyleri g etmeyen ergenlere göre daha düşük olduğunu saptamıştır. Başka bir araştırma da ise zen (2005), ergenlerin algıladıkları ekonomik durumları ve akademik başarıları ile öznel iyi oluşları arasında anlamlı farklılık olduğu bulgulamıştır. Başka bir deyişle ekonomik durumlarını yüksek seviyede algılayan ergenlerin öznel iyi oluş puanları da yüksek olduğu söylenebilir. Bunların yanında Sezer (2011), ergenler ile yaptığı araştırmasında kız öğrencilerin öznel iyi oluş puanlarının, erkek öğrencilerin öznel iyi oluş puanlarına oranla daha yüksek bulmuştur. Yine, Nalbant (1993) 15-22 yaş aralığındaki ışlah evinde kalıpta suç işlemeyen ergenlerin yaşam doyumları ile ęalıřmıř ve araştırmasında katılımcı ergenlerin yaşam doyumunu ile benlik saygısı

arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda suça bulaşmamış katılımcıların yaşam doyumu puanlarının düşük olduğu saptanmıştır.

Yapılan araştırmalara bakıldığında psikolojik sağlamlık risk faktörlerinin öznel iyi oluşu olumsuz etkilediğini söyleyebiliriz. Ayrıca araştırmacılar birçok farklı değişken ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan çalışmalara bakıldığında bazı değişkenlerin (cinsiyet gibi) öznel iyi oluş ile ilişkisinde farklı sonuçlar çıktığı gözlenmiştir.



BÖLÜM 3

YÖNTEM

Bu bölümde, bölüm üçe yer verilmiştir. Bölüm sırası şu şekildedir; araştırma deseni, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci, etik süreci ve işlem yolu ve verilerin analizine ilişkin bilgilerdir.

3.1. Araştırma Deseni

Bu araştırma ilişkisel yordama deseninde bir çalışmadır. Moderatör analizinde iki değişken arasındaki ilişkide (psikolojik sağlamlık ve öznel iyi oluş) üçüncü bir bağımsız değişkenin (psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler) etkisi ölçülmektedir (Hayes ve ark., 2017). Moderatör değişken (psikolojik sağlamlık risk ve koruyucu faktörler) ise bağımsız değişken (psikolojik sağlamlık) ile bağımlı değişken (öznel iyi oluş) arasındaki ilişkinin yönünü belirleyen veya şiddetine etki eden nitel ya da nicel üçüncü bir değişken olarak açıklanmaktadır (Baron ve Kenny, 1986; Frazier ve ark. 2004).

Çalışmanın;

Bağımlı değişkeni: Öznel iyi oluş (Y),

Bağımsız değişkeni: Psikolojik sağlamlık (X),

Moderatör değişkenleri: Psikolojik sağlamlık risk ve koruyucu faktörler (W)

3.2. Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2021-2022 eğitim-öğretim yılında K.K.T.C Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı (MEB) bünyesinde yer alan devlet ortaöğretim kurumlarına devam eden, Türkçe konuşan, yaşları 12-17 yaş arasında değişen araştırmaya gönüllü olarak katılım gösteren ve araştırmaya katılım kriterleri olan farklı risk grubundaki ergenler oluşturmaktadır. Katılımcı sayısı 425' tir (261=Kız, 164= Erkek).

3.2.1. Çalışma Grubunun Oluşturulması

Araştırmanın çalışma grubu birden fazla örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Öncelikle tabakalı örnekleme yöntemi ile (Baykul, 1999) K.K.T.C'de çalışmanın

yapılacağı bölgenin ortaöğretim kurumları belirlenip öğrenci sayıları alınmıştır (KKTC Meb 2021-2022 istatistiksel yıllığı <http://eohd.mebnet.net/?q=node/1578>). Bu grupta 4 tabaka (2 Genel lise, 1 Meslek Lisesi ve 4 Ortaokul) oluşturulmuştur. Daha sonra amaçlı örnekleme yolu ile çalışmaya katılım ölçütlerini karşılayan katılımcılar araştırmaya dâhil edilmiştir.

3.2.2. Araştırmaya Katılım Kriterleri:

Araştırmaya katılım kriterleri aşağıda sunulmuştur.

- a) Katılımcıların aşağıdaki farklı risk gruplarından bir veya birden fazlasına sahip olması,
 - 1. Yoksulluk (ailesinin toplam geliri asgari ücretin altında olması)
 - 2. Ebeveynlerin boşanması
 - 3. Göç yaşaması
 - 4. Savaş
 - 5. Özel gereksinimli ebeveyne sahip olma
 - 6. Özel gereksinimli kardeşe sahip olma
 - 7. Kendisinin özel gereksinimli olması
 - 8. Çekirdek ailesinde kronik rahatsızlığı olan aile bireyinin olması
 - 9. Kendisinin kronik rahatsızlığı olması
- b) Katılımcıların 12-17 yaş arası ergenlik gelişim döneminde olması,
- c) Katılımcıların ana dilin de Türkçe konuşuyor olması,
- d) Katılımcıların, öğrenimine K.K.T.C. devlet okullarında devam ediyor olması

3.2.3. Araştırmadan Çıkarılma Kriterleri

Aşağıda araştırmadan çıkarılma kriterlerine yer verilmiştir.

- a. Araştırmaya katılım kriterlerini karşılamayan katılımcılar,
- b. 2021-2022 eğitim öğretim yılında KKTC’ deki özel eğitim kurumlarında öğrenimine devan eden katılımcılar,
araştırmaya dahil edilmemiştir.

Aşağıdaki tablolarda araştırmaya dâhil edilen farklı risk gruplarındaki ergenlerin demografik özellikleri ile ilgili bilgiler frekans ve yüzdelik değerleri ile verilmiştir

Tablo 3.1 Çalışma Grubuna Dahil Edilen Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine Yer Verilmiştir (n= 425)

Değişkenler	N	$\bar{X}$	SS	min	maks	%
Cinsiyet						
Kız	261					61,4
Erkek	164					38,6
Yaş Grubu						
12-14	207	14,71	1,787	12	14	48,7
15-17	218	17,71	1,787	15	17	51,3
Sınıf seviyesi						
6. sınıf	67					15,8
7. sınıf	48					11,3
8. sınıf	79					18,6
9. sınıf	64					15,1
10. sınıf	27					6,4
11. sınıf	78					18,4
12. sınıf	62					16,6

Tablo 3.1. bakıldığında; araştırmaya dahil edilen farklı risk gruplarındaki ergenlerin %61,4'ü kız, %38,6'sı erkek iken %48,7'si 12-14 yaş aralığında %51,3'ü ise 15-17 yaş aralığındadır. Ergenlerin yaş ortalaması 14,71 ($\pm 1,787$)'dir. Ergenlerin %15,8'i 6.sınıfta iken %11,3'ü 7.sınıf, %18,6'sı 8.sınıf, %15,1'i 9.sınıf, %6,4'ü 10.sınıf, %18,4'ü 11.sınıf, %14,6'sı ise 12.sınıftadır.

Aşağıdaki tablolarda araştırmaya dâhil edilen farklı risk gruplarındaki ergenlerin aileleri ile alakalı (n=425) demografik özellikleri ve hastalık durumları ile ilgili bilgileri frekans ve yüzdelik değerleri ile verilmiştir.

Tablo 3.2 Çalışma Grubuna Dahil Edilen Katılımcıların Ailelerinin Sosyo-Demografik Bilgilerine Yer Verilmiştir (n= 425).

Değişkenler	n	%
Annenin eğitim durumu		
Okuryazar değil	12	2,8

Değişkenler	n	%
Annenin eğitim durumu		
İlkokul	163	38,4
Ortaokul	92	21,6
Lise	124	29,2
Üniversite	34	8
Babanın eğitim durumu		
Okuryazar değil	1	0,2
İlkokul	113	26,6
Ortaokul	116	27,3
Lise	147	34,6
Üniversite	48	11,3
Anne babanın birliktelik durumu		
Evet	379	89,2
Hayır	46	10,8

(Tablo 3. 2., s.35-36)

Yukarıdaki tabloya bakıldığında Ergenlerin %2,8'inin annesi okuryazar değil iken %38,4'ünün ilkokul mezunu, %21,6'sının ortaokul, %29,2'sinin lise, %8,0'mının ise üniversite mezunudur. Ergenlerin %0,2'sinin babası okuryazar değil iken %26,6'sının ilkokul mezunu, %27,3'ünün ortaokul, %34,6'sının lise, %11,3'ünün ise üniversite mezunudur. Ergenlerin %89,2'sinin anne babası birlikte iken %10,8'inin ise ayrıdır.

Araştırmaya dâhil edilen farklı risk gruplarındaki ergenlerin aşağıdaki tablolarda risk dağılımları ilgili bilgileri frekans ve yüzdelik değerleri ile verilmiştir.

Tablo 3. 3 Çalışma Grubuna Dahil Edilen Katılımcıların Risk Dağılımları Bilgilerine Yer Verilmiştir (n= 425)

Değişkenler	n	%
KKTC'de Doğma Durumu		
Evet	368	86,6
Hayır		
Doğduğu Ülke		
	n	%

KKTC	368	86,6
Türkiye	53	12,5
Sudi Arabistan	2	,5
Türkmenistan	1	,2
Ukrayna	1	,2
Kendine Ait Oda	n	%
Evet	307	72,2
Hayır	118	27,8
Sahip Olunan Teknolojik Aletler	n	%
Akıllı telefon	40	9,4
Bilgisayar	4	0,9
Tablet	5	1,2
İnternet	5	1,2
Hiçbiri	2	0,5
Bunlardan en az iki tanesi	369	86,8
Kronik Hastalık Olma Durumu	n	%
Evet	29	6,8
Hayır	396	93,2
Kronik hastalık var ise (n=29)	n	%
Astım	22	75,8
Kalp	2	6,8
Migren	1	3,4
Tansiyon	1	3,4
Kronik sistit	1	3,4
Şeker	2	7,2
Yaşanan Olumsuz Yaşam Olay	n	%
Evet	25	5,9
Hayır	400	94,1
Yaşanan Olumsuz Yaşam Olayı Var İse (n=25)	n	%
Deprem	10	40
Yangın	10	40
Sel	2	8
Savaş	1	4
Deprem ve yangın	2	8
Uyuduğu Ev	n	%
Aynı ev	352	82,8
Bazen başka ev	57	13,4

Uyuduğu Ev	n	%
İki farklı yetişkin yanında	5	1,2
Aynı ev ve bazen başka ev	10	2,4
Aynı ev ve iki farklı yetişkinin yanında	1	0,2

(Tablo 3.3.,s. 36-38)

Tablo 3. 3. bakıldığında, ergenlerin %86,6'sı KKTC'de doğmuş iken %13,4'ü KKTC'de doğmamıştır. Katılımcıların %86,6'sı KKTC'de %12,5'i Türkiye'de, %0,5'i Suudi Arabistan'da, %0,2'si Türkmenistan'da, %0,2'si ise Ukrayna'da doğmuştur. Ergenlerin %72,2'sinin kendine ait odası var iken %27,8'inin yoktur. Ergenlerin %9,4'ü akıllı telefona, %0,9'u bilgisayara, %1,2'si tablete, %1,2'si internete, %86,8'i bunlardan en az iki tanesine sahip iken %0,5'i ise hiçbirine sahip değildir. Ergenlerin %6,8'inin kronik hastalığı var iken %93,2'sinin yoktur. Kronik hastalığı olan ergenlerin %75,58'nin kronik hastalığı astım, %6,8'inin kalp, %3,4'ünün migren, %3,43'ünün tansiyon, %3,4'ünün kronik sistit, %72,'sinin şekerdir Ergenlerin %5,9'u olumsuz yaşam olayı geçirmiş iken %94,1'i ise geçirmemiştir. %40,0'ı depresyon, %40,0'ı yangın, %8,0'ı sel, %4,0'ı savaş, %8,0'ı ise hem depresyon hem de yangın olayı yaşamıştır. Ergenlerin %82,8'i sürekli aynı evde uyumakta iken %13,4'ü bazen başka evde, %1,2'si iki farklı yetişkin evinde, %2,4'ü hem aynı evde hem de başka evde, %0,2'si ise hem aynı evde hem de iki farklı yetişkin evinde uyumaktadır.

Tablo 3. 4 . Çalışma Grubuna Dahil Edilen Katılımcıların Ailesel Risk Dağılımları Bilgilerine Yer Verilmiştir (n= 425).

Değişkenler	n	%
Gelir Durumu		
Düşük	59	13,9
Orta	327	76,9
Yüksek	36	8,5
Çok yüksek	3	0,7

Değişkenler	n	%
Oturulan Ev		
Kendimize ait	310	72,9
Kira	73	17,2
Büyükbaba	28	6,6
Diğer	14	3,3
Ailede Özel Gereksinim Durumu		
Evet	36	8,5
Hayır	389	91,5
Ailede Özel Gereksinimli Bireyin Kim Olduğu (n=36)		
Anne	2	5,6
Baba	9	25,0
Kardeş	2	5,6
Kendim	23	63,9
Ailede Kronik Hastalık Olma Durumu		
Evet	80	18,8
Hayır	345	81,2
Ailede Kronik Hastalık Var İse (n=80)		
Anne	26	32,5
Baba	35	43,8
Ailede Kronik Hastalık Var ise (n=80)		
Kardeş	11	13,8
Anne ve baba	6	7,5
Anne, baba ve kardeş	1	1,3
Baba ve kardeş	1	1,3

(Tablo 3.4., s. 38-39)

Tablo 3. 4. incelendiğinde katılımcıların %13,9'unun aile gelir seviyesi düşük iken %76,9'unun orta, %8,5'inin yüksek, %0,7'sinin ise çok yüksektir. Ergenlerin

%72,9'unun oturduğu ev kendilerine ait iken %17,2'sinin kira, %6,6'sının büyükbabasına ait, %3,3'ünün ise diğer durumlardır. Araştırmaya dahil edilen farklı risk gruplarındaki ergenlerin %8,5'inin ailesinde özel gereksinimi olan kişi var iken %91,5'inde yoktur. Ailesinde özel gereksinimi olan kişilerin %5,6'sı anne, %25,0'ı baba, %5,6'sı kardeş, %63,9'u ise kendisidir. Ergenlerin %18,8'inin ailesinde kronik hastalığı olan var iken %81,2'sinin ailesinde yoktur. Ailesinde kronik hastalığı olan ergenlerin %32,5'inin annesinde kronik hastalık var iken %43,8'inin babasında, %13,8'inin kardeşinde, %7,5'inin hem anne hem de babasında, %1,3'ünün anne, baba ve kardeşinde, %1,3'ünün ise baba ve kardeşinde kronik hastalık vardır. Aşağıdaki tabloda ergenlerin kendileri ile ve yaşadıkları bölge ile ilgili memnuniyet ifadelerine yönelik bilgiler yer almaktadır.

Tablo 3. 5 Aşağıdaki Tabloda Ergenlerin Memnuniyet Ve Yaşanan Bölgeyle İlgili Memnuniyet İfadelerine Verdikleri Yanıtların Ortalama ve Standart Sapma Değerleri Yer Almaktadır (n=425).

Değişkenler	n	$\bar{x}$	SS	min	max
Kendi memnuniyeti ile ilgili ifadeler					
Zamanı kullanma becerinizi nasıl değerlendiriyorsunuz	425	5,43	2,897	1	10
Mevcut özgürlüğünü nasıl değerlendirirsin	425	6,30	3,241	1	10
Nasıl görüldüğünden ne kadar memnunsun	425	5,99	3,307	1	10
Kendi vücudundan ne kadar memnunsun	425	6,04	3,321	1	10
Boş zamanını değerlendirme konusundaki memnuniyet	425	5,75	3,138	1	10
Yetişkinlerin seni dinlemesi konusundaki memnuniyetin	425	5,72	3,339	1	10
Kendine olan güveninden ne kadar memnunsun	425	6,72	3,334	1	10
Hayatının tümüne baktığında ne kadar memnunsun	425	6,19	1,199	1	10

Değişkenler	<i>n</i>	$\bar{x}$	SS	min	max
Yaşanılan bölge ile ilgili memnuniyet ifadeleri					
Hastaneye gittiğinde nasıl karşılanıyorsun	425	5,23	3,073	1	10
Bölgendeki çocukların kullanabileceği dış mekânlardan ne kadar memnunsun	425	4,38	3,127	1	10
Bölgeni genel olarak nasıl değerlendirsin	425	5,85	3,152	1	10

(Tablo 3.5., s.40-41)

Katılımcıların tablo 3.5’deki ifadelere verdikleri cevaplar “1=hiç memnun değilim”, “10=Çok Memnunum” şeklindedir. Tablo 3.5’deki ifadelere göre; “Zamanı kullanma becerinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?” ifadesinin ortalaması 5,43 ($\pm 2,897$) iken “Mevcut özgürlüğünü nasıl değerlendirirsin?” ifadesinin ortalaması 6,30 ($\pm 3,241$), “Nasıl görüldüğünden ne kadar memnunsun?” ifadesinin ortalaması 5,99 ($\pm 3,307$), “Kendi vücudundan ne kadar memnunsun?” ifadesinin ortalaması 6,04 ($\pm 3,321$), “Boş zamanını değerlendirme konusundaki memnuniyet” ifadesinin ortalaması 5,75 ($\pm 3,138$), “Yetişkinlerin seni dinleme memnuniyet” ifadesinin ortalaması 5,72 ($\pm 3,339$), “Kendine olan güveninden ne kadar memnunsun?” ifadesinin ortalaması 6,72 ($\pm 3,334$), “Hayatını bir bütün olarak düşündüğünde, hayatından ne kadar memnunsun?” ifadesinin ortalaması ise 6,19 ($\pm 1,199$)’dur.

“Hastaneye gittiğinde nasıl karşılanıyorsun” ifadesinin ortalaması 5,23 ($\pm 3,073$) iken “Bölgende çocukların kullanabileceği dış mekanlardan ne kadar memnunsun” ifadesinin ortalaması 4,38 ($\pm 3,127$), “Yaşadığın bölgeyi genel olarak nasıl değerlendirirsin” ifadesinin ortalaması ise 5,85 ($\pm 3,152$)’tir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırma için, araştırmaya katılanların sosyo-demografik bilgilerinin toplanması amacıyla uzman görüşü alınarak oluşturulan Sosyo-Demografik Bilgi Formu, ÇGPS Ölçeği, Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler

Ölçeği, kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarına yönelik kapsamlı bilgiler aşağıda yer almaktadır.

