

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIĞININ KİŞİLİK
ÖZELLİKLERİ VE FARKLI BAĞLANMA TÜRLERİ İLE İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
AHSEN HÜMEYRA AK

GAZİANTEP- 2019

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIĞININ KİŞİLİK
ÖZELLİKLERİ VE FARKLI BAĞLANMA TÜRLERİ İLE İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
AHSEN HÜMEYRA AK

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. ŞAZİYE SENEM BAŞGÜL

GAZİANTEP- 2019



**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE
YÜKSEK LİSANS KABUL VE ONAY FORMU**

Psikoloji Anabilim Dalı **Klinik Psikoloji** Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi **Ahsen Hümeysra AK** tarafından hazırlanan “**Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılığının Kişilik Özellikleri ve Farklı Bağlanma Türleri ile İlişkisinin İncelenmesi**” başlıklı tez, **25/06/2019** tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu **başarılı** bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Görevi

Unvanı, Adı ve Soyadı

İmzası:

Kurumu/Üniversitesi

Jüri Başkanı

Prof. Dr. Z. Bengi SEMERCİ
Hasan Kalyoncu Üniversitesi

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Şaziye Senem BAŞGÜL
Hasan Kalyoncu Üniversitesi

Jüri Üyesi

Doç. Dr. İtir Tarı CÖMERT
Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi

Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile onaylanmıştır.

Prof. Dr. Mazlum ÇELİK
Enstitü Müdürü

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılığının Kişilik Özellikleri ve Farklı Bağlanma Türleri ile İlişkinin İncelenmesi” başlıklı çalışmanın tarafımca, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım.
25/06/2019

Ahsen Hümeýra AK

ÖNSÖZ

Bu araştırmanın ortaya çıkmasında desteklerini esirgemeyen sevgili danışman hocam Doç. Dr. Şaziye Senem BAŞGÜL'e, istatistiki bilgilerini koşulsuz bir şekilde paylaşan Dr. Öğr. Üyesi Akif AVCU hocama teşekkürlerimi sunarım.

Klinik çalışmalarına dâhil olmamı sağlayarak uzman olma yolunda beni yüreklendiren çok değerli Dr. Öğr. Üyesi Hasan Turan KARATEPE hocama, akademik çalışma hayatımla beraber aktif çalışma hayatımda da desteklerini hissettiğim Mehmet KARATAŞ, Savaş MALTA ve Mehmet ŞAHİN hocalarıma şükranlarımı sunarım.

Bir eğitimci olarak bana yol gösteren babam Ali AK'a; hayatım boyunca aktif desteğini hissettiğim annem Fatma AK'a ve yoksunluklarını hissettirmeyen kardeşlerim Ahmet Cemil, Kevser Merve ve Serdar Mert'e her daim gönül borcum bulunacaktır.

Psikolojik dayanıklılığımın yegâne destekçisi, büyük bir sabırla hiçbir emeğini esirgemeyen ve hayallerime daima sahip çıkan çok kıymetli ablam Makbule Beyza KÖSEOĞLU'nu minnet duygularım ile kucaklamaktayım.

Aile bireylerimin yanı sıra sosyal desteklerini benden esirgemeyen Melike YÜCEL, Elçin MERİÇ ve ailesine, Merve KALYENCİ, Özge TUFAN ve Yasir Sinan İŞLER'e yaşantım boyunca minnettar olacağım.

Bu sayfada yer vermek istediğim lakin yazamadığım diğer sosyal destek kaynaklarımdan olan aile bireylerime, arkadaşlarıma ve de bu zamana dek emekleri üstümde olan hocalarıma teşekkürüm daimidir.

Son olarak elbette ki bu çalışmanın yapı taşlarından olan araştırmanın açığa çıkmasını destekleyen öğrenci arkadaşlarıma da teşekkürüm az kalacaktır.

Gaziantep, 2019

Ahsen Hümeysra AK

ÖZET

Alan yazında koruyucu ruh sağlığının üzerinde etkisi olduğu düşünülen bir kavram olan psikolojik dayanıklılık (resilince) kavramı bu araştırmanın ana değişkenini oluşturmuştur. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılığın kişilik özellikleri ve farklı bağlanma türleri ile ilişkisinin incelenmesi hedeflenmiştir.

Araştırmanın örneklemini Gaziantep ve Kayseri illerindeki çeşitli bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden belirlenmiştir.

Çalışmanın sonucunda psikolojik dayanıklılık seviyesi ile bağlanma stilleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık düzeyi ile kişilik özellikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık düzeyleri kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Yordayıcı değişkenlerin bağımlı değişkenler olan kısmi ilişkilerini gösteren şekiller incelendiğinde; dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge, güvenli bağlanma, yakınlık ve dayanma ile bağımlı değişken olan psikolojik dayanıklılık arasında doğrusal ve pozitif bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Son olarak, yordayıcı değişkenlerden korkulu bağlanma ve kaygı ile bağımlı değişken psikolojik dayanıklılık arasında doğrusal ve negatif bir ilişkinin olduğu neticesi elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik dayanıklılık, kişilik özellikleri, bağlanma stilleri, koruyucu ruh sağlığı.

ABSTRACT

In literature, the term resilience (psychological resistance) considered to be effective on preventive mental health is the main variable in this study. In this study, what has been aimed is to examine the relation with individual peculiarities of psychological attachment and different attachment types of university students.

The sample population of the study have been chosen among the university students studying at different faculties in Gaziantep and Kayseri.

In the end of the study has a significant statistical relation been determined between psychological resistant level and attachment styles. A significant relation between psychological resistant level and personality traits has been observed. Psychological resistant level has differed significantly between male and female students. When the patterns showing the partial relationship of predictor variables and dependent variable have been examined, it has been observed that there is a linear and positive relationship between extraversion, adaptability, responsibility, emotional stability, secure attachment, intimacy and psychological resistance, a dependent variable.

Finally, it has been found out that there exists a linear and negative relationship between fearful attachment and anxiety, which are two of the predictor variables, and psychological residence.

Keywords: Psychological Resistance, individual peculiarities, attachment styles, preventive mental health.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
ÖNSÖZ	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
İÇİNDEKİLER	i
TABLO LİSTESİ	iv
ŞEKİLLER LİSTESİ	v
KISALTMALAR	vi
BİRİNCİ BÖLÜM	
GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı.....	5
1.2. Araştırmanın Önemi	6
1.3. Araştırmanın Problemi.....	6
1.4. Alt Problemler.....	6
1.5. Araştırmanın Hipotezleri	7
1.6. Araştırmanın Sayıltıları.....	7
1.7. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	7
1.8. Tanımlar.....	8
İKİNCİ BÖLÜM	
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	9
2.1. Psikolojik Dayanıklılık	9
2.1.1. Psikolojik Dayanıklılığın Özellikleri	12
2.1.2. Psikolojik Dayanıklılığın Boyutları	13
2.1.2.1. Kendini Adama.....	13
2.1.2.2. Meydan Okuma	14
2.1.2.3. Kontrolü Elinde Tutma.....	14
2.1.3. Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler	14
2.1.3.1. Risk Faktörleri	15

2.1.3.2. Koruyucu Faktörler	16
2.1.3.3. Olumlu Sonuçlar.....	18
2.1.4. Psikolojik Dayanıklılık Modeli.....	18
2.1.5. Psikolojik Dayanıklılığın Gelişim Süreci İle İlgili Yapılan Araştırmaların İçeriği	18
2.1.5.1. Yurt Dışında Yer Alan Araştırmalar.....	19
2.1.5.2. Türkiye’de Yer Alan Araştırmaların İçeriği	19
2.1.6. Psikolojik Dayanıklılığın Geliştirilmesi	20
2.1.7. Psikolojik Olarak Dayanıklı Bireylerin Özellikleri	21
2.2. Kişilik Özellikleri	23
2.2.1 Kişilik Kavramı.....	23
2.2.2 Kişilik Kavramına Tarihsel Bakış Açısı	25
2.2.3. Kişilik Özellikleri	26
2.2.4. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Boyutları	26
2.2.4.1. Dışadönüklük-İçedönüklük (Extroversion-Introversion)	27
2.2.4.2. Duygusal Tutarsızlık/Nörotisiz-Unstability/Duygusal Tutarlılık (Emotional Stability)	27
2.2.4.3. Gelişime Açıklık-Gelişmemişlik (Intelligence/Openness to Experience - Unintelligence)	27
2.2.4.4. Yumuşak Başlılık/Uzlaşılabilirlik-(Agreeableness-Hostility) Hırçınlık/Antagonizm....	27
2.2.4.5. Öz-Denetim/Sorumluluk -Yönsüzlük/Dağınıklık (Conscientiousness -Undirectedness)	27
2.3. Bağlanma Stilleri.....	28
2.3.1. Bağlanma	28
2.3.2. Bağlanmanın Biçimlenmesi	29
2.3.3. Bağlanmada Kopukluk ve Çözülme.....	29
2.3.4. Bağlanma Stilleri	30
2.4. Koruyucu Ruh Sağlığına Genel Bir Bakış	32
2.4.1. Psikolojik Sağlamlığın Gelişim Süreciyle İlgili Yapılmış Çalışmalar	34

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM.....	36
3.1. Araştırmanın Yöntemi	36
3.1.1. Araştırmanın Modeli.....	36
3.1.2. Çalışma Grubu	37

3.1.3. Veri Toplama Araçları	38
3.1.4. Verilerin Toplanması	41
3.1.5. Verilerin Analizi	42

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR.....	44
4.1. Betimsel İstatistikler	44
4.2. Verilerin Analizi	50
4.2.1. Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular.....	52
4.2.2. İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular	53
4.2.3. Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular	55
4.2.4. Dördüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular.....	59

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA.....	63
----------------------	-----------

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	77
6.1.Sonuçlar	77
6.2.Öneriler	78

KAYNAKÇA.....	79
----------------------	-----------

EKLER.....	86
EK 1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu	86
EK 2. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Etik Kurul İzni	88
EK 3. Ölçeklerin Uygulamasına Dair İzin-Onam Belgeleri	89

TABLO LİSTESİ

	Sayfa No.
Tablo 1. Katılımcıların Üniversitelere göre dağılımı	37
Tablo 2. Katılımcıların bölümlere göre dağılımı	38
Tablo 3. Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı	38
Tablo 4. Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı	44
Tablo 5. Katılımcıların Bölümlere Göre Dağılımı	44
Tablo 6. Katılımcıların Üniversitelere Göre Dağılımı.....	45
Tablo 7. Katılımcıların Yaşa Göre Dağılımı	45
Tablo 8. Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Dağılımı.....	46
Tablo 9. Katılımcıların Psikolojik/Psikiyatrik Yardım Alıp Almama Durumlarına Göre Dağılımı.....	46
Tablo 10. Katılımcıların Medeni Durumlarına Göre Dağılımı.....	47
Tablo 11. Katılımcıların Kronik Hastalığa Sahip Olup Olmalarına Göre Dağılımı.....	47
Tablo 12. Katılımcıların Ailedeki Toplam Birey Sayısına Göre Dağılımı.....	47
Tablo 13. Katılımcıların Alkol Kullanım Durumlarına Göre Dağılımı.....	48
Tablo 14. Katılımcıların Sigara Kullanım Durumlarına Göre Dağılımı.....	48
Tablo 15. Katılımcıların Genel Not Ortalamasına Göre Dağılımı	49
Tablo 16. Katılımcıların Yaşadığı Yere Göre Dağılımı	49
Tablo 17. Katılımcıların İlaç Kullanıp Kullanmamalarına Göre Dağılımı	50
Tablo 18. Psikolojik Dayanıklılık Ve İlişkiler Ölçeğinin Alt Boyutları İçin Elde Edilen Betimsel İstatistikler.....	51
Tablo 19. Pearson Korelasyon Katsayısı Sonuçları.....	52
Tablo 20. Pearson Korelasyon Katsayısı Sonuçları.....	54
Tablo 21. Psikolojik Dayanıklılık ve Beş Faktör Kişilik Envanterin Cinsiyete Göre Betimsel İstatistikleri.....	55
Tablo 22. İlişki Özelliklerinin Cinsiyete Göre Betimsel İstatistikleri	56
Tablo 23. Cinsiyete Göre Oluşturulan Gruplarda Psikolojik Dayanıklılık Ve Kişilik Özelliklerinin Bağımsız Örneklem T-Testi İle Karşılaştırılması	57
Tablo 24. Cinsiyete Göre Oluşturulan Gruplarda Bağlanma Stilleri Düzeylerinin Bağımsız Örneklem t-Testi ile Karşılaştırılması	58
Tablo 25. Psikolojik Dayanıklılık İlişki Özelliklerini Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon analizi sonuçları	61

ŞEKİLLER LİSTESİ

	Sayfa No
Şekil 1: Psikolojik Dayanıklılığın Niteliği.....	15
Şekil 2: Bağlanmada Bireysel Farklılık Unsurları	30
Şekil 3: Normallik ve Doğrusallık Varsayımlarının İncelenmesi.....	60



KISALTMALAR

APA	:	American Psychological Association (Amerikan Psikoloji Birliği)
DSÖ	:	Dünya Sağlık Örgütü
IOM	:	Dünya Bankası ve Uluslararası Göç Örgütü
İÖ	:	İlişkiler Ölçeği
5FKE	:	Beş Faktör Kişilik Envanteri



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

İnsanlar evrimsel anlamda doğum öyküsü çerçevesinde değerlendirildiğinde yaşantılarını sürdürmek için birçok alanda farklılık içeren ihtiyaçlarını gidermek durumundadırlar. Bu ihtiyaçlar büyüme evresinde yaşantı ilerledikçe farklılaşmaktadır. İlk önce fizyolojik ihtiyaçlarını gidermeye çalışan bireyler daha sonra saygınlık, sevme-sevilmeme, arkadaşlık kurmaya dönük sosyal ve duygusal gereksinimlerine öncelik tanırırlar. Bireylerin sağlıklı ve adaptif bir yaşantı sürdürebilmesi adına ihtiyaçlarını eşit dağılımda gidermelerini sağlamaları gerekmektedir. Bireyler gereksinimlerini öncelerken de birçok farklı düzeyde ve yoğunlukta stresörlere maruz kalabilmektedirler. Evrimsel olarak bireylerin stresörlere maruz kalması bireylerin var oluşundan itibaren süregelen bir durumdur. Günümüzde de değişen yaşam koşulları ile beraber uyum sağlama adına atılan adımların varlığı ile ilgili maddeleri geniş bir şekilde de aşağıda sıralanmaktadır:

- Değişen ve gelişen teknolojik reformlar,
- Rekabetin artış göstermesi,
- Bir taraftan daha da yetkin olmak adına güvenli olmayan adımlar,
- İş bulma sürecinin güçleşmesi,
- Şehir yaşamına yönelik tercihin artışı ve bunun akabinde açığa çıkan trafik yoğunluğu,
- Doğrusal olmayan şekilde genişleyen kentleşme gibi açığa çıkan sorunlar,
- Üniversite yaşantısının bireylerin gözünde yegâne kurtulma yolu olarak görünümü,
- Çocuk ve ebeveynleri açısından birçok maddi- manevi problemleri ortaya çıkartılmasıdır.

Bu değişkenler geçmiş dönemler göz önüne alınarak incelendiği zaman değişkenlerin farklılaştığı görülmektedir. Bunlar gibi stresörlerin varlığında bireyler baş edebilme adına bazı savunma mekanizmaları geliştirirler. Maruz kaldıkları stresörlerle çözüm arayışlarına girmektedirler.

Bireyler birçok değişime aynı anda adapte olurken zorluklar da çekmektedir. Bu zorlukların temeli bireylerin karşılaştıkları farklılıklardaki güç durumlara verdikleri tepkilerdir. Bu farklılıkları bazı bireyler kabullenebilirken bazı bireyler de kabul edemeyerek

güçlükler yaşamaktadır. Ek olarak bu güçlüklerin yanında fazlasıyla da başarısızlık anlamında da ulaştıkları sonuçları da olabilmektedir (Aydoğdu, 2013).

Gerek maddi gerekse sosyalliğe dönük alanlardaki risklerin yanı sıra bireyler yaşantı içerisindeki karşılaştıkları zorluklar aşağıda yer almaktadır.

- Sevdiklerinin kaybı,
- Kendisinin veyahut ailesinden bir bireyin önem arz eden bir rahatsızlığa yakalanması,
- Aile içi problemlerin varlığı, doğal afet veya da kazalar geçirme,
- Bireylerin olumlu olmayan ebeveyn tutuma sahip olmalarıdır.

Yaşantıya dair olumlu olmayan durumların varlığında bireylerin verdikleri tepkiler erken çocukluk dönemi gibi diğer gelişim evreleri ile içe içe sürdürölmektedir. Kişinin erken çocukluk dönemi en yaygın ve en sık araştırılan dönemlerin başında gelmektedir. Erken çocukluk döneminde kişinin yaşantısına dair olumsuz anıları kişiyi ilerleyen süreçlerde de yüksek oranda etkilemektedir. Bu olumsuz anılar hüžün, kayıp, üzüntü, psikolojik ya da fizyolojik rahatsızlıklar olarak sıralanabilmektedir. Kişilerin olumsuz olaylara verdikleri tepkiler çeşitlilik göstermektedir. Bazı kişiler olumsuz yaşam olaylarında kendini hızlı bir şekilde toplayıp bir önceki işlevsellik dönemine dönebilmektedir. Sonrasında da yaşantıladığı hüžne rağmen yaşantısına daha kolay bir biçimde uyum sağlayabilmektedir. Kimi birey de yaşadığı olumsuz yaşantı ve durumlardan fazlaca etkilenebilmektedir. Yaşantısına ve bir önceki işlevsellik dönemine geri dönebilmek adına zorlanmaktadır (Erdođan, 2014).

Üniversiteye başlama ve bu farklı gelişim dönemine adapte olabilmek adına karşılaşılan birçok güçlük vardır. Aynı zamanda da bu yeni ve farklı yaşantılara adapte olabilmek bu güç durumu arttırılabilmektedir. Dönemin güçlüklerine bakıldığında ise ergenliğe dair gelişim evresinin getirilerinin olmasıdır. Eş zamanlı olarak da erişkinliğe yönelik gelişimin de bir yandan olması adaptasyonu zorlaştıracak diğer bir durumdur. Bu güçlükleri özetlemek gerekirse; ergenliğe yönelik gelişim ödevlerinin varlığı çözümlenmeye çalışılırken, eş zamanlı olarak da yeni bir gelişim evresinin ödev ve sorumlulukları baş göstermektedir. Bazı çalışmalarda risk grubundaki bireyler araştırılmıştır. Bu risk grubundaki bireylerden üniversite yaşantısındaki çevresel, emosyonel, akademik ve sosyal ihtiyaçların ergenliğin son safhasına denk gelmiş olması bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyine dair olan bir risktir (Hooper'dan [2003], Huddvd.'den [2000], Parrent'tan [2007] aktaran Gülden, 2015: 20).

Psikolojik dayanıklılık açısından araştırmalarda hakim olan inceleme alanı özet olarak şudur; bazı bireyler birbirleriyle benzer olumsuz hayat şartlarına maruz kalmaktadırlar. Maruz kaldıkları olumsuz durum sonrası bireylerin baş etme yetileri, verdikleri tepkiler, kendilerini

toparlayabilme güçleri farklılık göstermektedir. Aynı zamanda da olumsuz yaşantılarına rağmen bazı bireyler daha dayanıklı bir tutum sergilerken; bazıları da bu olumsuz yaşantıları karşılama anlamında ciddi güçlükler yaşamaktadırlar. Olumlu olmayan gidişatın varlığında dahi bazı çocukların sağlıklı ve pozitif yönde ilerlemesine dair sonuçlar mevcuttur. Bu sonuçları belirgin hale getirmek için olumsuz yaşam olaylarına pozitif yönde tutumlar sergileyen bu grubu psikolojik anlamda; “dayanıklı”, “sağlam” ya da “yılmaz” (resilient) yönünde nitelendirilmektedir. Kişinin geliştirilmesi gereken veya olumlu olmayan özelliklere eğilen çağdaş olmayan yaklaşımın tersine şu düşünce aktiftir: Bireyin olumlu kişilik özelliklerini dâhil eden pozitif psikoloji alanında olan psikolojik dayanıklılık terimi, psikoloji camiasında eş zamanlı olarak da dünyada ve Türkiye’de yoğun bir şekilde dikkat çeken, araştırılan bir kavram olarak güncelliğini korumaktadır (Erdoğan, 2014).

Walsh (2006), dayanıklılığı “ herhangi bir güçlük ile baş başa kalındığında biraz da sağlam biçimde o durumu atlatabilmeyi, bir kriz anında gelişimi sağlayabilmeyi ve dayanıklı olabilmek adına pasif bir tutumdan öte bir gidiş yolu” olarak tariflerken; Masten (1994) ise de dayanıklılığı “ tehlikeli durum ve güçlüklerle maruz kalındığına bir biçimde adapte olabilmek şeklinde ele alınmıştır.” “Resilient” (kendini çabuk toparlayan) teriminin dilimize katılmasında ortak bir paydada buluşulamamıştır. 23 öğretim üyesi psikolojik dayanıklılık kavramına dair olan kavram kargaşasından kurtulmak adına bu terime dayalı çalışmalar başlatmışlardır. Çünkü alan yazında bu terimin birçok ismi ve birçok da kullanım alanı mevcuttur. Bu isimler birebir alan yazında olduğu gibi alınmak istendiği ise şu şekilde sıralanabilir: “Dayanıklılık”, “sağlamlık”, “toparlanma gücü”, “yılmazlık”, “toparlanma”, “eski haline dönebilme gücü”, “kendini çabuk toparlama”, “güçlülük”, “psikolojik sağlamlık”, “psikolojik dayanıklılık”, gibi yabancı literatürde de farklı isimler altında bulunması mevcut olmuştur. En nihayetinde 23 öğretim üyesinin çalışması neticesinde ortak kavram olarak “psikolojik dayanıklılık” teriminde karar kılınmıştır (Yıldırım, 2014).

Kişilik (personality) kelimesinin kökeni Latince maske kelimesinden gelmektedir. Her bireyin hayatında kendisine dair sahip olduğu ve kendini oynadığı bir birey anlamına gelir. Çocuğun yüzüne maske konulduktan sonra, dışarıdan monte edilmiş gibi olmayana dek, sakın bir şekilde çocuğu şekillendirmeye meyil eder. Sanki maske dâhilinde varmışız gibidir ve evvelden itibaren bu olması gereken gibidir. Olması gereken gibi gelmeye başladığı takdirde kişi mevcut kültürü ile iç içe olmuştur. Adler’e göre, bir bireyin kişiliği hiçbir zaman ahlaki bir yargının esasından gelemez. Kişinin etrafında olup biten ile nasıl bir ilişki kurduğu göz ardı edilmemelidir. Yer aldığı toplumdaki ilişki formlarının kişinin kendisini toplumsal açıdan ele almasının bir sonucu olarak görmeyi tercih ederiz. Çoğu psikolog, kişiliği kişinin kendine

dair farklı alanlarda ve zaman dâhilinde süreklilik arz eden emosyonel, zihinsel ve davranışsal biçim şeklinde ifade etmektedirler. İfadede yer alan kişiyi bir diğerinden farklı kılan ve kendisini kendisi yapan değişiklikleri içine alandır. Bir başka açıdan da kişiliğin pasif ve daimi oluşu vurgulanmaktadır. Bu kişisel değişiklikler süre içinde ve farklılaşan durumlarda daimi halini sağlayacaktır. Psikologlar kişilik kavramını birkaç farklı düzeyde ele alırlar. Kimileri kişiliğin önemli özelliklerine öncelik verirler. Kimileri de bireylerin kişilik özellikleri açısından aynı olmayan noktaların incelenmesine odaklanmışlardır. Kişilikler arasındaki aynı olmayan noktaları araştıran psikologlar kişiliğin gelişmesindeki önem noktasının aileden geçtiğini savunurlar. Diğer gruptaki psikologlar ise bireyler arası farklı olan kişilik özelliklerini fiziksel, çevresel etkenlerin dâhilinde açıklamışlardır. Bireyin kendisini ve yaşantıladığı durumları anlamlandırdıktan sonra gidişatı öğrenmenin bir sonucu olarak düşünmektedirler (Özen, 2012).

Kişilik, temelinde kişiyi bir diğerinden farklı olarak kabul edendir. Kişilik, bireyi farklılıklar dâhilinde ele alan bir terimdir. Bireyin fizyolojik ve sosyal alanı ile ilintili olan durumunu açığa çıkartan emosyonel, bilişsel ve davranışsal anlamda birbirinden ayırtıran ve bütünleştirendir. Alan yazında kişilik fazlasıyla önem arz etmektedir. Luthans (2010) kişiliğin doğuştan getirdiği bazı kalımsal özellikler ile ilerisi ile açığa çıkan fiziksel şartların ve sosyal öğelerin varlığı dâhilinde oluşan bir terim olarak ifade edilmektedir. Smith vd. (2003) kişilik kavramının bir araya getirilmesinde fiziksel koşullar ve genetik aktarımın tesirini kesinlikle beyan edilmiştir. Ek olarak kişiliği, çevre ve kalımsal etkenlerin birleşimi olarak incelenmektedir. Kişilik ile bağlantılı birçok fikir beyan edilmiştir. Beş faktör kuramı alanda mevcut olan farklılık barındıran fikirleri tek çatı altında birleştirmiştir. Mevcut çalışmalar akabinde kişilik ile ilintili çalışmaların beş faktör olarak toparlanabileceği düşünülmüştür. Bu faktörlere göz atıldığında ise; dışadönüklük, duygusal denge/nevrotizm, yumuşak başlılık, sorumluluk ve deneyime açıklık/kültür olarak birçok kültürler arası araştırmalarda netliğe kavuşturulmuştur (Karaca, 2019).

Hayatın ilk zamanlarında, çocuğun annesiyle arasında inşa edilen ve bu etki alanı sonucunda çocuğun kişiliğinin ve ruhsal parçanın mihenk taşları oluşmakta ve ayrıca ortaya çıkan bağlanmanın bağlanma eylemine ulaştığı, kişilerin erişkinlik dönemindeki bağlanma eylemine de katkısı olduğu ortaya konulmuştur (Gazioğlu, 2015).

Bağlanma stilleri ele alınmadan önce bağlanma kuramına göz atılması gerekmektedir. Bebek ilk yaşama geldiği andan itibaren yaşamda var olabilmek ve varlığını devam ettirebilmek için kendisine bakım verilmesine ihtiyaç duymaktadır. Fiziksel, bilişsel ve emosyonel açıdan gelişimsel anlamda gelişimin en hızlı 0-2 yaş aralığında bebeğin temel

bakım verenine bağımlı olmaması kaçınılmazdır. Emosyonel bağ sağlama meyili ve ihtiyacı yüksek oranda olan bebeklerin bu ihtiyaç yaşamlarına devamları için de elzemdir (Dönmez'den [2000] aktaran Bolattekin, 2014: 16). Bowlby (1969-1980) tarafından ortaya konulan bağlanma teorisi, hayatın ilk senelerinde bebek ve temel bakım veren birey ile geliştirilen ilişki dinamiğini içermektedir. Bebeklerin temel bakım vereni ve/veya ebeveyni ile kurdukları ilk ilişki formları, hayatlarında daimi olarak diğer bireylerarası ilişki formlarına da sirayet etmekte ve ek olarak daha da ileride kuracakları ilişkilerin temelini oluşturmaktadır (Bowlby, 1977).

Bowlby (1973) bağlanmanın ortaya çıkabilmesi için yakınlık başta olmak üzere; sıcaklık ve daimilik gibi unsurları içeren dolaylı olamayan bir ilişkiyi işaret etmektedir. Bebek bağ kuracağı kişiye karar verirken bağ kurduğu kişi ile bir arada kalabilme ve/veya olabilmeye ihtiyaç duymaktadır. Bağ kurulan kişi sağlam ve aynı zamanda da teskin edici gibi yetilere sahip olması gerekmektedir. Bebeğin fizyolojik çevreyi algılamasında duyma, görme ve dokunsal duyularının büyük önem taşıdığı aşikârdır. En önemlisi de dokunsal duyunun bebek ve temel bakım veren arasındaki ilişkiyi sağlamlaştırdığı üzerinde durulmaktadır (Ekşim, 2016).

1.1. Araştırmanın Amacı

Yapılacak olan bu araştırmanın temel amacı yaşantımızda neden bazı bireyler birçok olumsuz durum ve tutum karşısında baş etme güçleri daha sağlam iken; neden diğer bireyler de baş etme yetileri daha minimum düzeydedir. Bu temel amaç bağlamında üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık kavramının yaşantımızı etkileyen 2 temel değişken paralelinde; kişilik özellikleri ve farklı bağlanma türlerine göre incelemek amaçlanmıştır. Eğer psikolojik dayanıklılığı etkileyen değişkenler bulunabilirse aynı zamanda koruyucu ruh sağlığına katkı sağlanabileceği de düşünülmüştür. Ek olarak da edinilen demografik verilerin bağlamında da psikolojik dayanıklılık irdelenmesi hedeflenmiştir. Bu demografik veriler ise; cinsiyet, yaş, var olan kardeş sayısı, evde kimlerle yaşadığı, medeni durum, daha önce psikolojik ya da psikiyatrik bir yardım almasına, genel not ortalaması, sigara ve alkol tüketimine göre aralarında bir ilişki olup olmadığı da değerlendirilmesi hedeflenmiştir.

1.2. Araştırmanın Önemi

Araştırmanın gerekçe ve önemi: Koruyucu ruh sağlığı çerçevesinde hangi değişkenlerin önemli olduğu ya da etki ettiği ile bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin farklılaşmasının araştırılması hedeflenmiştir. Eğer bu farklılaşma açığa çıkartılabilirse aynı zamanda da psikolojik dayanıklılığı artırma ve psikolojik dayanıklılığı muhafaza etme konusunda da bireylerin yaşantılarına atıfta bulunulabileceği düşünülmektedir.

Yapılan bazı araştırmalarda psikolojik dayanıklılığın öğrenilebilir bir yeti olduğu bulunmuştur. Maten ve ark. 1990'a göre psikolojik dayanıklılık maruz kalınan gerçekler dâhilinde ortaya çıkan farkındalıkların yardımıyla ile öğrenilen bir kavramdır. Ek olarak gelişimsel anlamda devam edebilen bir süreç olarak ele alınmaktadır (Beardslee ve Podorefsky'den [1998] aktaran Basım ve Çetin, 2011: 22). Bu gibi faktörler göz önüne alındığında koruyucu ruh sağlığı açısından psikolojik dayanıklılık psikoeğitim şeklinde bireylere öğretilir. Nasıl öğretilmesi ya da nereden başlanması gerektiğine ise insan yaşamını etkileyen ve belirleyen kavramlardan kişilik ve bağlanma stilleri dâhilinde ulaşılması ve desteklenebileceği düşünülmektedir.

1.3. Araştırmanın Problemi

Yapılacak olan araştırmanın temelinde yaşantımızda neden bazı bireyler birçok olumsuz durum ve tutum karşısında baş etme güçleri daha sağlam iken; neden diğer bireyler de baş etme yetileri daha minimum düzeyde ya da baş etmek konusunda oldukça güçlük çekmektedirler. Bu temel amaç bağlamında bireylerin dayanıklılık kavramının yaşantımızı etkileyen 2 temel değişken paralelinde; kişilik özellikleri ve bağlanma türlerine göre ve bazı demografik bilgilere göre ne derecede ilişkili olduğu durumunu incelemek hedeflenmiştir.

1.4. Alt Problemler

Araştırmada yukarıda ifade edilen problemlere dair aşağıda yer alacak sorulara ulaşılmak hedeflenmiştir.

- Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve bağlanma stilleri düzeyleri arasında herhangi bir ilişki var mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve kişilik özellikleri düzeyleri arasında herhangi bir ilişki var mıdır?

- Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin, bağlanma stilleri ve kişilik özellikleri cinsiyete göre değişkenlik gösterir mi?
- Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ve bağlanma stilleri bireylerin psikolojik dayanıklılığını ne düzeyde yordayabilir?

1.5. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmada yer alan problem ve alt problemlerin varlığına bakılarak genel başlık altında araştırmanın hipotezine şu şekilde yer verilmektedir:

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılığının kişilik özellikleri ve farklı bağlanma türleri ile ilişkisinin incelenmesinde; cinsiyet, yaş, var olan kardeş sayısı, evde kimlerle yaşadığı, medeni durum, daha önce psikolojik ya da psikiyatrik bir yardım almasına, genel not ortalaması, sigara ve alkol tüketimine göre aralarında bir ilişki olup olmadığı varsayılmaktadır.

1.6. Araştırmanın Sayıtları

Bu çalışma için göz önünde bulundurulmuş sayıtlar şunlardır:

- Psikolojik dayanıklılık ile kişilik alt boyutlarından nevrozizm arasında ilişkinin olduğu varsayılmaktadır.
- Psikolojik dayanıklılık ile kişilik alt boyutlarından dışadönüklük arasında ilişkinin olduğu varsayılmaktadır.
- Psikolojik dayanıklılık ile bağlanma stillerinin alt boyutunda yer alan kaygılı bağlanma stili ile arasında ilişkinin olduğu varsayılmaktadır.
- Psikolojik dayanıklılık ile bağlanma stillerinin alt boyutunda yer alan güvenli bağlanma stili ile arasında ilişkinin olduğu varsayılmaktadır.

1.7. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın sınırlılıklarına bakıldığında ise, aşağıdaki sayılacak maddelere yer alabilmektedir:

- Araştırmanın popülasyonu Kayseri ve Gaziantep’de bulunan ve bu şehirlerdeki üniversitelerde okuyan 18-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinden oluşması bir sınırlılık olarak sayılabilir.

➤ Araştırmanın Türkiye’deki diğer üniversitelerde okuyan öğrencilere yordanamaması araştırmada var olabilecek diğer bir sınırlılık olarak düşünülmektedir. Yani bu araştırma genellenebilirlik düzeyi bir sınırlılık olabilir.

➤ Bu araştırma çalışıldığı tarih olan 2019 yılı ile sınırlıdır.

1.8. Tanımlar

Psikolojik Dayanıklılık: Rutter (2006), psikolojik dayanıklılığın kişilerin hayatlarındaki önemli güçlüklerin akabinde ortaya çıkan deneyimler ve açığa çıkan çıktılarının bir araya gelmesinin sonucu olarak tanımlamaktadır (Aktaş, 2016).

Kişilik: Allport (1937) “Kişilik” adlı kitabında kişiliği; “kişinin çevresine sağlayacağı uyumu niteleyen psikofiziksel düzenlerin, kişinin kendindeki canlı örgütleri” şeklinde tanımlamaktadır (Tatlılıoğlu, 2013).

Kişilik Özellikleri: Kişilik kavramının açıklanmasına dair alanda birçok fikir beyan edilmiştir. Beş Faktör Kişilik Kuramı bu gibi değişik fikirleri tek bir çerçevede bir araya getirmiştir. Alanda mevcut olan birçok çalışmada kişilik kavramına dönük çalışmaların beş faktörde irdelenebileceğine katılmışlardır. Bu değişkenler ise; dışadönüklük, duygusal denge/nevrotizm, yumuşak başlılık, sorumluluk ve deneyime açıklık/kültür gibi çoğu kültürler arası araştırmada kabul görmüştür (Tatlılıoğlu, 2013).

Bağlanma: Bağlanma, bir bireyin korku duygusu yaşadığında, bitkin olduğunda veya rahatsızlandığı zaman bir figürle ilinti sağlamak veya da yakın mesafeyi sağlamak adına duyulan yoğun bir arzudur (Bowlby, 1982).

Bağlanma Stilleri: Bağlanma stilleri, kişinin kendisini ve diğer bireyleri ne şekilde görmeye çalıştığını ifade eden sosyal olarak birbirini etkileme halidir (Bartholomew, 1990).

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Psikolojik Dayanıklılık

Psikolojik dayanıklılık: Bir örseleyici deneyim, bir riskli durum, bir trajedi ya da aileyi içeren ve ilişkisel problemler, sağlığa dönük önemli sorunlar, çalışma hayatı ve maddi problemler gibi büyük stresörlerin varlıklarına yönelik, bireyin adaptasyonunu muhafaza edebilme zamanı, kişinin kendini güçlendirme yetisi ya da farklılaşmanın/katastrofik tabloyu uyuma dönük bir şekilde atlatabilme becerisidir.

Ek olarak psikolojik dayanıklılık, bir kişilik özelliği açısından ele alındığında; hızlı bir şekilde uyuma dönük olabilme dirayeti, güçlükleri alt edebilme kuvveti, dirençli olma hali, elastik olabilme ve sağlamlık anlamlarına gelecek şekilde kullanılmaktadır.

Ulusal alan yazında ise psikolojik dayanıklılık konusuna dair ortak ifadenin oluşturulması için alandaki yapılan çalışmalar incelenmiştir. Bu incelemelerin sonucunda Resilience teriminin: Kendini toparlama gücüdür. “Toparlanma, güçlülük, psikolojik güçlülük, dirençlilik, yılmazlık, sağlamlık, psikolojik dayanıklılık, dayanıklılık, psikolojik sağlamlık” olarak birçok farklı halleri ile kullanılması ile de terimleşmiştir. Bu terimler içinden ‘Resilience’ en doğru karşılık bulduğu için dilimizdeki ortak ifadesi ‘psikolojik dayanıklılık’ kavramı olarak adlandırılmaktadır (Çam ve Büyükbayram, 2017).

Bilinen düşünürlerden Friedrich Nietzsche “Beni öldürmeyen şey güçlendirir” diye ifade ederken; esas olarak psikolojik dayanıklılık terimine de atfını görebiliriz. Bazı kişiler güçlüklerin varlığında çok çabuk bir şekilde bırakıp, sağlam duruşu geride bırakarak mağlubiyeti kucaklamaktadır. Bazıları da tehlike içeren alanlarda, stresörlerin de dâhil olduğu hissiyatlar ya da güçlükler ile mücadele edebilme ve kendini hayata adapte edebilme becerisine sahip olduğu savunulmaktadır. Psikolojik dayanıklılığa sahip bireyler her bir güçlüğü aştıkça bir nebze daha da kendilerine dair güvenme ve yapabilme düzeyinde artış görülmektedir. Gündelik yaşantıda her zaman maruz kalabileceğimiz güçlüklerin, net olmayan durumların, negatif olaylara yönelik sağlam tutum sergileyip, bu sayılanlara göğüs gerebilmek kişi için mühim bir teçhizattır. Bu açıdan sosyal yaşamda ve biraz daha önem arz eden iş yaşantısında psikolojik dayanıklılığa dair davranışlar sergileyen kişiler kıyaslanmıştır.

Bu kişilerin kıyaslanmasında iş yaşantılarında daha başarılı olabildikleri görülmektedir. Aynı zamanda da hayatlarından da daha memnun ve dinginlerdir (Polatçı vd., 2017).

Niçin bazı kişiler stres içeren yaşantıdaki olaylara maruziyetlerinde bedensel ve ruhsal hastalığa vakıf olma ihtimali ile yüz yüze; diğerleri ise sağlam bir kişilik özelliğine sahip oldukları için bu ihtimali ıskalamaktadır gibi bir sorgulama da vardır (Sezgin, 2012).

Diğer taraftan da bazı bireyler güç gelen katastrofik durumlarda dahi yaşantılarını sürdürürken ve aynı zamanda da kendilerine dair inanç ve kuvveti oluşturabilmektedir. Bu kişilere bakıldığında ise birçok özellikleri içinde barındırdıkları görülmektedir: Bireylerarası iletişim yetileri, sorun çözme/karar verme yetileri, bedensel açıdan işlevselliğini sürdürebilme yetileri ve kimliği ortaya koyabilme/ hayatı idealize edebilme gibi kısaca sayılabilecek yaşantı özellikleri sıralanabilmektedir (Terzi, 2005).

Sıralanan bu yetilerde karşılaştıkları problemlerle başarılı bir şekilde baş edebilme potansiyelleri, sağlıklı kalabilmeye odaklanmış, kişisel anlamda hedeflere ulaşmak adına ve daha da anlamlı yaşantı sürdürebilme amacına sahip, sosyal, bireysel ve bütün yerlerde olumluya dönük yaşantıyı sürdürebilme gereksinimine sahip olmaya gayret eden kişilerdir. Bu kişileri tanımlamak adına İngilizce alan yazında “resilient” (kendini çabuk toparlayan) kelimesi tercih edilmektedir. Henderson ve Milstein’e göre (1996) kendini toplama yetisi kavramı üç çeşit olguya açıklık getirmekte başvurulur:

- Uzun zamanlı fakirlik veya anne babalarından uyuşturucuya yönelme davranışı gibi fazla oranda tehlikeli uyaranlarla bir arada olan çocuklar içinde olumlu çıktılarını kaydetmek,
- Uzun zamanlı stresör uyandıran durumlar etkisinde bile (ebeveynlerin ayrılığı gibi) bir çocuğun güçlü olan taraflarını sürdürebilme yetisi,
- Nedeni olmaksızın yaşantısında var olan bir travmanın negatif sonuçlarından hızlı bir şekilde ayrışabilme, travmanın negatif sonuçlarını uzun olmayan sürede geçirebilmektir.

Devamlı bir şekilde etrafı ile uyumlu bir süreç sürdürmeye gayret eden birey, yaşantısında birtakım problemlerle bir arada olmaktadır. Mesela sevilen birinin kaybı, sevdiğinin başka bir bireyle ilişkisinin olması, işinden ayrılması, ekonomik anlamda çekilen güçlükler, tedavisi olmayan bir rahatsızlığa maruz kalması, doğal afetlere maruz kalması ve birçok olumsuz yaşam olay ve/veya olaylarının olması olarak sıralanabilmektedir. Sayılan bu yaşam olayları bireyi aniden yoksunluk ile baş başa bırakıp, hayatını sürdürmek konusunda bireyi bunaltabilir.

Eğer ki bireyin olumsuz yaşam olaylarına yönelik tutumu kendisini çaresizlikten ya da çökmekten alıkoyacak seviyede değilse olumsuz yaşam olayları karşısında kendisini zayıf hissedebilmektedir. Böyle yaşam olayları karşısında baş edilemeyen tepkileri mevcuttur. Bu tepkilerin sonucunda bireyin içsel gerilimleri fazlalaşmakta, anksiyeteye dönük belirtilerin varlığında emosyonel denge işlevini yitirmekte, uyumu azalmakta, rahatsızlık boyutunda da hissedilerek ve daha da ileri safhalar için somatik hastalıklar ortaya çıkmaktadır (Terzi, 2005).

Murphy (1987)'e göre kişinin psikolojik dayanıklılığı, travmatik deneyimlerin sonunda iyilik haline ulaşmadaki zaman zarfı, güçlüklerle mücadele edebilmenin akabinde, dış dünyaya adaptasyonunu yükseltecek pozitif açıdan ilerleme sağlamasıdır. Ek olarak da geleceğe yönelik pozitif olması, umut edilen durumların varlığı ve hayata da daha da ümitvar olunabilmesi diye nitelendirilmektedir. Psikolojik dayanıklılık terimine yönelik ortak paydada bakıldığında:

- Önemli güçlükler ya da travmatik hayatlara dönük kişilerin katı olmama halleri,
- Başkaldırı zorlukları,
- Sahip olunan pozitif deneyimler,
- Farklılaşan fiziksel durumlara adapte olma,
- Geleceğe dönük olarak da daha pozitif düşünebilme yetilerini kapsamaktadır.

Bazı tanımlamalardan hareketle psikolojik dayanıklılık terimi şu şekilde özetlenmektedir. Kişinin hayatına etki eden çoğu güçlük durumunda her çeşit güçlüğü varlığına rağmen adaptasyonu sağlamayabilmektir. Aynı zamanda da gelecek yaşantıya dair pasif olmayan eylemlerdir. Kişinin yaşamın her zamanına sirayet eden çoğu fiziksel değişken ve bu değişkenler sonucu açığa çıkan stresörler engellenemez. Kişinin hayatını sirayet altında bırakan olumlu olmayan stresör ve/veya örseleyici deneyimlerin varlığında her birey, değişik oranda davranış çıktısı sergilemektedir. Psikolojik dayanıklılık seviyesi yüksek sayılacak bireylere bakıldığında:

- Eylemlerinde tolere düzeylerinin yüksek oluşu,
- Esnek eğilime sahip olabilmeleri,
- Kendilerini kollamak adına tutumları,
- Olumlu olmayan durumların varlığında duyumsal, emosyonel ve zihinsel açıdan olumlu çıktılara sahip olabilmeleri olarak nitelenmektedir.

Dayanıklılık düzeyi yüksek olan bireyler ayrıca olumlu olmayan durumların varlığında edindikleri olumlu çıktılarının sonucunda huzur duyma, gururlu olma, şevkli olabilme, başarısını gözetme, mesut olma gibi emosyonları yaşantılamaktadır. Sayılan bu emosyonların

olumlu atıfları da mevcuttur: Kendilik saygıları artarak ve kendilik kuvvetleri yüksektir. Bireyin ileriye dönük isteklerinde de yükseliş ve çevrelerine dair pozitif eğilimler sağlamaları da kolaylaşmaktadır. Eldeki bu veriler eşliğinde bakıldığında, ileriye dönük uzun vadeli olarak daha da pozitif yönde gerçekleşmesi muhtemel durumların açığa çıkmasıdır.

Rotter'e (1954) göre olumlu olmayan durumların varlığında yeteri kadar dirayet sergilemeyen kişiler emosyonel, duyumsal ve zihinsel açıdan kazanımları olarak da olumlu olmayan deneyimlerin akabinde korku, anksiyete, öfke, hayal kırıklığı, hüznün, yalıtılmışlık, mahcubiyet ve depresyona dair negatif emosyonlar deneyimleyeceklerdir. Sayılan mevcut bu emosyonlara ait bahsedilebilecek atıflar olumsuz anlamların çıktısı olarak bireylerin kendilik saygıları ve kuvvetleri azalacak; uzun vadeli olarak ileriye bakışları daralacak ve etraflarına yönelik olumlu olmayan eğilimleri açığa çıkarabileceklerdir.

Bunun sonucunda kişinin geleceğe dair ümit ettiği durumlar olumlu olamayan bir şekil alma halinde olması kaçınılmazdır. Buradan da ulaşıyor ki, geçmişteki pozitif veya da negatif deneyimler, gelecekteki yaşantılamaya dönük durumlara da sirayet etmektedir. Tatar'a (2005) göre beklenti şu şekilde açıklamaktadır. Beklenti daha evvelki yaşantılardan ileri gelen ve hangi durumun varlığı söz konusu olacağına dair tahminleri içerir. Kişilerin geleceğe dönük bir şekilde tahminlere sahip olabilmeleri, geçmişte o konuya dair bir yaşantının söz konusu olduğu şeklinde işaret olarak değerlendirilebilmektedir.

Rotter'e (1954) göre, kişinin geçmiş hayatında edinmiş olduğu pekiştireçler, umut ettiklerinin geleceğe dönük olmasını büyük ölçüde belirlemektedir. Bu sebeple belirli bir pozisyondaki beklenti geleceğe dönük istek ve taleplerden daha ziyade, kişinin kendine dönük algısal süreçleri üzerinde etkili olabilmektedir.

Sosyal öğrenme kuramcıları "beklenti" terimini geçmiş deneyimlere ve aynı durumlardaki yaşantıların varlığında ve gelecekteki spresifik durumlarda başarı sergileme ya da eyleme dair fikirler olarak nitelendirilmektedir. Nurmi (2001)'e göre gelecek beklentisi, kişilerin gelecekle ilintili fikir, istek ve anksiyete düzeylerini içeren zihinsel haritalar adında bir terim olarak yer almaktadır. Kuramsal bakış açısından ele alındığında ise, geleceğe dair beklentiler mühimdir; çünkü beklentiler kesin yargılara ulaşılmasında en kuvvetli etkenlerdir (Aktaş, 2016).

2.1.1. Psikolojik Dayanıklılığın Özellikleri

Teorik açıdan, dayanıklılık erken çocukluk evresinde oluşmakta, zengin ve farklılıklar içeren hayat yaşantılarının akabinde bir çıktı olarak meydana gelmektedir. Stresör içeren

durumların varlığında dayanıklılığı sağlamak için ailenin sahip oldukları tepkiler, varoluşsal sebepleri, hayatı revize edebilme yetileri onları ileriye taşıyan maddeler olmaktadır. Anne ve babalar her bir kişinin kendine has bir yapıya sahip olduğu gerçeği ile barışmalılar. Çocuklarının eylemlerinin sonuçlarına dair de çocuklarına destek olmaları gerekmektedir. Çocukların eylemleri, tercihleri, nihai düşünceleri ile çocuklar kendi hayatlarını daha iyi bir duruma getirmelerinde alan oluşturmakta ve çocukların tercihlerinde özerklik sağlamalıdır. Dayanıklılığın ortaya çıkmamasındaki diğer bir unsura bakıldığında; ihtiyaç duydukları alanın yoksunluğunda çocukların ileride karşılaşacakları hayat sahnelerindeki durumlardaki güçlüklerdir. Çocuk, biricikliğe dair hissiyatı giderilmediğinden ötürü, ne aile ne de toplum içinde sağlıklı bireylerarası ilişkiler kuramayacaktır (Sarıkaya, 2015).

2.1.2. Psikolojik Dayanıklılığın Boyutları

Fribog ve ark. (2007), psikolojik dayanıklılık kavramını beş bölüme ayırıştırıp bu bölümler üzerinden çalışmalar gerçekleştirmektedir. Bu bölümlerin isimleri ise: Kendin olma, gelecek düşüncesi, sosyallik, aile ilişkileri ve sosyal ortamdır (Şahin, 2015).

Kobasa 1979'a göre daha evvel yaptığı alan çalışmasında yüksek oranda stresörlere maruz kalan bireyler ve düşük oranda patolojik skalaya sahip kişiler üzerinde yapılan araştırmalara yer vermektedir. Çok yüksek düzeyde stresörlere sahip olan bireylerin aynı zamanda da hastalıkların yoksunluğunun olması onları psikolojik dayanıklılık kavramlarının kendini adama, kontrolü elinde tutma ve meydan okuma/müdahalecilik gibi durumların varlığının etkisi altında oldukları sonucuna götürmektedir (Karataş, 2016). Bu alt boyutlar aşağıda detaylı olarak incelenmektedir.

2.1.2.1. Kendini Adama

Kendini adama psikolojik dayanıklılığın alt boyutlarını oluşturan maddelerin başında gelmektedir. Kobasa (1979)'a göre kişinin hayatında birçok alanı ile ilgilenmeye dair meyilli hali, kendini adama alt boyutu olarak özetlenmektedir. Herhangi bir duruma ait sahip olunan merak, ilgilenme durumu kişinin kendini adama alt boyutunu vermektedir. Kişinin doğrudan canlı bir biçimde durumlara dâhil olması ve bunu gündelik hayatı yaşantılarken yapabilmesi kendini adama boyutuna götürmektedir. Kişinin özet hali ile çalıştığı işe, duruma ya da hayata kelime anlamı olarak da adaması demektir.

2.1.2.2. Meydan Okuma

Psikolojik dayanıklılık alt boyutlarını oluşturan diğer bir madde de meydan okumadır. Psikolojik dayanıklılığın alt boyutunda yer alan meydan okuma kavramı olumsuz yaşam olaylarının ve stresör içeren deneyimlerin kişiyi ileriye dönük güçlendirdiğini savunmaktadır. Bu alt boyuta sahip kişiler, herhangi farklı bir duruma geçmeyi gelişimsel olarak değerlendirmektedirler. Farklılaşmayı yaşantının doğal seyrinde kabul edip, anormal olarak değerlendirmezler. Değişimi pek çok bireyin aksine bir güvenli alandan çıkmaya iten bir tehdit olarak görmezler (Karataş, 2016).

2.1.2.3. Kontrolü Elinde Tutma

Yine psikolojik dayanıklılık alt boyutlarını araştırırken ele alınması gereken diğer bir alt boyut ise kontrolü elinde tutma tabiridir. Bireylerin hayatlarında deneyimledikleri olumsuz durumların varlığında ümitlerini kaybetmeden içinde buldukları durumu farklılaştırabileceklerine olan umut edebilme derecelerini içermektedir. Kendine ait disiplin, başarıma güdüsü, motivasyonel eğilim, karar ve tercih yapabilme gibi birçok özellikleri de içeren bu alt boyut aynı zamanda da bireylerin üç tür kendilerine dönük kontrolü de içerir. Bunlar karar kontrolü, bilişsel kontrol ve başa çıkma kontrolü olarak üç ayrı alt başlıkta incelenmektedir (Kobasa, 1979).

2.1.3. Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler

Psikolojik dayanıklılık kavramı çoğunlukla çoğu terim gibi mevcut olağan durumları gözetmektedir. Aynı zamanda da düzeyi ve etkilenme derecesi de farklılaşmaktadır. Belirli durumlar psikolojik dayanıklılığı arttırırken kimi bazı durumların varlığı ise psikolojik dayanıklılığın düzeyini düşürebilmekte ya da koruyucu bir faktör olabilmektedir. Psikolojik dayanıklılık düzeyini etkileyen durumları, risk faktörleri, muhafaza edici faktörler ve olumlu neticeler olarak geniş 3 başlık olarak ele alınabilmektedir (Gürkan'dan [2006] aktaran Özcan, 2015: 19).

2.1.3.1. Risk Faktörleri

Psikolojik dayanıklılığın ilerleyebilmesi açısından, ön şart olarak kişinin bir tehdide uğrama ihtimaline maruz kalması gerekmektedir. Bu tehdide uğrama ihtimali etkenlerinin olumlu olmayan tesirinin azalış göstermesi ya da tamamen gitmesi açısından muhafaza edecek etkenlerin sağlanması önemlidir. Risk: Bir sorunun açığa çıkması, sürmesi veya da daha da zor bir hal alma ihtimalini yükselten sıradan bir olay, durum veya da yaşantıdır. Muhafaza eden etkenler ise, risklerin ve olumsuz gerekliliklerin negatif yönünü eksilten veya fazlalaştıran etmenlerdir. Kişilerin, çalışma hayatlarında maruz kaldıkları ihtimal dâhilinde riskli durumlar ve edinmiş oldukları koruyucu etmenler de psikolojik dayanıklılığa olan sirayeti düşünülmektedir. Bilhassa çalışma hayatında birçok risk etmenine maruz kalan, her durumda güç halde rahatsızlığa sahip bireylere profesyonel sağılatım vermek, hastayı daha iyi duruma getirmek için uğraşan hemşirelerde de psikolojik dayanıklılık terimi oldukça önemlidir (Çam ve Büyükbayram, 2017).



Şekil 1: Psikolojik Dayanıklılığın Niteliği

Kaynak: Koç ve Yıldırım'dan [2014] aktaran Batan, 2016: 71.

2.1.3.2. Koruyucu Faktörler

Koruyucu faktörler, psikolojik dayanıklılığa etkisi olan risk etmenleri ile mücadele edebilmeyi destekleyen bir terimdir. Bu sebeptir ki, negatif durumlarla mücadele etmekte olan kişilerin daha ümitvar olabilmesi mümkündür (Tümlü'den [2012] aktaran Özcan, 2015: 19).

Koruyucu faktörlere yönelik risk faktörleri üç gruba ayrılmaktadır:

Kişisel Koruyucu Faktörler: Özgüven sahibi olabilme, ümitvarlık, pozitif duyguları çoğaltabilme, kazanılmış dirayet, kendilik saygısı, güvenli bağlanma, ileriye dönük hedefler oluşturabilme, manevi eğilimin varlığı, iyi bakabilme yetisi, kendi yeterlilik alanı, sorun çözme becerisini devrede aktif olabilmesi, dışa dönüklük, var olanları aktif bir biçimde koordine edebilme, duyarlı olabilme, farkındalık düzeyinin varlığı, girişimde bulunabilme gücü, sabır düzeyinin yüksek oluşu, yapması gerekenleri yerine getirebilme, farkında olunan kuvvet düzeyi olarak sıralanabilmektedir. Ek olarak normal ve normalin üzerinde olan bir zekâ seviyesinin varlığı da koruyucu bir etmen olduğu bulunmaktadır. Zekâ düzeyleri yüksek olan kişilerin tehlike barındıran olayların varlığında etkin sorunu çözme yetisi dâhilinde davranışlar ortaya koydukları çözümler olarak kaydedilmektedir.

Ailesel Koruyucu Faktörler: Aileye dönük pozitif iletişim, aileye dair bağ, alakalı ebeveynlere dair geliştirilen bağ, ebeveynlerin beraberlikleri ve aileyi ilgilendiren konularda hep beraber eyleme geçebilmek, yapılacak sorumlulukların paylaşımı ve o sorumlulukların hayata geçirilmesi olarak sıralanabilmektedir.