3.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Uygulayıcı tarafından geliştirilen bu form öğrencilerin onayı alınacak şekilde hazırlanmıştır. Form hazırlanma aşamasında 3 alan uzmanından (sosyal hizmet ve rehberlik ve psikolojik danışmanlık) görüş alınmıştır (Bkz. Ek-5, Ek-6, Ek-7). Alan uzmanlarının geri dönütleri doğrultusunda gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Katılımcıların cinsiyeti, yaşı, öğrenim gördüğü eğitim kademesi, ailesinin gelir durumu, ebeveynlerinin eğitim durumu, yoksulluk, ebeveynlerin boşanması, göç, ebeveyn-kardeş veya kendisinin özel gereksinim durumu, yakınlarının savaş-doğal afet gibi zorlayıcı yaşam olayları gibi ergen risk faktörleri ve kişisel bilgileri içeren 18 soru vardır (Bkz. Ek-4).

3.3.2. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği-12

ÇGPS Ölçeğinin kısa form çalışmasını Liebenberg, Ungar ve LeBlanc (2013) yapmış olup ve iki ayrı çalışma sonrasında 12 maddeden oluşan bir yapı ortaya çıkarılmıştır. Çocuk ve ergenlerde psikolojik sağlamlığı ölçmek için İngilizce dilinde geliştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlaması Arslan (2015b) tarafından yapılmıştır. Beşli likert yapıda olan ölçme aracı “Beni hiç tanımlamıyor=1”, “Çok az tanımlıyor=2”, “Biraz tanımlıyor=3”, “Oldukça tanımlıyor=4”, “Beni tamamen tanımlıyor=5” arasında derecelendirilmektedir. Yüksek puan yüksek sağlamlık düzeyini belirtmektedir. Güvenirlik çalışması kapsamında ölçeğin tamamı için Cronbach α güvenirlik katsayısı hesaplanmıştır. Birinci örneklem için iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizinde güvenirlik katsayısı .82 olarak bulunmuştur (Bkz. Ek-14).

Tablo 3. 6 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği-12 örnek ifadeleri

Madde Numarası	Örnek İfadeler
2.	Eğitim almak benim için önemlidir.
7.	Kendimi okuluma ait hissediyorum
10	Yaşadığım toplumda bana adil bir şekilde davranılır.

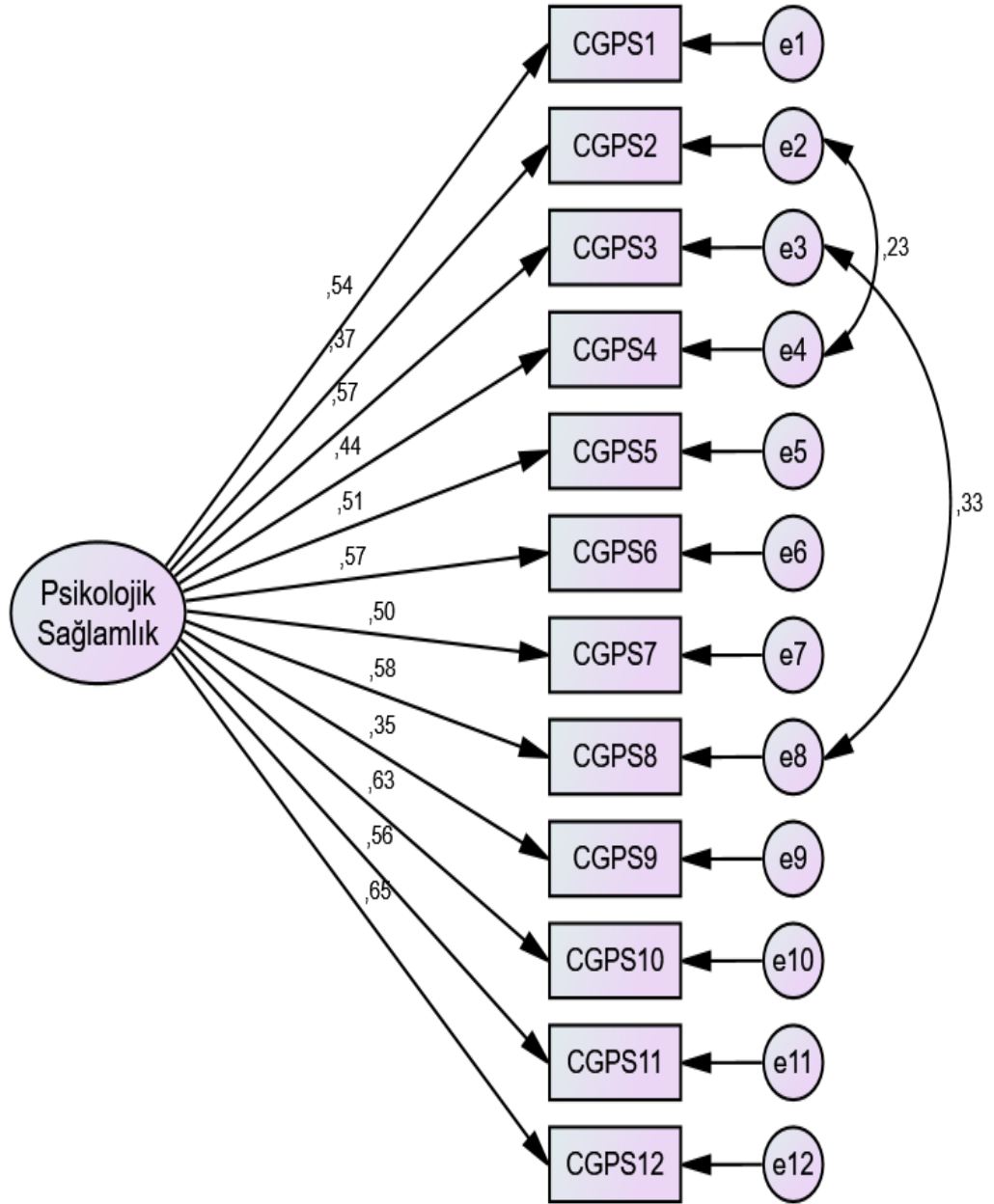
Bu çalışmada ÇGPS Ölçeği Türk ergenler üzerindeki güvenilirlik ve geçerlilik çalışması da yapılmıştır. Buna göre 5 maddeden oluşan yapıyı doğrulamak için kurulan ölçüm modeli tek düzey DFA ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda model yetersiz uyum göstermiş ve bu sebeple model uyum çalışması yapılmıştır. İlk olarak her maddenin faktör yük ölçümlerine bakılmış ve modele katkı sağlamayan madde görülmüştür. Sonrasında ise modifikasyon indeksleri tablosu incelenmiş olup, modelde yapılması muhtemel değişiklikler için ki-kareyi düşüren değerlere (“M.I.”değerleri) bakılmıştır. Maksimum seviyede “M.I.” değerini gösteren olduğu modifikasyon, kavramsal anlamda uyumlu olan durumlarla ilişkilendirilerek ($e2 \leftrightarrow e4$, $e3 \leftrightarrow e8$) model çalıştırılmıştır. Modeldeki uyum indeks değerlerine bakılarak ölçüm modelinin doğrulanmış olduğu görülmüştür (Tablo 3.7). Aşağıda doğrulanmış ölçüm modeline yer verilmiştir (Şekil.3.1).

Şekil 3.1’de doğrulanmış ölçüm modeli incelendiğinde, modeli oluşturan maddeleri ve faktör yük değerlerini görmekteyiz. Maddelerin her birinin faktör yüklerine detaylı bir şekilde bakılmış (Tablo 3.8) ve 0,300’ün altında değere rastlanmamıştır. Sonuç olarak; CGPS12 ifadesinin 0,654’lük değeri ile çocuk ve genç psikolojik sağlamlık ölçeğinin en kuvvetli göstergesi olarak görebiliriz.

Tablo 3.7’de modeldeki ölçümün uyum indeks kat sayıları bulunmaktadır. Öncelikle sıklıkla kullanılmakta olan uyum indeksi ki-kare (χ^2) uyum iyilik testine bakılmıştır. Yalnız ki-kare ölçütü örneklemdaki büyüklüğe çok hassas olması sebebiyle, model ile veri arasındaki uyumu değerlendirmede bu ölçüt yalnız başına yeterli olmamaktadır. Bu sebeple öteki uyum ölçütlerine bakılmıştır. Ölçüm modeline yönelik elde edilen uyum indeks ölçütlerine bakıldığında ise χ^2/sd , GFI, AGFI ve SRMR değerleri uyumunun iyi düzeyde, NFI, NNFI (TLI), CFI ve RMSEA değerleri uyumunun kabul edilebilir seviyede olduğunu söyleyebiliriz.

Tablo 3. 7 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği-12 Ölçüm Modelindeki Uyum İndeks Katsayıları

	Modelin Uyum İndeks Katsayıları	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Uyum
χ^2/sd	3,050	≤ 3	3-5	İyi Uyum
GFI	0,940	$\geq 0,90$	$>0,85$	İyi Uyum
AGFI	0,910	$\geq 0,90$	$>0,85$	İyi Uyum
NFI	0,870	$\geq 0,95$	$>0,90$	Kabul Edilir Uyum
NNFI (TLI)	0,883	$\geq 0,95$	$>0,90$	Kabul Edilir Uyum
CFI	0,908	$\geq 0,95$	$>0,90$	Kabul Edilir Uyum
RMSEA	0,070	$\leq 0,05$	$<0,08$	Kabul Edilir Uyum
SRMR	0,051	$\leq 0,05$	$<0,08$	İyi Uyum



Şekil 3. 1 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağamlık Ölçeğinin Ölçüm Modeli

Tablo 3.8 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin Maddelerine İlişkin Faktör Yük Değerleri

Madde	İfadeler	Faktör Yükü
CGPS1	Hayatımda saygı duyabileceğim insanlar var.	0,536
CGPS2	Eğitim almak benim için önemlidir.	0,369
CGPS3	Ailem benim hakkımda birçok şeyi bilir (örneğin, arkadaşlarımla kim olduğumu, nelerden hoşlandığımı).	0,568
CGPS4	Başladığım faaliyetleri/işleri bitirmeye çalışırım.	0,442
CGPS5	Bir şeyler istediğim şekilde gitmediğinde, diğer insanlara ve kendime zarar vermeden bu durumu çözebilirim (örneğin, şiddete başvurmadan veya kötü şeyler söylemeden)	0,508
CGPS6	Yardıma ihtiyacım olursa, nereden yardım alabileceğimi bilirim.	0,570
CGPS7	Kendimi okuluma ait hissediyorum.	0,498
CGPS8	Ailem zor zamanlarımda yanımdadır (örneğin hasta olduğumda veya başım sıkıştığında).	0,580
CGPS9	Arkadaşlarımla zor zamanlarımda yanımdadır.	0,352
CGPS10	Yaşadığım toplumda bana adil bir şekilde davranılır.	0,634
CGPS11	Hayatımda gelecekte kullanacağım yeteneklerimi geliştireceğim fırsatlara sahibim.	0,565
CGPS12	Ailemin aile geleneklerini ve kültürünü seviyorum.	0,654

Aşağıdaki tablo incelendiğinde, 12 maddeden meydana gelen ÇGPS Ölçeğinin yüksek seviyede güvenilir ($\alpha=0,821$) olduğu görülmüştür.

Tablo 3. 9 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin-12 İç Tutarlılık Sonuçları

	Madde Sayısı	Cronbach Alfa (α)	Güvenirlilik Düzeyi
Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	12	0,821	Yüksek Derecede Güvenilir

3.3.3. Öznel İyi Oluş Ölçeği

Eryılmaz (2009) tarafından Türkçe dilinde geliştirilmiştir. Ölçeğin amacı, Türk ergenlerinin öznel iyi oluşlarını çok boyutlu ölçmektir. Ergen öznel iyi oluş ölçeği

yaşam alanlarına ilişkin olumlu duygu ifadelerinden oluşmaktadır. Ölçek dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarını; aile ilişkilerinde doyum, olumlu duygular, yaşam doyumu ve önemli diğer ilişkilerde doyum oluşturmaktadır. Öznel iyi oluş ölçeği yaşam alanlarına ilişkin olumlu duygu ifadelerinden oluşmaktadır. Ölçekte her ifade için “ 1=Kesinlikle katılmıyorum”, “2=Katılmıyorum”, “3=Katılıyorum”, “ 4=Tamamen katılıyorum” 4’lü Likert tipinde bir ölçektir. Ölçekte 15 madde bulunmakta olup, hepsi olumlu ifadelerdir. Ölçeğin yapılan güvenirlik analizinde $\alpha=.86$ bulunmuştur. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizinde $\alpha.88$ olarak bulunmuştur. (Bkz. Ek-13).

Tablo 3. 10 Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Alt Boyutları ve Örnek ifadeleri

Alt boyut	Madde Numaraları	Örnek İfadeler
Aile ilişkilerinde doyum	1. 2. 3 ve 4. maddeler	2. Ailem beni destekler
Olumlu duygular	5. 6. 7. ve 8. maddeler	7. Genellikle neşeliyim
Yaşam doyumu	9. 10. ve 11. maddeler	10.Hayatı doya doya yaşıyorum
Önemli diğer ilişkilerde doyum	12.13. 14. ve 15. maddeler	15. Dostlarımla beraberim

Bu çalışmada öznel iyi oluş ölçeğinin Türk ergenler üzerindeki güvenirlilik ve geçerlilik çalışması da yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarında göre; 15 madde, 4 alt boyutu olan yapının doğrulanmasını yapmak amacıyla kurulan ölçüm modelinin analizi birincil düzey DFA ile yapılmıştır. Analiz sonucunda model yetersiz uyum göstermiş ve bu sebeple modelde uyum çalışması yapılmıştır. İlk olarak her maddenin faktör yük ölçümlerine bakılmış ve modele katkı sağlamayan bir madde modelden çıkartılmıştır (ÖİÖ5). İkinci aşamada modifikasyon indeks değeri tablosu incelenmiş olup, modeldeki yapılması gereken muhtemel değişiklikler içinse ki-kareyi düşüren değerlere (“M.I.”değerleri) bakılmıştır. Maksimum seviyede “M.I.” değeri gösteren modifikasyon, kavramsal bakımından uygun olduğu durumlarla ilişkilendirilerek (e14<->e15) model çalıştırılmıştır. Modeldeki uyum indeks katsayılarına bakıldığında ölçüm modelinin doğrulanmış olduğu görülmüştür (Tablo 3.10). Sonrasında ise doğrulanması gerçekleştirilen ölçüm modeline aşağıdaki şekilde (Şekil 3.2) yer verilmiştir.

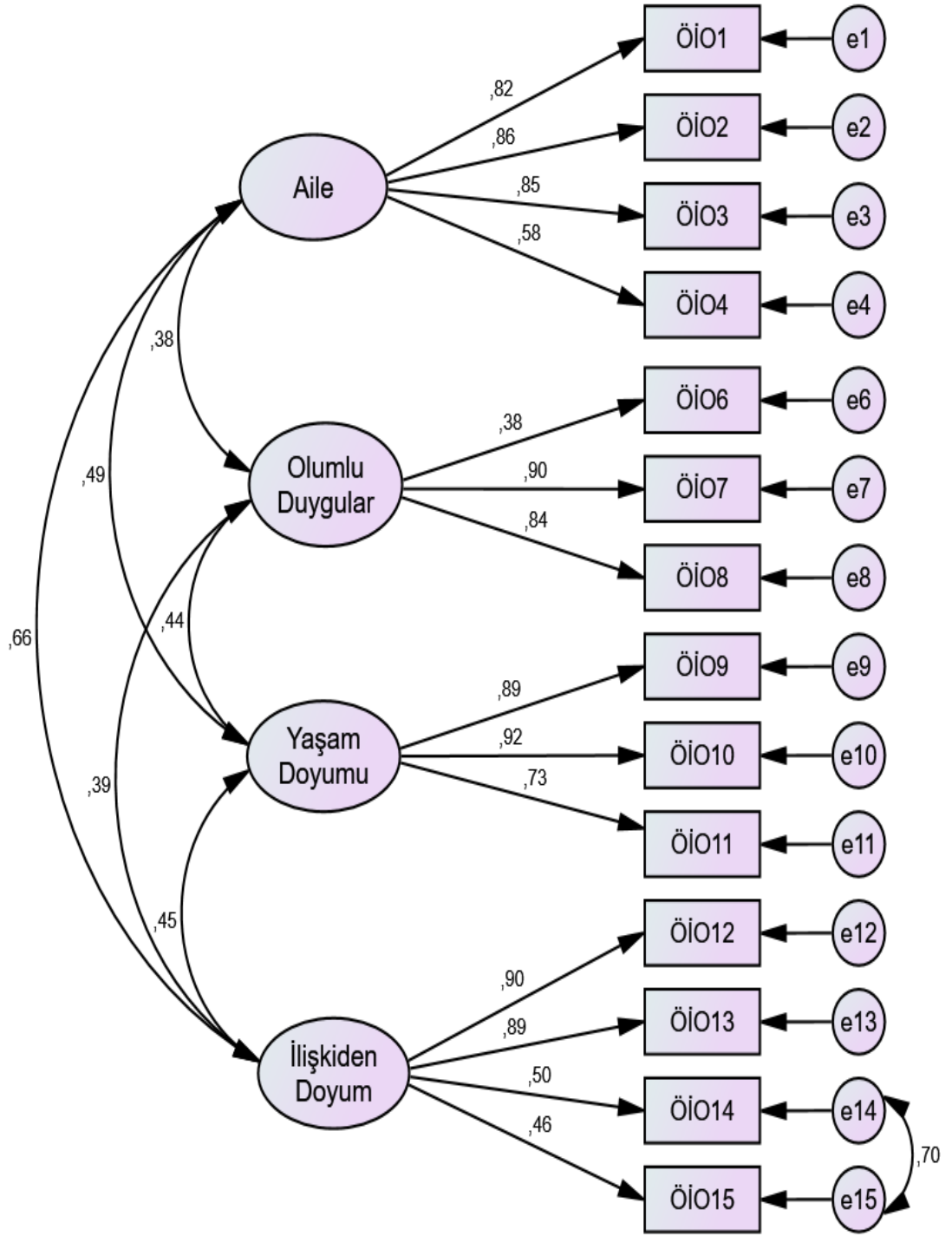
Şekil 3.2 ’deki doğrulanmış ölçüm modeline bakıldığında, modeli oluşturan maddelerin hangisi olduğu ve faktör yük değerlerini görmekteyiz. Maddelerin her

birinin faktör yükü- değerlerine detaylı bir şekilde bakılmış (Tablo3.11) ve 0,300'ün altında değere rastlanmamıştır. Sonuç olarak; ÖİÖ2 ifadesindeki 0,864'lük değer ile aile ile ilişkilerden doyum alt boyutunun en kuvvetli belirtisi olduğu, ÖİÖ7 ifadesinin 0,896'luk değeriyle olumlu duygular alt boyutunun en kuvvetli belirtisi olduğu, ÖİÖ10 ifadesinin 0,922'lik değeriyle yaşam doyum alt boyutunun en kuvvetli belirtisi olduğu, ÖİÖ12 ifadesinin 0,898'lik değeriyle önemli diğerleri ile ilişkiden doyum alt boyutunun en kuvvetli belirtisi olduğu söylenebilir.