Sosyal Koruyucu Faktörler: Risk faktörlerinin göz önünde olması halinde bireylerin muhafaza edilmesine destek olan ve aileye dönük etmenleri saymadan bütün psikolojik, fizyolojik ve sosyallığe dönük destek kaynaklarının varlığıdır.

Muhafaza edici etmenlerin tehdit içeren durumların açığa çıkardığı negatif çıktıları düşürdüğü ve adaptasyon seviyesine destek sağladığı öngörülmektedir. Psikolojik anlamda da dayanıklılık özelliğine sahip çocukların da güçlüklerle mücadele etmekte içsel ve dışsal değişkenleri içerdiği bulunmuştur. Aşağıda içsel ve dışsal faktörler ele alınmaktadır.

İçsel Faktörler: Psikolojik dayanıklılıkla alakalı içsel faktörler ele alındığında genetik, içgüdüsel ve kişiye dönük olarak alt başlıklarda toplanabilmektedir. İçsel faktörler genel olarak da psikolojik ve biyolojik olarak geniş iki başlık altında toplanabilmektedir. Biyolojik faktörler de kendi içerisinde genel sağlık, genetik yatkınlık, mizaç ve cinsiyet açısından ele alınmaktadır.

Genel sağlık açısından psikolojik dayanıklılık ele alındığında fizyolojik anlamda sağlığı yerinde olan çocuklar sağlıklı olmayan çocuklar ile mukayese edildiklerinde daha dayanıklı olup daha da düşük oranda çocukluk döneminde hastalıklara yakalanmaktadırlar.

Genetik yatkınlık açısından psikolojik dayanıklılık ele alındığında ise psikolojik anlamda daha dayanıklı olabilen çocukların ailelerindeki gelişimsel anamnezlerinde daha düşük oranda süreğen rahatsızlıklar ve genetik rahatsızlıklar söz konusudur.

Mizaca psikolojik dayanıklılık ekseninde bakıldığında ise dingin, zor olmayan çocukların stresör içeren durumlara yönelik uyum güçlerinin daha yüksek olması söz konusudur.

Cinsiyet açısından ele alınan psikolojik dayanıklılık kavramı erkeklerin aleyhine olduğu savunulmaktadır. Bütün risk etmenleri göz önünde alındığında erkeklerin daha hassas ve daha da düşük dayanıklılık düzeyinden bahsedilmektedir.

Psikolojik Faktörler: Bu etmenler de yine birkaç başlık altında incelenebilmektedir. Psikolojik dayanıklılığa psikolojik faktörler çerçevesinde bakıldığında bilişsel yeterlilik, başa çıkma yeteneği ve kişilik özellikleri olarak sıralanmaktadır.

Bilişsel yeterlik olarak ele alınan psikolojik dayanıklılık zekâ ve bilişsel stil; kısaca düşünmeden eyleme geçmenin azlığına karşılık gelen tabiri içermekte ve etkilemektedir.

Bir başa çıkma yeteneği açısından değerlendirilen psikolojik dayanıklılık kavramı iç içe kavramlar olduğu çıkarımı yapılmaktadır.

Kişilik özellikleri açısından ele alınan psikolojik dayanıklılık kavramı pozitif kendilik saygısı, kendi etkililik, iç görü, kendine dönük denetime sahip olabilme, iyi bir bakış açısını koruyabilme, motivasyonel süreç ve ilgileri kapsar. Pozitif kendilik algısına vakıf olan çocuklar kendilerine dönük değerlendirmelerinde güçlü olduklarını düşünürler ve güçlü olmayan yanlarını bilip aynı zamanda da özerk bir şekilde tercihte bulunabilmektedirler. Olumsuz, hüzün içerikli yaşam olaylarını da yıkıcı olmayan bir biçimde anımsamaktadırlar. Ek olarak da psikolojik dayanıklılığın kişilik özellikleri bakımından ele alındığında; psikolojik dayanıklılık oranının yüksek olması bireyin kendini olumlu tanımlama ve bireyler arası ilişkileri de pozitif yönde tanımlama oranları yüksekliğinden ileri gelmektedir (Alver, 2014).

2.1.3.3. Olumlu Sonuçlar

Bireyin hayatında varlığını duyumsadığı içe ve dışa bağımlı koruyucu faktörler, kişinin yaşantısında var olan risk etmenlerini bertaraf etmesinin akabinde kişinin edinmiş olduğu yetilerdir. Bu yetiler ise:

- Bireyin gelişim ödevlerini hayatına kazandırması,
- Akademik başarısının artışı,
- Pozitif sosyal ilişki dinamiklerinin sosyalliğe dönük olması,
- Mutlu hissedebilmek ve yaşantıdan tat alabilmek,
- Başkasına zararı olabilecek düşünce ve eylemlerde bulunmamak,
- Sağlıklı olmayan düşünce eylemlerinin yokluğu,
- Emosyonel anlamda yaşantıda olan sorunların veya da belirtilerin yoksunluğu,
- Toplum normu dâhilinde sosyal çevre olarak adlandırılan grubun onayladığı eylemlerin varlığı,
- Psikolojik anlamda iyi oluş ve hayata dair tatminin daha yoğun olmasıdır (Özcan, 2015).

2.1.4. Psikolojik Dayanıklılık Modeli

Psikolojik dayanıklılık kavramı tarihsel açıdan incelendiğinde bu kavramın başlatıcısı olabilecek isim Kobasa (1979)'dur. Kobasa'nın yaptığı çalışmada bireylerin geçirmiş oldukları rahatsızlıklar ve stresör seviyeleri gözetilerek iki grup çalışma sonucunda mukayese edilmiştir. Bu çalışmanın neticesine göre yoğun stresörün varlığında olan kişilerin hastalanma oranı ters orantılı olarak gözlenmektedir. Kişilerin meydan okuma, kendini adama ve kontrol alt başlıkları da açığa çıkmaktadır (Karataş, 2016).

2.1.5. Psikolojik Dayanıklılığın Gelişim Süreci İle İlgili Yapılan Araştırmaların İçeriği

Psikolojik dayanıklılık kavramının gelişim sürecine bakıldığında risk ve muhafaza edici etmenlerin önemi söz konusudur. Psikolojik dayanıklılığın ilerlemesinde, yaşanan durumlardaki risklerin varlığı ve bu risklerin varlığının olumlu olmayan tesir düzeylerinin düşürülmesi ya da bertaraf edilmesinde muhafaza edici etmenlerin ortaya çıkarılması elzemdir.

Risk, psikolojik dayanıklılığın ortaya çıkabilmesinde ön şarttır. Risk aynı zamanda olumsuz bir netice görülme ihtimalini yükselten veya daha çok etmenin, tesirin yer almasıdır. Özet şekli ile olumsuz bir durumun açığa çıkma, sürme veyahut içinden çıkılmaz hali alma ihtimaline sahip afaki bir olay örgüsünde, durum ya da yaşantı demektir. Muhafaza edici etmenlere bakış açısında ise; tehdit içeren durumların ve olumsuz şartların negatif sirayetlerini düşüren veya da bertaraf eden etmenlerdir (Öz ve Yılmaz, 2009).

Psikolojik dayanıklılığın gelişim sürecine dair çalışmalar hem yurt dışında hem de ülkemizde olmak üzere aşağıda yer verilmektedir.

2.1.5.1. Yurt Dışında Yer Alan Araştırmalar

Psikolojik dayanıklılık 3 dönem şeklindeki zaman aralığında yayılmaktadır. İlk dönemi içeren araştırmalarda (1955-2000), risk etmenlerinin ve zor hayat şartlarının bireysel farklılıklar açısından ele alınmasını içermektedir. 2. Dönem ise (1988-1997), psikolojik dayanıklılık bir nitelik olarak nasıl elde edilebileceği, muhafaza edici etmenlerin ve tehdit içeren etmenlerin ne şekilde ortadan kaldırılabileceğine dair etmenleri ele alan çalışmaları içermektedir. Son dönem (1992-1998), ise tehdit içeren etmenleri nasıl bertaraf edilebileceğine dairdir. Ek olarak hayat dönük güçlük içeren koşulların bütün olarak değerlendirilmesini kapsayan çalışmalar ele alınmaktadır.

Özet olarak yurt dışında ele alınan psikolojik dayanıklılığı içeren çalışmalar daha dar kapsamlı örneklem grubu dâhilinde ve psikolojik dayanıklılığın sürece yayıldığı izlem çalışmalarının varlığından bahsedilmektedir. Bununla beraber psikolojik dayanıklılık düzeyinin artırılması açısından risk etmenlerini ele alan çalışmaların varlığı da söz konusudur.

2.1.5.2. Türkiye’de Yer Alan Araştırmaların İçeriği

Türkiye’de yer alan psikolojik dayanıklılık araştırmalarının içeriği farklılaşmaktadır. Bu durum etnik köken farklılıkları, dini açıdan ve bazı bölgelerin güçlüklerle dolu yaşantı düzeylerinden oluşmaktadır. Bu farklılıklar da alan çalışmalarına engel olmuştur. Günümüze yaklaştıkça da erişkinlik gelişim çağına dönük çalışmalarda risk etmenleri ve olumlu olmayan hayat eylemlerini ele almaya başlanmaktadır. Bununla birlikte daha belirgin risk içeren yaşantıya dair durumlara psikolojik dayanıklılık kapsamında yer verilmesi gerekliliği düşünülmektedir. Bu belirgin alanlar ise rahatsızlıklar, kaybın ardındaki süreçler, yalnızlık gibi konuları içermektedir. Türkiye’deki araştırmalarda çocukluk, ergenlik ve genç erişkinlik

dönemlerine ait boylamsal araştırmaların yoksunluğu söz konusudur. Son olarak da erken gelişim evrelerindeki hangi etmenlerin muhafaza edicidir sorusuna ait ilgili araştırmalar da eksiktir (Gökçen, 2015).

2.1.6. Psikolojik Dayanıklılığın Geliştirilmesi

Psikolojik dayanıklılık, bireylerin doğuştan itibaren sahip olduklarını sürdürdükleri birçok kişilik özellikle bağlantılı olmasına rağmen daha sonradan edinilebilen ve ilerletilebilen bir özelliktir. Psikolojik dayanıklılığın ilerletilebilmesi için farklı tavsiyeler mevcuttur. Amerikan Psikoloji Birliği (American Psychological Association/APA), on adımdan oluşan bir yeniden yapılandırma süreci önermektedirler. Bu yapılandırma sürecine göre psikolojik dayanıklılık sürecine dâhil olabilmek ve ilerletebilmek adına aşağıdaki maddelerin varlığı önemlidir (APA, <http://www.apa.org/helpcenter/roadresilience.aspx> [2015] aktaran Dünder, 2016: 20).

➤ **İlişki Kurmak:** Psikolojik sağlamlığın ortaya koyulması ve yapılandırılması çevresel faktörlerin dâhilinde olabilmesinin önemi büyüktür. Travmatik durumlarda aile, arkadaşlar ve diğer sayılabilecek bireyin yaşantısında önem arz eden ilişkiler bireye kuvvet kazandırır ve sorununun elimine edilmesi adına daha da çeşitli destekler alabilmesine olanaklar tanır. Aileden ve arkadaşlardan edinilecek desteklerinin ve inanç desteğinin kamu kuruluşlarından edinilecek destekte psikolojik dayanıklılığı yükseltmeye dair önemli bir yeri vardır.

➤ **Sorunları Aşılamaz Görmemek:** Yaşantıda maruz kalınan problemler ne denli büyük olursa olsunlar bireyin bunu abartarak bertaraf edilecek bir sorun olarak yaklaşmaması gerekmektedir. Ne kadar stresörü elimine etmek ihtimal dahilinde değilse de; bu stresör ile mücadele edilebilecek zihinsel süreçlerin varlığı mühimdir.

➤ **Değişimi Yaşamın Bir Parçası Olarak Kabullemek:** Aktif olarak farklılaştırılmayacak olan durumların yaşantının bir getirisi olduğuna dair kanaat ve bu duruma dair problemle başa çıkma yetisinin önemi vurgulanmalıdır.

➤ **Hedeflere Doğru Hareket Etmek:** Beklenmedik durumlarda problemin çözümüne dair bazı amaçlar belirleyip bu amaçlar için çaba göstermek gerekmektedir. Amaçlara yönelik eylemlerde bulunurken; daha düzenli bir biçimde davranışlar beklenmektedir. Süreçte bu kazanılan başarılar minimum boyutta gözükse de sürecin tamamında oldukça mühimdir.

➤ **Kararlı Bir Şekilde Önlemler Almak:** Sürecin olumsuz olması demek, kararsız kalmak ile paralellik göstermektedir. Bu sebepten ötürü daha net bir şekilde eylemde bulunup ve bazı tedbirler ile eylemlerde bulunmak önemlidir.

➤ **Kendini Keşfetmek:** Beklenmedik anlar ve büyük problemler, kişilerin kendilerine ait yeteneklerinin açığa çıkması için yeni alanlar ortaya çıkartabilmektedir. Bu durumlarda, kişilerin kendi yolculuğuna tekrar çıkışında kendinin farkına varması ve kendine dair olan öz saygısını tekrardan sağlamasında faydalı olabilmektedir. Yapılan çalışmalar, bu problemleri yaşantılayan bireylerin kayda değer bir kısmında kendilik değerlerinde yükseliş olduğunu bulmuşlardır.

➤ **Kişisel Görünüme Özen Göstermek:** Bireyin bu zaman zarfında dışsal görünümünü gözetmeli ve içgüdülerine de kulak vermesi lazımdır.

➤ **Uzun Vadeli Perspektifler Oluşturmak:** Hayatta olaylar ne denli bireye ağır gelse de olayları daha büyük bir pencereden bakabilmek ve uzun vadeli bakış açıları ortaya çıkartılmalı ve bu çerçevede ilerlemek gerekir.

➤ **Umutlu Olmak:** Bu durumlarda daha olumlu bir bakış açısı ve problemlerin çözülebileceğine yönelik ümitvar olabilmek önemlidir.

➤ **Dikkat Etmek:** Psikolojik dayanıklılığın sağlanmasında kişinin öz bakıma önem vermesi ve öz sağlığı için gözetmesi önemlidir.

➤ **Diğer Yardımcı Unsurlar:** Yaşantıları yazmak, diğerleri ile paylaşımında bulunmak, meditasyon gibi eylemlerin psikolojik dayanıklılığın ilerletilmesine faydalı sayılabilecek kademeler arasında yer almaktadır (Dündar, 2016).

2.1.7. Psikolojik Olarak Dayanıklı Bireylerin Özellikleri

11 Eylül yaşanan terör saldırılarından sonra 2002 Ağustos ayında APA (American Psychological Association), tehlike ve belirgin olmayan yaşantılama anlarında “bir önceki hale dönüş” ve sağlam bir duruma ulaşarak "Road to Resilience" (Dayanıklılığa Giden Yol) adında ulusal bir kamu eğitim kampanyasına yer verilmiştir. Bu kampanyanın savunduğu noktalar aşağıda yer almaktadır:

➤ Sağlık neredeyse her kişinin edinebileceği ve ilerletebileceği bir durumdur.

➤ Sağlık uzun bir güzergâha sahiptir. Bu güzergâhta sadece bir olay ya da nihai varış değildir.

➤ Her bireyin güzergâhı çeşitlilik göstermektedir. Her birey kendisi için olumlu ve fayda sağlayan davranışları ve eylemleri nitelendirerek sağlamlılığını inşa ederken kendine dair bireysel yolunu ortaya çıkarmaktadır (Alver, 2014).

Psikolojik anlamda sağlam olan kişilerin doğuştan itibaren getirdikleri ve daha sonradan elde ettikleri bireysel özellikleri şunlardır (Benard'dan [1991] aktaran Gürkan, 2006).

1. Psikolojik Olarak Dayanıklı Bireylerin Doğuştan Gelen Kişisel Karakteristikleri

➤ **Dingin bir mizaç veya da karakterin olması:** Bazı bireyler doğuştan bir özellik olarak getirdikleri aktarımları diğer bireylerin özellikleri ile mukayese edildiğinde daha fazla esnek ve daha az kaygılıdır. Bireyler bebekken farklılık içeren kişilik özellikleri sergilemektedirler.

➤ **Diğer bireylerden alınan olumlu geribildirimleri kabul edebilme:** Bu bireyler sevilme eğilimini gerçekleştirebilen, arkadaş olmaya meyilli bireylerin özellikle etraflarında olmayı tercih edilen bireylerdir. Genellikle lider özellikleri sergilerler. Bazı bireyler başarılı sosyalliğe dönük etki mekanizması yöntemleri edinirken, bu yetiler bu bireylerde doğuştan gelen bir özelliktir.

2. Psikolojik Olarak Dayanıklı Bireylerin Sonradan Kazanılan Kişisel Karakteristikleri

➤ **Diğer insanlara yönelik empatik tutum ve sevgiye dönük davranışlar:** Empati doğuştan gelen bir yetidir; lakin çevresel faktörlerde birey bunu iletmezse unutulmaktadır. Deneyimler çerçevesinde yeniden kazanımı sağlanmaktadır.

➤ **İleri düzeyde iletişim yetilerinin varlığı:** Bu yetiler ile gereksinimleri dile getirebilme ve onlara kavuşabilme, agresyonun yoksunluğunda kararlı olabilmek ve zorlamaya karşı sağlam kalabilme yetileridir.

➤ **Kendine yönelik mizahi yaklaşımın varlığı:** Negatif pozisyonların mizahi ve ironi özelliği taşıyan taraflarına odaklanan bireyler, acı deneyimini daha ideal bir tarafa çekip acı ile daha aktif bir şekilde baş edebilirler. Kendilerini ve olayları daha az ciddiye alan bireyler, güçlüklerin ötesinde daha ümitvar yarınlara odaklanabilmektedirler.

➤ **Kimlik duygusunun varlığının olması:** Nereden geldiklerini ve buna dair gurur hissiyatına sahip bireyler, bu yaklaşım ile olumsuzlukları bertaraf etmek adına daha aktif olmaktadır.

➤ **Bağımlı olmadan eyleme geçebilme becerisi:** Bir işe başlayabilme ve başka bireye gereksinim duymadan önem arz eden işleri yerine getirebilen bireyler daha dayanıklıdır.

➤ **Sağlıklı olmayan durum ve bireylere mesafeli olabilme becerisi:** Kendilerinin negatif yönden etkileme ihtimali olan bireylerden, kendi hayatlarında farkındalık oluşturabilme adına amaçlar belirlemektedirler.

➤ **Bir hedefe ve ileriye dönük duyguların varlığının olması:** Hayatta bir hedefe sahip olan veya sosyal oluşumun getirisi olarak gören bireyler diğer insanlar için önemli ve zorunlu bir birey olduklarını duymamaktadırlar. Tüm olumsuz durumlara karşın daha aydınlık bir geleceğe sahip olacaklarına dair inançları, psikolojik anlamda dayanıklı bireylerin aydınlık bir yarın için uğraşmalarını sağlamaktadır (Alver, 2014).

2.2. Kişilik Özellikleri

2.2.1 Kişilik Kavramı

Kişilik, kişilerin fikir, emasyon ve eylem gibi psikolojik reaksiyonlarındaki ve değişiklikleri ortaya çıkarır. Bununla beraber yalnızca yaşantılanan zaman içerisinde yer alınan biyolojik pozisyon ya da sosyal mekân ile açıklık getirilemeyen şekilde daimilik içeren nitelikler ve meyil adı altında da özetlenebilir.

Eski zamanlardan itibaren bireyin kişiliğini ve onun niteliklerini yordamaya dair bazı tasvirler açığa çıkmaktadır. Tarihteki tasvirlere göz önüne alındığında en yıllanmış olan Sümerlere dayanan Gılgamış destanında yer verilen cesaret, kibir ve asi yürekli gibi sıfatlardır. Hipokrat ise vücut sıvılarını sahip oldukları renklerine göre 4 grup altında ayırt etmiş ve 5. yüzyıldan 17. yüzyıla dek geçerliliğini korumuştur. Vücut sıvılarını incelendiğinde safranın koyu renk alması ile melankolik bireylerde anksiyete ve depresyona meyil; safranın sarımsı renk alması ile kolerik mizaçlıların huzursuz ve canlı bireyler olarak ilintili olması bulunmaktadır (Taymur ve Türkçapar, 2012).

Kişilik, kişinin aktif hanesindeki eylem, zihinsel niteliklerini ortaya koyan psikofizyolojik yöntemler olarak nitelendirilmektedir (Allport'dan [1961] aktaran Basım, Çelik ve Tabak, 2009: 22).

Kişilik, bir bireyin tüm alakalarının, eğilimlerinin, becerilerinin, dışsal görünüşünün ve fizyolojik çevreye adaptasyon şeklinin özelliklerini barındıran bir terimdir. Bireyin belleği, dışsal görünümü, sesi ve konuşma şekli, olaylara yönelik tepki düzeyi, bireylere ve doğaya dair tutumu, dine yönelik tutumu vb. özellikleri o bireyin kişiliğini nitelendirmekte önem arz etmektedir. Kişilik kavramı, geniş ölçekli bir konu olduğundan çeşitli nitelendirmeleri yapılmaktadır. Bu çeşitli nitelendirmelerde psikologların ortak paydada buluştukları salt bir tanımı bulunmamaktadır.

Bu zamana dek yapılan nitelendirmelerde var olan kişilik kavramı, bir bireyi diğerlerinden ayıran fiziksel, bilişsel ve ruha dair özelliklerinin tümü olarak hesaba katılmaktadır. Kişiliğin bir tarafını temeli biyolojik faktörlerden olan güdüler ve dürtülerden oluşmaktadır. Öteki tarafı ise kişiyi devamlı etkisi altına alan sosyokültürel etmenlerden ibarettir. Kişilik teriminin karşılığında şahsiyet terimi yer almaktadır. Kişilik ve şahsiyet sözcükleri dilimizde ve günümüzde hala kullanımı aktiftir.

Kişilik ile tercih edilen ve bazen de aynı kelime olarak karıştırılan terimler; karakter ve mizaçtır. Bu terimler birbirilerini kapsasa da aynı anlamda değildirler. Karakter bireyin sosyal, düşünsel, zihinsel ve ahlaki anlayışının pozitif taraftan ilerlemesi olarak nitelendirilmektedir. Karakter ise; bireyin mevcut olduğu topluluğun ahlaki değer yargıları ve davranış biçiminin kendine atıfta bulunma hali, sahiplenme sonucu oluşan yerleşmiş tutum ve davranış özellikleri olması söylenmektedir. Karakter kişiliğin daha sonrasında edinilen ve kişinin sosyal ortamına dair çıkarımına yönelik, tutum ve davranışlardaki net tutumu ve sürekliliğine karşılık gelmektedir. Mizaç kelimesine bakıldığında ise; sözlükte yer alan ve karşılık gelen isimleri “huy, tabiat, yaratılış”tır. Psikoloji literatürüne bakıldığında ise mizaç, kişinin doğuştan getirdiği fiziksel ve emosyonel özellikleri içerir. Bununla beraber çok basit bir halde farklılık göstermeyen ve genetik materyallerin etkisi altında olduğu kişilik özellikleri anlamında da kullanılmaktadır (Bayar, 2018).

Kişilik oluşumu biyolojik koşullarla ya da sosyo-kültürel etkilerle ifade eden kuramlar, bugüne dek mevcut konumlarını bütüncül bakış açısına bırakmaktadırlar. Kişilik artık, doğuştan getirilen eğilimlerin ve kişinin çevresel faktörüne dair adaptasyonunu belirleyen edinilmiş özelliklerin oturmuş bütünü olarak algılanmaktadır. Kişinin yetenekleri onun kişiliğinin bir tarafını yansıttığı için, oluşmasında da önemli etmenler arasında yer almaktadır. İçinde yaşanılan sosyo-kültürel çerçevede edinme, rol model alma ve içselleştirme yolu ile edinilen özellikler, yer alan kültürde kendine ait diğerinden ayırt edilecek değerleri, din ve ahlak anlayışı, çeşitli davranış kalıplarıyla, toplumsallaşma zaman diliminde inşa edilen ilişkiler kişiliğe sirayet etmektedir.

Bireyler arası görülen farklılıklar, farklı kişilik çeşitlerini hem kalıtım hem de kültürel çevre farklılıklarıyla ortaya konulmaktadır. Sosyal bir bilimci olan Ibn-i Haldun bireylerde

bulunan değişiklikleri genetik faktörden, yoksa çevresel faktörlerden, yoksa edinilen eğitimden mi sorusuna kalıttan edinilen bilgileri gözeterek çevresel faktörlere de yer vermektedir. Konuya dair fikirlerini “Birey doğa ve mizacın değil, şartların ve alışkanlıklarının kişisidir. Bireyin alışkın olduğu bir pozisyon, ileri safhada kendisinin doğal karakterinin yerini almaya başlayan ahlak, meleke ve adet şeklinde tezahür eder” biçiminde ifade etmektedir (Bayar, 2018).

2.2.2 Kişilik Kavramına Tarihsel Bakış Açısı

Kişilik sözcük anlamı açısından bakıldığında “persona” sözcüğünden gelmektedir. Eski Roma ve Yunan tiyatrolarında oyuncuların yüzlerine taktıkları maskeler için kullanılan sözcük; kişiliktir. Oyuncunun büründüğü karakteri oynayıp onu seslendirmesi dolaylı olarak kendi kişiliğinden çıkarak başka bir kişiliğe girmesinden ötürü bu isimle anılmaktadır (Armaner’den [1980] aktaran Sürücü, 2017: 406-425). Aynı zamanda maskenin oyun süresince aynı karakteri sürdürmesi ve maskenin yansıttığı mevcut istikrar ve sürekliliği yansıtan psikolojik bir işlevi olarak bireyin kişiliğinde ortaya çıkmaktadır (Biçer’den [2011] aktaran Sürücü, 2017: 406-425).

Genetik ve çevresel etmenlerin bir çıktısı olarak ortaya çıkan kişilik, kişiye ait emosyon, biliş ve eylemlerin örgütlenip bir araya gelerek ortaya çıkması söz konusudur. Kişiliğin fiziksel özelliklere göre şekillendiği; boy, kilo, saç, göz, ten rengi ve bedensel özelliklerin gözetilip bu çerçevede kişiliğin açığa çıktığı konusu Hipokrat’tan itibaren tartışılmaktadır. Günümüzde ise toplumsal ve ruhsal özelliklere göre kişilik özellikleri farklılıklar içermektedir. Bu farklılıkları ele alan kuramlar vardır. Freud’un psikoanalitik kuramı; Jung, Adler, Horney ve Erikson’un neo-analitik kuramı; Pavlov, Galton, Tyron ve Gottesman’ın biyolojik kuramı; Pavlov, Miller ve Donald’ın davranışçı kuramı; Kelly, Rotter ve Bandura’nın bilişsel kuramı; Allport, Murray ve McDougall’ın özellikçi kuramı; Fromm ve Rogers’ın hümanist kuramı; Murray ve Sullivan’ın etkileşimci kuramı şeklinde yer almaktadır.

Psikolojide geniş bir zaman diliminde, kişilik özellikleri (varsayılan) ve eylemler (gözlenebilen) pateni açığa çıkmıştır. Daha sonra 1960’lı yıllarda Mischel, Marlowe ve Gergen’in kişilik ve ahlaki özellikler arasındaki tutarlılığın beklenen düzeyin altında yer aldığı ve değişkenlerin yüksek düzeyde bulunduğunu ortaya koymuşlardır. Bunlar kişilik özellikleri (varsayılan), eylemler (gözlenebilen) ve çevresel faktörler (etkileşim) değişkenlerini içeren bir yaklaşım haline gelmiştir. Dolaylı olarak kişilik özelliklerinin tek olarak değil; karşılıklı bir biçimde tüm bir davranış kalıbına sirayet ettiği de ifade edilmiştir (Kağıtçıbaşı’dan [1977] aktaran Hazar, 2006: 125).

2.2.3. Kişilik Özellikleri

Kişilik bireylerin zihin, emosyon ve eylem gibi psikolojik çıktılarındaki çeşitliliklerini ortaya koymaktadır. Sadece yaşantılanan durum, duyumsanan biyolojik durum veya sosyal hal dâhilinde mevcut olmayan açıklamaların devamlılık halindeki özellikler ve meyiller olarak nitelendirilmektedir (Taymur ve Türkçapar'dan [2012] aktaran Yöyen, Azaklı, Üney, Demirci ve Merdan, 2017: 75-93).

Kişinin zihin, emosyon ve eyleme dönük başvurduğu ilişki ile beraber kişilik, psikolojik çıktılarını kişiden kişiye göre farklılaşabilen ve önem arz eden sürekli taraflarını içermektedir. Bununla beraber de kişinin zihinsel, emosyonel ve eyleme dönük yapılandırılması ile bağıntılı sorununu bertaraf etme yetisi ile de ilintilidir (Yöyen vd., 2017).

Allport ile açığa çıkan kişiliğin ana paradigmasını ve ayırıcı niteliklerini ortaya çıkartmaya yarayan araştırmalar, Cattell ve Eysenck ile süregelmiştir. 1980'lerden itibaren de Robert McCrea ve Paul Costa'nın desteklerinin varlığında da pig yapmaktadır. Faktör analizi yöntemine başvurarak kişiliğin devamlılığı ve yapısını irdeleyen iki çalışmacı ilk olarak "dışadönüklük" ve "duygusal tutarsızlık" alt başlıklarına öncelik vermektedir. Daha sonra "gelişime açıklık" olarak isimlendirdikleri başka bir alt başlık daha açığa çıkartmışlardır. Bir zaman zarfında kişilik özelliklerinin 3 alt başlık olarak araştıran McCrea ve Costa daha sonradan 1983-1985 seneleri süresince kişilik özelliklerinin çalışmaları neticesinde 5 alt başlıkta olduğunda ulaşmaktadırlar (İnanç ve Yerlikaya'dan [2011] aktaran Yıldızoğlu ve Burgaz, 2014: 298). En son olarak da McCrea ve Costa şablona "geçimlilik" ve "sorumluluk" alt başlıklarını eklemektedirler.

2.2.4. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Boyutları

Özellik (trait) eğilimi günümüzde yapılan çalışmalarda en çok tercih edilmekte olan bir tutumdur. Bu tutumun dahil olduğu 'Beş Faktör Kişilik Modeli'nin (5FKM)' bir kuramdan öte, kişiliğin ele alınmasında otorite haline gelmiştir. 5FKM, kişilik özelliklerini niteleyen kelimelerin faktör analitik uygulamaları ile beş faktörde (5F) bir araya gelmesiyle ortaya çıkarılmaktadır. Faktörler de adlarını bu oluşumlardan edinmektedirler. Klinik düzeyde olsun olmasın örnekleme 5FKM puanlarının, kişilik bozuklukları ve psiko-patolojik belirtilerin genel hesaplanmasının bir yordayıcısı olarak görülebileceği birçok araştırma yer almaktadır. Ek olarak birinci ve ikinci eksen rahatsızlıklarına dair tanılarda 5FKM'nin faydalı ve işlevsel olabileceği de çoğu araştırmada rastlanılmaktadır. Mevcut ilişkiler çerçevesince 5FKM ölçümlerinin sağlığa dair girişimlerin,

eylemlerin hedeflenmesine ve işleme konulmasında göz önünde bulundurulması tavsiye edilmektedir (Tatar, 2016).

2.2.4.1. Dışadönüklük-İçedönüklük (Extroversion-Introversion)

Bireylerin oldukça sosyal yapıda oldukları, eyleme dönük, tercihlerinin belirgin oluşu, konuşmaya hâkim, girişken olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca bireylere karşı da sıcak tutumlarını ifade etmektedir.

2.2.4.2. Duygusal Tutarsızlık / Nörotisizm -Unstability/ Duygusal Tutarlılık (Emotional Stability)

Duygusal anlamda dengede olamamak bir bireyin sahip olduğu anksiyete, öfke, stresörlerin varlığı, düşünmeden eylemde bulunma, güvenmeme ve ilerisi için de depresyon için risk grubudur.

2.2.4.3. Gelişime Açıklık - Gelişmemişlik (Intelligence/Openness to Experience - Unintelligence)

Açık olmak; kendimize dönük ifade gücü, ne düşündüğümüzün sözel ifadesi, verileri net ve doğru bir durum varlığında hayata geçebilmektedir.

2.2.4.4. Yumuşak Başlılık/Uzlaşılabilirlik- (Agreeableness-Hostility) Hırçınlık/Antagonizm

Bu alt boyutu içeren kişinin öz alanını gözeterek isteklerde bulunulur. Uyumlu özelliğe sahip bireyler arkadaşça eylemde bulunur, beraber çalışmaya meyillidir, kibardır, yeterince fazla merhamet ve anlayışa da sahip olabilmektedirler.

2.2.4.5. Öz - Denetim / Sorumluluk - Yönsüzlük/Dağınıklık (Conscientiousness - Undirectedness)

Mete (2006)'a göre, bireyin bu alt başlığa yönelik davranışlarındaki netlik, sebat, motivasyonel süreçler, düzenleme ve başarıma güdüsü gibi etmenlerle ilişkişel olduğu

bulunmaktadır. Bu niteliklerin varlığı bireyleri kendi tercihleri konusunda daha aktif yapmaktadır (Tatlılıoğlu, 2013).

2.3. Bağlanma Stilleri

Bebeklik dönemi olarak tanımlanan ve var olma temellerimizin çoğunun temellendirildiği dönem olan 0-2 yaş arası sadece çocuuğun fiziksel gelişiminin değil zihinsel ve duygusal gelişiminin de en hızlı geliştiği dönemdir. Bu dönem bebekler kendi ihtiyaçlarını karşılayabilecek donanımına henüz ulaşamadıkları için bir bakım verene gereksinim duyarlar. Bu gereksinim bebek ve bakım veren arasında bağ oluşumunu sağlar ve bağımlılık hali meydana getirir. Aynı zamanda bakım veren fiziksel ihtiyaçlarını gidermesinin yanında duygusal ihtiyaçlarının da gidermesi gerekmektedir. Bağlanma sistemi, yeni doğanların onlara bakan kişi veya kişilere (genellikle anneye) fiziksel açıdan yakın tutarak hem çocukların çevreden gelebilecek tehlikelere karşı korunmasını, hem de onların çevreyi öğrenme sırasındaki güvenli koşullarını sağlar. Bebek ve ona bakım verenler arasında gelişen; ilişkisel, yakınlaşma ve benlik algısı konusunda kendini gösteren bir bağdır (Pehlivanürk'ten [2004] aktaran Kandaz, 2018: 23).

2.3.1. Bağlanma

Bağlanma kuramı, bebeklik döneminden başlayarak bireylerin ilişki halinde olduğu kişilerle duygusal açıdan etkileşimlerini ve bağlanmalarını ifade eder (Tüzün ve Sayar, 2006).

John Bowlby tarafından bağlanma, belli bir figüre karşı yakınlık arama ve bu yakınlığı sürdürme isteme eylemdir. Bununla beraber Bowlby, 1969; Seveb, 2006 yıllarında bağlanmayı sürdürmede duygusal bağlılık olduğu bilgisine ulaşmışlardır. Bowlby bağlanmayı, insanların sürekli birbirine bağlı kalma durumu olarak tanımlar

Bowlby'e göre (1977) yaşamın ilk yıllarında bebek ve bakımını birinci derecede üstlenen kişi arasında kurulan ve geliştirilen, yaşam boyu diğer bireylerle ilişkilerine de yansıyan ve hatta bu ilişkilerini temellendiren ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bağlanma, duygusal, olumlu ve yardımlaşmaya dayanan bir ilişkidir (Grander ve Gardiner'den [1993] aktaran Çağdaş ve Seçer, 2002). Bakım veren yakınlar ile kurulan ilişki bizim hayati tüm ilişkilerimize yön verir bu ilişki sorunlu ise romantik ilişkilerimiz, arkadaş ilişkilerimiz ve çalışabilme sürekliliğimiz etkilenir.

2.3.2. Bağlanmanın Biçimlenmesi

Çocuklar bağlanma davranışını ulaşılabilir kişilere temellendirir. Yaşamın 6. veya 7.ayına kadar normal gelişim devam ettiren bebekler bu davranışı kendisi ile yakınlık kurmak istedikleri bireylere ve ayrı kaldığında itiraz ettikleri bir tek kişiye yöneltirler (Schaffer ve Emerson'dan [1964] aktaran Hazan, Shaver ve Dönmez, 1994: 7-8). Bu kişi nasıl seçilir sorusuna cevap şu şekildedir: Bebekler için sıkıntı ve zorlanma anında ihtiyaca cevap veren kişidir. Ayrıca bu tepkinin ve yanıtın niteliği de önemlidir.

Ainsworth'un (1969) yıllarda eriştiği; Bowlby'nin ise (1970) yıllarda ulaştığı bu yanıt şefkat içeriği ile birbirleriyle paralellik sergilemektedir. Üç yaş itibariyle bilişsel yetenekleri geliştiğinde ise dengenin değiştii ve çocuğun yakınlığa ihtiyaç duyup duymadığını kendisinin değerlendirdiği gözlenmektedir. Diğer bir deyişle, artık anne kadar çocuk da yakınlığı sürdürmede etkindir.

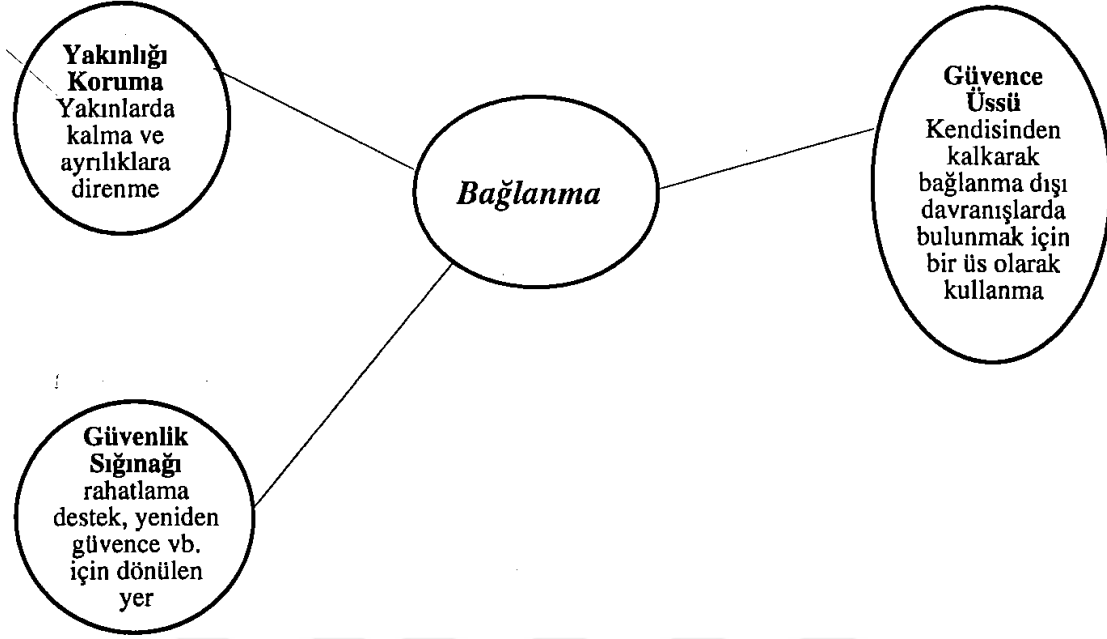
Ainsworth ve Bell'e göre (1970) sonraki yıllarda çocuk öz yeterliğini kazandıkça zayıflamakta ve tehlike anı dışında anne, çocuk için küçük bir rol oynamaya başlamaktadır. Yine de sistemin yetişkinlikte dahi bütünüyle ortadan kalkması söz konusu olmadığını savunmaktadır.

2.3.3. Bağlanmada Kopukluk ve Çözülme

Bowlby'nin bağlanmaya ilişkin araştırmaları anne yoksunluğuna olan ilgisinden kaynaklanır. Uzun bir süre bakım vereninden ayrılan çocukları ve yerel çocuk evlerine yaşamını sürdüren bebek ve çocukları gözlemledi. Gözlemleri sırasında çocukların tepkilerinin iki yönü Bowlby'e şaşırtıcı geldi. Çünkü ayrılıklara tepkileri bakımından çocuklar arasında büyük bir benzerlik vardı. Gözlemlenen her çocuk tahmin edilebilir bir şekilde tepkiler sırası ile sergilemekteydiler. Bu sıralama ağlama ile başlayıp alışılan bakım vereni araştırma başka bireylerin sakinleştirme çabasını protesto etmek ardından pasif hale gelerek umutsuzluk son evre de ise duygusal kopma meydana gelmektedir.

Bağlanma figürü geri gelmediği zaman bebek artık arayışından vazgeçerek bağlanma figüründen kopmaktadır. Bağlanma figüründen koptuktan sonra bebek üzüntüsünü yenerek ayrılma öncesindeki durumuna geri döner. Bağlanma figürü geri döndüğünde ise bebek yeni bir bağlanmaya karşı kaygılı olur (Büyüksahin, 2001).

Bebeğin ağlama ve bakım vereni arama tepkileri sonuç vermeyip bağlanma figürü geri gelmezse bebek çaresizleşir ve bastırılma duygusu yaşar. Bağlanmada kopukluk ve çözülme bireyin gelecekte olan ilişkilerini, başarısını ve en önemlisi psikolojik dayanıklılığını etkiler.



Şekil 2: Bağlanmada Bireysel Farklılık Unsurları

Kaynakça: Özer'den [2011] aktaran Çıkrıkçıoğlu, 2017: 28.

Şekil 2'de bulunan bağlanmaya dönük stillere bakıldığında bireyin biricikliğine dönük çıkarımlar yapılabilmektedir. Bireyler kendilerini güvende olduklarını hissettiklerine katkı sağlayan bir alan ve yerlerin olması önemlidir. Bununla beraber kişinin etrafında yakın ilişki içinde olduğu bireyler ile ilişki formuna sürmesine dair gayretleri de yine kişilerin biricikliğine atıfta bulunabilecek bir konudur.

2.3.4. Bağlanma Stilleri

Bowlby tarafından gözlemlenen ve geliştirilen 1969 yılında tamamlanan bağlanma kuramı, Ainsworth ve arkadaşları tarafından yabancı durum testi uygulamaları ile geliştirilmiştir. Yabancı durum testi ile farklı bağlanma stillerinden söz edilerek, güvenli ve güvensiz bağlanma örüntüleri değerlendirilmiş ve farklı bağlanma stillerinin gelişiminin bebeğin ihtiyaçlarına cevap verilmesi sırasında bakım veren kişinin ya da kişilerin çocuğa uygunsuz tepkiler vermesi ile yaşanacağını ifade edilmiştir. Ainsworth ve arkadaşları güvenli,

kaygılı-kararsız ve kaçınan üç bağlanma biçimi ortaya çıkarmışlardır (Ainsworth'dan [1989] aktaran Keskin, 2007).

Yabancı durum testi 12-18 aylık bebeklere ve annelerine (bakım verene) uygulamışlar ve sonucunda ise güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan olmak üzere üç bağlanma stili ortaya koymuşlardır. Bunlar:

Güvenli bağlanma stiline sahip bebekler, bakım verenden ayrıldığı zaman huzursuzluk ve mutsuzluk gibi davranışlar sergilemişler lakin bakım verene kavuştukları zaman hemen sakinleşip kolayca rahatlamışlardır.

Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip bebekler, bakım verenden ayrıldıkları zaman kaygılanıp sürekli olarak ağlama, kızgınlık ve diğerlerini reddetme gibi davranışlar sergilemişlerdir. Bakım verenin tekrar ortama dönmesiyle beraber ona kızgınlık ve öfke tepkileri göstermişlerdir.

Kaçınan bağlanma stiline sahip bebekler, bakım veren ile beraberken onu umursamaz tavırlar gösterirler ve anneden ayrıldıklarında ise bu duruma tepki göstermezler. Bebekler bakım veren ile tekrar beraber olduklarında ise bakım verenden uzak durarak dikkatlerini ortama yöneltmişlerdir (Ainsworth vd.,'den [1978] aktaran Batıgün ve Büyükşahin, 2008: 105-114).

Bowlby'nin (1998) bakım veren bireyin üstünde dururken; Ainsworth ve arkadaşları anne -bebek ilişkisi üzerinde durmuşlardır. Bebeklik döneminde annenin veya bakım verenin bebeğe karşı gösterdiği ilgi ve sevgi son derece önemlidir. Çocuk hayatının ilk iki yılında yeterli ilgi ve sevgiyi görmemiş, anneye duygusal olarak bağ kurmamışsa bu durum sosyal ilişkilerinde çocuğu olumsuz olarak etkilemektedir.

Sonraki dönemde ise Bartholomew ve Horowitz tarafından dörtlü bağlanma modeli geliştirilmiştir. Bu modelde kişinin kendisi ve diğerleri ile ilgili zihinsel modellerinin olumlu ve olumsuz olmak üzere iki farklı boyutta incelenmesi esasına dayanır. Bunlar güvenli, saplantılı, korkulu, kayıtsız bağlanma stilleridir (Soygüt, 2004).

Ekstrada ve diğerleri (1987), anne ile çocuk arasındaki ilişkinin olumlu olmasının sonucunda çocuğun davranışlarının da bu durumdan etkilendiğini belirtmişlerdir. Anneleriyle olumlu ilişkiler içinde olan çocukların problem çözme becerilerinin yüksek olduğu görülmüştür (Hortaçsu, 2012).

Anne-bebek ilişkileri güvenli ilerlemiş ise bireyin olumlu benlik algısı vardır. Birey başkalarıyla samimi güvenli ilişkiler kurabilir. Kendini sevilmeye değer görür ve diğerlerinin güvenilir, destekleyici olduğuna dair olumlu inançları vardır (Sümer ve Güngör, 1999). Bu inanç bireyin psikolojik dayanıklılık halini destekler. Bireyin stres verici yaşam olayları karşısında kendini çabuk toparlaması ve akıl hastalığı ya da sürekli olumsuz ruh hali gibi psikolojik rahatsızlık belirtileri göstermeme kapasitesini belirtir. Bakım veren ilişkisi sağlam temellendirilmiş ise birey sevgi ve güven halini devam ettirir.

Anne-bebek ilişkileri kaygılı ise birey her zaman güvensiz bir hal içerisinde kendisini hisseder ve bu güvensizlik hali kaygı ile var olan hayat yükü birleştiğinde psikolojik dayanıklılığı en aza indirger. Birey kendisini yetersiz hisseder ve sosyal ilişkilerini sağlıklı bir şekilde devam ettiremez.

2.4. Koruyucu Ruh Sağlığına Genel Bir Bakış

Psikolojik dayanıklılık kavramını tekrar ele alınarak ve bu çerçevede de koruyucu ruh sağlığına aşağıda alan yazın gözetilerek gerçekleştirilmektedir.

Latince dil grubundan üretilen “resilire” ve “resilient”; elastik ve esnek olmaya karşılık gelen psikolojik dayanıklılık kavramıdır. Birçok farklı şekillerde, durumlarda ve yaşantılar açısından psikolojik dayanıklılık kavramı açıklanmaktadır. Psikolojik dayanıklılık kavramını Ramirez, rahatsızlıktan, duygudurum bozukluğundan, farklılaşmaktan veya da olumsuz durumlardan hızlı bir şekilde çıkıp daha iyi olabilme yetisi; kendine dair daha iyi olabilme kapasitesi; derbeder olduktan, stresörlere maruz kalma gibi durumların varlığından sonra bir önceki iyilik haline ulaşabilme; psikolojik bir esneklik olarak nitelendirilebilmektedir.

Psikolojik dayanıklılık, güçlük düzeyi açısından olabildiğince güç şartlar var olsa da, birey bu güç şartları elimine etmek ve o durumla çatışmadan adaptasyon yetisinin yüksek olmasına işaretler. Psikolojik dayanıklılık bir yeti ya da psikolojik bir kavram açısından incelenip değerlendirilmesinin yanında, psikolojik dayanıklılık normal gelişim evresinde yaşantılaşma sürecine destek olma, negatif bir durumun varlığında o durumu aktif bir motivasyon ile elimine etme gibi nitelikleri de barındırmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık alan yazında yapılan bir araştırmada, bireyin mevcut koşulları göz önünde bulundurulması sonucunda değerlendirilerek durumların varlığına ait olarak belirli tariflerle değerlendirilmesi önerilmektedir. Mevcut tarifler aşağıdaki gibidir:

- Anne ve/veya babanın vefatından sonra çocukta gözlemlenen hızla daha iyi bir hale gelerek toparlanma ve iyileşme gücüne sahip olabilmesi,
- Evlat edinildikten sonra evlat edinilen çocuğun sergilediği adaptasyon sürecinin olması,
- Tehlike ya da bir tehdit barındıran çevresel düzende yetişen veya fakirlik düzeyine sahip olan çocukların okul ortamında gösterdikleri başarı düzeyi ve patolojik duygudurumuna sahip anne-babanın olmalarına rağmen çocukların patolojik bir duygudurumuna sahip olmamaları sayılabilmektedir.

Psikolojik dayanıklılık alanında bu mevcut tarifler incelendiğinde tek bir boyuta indirgenmeyecek denli kapsamlı olduğu aşikârdır. Tarifler tek boyuta indirgemenin mümkün olmasa da mevcut alan çalışmalarda bazı ortak yerleri bulmak mümkündür. Ortak yerler aşağıdaki gibidir:

- Psikolojik dayanıklılık aktif, canlı bir zaman aralığında yer alması,
- İlerletilebilir nitelikleri barındırması,
- Örseleyici ve güçlükler içeren yaşantıların varlığında aktif onları elimine etme adına girişimler,
- Patolojik olmayan adaptasyon sergileme yetisi veya yeterli olabilme adına ilerlemeyi içeren hareketler dizisini barındırması,
- Psikolojik dayanıklılığın ilerletilebilmesi için kişinin tehdit barındıran veya güçlüklerin dâhil olduğu durumları yaşantılayıp bunlara adapte olabilip hayatın değişik taraflarında başarılar elde edebilmek,
- Ek olarak kişinin psikolojik dayanıklılık kavramı açısından muhafaza edici etmenlere sahip olabilmesi gibi niteliklerin varlığı sayılabilmektedir (Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu, 2015).

Psikolojik dayanıklılık ve buna bağlı olarak koruyucu ruh sağlığını etkileyen alanda araştırılan değişkenlerden biri de göçtür. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), Dünya Bankası ve Uluslararası Göç Örgütü (IOM)'ye göre göç durumuna maruz kalan kişilerde ilk olarak o kişilerin sağlığının muhafaza edilip ve ilerletilmesi gibi konular öncelikli olmalı (IOM'dan [2012] aktaran Tuzlu ve Ilgaz, 2015: 56-67).

Göç bir kavram olarak farklı durumlarda ruh sağlığına sirayeti mevcut olduğuna ulaşılmıştır. Aile ve toplum yaşantısına sirayeti göz önünde bulundurulduğunda özellikle kadınlarda göçün ruh sağlığına etki alanı erkekler ile kıyaslandığında kadınların etkilenme düzeyi görece daha yüksek olduğuna ulaşılmıştır. Bu açıdan kadınların göç kavramı için riskli

gruplar göz önüne alındığında ilk olarak gözetilmesi ve koruyucu ruh sağlığı programlarında da dikkat edilmesinin gerekliliği vurgulanmıştır (Akdeniz ve Öz, 2009).

Bununla beraber psikolojik dayanıklılığı ve yine ruh sağlığını etkileyen alanda diğer çalışmalar da mevcuttur. Wolberg ve Kildahl'e göre (1970) pozitif öz saygısı düzeyine sahip bireylerin pozitif adaptasyon Harter'da (2006) mühim işaretlerin başında olarak ulaşılmıştır. Buradan yola çıkarak öz saygı düzeyi yüksek olan bireylerin psikolojik dayanıklılık alanı için muhafaza edici bir etken olarak açığa çıktığı savunulmuştur (Arslan, 2015).

2.4.1. Psikolojik Sağlamlığın Gelişim Süreciyle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Son senelerde üzerinde önem verilerek durulması gereken bir konu haline gelen psikolojik dayanıklılık özellikle çocukluk ve ergenlik dönem periyodundaki hayattaki çoğu tehdit barındıran durumlarla paralellik açısından değerlendirilmektedir. Bu gibi tehdit içeren etmenlerin varlığında çoğu olumlu olmayan durumlara rağmen başarı sergiledikleri ve ilerlemek adına pozitif yolda olduklarına ulaşılmış ve bu konuda alan araştırmaları da mevcuttur. Psikolojik dayanıklılık alanında yer alan boylamsal araştırmalardan en önemli olanı Werner'in 1955 yılında yaptığı araştırmaya aittir. 40 yılı aşkın bir süre zarfında yapılan bu araştırmada komplike doğum öyküsüne sahip olma, aile dinamiklerinde patolojik durumların varlığı ve anne-babanın geçim düzeyinin düşük olması veya süreğen fakirlik yaşantısında bulunan çocukların biyoloji, psikoloji ve sosyoloji ile ilgili tehdit barındıran etmenlerin etkisi incelenmektedir. Büyük oranda erkeklerde, anne-babada alkol bağımlılığı veya da ruh sağlığına dair bir hastalığın varlığı 40 yaşına ulaşıldığında, olumlu olmayan neticelerin açığa çıkmasının meyillinin yüksek olduğuna ulaşılmaktadır.

Ülkemizde yer alan çalışmalar incelendiğinde ise; ilk Gizir tarafından gerçekleştirilen fakir çocukların dâhil edildiği çalışmada psikolojik dayanıklılığın seviyesini ve bu seviyeyi farklılaştıran muhafaza edici etmenlere ulaşılmaktadır. Araştırmanın neticesinde akademik dayanıklılığa dair seviyede pozitif açıdan ele alınan etki düzeyleri kişiye, ailevi ve çevresel etmenler açığa çıkarılmaktadır. Bu çalışmaları Özcan'ın ebeveynleri beraber olan ve ebeveynleri ayrı olan çocuklar, Eminağaoğlu'nun zor şartlarda yaşantılayan sokakta hayat süren çocuklar üzerinde ve Gürkan'ın psikolojik dayanıklılık seviyesinin yüksek olmayan üniversitede öğrenim gören bireyleri dâhil ettikleri araştırmaların varlığı mevcuttur. Özcan'a ait olan çalışmada ebeveynleri beraber olan çocukları psikolojik dayanıklılık seviyelerinin daha fazla olması ve psikolojik dayanıklılık seviyelerine de bir nevi destek sağlayan muhafaza edici etmenlerin de oldukça çok olması söz konusudur. Eminağaoğlu'nun araştırmasında ise;

sokakta hayat süren çocuklarda psikolojik dayanıklılığı fazlalaştıran etmenlerden olan sağlam bir sosyal destek kaynağı olan arkadaşlık ilişkilerinin ve emosyonel bağ sağlama, annenin olmayışında ve bilinçli kendine dair farkındalık gibi içe dönük kaynakların yeterli olmadığı ve bundan ötürü olumsuz duygudurumunu da açığa çıkması gibi sebep oluşlardan bahsedilmektedir. Gürkan'ın araştırmasında üniversitede öğrenim gören göre psikolojik dayanıklılığı düşük olan bireylere daha sonra takviye grupla psikolojik dayanıklılık oturumları neticesinden öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin arttığına dair pozitif desteklere ulaşılması söz konusudur. Bahadır'a göre sağlığa dayalı fakültelerde öğrenim gören bireylerdeki psikolojik dayanıklılık düzeyi irdelenmiştir. Araştırmanın neticesinde bireylerin genel psikolojik dayanıklılık seviyeleri oldukça aşağıdadır. Bununla beraber kız çocuklarının ebeveynleri eğitilmiş olmalarına rağmen yaşamsal bir zorluk hastalık gibi geçirdiklerinde psikolojik dayanıklılıklarının düşük olduğu gözlenmektedir. Yapılan araştırmalar ışığında psikolojik dayanıklılığa ilişkin temel risk faktörleri ve koruyucu faktörler etrafında yoğunlaştığı görülmektedir. Psikolojik dayanıklılık kuramı yurt dışında farklı gruplarla farklı çalışmalar yapılmasına rağmen ülkemiz bu alanda yetersiz kalmaktadır. Bu kavram ülkemizde yeterince anlaşılamadığı için çalışmalar planlanmamış ve koruyucu ruh sağlığı yeterli önemi görememektedir (Öz ve Yılmaz, 2009).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu bölümde araştırmanın modeline, çalışma grubuna, veri toplama araçlarına, veri analizine dönük incelemeler ve ulaşılan sonuçlara yer verilmiştir.