Tablo 3.11'de ölçüm modelinin uyum indeks kat sayıları bulunmaktadır. Öncelikle sıklıkla kullanılan uyum indeksi ki-kare (χ^2) uyum iyiliği testine bakılmıştır. Yalnız ki-kare ölçütü örneklemden büyüklüğe çok hassas olması sebebiyle, model ile veri arasındaki uyumu değerlendirmede bu ölçüt yalnız başına yeterli olmamaktadır. Bu sebeple öteki uyum ölçütlerine bakılmıştır. Ölçüm modeline yönelik elde edilen uyum indeks ölçütlerine bakıldığında ise χ^2/sd , GFI, AGFI, NFI, NNFI (TLI) ve CFI değerlerinin iyi uyum, RMSEA ve SRMR değerlerinin ise kabul edilebilir uyum sağladığını söyleyebiliriz.

Tablo 3. 11 Öznel İyi Oluş Ölçeği Ölçüm Modelinin Uyum İndeks Değerleri

	Model İndeks Katsayıları	Uyum İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Uyum
χ^2/sd	2,560	≤ 3	3-5	İyi Uyum
GFI	0,945	$\geq 0,90$	$>0,85$	İyi Uyum
AGFI	0,917	$\geq 0,90$	$>0,85$	İyi Uyum
NFI	0,949	$\geq 0,95$	$>0,90$	İyi Uyum
NNFI (TLI)	0,958	$\geq 0,95$	$>0,90$	İyi Uyum
CFI	0,968	$\geq 0,95$	$>0,90$	İyi Uyum
RMSEA	0,061	$\leq 0,05$	$<0,08$	Kabul Edilir Uyum
SRMR	0,064	$\leq 0,05$	$<0,08$	Kabul Edilir Uyum



Şekil 3. 2 Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Ölçüm Modeli

Tablo 3. 12 Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Maddelerine İlişkin Faktör Yük Değerleri

Madde	İfadeler	Faktör Yüğü
Aile ile İlişkilerden Doyum		
ÖİO1	Ailem beni sever	0,818
ÖİO2	Ailem beni destekler	0,864
ÖİO3	Ailem bana saygı duyar	0,855
ÖİO4	Ailem sağlıklı	0,575
Olumlu Duygular		
ÖİO5*	İnsanlara karşı sabırlıyım	-
ÖİO6	İnsanlara karşı hoşgörölüyüm	0,385
ÖİO7	Genellikle neşeliyim	0,896
ÖİO8	Genellikle güler yüzlüyüm	0,843
Yaşam Doyumu		
ÖİO9	Hayatın tadını çıkartarak yaşarım	0,886
ÖİO10	Hayatı doya doya yaşarım	0,922
ÖİO11	Hayatı dilediğim gibi yaşarım	0,733
Önemli Diğerleri ile İlişkiden Doyum		
ÖİO12	Sevdiklerimle beraberim	0,898
ÖİO13	Sevdiklerimle yan yanayım	0,893
ÖİO14	Arkadaşlarımla beraber vakit geçiririm	0,502
ÖİO15	Dostlarımla beraberim	0,459

**Ölçekten Çıkarılan Madde*

Tablo 3.13 incelendiğinde; uygulanan güvenirlik analizi sonucunda 14 maddeden oluşan Öznel İyi Oluş Ölçeğinin yüksek derecede güvenilir ($\alpha=0,888$) olduğu görölmüş iken aile ile ilişkilerden doyum ($\alpha=0,859$), yaşam doyumunu ($\alpha=0,880$) ve önemli diğerleri ile ilişkiden doyum ($\alpha=0,825$) alt boyutlarının da yüksek derecede güvenilir; olumlu duygular ($\alpha=0,739$) alt boyutunun ise oldukça güvenilir olduğu görölmüştür.

Tablo 3. 13 Öznel İyi Oluş Ölçeğinin İç Tutarlılık Sonuçları

	Madde Sayısı	Cronbach Alfa (α)	Güvenirlilik Düzeyi
Öznel İyi Oluş Ölçeği	14	0,888	Yüksek Derecede Güvenilir
Alt Boyutlar			
Aile ile İlişkilerden Doyum	4	0,859	Yüksek Derecede Güvenilir
Olumlu Duygular	3	0,739	Oldukça Güvenilir
Yaşam Doyumu	3	0,880	Yüksek Derecede Güvenilir
Önemli Diğerleri ile İlişkiden Doyum	4	0,825	Yüksek Derecede Güvenilir

3.3.4. Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği:

Harms ve ark. (2017) tarafından İngilizce dilinde geliştirilmiş olup, ölçeğin Türkçe'ye uyarlamasını Tanko ve diğerleri (2021) gerçekleştirmiştir. Psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörleri tespit etmek amacıyla geliştirilmiş bir ölçme aracıdır. Ölçekte 15 madde bulunmaktadır ve maddelerin hepsi olumlu ifadelerdir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçeğin kişisel, akran ve aile olmak üzere 3 alt boyutu vardır. Yedili likert tipinde olan ölçekte “Kesinlikle katılmıyorum=1”, “Katılmıyorum=2”, “Biraz katılmıyorum=3”, “Ne katılıyorum ne katılmıyorum=4”, “Biraz katılıyorum=5”, “Katılıyorum=6” ve “Kesinlikle katılıyorum=7” arasında yapılmaktadır. Ölçekte alınan yüksek puan ise psikolojik sağlamlık düzeyini belirlemektedir. Ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı toplam puan için. 91’dir. Ölçeğin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizinde güvenirlik katsayısı .85 olarak bulunmuştur. (Bkz. Ek-15).

Tablo 3. 14 Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörler Ölçeği Alt Boyutları ve Örnek Maddeleri

Alt boyut	Madde numaraları	Örnek ifadeler
Kişisel	1., 2., 5., 6. ve 13. Maddeler	1. Önüme çıkan her türlü zorlukla baş edebilirim
Akran	3., 7., 9., 11. ve 14. Maddeler	7. Arkadaşlarım bana adil davranır
Aile	4., 8., 10., 12. ve 15. Maddeler	12. Ailemin yanında kendimi rahat hissederim

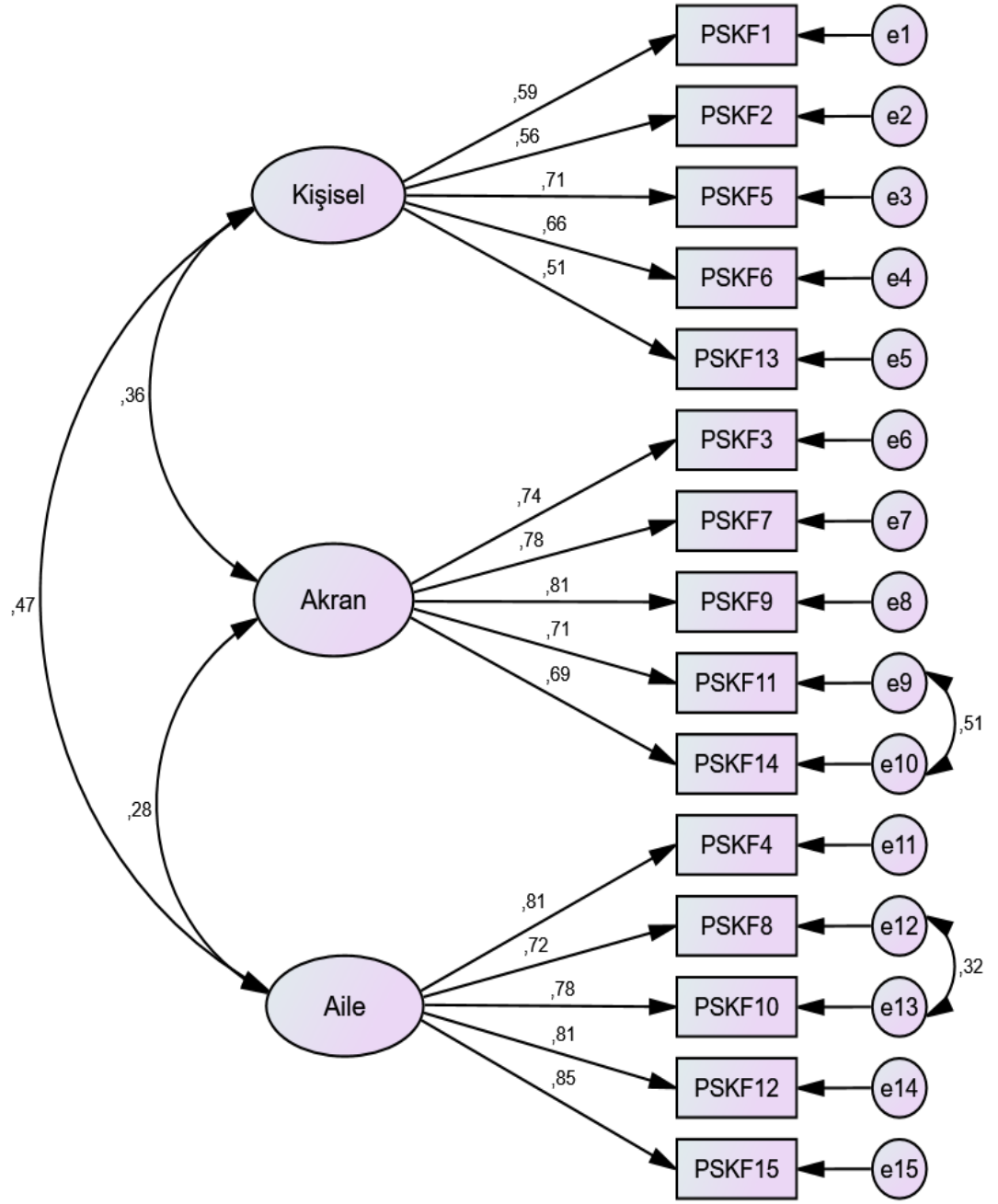
Bu çalışmada psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler ölçeğinin Türk ergenler üzerindeki güvenirlik ve geçerlilik çalışması da yapılmıştır. Bu kapsamda 15 madde, 3 alt boyutu olan yapının doğrulamasını yapmak amacıyla kurulan ölçüm modelinin analizi birincil düzey DFA ile yapılmıştır. Analiz sonucunda model yetersiz uyum göstermiş ve bu sebeple modelde çalışması yapılmıştır. İlk olarak her bir maddenin faktör yük ölçümlerine bakılmış ve modele katkısı olmayan maddenin olmadığı görülmüştür. İkinci olarak modifikasyon indeks değeri tablosu incelenmiş, modeldeki yapılması gereken muhtemel değişiklikler içinse ki-kareyi düşüren değerlere (“M.I.”değerleri) bakılmıştır. Maksimum seviyede “M.I.” değeri gösteren modifikasyon, kavramsal bakımından müsait olan durumlarla ilişkilendirilerek ($e_9 < - > e_{10}$, $e_{12} < - > e_{13}$) model çalıştırılmıştır. Modeldeki uyum indeks değerlerine de bakılarak ölçüm modelindeki doğrulanma görülmektedir (Tablo 3.15). Sonrasında ise doğrulanması gerçekleştirilen ölçüm modeline aşağıdaki şekilde (Şekil 3.3) yer verilmiştir.

Şekil 3.3’ te doğrulanması gerçekleştirilen ölçüm modeline bakıldığında, modeli oluşturan maddelerin hangileri olduğunu ve faktör yük değerlerini görmekteyiz. Maddelerin her birinin faktör yük değerleri detaylı bir şekilde incelenmiştir (Tablo 3.16) ve 0,300’ten düşük değere rastlanmamıştır. Sonuç olarak; PSKF5 ifadesine ait olan 0,712’lik değeriyle kişisel alt boyutunun en kuvvetli belirtisi olduğunu, PSKF9 ifadesine ait olan 0,809’luk değeriyle akran alt boyutunun en kuvvetli belirtisi olduğunu, PSKF15 ifadesine ait olan 0,850’lik değeriyle aile alt boyutunun en kuvvetli belirtisi olduğunu söyleyebiliriz.

Tablo 3.15’de ölçüm modeline ait uyum indeks katsayıları bulunmaktadır. Öncelikle sıklıkla kullanılmakta olan uyum indeksi ki-kare (χ^2) uyum iyilik testine bakılmıştır. Yalnız ki-kare ölçütü örneklemdaki büyüklüğe çok hassas olması sebebiyle, model ile veri arasındaki uyumu değerlendirmede bu ölçüt yalnız başına yeterli olmamaktadır. Bu sebeple öteki uyum ölçütlerine bakılmıştır. Ölçüm modeline yönelik elde edilen uyum indeks ölçütlerine bakıldığında ise χ^2/sd , GFI, AGFI, NNFI (TLI), CFI, RMSEA ve SRMR değerlerinin iyi uyum, NFI değerinin kabul edilebilir uyum sağladığını söyleyebiliriz.

Tablo 3.15 Psikolojik sağamlık koruyucu faktörler ölçeğinin Ölçüm Modelinin Uyum İndeks Değerleri

	Model İndeks Katsayısı	Uyum İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Uyum
χ^2/sd	2,246	≤ 3	3-5	İyi Uyum
GFI	0,945	$\geq 0,90$	$>0,85$	İyi Uyum
AGFI	0,922	$\geq 0,90$	$>0,85$	İyi Uyum
NFI	0,937	$\geq 0,95$	$>0,90$	Kabul Edilir Uyum
NNFI (TLI)	0,955	$\geq 0,95$	$>0,90$	İyi Uyum
CFI	0,964	$\geq 0,95$	$>0,90$	İyi Uyum
RMSEA	0,054	$\leq 0,05$	$<0,08$	İyi Uyum
SRMR	0,044	$\leq 0,05$	$<0,08$	İyi Uyum



Şekil 3. 3 Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeğinin Ölçüm Modeli

Tablo 3.16 Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeğinin Maddelerine İlişkin Faktör Yük Değerleri

Madde	İfadeler	Faktör Yüğü
Kişisel		
PSKF1	Önüme çıkan her türlü zorlukla baş edebilirim.	0,588
PSKF2	Yapmaya başladığım şeyleri tamamlarım.	0,560
PSKF5	Kendime inancım vardır.	0,712
PSKF6	Hedeflerime ulaşmak için yaptığım planlara uyarım.	0,664
PSKF13	Geleceğim hakkında düşündüğümde iyi hissederim	0,508
Akran		
PSKF3	Kendimi arkadaş grubuma ait hissederim.	0,739
PSKF7	Arkadaşlarım bana adil davranır.	0,781
PSKF9	Arkadaşlarım benimle ilgilenirler.	0,809
PSKF11	Arkadaşlarım benim için büyük bir destek kaynağıdır.	0,708
PSKF14	Ailemin yanında kendimi güvende hissederim.	0,694
Aile		
PSKF4	Ailem, benim için bir güç kaynağıdır.	0,812
PSKF8	Ailem tarafından kabul edildiğimi hissederim.	0,722
PSKF10	Yardıma ihtiyacım olduğunda ailemin bana yardım edeceğini bilirim.	0,776
PSKF12	Ailemin yanında kendimi rahat hissederim.	0,807
PSKF15	Ailemin yanında kendimi güvende hissederim.	0,850

Aşağıdaki tablo incelendiğinde, 15 maddeden oluşan Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeğinin yüksek derecede güvenilir ($\alpha=0,851$) olduğu görülmüş iken akran ($\alpha=0,874$) ve aile ($\alpha=0,896$) alt boyutlarının da yüksek derecede güvenilir, kişisel ($\alpha=0,786$) alt boyutunun ise oldukça güvenilir olduğu görülmüştür.

Tablo 3.17 Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörler Ölçeğinin iç tutarlılık sonuçları

	Madde Sayısı	Cronbach Alfa (α)	Güvenirlilik Düzeyi
Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği	15	0,851	Yüksek Seviyede Güvenilir

	Madde Sayısı	Cronbach Alfa (α)	Güvenirlilik Düzeyi
<u>Alt Boyutları</u>			
Kişisel	5	0,732	Oldukça Güvenilir
Akran	5	0,874	Yüksek Seviyede Güvenilir
Aile	5	0,896	Yüksek Seviyede Güvenilir

(Tablo 3. 17.,s.55-56)

3.4. Araştırmanın Etik Süreci

Bu çalışma Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Bilimsel Yayın ve Etik Kurulu tarafından 28.02.2022 tarihli ve EKK21-22/010/002 sayılı yazları ile kabul edilmiştir. Çalışmada Türk Psikologlar Derneği (2004) etik standartları, Amerikan Psikologlar Derneği (2017) ve Avrupa Birliği Genel Veri Koruma Tüzüğü (2018) göz önünde alınarak, Graham ve ark. (2013) tarafından hazırlanan çocuklar ile yapılacak araştırmalarda göz önüne alınacak etik kurallar çerçevesinde aşağıda yer alan etik kodlar dikkate alınarak yürütülmüştür.