3.1.1. Araştırmanın Modeli

Değişkenleri yordamak amacıyla veri toplama yöntemlerine başvurulmuştur. İlişkisel Tarama modeli ile SPSS yardımıyla veri toplama araçları analiz edilmiştir. Bu model gözetildiğinde bağımlı ve bağımsız değişkenler çerçevesinde ilişkilerin olup olmadığı ve düzeyinin ne kadar farklılaştığı açığa çıkartılmaya çalışılmıştır (Crano ve Brewer'den [2002] aktaran Aydoğdu, 2013: 75). 18-25 yaş arası üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ve bağlanma stillerinin psikolojik dayanıklılık seviyesi ile ne denli ilişkili olup olmadığı irdelenmeye çalışılmıştır.

Araştırmada yer alan bağımlı (yordanan) değişken 18-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinde araştırılan psikolojik dayanıklılık olarak belirlenmiştir. Üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiş olan bu çalışmada psikolojik dayanıklılık seviyesine ilişkin incelenen bağımsız değişkenler ise kişilik özellikleri ve bağlanma stilleridir. Araştırmada sözü geçen ve araştırılan bağımsız değişkenler aşağıdadır:

Kişilik Özellikleri:

- Dışadönüklük (Surgency / Extroversion),
- Uyumluluk (Aggreeableness),
- Öz-disiplin (Conscientiousness),
- Duygusal Dengelilik (EmotionalStability / Neuroticism) ve
- Deneyime Açıklık, Zekâ ya da Kültür (OpennesstoExperience / Intellect / Culture) isimleri altında 5'e ayrılmıştır (Tatlılıoğlu, 2014).

Bağlanma Stilleri:

Bartholomew ve Horowitz (1991)'a göre bağlanmaya dönük davranışı ifade etmek adına oluşturulmuş Dörtlü Bağlanma Modeli aracılığıyla bireyin kendine ve diğer kişilere

dönük bilişsel algılarının pozitif ve negatif durumlarının nihayetinde bağlanma stillerinin değiştiği söz edilmiştir. Bu bağlanma stilleri;

- Güvenli,
- Saplantılı,
- Kayıtsız,
- Korkulu,

olarak 4 alt boyutta yer almaktadır (Çelik, 2018).

Anket veri toplama tekniği kullanılarak öğrenciler sınıf ortamlarında gönüllülük esasına dayalı ölçme araçlarını doldurmaları istenmiştir. Kişilik özelliklerinin ve bağlanma stillerinin psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisinin incelendiğinden dolayı bu çalışma nedensel tarama modelinde gerçekleştirilen bir çalışmadır.

3.1.2. Çalışma Grubu

Araştırılmak istenen konunun uygunluğuna yönelik 18-25 yaş arası üniversitede öğrenim gören öğrenciler araştırmanın evrenidir. Örneklem, Kayseri ve Gaziantep illerinde bulunan Erciyes Üniversitesi; Gaziantep Üniversitesi ve Hasan Kalyoncu Üniversitesi olarak vakıf ve tüzel olarak iki farklı yapıdaki öğrenim gören üniversite öğrencileri olarak uygulanmıştır.

Uygun/elverişli Örneklem Tekniği kullanımı tercih edilmiştir. Araştırmada yer alan süreç boyunca testör 2018-2019 eğitim ve öğretim yıllarında Erciyes Üniversitesi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi ve Gaziantep Üniversitesi'ndeki 18-25 yaş aralığında olan ve bu üniversitelerde öğrenim gören gençler arasından seçilerek araştırmaya dahil edilmiştir.

Tablo 1: Katılımcıların Üniversitelere göre dağılımı

Üniversite	N	%
Erciyes Üniversitesi	252	63,0
Hasan Kalyoncu Üniversitesi	60	15,0
Gaziantep Üniversitesi	88	22,0
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcıların hangi üniversitelerden oluştuğu incelendiğinde, Erciyes Üniversitesi'nden 252, Hasan Kalyoncu Üniversitesi'nden 60 ve Gaziantep Üniversitesi'nden 88 katılımcının olduğu görülmektedir. Erciyes Üniversitesi'ndeki

katılımcıların toplam katılımcıların %63'ünü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi'ndeki katılımcılar %15'ini ve Gaziantep Üniversitesi'ndeki katılımcılar %22'sini oluşturmaktadır.

Tablo 2:Katılımcıların bölümlere göre dağılımı

Bölüm	N	%
İİBF	192	48,0
Mühendislik	131	32,8
Sosyal Bilimler	76	19,0
Kayıp veri	1	,3
Toplam	399	9,8

Araştırmada yer alan katılımcıların İİBF, Mühendislik ve Sosyal Bilimler fakültelerinden olduğu görülmektedir. İİBF'den 192, Mühendislikten 131 ve Sosyal Bilimlerden 76 katılımcı çalışmada yer almıştır. İİBF'deki katılımcıların çalışmada yer alan katılımcıların %48'ini, Mühendislikteki katılımcılar %32,8'ini ve Sosyal Bilimlerdeki katılımcılar %19'unu oluşturmaktadır.

Tablo 3:Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı

Cinsiyet	N	%
Kadın	202	50,5
Erkek	198	49,5
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcılar incelendiğinde, kadın katılımcı sayısının 202 ve erkek katılımcıların 198 olduğu görülmektedir. Kadın katılımcılar, toplam katılımcıların %50,5'ini oluştururken, erkek katılımcılar %49,5'ini oluşturmaktadır.

3.1.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak demografik bilgi formu ve ölçekler kullanılmıştır. Aşağıda demografik bilgi form soruları ve ölçeklere ilişkin bilgiler mevcuttur. Demografik bilgi formunda ise çalışmayı yakından ilgilendiren ve ilgili alan yazın ile de bağ kurmayı hedefleyen 14 madde kullanılmıştır.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PVS III-R): Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği– III R Maddi ve Kobasa destekleri ile ortaya çıkarılmış ve Durak (2002) desteği ile de Türkçe 'ye adaptasyon süreci gerçekleştirilmiştir. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği – III R, kişinin benliğine ve yaşantısına dair inanışlarını yansıtan 18 maddeyi içermektedir. Bu maddelerin alt boyutları ise; bağlanma, kontrol ve meydan okuma olarak 3 alt boyuttan ibarettir.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği – III R, 4'lü Likert şeklinde ve 0-3 minvalinde puanlanan bir ölçektir. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği – III R, 4'lü Likert tipinde ve (0) hiç doğru değil, (1) biraz doğru, (2) çoğunlukla doğru, (3) çok doğru biçiminde işaretlenmesi beklenmektedir. Psikolojik dayanıklılık ölçeği, direkt söylemler ile tersine döndürülmüş söylemleri içermektedir. Maddelerden örnek vermek gerekirse; 3, 4, 6, 8, 10 ve 11.maddeleri tersine döndürülüp puanlanması gerekmektedir. 3 alt boyutun puanlanabilmesi teker teker elden geçirildikten sonra geniş anlamda psikolojik dayanıklılık düzeyini vermektedir.

Ölçeğin yüksek puan skalası psikolojik dayanıklılığın düştüğünü, ölçekten edinilen puanların az olması ise psikolojik dayanıklılığın düşüklüğü ile açıklanabilir. Psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenilirlik çalışması Durak (2002)'den maddelerin toplam puan ilişkisi ve iç tutarlılık katsayısına ulaşılarak edinilmiştir. Psikolojik dayanıklılık orijinal ölçek formu 18 maddeden oluşan ve bu maddelerde 2, 8, 13, 14, 16 ve 18 toplam puan ilişkileri ve iç tutarlılık katsayısına erişilerek ortaya konulmuştur. Bu bakımdan ölçeğin madde toplam ilişki katsayılarına şu şekilde değinilebilir: .23 ve. 50 aralığında değişim söz konusudur. Psikolojik dayanıklılık ölçeğinin.68 olarak da erişilmiş iç tutarlılık katsayısı mevcuttur. Psikolojik dayanıklılık kavramı teorik anlamda ölçeğinin yapı geçerliliğinin hangi düzeyde olup olmadığını açığa çıkaran birey Durak(2002)'dir (Aydoğdu, 2013).

Ayrıca ölçeğin Türk örneğinde birbirinden ayrılmadan tek etmende değerlendirilmesi söz konusudur. Ölçeğin yapı geçerliliği, psikolojik bulgular, stresörler ve sosyal destek kanalları açısından ilintili olan kavramlarla analizi de söz konusudur.

Bu hedefle Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden ulaşılan toplam puanlar ile İlişkiler Ölçeği ve Beş Faktör Kişilik Envanterinin alt boyutlarından edinilen bilgiler söz konusudur. Bu bilgilere göre üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile hem bağlanma stilleri hem de kişilik özellikleri bazı alt boyutları için istatistiki anlamlılığa ulaşılmıştır. Ek olarak, bu ölçeğin geliştirilmesinde sadece yapılan örneklem ile sınırlı olduğu söylenmelidir. Bu ölçek hem nicel hem de nitel açılarından da değişken analiz yöntemleri ile farklı örneklemde geçerlilik ve güvenilirlik alanında daha sağlam ve genellenebilir olarak keşfedilmesi düşünülmektedir.

Psikolojik dayanıklılık alanında klinik çalışmalara ve yönetimsel alanlar için destek olabilecek bir ölçektir. Keşfedilen sonuçlar nezdinde bu ölçek Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık alanı için Türkçe diline adaptasyonu onay verilerek geçerli ve güvenilir seviyede olduğuna ulaşılmış olduğu için de tercih edildiği söylenmelidir.

Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE): Ayırıcı yaklaşım ve kişiliğin temel parametrelerini ortaya koymak adına yapılan çalışmalarda Allport başı çekmiştir. Daha sonra da Cattell ve Eysenck; 1980 senesinin başlangıcından itibaren de Robert McCrea ve Paul Costa'nın alan çalışmaları ile de hızla sürmüştür. Faktör çözümleme yolu ile kişiliğin daimi ve türünü irdelemeye gayret eden iki araştırmacı öncelik sıralamasında “dışadönüklük” ve “duygusal tutarsızlık” kısımlarına dikkat etmişlerdir. Kısa zaman sonunda da “gelişime açıklık” olarak nitelendirdikleri diğer yeni parametreyi dâhil etmişlerdir.

Daha sonra McCrea ve Costa bir müddet üç faktör şeklini ifade ederlerken, 1983-1985 seneler aralığındaki çalışmalar neticesinde kişiliğin beş boyutuna ulaşılmıştır (İnanç ve Yerlikaya'dan [2011] aktaran Yıldızoğlu ve Burgaz, 2014). “Geçimlilik” ve “sorumluluk parametreleri de son halde eklenen kişilik parametreleri olmuştur.

Kişilik kavramının ölçümü için; onun adına kavramsal çalışmalarda sınıflandırma yapabilmek adına kişilik terimi beş ayrı grupta değerlendirilmeye alınmıştır. Sınıflandırılan bu beş ayrı gruba “Beş Faktör Modeli- 5FM” (FiveFactor Model-5FM) ismi verilmiştir (Gürbüz, 2011).

Kategorize edilen bu başlıklar aşağıdaki gibidir:

- Dışadönüklük (Surgency / Extroversion),
- Uyumluluk (Aggreeableness),
- Öz-disiplin (Conscientiousness),
- Duygusal Dengelilik (EmotionalStability / Neuroticism) ve
- Deneyime Açıklık, Zekâ ya da Kültür (OpennesstoExperience / Intellect / Culture)

isimleri altında 5'e ayrılmıştır (Tatlılıoğlu, 2014).

Costa ve McCrae (1992) kişiliğin basic parametrelerini yansıtan yukarıdaki beşe ayrılan özelliklerin dayandırıldığı dört önemli yeri ifade etmişlerdir.

Bunlar:

1. Gözlemciler ve boylamsal anlamdaki uygulamalarda beşe ayrılan özelliklerin geçerli ve bu beşe ayrılan özelliklerin de eylemsel kalıpları ortaya serme kuvveti ve mevcut sirayet halini de uzun vadede sağlaması;

2. Bu beş özelliğin de her bir parametre ile ilinti olmasında, özelliklere toplumların kullandığı dil ve kişilik yapılarında rast gelindiği bulunmuştur;

3. Sınıflandırılan beş faktör de değişik yaş, cinsiyet, ırk ve dil ailelerinde rast gelinmiş, değişik kültür kalıplarında aynı değişiklik düzeyinde anlatılmıştır;

4. Genetik geçişliliğe dair kanıt da henüz nihai olarak ulaşılamamıştır (Çoklar, 2014).

Alan yazında 5FKE'nın kısa formu, uzun hali ve psikometrik açıdan özellikler barındıran yine 5FKE'ya dayalı başka kişilik ve kişilik alt boyutlarını ölçen ve Türkçe diline adaptasyonu olan ölçekler yine mevcuttur (Tatar, 2017).

İlişkiler Ölçeği: İlişkiler Ölçeği (İÖ): Bartholomew ve Horowitz'in (1991) yılında ortaya çıkardığı ve daha sonra da Sümer ve Güngör (1999)'dan itibaren Türkçe diline adapte edilen İÖ, dört bağlanma türünü içeren dört uzun olmayan maddeyi kapsar. Her bir madde bir bağlanma stiline götürürken; sürekli değişkenler anlamında yer verilirken, uygulananlar tarafından verilen cevaplar maddelere en yukarıda işaretleme yapmaları sonucu gözetilerek uygulanmıştır. Birden çok alt maddeye en yukarıda cevap verilmesi halinde uygulanan hiçbir bağlanma stiline dâhil edilememiştir. İA VE İÖA Türk örneklemeleri dâhilinde adaptasyon çalışması Sümer ve Güngör (1999) tarafından bu ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğuna dair çalışmalar kanıtlar dâhilinde yer vermişlerdir (Sümer, 2006).

İÖ 30 maddeden oluşmaktadır. Bu 30 maddenin 17 maddesi 4 bağlanma stili için kullanılmaktadır. 17. Maddeden sonraki maddelerde ise Collins ve Read'in (1990) açığa çıkardığı 3 faktör ve diğer bağlanma boyutları yer almaktadır. Bu 3 faktör ise; yakınlık, kaygı ve dayanma kavramlarını içermektedir. Ek olarak da Hazan ve Shaver'in, da üçlü bağlanma stiline dair maddelerin varlığı da söz konusudur.

3.1.4. Verilerin Toplanması

Araştırmayı yürüten birey çalışma gruplarını içeren Gaziantep İl'indeki Gaziantep ve Hasan Kalyoncu Üniversitelerinde alakalı bölümlerdeki (Mühendislik Fakülteleri, İktisadi İdari Bilimler Fakülteleri ve Sosyal Bilimler Fakülte/Enstitüleri); evreni oluşturan diğer bir şehir olan Kayseri İl'indeki Erciyes Üniversitesi'nde alakalı bölümlerdeki (Mühendislik Fakülteleri, İktisadi İdari Bilimler Fakülteleri ve Sosyal Bilimler Fakülte/Enstitüleri) ders veren öğretim elemanları ile gerekli etik kurul onayları ve rektörlükler arası yazışmaların yardımı ile görüşülmüştür.

Çalışmayı kapsayan ilgili üniversitelerdeki ders veren öğretim elemanları ile bir araya gelinerek çalışma ve çalışmaya dair nasıl bir yol izleneceği bilgisi verilmiştir. Öğretim

elemanlarının uygun gördüğü ders içerisinde ölçekler gönüllülük esası dâhilinde öğrencilere uygulanmıştır. Uygulamadan evvel çalışma grubuna araştırmaya dair kısa ve net bilgiler paylaşılmıştır. Ölçeklerin kısa amacı ve nasıl kodlanacağına dair bilgiler paylaşılmıştır. Araştırmaya gönüllülük esası dâhilince olmayan öğrencilere saygı duyulmuş ve dâhil edilmemiştir. Araştırmaya katılan öğrencilere öncelikle “Demografik 14 sorudan oluşan bilgi formu”, “Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği(PVS III-R),” “İlişkiler Ölçeği” ve “Beş Faktör Kişilik Özellikleri (5FKE)” bilgi form soruları ve ölçekler dâhil edilmiştir. Çalışmaya katılan bireyler ortalama 30 dakika kadar çalışmayı aktif doldurmuşlardır.

3.1.5. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında veriler bilgisayar ortamına aktarılarak SPSS yardımıyla analiz edilmiştir. Elde edilen bulguların yorumlanmasında $p < 0.05$ anlamlılık düzeyi baz alınarak yorumlama gerçekleştirilmeye çalışılmıştır. Oluşturulan alt problemlere göre şu analizler gerçekleştirilmiş ve ilerideki sayfalarda yer alacaktır:

- Üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerinin betimlenmesine yönelik yüzde ve frekans istatistikleri hesaplanmıştır.
- Verilerin normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığını belirlemeye yönelik z değerleri hesaplanacak ve +3 ile -3 aralığı dışında kalan değerler elenecektir. Daha sonrasında çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanarak verilerin normallik taşıyıp taşımadığı kontrol edilmiştir.
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve bağlanma stilleri arasında herhangi bir ilişki olup olmadığının belirlenmesine yönelik Pearson korelasyon değerine bakılmıştır.
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve kişilik özellikleri arasında herhangi bir ilişki olup olmadığına dair belirlemek amacıyla Pearson korelasyon değerine bakılmıştır.
- Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık kavramının bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerinin cinsiyet göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesine yönelik bağımsız gruplar için t testi gerçekleştirilmiştir.

Verilerin analizine başlamadan önce, araştırmada yer alan Psikolojik Dayanıklılık, İlişkiler Ölçeği ve Beş Faktör Kişilik Envanterinden elde edilen puanlara göre her bir birey için her bir boyutta bir ortalama puan hesaplanmıştır. Ardından bu boyutlara ait ortalama,

standart sapma, minimum ve maksimum değer, arpıklık ve basıklık değerleri raporlanmış ve incelenmiştir. Aşağıdaki tabloda her bir alt boyut için betimsel istatistikler sunulmuştur.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde SPSS programı yardımıyla ulaşılan betimleyici analizlere, bulgulara ve alt boyutlara ilişkin sırayla çalışmanın analiz belirli ortamlarda yer verilmiştir.

4.1. Betimsel İstatistikler

Tablo 4: Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	n	%
Kadın	202	50,5
Erkek	198	49,5
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcılar incelendiğinde, kadın katılımcı sayısının 202 ve erkek katılımcıların 198 olduğu görülmektedir. Kadın katılımcılar, toplam katılımcıların %50,5'ini oluştururken, erkek katılımcılar %49,5'ini oluşturmaktadır.

Tablo 5: Katılımcıların Bölümlere Göre Dağılımı

Bölüm	n	%
İİBF	192	48,0
Mühendislik	131	32,8
Sosyal Bilimler	76	19,0
Kayıp veri	1	,3
Toplam	399	9,8

Araştırmada yer alan katılımcıların İİBF, Mühendislik ve Sosyal Bilimler fakültelerinden olduğu görülmektedir. İİBF'den 192, Mühendislikten 131 ve Sosyal Bilimlerden 76 katılımcı çalışmada yer almıştır. İİBF'deki katılımcıların çalışmada yer alan

katılımcıların %48'ini, Mühendislikteki katılımcılar %32,8'ini ve Sosyal Bilimlerdeki katılımcılar %19'unu oluşturmaktadır.

Tablo 6: Katılımcıların Üniversitelere Göre Dağılımı

Üniversite	n	%
Erciyes Üniversitesi	252	63,0
Hasan Kalyoncu Üniversitesi	60	15,0
Gaziantep Üniversitesi	88	22,0
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcıların hangi üniversitelerden oluştuğu incelendiğinde, Erciyes Üniversitesi'nden 252, Hasan Kalyoncu Üniversitesi'nden 60 ve Gaziantep Üniversitesi'nden 88 katılımcının olduğu görülmektedir. Erciyes Üniversitesi'ndeki katılımcıların toplam katılımcıların %63'ünü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi'ndeki katılımcılar %15'ini ve Gaziantep Üniversitesi'ndeki katılımcılar %22'sini oluşturmaktadır.

Tablo 7: Katılımcıların Yaşa Göre Dağılımı

Yaş	n	%
18-20	126	31,5
21-25	274	68,5
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcılar incelendiğinde, 18-20 yaş arasında 126 ve 21-25 yaş arasında 274 katılımcının olduğu görülmektedir. 18-20 yaş arasındaki katılımcılar toplam katılımcıların %31,5'ini oluştururken, 21-25 yaş arasındaki katılımcılar %68,5'ini oluşturmaktadır.

Tablo 8: Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Dağılımı

Kardeş Sayısı	n	%
Tek çocuk	28	7,0
1	53	13,3
2	90	22,5
3	105	26,3
4 ve yukarısı	124	31,0
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcıların kaç kardeş oldukları incelendiğinde, 28 katılımcının tek çocuk olduğu, 53 katılımcının 1 kardeşi, 90 katılımcının 2 kardeşi, 105 katılımcının 3 kardeşi ve 124 katılımcının 4 ve daha fazla kardeşi olduğu görülmektedir. Tek çocuk olanlar toplam katılımcıların %7'sini, 1 kardeşi olanlar %13,3'ünü, 2 kardeş olanlar %22,5'ini, 3 kardeş olanlar %26,3'ünü ve 4 ve daha fazla kardeşi olanlar %31'ini oluşturmaktadır.

Tablo 9: Katılımcıların Psikolojik/Psikiyatrik Yardım Alıp Almama Durumlarına Göre Dağılımı

Psikolojik ya da psikiyatrik yardım alma durumu	n	%
Evet	56	14,0
Hayır	306	76,5
Düşündüm	33	8,3
Devam Ediyorum	5	1,3
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcıların psikolojik ya da psikiyatrik yardım alıp almama durumları incelendiğinde, psikolojik ya da psikiyatrik yardım alan katılımcı sayısının 56, almayan katılımcı sayısının 306, yardım almayı düşünen katılımcı sayısının 33 ve yardım almaya devam eden katılımcı sayısının 5 olduğu görülmektedir. Psikolojik ya da psikiyatrik yardım alanlar toplam katılımcıların %14'ünü, almayanlar %76,5'ini, almayı düşünenler %8,3'ünü ve almaya devam edenler %1,3'ünü oluşturmaktadır.

Tablo 10: Katılımcıların Medeni Durumlarına Göre Dağılımı

Medeni Durum	n	%
Bekar	385	96,3
Evli	10	2,5
Diğer	1	,3
Boşanmış	4	1,0
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcıların medeni durumları incelendiğinde, bekar katılımcı sayısının 385, evli katılımcı sayısının 10, boşanmış katılımcı sayısının 4 ve diğer katılımcı sayısının 1 olduğu görülmektedir. Bekar katılımcıların toplam katılımcıların %96,3'ünü, evli katılımcıların %2,5'ini, boşanmış katılımcıların %1'ini ve diğer katılımcıların %0,3'ünü oluşturduğu görülmektedir.

Tablo 11: Katılımcıların Kronik Hastalığa Sahip Olup Olmalarına Göre Dağılımı

Kronik hastalık durumu	n	%
Evet	22	5,5
Hayır	378	94,5
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcılar incelendiğinde, kronik hastalığa sahip kişi sayısının 22 ve sahip olmayanların sayısının 378 olduğu görülmektedir. Kronik hastalığa sahip olanlar, toplam katılımcıların %5,5'ini oluştururken sahip olmayanlar %94,5'ini oluşturmaktadır.

Tablo 12: Katılımcıların Ailedeki Toplam Birey Sayısına Göre Dağılımı

Birey Sayısı	n	%
Tek	5	1,3
2	11	2,8
3	39	9,8
4	91	22,8
5 ve yukarısı	254	63,5
Toplam	400	100,0

Katılımcıların ailelerinin toplam birey sayısı incelendiğinde, 5 kişinin tek, 11 kişinin iki, 39 kişinin üç, 91 kişinin dört ve 254 kişinin beş ve daha fazla aile bireyine sahip olduğu görülmektedir. Tek, iki, üç, dört ve beş ve daha fazla bireye sahip olanların sayısı toplam katılımcıların sırasıyla %1.3, %28, %9.8, %22.8 ve %63.5'ini oluşturmaktadır.

Tablo 13: Katılımcıların Alkol Kullanım Durumlarına Göre Dağılımı

Alkol kullanma durumu	n	%
Evet	43	10,8
Hayır	306	76,5
Ara sıra	51	12,8
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcılar incelendiğinde, alkol kullanan kişi sayısının 43, kullanmayanların sayısının 306 ve ara sıra kullananların sayısının 51 olduğu görülmektedir. Alkol kullanan katılımcılar, toplam katılımcıların %10,8'ini, kullanmayan katılımcılar %76,5'ini ve ara kullanan katılımcılar %12,8'ini oluşturmaktadır.

Tablo 14: Katılımcıların Sigara Kullanım Durumlarına Göre Dağılımı

Sigara kullanma durumu	n	%
Evet	89	22,3
Hayır	283	70,8
Ara sıra	28	7,0
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcılar incelendiğinde, sigara kullanan kişi sayısının 89, kullanmayanların sayısının 283 ve ara sıra kullananların sayısının 28 olduğu görülmektedir. Alkol kullanan katılımcılar, toplam katılımcıların %22,3'ünü, kullanmayan katılımcılar %70,8'ini ve ara kullanan katılımcılar %7'sini oluşturmaktadır.

Tablo 15: Katılımcıların Genel Not Ortalamasına Göre Dağılımı

Genel Not Ortalaması Aralığı	n	%
1.80-2.50	119	29,8
2.51-3.00	102	25,5
3.01-3.50	105	26,3
3.51-4.00	48	12,0
Toplam	374	93,5
Kayıp Veri	26	6,5
Toplam	400	100,0

Katılımcılar genel not ortalaması açısından incelendiğinde, 119 kişinin 1.80-2.50 not ortalaması aralığında, 102 kişinin ortalaması 2.51-3.00 aralığında, 105 kişinin ortalaması 3.01-3.50 aralığında yer almaktadır. Çalışmada yer alan 26 kişi not ortalamasını belirtmemiştir. 1.80-2.50 not ortalaması aralığında olan katılımcıların toplam katılımcıların %29.8'ini, 2.51-3.00 aralığında olanlar %25,5'ini, 3.01-3.50 aralığında olanlar 26.3'ünü, 3.51-4.00 aralığında olanlar %12'sini oluşturmaktadır.

Tablo 16: Katılımcıların Yaşadığı Yere Göre Dağılımı

Yaşanılan Yer	n	%
Aile ile beraber	232	58,0
Yurt	99	24,8
Ev	24	6,0
Aileden ayrı başka bir evde	44	11,0
Total	399	99,8
Kayıp veri	1	,3
Toplam	400	100,0

Katılımcıların yaşadıkları yer incelendiğinde, 232 kişinin ailesi ile beraber, 99 kişinin yurttan, 24 kişinin evde, 44 kişinin aileden ayrı başka bir evde yaşadığı görülmektedir. Çalışmada yer alan 1 kişi yaşadığı yeri belirtmemiştir. Ailesi ile beraber yaşayanlar toplam katılımcıların %58'ini, yurttan yaşayanlar %24,8'ini, evde yaşayanlar %6'sını ve ailesinden başka bir evde yaşayanlar %11'ini oluşturmaktadır.

Tablo 17: Katılımcıların İlaç Kullanıp Kullanmamalarına Göre Dağılımı

İlaç kullanım durumu	n	%
Evet	36	9,0
Hayır	364	91,0
Toplam	400	100,0

Araştırmada yer alan katılımcılar incelendiğinde, ilaç kullanan kişi sayısının 36 ve kullanmayanların sayısının 364 olduğu görülmektedir. İlaç kullanan bireyler, toplam katılımcıların %9'unu oluştururken kullanmayanlar %91'ini oluşturmaktadır.

4.2. Verilerin Analizi

Verilerin analizine başlamadan önce, araştırmada yer alan Psikolojik Dayanıklılık, İlişkiler Ölçeği ve Beş Faktör Kişilik Envanterinden elde edilen puanlara göre her bir birey için her bir boyutta bir ortalama puan hesaplanmıştır. Ardından bu boyutlara ait ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değer, çarpıklık ve basıklık değerleri raporlanmış ve incelenmiştir. Aşağıdaki tabloda her bir alt boyut için betimsel istatistikler sunulmuştur.