3.4.1. Etik Kodlar

Aşağıda etik kodlardan olan yanıltma, zarar vermeme, fayda ve adalet hakkında açıklamalara değinilmiştir.

Yanıltma

Çalışma farklı risk grubundaki ergenlerle ile yürütülmüştür. Ancak ergenler farklı risk grubundaki olan bireylerle yürütüldüğünü ve çalışmanın esas amacının bilgisine sahip olmamışlardır. Bu çalışmanın sonuçları genel olarak aileleri, okul müdürü ya da K.K.T.C. MEB ile paylaşılmıştır.

Zarar Vermeme

Araştırmada katılımcıların yaşantıları, kimlik ve aidiyet hisleri üzerinde meydana gelebilecek muhtemel olumsuz etkiler hesaba katılmıştır. Bu çalışmanın katılımcılara herhangi bir risk oluşturması beklenmemektedir. Bu çalışmanın katılımcılarda herhangi bir risk durumunda, katılımcılara okul rehberlik servislerine başvurmaları bilgisi verilmiştir.

Fayda

Bu araştırma, ders saatleri dışında ve katılımın tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olduğu şekilde yürütülmüştür. Hem araştırma sürecinin hem de elde edilen sonuçların olumlu katkılar sağlaması amacıyla katılımcılardan 5 kişiye çekilişle hediye çeki verilmiştir.

Adalet

Katılımcılara formaların ortalama kaç dakika süreceği açıklanmıştır. Ayrıca, form yönergesinde katılımcıların sorular ile ilgili anlamadığı bir yer olduğunda uygulayıcıya sorması istenmiştir. Son olarak, “Cevaplarda doğru ya da yanlış yoktur. Arkadaşlarımızla aynı veya benzer şeyleri hissedip düşünemeyebiliriz. Her birey farklı düşünüp farklı hissedebilir. Ben senin ne düşündüğünü ve ne hissettiğini öğrenmek istiyorum. Senin cevapların bu sebeple çok önemlidir.” cümlesine yer vererek kişisel farklılıkları göz önünde bulundurmıştır.

3.4.2. Aile Bilgilendirici Onam Formu

Bu çalışma 18 yaşın altındaki kişilerle de doğrudan yürütüldüğü için aile onam formu oluşturulmuştur. Aile onam formunda araştırmanın K.K.T.C. MEB ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştiği ifade edilmiştir. Onam formunda araştırmanın kısa amacı belirtilmiş olup, öğrencilerin adı soyadı, kimlik bilgileri gibi kişisel bilgilerin istenmeyeceği bilgisi, çalışma formlarının doldurulması yaklaşık 20-30 dakika süreceği, ders saatleri dışında çevirim içi gerçekleştirileceği ve öğrencilerin formları doldurarak bilimsel araştırmaya destek sağlayabilecekleri bilgisine yer verilmiştir. Ayrıca öğrencilerin bu araştırmaya katılmama hakkına veya araştırmaya katılıp araştırmanın herhangi bir aşamasında herhangi bir gerekçe göstermeksizin ayrılma hakkına sahip olduğu bilgisine yer almıştır (Bkz. Ek-10).

3.4.3. Çocuk Bilgilendirici Onam Formu

Çocuk bilgilendirici onam formunda gönüllü katılımcılardan alınan bilgilerin yalnızca bilimsel amaçlar için kullanılacağı, çalışmaya katılıp katılmama kararının tamamen katılımcılara ait olduğu veya araştırmaya katılıp araştırmanın herhangi bir aşamasında herhangi bir gerekçe sunmadan ayrılma hakkına sahip olduğu bilgisine

yer verilmiştir. Onam formunda çalışmaya gönüllü olarak katılmayı onaylıyor musunuz? Sorusuna evet ve hayır seçenekleri sunulmuştur. Bu forma vereceğim cevapların, ders notlarıma etki etmeyeceğini okudum ve anladım, Verdiğim cevapların gizli kalacağını okudum ve anladım. İstedğim zaman öğretmenime “Yapmak İstemiyorum” deyip cevaplamaktan vazgeçebileceğimi okudum ve anladım. Seçenekleri eklenerek katılımcıların onayı alınmıştır (Bkz. Ek-11).

3.4.4. Katılımcı ve Veri Gizliliği

Bu çalışmada katılımcılardan kimlik belirleyici bilgiler istenmemiştir. Araştırma kapsamındaki veriler bireysel olarak değil, grup olarak değerlendirilmiştir. Verilerin saklanması Avrupa Birliği Genel Veri Koruma Tüzüğü (2018) doğrultusunda yapılmıştır.

3.4.5. Araştırma Sonuç ve Raporun Paylaşımı

K.K.T.C. MEB’in, 22.03.2022 tarihli ve E.2845 sayılı izinleri doğrultusunda ortaöğretim öğrencileri ile gerçekleşen bu çalışmanın, araştırmacılara, uygulayıcılara, okul psikolojik danışmanlık ve rehberlik servislerine ve diğer tüm branşlardaki öğretmenlere yönelik önerilerin de yer aldığı kısa sonuç raporu, ilgililerin incelemesi amacıyla K.K.T.C. MEB’e gönderilmiştir (Bkz. Ek-12).

3.5. Araştırmanın İşlem Yolu

Bu çalışmada ilk önce, Öznel İyi Oluş Ölçeği 07.Ekim.2021 tarihinde (Bkz. Ek-1), Psikolojik Sağlık Risk Faktörü Ölçeği 05.Ekim.2021 tarihinde (Bkz. Ek-2), Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği 04.Ocak.2022 tarihinde (Bkz. Ek-3) kullanım için e-posta yolu ile izin alınmıştır. Uygulama aşamasında ise; K.K.T.C. MEB’e izin başvurusu yapılmış ve 22.03.2022 tarihli ve E.2845 sayılı onay alınmıştır. Onay yazısı ortaöğretim kurum yöneticilerine ulaştıktan sonra araştırma kapsamında belirlenen kurum yöneticileri ve kurum rehber öğretmenleri araştırmacı tarafından ziyaret edilip ailelere aile onam formlarının ulaştırılması sağlanmıştır (Bkz. Ek-10). Ölçek linki çalışma grubunda yer alan tüm öğrenci ve öğrenci velilerine çevirim içi yöntemler aracılığıyla gönderilmiştir. Araştırma kriterlerine uygun 425 katılımcı geri dönüt sağlamıştır. Araştırma verileri 15 Nisan-15 Mayıs 2022 tarihleri arasında ölçekler aracılığı ile çevirim içi

(<https://forms.gle/DuAa3rjUYPLCfmLGA>) olarak toplanmıştır. Araştırmanın veri toplama aşamasında araştırmaya gönüllü katılım sağlayan öğrencilere bilgi formu ve ölçeklerin cevaplandırılması ile ilgili araştırmacı tarafından bilgilendirme yapılarak araştırmanın amacı açıklanıp ve onamları alınmıştır (Bkz. Ek-11).

Araştırma Öncesi Etik Süreç

Araştırmada kullanılacak ölçme araçları için yazarlardan kullanım izinlerinin istenmesi

Alan uzmanlarından sosyo-demografik bilgi formu için uzman görüşü alınması

UKÜ Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu Onayı

KKTC Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı Onayı

Okul Müdürleri ve Okul Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen bilgilendirilmesi

Aile ve katılımcı onayı

Araştırma Süreci

Çevirim içi yöntemler kullanılarak verilerin toplanması

Veri girişi ve çözümleme

Sonuçların yorumlanması

Araştırma Sonrası

Araştırma sonrası KKTC Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı ve okul müdürlüklerinin bilgilendirilmesi

Araştırmacı ve uygulayıcılara yönelik öneriler

Şekil 3. 4 Araştırmanın İşlem Yolu

3.6. Verilerin Analizi:

Bu çalışmada toplanan veriler IBM SPSS Statistics 26 ve Amos 23 programları aracılığıyla analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilme aşamasında kategorik değişkenlerin frekans dağılımlarına bakılmıştır. Araştırmada ölçme aracı maksadıyla kullanılan ÇGPSÖ, Öznel İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörler Ölçeklerinin yapı geçerliğini incelemek için doğrulayıcı faktör analizi (DFA)

uygulanmıştır. Ölçeklerin ve alt boyutlarının güvenirliği ise Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ile değerlendirilmiştir. Psikolojik sağlamlığın, öznel iyi oluşa etkisinde psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin farklılaştırıcı etkisine (moderatör) bakılmıştır.

Araştırmaya dahil edilen farklı risk gruplarındaki ergenlerin ölçek puanları ilişkili maddelerin ortalamasıyla ortaya çıkarılmıştır. Sonrasında ise; uygulanması uygun olan analizleri tespit etmek amacıyla öncelikle puanların tümüne Kolmogorow Smirnov normallik testi ($n>30$) uygulaması yapılmıştır. Yapılan analiz sonucuna göre bütün puanların normal dağılım varsayımını gerçekleştirdiği görülmüştür ve bu sebeple karşılaştırmalarda parametrik testler kullanılmıştır (Bkz. Tablo 3.18). Bağımlı olmayan iki grubun puanlarının ortalamalarındaki farkın ne düzeyde olduğuna bağımsız örneklem T Testi aracılığıyla bakılmıştır. İki veya daha fazla grubun puanlarının ortalamalarındaki farkın ne düzeyde olduğuna ise Tek Yönlü Varyans (ANOVA) aracılığıyla bakılmıştır. Ayrıca hangi grupların arasında ne düzeyde fark olduğu ise Tukey Testiyle incelenmiştir. İstatistiksel iki değişkenin nedensel olmayan ilişkilerinin seviyesinin tespit edilmesine ise Pearson Korelasyon Katsayısı aracılığıyla bakılmıştır. Psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin öznel iyi oluş üzerinde etkisi olup olmadığını belirleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır

Tablo 3.18 Ölçek Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri ile Normallik Testi Sonuçları

	$\bar{X}$	SS	min	maks	Varyans	Çarpıklık	Basıklık	p
Öznel İyi Oluş	3,09	0,537	1	4	0,288	-2,72	-2,73	0,000
Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörler	5,54	0,928	2,8	7	0,862	-3,38	-0,27	0,000
Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık	3,85	0,670	2	5	0,448	-3,15	-1,13	0,000

Öznel iyi oluş, psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörler, çocuk ve genç psikolojik sağlamlık puanları ve alt boyut puanlarının normal dağılım varsayımını sağlayıp

sağlamadığını belirleyebilmek için Kolmogorow Smirnov Testi ($n>50$) uygulanmıştır. Test sonucunda puanların normal dağılım varsayımını sağlamadığı görülmüştür ($p<0,001$). Ancak bununla birlikte çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında ise puanların normal dağılım varsayımını sağladığını söyleyebiliriz. Bu sebeple puanlarının karşılaştırmalarında parametrik testler kullanılmıştır.

(*Çarpıklık* ve *Basıklık* değerleri SPSS’te standart hataları ile birlikte verilir. Bu değerlerin kendi standart hatasına bölünmesi ile elde edilen standartlaştırılmış değer eğer -1,96 ile +1,96 arasında ise dağılımın normalliğinden bahsedilebilir. Bazı yazarlara göre ise çarpıklık ve basıklık katsayısı ± 3 arasında ise dağılım normaldir (Gürbüz ve Şahin, 2018).)

Baron ve Kenny (1986) moderatör değişken etkisinin test edilmesinde dört farklı durumun var olduğunu ifade etmişlerdir. Bunlar; 1) Modeldeki iki değişkenin de kategorik değişken olması, 2) Modelde bağımsız değişkenin sürekli, düzenleyici değişkenin kategorik değişken olması, 3) model de düzenleyici değişkenin sürekli bağımsız değişkenin kategorik değişken olması, 4) Modelde iki değişkenin sürekli değişken olması durumlarıdır.

BÖLÜM 4

BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu bölümde betimsel analizlere ve araştırma kapsamında oluşturulan hipotezlere yer verilmiştir. Sonrasında ise elde edilen bulgulara ilişkin literatür çerçevesinde tartışmalara yer verilmiştir.

4.1. Betimleyici Analizler

Aşağıda araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık, Öznel İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri Ölçeklerinin Toplam Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları, Min.-Maks. Değerleri ve Varyans Değerlerine dair betimleyici analizlere yer verilmiştir.

Tablo 4. 1 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık, Öznel İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri Ölçeklerinin Toplam Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları, Min.-Maks. Değerleri ve Varyans Değerleri

	$\bar{X}$	SS	min	maks	Varyans
Öznel İyi Oluş	3,09	0,537	1	4	0,288
Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörler	5,54	0,928	2,8	7	0,862
Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık	3,85	0,670	2	5	0,448

Yukarıdaki tabloya bakıldığında katılımcıların, Çocuk Ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nden aldıkları puanının ortalaması ise 3,85 ($\pm 0,670$); Öznel İyi Oluş Ölçeği'nden aldıkları puanının ortalaması 3,09 ($\pm 0,537$); Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği'nden aldıkları puanının ortalaması 5,54 ($\pm 0,928$)'tür.

4.2. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık, Öznel İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri Değişkenleri Arasındaki İlişki

Aşağıda tablo 4.3'de ortaöğretimde eğitimine devam eden katılımcıların ÇGPS, Öznel İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri düzeylerine ait korelasyon analiz bulguları yer almaktadır. Korelasyon analizi matematiksel en az iki değişken arasındaki sebepsel olmayan ilişkinin etki gücünü tespit etmek amacıyla kullanılır. Bu etki gücünün tespit edilmesinde iki temel korelasyon katsayısının

(Spearman's rho ve Pearson) ismi verilebilir. Pearson Korelasyon Katsayısının kullanılmasının koşulu değişkenlerin matematiksel olması ve dağılımın normal olması iken değişkenlerin normal dağılmadığı durumlarda ise Spearman's rho Korelasyon Katsayısı kullanılmaktadır (Alpar, 2013).

Bu çalışma için kullanılan ölçme araçlarının ölçeklerin normal dağılım varsayımları değerlendirilmiş ve puanların normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu sebeple puanlar arasında nasıl bir ilişki olduğunu incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır.

Tablo 4. 2 Korelasyon Katsayısının Değerlendirilmesi

r (Korelasyon Katsayısı)	İlişki Düzeyi	İlişki Yönü
0,00 – 0,29	Düşük düzeyde ilişki	r= - ise negatif ilişki r= + ise pozitif ilişki
0,30 – 0,69	Orta düzeyde ilişki	
0,70 – 1,00	Yüksek düzeyde ilişki	

(Gürbüz ve Şahin, 2018)

Öznel iyi oluş ile psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörler ilişkisinde orta seviyede pozitif yönlü anlamlı doğrusal bir ilişkinin olduğu görülmüş ($r=0,540$; $p=0,000$) iken öznel iyi oluş ile çocuk ve genç psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki orta seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüş ($r=0,540$; $p=0,000$), psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörler ile çocuk ve genç psikolojik sağlamlık arasında da yüksek seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=0,720$; $p=0,000$).

Alt boyut puanları arasındaki ilişkiler incelendiğinde; aile ile ilişkilerden doyum alt boyutu ile kişisel alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüş ($r=0,291$; $p=0,000$) iken aile ile ilişkilerden doyum alt boyutu ile akran alt boyutu arasında da düşük seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüş ($r=0,114$; $p=0,019$), aile ile ilişkilerden doyum alt boyutu ile aile alt boyutu arasında ise orta seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=0,582$; $p=0,000$).

Olumlu duygular alt boyutu ile kişisel alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüş ($r=0,214$; $p=0,000$) iken olumlu

duygular alt boyutu ile akran alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüş ($r=0,172$; $p=0,000$), olumlu duygular alt boyutu ile aile alt boyutu arasında da düşük seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=0,230$; $p=0,000$).

Yaşam doyumu alt boyutu ile kişisel alt boyutu arasında orta seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüş ($r=0,415$; $p=0,000$) iken yaşam doyumu alt boyutu ile akran alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüş ($r=0,166$; $p=0,001$), yaşam doyumu alt boyutu ile aile alt boyutu arasında ise orta seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=0,403$; $p=0,000$).

İlişkiden doyum alt boyutu ile kişisel alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüş ($r=0,254$; $p=0,000$) iken ilişkiden doyum alt boyutu ile akran alt boyutu arasında orta seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüş ($r=0,377$; $p=0,001$), ilişkiden doyum alt boyutu ile aile alt boyutu arasında da orta seviyede pozitif yönde anlamlı doğrusal bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=0,377$; $p=0,000$).

Tablo 4. 3 Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık, Öznel İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri değişkenleri arasındaki ilişki (n=425)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Öznel İyi Oluş	<i>r</i> 1									
2. Aile ile İlişkilerden Doyum	<i>r</i> 0,803	1								
3. Olumlu Duygular	<i>r</i> 0,660	0,367	1							
4. Yaşam Doyumu	<i>r</i> 0,750	0,441	0,356	1						
5. Önemli Diğerleri ile İlişkiden Doyum	<i>r</i> 0,808	0,562	0,409	0,448	1					
6. Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler	<i>r</i> 0,540	0,435	0,278	0,433	0,467	1				
7. Kişisel	<i>r</i> 0,391	0,291	0,214	0,415	0,254	0,719	1			
8. Akran	<i>r</i> 0,273	0,114	0,172	0,166	0,377	0,736	0,260	1		
9. Aile	<i>r</i> 0,539	0,582	0,230	0,403	0,377	0,730	0,399	0,242	1	
10. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık	<i>r</i> 0,540	0,451	0,320	0,438	0,415	0,720	0,541	0,434	0,619	1

r=Pearson Korelasyon Katsayısı, *p*=Anlamlılık Düzeyi

4.3. Araştırmada Öne sürülen Hipotezlerin Test Edilmesi

Bu araştırmanın hipotezleri ile ilgili betimsel analizler yer almaktadır.

4.3.1. Araştırmanın Birinci Hipotezinin Test Edilmesi

Bu araştırmanın birinci hipotezi (H-1): Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişki pozitif yönlüdür. Aşağıda birinci hipoteze ilişkin analizlere değinilmiştir.

Araştırmanın birinci hipotezi için kolerasyon analizi yapılmış olup sonuçlarına tablo 4.3'te yer verilmiştir ($r=0,0,54$). Daha sonra ise psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörlerin öznel iyi oluş üzerinde etkisi olup olmadığını belirleyebilmek için basit doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Sonuçlar aşağıdaki tablolarda sunulmuştur.

Tablo 4. 4 Öznel İyi Oluşu Etkileyen psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerin ve Modeldeki Katsayısının Anlamlılığı (n=425)

Bağımlı	Olmayan	B	Std.	Std.	t	p	B için 95% GA	
Değişkenler			Hata	Beta			Alt	Üst
Sabit		1,363	0,133		10,249	0,000	1,101	1,624
Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler		0,312	0,024	0,540	13,191	0,000***	0,266	0,359
Model Özeti:								
R=0,540; R ² = 0,291; Adj. R ² = 0,290; F= 174,012; p=0,000***								
Bağımlı Değişken=Öznel İyi Oluş								

*** $p<0,001$, Std. Hata=Standart Hata, Std. Beta=Standart Beta, Adj. R²=Düzeltilmiş R²

t, F=Test İstatistiği, p=Anlamlılık düzeyi, GA=Güven Aralığı

Tablo 4.4 incelendiğinde; öznel iyi oluşu, psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörlerin etkileyip etkilemediğini incelemek amacıyla basit doğrusal regresyon modeli kurulmuştur.

Psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörler değişkeninin bağımsız değişken, öznel iyi oluş değişkeninin ise bağımlı değişken olarak kurulduğu basit doğrusal regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir (F=174,012; $p<0,001$).

Öznel iyi oluş puanında meydana gelen değişimin %29'u modele dahil ettiğimiz bağımsız değişken tarafından açıklamaktadır ($Adj.R^2=0,290$).

Bağımsız değişkenin modeldeki katsayısı incelendiğinde ise öznel iyi oluş üzerindeki tesirinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir ($p<0,001$). Sonuç olarak, sağlamlık için koruyucu faktörler puanının 1 birim artması öznel iyi oluş puanını 0,312 (B) kat arttırmaktadır.

Tablo 4.5. Öznel İyi Oluşu Etkileyen Bağımsız Değişkenler ve Modeldeki Katsayılarının Anlamlılığı (n=425)

Bağımsız Değişkenler	B	Std. Hata	Std. Beta	t	p	B için 95% GA	
						Alt	Üst
Sabit	1,241	0,131		9,467	0,000	0,983	1,498
Kişisel	0,088	0,021	0,187	4,260	0,000***	0,048	0,129
Akran	0,044	0,015	0,119	2,867	0,004**	0,014	0,074
Aile	0,190	0,019	0,435	9,960	0,000***	0,153	0,228
Model Özeti:							
R=0,583; $R^2=0,340$; $Adj. R^2=0,336$; F= 72,367; p=0,000***							
Bağımlı Değişken=Öznel İyi Oluş							

****p<0,01, ***p<0,001, Std. Hata=Standart Hata, Std. Beta=Standart Beta, Adj. R^2 =Düzeltilmiş R^2 t, F=Test İstatistiği, p=Anlamlılık düzeyi, GA=Güven Aralığı**

Tablo 4.5 incelendiğinde; öznel iyi oluşu, psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörler alt boyutlarının ne derecede etkilediğini tespit etmek maksadıyla çoklu doğrusal regresyon modeli kurulmuştur. Model, Enter Yöntemi ile test edilmiştir. Modelde çoklu bağıntı sorunu ($VIF>10$) ve otokorelasyon sorunu bulunmamaktadır (Durbin Watson=1,926).

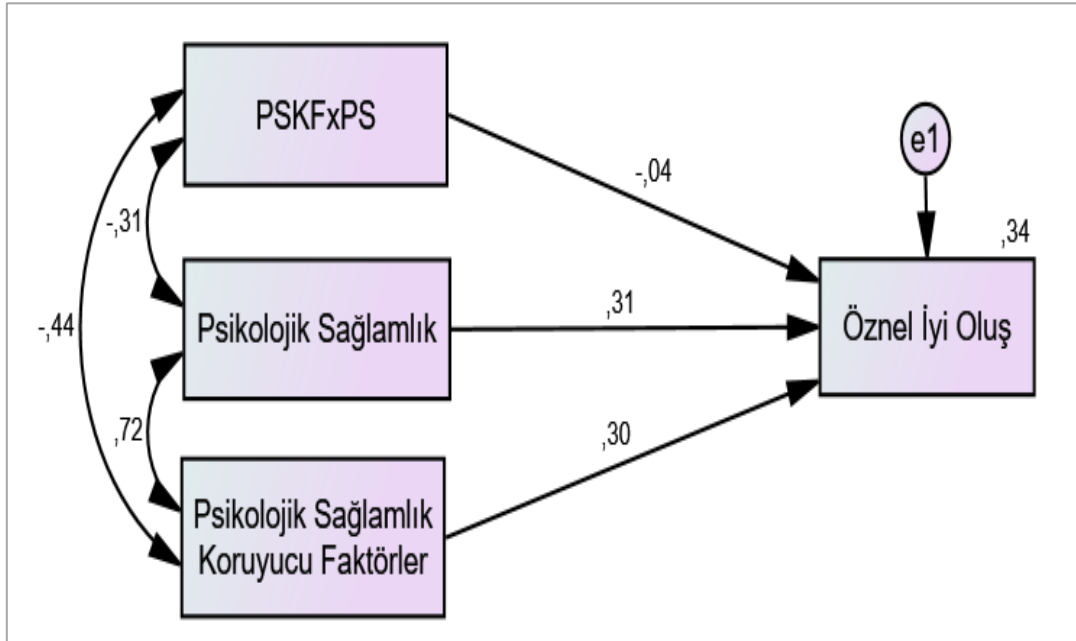
Kişisel, akran ve aile değişkenlerinin bağımsız değişken, öznel iyi oluşun ise bağımlı değişken olarak kurulduğu çoklu regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlıdır şeklinde ifade edebiliriz ($F=72,367$, $p<0,001$). Öznel iyi oluş puanında ortaya çıkan değişimin %33,6'sı modele dahil ettiğimiz bağımsız değişkenler tarafından açıklamaktadır ($Adj.R^2=0,336$).

Bağımsız değişkenlerin modeldeki katsayıları incelendiğinde ise kişisel, akran ve aile alt boyutlarının tamamının öznel iyi oluş üzerindeki tesirinin istatistiksel olarak

anlamalı olduğunu söyleyebiliriz ($p<0,01$). Buna göre, kişisel puanının 1 birim artması öznel iyi oluş puanını 0,088 (B) kat arttırmakta iken akran puanının 1 birim artması öznel iyi oluş puanını 0,044 (B) kat arttırmakta, aile puanının 1 birim artması öznel iyi oluş puanını 0,190 (B) kat arttırmaktadır.

4.3.2. İkinci Hipotez Moderatör Etki

Bu araştırmanın ikinci hipotezi (H-2) : Psikolojik sağlık koruyucu faktörler, ergenlerin psikolojik sağlık ve öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide moderatör rolü oynamaktadır. Aşağıda ikinci hipoteze ilişkin analizlere yer verilmiştir. Araştırmada moderator değişkenlerin etkisini test etmek için IBM SPSS Amos 23 programı kullanılmıştır. Teorik modele göre, ergenlerin psikolojik sağlamlığının öznel iyi oluşa etkisinin psikolojik sağlık koruyucu faktörleri değiştikçe değişip değişmediği değerlendirilecektir. İlk olarak bağımsız değişken ve çarpım terimi arasındaki çoklu bağlantı sorununu ortadan kaldırmak amacıyla değişkenler standardize (z skorları) edilmiştir. Standardize edilen değişkenler modele alınarak moderatör etki test edilmiştir (Şekil 4. 1). Sonuçlar Tablo 4.6’da sunulmuştur.

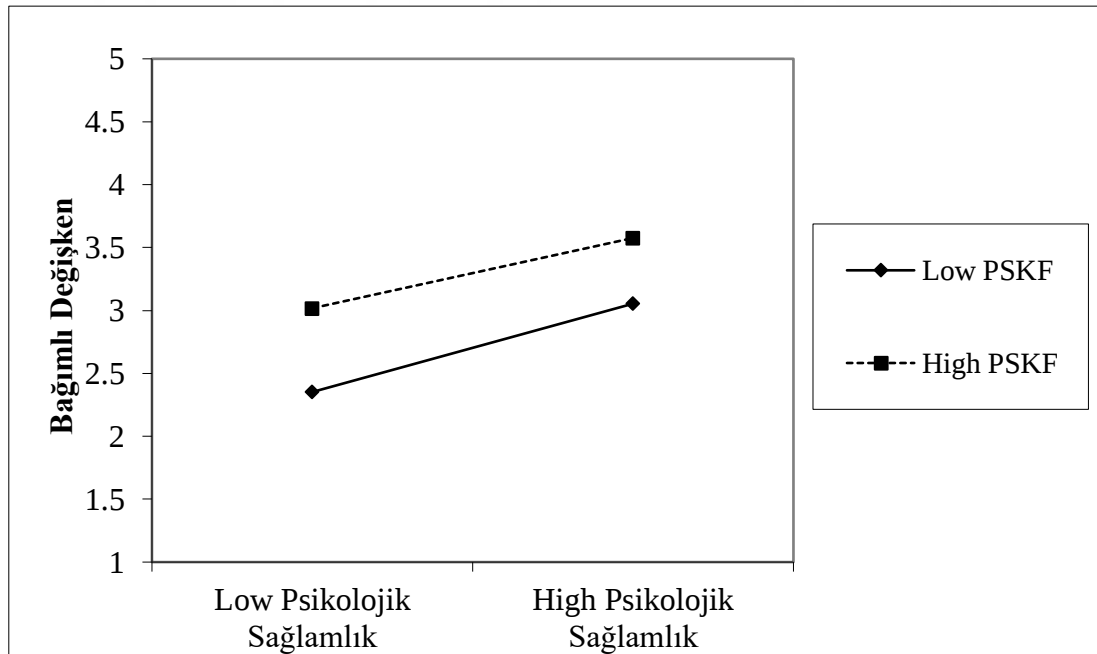


Şekil 4. 1 Standardize edilen değişkenler modele alınarak moderatör etki

Tablo 4. 6 Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörlerin Moderatör Etkisinin Anlamlılığı

	B	Std. Hata	t	p
Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörler-> Öznel İyi Oluş	0,297	0,06	4,952	0,000***
Psikolojik Sağlamlık-> Öznel İyi Oluş	0,315	0,057	5,538	0,000***
PSKFxPS-> Öznel İyi Oluş	-0,035	0,037	-0,832	0,405

Tablo 4.6 incelendiğinde; modelde psikolojik sağlamlıktan öznel iyi oluşa giden etkinin matematiksel açıdan anlamlı olduğunu ($r=0,315$; $p<0,001$) ve psikolojik sağlamlık koruyucu faktörlerden öznel iyi oluşa giden etkinin de matematiksel açıdan anlamlı olduğunu ($r=0,297$; $p<0,001$) söyleyebiliriz. Ancak PSKFxPS etkileşiminden öznel iyi oluşa giden etkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Buna göre; psikolojik sağlamlığın öznel iyi oluşa etkisini psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler moderate etmemektedir. Aşağıdaki grafik üzerinden de moderatör etkinin olmadığı görülmektedir.



Şekil 4.2. Moderatör etki Grafiği

Yukarıda moderatör etkiyi yorumlamamızı sağlayan grafikteki temel mantık, daha kolay bir yorumlama için etkinin sürekli olmasına rağmen yüksek (high) – düşük

(low) şeklinde kategorilendirmektir. Bu kategorilendirme yapılırken yüksek olarak sınıflanan moderatör ortalamasının 1 standart sapma üzeri olan değer, düşük olarak sınıflanan değer ise ortalamasının 1 standart sapma altındaki değer olarak kabul edilerek şekiller çizilir.

4.3. Bulguların Tartışılması ve Yorum

Bu tez çalışmasında önerilen desen, araştırmanın bulguları ile test edilmiştir. Öngörülen hipotezlerden (H_1 : Farklı risk grubundaki ergenlerin psikolojik sağlamlık koruyucu faktörleri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişki pozitif yönlüdür.) hipotezi doğrulanmıştır. Bu hipotez beklendiği gibi alan yazındaki psikolojik sağlamlık ve öznel iyi oluş arasındaki ilişki ile ilgili yapılan araştırma bulguları ile paralellik göstermektedir. Daha önce yer verildiği gibi, Uzun (2019) yaptığı çalışmada öznel iyi oluş ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptamıştır. Başka bir araştırmada ise, Akdoğan ve Yalçın (2018), lise öğrencileri ile yaptıkları çalışma sonucuna göre ergenlerin çatışma çözme yetenekleri ve psikolojik sağlamlık seviyelerinin öznel iyi oluş düzeylerini önemli derecede artırdığı bulgulanmıştır. Başka bir deyişle çatışma çözme becerileri ve psikolojik sağlamlık seviyeleri arttıkça öznel iyi oluşları da arttığı söylenebilir. Yine Uz Baş ve Yurdabakan (2017), yaptıkları çalışmada psikolojik sağlamlığın öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığını bulgulanmışlardır. Beasley ve ark. (2003)'in yaptıkları çalışmaya göre stresli durumlar karşısında psikolojik sağlamlık özelliklerini kullanabilen bireylerin genel psikolojik sağlıkları da olumlu etkilendiğini saptamışlardır (Bostan, 2018). Guan ve ark. (2013) 410 yanık hastası ile yaptıkları çalışmada iyimserlik ile öznel iyi oluş birbirlerini pozitif yönlü olarak etkilediği bulgulanmışlardır. Bu sonuca göre, yüksek iyimserliğe sahip olan yanık hastalarının stresli durumlar ile daha güçlü baş edebildiği aynı zamanda yüksek öznel iyi oluşa sahip olduğu saptanmıştır. George ve Landerman (1984) yapmış oldukları çalışmada öznel iyi oluş ve sağlık arasında olan ilişkinin çalışıldığı yedi çalışmanın sonuçlarını incelemişlerdir. Yaptıkları çalışma sonucunda öznel iyi oluşla katılımcıların algılamış oldukları sağlık durumu arasındaki ilişki pozitif olduğu ama öznel iyi oluş ile objektif sağlık durumu arasında yetersiz bir ilişki olduğu gözlenmiştir (Baş, 2019). Okun ve Ark. (1984), sağlık ile öznel iyi olma arasındaki ilişkiyi inceleyen 104 araştırmayı incelemiş olup, yapılan

çalışma sonucunda sağlık ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin pozitif yönlü olduğunu saptamışlardır. Çalışma bulgularına göre fiziki sağlığın öznel iyi olmayı kuvvetli bir şekilde belirlemektedir (Şahin,2011). Arslan (2018) yaptığı çalışmasında psikolojik olumsuz davranışa maruz kalmanın sosyal bağlılığı ve kabulü olumsuz yönlü ve anlamlı seviyede yordadığı ama ergenlerin öznel iyi oluşlarını anlamlı düzeyde yordamadığını bulgulamıştır. Yine sosyal bağlılık ve kabul, öznel iyi oluşu anlamlı ve pozitif olarak yordadığını saptamıştır. Sonuç olarak kabul ve bağlılık psikolojik olumsuz muamele ile öznel iyi oluş ilişkisine tam aracılık etkisi olduğu saptanmıştır. Duran (2014) zihinsel engelli çocuğa sahip olan ailelerle yaptığı çalışmada psiko eğitimin öznel iyi oluş ve öz duyarlılığa etkisini ölçmek istemiştir. Yaptığı çalışmada psiko eğitim verilen ailelere, eğitimden bir ay ve üç ay sonraki test sonuçlarına göre öznel iyi oluş puan ortalamalarının kontrol grubundan daha fazla çıktığı saptanmıştır. Diener ve Biswas-Diener (2002) Amerika’da evi olmayanlarla Calcutta’da kaldırımlarda yaşamını sürdüren bireyler ile çalışma yapmışlardır. Yaptıkları çalışma sonucuna göre kaldırımlarda yaşamını sürdüren bireylerin imkânlarının daha yetersiz olması, olumsuz hava şartlarında yaşamlarına devam etmelerine rağmen, imkanları daha iyi olan evi olmayan bireylere göre öznel iyi oluş puanlarının yüksek olduğu bulgulamışlardır (Çevik, 2010).