Tablo 18: Psikolojik Dayanıklılık Ve İlişkiler Ölçeğinin Alt Boyutları İçin Elde Edilen Betimsel İstatistikler

Ölçekler ve alt boyutları	Ortalama	Standart Sapma	Minimum Değer	Maksimum Değer	Çarpıklık / S.H.	Basıklık / S.H.
Psikolojik Dayanıklılık	2,79	0,30	1,78	3,56	-0,19 / 0,12	0,14 / 0,24
Güvenli Bağlanma	2,07	0,36	1,00	3,00	0,05 / 0,12	0,14/ 0,24
Korkulu Bağlanma	2,04	0,45	1,00	3,00	-0,06/ 0,12	-0,51 / 0,24
Saplantılı Bağlanma	1,88	0,40	1,00	3,00	0,21 / 0,12	0,12 / 0,24
Kayıtsız Bağlanma	2,19	0,40	1,00	3,00	-0,03/ 0,12	-0,29/ 0,24
Yakınlık	2,07	0,31	1,00	3,00	0,03 / 0,12	0,04 / 0,24
Dayanma	2,16	0,45	1,00	3,00	-0,15/ 0,12	-0,31/ 0,24
Kaygı	1,78	0,47	1,00	3,00	0,41 / 0,12	-0,44 / 0,24
Dışa Dönüklük	3,34	0,50	2,00	4,56	0,09 / 0,12	-0,16/ 0,24
Uyumluluk	3,49	,50	1,78	4,67	-0,49/ 0,12	0,06/ 0,24
Sorumluluk	3,05	,59	1,50	4,88	0,13/ 0,12	-0,00/ 0,24
Duygusal Denge	2,78	,44	1,50	4,38	0,20 / 0,12	0,13/ 0,24
Deneyime Açıklık	3,11	,42	1,88	4,38	-0,10 / 0,12	0,19/ 0,24

Araştırmada yer alan ölçeklerden Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden alınabilecek minimum puan 1 ve maksimum puan 4, İlişkiler Ölçeği'nden alınabilecek minimum puan 1 ve maksimum puan 3, Beş Faktör Kişilik Envanterinden alınabilecek minimum puan 1 ve maksimum puan 5'tir. Psikolojik Dayanıklılık tek boyut, İlişkiler Ölçeği Güvenli Bağlanma, Korkulu Bağlanma, Saplantılı Bağlanma, Kayıtsız Bağlanma, Yakınlık, Dayanma, Kaygı olmak üzere 7 alt boyut ve Beş Faktör Kişilik Envanteri Dışa Dönüklük, Uyumluluk, Sorumluluk, Duygusal Denge ve Deneyime Açıklık olmak üzere 5 boyuttan oluşmaktadır.

Psikolojik Dayanıklılık ölçeğinin ortalaması 2.79, İlişkiler Ölçeği'nin alt boyutları olan Güvenli Bağlanma, Korkulu Bağlanma, Saplantılı Bağlanma, Kayıtsız Bağlanma, Yakınlık, Dayanma ve Kaygı alt boyutlarının ortalaması 2.07, 2.04, 1.89, 2.19, 2.07, 2.16 ve 1.78'tür. Üç ölçeğin de alt boyutları incelendiğinde çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ve -1 arasında yer almaktadır. Bu sonuca göre ölçeklerden elde edilen verilerin alt boyutlarda normal dağılım gösterdiği söylenebilir.

4.2.1. Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve bağlanma stilleri arasında herhangi bir ilişki olup olmadığını incelemek üzere Pearson korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Değişkenlerin sürekli olması ve yukarıdaki tabloda yer alan çarpıklık ve basıklık değerlerine göre değişkenlerin normal dağıldığı tespit edildiği için Pearson korelasyon katsayısı kullanılması uygun görülmüştür. Pearson korelasyon analizinin sonuçları aşağıdaki tabloda raporlanmıştır.

Tablo 19: Pearson Korelasyon Katsayısı Sonuçları

	Psikolojik Dayanıklılık	Güvenli Bağlanma	Korkulu Bağlanma	Saplantılı Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma	Yakınlık	Dayanma	Kaygı
Psikolojik Dayanıklılık	1	0,20	-0,22	-0,09	-0,10	0,18	0,30	-0,28
<i>p</i>		0,000	0,000	0,073	0,051	0,000	0,000	0,000
Güvenli Bağlanma		1	-0,23	-0,04	-0,04	0,26	0,18	-0,16
<i>P</i>			0,000	0,345	0,375	0,000	0,000	0,001
Korkulu Bağlanma			1	0,03	0,41	-0,17	-0,35	0,34
<i>p</i>				0,526	0,000	0,001	0,000	0,000
Saplantılı Bağlanma				1	-0,18	0,19	-0,25	0,36
<i>P</i>					0,000	0,000	0,000	0,000
Kayıtsız Bağlanma					1	0,07	-0,18	0,16
<i>P</i>						0,183	0,000	0,001
Yakınlık						1	0,22	-0,10
<i>p</i>							0,000	0,039
Dayanma							1	-0,50
<i>P</i>								0,000
Kaygı								1

* $p < 0,05$

Yukarıdaki tabloda değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları verilmiştir. Bu katsayılar incelendiğinde, psikolojik dayanıklılık ile İlişkiler Ölçeği'nden elde edilen bağlanma stilleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık ile bağlanma stillerinden güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, yakınlık, dayanma ve kaygı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcutken; psikolojik dayanıklılık ile saplantılı bağlanma ve kayıtsız bağlanma arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Psikolojik dayanıklılık ile güvenli bağlanma arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.20$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıkça güvenli bağlanma düzeyi de artarken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça güvenli bağlanma düzeyi de azalmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık ile korkulu bağlanma arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=-0.22$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıkça korkulu bağlanma düzeyi azalırken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça korkulu bağlanma düzeyi artacağı söylenebilir.

Psikolojik dayanıklılık ile yakınlık arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.18$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıkça yakınlık düzeyi de artarken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça yakınlık düzeyinin de azalacağı söylenebilir.

Psikolojik dayanıklılık ile dayanma arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.30$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıkça dayanma düzeyi de artarken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça dayanma düzeyinin de azalacağı söylenebilir.

Psikolojik dayanıklılık ile kaygı arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki tespit edilmiştir ($r= 0.28$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıkça kaygı düzeyi azalırken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça kaygı düzeyi artacağı söylenebilir.

4.2.2. İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemek üzere Pearson korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Pearson korelasyon analizinin sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 20: Pearson Korelasyon Katsayısı Sonuçları

	Psikolojik Dayanıklılık	Dışa Dönüklük	Uyumluluk	Sorumluluk	Duygusal Denge	Deneyime Açıklık
Psi. Dayanıklılık	1	0,31	0,20	0,29	-0,02	0,16
<i>p</i>		0,000	0,000	0,000	0,697	0,002
Dışa Dönüklük		1	0,46	0,20	-0,31	0,10
<i>p</i>			0,000	0,000	0,000	0,047
Uyumluluk			1	0,26	-0,18	0,15
<i>p</i>				0,000	0,000	0,003
Sorumluluk				1	0,06	0,18
<i>p</i>					0,214	0,000
Duygusal Denge					1	-0,18
<i>p</i>						0,000
Deneyime Açıklık						1

* $p < 0,05$

Yukarıdaki tabloda yer alan korelasyon katsayıları incelendiğinde, psikolojik dayanıklılık ile Beş Faktör Kişilik Envanterinden elde edilen kişilik özellikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık ile kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcutken; psikolojik dayanıklılık ile duygusal denge arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Psikolojik dayanıklılık ile dışa dönüklük bağlanma arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.31$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıkça dışa dönüklük düzeyi de artarken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça dışa dönüklük düzeyi de azalmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık ile uyumluluk arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.20$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıkça uyumluluk düzeyi de artarken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça uyumluluk düzeyi de azalmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık ile sorumluluk arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.29$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıkça sorumluluk düzeyi de artarken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça sorumluluk düzeyi de azalmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık ile deneyime açıklık arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.16$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıkça deneyime açıklık düzeyi de artarken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça deneyime açıklık düzeyinin de azaldığını söylemek mümkündür.

Psikolojik dayanıklılık ile duygusal denge arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=-0.02$, $p>.05$). Ancak tespit edilen bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir. Dolayısıyla psikolojik dayanıklılık ile duygusal denge arasında bir ilişki tespit edilememiştir.

4.2.3. Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin, bağlanma stillerinin ve kişilik özelliklerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek üzere, ilk olarak her bir ölçeğin alt boyutlarında cinsiyete göre oluşturulan gruplarda normal dağılımın sağlanıp sağlanmadığı incelenmiştir.

Tablo 21: Psikolojik Dayanıklılık ve Beş Faktör Kişilik Envanterin Cinsiyete Göre Betimsel İstatistikleri

Cinsiyet	Psikolojik Dayanıklılık	Dışa Dönüklük	Uyumluluk	Sorumluluk	Duygusal Denge	Deneyime Açıklık	
Kadın	Ortalama	2,81	3,40	3,58	3,05	2,74	3,14
	Std. Sap.	0,30	0,50	0,48	0,58	0,44	0,43
	Çarpıklık	-0,40	-0,10	-0,71	0,14	,015	-0,14
	S.H.	0,17	0,17	0,17	0,17	0,17	0,17
	Basıklık	0,42	0,03	0,73	0,00	0,19	0,28
	S.H.	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34
	Minimum	1,78	2,00	1,89	1,50	1,50	1,88
	Maksimum	3,50	4,56	4,67	4,75	4,13	4,38
Erkek	Ortalama	2,77	3,28	3,41	3,01	2,82	3,08
	Std. Sap.	0,29	0,49	0,51	0,60	0,44	0,41
	Çarpıklık	0,03	0,29	-,029	0,14	0,27	-0,07
	S.H.	0,17	0,17	0,17	0,17	0,17	0,17
	Basıklık	-0,01	-0,14	-0,23	0,00	0,06	0,13
	S.H.	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34
	Minimum	2,05	2,11	1,78	1,50	1,88	1,88
	Maksimum	3,56	4,56	4,56	4,88	4,38	4,13

Yukarıdaki tablo incelendiğinde, kadın katılımcıların psikolojik dayanıklılık ölçeğinden ve dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge ve deneyime açıklık alt boyutlara verdikleri cevaplardan elde edilen ortalamalar sırasıyla yaklaşık olarak 2.81, 3.40, 3.58, 3.05, 2.74 ve 3,14'tür. Erkek katılımcıların psikolojik dayanıklılık ölçeğinden ve dışa

dönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge ve deneyime açıklık alt boyutlara verdikleri cevaplardan elde edilen ortalamalar sırasıyla yaklaşık olarak 2.77, 3.28, 3.41, 3.05, 2.82 ve 3,08'dir. Hem erkeklerin hem de kadınların ilgili ölçeklerden aldıkları puanlar normal dağılımdan ciddi sapma göstermemektedir. Bu nedenle, normal dağılım koşulunun sağlandığı söylenebilir.

Tablo 22: İlişki Özelliklerinin Cinsiyete Göre Betimsel İstatistikleri

Cinsiyet		Güvenli Bağ.	Korkulu Bağ.	Saplantılı Bağ.	Kayıtsız Bağ.	Yakınlık	Dayanma	Kaygı
Kadın	Ortalama	2,04	2,09	1,89	2,20	2,05	2,15	1,80
	Std. Sap.	0,35	0,45	0,41	0,36	0,34	0,47	0,47
	Çarpıklık	-0,11	-0,22	0,20	-0,15	0,13	-0,11	0,51
	S.H.	0,17	0,17	0,17	0,17	0,17	0,17	0,17
	Basıklık	0,58	-0,32	0,31	0,08	-0,11	-0,35	-0,25
	S.H.	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34
	Minimum değer	1,00	1,00	1,00	1,00	1,17	1,00	1,00
	Maksimum değer	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00
	Erkek	Ortalama	2,11	1,99	1,88	2,17	2,09	2,18
Std. Sap.		0,36	0,44	0,38	0,43	0,27	0,41	0,47
Çarpıklık		0,18	0,09	0,22	0,07	-0,05	-0,18	0,31
S.H.		0,17	0,17	0,17	0,17	0,17	0,17	0,17
Basıklık		-0,33	-0,55	-0,12	-0,57	0,13	-0,31	-0,65
S.H.		0,34	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34	0,34
Minimum değer		1,19	1,00	1,00	1,20	1,33	1,00	1,00
Maksimum değer		3,00	3,00	3,00	3,00	2,83	3,00	3,00

Yukarıdaki tablo incelendiğinde, kadın katılımcıların güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma, yakınlık, dayanma ve kaygı alt boyutlara verdikleri cevaplardan elde edilen ortalamalar sırasıyla yaklaşık olarak 2.04, 2.09, 1.89, 2.20, 2.05, 2.15 ve 1,80'dir. Erkek katılımcıların güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma, yakınlık, dayanma ve kaygı alt boyutlara verdikleri cevaplardan elde edilen ortalamalar sırasıyla yaklaşık olarak 2.11, 1.99, 1.88, 2.17, 2.09,2.18 ve 1.76'dır. Hem erkeklerin hem de kadınların ilgili ölçekten aldıkları puanlar normal dağılımdan ciddi sapma göstermemektedir. Bu nedenle, normal dağılım koşulunun sağlandığı söylenebilir.

Verilerin normal dağıldığı göz önünde bulundurularak, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin, bağlanma stillerinin ve kişilik özelliklerinin cinsiyete göre

farklılaşp farklılaşmadığını incelemek üzere bağımsız örneklem t-testi analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 23: Cinsiyete Göre Oluşturulan Gruplarda Psikolojik Dayanıklılık Ve Kişilik Özelliklerinin Bağımsız Örneklem T-Testi İle Karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	\bar{X}	sd	t	p
Psikolojik Dayanıklılık	Kadın	202	2,80	398	1,17	0,240
	Erkek	198	2,76			
Dışa Dönüklük	Kadın	202	3,40	398	2,46	0,014
	Erkek	198	3,28			
Uyumluluk	Kadın	202	3,58	398	3,54	0,000
	Erkek	198	3,40			
Sorumluluk	Kadın	202	3,05	398	0,04	0,966
	Erkek	198	3,05			
Duygusal Denge	Kadın	202	2,74	398	-1,63	0,104
	Erkek	198	2,81			
Deneyime Açıklık	Kadın	202	3,13	398	1,38	0,170
	Erkek	198	3,08			

*p<0,05

Tablo 4.20.'den elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir (p=0.240, p>0.05).

Üniversite öğrencilerinin dışa dönüklük düzeyleri kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir (p=0.014, p<0.05). Kadın ve erkek öğrencilerin bu alt boyuttan elde ettikleri puanların ortalamaları incelendiğinde, kadınların ortalamalarının erkeklerden daha fazla olduğu görülmektedir. Bu nedenle, bu farklılığın kadınların lehine olduğunu söylemek mümkündür.

Üniversite öğrencilerinin uyumluluk düzeyleri kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir (p=0.000, p<0.05). Kadın ve erkek öğrencilerin bu alt boyuttan elde ettikleri puanların ortalamaları incelendiğinde, kadınların

ortalamalarının erkeklerden daha fazla olduğu görülmektedir. Bu nedenle, bu farklılığın kadınların lehine olduğunu söylemek mümkündür.

Üniversite öğrencilerinin sorumluluk düzeyleri kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p=0.966$, $p>0.05$).

Üniversite öğrencilerinin duygusal denge düzeyleri kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p=0.104$, $p>0.05$).

Üniversite öğrencilerinin deneyime açıklık düzeyleri kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p=0.170$, $p>0.05$).

Yukarıdaki tabloyu genel olarak değerlendirecek olursak, psikolojik dayanıklılık düzeyleri kadın ve erkekler arasında anlamlı farklılık sergilememektedir. Kişilik özelliklerinin alt boyutlarından sadece dışa dönüklük ve uyumluluk alt boyutlarında kadın ve erkek üniversite öğrencileri arasında ölçek puanları farklılaşmaktadır.

Tablo 24: Cinsiyete Göre Oluşturulan Gruplarda Bağlanma Stilleri Düzeylerinin Bağımsız Örneklem t-Testi ile Karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	\bar{X}	sd	t	p
Güvenli Bağlanma	Kadın	202	2,04	398	-1,84	0,065
	Erkek	198	2,11			
Korkulu Bağlanma	Kadın	202	2,09	398	2,26	0,024
	Erkek	198	1,99			
Saplantılı Bağlanma	Kadın	202	1,89	398	0,26	0,799
	Erkek	198	1,88			
Kayıtsız Bağlanma	Kadın	202	2,20	398	0,67	0,501
	Erkek	198	2,17			
Yakınlık	Kadın	202	2,05	398	-1,24	0,216
	Erkek	198	2,09			
Dayanma	Kadın	202	2,15	398	-0,71	0,478
	Erkek	198	2,18			
Kaygı	Kadın	202	1,80	398	0,87	0,383
	Erkek	198	1,76			

* $p<0,05$

Yukarıdaki tablo incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeylerinin kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p=0.065$, $p>0.05$).

Üniversite öğrencilerinin korkulu bağlanma düzeyleri ise kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p=0.024$, $p<0.05$). Kadın ve erkek öğrencilerin bu alt boyuttan elde ettikleri puanların ortalamaları incelendiğinde, kadınların ortalamalarının erkeklerden daha fazla olduğu görülmektedir. Bu nedenle, bu farklılığın kadınların lehine olduğunu söylemek mümkündür.

Üniversite öğrencilerinin saplantılı bağlanma düzeylerinin kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p=0.799$, $p>0.05$).

Üniversite öğrencilerinin kayıtsız bağlanma düzeylerinin kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p=0.501$, $p>0.05$).

Üniversite öğrencilerinin yakınlık düzeylerinin kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p=0.216$, $p>0.05$).

Üniversite öğrencilerinin dayanma düzeylerinin kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p=0.478$, $p>0.05$).

Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerinin kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p=0.383$, $p>0.05$).

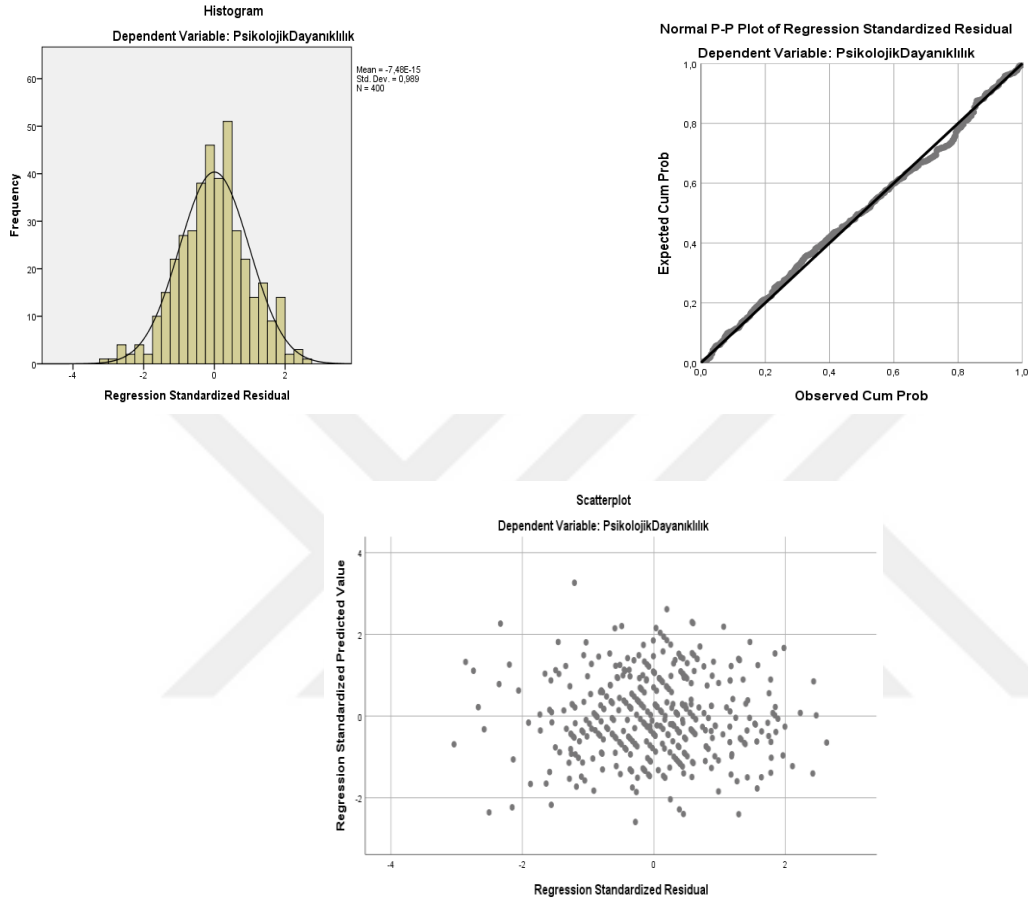
Yukarıdaki tablo genel olarak değerlendirilecek olunursa, üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri açısından cinsiyete göre oluşturulan gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılaştığı tek boyut korkulu bağlanma olduğu ve diğer alt boyutlarda cinsiyet açısından elde edilen puanların farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

4.2.4. Dördüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular

Bu araştırma sorusunda, kişilik özelliklerinin ve bağlanma stillerinin bireylerin psikolojik dayanıklılığını ne düzeyde yordadığı belirlenmeye çalışılmıştır.

Regresyon analizine geçmeden önce bağımlı değişken olan psikolojik dayanıklılık ile yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Birinci alt problemde de görüldüğü üzere, kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık; bağlanma stillerinden güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, yakınlık, dayanma ve kaygı alt boyutları psikolojik dayanıklılık ile anlamlı bir ilişkiye sahiptir.

Ardından, yordayıcı değişkenlerle bağımlı değişken arasındaki ilişkinin doğrusal olup olmadığı ve puanların normal dağılım gösterip göstermediği grafiklerle incelenmiştir. Normallik ve doğrusallık varsayımlarının incelenmesine ilişkin grafikler Şekil 3’de gösterilmiştir.



Şekil 3: Normallik ve Doğrusallık Varsayımlarının İncelenmesi

Şekil 3’de verilen grafikler incelendiğinde, standartlaştırılmış artık değerler ile standartlaştırılmış yordanan değerler için oluşturulan saçılma (scatterplot) diyagramının doğrusal bir ilişki tanımladığı ve noktaların belirli bir eksen etrafında toplanma eğilimin olduğunu söylemek mümkündür. Standartlaştırılmış yordanan değerler için oluşturulan histogram ve normal dağılım eğrileri incelendiğinde ise, normal dağılımın sergilendiği görülmektedir. Bunların yanı sıra, yordayıcı değişkenlerin bağımlı değişkenle olan kısmi ilişkilerini gösteren şekiller incelendiğinde, dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge, güvenli bağlanma, yakınlık ve dayanma ile bağımlı değişken psikolojik dayanıklılık

arasında doğrusal ve pozitif bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Ayrıca, yordayıcı değişkenlerden korkulu bağlanma ve kaygı ile bağımlı değişken psikolojik dayanıklılık arasında doğrusal ve negatif bir ilişkinin olduğu görülmektedir.

Son olarak, çoklu doğrusal bağlantılılık olup olmadığını incelemek üzere VIF (Variance Inflation Factor) değerleri incelenmiş olup, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk, deneyime açıklık, güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, yakınlık, dayanma ve kaygı yordayıcı değişkenler için VIF değerleri 1.42, 1.37, 1.15, 1.06, 1.19, 1.28, 1.12, 1.51 ve 1.44 olarak kestirilmiştir. Bu değerler 10'dan küçük olduğu için çoklu bağlantılılık sorununun olmadığı görülmüştür. Regresyona ilişkin varsayımlar incelendikten ve varsayımların sağlandığı tespit edildikten sonra regresyon analizine geçilmiştir.

Psikolojik dayanıklılık üzerinde etkili olan değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 4.21.'de verilmiştir.

Tablo 25: Psikolojik Dayanıklılık İlişki Özelliklerini Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	S.H.	β	t	p
Sabit	1,87	0,21		9,10	0,000
Dışa Dönüklük	0,14	0,03	0,23	4,35	0,000
Uyumluluk	0,01	0,03	0,01	0,26	0,792
Sorumluluk	0,09	0,02	0,17	3,53	0,000
Deneyime Açıklık	0,05	0,03	0,06	1,39	0,165
Güvenli Bağlanma	0,03	0,04	0,04	0,80	0,426
Korkulu Bağlanma	-0,03	0,03	-0,05	-0,99	0,321
Yakınlık	0,05	0,05	0,05	1,08	0,279
Dayanma	0,06	0,04	0,09	1,69	0,091
Kaygı	-0,12	0,03	-0,18	-3,42	0,001
R = ,49*	R² = ,24	F(9,390) = 13,51		p = .000	

*p<0,05

Psikolojik dayanıklılık üzerinde etkili olan değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan regresyon analiz sonucunda elde edilen bulgular yukarıdaki tabloda verilmiştir. Yukarıdaki tablo incelendiğinde, dışa dönüklük, sorumluluk ve kaygı bireylerin psikolojik dayanıklılıkları ile anlamlı bir ilişki vermektedir. Regresyon analizine dâhil edilen yordayıcı değişkenlerin tümü, bağımlı değişkendeki toplam varyansın yaklaşık %24'ünü açıklarken (R²= 0,24, p<0.05), anlamlı bulunan yordayıcı değişkenlerin üçü beraber (dışa dönüklük, sorumluluk ve

kaygı) bağımlı değişkendeki toplam varyansın yaklaşık %22'sini açıklamaktadır ($R^2= 0,22$, $p<0.05$).

Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre (β), yordayıcı değişkenlerin psikolojik dayanıklılık inançları üzerindeki önem sırası dışa dönüklük, kaygı ve sorumluluk şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde, modele dâhil edilen bu üç değişkenin (dışa dönüklük, sorumluluk ve kaygı) psikolojik dayanıklılık inançları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Sorumluluk ve dışa dönüklüğe ait standartlaştırılmış regresyon katsayıları incelendiğinde bu katsayıların pozitif olduğu görülürken, kaygı yordayıcı değişkenine ait katsayının negatif olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre, sorumluluk ve dışa dönüklük puanında meydana gelen artışın psikolojik dayanıklılığı artıracadı ancak kaygı yordayıcı değişkeni üzerinde meydana gelen artışın psikolojik dayanıklılığı düşüreceği söylenebilir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Araştırmada üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılığının kişilik özellikleri ve farklı bağlanma türleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda araştırmanın temel problemi ve bağımlı değişkeni olan psikolojik dayanıklılık ölçeğinden elde edilen puanlar ile bağımsız değişkenleri oluşturan; kişilik özellikleri ve farklı bağlanma türleri ile ilgili araştırma sonuçları, sosyo-demografik özelliklerin yordayıcılığı temel alınarak araştırılmıştır. Psikolojik dayanıklılık, kişilik özellikleri ve farklı bağlanma stillerine cinsiyet değişkeni dâhil edilerek etkileme düzeyi literatürdeki benzer ve farklı çalışmalar temel alınarak tartışılmıştır. Literatür incelendiğinde araştırmaların daha farklı değişkenler ve popülasyon olarak çocuk ve ergenlerle yapıldığı fark edilmiştir. Tartışma bölümü içerisinde psikolojik sağlamlığın hangi değişkenler sonucunda farklılaştığına dair mevcut araştırma ve alan yazınına yer verilmiştir.

Araştırmanın sonucunda, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ölçeği ile ilişkiler ölçeğinde yer alan farklı bağlanma stillerinin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Araştırmanın sonucunda; psikolojik dayanıklılık ile bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan güvenli ve korkulu bağlanma, yakınlık, dayanma ve kaygı düzeyleri arasında bir ilişkiye ulaşılmıştır. Özet olarak araştırmada psikolojik dayanıklılık ile güvenli bağlanma, yakınlık ve dayanma düzeyleri arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Psikolojik dayanıklılık düzeyi arttıkça güvenli bağlanma, yakınlık ve dayanma düzeylerinde artış; psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça güvenli bağlanma, yakınlık ve dayanma düzeylerinde azalma olduğu söylenebilir.