Araştırmanın ikinci hipotezi olan (H_2 : Psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler, ergenlerin psikolojik sağlamlık ve öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide moderatör rolü oynamaktadır.) hipotezi analiz sonuçlarına göre doğrulanmamıştır. Başka bir deyişle psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler, ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide moderatör rolü oynamamaktadır. Ancak Rutter (1979)’in yaptığı bir araştırmada ise, psikolojik sağlamlılığı çeşitli risk faktörleri (ekonomik gelirinin düşük olması, aile içi huzursuzluk, ebeveynlerin veya diğer aile üyelerinin psikolojik rahatsızlığının olması) açısından incelemiştir. Yapılan çalışma sonucunda çok fazla risk faktörünün bir araya gelmesi meydana gelebilecek istenmeyen sonuçları daha da arttırdığını bulgulamıştır (Açıkgöz, 2016). Bunun yanında Üzülmaz (2021), ilk ve orta ergenlik dönemindeki bireyler ile bir çalışma yapmıştır. Yaptığı çalışmasında psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumunu ekonomik gelir açısından incelemiştir. Elde ettiği bulgulara göre ergenlerin yaşam doyumları seviyesinde ekonomik gelire göre anlamlı bir farklılık olduğunu bulgulamıştır. Bu

farkın kaynağında ise aile gelir düzeyi çok yüksek olan bireylerin yüksek düzeyde olanlardan, yüksek düzeyde olanların ise orta düzeyde olanlardan ve orta düzeyde olanların ise kötü düzeyde olanlardan yaşam doyumu seviyesinin daha yüksek olduğunu bulgulamıştır. Diener, Horwitz ve Emmons (1984) ekonomik seviyeyle öznel iyi oluş arasında ne derecede ilişki olduğunu tespit etmek amacıyla Amerika'daki en zenginler listesinde ki yüz kişi ve bu yüz kişinin yaşadığı bölgede yaşamını sürdüren kontrol grubunda yer alan bireylerin öznel iyi oluş seviyelerini karşılaştırmışlardır. Ekonomik durumu yüksek olan zenginlerin % 49'unun öznel iyi oluş puanları ortalama düzeyde olduğunu bulgulamışlarken mutlu olmayan zengin bireylerin de var olması göze çarpan başka bir vurgu olmuştur. Çalışmaya katılanların hepsinin ortak inancı mutluluğun temel kaynağının para olmadığıdır. İki grupta ki katılımcılar mutluluk kaynağını Maslow'un ihtiyaçlar piramidi olarak görürken, zengin katılımcılar kendini gerçekleştirme ve öz saygı ihtiyacının ardından güvenlik ihtiyacının mutluluk kaynakları olarak vurgulamışlardır (Çevik,2010).Yine Çakır (2015) yaptığı çalışmasında (bu araştırmanın risk gruplarından olan Bkz. araştırmaya katılım kriterleri) gelir durumu ile öznel iyi oluş arasında ilişki olmadığını bulgulamıştır. Bunun yanında, Çeçen-Eroğlu ve Dingiltepe (2012) yaptıkları çalışmada parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyumu düzeyleri ile yaşam kalite düzeylerini karşılaştırdığı bir araştırma yapmıştır. Çalışmaya lisede öğrenimine devam eden 9. ve 12. sınıf arasındaki çeşitli sınıf düzeylerindeki 232 kız ve 141 erkek öğrenci katılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre erkek ve kız ergenlerin yaşam doyumu puan ortalamalarına bakılmıştır. Elde edilen bulgulara anne babası boşanan ergenlerin yaşam doyumu puan ortalamaları aile birlikteliği olan ergenlere göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Ayrıca cinsiyet faktörü yalnız başına yaşam doyumuna anlamlı bir etkisinin olmadığı bulgulamıştır. Yine aynı çalışmada cinsiyet ile aile bütünlüğünün olmaması veya aile birlikteliğinin etkileşiminin yaşam doyumu seviyesine katkı sağladığını bulgulamışlardır. Tatay (2015) ise ebeveynleri ayrılmış olan ergenler ile ebeveynleri birlikte olan ergenler ile yaptığı çalışmasında, ergenlerin öznel iyi oluşlarını karşılaştırmıştır. Yapılan çalışma sonucunda katılımcılardan aile birlikteliği olan ergenlerin, aile birlikteliği olmayan ergenlere göre öznel iyi oluş düzeyleri daha yüksek olduğu saptanmıştır.

BÖLÜM 5

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma kapsamında elde edilen bulgularından hareketle sonuçlar özetlenmiştir. Değerlendirmeler sonucunda hem araştırmacılara yönelik hem de uygulayıcılara yönelik bazı önerilere yer verilmiştir.

5.1. Sonuçlar

Farklı risk grubundaki ergenlerin öznel iyi oluşlarının yordayıcısı olarak psikolojik sağlık koruyucu ve risk faktörlerinin ilişkisinin incelendiği araştırma sonuçları şu şekilde sıralanmıştır;

1. Farklı risk grubundaki ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile öznel iyi oluşları arasında pozitif yönlü anlamı bir ilişki bulunmuştur.
2. Psikolojik sağlık koruyucu faktörler, ergenlerin psikolojik sağlık ve öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki de moderatör rolü oynamamaktadır.

5.2. Öneriler

Aşağıda, bu çalışmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda araştırmacılar ve uygulayıcılara öneriler sunulmuştur.

5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Araştırmacılara yönelik öneriler aşağıda sıralanmıştır;

1. Bu araştırmanın veri toplama süreci çevirim içi olarak gerçekleştirilmiştir. Verilerin yüz yüze toplanması, veri toplama sürecini hızlandırabilir.
2. Bu araştırma da risk faktörlerinden; yoksulluk, ebeveynlerin boşanması, göç yaşanması, savaş, kendisinin veya aile üyelerinin özel gereksinime sahip olması ve kendisinin veya aile üyelerinin kronik rahatsızlığının olmasıdır. İleride yapılacak araştırmalarda diğer risk faktörleri de araştırmaya dahil edilerek araştırma yapılabilir.
3. Bu çalışma nicel veri toplama araçlarıyla yapılmıştır. İleride yapılacak araştırmalarda gözlem ve görüşme gibi yöntemlerle farklı risk grubundaki ergenlerin öznel iyi oluş ve psikolojik sağlık durumlarını etkileyen faktörler nitel araştırma yöntemleri ile ortaya konabilir.

4. Bu araştırma K.K.T.C.'de yapılmıştır. Uluslararası düzeyde de aynı araştırma yapılarak sonuçlar karşılaştırılabilir.
5. Bu araştırmanın katılımcıları ortaokul ve lise öğrencilerinden oluşmaktadır. İleride yapılacak çalışmalarda lise ve ortaokul öğrencileri ile ayrı ayrı çalışılması daha faydalı olabilir.

5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

Aşağıda uygulamacılara yönelik öneriler sıralanmıştır.

1. Psikolojik sağlamlık koruyucu faktörler artırılabilir. Bu şekilde ergenlerin öznel iyi oluşlarını artabilir.
2. Okulların rehberlik servislerinde bu koruyucu faktörlerin dikkate alınması ve danışmanlık sürecinde buna yönelik çalışmalar yapılması önerilmektedir.
3. Okulların rehberlik servislerinde bu koruyucu faktörlere yönelik yapılacak çalışmalara öğrenci velileri de dâhil edilmesi önerilmektedir.
4. Öznel iyi oluş ve psikolojik sağlamlığı arttırmaya yönelik çeşitli psikoeğitim eğitim programları yürütülebilir.

KAYNAKÇA

- Açıkgöz, M. (2016). *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Akdoğan, B. ve Yalçın, S. B. (2018). Lise öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve çatışma çözme davranışlarının öznel iyi oluşlarını yordaması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46, 174-197.
- Algünerhan, R.G. (2017). *12-14 Yaşındaki ergenlerde algılanan anne baba tutumları benlik algısı ve psikolojik sağlamlık*. Yüksek lisans tezi. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alibekiroğlu, P. B., Akbaş, T., Bulut, F. ve Kırdök, O. (2018). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı etkisi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27(2), 1-17.
- Alpar, R. (2013). *Uygulamalı çok değişkenli istatistiksel yöntemler* (4. b.). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Amoto, P. R. ve Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26-46.
- Annak, B. B. (2005). *Sosyal destek, sosyal ağ, yaşam kalitesi ve yaşam doyumu: duygu-durum ve anksiyete bozukluğu tanısı alan kişiler ve düzenli hemodiyaliz tedavisi gören hastalar açısından bir karşılaştırma*. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Arslan, G. (2015a). Ergenlerde psikolojik sağlamlık: bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (44), 73-82.
- Arslan, G. (2015b). Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ-12) psikometrik özellikleri: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16 (1), 1-12.

- Arslan, G. (2018). Psychological maltreatment, social acceptance, social connectedness, and subjective well-being in adolescents. *Journal of Happiness studies*, 19,983-1001.
- Arslan, G. ve Balkıs, M. (2016), Ergenlerde duygusal istismar, problem davranışlar, özyeterlik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki, *Sakarya Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 6(1),8-12. DOI: <http://dx.doi.org/10.19126/suje.35977>
- Atilla, G. ve Yıldırım, G. (2019). Öznel iyi oluş halinin işe tutkunluğa etkisi: sinop ili tekstil sektörü örneği. *Kırklareli Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 8(2), 188-205.
- Avrupa Birliği Genel Veri Koruma Tüzüğü (2018). https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=uriserv:OJ.L_.2016.119.01.0001.01.ENG&toc=OJ:L:2016:119:TOC 24.04. 2022 tarihinde erişildi
- Bagav, M. (2018). *Sınav kaygısı Ve öznel iyi oluş arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Balcı, F. (2011). *Psikolojik ve öznel iyi olma hali ile dini inançlar arasındaki ilişki üzerine bir inceleme*. Yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Baron, R. M. ve Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6),1173-1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Baş, A. (2019). *Ergenlerin sahip oldukları değerler, öznel iyi oluşları ve sosyal kaygıları arasındaki yordayıcı ilişki*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Baykul, Y. (1999). İstatistik: Metodlar ve uygulamalar, (3. Baskı). Anı Yayıncılık.
- Bostan, B. C. (2018). *Ergenlerde algılanan psikolojik istismar ile öznel iyi oluş ilişkisinde psikolojik sağlamlık ve sosyal bağlılığın rolü*. Yüksek lisans tezi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

- Bücker,S., Nuraydin, S., Simonsmeier B., Schneider M. ve Luhmann, M. (2018) Subjective well-being and academic achievement: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 74, 83-94. DOI:10.1016/j.jrp.
- Cheng, F. ve Lam, D. (2010). How is street life? An Examination of the subjective Well-being of street Children in China. *International Social Work*,53,353-365.
- Cihangir Çankaya, Z. (2005). *Öz belirleme modeli: Özerklik desteği ve psikolojik iyi olma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çakır, G. (2015). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Çeçen-Eroğul, A. R. ve Dingiltepe, T. (2012). Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyleri ile Yaşam Kalite Düzeylerinin Karşılaştırılması. *İlköğretim Online*. 11(4), 1077-1086.
- Çelebi, G. Y. (2020). Covid 19 salgınına ilişkin tepkilerin psikolojik sağlamlık açısından incelenmesi.*IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*,8, 471-483. DOI: 10.21733/ibad.737406
- Çetinkaya, A. (2018). *Lise öğrencilerinin kendini toparlama gücü düzeyleri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Çevik, N. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordayan bazı değişkenler*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Damarlı, Ö.(2006). *Ergenlerde toplumsal cinsiyet rolleri, bağlanma stilleri ve benlik kavramı arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dağ, A., Korkutata, A. ve Özavcı, R. (2019). Sportif etkinlik işletmelerinde çalışan personelin öznel iyi oluş düzeyleri ile yaşam doyumlarını bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslar arası Spor Egzersiz ve Antreman Bilimi Dergisi*,5 (3), 154-162.

- Demir, A. ve Çiftçi, F. (2020). Covid-19 pandemi sürecinde egzersizin lise öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 18(3), 169-179.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.
<https://doi.org/10.1080/13504851.2017.1361003>
- Diener, E. (2001). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national Index. *American Psychologist*. 55(1), 34-43.
DOI:10.1037/0003-066X.55.1.34
- Diener, E ve Diener, B. R. (2000). New directions in subjective well-being research: the cutting edge. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 27,21-33.
- Diener, E. ve Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Personality Processes and Individual*, 68 (4), 653-663.
- Diener, E. ve Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1– 43. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x>
- Diener, E. ve Lucas, R. E. (2000). Explaining differences in social levels of happiness: relative standarts, need fullfilment, culture, and evaluation theory. *Journal of Happiness Studies*, 1, 47-78.
- Diener, E. ve Oishi, S. (2000). Money and Happiness: Income and Subjective Well-Being Across Nations. *Culture and Subjective Well-Being*, 185-218.
- Diener, E. ve Scollon, C. (2003). Subjective Well-Being Is Desirable, But Not the Summum Bonum Paper to be delivered at the University of Minnesota Interdisciplinary Workshop on Well-Being, October 23 - 25, 2003, Minneapolis.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*. 125(2), 276-302.
- Diener, E., Suh, E. and Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25-41.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.

- Duran S. (2014). *Zihinsel Engelli Bireylerin Ebeveynlerine Verilen Psiko-eğitimin Özel İyi Oluş ve Öz Duyarlığa Etkisinin Değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Duru, E ve Arslan, G. (2014). Evlenmek amacıyla evden kaçan kız ergenler: Bir olgu bilim çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (41), 36-48
- EKEN, A (2010). *Ergenlerin anne-babaya bağlanma biçimleri ile özel iyi oluş durumlarının sosyal yetkinlik beklentileriyle ilişkileri*, Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Ergün Başak, B. (2012). *Düşük gelirli ailelerden gelen üniversite öğrencilerinin öz duyarlık, sosyal bağlılık ve iyimserlik ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiler*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Eskişehir Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergen özel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(4), 975- 989.
- Eryılmaz, A. (2011), Ergenlerin özel iyi oluşlarıyla aile ortamları arasındaki ilişki. *Aile Toplum Ve Eğitim-Kültür Ve Araştırma Dergisi*,7(24),93-101.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). Özel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 139-151.
- Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte özel iyi oluş ve beş faktörlü kişilik modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 189-203.
- Frazier, P. A., Tix, A. P. ve Barron, K. E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of counseling psychology*, 51(1), 115-134 <https://doi.org/10.1037/0022-0167.51.2.157>
- Garmezy, N. (1991). Resilience and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416–430.

Gencer, N (Çeviren) (2018). Öznel iyi oluş: genel bir bakış. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 2621-2638.

doi: 10.17218/hititsosbil.457382

Gers Gümüş, Z. (2012). *Farklı Türlerdeki Liselere Devam Eden Ergenlerin İletişim Becerilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

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.

Graham, A., Powell, M., Taylor, N., Anderson, D. ve Fitzgerald, R. (2013). Ethical research involving children. Florence: UNICEF Office of Research - Innocenti.

Guan, H., He, F., Cao, R., Feng, Z. ve Peng J (2013) The Impacts of Dispositional Optimism and Psychological Resilience on the Subjective Well-Being of Burn Patients: A Structural Equation Modelling Analysis. *PLoS ONE* 8(12): e82939. doi:10.1371/journal.pone.0082939

Güler, Y.(2019). *Ergenlerde öznel iyi oluş, kimlik statüleri ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Gün, Z. ve Bayraktar, F. (2008). Türkiye'de iç göçün ergenlerin uyumundaki rolü *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19,2, 167-176.

Gürbüz, S. & Şahin F. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık

Gürkan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Ha, S. E. ve Kim, S. (2013). Personality and subjective well-being: Evidence From South Korea. *Soc Indic Research*,111,341-359.

- Hayes, A. F., Montoya, A. K. ve Rockwood, N. J. (2017). The analysis of mechanisms and their contingencies: PROCESS versus structural equation modeling. *Australasian Marketing Journal*, 25(1), 76-81. <https://doi.org/10.1016/j.ausmj.2017.02.001>
- Hoşoğlu, R., Fıncı Kodaz, A., Yılmaz Bingöl, T. ve Vural Batık, M. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlık. *Uluslararası toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(14), 217-239.
- İşleroğlu, S. (2012). *Lise öğrencilerinde öznel iyi oluşun benlik saygısı, sosyal yetkinlik beklentisi ve duyguları ifade etme eğilimine göre yordanması*. Yayınlanmamış yüksek lisan tezi. Ege Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Jorenen, K. ve Åstedt-Kurki, P. (2004). Familial contribution to adolescent subjective well-being. *International Journal of Nursing Practice*, 11, 125–133.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (26), 129-142.
- Kartal, M. A. (2013). *Ortaöğretim öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve iletişim beceri düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Kermen, U. (2013). *Üniversite öğrencilerinin ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Kiremitçi, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinde mevsimsellik ve öznel iyi oluş ilişkisinin psikolojik semptomlara göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Kocabaş, H. H., (2019) *8.sınıf öğrencilerinin okul yaşam kalite düzeylerinin öğrenci öznel iyi oluşu üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi*, Yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.

- Korkut, F. (2007). Okul temelli önleyici rehberlik ve psikolojik danışma (2. Baskı). Anı Yayıncılık. Ankara.
- Kurtoğlu, S. S. (2019). *ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Ufuk Üniversitesi, Ankara.
- Küçükköse, İ. (2015). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sürekli öfke, öfke ifade tarzları ve stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Mevlana Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Lee B.J.& Yoo M.S. (2015) Family, school, and community correlates of children's subjective well-being: an international comparative study. *Child Ind Res* 8,151–175. DOI 10.1007/s12187-014-9285-z.
- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3),160-168.
<https://doi.org/10.1080/17439760600619609>
- Mahon, N.E., Yarcheski, A. ve Yarcheski, T. J. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescent. *Clinical Nursing Research*,14 (2),175-190.
- Masten, A.S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. M.C. Wang & E.W. Gordon (Eds), *Educational Resilience in Inner-City America: Challenges and Prospects*, New Jersey.
- Masten, A. S., Best, Karin M. , And Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2,442-444
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American psychologist*, 53(2), 205-220.
- Mehel, F. (2019). *anne babası boşanmış ve boşanmamış ergenlerin yaşamda anlam, öznel iyi oluş ve benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Murphy, L. B. (1987). Further reflections on resilience. *The invulnerable child*, 101.

- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological science*, 6(1), 10-19.
- Nalbant, A. (1993). 15-22 Yaşları Arasında Bulunan İslahevindeki, Gözetim Altındaki ve Suç İşlememiş Gençlerin Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Nigar, F. (2014). Ortaokul öğrencileri ile yatılı bölge ortaokul öğrencilerinin öznel iyi oluş ve temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinin karşılaştırılması. Yüksek lisan tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Oktan, V. (2012). Psikolojik sağlamlığın gelişiminde bir moderatör olarak umut. *International Journal of Human Sciences*, 9(2), 1691-1701.
- Oktan, V., Odacı, H. ve Çelik Berber Ç. (2011). Psikolojik doğum sırasının psikolojik sağlamlığın yordanmasındaki rolünün incelenmesi xı. ulusal psikolojik danışma ve rehberlik kongresinde bildiri.
- Osson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Brodrick, D. ve Sawyer, S. M. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence*. 26(1), 1-11
- Oynağanlı, S. (2015). 60 yaş ve üzeri kişilerde benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeyleri. Yüksek lisan tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Önder, A. ve Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23,192-197.
- Öz, Fatma ve Bahadır Yılmaz, E. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özcan, B. (2005). Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından

- karşılaştırılması.*(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Özen, Ö. (2005). *Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Öztürk, Y. (2017). *Ergenlerde dindarlık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi (Çarşamba örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çorum.
- Gooding, P. A. Hurst, J. Johnson and N. Tarrier (2012). Psychological resilience in young and older adults. *School of Psychological Sciences Int J Geriatr Psychiatry*, 27 (3), 262–270.
- Ramirez, M. E. (2007). Resilience: a concept analysis. *Nursing Forum*, 42 (2), 73-82.
- Rask,K., Astedt-Kurki,P., Paavilainen,E. and Laippala,P.(2003). Adolescent subjective well-being and family Dynamics. *Scandinavian Journal Of Caring Sciences*,17 (2), 129–138.
- Reisoğlu, S. (2014). *üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordamada beş faktör kişilik özellikleri, mizah tarzları ve duygusal zekânın rolü*. Doktora tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Satan, A. (2014) Dini İnanç ve Bilişsel Esneklik Düzeylerinin Öznel İyi Oluş Düzeyine Olan Etkisi, *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum*, 3 (7), 56-74
- Seki, T (2014). *Ergenlerin sosyal görünüş kaygısı ve öznel iyi oluşlarının sahip oldukları değerler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Sezer, F.(2011), Ortaöğretim öğrencilerinin öznel iyi oluş durumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi, *Milli Eğitim Dergisi*,41(192), 74-85.
- Sheppard, J. A. ve Kashani, J. H. (1991). The Relationship of Hardiness, Gender, and Stress to Health Outcomes in Adolescents. *Journal of Personality*, 59 (4), 747-768. doi.org/10.1111/j.1467-6494.1991.tb00930.x

- Shetgiri, R., Kataoka, S. H., Ryan, G. W., Askew, L. M., Chung, P. J. And Schuster, M. A. (2009). Risk and resilience in Latinos: A community-based participatory research study. *American Journal of Preventive Medicine*, 37(6), 217-224.
- Sipahioğlu, Ö. (2008). *Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Siyez, D. M. (2006). *15-17 Yaş arası ergenlerde görülen problem davranışların koruyucu ve risk faktörleri açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Söner, O. ve Gültekin, F. (2021). Covid-19 salgınında ergenlerin umut, psikolojik sağlamlık ve kişilik özellikleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 329-349 DOI: 10.17860/mersinefd.825260
- Sumargo, B. ve Novalia, T. (2016). Structural equation modelling for determining subjective well-being factors of the poor children in bad environment. *Procedia Computer Science*, 135, 113-119.
- Şahin, G. N. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Şimşir, Z. (2020). *Üniversite öğrencilerinin yaşamında öz-disiplin: azim, yaşam doyumu ve huzur bağlamında karma bir ara*. Doktora tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya
- Tanko, Ç., Ekşi, F., Hatun, O. ve Ekşi, H. (2021). Psikolojik sağlamlık için koruyucu faktörler ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliği. *Ege Eğitim Dergisi*, 22(1), 16-29. doi:10.12984/eggefd.793597.
- Tanyeri, E. (2016). *23 Yaş Ve Üzeri Heteroseksüel ve Homoseksüel Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının İlişkilerde Yükleme Tarzları ve Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Tatarer, Z. (2020). *Çocuk ve ergenler için psikolojik sağlık programı'nın baba kaybı yaşamış çocukların psikolojik sağlık düzeyine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. İbn Haldun Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Tatay, E. (2015). *Parçalanmış ve parçalanmamış aileye sahip ergenlerin akademik başarı, öznel iyi oluş ve yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Tilim, E. Ve Murat, M. (2019), Ergenlerde madde bağımlılığından korunmaya ilişkin özyeterlik ile akran baskısı, kendini ifade edebilme becerisi ve psikolojik sağlık arasındaki ilişki. *Uluslar Arası Toplum Araştırma Dergisi*, 14(20), 929-955. DOI: 10.26466/opus.608229
- Temel, A. (2017). *Yetiştirme yurtlarında kalan ergenlerle ailesi ile birlikte yaşayan ergenlerde topluluk hissi ve psikolojik sağlık*. Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tong, Y. & Song, S. (2004), A study on general self- efficacy and subjective well-being of low SES collage students in a Chinese university, *College Student Journal*, 38(4), 637-642
- Toplu, A. (2017). *Şiddete Maruz Kalan Ergen Öğrencilerin Psikolojik Sağlıkları İle Empati ve Öz Yeterlikleri Arasındaki İlişkinin Demografik Değişkenlerle Birlikte İncelenmesi (Kahramanmaraş İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlık ve Psikolojik İhtiyaç Doyumu*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Tuğral, R. (2020). *Ergenlerde yalnızlık, psikolojik sağlık, algılanan sosyal destek ve sosyal görünüş kaygısı*. Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Tümkaya, S. (2011). Türk niversite ğrencilerinde öznel iyilik halini yordayan sosyo-demografik değişkenler ve mizah tarzları. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 36 (160), 158-170.
- Tümlü, G. . (2012). *Psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklı niversite ğrencilerinin temas engellerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Türkdoğan, T. ve Duru, E. (2012). Üniversite ğrencilerinde öznel iyi oluşun yordanmasında temel ihtiyaçların karşılanmasının rolü, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(4), 2429-2446.
- Uçan, A. (2013). *Cinsiyetleri farklı lise ğrencilerinin öznel iyi oluşlarının toplumsal konum ile ilgili risk alma ve gç değişkenlerine göre incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Uğur, E. (2020). *Farklı sosyal çevrede yaşayan ergen gruplarının bağlanma, psikolojik sağlamlık ve duygu düzenlemesi açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Ullman, C. ve Tatar, M. (2001). psychological adjustment among israeli adolescent immigrants: a report on life satisfaction, self-concept, and self-esteem. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(4), 449-463.
- Uysal, M. (2019). *niversite ğrencilerinin kişilerarası çatışma çözme becerilerinin psikolojik sağlamlık, öz anlayış açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Uzun, . (2019). *ğretmen adaylarının öznel iyi oluş psikolojik sağlamlık ve yaşam kalitesi arasındaki yordayıcı ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahittin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uz Baş, A. ve Yurdabakan, İ. (2016). Psikolojik sağlamlık ve okul ikliminin, öznel iyi oluşu yordama gücü. *Mehmet Akif Ersoy Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41, 202-2014.

- Üzölmez, E. (2021). *İlk ve orta ergenlik dönemlerindeki bireylerin psikolojik sağıamlık ve yaşam doyumunu düzeyleri arasındaki ilişkide algılanan aile bütünlük duygusunun aracı rolü*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.
- Williams, J., & Nelson-Gardell, D. (2012). Predicting resilience in sexually abused adolescents. *Child Abuse & Neglect*, 36(1), 53-63.
- Vinayak, S., & Judge, J. (2018). Resilience and empathy as predictors of psychological wellbeing among adolescents. *International Journal of Health Sciences and Research*, 8(4), 192-200.
- Yárnöz-Yaben, S. ve Garmendia, A. (2016). Parental divorce and emerging adults'subjective well-being: The role of "carrying messages". *Journal of Child and Family Studies*, 25(2), 638–646. doi:10.1007/s10826-015-0229-0
- Yavuz , Ç. (2006). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinde öznel iyi olma hali, psikiyatrik belirtiler ve bazı kişilik özellikleri; karşılaştırmalı bir çalışma*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldız, F.N. ve Kardaş, F. (2021). Ergenlerde akademik öz-yeterlik, içsel motivasyon, azim ve psikolojik dayanıklılığın iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi. *YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1) 1073-1099, <http://efdergi.yyu.edu.tr>
- Yoldaş, C. ve Demircioğlu, H. (2019). Çocukluk ve ergenlik döneminde psikososyal risk faktörleri ve koruyucu unsurlar. *Ankara Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 18(1), 40-48.

EKLER

Ek-1: Araştırma kapsamında “ Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖÖ)” Kullanım izni.

Alıcı: erali / b, serite ▼

Ben Mehmet KOÇAK, Uluslar arası Kıbrıs Üniversitesi, Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalında Yüksek Lisans yapmaktayım. Yrd. Doç. Dr. Şerife ÖZBİLER hocamın danışmanlığında yapacağım “ Farklı Risk Gruplarındaki Ergenlerin Öznel İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri” yüksek lisans tezim de ; geliştirmiş olduğunuz “ Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği” ‘ni izninizle kullanmak istiyorum. Saygılarımla gereğini arz ederim.

Mehmet KOÇAK
Rehber Öğretmen ve Psikolojik Danışman

Ali Eryılmaz

Alıcı: ben ▼

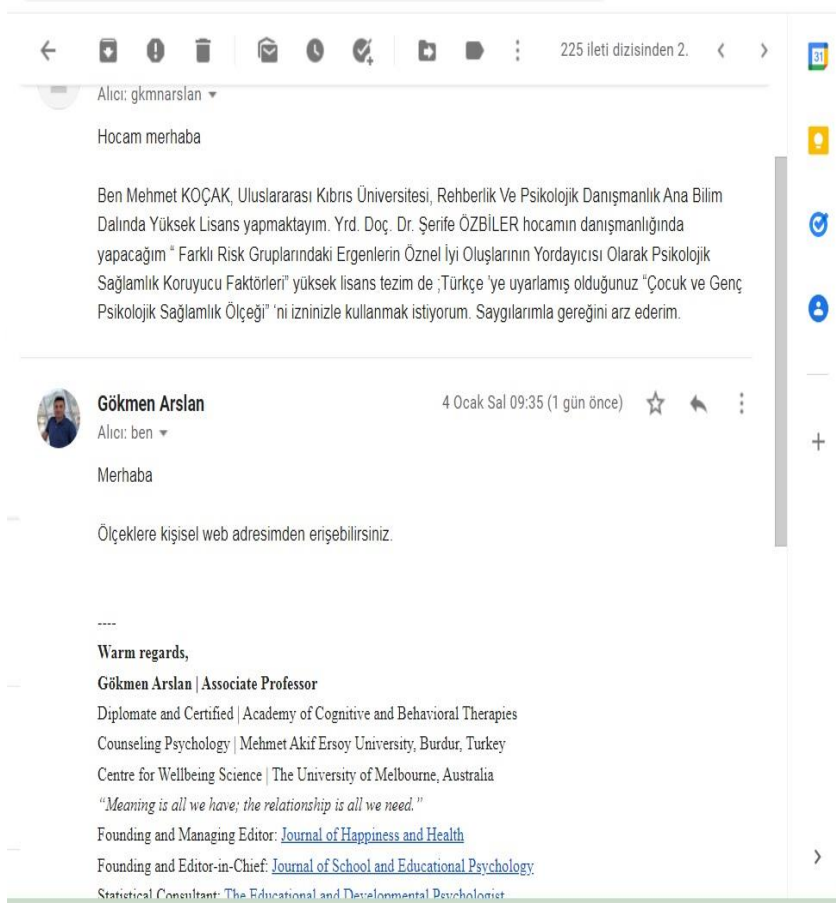
Merhaba,
Ölçek ektedir. Kolay gelsin.

Prof. Dr. Ali ERYILMAZ
Yıldız Teknik Üniversitesi
Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ABD

17:02 (32 dakika önce)

☆ ↶ ⋮

Ek-2: Araştırma kapsamında “Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği -12 (ÇGPSÖ-12) ” Kullanım izni.



Ek-3 : Araştırma kapsamında “ Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği (PSKFÖ) ” Kullanım izni.

Merhaba

Ben Mehmet KOÇAK, Uluslar arası Kıbrıs Üniversitesi, Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalında Yüksek Lisans yapmaktayım. Yrd. Doç. Dr. Şerife ÖZBİLER hocamın danışmanlığında yapacağım “ Farklı Risk Gruplarındaki Ergenlerin Özel İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri” yüksek lisans tezime de ; Türkçeye uyarlamasını yaptığımız “Psikolojik Sağlamlık için Koruyucu Faktörler Ölçeği “ ‘ni izninizle kullanmak istiyorum. Ayrıca çalışmanızı incelediğimde üniversite öğrencileri ve öğretmenlerle çalışma yaptığınızı gördüm. Ben ise ergenler ile çalışma yapmak istiyorum. Ölçeğiniz ergen gruplarına uygun olup olmadığını konusunda bilginize ihtiyacım vardır. Saygılarımla gereğini arz ederim.

Mehmet KOÇAK

Rehber Öğretmen ve Psikolojik Danışman



Çiğdem Tanko

Alıcı: ben

17:56 (3 saat önce)



Merhaba Mehmet Bey,

Tabii kullanabilirsiniz. Ölçeği ergen gruplarına da uygulayabilirsiniz. Ekte gönderiyorum. Çalışmanızda başarılar dilerim.

Mehmet koçak <mhmt.kocak27@gmail.com>, 4 Eki 2021 Pzt, 15:10 tarihinde şunu yazdı:



Ek-4: Araştırma Kapsamında Kullanılan Sosyo-Demografik Form

Sevgili Öğrenciler,

Aşağıda sizinle ilgili bazı kişisel bilgiler yer almaktadır. Bu bir sınav değildir. Cevaplarda doğru ya da yanlış yoktur. Bu çalışmada ki veriler yüksek lisans tezinde kullanılacaktır. Ölçekte elde edilecek veriler toplu olarak değerlendirilecek ve sadece araştırma amaçlı kullanılacaktır. Bu sebeple sizlerden ölçeklere isim yazmanız istenmemektedir. Araştırmaya katkı sağlayabilmeniz için soruları dikkatlice okumanız ve düşüncelerinizi gerçekçi bir şekilde ortaya koymanız gerekmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız. Formun doldurulması yaklaşık 20 dakika sürmesi ön görülmektedir. Yardımlarınız için şimdiden teşekkür ederim.

1. Ben bir çocuğuyum. Size uygun olanı işaretleyiniz. *

Kız()

Erkek()

2. Ben yaşımdayım. Size uygun olanı yazınız. *

.....

Yanıtınız

3. Bu ülkede doğdum *

Evet

Hayır

Cevabınız hayırsa lütfen hangi ülkede doğduğunuzu yazınız

.....

Yanıtınız

3. soruya yanıtınız hayırsa. Kaç yıldır Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde yaşıyorsunuz? Lütfen yazınız

.....

Yanıtınız

4. Hangi sınıfta öğrenim görmektesiniz ? *

..... Sınıfta öğrenim görmekteyim

5. Annenizin en son mezun olduğu okul nedir ? *

İlkokul()

~~OrtaOkul()~~

Lise()

Üniversite()

Diğer:

6. Babanızın en son mezun olduğu okul nedir ? *

İlkokul()

~~OrtaOkul()~~

Lise()

Üniversite()

Diğer:

7. Anne babanızın birliktelikle mi yaşıyor?

Birlikte yaşıyor ()

Ayrı yaşıyor()

8. Bazı çocuklar genellikle her gece aynı evde uyurlar. Diğer çocuklar bazen veya sıklıkla farklı evlerde uyurlar. Lütfen aşağıdaki cümlelerden hangisinin sizi en iyi tanımladığını seçiniz.*

Hep aynı evde uyurum()

Genelde aynı evde uyurum ama bazen başka evde uyurum (örneğin bir arkadaşın evi veya hafta sonu kaldığım başka bir ev) : ()

Düzenli olarak farklı yetişkinlerle iki evde uyurum ()

9. Topluma göre ailenizin gelir durumunu nasıl algılıyorsunuz?*

Toplulun geneline göre düşük ()

Toplulun geneline göre orta()

Toplulun geneline göre yüksek()

Toplulun geneline göre çok yüksek()

10. Oturduğunuz ev kime aittir? (Diğer ise belirtiniz)*

Kendimize ait()

Kira()

Büyükbaba/ babaanne()

Diğer:

11. Evinizde kendinize ait bir odanız var mı?*

Evet ()

Hayır()

12. Aşağıdakilerden hangilerine sahipsiniz?*

Android veya iPhone telefon ()

Tablet()

Masa üstü bilgisayar, diz üstü bilgisayar()

İnternet()

Akıllı TV()

Hiçbiri()

13. Çekirdek ailenizde özel gereksinimli birey var mı?*

Evet ()

Hayır()

Yanıtınız evetse kim olduğunu diğer kısmına yazınız (Anne, Baba, Kardeş gibi)

Yanıtınız

14. Herhangi bir kronik rahatsızlığınız var mı?*

Evet ()

Hayır()

Yanıtınız evetse kronik rahatsızlığınızı yazınız

Yanıtınız

15. Çekirdek ailenizde kronik rahatsızlık olan biri var mı?*

Evet ()

Hayır()

Yanıtınız evetse kronik rahatsızlığını ve kim olduğunu (anne, baba, kardeş gibi) yazınız

Yanıtınız

16. Deprem, yangın, sel, savaş gibi herhangi bir zorlayıcı olay yaşadınız mı?*

Evet ()

Hayır()

Yanıtınız evet ise hangileri olduğunu yazınız

17. Hayatınızda bugüne kadar, aşağıdaki şeylerin her birinden ne kadar memnunsunuz? 1'den 10'a kadar değerlendiriniz.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Zamanı kullanma becerinizi nasıl değerlendiriyorsunuz										
Sahip olduğun özgürlüğü nasıl değerlendirirsin										
Nasıl görüldüğünden ne kadar memnunsun										
Kendi vücudundan ne kadar memnunsun										
Boş zamanlarını değerlendirme konusundaki memnuniyetin										
Yetişkinlerin seni dinleme memnuniyetin										
Kendine olan güveninden ne kadar memnunsun										
Hayatını bir bütün olarak düşündüğünde, hayatından ne kadar memnunsun										

18. Yaşadığın bölge ile ilgili aşağıdaki konulardan ne kadar memnunsun? 1'den 10'a kadar değerlendiriniz.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Hastaneye gittiğinde nasıl karşılanıyorsun										
Bölgede çocukların kullanabileceği dış mekanlardan										
Yaşadığın bölgeyi genel olarak nasıl değerlendirirsin										

Ek-5: Araştırma Kapsamında Kullanılan Sosyo-Demografik Form ve Ölçeklerin Uygunluğu Konusunda 1. Uzman Görüşü

Alan Uzman Görüşü

1) Sorular tez konusuna uygun olarak düzenlenmiştir.

① ② ③ ④ ⑤

2) Kullanılacak olan ölçekler tez konusu ile ilişkilidir.

① ② ③ ④ ⑤

3) Kullanılan ölçekler uygulanacak olan yaş düzeyine uygundur.