Araştırmada psikolojik dayanıklılık ile korkulu bağlanma düzeyleri arasında negatif yönde bir ilişkinin varlığı ortaya konulmuştur. Psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça korkulu bağlanma düzeyinde artış; psikolojik dayanıklılık düzeyi arttıkça korkulu bağlanma düzeyinde azalma olduğu yorumu yapılabilir. Araştırmada psikolojik dayanıklılık ile bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan saplantılı bağlanma ve kayıtsız bağlanma arasında herhangi bir ilişkiye ulaşılamamıştır. Psikolojik dayanıklılık düzeyinde meydana gelebilecek herhangi bir değişikliğin, saplantılı ve kayıtsız bağlanma düzeylerinde herhangi bir farklılık oluşturmayacağı düşünülmektedir.

Literatürde bu araştırmanın sonuçları ile benzerlik gösteren ve göstermeyen çalışmalar olduğu görülmüştür. Psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile bağlanma stilleri alt boyutlarından olan korkulu ve kayıtsız bağlanma düzeyleri arasında ilişki vardır. Alan araştırmasındaki sonuçlar ile bu araştırma arasında benzerlikler vardır.

Psikolojik dayanıklılık düzeyi ile bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan korkulu, kayıtsız bağlanma düzeyi arasındaki ilişkiye literatürde de rastlanmıştır. Bu sonuç araştırmadaki psikolojik dayanıklılık ile korkulu bağlanma arasındaki ilişkinin varlığını desteklemektedir. Mark (2008) çalışmasında psikolojik dayanıklılık ile güvenli bağlanma düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı seviyede bir ilişki vardır. Ek olarak psikolojik dayanıklılık ile güvensiz (korkulu) bağlanma düzeyi arasında negatif yönde olan ilişkiye Mark (2008) çalışmasında da ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler ile Mark'ın (2008) çalışması arasındaki benzerlikler, araştırmanın literatürü desteklediği sonucunu ortaya koymaktadır.

Araştırmayı destekleyen diğer bir çalışma ise Meyers'in (2007) yaptığı çalışmadır. Bu çalışma, psikolojik dayanıklılık seviyesinin yüksek iken kaygılı bağlanma düzeyinin düştüğünü ortaya koymaktadır. Alanda ulaşılan bu sonuç ile araştırmada ulaşılan psikolojik dayanıklılık ile kaygılı bağlanma düzeyi arasındaki ilişkiye dönük bulgular birbirini desteklemektedir. Literatür ile araştırma kıyaslandığında psikolojik dayanıklılık düzeyi arttıkça kaygılı bağlanma düzeyinin azalmakta olduğu ve psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça kaygılı bağlanma düzeyinin arttığı söylenebilir.

Araştırmada ulaşılan sonuçlarla benzerlik gösteren diğer bir çalışma ise Chilton (2001) tarafından gerçekleştirilen çalışmadır. Bu çalışma korkulu bağlanma ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır. Çıkarım yapılabilir ki; bu araştırma ile literatür karşılaştırıldığında psikolojik dayanıklılık ve korkulu bağlanma arasındaki ilişkiye ilişkin bulgular literatür ile paralellik göstermektedir.

Araştırmada psikolojik dayanıklılık ile kaygı arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Bu sonucu destekleyen alan yazını ise; psikolojik dayanıklılık ile kaygılı bağlanma alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu çalışmadır (Vergili, 2018).

Araştırmada psikolojik dayanıklılık ile güvenli bağlanma arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.20$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık düzeyinin artması, güvenli bağlanma düzeyini artırırken; psikolojik dayanıklılık düzeyinin azalması güvenli bağlanma düzeyini azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonucu destekleyen bir diğer çalışma ise psikolojik dayanıklılık ile farklı bağlanma stillerinden olan güvenli

bağlanma alt tipi ve erişkin bağlanma tipinin yer aldığı çalışmadır. Bu çalışmada psikolojik dayanıklılık ile farklı bağlanma stillerinden olan güvenli bağlanma alt tipinde anlamlı düzeyde ilişkinin varlığına ulaşılmıştır (Donat, 2018).

Araştırmada yer alan psikolojik dayanıklılık ile güvenli bağlanma alt boyutu arasındaki ilişkinin varlığını destekleyen diğer bir çalışma ise; Bindal'ın (2018) çalışmasıdır. Bu çalışmada bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarında yer alan güvenli bağlanma düzeyi yükseldikçe, psikolojik dayanıklılık düzeyinin de yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır (Bindal, 2018).

Araştırmada erişilen bulgulara göre psikolojik dayanıklılık ile bağlanma stillerinin 4 alt boyutu için farklı şekillerde ilişkiler söz konusudur. Aynı zamanda araştırmada ile benzerlik göstermeyen, literatürü desteklemeyen bazı karşıt alan çalışmaları da vardır. Araştırma ile aynı örnekleme sahip olan ve üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada psikolojik dayanıklılık ve bağlanma stilleri alt boyutları arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunamamıştır (Haleplioğlu, 2017).

Araştırmada ulaşılan sonuçlar ile literatür kıyaslandığında alanı desteklemeyen veya farklı yönlerden benzerlik gösteren sonuçlara da erişilmiştir. Neria ve arkadaşlarının (2001) çalışmasında psikolojik dayanıklılık ile güvenli bağlanma düzeyleri arasında pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç araştırma sonuçlarımız ile doğrudan paralellik göstermektedir. Bununla birlikte Neria ve arkadaşlarının (2001) araştırmasında, psikolojik dayanıklılık ile kaçınmacı ve karasız bağlanma arasında negatif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonucun da araştırma ile dolaylı yünden benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Literatürdeki diğer erişilen bilgi yine araştırma ile paralellik ve farklılık göstermektedir. Psikolojik dayanıklılık ile farklı bağlanma stilleri alt boyutlarından güvenli bağlanan kişiler, diğer bağlanma türlerine sahip kişiler ile kıyaslandığında psikolojik dayanıklılık düzeyleri açısından farklılıklar barındırmaktadır. Psikolojik dayanıklılık seviyesi ile diğer bağlanma türleri kıyaslandığında; güvenli bağlanan kişilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin diğer bağlama türlerine sahip kişilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bağlanma stilleri korkulu ve kaygılı bağlanma olan kişilerin psikolojik dayanıklılık seviyelerinin ise daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla beraber erişilen sonuçlara göz atıldığında; bağlanma stilleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki daha karmaşık süreçleri içermektedir. Bu açıdan psikolojik dayanıklılık ve farklı bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyel durum değerlendirilirken yapılacak araştırmaların daha bütüncül ve daha

geniş bir perspektife sahip olması literatüre daha büyük bir katkı sağlayabilir (Aydoğdu, 2013).

Araştırmanın sonucunda, beş faktörlü kişilik ölçeğinin alt boyutlardan elde edilen kişilik özellikleri düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Araştırmada psikolojik dayanıklılık ile kişilik özellikleri ölçeğinin alt boyutlarından olan dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuşken; psikolojik dayanıklılık ile duygusal denge arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bu araştırma ile paralellik gösteren benzer çalışmalar vardır. Bu çalışmalar kişilik özelliklerine atıfta bulunabilecek kişilik tipleri ve değer çeşitlerini içermektedir. Bu atıfta bulunan kişilik özelliklerini de yordayacak değişkenlerin katkısıyla psikolojik dayanıklılık ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiye ulaşılmaya çalışılmıştır.

Literatürde kişilerin kendilerinde bulundurdukları değer çeşitleri “(uyarılma, özyönelim-düşünce, evrenselcilik-hoşgörü, başarı, güç-kaynaklar, güvenlik-toplumsal ve evrenselcilik-doğa)” ile psikolojik dayanıklılık arasındaki düzey incelenmiştir. Bu çalışmada psikolojik dayanıklılık ile kişilerin sahip oldukları değer çeşitlerinden “uyarılma, özyönelim-düşünce, evrenselcilik-hoşgörü, başarı, evrenselcilik-doğa” gibi değer çeşitleri arasında pozitif yönde bir ilişki mevcuttur. Bunun yanı sıra psikolojik dayanıklılık ile “güvenlik-toplumsal ve güç-kaynaklar” değer çeşitleri arasında da negatif yönde bir ilişkiye ulaşılmıştır (Ağırkan, 2017). Bu araştırmanın sonucuna göre olumlu değer yönelimleri arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılabilir. Araştırma ile paralellik içeren kısmı ise; psikolojik dayanıklılık ile uyumluluk, sorumluluk, dışa dönüklük ve deneyime açıklık gibi olumlu sayılması muhtemel olan kişilik özellikleri alt boyutlarının arasında ilişkinin varlığıdır. Bununla beraber dış kaynağa atıfta bulunan değer çeşitleri arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeyi azalabilmektedir. Ek olarak yine araştırma ile benzerlik sergileyen kısmı ise; psikolojik dayanıklılık düzeyi arttıkça duygusal denge düzeyi azalmaktadır.

Psikolojik dayanıklılık ile paralellik sergileyebileceği düşünülen diğer bir çalışma ise; bireylerin psikolojik dayanıklılıkları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin varlığıdır. Araştırma ile benzerlik gösterdiği düşünülen bu çalışmaya göre bireylerin psikolojik dayanıklılık ve öz-etkililik-yeterlilik puanları arasında düşük ve negatif yönde anlamlı boyutta bir ilişki vardır (Çobadak, 2015). Bu çalışmadaki psikolojik dayanıklılık düzeyi ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin varlığı; araştırmada bulunan psikolojik dayanıklılık ile kişilik

özellikleri alt boyutları arasındaki pozitif ve negatif ilişki sonuçları açısından benzerlik gösterip literatürü de dolaylı olarak desteklemektedir.

Yine araştırmada yer alan psikolojik dayanıklılık ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiye dair elde edilen bulguları dolaylı yünden destekleyecek çalışmalar mevcuttur. Alanda yapılan bu çalışmada ait olma ihtiyacı ile yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Ait olma ihtiyacı yükseldikçe yaşam doyumu düşmektedir. Kısacası birey kendini ait hissettikçe yaşam doyumu yükselecektir (Özdaş, 2017). Bu araştırma sonucu göz önüne alındığında olumlu sayılabilecek kişilik özellikleri düzeyi ile yaşam doyumu ve ait olma gibi değişkenlerin düzeylerinin yüksek olması psikolojik dayanıklılık düzeyini de arttırdığı söylenebilir. Bu sonucun da dolaylı olarak araştırmamızla benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Araştırmada üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin, bağlanma stillerinin ve kişilik özelliklerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemeye önce ilk olarak her bir ölçeğin alt boyutlarında cinsiyete göre oluşturulan gruplarda normal dağılıma sahip olduğu bulunmuştur.

Araştırmada kişilik özellikleri ölçeğinin alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasındaki farklılaşma düzeyine bakıldığında hem erkeklerin hem de kadınların ilgili ölçeklerden aldıkları puanlar normal dağılımdan ciddi sapma göstermemektedir. Bu nedenle, normal dağılım koşulunun sağlandığı söylenebilir. Kadın ve erkeklerin araştırmadaki değişkenler çerçevesinde değerlendirildiğinde anlamlı derecede farklılık bulunmamaktadır.

Araştırma ile literatür arasında bazı paralellikler varken; benzerlik içermeyen çalışmalar da vardır. Kişilik özellikleri ölçeği alt boyutlarından olan nevrozizm ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Nevrozizm alt boyutunda kadınların aldıkları puanların, erkeklerin aldıkları puanlardan oldukça yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Karahasanoğlu, 2016). Literatürde ulaşılan bu bilgi araştırmamızı desteklemeyen bir sonuçtur. Çünkü araştırmada kişilik özellikleri ile duygusal denge arasında cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık söz konusu değildir.

Araştırmada bağlanma stilleri ve cinsiyet açısından ulaşılan sonuç ise; hem erkeklerin hem de kadınların ilgili ölçeklerden aldıkları puanlar normal dağılımdan ciddi sapma göstermemektedir. Bu nedenle, normal dağılım koşulunun sağlandığı söylenebilir. Detaylı olarak bakıldığında ise; üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeylerinin kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir.

Literatürde cinsiyet değişkeni bağlanma stilleri açısından değerlendirildiğinde ise mevcut araştırmayı desteklemeyen bir sonuca ulaşılmıştır. Farklı bağlanma stillerinin alt

boyutundan kadın ve erkeklerin puanları kıyaslandığında; kadınların erkeklere oranla kayıtsız bağlanma stilinden elde edilen puanlar erkeklerinkinden göre daha yüksek olduğuna ulaşılmıştır (Karahasanoğlu, 2016). Literatürdeki bu araştırma, mevcut araştırma ile birbirini desteklemeyen sonuçlara ulaşıldığını göstermektedir. Çünkü mevcut araştırmada ulaşılan bulgu sonucunda farklı bağlanma stillerinin alt boyutunda yer alan kayıtsız bağlanma stili için kadın ve erkekler arasında bir farklılaşma söz konusu değildi. Buradan yola çıkarak literatür ile farklılık taşıyan mevcut araştırmada alan yazına daha farklı sonuç eklendiği de söylenmelidir.

Araştırmada kadın ve erkeklerin psikolojik dayanıklılık düzeylerine ilişkin farklılık durumları karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır. Araştırma ile benzerlik gösteren Aydoğdu'nun 2013 yılında gerçekleştirmiş olduğu araştırma göze çarpmaktadır. Bu çalışmada üniversitede öğrenim gören bireylerin cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırıldıklarında, erkek ve kadınların psikolojik dayanıklılık düzeyi açısından anlamlı bir farklılığa sahip olmadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Üniversitede öğrenim gören kadın ve erkek öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri; toplumsal cinsiyet rolleri, kültürler arası duyarlılıkları ve risk faktörlerine göre değerlendirilip kıyaslanmıştır. Bu çalışmada üniversitede öğrenim gören kadın ve erkek bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri yukarıda sayılan değişkenlerin varlığında cinsiyetleri açısından değerlendirildiğinde aralarında anlamlı herhangi bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle psikoloji, sosyoloji gibi beşeri bilim alanlarındaki araştırmalarda insanın eylemlerini değerlendirmesinde temel alınan esas etken ve daha çok yer verilen değişken cinsiyet kavramı olmuştur (Ayten, 2009).

Araştırmada bu literatürdeki araştırmanın varlığından ve alt hipotezlerden yola çıkarak araştırmamızdaki esas ve temel sosyo-demografik değişken cinsiyet olarak kabul edilmiş ve analizlerde de daha sık cinsiyet değişkenine yer verilmiştir.

Araştırma ile benzerlik gösteren diğer bir çalışma ise Facebook Bağımlılığı ve Psikolojik Dayanıklılığın ölçüldüğü çalışmadır. Bu çalışmada psikolojik dayanıklılık düzeyi ile cinsiyet değişkeni kadın ve erkekler arasında kıyaslandığında aralarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuca göre denilebilir ki; psikolojik dayanıklılık cinsiyetler açısından herhangi bir farklılık göstermemektedir (Soysal, 2016). Bu alan yazın araştırma sonucumuzu doğrudan desteklemektedir.

Ek olarak araştırmayı destekleyen diğer bir çalışma ise Harrisson ve diğerlerinin (2002) yaptıkları çalışmadır. Bu çalışmada da kadın ve erkeklerin psikolojik dayanıklılık düzeyi cinsiyet değişkeni bakımından incelendiğinde aralarında anlamlı bir farklılığın

olmadığına ulaşılmıştır. Literatürdeki bu araştırma ile mevcut yapılan araştırma birbirini destekleyerek alana katkı sağlarken; aynı zamanda alandaki bu sonucun daha geçerli olduğu bilgisi yorumu da yapılabilir.

Maddi ve diğerleri (2006) yılında literatürde dört farklı çalışma neticesinde psikolojik dayanıklılık ile cinsiyet değişkeni arasında bazı sonuçlar elde etmiştir. Bu çalışma özel okul öğrencileri ve iş sahibi erişkinlerden oluşan katılımcılardır. Çalışmaya göre psikolojik dayanıklılık düzeyi ile cinsiyet kavramının karşılaştırılması sonucunda, aralarında herhangi bir farklılık olmadığına ulaşılmıştır. Yine bu çalışmanın araştırmayı doğrudan desteklediği ve alanı pekiştirdiği söylenebilir.

Psikolojik dayanıklılık düzeyi ile cinsiyet değişkeni alanda farklı değişkenler de dâhil edilerek araştırılmıştır. Gökçen (2015) gerçekleştirmiş olduğu çalışmanın neticesinde psikolojik dayanıklılık ile cinsiyet değişkenini analiz etmiş ve aralarında herhangi bir farklılık bulmamıştır. Madde öyküsü olan ve olmayan 546 üniversite öğrencisinin dâhil edildiği bir çalışmada madde öyküsüne sahip olan ve olmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerine cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında aralarında anlamlı herhangi bir farklılık bulunamamıştır (Gökçen'den [2015] aktaran Sadedemir, 2016).

Akademisyenler üzerinde gerçekleştirilmiş olan bir diğer çalışmanın yine araştırma sonucu ile benzerlik gösterdiği düşünülmektedir. Psikolojik dayanıklılık düzeyi cinsiyet değişkeni açısından değerlendirildiğinde yine herhangi bir farklılık söz konusu değildir (Tümlü ve ark.,'dan [2013] aktaran Sadedemir, 2016).

Araştırmamız ile yine benzerlik içeren bir diğer çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık seviyeleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılığın bulunmadığı çalışmadır. Bu araştırmada kadın öğrencilerin psikolojik dayanıklılığı ile erkek öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyinden az ya da fazla gibi kıyaslamaların mümkün olmadığı söylenebilir. Psikolojik dayanıklılık düzeyi cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşan ve savunan diğer literatür analizleri birbirleriyle benzerlik taşımaktadır (Benishek ve Lopez, 1997; Chan, 2003; Harrisson ve Arkadaşları, 2002; Crowley ve Arkadaşları, 2003; Maddi ve Arkadaşları, 2006; Mathews ve Servaty- Seib, 2007; Terzi, 2008; Sezgin, 2009; Sezgin, 2012). Bu çalışmalar araştırma sonucuyla da doğrudan paralellik sergileyip alanı desteklediği söylenebilir.

Alan yazında araştırma sonucunu haklı çıkararak ya da çürüten çalışmaların varlığı çeşitlilik göstermektedir. Mevcut çalışmada ve literatürde üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyinin cinsiyet değişkeni dâhilinde geniş ölçekli bir şekilde araştırılmıştır. Bu araştırmanın varlığında cinsiyetler arası herhangi anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu birçok

çalışma ile araştırmayı desteklenmektedir. Bu çalışmalar özet ve toplu halleri ile “Terzi (2008), Aydın (2010), Eryılmaz (2012), Aydoğdu (2013), Balcı-Çelik (2013), Özer (2013), Çoşkun, Garipağaoğlu ve Tosun (2014), Gökçen (2015)’e” ait çalışmalarda olarak sıralanabilir.

Ek olarak ilgili literatürde psikolojik dayanıklılık düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasındaki farklılaşma düzeyi çok boyutlu ve karmaşık olarak ele alınmıştır. Hannah ve Morrisey (1986) yılında yaptıkları araştırmanın sonucunda genç erkekler ile kadınların psikolojik dayanıklılık düzeylerine baktıklarında; kadınların erkeklerden psikolojik dayanıklılık düzeyleri açısından aldıkları puanlar karşılaştırıldığında erkeklerin aldıkları puanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur (Aydoğdu, 2013). Bu sonucun mevcut araştırma bulgusunu desteklemediği ve mevcut çalışmanın sonucu ile paralellik sergilemediği söylenebilir.

Araştırma ile literatür sonuçları arasında farklılık içeren diğer bir araştırma ise Önder ve Gülay (2008)’e aittir. Önder ve Gülay’ın (2008) çalışmasında, cinsiyet ile benlik teriminin psikolojik dayanıklılıkla dâhilinde farklılaşabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bununla beraber kadın ve erkek öğrenciler kıyaslandığında kadın öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri erkek öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyinden daha yüksek olduğu bulunmuştur (Kılınç, 2014).

Cole ve diğerlerinin (2004) yılında öğrenciler üzerinde psikolojik dayanıklılık düzeyine cinsiyet değişkeni açısından baktıkları çalışmaları mevcuttur. Bu çalışmanın sonucunda kadınlar ile erkeklerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki farklılaşma seviyesinin anlamlı olduğuna ulaşmışlardır. Araştırmayı desteklemeyen bu çalışmada psikolojik dayanıklılık düzeyinin cinsiyet değişkeni dâhilinde ele alınmıştır. Mevcut araştırmanın literatürü çürüttüğü yorumu da yapılabilir.

Araştırmayı desteklemeyen diğer bir çalışma ise; öğretmenlerin dâhil edildiği bir çalışmadır. Chan (2003) yılında genel psikolojik dayanıklılık ile dayanıklılığın üç farklı alt boyutu olan bağlanma, kontrol ve güçlülük düzeylerinin cinsiyet açısından değerlendirilirken; neticenin kadın ve erkekler arasında anlamlı düzeyde farklılaşmaya sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırmayı çürüten bir diğer çalışma ise psikolojik dayanıklılığın cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmamasına ilişkin olarak anlamlı farkın bulunduğu çalışmadır. Evli olan ve olmayan bireylerde karar verme stratejilerinin psikolojik dayanıklılık üzerine etkisini inceleyen bir çalışmada cinsiyetler arası kıyaslama yapılmıştır. Bu çalışmada psikolojik dayanıklılık düzeyinin erkekler ve kadınlar arasında karşılaştırıldığında, erkeklerin psikolojik

dayanıklılık düzeyinin kadınlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Sadedemir, 2016).

Wasonga (2002), Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu (2015)'e göre üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre anlamlı bir düzeyde psikolojik dayanıklılık seviyesinin yüksek olduğuna ulaşılmıştır. Bu sonuç yine araştırma sonucu ile literatür sonuçları arasındaki farklılığı içermektedir. Bununla beraber mevcut araştırmanın yine literatüre farklı bir sonuç olarak katkı sağladığı söylenebilir.

Yine başka alan yazılarında daha farklı sonuçlar yer almaktadır. Bunlar da yine bütün olarak bakıldığında: “Bahadır (2009), Campbell-Sills, Forde ve Stein (2009), Tonga (2014) ve Erdoğan (2015)'e” göre erkek öğrencilerin kadın öğrenciler ile kıyaslandığı takdirde psikolojik dayanıklılık düzeylerinin erkek öğrenciler açısından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç yine araştırma sonucunu desteklemediği ve literatüre dönük bazı çalışmalarda da paralellik sergilemediği görülmektedir. Bununla beraber mevcut araştırma sonucu ile literatürde yer alan psikolojik dayanıklılık düzeyi incelenirken birçok farklı çalışmada ana değişkenin cinsiyet değişkeni olduğu fark edilmiştir. Bu sebepten dolayı farklı açılardan sonuçlara ulaşması cinsiyet değişkeninin önemini de vurgulamaktadır.

Kumpfer (1999) ise, kişilerin psikolojik dayanıklılığının cinsiyet açısından değerlendirildiğinde; kadınların gelişimsel anlamda çocukluk ve ergenlik dönemlerinde psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ilerleyerek geliştiği bilgisine ulaşılmıştır.

Mandleco ve Peery (2000)'e göre çoğunlukla her risk durumu için erkeklerin daha fazla duyarlılığa yatkın ve dayanıklı olmayan tutumlara sahip olduğu bulunmuştur. Bu araştırmalar psikolojik dayanıklılığın gelişimsel dönemlere özgü nitelikler taşıdığından ötürü önemlidir. Ek olarak Turner (2000) araştırmasında psikolojik dayanıklılık düzeyinin cinsiyetler arası karşılaştırmasında, kültürel yapılandırmalardan etkilendiği ve bireyin kişilik özelliklerini de farklılaştırdığı sonucuna ulaşıldığı için önem taşımaktadır.

Turner (2000) araştırmasına bakıldığında ise; kızların hayatlarının ilk on senesinde psikolojik dayanıklılık seviyesinin erkeklere göre daha yüksek olduğuna ulaşılmıştır. Bu bilgi değerlendirildiğinde kızların 11-12 yaş aralığında kültürel baskılama sonucunda özerk olma becerilerinin daha düşük seviyede olması, bu düşük seviye sonucunda diğer bireylere de daha bağımlı olmaları söz konusudur. Bu faktör göz önünde alındığında kızların öz-saygı düzeylerinin erkeklere oranla daha düşük olduğuna ulaşılmıştır.

Erkekler ise; yaşantılarının ilk on senesinde biraz daha hassas, diğer on senesinde ise psikolojik formları ile daha yüksek dayanıklılık düzeyine ulaştıkları ve sahip oldukları

bulunmuştur. Bunun sebebi ise şu şekilde ele alınmıştır. Erkeklerin yaşantılarının ikinci on senesinde daha dayanıklı, daha yüksek öz güven düzeylerinin olması kültürün desteği ve katkısı sonucundadır. Aynı zamanda erkeklerin daha başarılı olabilmelerinde ve daha özgür hissedebilmelerinde kültürün etki düzeyi ile beraber erkeklerin yaşantılarının ikinci on senesinde daha dayanıklı oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Kız ve erkek çocuklarının kültürel yapıları sahip olacakları psikolojik dayanıklılık düzeylerine doğrudan etkisi bu çalışma ile görülmektedir. Bununla beraber bu çalışma literatürde yer alan psikolojik dayanıklılığın bir beceri olarak öğretilebilir olduğu bilgisini de desteklediği için cinsiyetler açısından önem taşımaktadır. Bu sonuç aynı zamanda araştırmanın önemini ifade eden ruh sağlığına katkı hedefi ile de paralellik sergilemektedir. Araştırmanın öneminde eğer bir bireyin psikolojik dayanıklılık düzeyini etkileyen faktörler bulunabilirse bu faktörler için ruh sağlığını koruma, önlem ve müdahale programlarının oluşturulabileceği hedefi ile uyum gösterdiği için önem taşıdığı düşünülmektedir.

Aydoğdu (2013)'e göre, psikolojik dayanıklılığın ele alınışında cinsiyetler arasında herhangi bir ilişki olmadığına ulaşılmıştır. Ek olarak erkeklerin kadınlara ya da kadınların erkekler ile psikolojik dayanıklılık düzeyi karşılaştırıldığında yine herhangi bir farklılık olmadığı söz konusudur. Bununla beraber bu çalışmada savunulan durum; psikolojik dayanıklılık kavramının cinsiyete göre değişebilecek bir bireye dair nitelik olarak görülmemelidir. Gelişim dönemleri gözetilerek daha çok yaşanan olayların varlığında, edinilen destek ve teşebbüsleri bağlamında ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yukarıda psikolojik dayanıklılığın cinsiyet açısından ele alındığı çoğu çalışmada daha derine inilse de nihai hedefe ulaşamamıştır ve aynı düşünce düzleminde de olunamamıştır. Genel kabul görmüş ve ortak paydada buluşmuş bir bilgi mevcut değildir. Yani elde edinilen bazı bilgilerin psikolojik dayanıklılık ve cinsiyet arasında bazı çalışmalar açısından anlamlı derecede farklılık varken bazı çalışmalarda ise anlamlı derecede farklılık bulunmamaktadır. Cinsiyet değişkeninin psikolojik dayanıklılık kavramı üzerine etkisini irdellemek için daha geniş evren çerçevesinde ve boylamsal araştırmaların varlığı daha da fayda sağlayacağı düşünülmüştür (Oflas, 2017).

Araştırma ve alan çalışmalarında genel itibariyle psikolojik dayanıklılık ile cinsiyetin karşılaştırılmasında herhangi bir farklılaşma bulunmadığına sonuç olarak ulaşılabılıriz. Psikolojik dayanıklılık düzeyine sadece cinsiyet değişkeni ele alınarak yapılan karşılaştırmaların doğru olmayacağı düşünülmektedir. Psikolojik dayanıklılık düzeyini yordarken diğer değişkenlerin varlığı dâhil edilerek daha net ve geçerli çıkarımlara ulaşılabileceği düşünülmektedir. Literatüre göz atıldığında ise psikolojik dayanıklılığa yapılan

atıflarda daha anlamlı olan değişkenler ise şu şekilde sıralanabilmektedir: Gelişim evresinde deneyimlenen yaşam olayları, çocukluk dönemindeki mevcut destek sistemleri ve eğilimlerden oluşmaktadır. Bu gibi değişkenlerin dâhil edilmesi ile beraber psikolojik dayanıklılığın anlamlılık düzeyinin gözetilebilmektedir (Aydoğdu, 2013).