① ② ③ ④ ⑤

4 Görüşleriniz var ise belirtiniz. **Çalışma yeterli ve uygulanabilir bir çalışmadır. Başarılar dilerim...**

① ② ③ ④ ⑤

Prof. Dr. Şengül Hablemitoğlu (5 Mart 2022)



Ek-6: Araştırma Kapsamında Kullanılan Sosyo-Demografik Form ve Ölçeklerin Uygunluğu Konusunda 2. Uzman Görüşü

Alan Uzman Görüşü

1) Sorular tez konusuna uygun olarak düzenlenmiştir.

① ② ③ ④ ⑤

2) Kullanılacak olan ölçekler tez konusu ile ilişkilidir.

① ② ③ ④ ⑤

3) Kullanılan ölçekler uygulanacak olan yaş düzeyine uygundur.

① ② ③ ④ ⑤

4 Görüşleriniz var ise belirtiniz.

① ② ③ ④ ⑤



AYSE OZADA <aozada@eul.edu.tr>

Alıcı: ben

2 Şubat Çar 02:04 ☆ ↩ ⋮

Sevgili Mehmet,

Uygulamaya geçmeden önce görüş alma girişiminden memnuniyet duyduğumu belirtmek isterim.

Dosyada gördüğüm bazı yazım yanlışlarını ve KKTC'deki toplam ortaokul-lise öğrencilerinin sayısını yazmanla ilgili birkaç nokta belirttim.

Çalışman için yeniden düşünmeni istediğim birkaç durumu belirtmeliyim.

1. Risk altındaki gençleri ele alırken;
aile içinde hüküm alan biri olup olmadığını sorman
şiddete tanıklık edip etmediğini, şiddet deneyimi olup olmadığını sorman
ailenin sosyal yardım alıp almadığını sorman
anketteki 7. sorunun kurum bakımında olan gençleri de kapsamı ile ilgili düzenleme yapman
anne/babanın çalışıp çalışmadığını (sürekli çalıştığı iş) sorman
anne/babanın sosyal güvenceye sahip olup olmadığını sorman
anne/babanın eğitim durumunu sorarken, en son bitirdikleri okulu sorman bu yaş grubu için daha anlaşılır olacaktır.

2. Araştırmadan çıkarılma kriteri olarak
yaptığın açıklamadan araştırmaya dahil edilmeme anlaşılmalı. burada araştırmadan çıkarılma kriteri olarak ergenin ankete başlayıp,
sonra araştırmaya katılmaktan vazgeçmesi durumundan bahsetmen gerektiğini anlıyorum.

3. Anladığım kadarıyla bu anketi risk altında bulunan öğrenciler dolduracak.
Eğer böyleyse, risk altındaki öğrencileri belirleyebilmek için mutlaka rehber öğretmenlerden yardım alman gerekecek
bunu yöntem kısmında belirtmelisin.

4. Ölçeklerin bu yaş grubunda kullanılması uygundur.

yoksulluk, ebeveyn veya kardeş ölümü, ebeveynlerin boşanması, göç, ebeveyn-kardeş veya kendisinin özel gereksinimli durumu, yakınlarının savaş-doğal afet gibi zorlayıcı yaşam olayları ve annenin eğitim durumu),

Ek-7: Araştırma Kapsamında Kullanılan Sosyo-Demografik Form ve Ölçeklerin Uygunluğu Konusunda 3. Uzman Görüşü

Alan Uzman Görüşü

1) Sorular tez konusuna uygun olarak düzenlenmiştir.

① ② ③ ④ ⑤

2) Kullanılacak olan ölçekler tez konusu ile ilişkilidir.

① ② ③ ④ ⑤

3) Kullanılan ölçekler uygulanacak olan yaş düzeyine uygundur.

① ② ③ ④ ⑤

4 Görüşleriniz var ise belirtiniz. |

① ② ③ ④ ⑤

Araştırma risk grubunda bulunan ergenlerin psikolojik sağlamlık açısından koruyucu faktörlerinin, psikolojik sağlamlıkları ile öznel iyi oluşları arasında ilişkisinin yönünün ve gücünü etkileyebilme potansiyellerini test etme amacıyla tasarlanmıştır. Bu açıdan araştırma yapılmaya değerdir. Araştırmanın yöntemi ve ölçme araçları uygun bir şekilde seçilmiştir. Ölçme araçlarının yaş grubuna uygunluğu gözden geçirilmelidir. Eğer uygun değilse geçerlik güvenirlik özellikleri ilgili örneklemin yaş grubunda test edilmelidir. Veriler 18 yaş altında ki bireylerden toplanacağı için velilerinden de bilgilendirilmiş onam alınmalıdır.

Doç .Dr. İbrahim DEMİRCİ

Ek-8: Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Etik Kurul Onayı



ULUSLARARASI KIBRIS ÜNİVERSİTESİ

Sayı : -020-2847
Konu : Mehmet Koçak'ın Etik Kurul Kararı
hk.

04/03/2022

EĞİTİM FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

22008689 numaralı yüksek lisans öğrencisi Mehmet Koçak'ın Öğretim Üyesi Şerife Özbiler danışmanlığında hazırlanmış olduğu "Farklı Risk Gruplarındaki Ergenlerin Öznel İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlamlık Korumucu Faktörleri " adlı çalışmanın UKÜ Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Komitesi'nin 28.02.2022 tarihinde EKK21-22/010/002 nolu toplantı tutanağında belirtildiği üzere çalışmanın geldiği gibi kabulüne oy birliği ile karar verilmiştir. Konuyu gereği için bilgilerinize saygılarımla sunarım.

Prof. Dr. Mehmet TOYCAN
Rektör Yardımcısı - Eğitim ve Araştırma

Dağıtım:
Eğitim Fakültesi Dekanlığına
Yrd. Doç. Dr. Şerife ÖZBİLER

Ek-9: Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı Araştırma İzin Onayı


KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ
MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI

Sayı : GOÖ.0.00-174/06[174/06]-22/E.2845 22 Mart 2022

Konu : Mehmet Koçak'ın Anket Başvurusu
Hk.

Sayın Mehmet KOÇAK

İlgi : 18 Mart 2022 tarihli ve GOÖ.0.00-174/06-22/E.2791 sayılı yazınız.

Mehmet Koçak tarafından gerçekleştirilecek "**Farklı Risk Grubundaki Ergenlerin Özel İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlamlık Koruyucu Faktörleri**" konulu çalışmanızdaki ölçek soruları incelenmiştir.

Yapılan inceleme sonucunda çalışmanın; araştırma etiği ilkeleri, katılımcıların gizlilik ve gönüllülük esaslarına bağlı olarak gerçekleştirilmesi uygun görülmüştür. Ancak uygulanacak okulların bağlı bulunduğu Genel Ortaöğretim Dairesi Müdürlüğü ile istişarede bulunulup, çalışmanın hangi okulda ve ne zaman uygulanabileceği birlikte saptanmalıdır. Çalışma uygulandıktan sonra sonuçlarının Talim ve Terbiye Dairesi Müdürlüğü'ne ulaştırılması yasa gereğidir.

Bilgilerinize saygı ile rica ederim.

 e-imzalıdır
Aytunç ŞİRKET
Müsteşar

Not: 93/2007 sayılı Elektronik İmza Yasası'nın 6 maddesi gereği bu belge elektronik imza ile imzalanmıştır.

ŞHT. MEHMET HASAN TUNA SOK. NO.5 YENİŞEHİR 99010 Lefkoşa 2288745 Bilgi için: Refiye EMİRSOYU Arşiv Memuru

Ek-10: Aile Bilgilendirici Onam Formu



Veli Onay Mektubu

Sayın veliler, Sevgili Anne-Babalar,

Uluslar arası Kıbrıs Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışma Programı Yüksek Lisans öğrencisi Mehmet KOÇAK olarak Yrd. Doç. Dr. Şerife ÖZBİLER süper yivyonluğunda tez çalışması yürütmekteyim. Çalışma hakkında bilgi almak isterseniz aşağıdaki iletişim a dreslerinden ulaşabilirsiniz. Bu çalışmanın amacı nedir? Araştırmamızın amacı, ergenlerin özel iyi oluşlarını tespit etmektir.

Çocuğunuzun katılımı olarak ne yapmasını istiyoruz? Çalışmanın amacını gerçekleştirebilmek için çocuklarınızın, size gönderilecek olan linkteki anketi cevap vermesi gerekmektedir. Katılmasına izin verdiğiniz takdirde çocuğunuz anketi çevirim içi olarak dolduracaktır. Sizden çocuğunuzun katılımcı olması ile ilgili izin istediğimiz gibi, çalışmaya başlamadan çocuğunuzdan da çevirim içi fomla katılımı ile ilgili rızası mutlaka alınacaktır.

Çocuğunuzdan alınan bilgiler ne amaçla ve nasıl kullanılacak? Çocuğunuzun dolduracağı anketlerde cevapları kesinlikle gizli tutulacak ve bu cevaplar yüksek lisans tez çalışmasında kullanılacaktır. Çocuğunuzun dolduracağı forum'da kişisel bilgiler istenilmemektedir. Doldurulan form hiçbir şekilde kimseyle paylaşılmayacaktır. Çocuğunuzun ankete katılmasını istiyorsanız aşağıdaki onaylıyorum kısmını işaretlemeniz gerekmektedir. Katkılarınızdan dolayı teşekkürler.

Bu çalışma ile ilgili daha fazla bilgi almak isterseniz: Araştırma ile ilgili sorularınızı aşağıdaki e-posta a dresini kullanarak bize yöneltebilirsiniz.

Yüksek lisans öğrencisi : Mehmet KOÇAK

İletişim: mhmt.kocak27@gmail.com

Tez danışmanı : Yrd. Doç. Dr. Şerife ÖZBİLER

İletişim: senfe.ozbiler@yahoo.com

Lütfen bu araştırmaya katılmak konusundaki tercihinizi aşağıdaki seçeneklerden size en uygun gelenin altına imzanızı atarak belirtiniz ve bu formu çocuğunuzla okula geri gönderiniz.

A) Bu araştırmaya tamamen gönüllü olarak çocuğum'nın katılımcı olmasına izin veriyorum. Çalışmayı istediğim zaman yarıda kesip bırakabileceğimi biliyorum ve verdiğin bilgilerin bilimsel amacı olarak kullanılmasını kabul ediyorum.

Baba adı soyadı :

Anne Adı ve Soyadı:

İmza :

İmza:

B) Bu çalışmaya katılmayı kabul etmiyorum ve çocuğum'nın da katılımcı olmasına izin vermiyorum.

Baba adı soyadı :

Anne Adı ve Soyadı:

İmza :

İmza :

Ek-11: Katılımcı Bilgilendirici Onam Formu

Sevgili çocuklar/Gençler

Bu bir sınav değildir cevaplar da doğru ya da yanlış yoktur. Arkadaşlarımızla aynı şeyleri hissedip düşünmeyebiliriz. Herkes farklı düşünüp farklı hissedebilir. Ben senin ne düşündüğünü ve ne hissettiğini öğrenmek istiyorum. Senin cevapların çok önemlidir. Bu çalışmadaki veriler “Yüksek lisans tezim için kullanılacaktır.”

Bu formu doldurmak senin seçimidir. Formu doldurmaya başlamadan önce, formu doldururken ya da doldurduktan sonra çalışmaya katılmaya bilirsın. İsteddiğini herhangi bir zaman öğretmenle “yapmak istemiyorum” deyip bu çalışmaya katılmaya karar verebilirsin. Bu senin için sorun olmayacak ve senin herhangi bir ders notunu etkilemeyecektir. Senin bütün cevaplarını gizli kalacak ve ailen, öğretmenin ya da arkadaşlarından herhangi birisi ile paylaşılmayacaktır.

Formun doldurulması yaklaşık 30 dakika sürmesi ön görülmektedir.

Yardımanın için teşekkürler.

Şimdi senin bu formu doldurmak ile ilgili onayımı almak istiyorum. Senin için uygun olan kutucukları (x) işareti koyarak işaretle

- 1- Bu forma vereceğim cevaplarımı ders notlarına etki etmeyeceğini okudum ve anladım. ☐
- 2- Verdiğin cevaplarımın gizli kalacağını okudum ve anladım. ☐
- 3- İsteddiğim zaman öğretmenime yapmak istemiyorum deyip cevaplamaktan vazgeçebileceğimi okudum ve anladım. ☐

Aşağıdakilerden senin için uygun olan kutucuğa (x) işareti koyarak işaretle

Bu formu doldurmak istemiyorum ☐

Bu formu doldurmak istiyorum ☐

İmza:.....

Ek-12: Araştırma Kısa Sonuç Raporunun Paylaşım Yazısı

KKTC MİLLİ EĞİTİM ve KÜLTÜR BAKANLIĞINA

Bakanlığınız 22.Mart.2022 tarihli ve E-2845 sayılı makam onayı olur yazısı doğrultusunda “Farklı Risk Grubundaki Ergenlerin Özel İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlıklı Koruyucu Faktörleri” konulu yüksek lisans tez sonuç raporu ekte sunulmuştur. Raporda elde edilen sonuçlar doğrultusunda ergenlik dönemindeki bireylerin özel iyi oluşları ve psikolojik sağlıklı düzeylerine etki eden psikolojik sağlıklı koruyucu faktörlerin önemi vurgulanmaya çalışılmıştır. Bu doğrultuda, araştırmacılara, uygulayıcılara ve okul psikolojik danışman rehber öğretmenlerine yönelik öneriler sunulmuştur.

Bilgilerinize saygılarımızla sunarız.

Mehmet KOÇAK

e-mail: mhmt.kocak27@gmail.com

Yrd. Doç. Dr. şerife Özbiler

Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

e-mail: sozbiler@ciu.edu.tr

Ek: Sonuç raporu

Ek-13: Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖÖ)

Aşağıda yer alan ifadelerin karşısında bulunan seçeneklerden size uygun olanını işaretlemeniz gerekmektedir. Her ifadeyi bir kez değerlendirmelisiniz. Değerlendirmelerinizde hiç boş bırakmayınız.

		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1	Ailem beni sever				
2					
3					
4	Ailem sağlıklı				
5					
6	İnsanlara karşı hoşgörülüyüm				
7					
8	Genellikle güler yüzlüyüm				
9					
10	Hayatı doya doya yaşarım				
11					
12					
13	Sevdiklerimle yan yanayım				
14					
15	Dostlarımla beraberim				

Ek-14: Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12)

Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12)

	Beni hiç tanımlıyor	Çok az tanımlıyor	Biraz tanımlıyor	Oldukça tanımlıyor	Beni tamamen tanımlıyor
1. Hayatımda saygı duyabileceğim insanlar var.					
2. Eğitim almak benim için önemlidir.					
3.					
4. Başladığım faaliyetleri/işleri bitirmeye çalışırım.					
5.					
6.					
7. Kendimi okuluma ait hissediyorum.					
8.					
9. Arkadaşlarım zor zamanlarımda yanımdadır.					
10.					
11. Hayatımda gelecekte kullanacağım yeteneklerimi geliştireceğim fırsatlara sahibim.					
12.					

Ek-15: Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği (PSKF-Ö)**Psikolojik Sağlamlık İçin Koruyucu Faktörler Ölçeği**

	Kesinlikle Katılmıyor um	Katıl mıyo rum	Biraz Katıl mıyor um	Ne katılıyo rum ne katılmıy orum	Biraz Katılıyo rum	Katılı yoru m	Kesinlikle Katılıyoru m
1) Önüme çıkan her türlü zorlukla baş edebilirim.							
3) Kendimi arkadaş grubuma ait hissederim.							
5) Kendime inancım vardır.							
7) Arkadaşlarım bana adil davranır.							
9) Arkadaşlarım benimle ilgilenirler.							
12) Ailemin yanında kendimi rahat hissederim.							
13) Geleceğim hakkında düşündüğümde iyi hissederim.							
15) Ailemin yanında kendimi güvende hissederim.							

ÖZ GEÇMİŞ

Mehmet KOÇAK, 1985 yılında Gaziantep’te doğmuştur. İlk, orta ve lise öğrenimini Gaziantep’te tamamlamış, 2004 yılında Ondokuz Mayıs Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümünde başladığı lisans eğitimini 2008 yılında tamamlamıştır. 2010 yılından beri Gaziantep, Bingöl, Osmaniye ve KKTC’nin çeşitli yerlerinde ilkokul, ortaokul, lise ve Rehberlik Araştırma Merkezleri’nde görev yapmıştır. 2020 yılında Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında Yüksek Lisans eğitimine başlayan Mehmet KOÇAK evli ve üç çocuk babasıdır.



Ham Veriler

Amos Output

Moderator Eki.amw

- Analysis Summary
- Notes for Group
- Variable Summary
- Parameter Summary
- Notes for Model
- Estimates
- Modification Indices
- Minimization History
- Model Fit
- Execution Time

Estimates (Group number 1 - Default model)

Scalar Estimates (Group number 1 - Default model)

Maximum Likelihood Estimates

Regression Weights: (Group number 1 - Default model)

	Estimate	S.E.	C.R.	P	Label
ZÖznel_İyi_Ohuş_ToplamPuan <--- ZPsikolojikSağlamlık	,315	,057	5,538	***	
ZÖznel_İyi_Ohuş_ToplamPuan <--- PSKFxPS	-,031	,037	-,832	,405	
ZÖznel_İyi_Ohuş_ToplamPuan <--- ZPSKF_ToplamPuan	,297	,060	4,952	***	

Standardized Regression Weights: (Group number 1 - Default model)

	Estimate
ZÖznel_İyi_Ohuş_ToplamPuan <--- ZPsikolojikSağlamlık	,315
ZÖznel_İyi_Ohuş_ToplamPuan <--- PSKFxPS	-,036
ZÖznel_İyi_Ohuş_ToplamPuan <--- ZPSKF_ToplamPuan	,297

Covariances: (Group number 1 - Default model)

	Estimate	S.E.	C.R.	P	Label
ZPsikolojikSağlamlık <--> ZPSKF_ToplamPuan	,719	,060	12,035	***	
PSKFxPS <--> ZPSKF_ToplamPuan	-,517	,063	-8,235	***	
ZPsikolojikSağlamlık <--> PSKFxPS	-,372	,060	-6,174	***	

Correlations: (Group number 1 - Default model)

	Estimate
ZPsikolojikSağlamlık <--> ZPSKF_ToplamPuan	,720
PSKFxPS <--> ZPSKF_ToplamPuan	-,436
ZPsikolojikSağlamlık <--> PSKFxPS	-,314