Psikolojik dayanıklılık ile cinsiyet arasındaki farklılaşmaya geniş açıdan bakıldığında bu sonuçlar üzerine bazı yorumlar yapılabilir: Literatürde genel olarak psikolojik dayanıklılık düzeyi ile cinsiyet arasında anlamlı bir düzeyde farklılaşmanın olmadığına dair araştırma sonuçlarına ulaşılmıştır. Bu sonuç ve yorum da araştırmadaki sonucu fazlasıyla destekleyecek niteliktedir. Aynı zamanda da araştırmadaki sonuç ile literatürdeki bazı sonuçlar arasında birbiriyle paralellik göstermeyen birçok araştırmaya da ulaşılmıştır. Mevcut yapılan araştırma sonucu ile literatürdeki araştırmaların kıyaslanmasında birçok farklı sonuçlar da elde edilmiştir. Yapılan araştırmayı destekleyen ve desteklemeyen birçok araştırma bulgusuna ulaşılmıştır. Ek olarak literatürün de birbirini çürüten ve destekleyen araştırma sonuçlarının olduğu görülmüştür. Bu farklılığın da psikolojik dayanıklılık düzeyinin yordaması açısından daha fayda sağlayabileceği düşünülmüştür.

Araştırmada kişilik özelliklerinin ve farklı bağlanma stillerinin bireylerin psikolojik dayanıklılığını ne düzeyde yordadığı belirlenmeye çalışılmıştır.

Araştırmada bağımlı değişken olan psikolojik dayanıklılık ile yordayıcı değişkenlerden farklı bağlanma stilleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Birinci alt problemde de görüldüğü üzere, kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık; farklı bağlanma stilleri alt boyutlarında güvenli ve korkulu bağlanma, yakınlık, dayanma ve kaygı alt boyutlarında psikolojik dayanıklılık ile aralarında anlamlı bir düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur.

Araştırmada psikolojik dayanıklılığı yordayıcı değişkenlere bakıldığında kişilik özellikleri alt boyutlarında dışa dönüklük ve sorumluluk gelirken; farklı bağlanma stilleri alt boyutunda ise kaygı düzeyi gelmektedir.

Araştırmayı dolaylı destekleyen ve literatürde erişilemeyen mevcut çalışmalar vardır. Kişilik özellikleri ve farklı bağlanma stillerinin aralarındaki ilişkiye bakılan bir çalışmada; farklı bağlanma stillerinin alt boyutlarından kayıtsız bağlanma ile beş faktör kişilik özellikleri alt boyutlarından dışadönüklük incelendiğinde aralarından olumsuz bir ilişki söz konusudur (Karahasanoglu, 2016). Bu sonuç araştırmayı dolaylı açıdan desteklediği düşünülmektedir. Kişilik özellikleri alt boyutu araştırmada literatür ile paralellik sağlarken; farklı bağlanma stilleri alt boyutunda farklılık göstermemektedir. Bu da dolaylı anlamda araştırmayı desteklediği söylenebilir.

Ek olarak araştırmadaki bağımsız değişkenlerden kişilik özellikleri bağlamında literatürde daha fazla bilgiye ulaşılamamıştır. Bu açıdan psikolojik dayanıklılık ile kişilik özellikleri karşılaştırılmasında literatür doğrultusunda doğrudan bağlantılar yapılamamıştır.

Çalışmanın bulgularına bakıldığında yordayıcı değişkenler ile bağımlı değişken arasında kısmi ilişkilere ulaşılan sonuçlar vardır. Kişilik özellikleri alt boyutlarından dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge ve farklı bağlanma stilleri alt boyutlarından; güvenli bağlanma, yakınlık ve dayanma düzeyi ile bağımlı değişken olan psikolojik dayanıklılık arasında doğrusal ve pozitif bir ilişkinin olduğu görölmektedir. Ayrıca, yordayıcı değişkenlerden korkulu bağlanma, kaygı düzeyi bağımlı değişken psikolojik dayanıklılık düzeyinde doğrusal ve negatif bir ilişkinin olduğu görölmektedir.

Özet olarak psikolojik dayanıklılığın kişilik özelliklerinin alt boyutlarından dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge ve farklı bağlanma stillerinin alt boyutlarından güvenli bağlanma, yakınlık ve dayanma düzeyleri ile aralarında negatif yönde ilişkiye ulaşılmıştır. Literatür çalışmaları incelendiğinde psikolojik dayanıklılığın bağlanma stilleri ve kişilik özellikleri ile etkisinin incelendiği çalışmalara doğrudan ulaşılamamıştır. Alan yazında psikolojik dayanıklılık kişilik özellikleri ve bağlanma stillerine ayrı ayrı çalışmalar çerçevesinde ulaşılmıştır.

Araştırmada psikolojik dayanıklılık ile deneyime açıklık arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.16$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıka deneyime açıklık düzeyi de artarken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça deneyime açıklık düzeyinin de azaldığını söylemek mümkündür. Bir kişilik özelliği olarak ele alınan özerklik kavramının psikolojik dayanıklılık düzeyi çerçevesinde incelendiği bir çalışma mevcuttur. Bu çalışmada eğer bir bireyin kişilik özellikleri açısından özerklik düzeyi yüksek ise maruz kaldığı problemlere çözüm arayışında olma ihtimalinin daha fazla olduğu ve psikolojik dayanıklılık düzeyi de daha yüksek olabileceğine ulaşılmıştır (Ernas, 2017). Literatürde ulaşılan bir kişilik özelliği olarak düşünölen özerklik ile psikolojik dayanıklılık kavramı arasındaki ilişki mevcut araştırma ile dolaylı yönden bağdaşım kurulabileceği düşünöldüğü için yer verilmiştir.

Psikolojik dayanıklılık ile uyumluluk arasında düşük düzeyde pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0.20$, $p<.05$). Psikolojik dayanıklılık arttıka uyumluluk düzeyi de artarken, psikolojik dayanıklılık düzeyi azaldıkça uyumluluk düzeyi de azalmaktadır. Bu sonucu destekleyecek ve dolaylı anlamda bir kişilik özelliği çerçevesinde düşünöldüğünde uyumluluk ile paralellik sağlaması düşünölen öz-şefkat kavramı ele alınmıştır. Öz-şefkat ile psikolojik dayanıklılık ilişkisini içeren alan çalışmasının sonucu şu şekildedir: Üniversite

öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada bireylerin psikolojik dayanıklılık seviyeleri ile öz-şefkat arasında olumlu anlamda ve anlamlılık içeren bir ilişki olduğu bulunmuştur (Yağbasanlar, 2018). Bu sonuç da araştırmayı dolaylı yönden destekleyebileceği düşünüldüğü için yer verilmiştir. Bir beceri ya da kişilik özelliği olarak ele alınan öz-şefkat kavramı araştırmadaki uyumluluk kişilik özelliği ile paralellik sergileyebileceği düşünülmüştür.

Psikolojik dayanıklılık düzeyi ile duygusal denge arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir ($r=-0.02$, $p>.05$). Ancak tespit edilen bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir. Dolayısıyla psikolojik dayanıklılık ile duygusal denge arasında herhangi bir ilişki tespit edilememiştir. Psikolojik dayanıklılık ile kişilik özelliklerinin alt boyutlarından olan nörotiklik kavramına alan yazında bakıldığında bazı anlamlı ilişkilerin varlığı söz konusudur. Literatürde daha çok bir beceri ya da önemli bir yeti olarak ele alınan psikolojik dayanıklılık kavramı bireyin daha pozitif ve yıkıcı olmayan tutumuna işaret etmektedir. Bu işaretlerin de önemi vurgulanırken hassaslık, kaygılı hal, felaketeleştirici yorumlamalar, ümitsizlik, özgüven düşüklüğü kavramlarına yer verilmektedir. Bu kavramların varlığı nörotikliğe dair olumlu olmayan çerçevede ve aynı zamanda da psikolojik dayanıklılıkla da olumlu olmayan bağlamda yer almaktadır (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015).

Bu araştırma sonucu hem mevcut yapılan çalışmanın ruh sağlığına katkıyı vurgulamak hem de literatürdeki psikolojik dayanıklılık düzeyinin bir beceri olarak geliştirelebilir bir yeti olduğunu vurgusu açısından önemli olduğu düşünülmüştür. Bununla beraber bu araştırma sonucu mevcut yapılan araştırmaya da dolaylı yönden katkı sağladığı düşünülmüştür.

Sosyo-demografik açıdan önemi olduğu düşünülen bazı değişkenlere de yer verilmiştir. Psikolojik dayanıklılık düzeyi ile bireylerin yaşadıkları alanların dağılımı arasındaki ilişkiye literatürde denk gelinmiştir.

Yapılan alan çalışmasında ebeveynlerin ile bir arada yaşayıp yaşamaması öğrencilerin psikolojik dayanıklılık derecesinde herhangi bir anlamlı farklılık barındırmadığı bulunmuştur. Bu anlamlı farklılığın açığa çıkmaması da çağdaş gelişmişlik halindeki ailelerde meydana gelen yeni ve örseleyici standartlarda yapı ve işlevsellik gibi yeti yitimine neden olduğu söylenebilir.

Yine aynı çalışmada öğrencilerin barınma yerleri ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki sorgulanmıştır ve aralarında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığına rastlanılmıştır. Öğrencilerin kaldıkları yer ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında ilişkinin bulunmama nedeni çeşitlilik ve önem içermektedir. Erken erişkinlik evresinde olan üniversitede öğrenim gören bireylerin gelişim çağları gözetildiğinde aile dışında kaldıkları yer değerlendirilmiştir. Bu değerlendirmede bireylerin uzun vadede edindikleri dostluklardaki kazanımları ve

psikolojik dayanıklılıklarını doyuran sosyal destek algılarının varlığı ailelerinden edindikleri sosyal destek algısı ile paralellik gösterdiği düşünülmüştür (Kılınç, 2014). Literatürdeki bu çalışmanın araştırmamız için önemi; psikolojik dayanıklılığın temel sosyal destek kaynağı aile olmadan da bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin etkilenmemesi olmasıdır. Özet olarak bu araştırmadan çıkarılabilir ki psikolojik dayanıklılık öğretilebilir bir beceri ve farklı gelişim yerlerinde de devam ettirilebilir bir yetidir. Bu bilgi de araştırmamızı da literatürü de dolaylı açıdan beslemektedir. Araştırmamızda yer alan psikolojik dayanıklılık ile farklı bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerinin incelenmesinde aile ve diğer sosyal destek kaynakları önemli değişkenler arasında yer almakta olduğu düşünülmektedir.

Evli ve bekâr olmak üzere medeni durum ile psikolojik dayanıklılığın değerlendirilmesinde yapılan çalışmalar mevcuttur. Bir çalışmada evli ya da bekâr olmanın psikolojik sağlamlılık açısından anlamlı düzeyde bir ilişkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yine bu çalışmada ilişkisi olmanın ya da bekâr olmanın psikolojik sağlamlılık düzeyine anlamlı seviyede bir farklılık sağlamadığı bulunmuştur. Bu çalışmanın varlığı yukarıda yer verilen araştırma sonucu ile ve mevcut araştırmamızın literatür kısmı açısından paralellik sergilemektedir. Psikolojik dayanıklılığı etkileyebilecek önemli bir değişken olan aile ve sosyal destek kaynaklarının etkisi olmadığına dair destekleyici olduğu için araştırmamıza da dolaylı yönden paralellik sağlayacağı düşünüldüğü için yer verilmiştir.

Ruh sağlığını nasıl gördüklerine göre psikolojik sağlamlık ile aralarında ilişkinin incelendiği bir çalışmada ruh sağlığını çok iyi olarak değerlendiren grubun psikolojik dayanıklılık düzeyinin daha sağlam olduğu bulunmuştur (Sadedemir, 2016). Bu araştırma da mevcut araştırmamızın önemi açısından doğrudan paralellik sergilemektedir. Savunulan bir savdan öte eğer bir birey psikolojik dayanıklılık anlamında güçlü ise ruh sağlığını koruma ve muhafaza etme adına da eylemlerinin olabileceği düşünülmüştür. Bununla beraber literatürde ulaşılan bilgiler de bu savı destekler niteliktedir. Koruyucu ruh sağlığı açısından erişilen bu araştırma sonucu araştırmamızın da önemini içerdiği düşünüldüğü için yer verilmiştir.

Araştırma sonuçlarımız ile alanda yer alan çalışmalara yer vermeye çalışılmıştır. Literatürde gerek dolaylı gerekse doğrudan araştırmamızı destekleyecek ve çıkarım yapılabilecek birçok araştırmaya ulaşılmıştır. Daha net doğrudan çıkarımlar için de birçok çalışmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Psikolojik dayanıklılık düzeyini geliştirmek, korumak ve sürdürülebilmek için hangi değişkenlerin varlığında farklılaşıp farklılaşmadığına dair alan çalışmalarına ve geniş örneklemelere sahip olması gerekliliği düşünülmektedir.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1.Sonuçlar

Araştırmada literatüre katkı sağlayacağı düşünüldüğü önemli sonuçlar özet şekilde bu kısımda yer verilmiştir. Psikolojik dayanıklılık ile İlişkiler Ölçeği'nden elde edilen bağlanma stilleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri alt boyutunda olan korkulu bağlanma düzeyleri ise kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir.

Psikolojik dayanıklılık ile farklı bağlanma stillerinin alt boyutlarından; güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, yakınlık, dayanma ve kaygı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Bununla beraber psikolojik dayanıklılık ile saplantılı ve kayıtsız bağlanma arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Psikolojik dayanıklılık ile Beş faktör kişilik envanterinden elde edilen sonuçlar istatistiksel olarak anlamlıdır. Psikolojik dayanıklılık ile kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki mevcuttur. Bununla birlikte psikolojik dayanıklılık ile duygusal denge arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik özellikleri ölçeğinin alt boyutlarından dışa dönüklük, sorumluluk ve kaygı bireylerin psikolojik dayanıklılıkları ile aralarında anlamlı bir ilişkiye ulaşılmıştır. Kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık; bağlanma stillerinden güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, yakınlık, dayanma ve kaygı alt boyutları psikolojik dayanıklılık ile anlamlı bir ilişkiye sahiptir.

Son olarak üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

6.2.Öneriler

Araştırma son aşamasında fark edilen ve daha sonraki çalışmalara ışık tutacağı düşünülen önerilere de bu kısımda yer verilmiştir.

Örnekleme eğer daha geniş tutulmuş olsaydı; çalışmanın daha geçerli ve güvenilir sonuçlara ulaşılacağı düşünülmektedir. Ölçeklerin başında verilen araştırmaya da fazlasıyla destek olan sosyo-demografik verilerin varlığı daha özgül (spesific) olması önerilmektedir. Bu değişkenlerin varlığı yine araştırmaya daha da geliştireceği ve müdahale programları için yol haritaları oluşturulabileceği düşünülmüştür.

Demografik verilerden alınan bilgilerin teker teker analiz edilmesi de yine yapılacak diğer çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir. Bu verilerin bağımlı ve bağımsız değişkenlerle ilişkileri yine araştırma sonuçlarını besleyeceği düşünülmektedir.

Literatürdeki alan çalışmaların çoğu çocuk ve ergenlere yönelik olduğuna ulaşılmıştır. Bu açıdan psikolojik dayanıklılık konusunda kaynakları çoğaltmak adına yetişkin çalışmalarına ağırlık verilmesi gerektiği ve önemi göz önüne alınması önerilmiştir.

Psikolojik dayanıklılık gibi geniş ve önemli bir konunun etkileyebilecek diğer önemli değişkenlerin varlığı da düşünülmüştür. Bu değişkenlerin araştırılıp psikolojik dayanıklılığın düzeyinin hangi alanlarda farklılaşacağına dair çalışmaların sürmesi gerekliliği düşünülmüştür. Ek olarak psikolojik dayanıklılık düzeyini gözeterek ve belirli uzman görüşleri dâhilinde koruyucu ruh sağlığını önlem projeleri yapılabileceği düşünülmüştür.

KAYNAKÇA

- Ağırkan, M.ve Kağan, M. (20 Kasım 2017). Üniversite öğrencilerinin değer yönelimleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(3), 225-245.
- Akdağ, S. T. (2011). *Ergenlerin bağlanma stilleri ile ebeveynlerinin bağlanma stilleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Akdeniz, E. B. ve Öz, F. (2009). Koruyucu ruh sağlığı açısından göç ve kadın. *Kriz dergisi*, 17(1), 27-36.
- Aktaş, E. (2016). *Ergenlerin psikolojik dayanıklılıkları ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Arslan, G. (2015). Ergenlerde psikolojik sağlamlık: bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 73-82.
- Aydoğdu, T. (2013). *Bağlanma stilleri, başa çıkma stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Bacanli, H., İlhan, T. ve Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: Sıfatlara dayalı kişilik testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.
- Basım, H. N., Çetin, F., ve Tabak, A. (2009). Beş faktör kişilik özelliklerinin kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarıyla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 20-34.
- Basım, H. N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Batan, S. N. (2016). Yetişkinlerde psikolojik dayanıklılık ve dini başa çıkmanın yaşam doyumuna etkileri. Yayınlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Batıgün, A. D. ve Büyüksahin, A. (2008). Aleksitimi: Psikolojik belirtiler ve bağlanma stilleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 105-114.
- Bayar, M. (2018). İbn Haldun'a göre bireyin beslenme alışkanlığının kişilik gelişimine ve dini hayata etkisi. *Akra Kültür Sanat Ve Edebiyat Dergisi*, 6(15), 123-134.

- Bayram, A., Demirtaş, Ö., ve Karaca, M. (12 Ocak 2019). Beş faktör kişilik özelliklerinin insan enerjisi üzerindeki etkisi: Bir alan araştırması. *Anadolu Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), 4-22.
- Bindal, G. (2018). *Ergenlerin psikolojik sağlamlığın (resilience), çocukluk çağındaki travma ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Bolattekin, A. (2014). *Anne-babanın bağlanma stilleri, anne-baba tutumları ve çocuklarındaki davranış problemleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Bostan, B. C. (2018). *Ergenlerde algılanan psikolojik istismar ve öznel iyi oluş ilişkisinde, psikolojik sağlamlık ve sosyal bağlılığın rolü*. Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Burgaz, B. ve Yıldızoğlu H. (2014). Okul yöneticilerinin beş faktör kişilik özellikleriyle çatışma yönetimi stili tercihleri arasındaki ilişki. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2), 295-310.
- Büyüksahin, A. (2001). Yakın ilişki kuran ve kurmayan üniversite öğrencilerinin çeşitli sosyal psikolojik etkenler yönünden karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çam, O. ve Büyükbayram, A. (2017). Hemşirelerde Psikolojik Dayanıklılık ve Etkileyen Faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(2), 118-126.
- Çapar, A. (2017). *Psikiyatrik bozukluğu olan hastalarda psikolojik dayanıklılık ve intihar olasılığı ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Çelik, Ç. B.(2018). Bağlanma stilleri, psikolojik iyi oluş ve sosyal güvende hissetme: aralarındaki ilişki ne?. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(25), 27-40.
- Çetin, F., Yeloğlu, H. O. ve Basım, H. N. (2015). Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında beş faktör kişilik özelliklerinin rolü: Bir kanonik ilişki analizi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 81-92.
- Çıkrıkcıoğlu, F. (2017). *Ailesiyle birlikte yaşamayan kız üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin benlik kavramı, yeme tutumu ve davranışları üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.

- Çobadak, A. (2015). *Toplum ruh sağlığı merkezlerinde çalışan personelin empatik eğilim, psikolojik dayanıklılık, öz yeterlilik ve problem çözme becerisi düzeylerinin değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Çoklar, I. (2014). *Kişilik özellikleri ile bağışlama eğilimi arasındaki ilişkinin intikam güdüsü ve adalete duyarlılık temelinde incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çoklar, I. (2014). *Kişilik özellikleri ile bağlanma eğilimi arasındaki ilişkinin intikam güdüsü ve adalet temelinde incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Donat, R. (2018). *Erişkin bağlanma biçimi ve çocukluk çağı travması ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Dündar, Ü. (2016). *Lise öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi: Gaziosmanpaşa ilçesi örneği*. Yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Erdoğan, E. (2015). Tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve öznel dindarlığın psikolojik dayanıklılıkla ilişkisi: üniversite örnekleme. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(29), 223-246.
- Ergüner, B. (2017). *Hekimlerin algıladıkları stres düzeyi, psikolojik dayanıklılıkları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ufuk Üniversitesi, Ankara.
- Ernas, Ş. (2017). *Özerklik ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Ekşim, S. (2016). *Bağlanma stilleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Gazioğlu, E. (2015). *Bağlanma stilleri algılanan sosyal destek benlik algısı ve kişilik özellikleri bakımından ergenlerin stresle başa çıkma tarzları*. Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Gökçen, G. (2015). *Madde kullanan ve kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmış yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.

- Güngörmüş, K., Okanlı, A. ve Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-14.
- Gizir, A. C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3(28), 113-128.
- Haleplioğlu, S. (2017). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Hazan, C., ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational frame work for research on close relationships. *Psychological inquiry*, 5(1), 1-22.
- Hazar, Ç. (2006). Kişilik ve iletişim tipleri. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 4(2), 125-140.
- Hoşoğlu, K. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlılık. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(14), 217-239.
- Hortaçsu, N. (2012). *İnsan İlişkileri* (4.baskı). Ankara: İmge Kitabevi.
- Kandaz, H. (2018). *Depresyon, benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Karahasanoğlu, G. (2016). *Üniversite öğrencilerinde aşka ilişkin tutumlar, kişilik özellikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin cinsiyet ve mevcut ilişki durumu bağlamında incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Karataş, R. (2016). *Özel eğitim okullarında çalışan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve başa çıkma stratejilerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Keskin, G., Çam, O. (2009). Ergenlik ve bağlanma süreci: ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi. *Yeni Sempozyum Dergisi*, 47(2), 52-59.
- Kılıç, Ş. (2014). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Korkmaz, M., Somer, O., ve Güngör, D. (2013). Ergen örnekleme beş faktör kişilik envanterinin cinsiyetlere göre ortalama ve kovaryans yapılarıyla ölçme eşdeğerliği. *Eğitim ve Bilim*, 38(170), 122-134.

- Oflas, G. S. (2017). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin toplumsal cinsiyet rollerine, kültürlerarası duyarlılığa ve risk faktörlerine göre yordanması*. Yüksek lisans tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Özdaş, İ. (2017). *Yetişkinlerde ait olma ihtiyacı, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Özen, Y. (2012). Değerlerin kimlik ve kişilik kazanmadaki rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 1(4),1-4.
- Öz, P. D. F. ve Yılmaz, U. H. E. B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özcan, Z. (2015). *Lise öğrencilerinin kişilerarası şemaları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Pehlivan Türk, B. (2004). Otistik bozukluğu olan çocuklarda bağlanma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(1), 56-63.
- Polatcı, S., Irk, E., Gültekin, Z., ve Sobacı, F. (2017). Psikolojik dayanıklılık ve kişilik özellikleri tatmin düzeyini etkiler mi? *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 29(4), 553-578.
- Sarıkaya, A. (2015). *14-18 yaş arası ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Sadedemir, H. (2016). *Evli olan ve olmayan bireylerde karar verme stratejisinin psikolojik dayanıklılık üzerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Sığrı, Ü. ve Gürbüz, S. Akademik başarı ve kişilik ilişkisi: üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Savunma Bilimleri Dergisi*, 10(1), 30-48.
- Soysal, M. N. (2016). *Facebook bağımlılığı ve psikolojik dayanıklılık*. Yüksek lisans tezi, Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Soygüt, G. ve Tüzün Z. (2017). Ergen bağlanma biçimlerinin tematik uyarılara verilen öyküsel tepkiler aracılığıyla değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 28(3), 181-189.

- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-22.
- Sürücü, İ. (2019). Kur'an'da kişilik eğitimi üzerine. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 406-425.
- Şahin, Y. (2015). *Takıntılı olma düzeyinin kişilerin genel kaygı, benlik algısı ve psikolojik dayanıklılık durumları açısından değişimlerinin eğitim düzeyleri, cinsiyetleri ve kardeşleri olup olmamasına göre incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Tatar, A. (2016). Beş faktör kişilik ölçeğinin kısa formunun geliştirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 14-23.
- Tatar, A. (2017). Büyük beş-50 kişilik testinin Türkçeye çevirisi ve beş faktör kişilik envanteri kısa formu ile karşılaştırılması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(1), 51-61.
- Tatlıoğlu, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramına göre kişilik özellikleri alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 7(17), 939-971.
- Tatlıoğlu, K. (2015). Beş faktör kişilik kuramı bağlamında kişilik kavramına genel bir bakış. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(6), 127-146.
- Taymur, İ. ve Hakan Türkçapar, M. (2012). Kişilik: tanımı, sınıflaması ve değerlendirmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(2), 154-174.
- Temiz, Z. T. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimik özellikleri arasındaki ilişkide benlik saygısının rolü*. Yüksek lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul.
- Terzi, Ş. (2005). *Öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik dayanıklılık modeli*. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Tuzcu, A. ve Ilgaz A. (2015). Göçün kadın ruh sağlığı üzerine etkileri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(1), 56-67.
- Ulusoy, Y. Ö., Akfırat, O. N., ve Tura, G. (2018). Ebeveynlere bağlanma ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki. *Resilience*, 2(1), 23-38.
- Özen, Y. (2012). Değerlerin kişilik ve kimlik kazanımındaki rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 1(4), 167-181.

- Vergili, M. (2018). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma biçimleri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Yağbasanlar, O. (2018). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ile dini yönelimleri ve öz şefkatleri arasındaki ilişkilerini incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Yeşilyaprak, B. (1993). Kişilik gelişiminde ailesel faktörlerin etkisine ilişkin bir araştırma. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 3(3), 1-14.
- Yıldırım, P. K. (2014). *Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ile benlik kurgusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Yıldızoğlu, H. (2013). *Okul yöneticilerinin beş faktör kişilik özellikleriyle çatışma yönetimi stili tercihleri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yöyen, E. G., Azaklı, A., Üney, R. ve Demirci, O. O. (2017). Ergenlerin kişilik özelliklerinin problem çözme becerisi üzerine etkisi. *Doğu Anadolu Sosyal Bilimlerde Eğilimler Dergisi*, 1(1), 75-93.

EKLER

EK 1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

1. Üniversite adı:
2. Bölüm:
3. Cinsiyet:
4. Yaş:
5. Kardeş sayısı:
a) Tek çocuk b) 1 c) 2 d) 3 e) 4 ve yukarısı
6. Siz dâhil ailedeki toplam birey sayısı:
a) Tek b)2 c) 3 d)4 e)5 ve yukarısı
7. Yaşadığınız yer:
a) Aile ile beraber b)Yurt c)Ev d)Aileden ayrı başka bir evde
8. Medeni durumunuz:
a) Bekâr b) Evli c) Boşanmış d) Diğer...
9. Daha önce psikolojik ya da psikiyatrik bir yardım aldınız mı?
a) Evet b)Hayır c)Düşündüm d)Devam ediyorum
10. Sahip olduğunuz kronik bir hastalığınız var mı?
a) Evet b) Hayır
11. Sürekli olarak kullanmak durumunda olduğunuz bir ilacınız var mı?
a) Evet b) Hayır
12. Genel not ortalamanız nedir?
13. Sigara kullanır mısınız?
a)Evet b) Hayır c) Arada sırada
14. Alkol kullanır mısınız?
a)Evet b) Hayır c) Arada sırada

maddelerine yer verilmiş ve katılımcılardan edinilmiştir.



EK 2. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Etik Kurul İzni



T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ETİK KURUL KARARI

Tarih: 12.03.2019

No: 2019/20

Çalışmanın Türü:	Yüksek Lisans Tezi
Konu:	Anket Uygulama
Başlık:	“Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılığının Kişilik Özellikleri ve Farklı Bağlanma Türleri ile İlişkinin İncelenmesi”
Yürütücü / Danışman:	Doç. Dr. Şaziye Senem BAŞGÜL
Yazar:	Ahsen Hümeysra AK
Karar:	Olumlu

Prof. Dr. Şener BÜYÜKÖZTÜRK
Eğitim Fak./Etik Kurul Başkanı

Prof. Dr. Ömer ÖZKAN
Hukuk Fak. / Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY
Eğitim Fak. / Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Osman Tolga ARICAK
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi

Prof. Dr. Mazlum ÇELİK
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi

Doç. Dr. Şaziye Senem BAŞGÜL
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi

Doç. Dr. Ahmet KESER
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi

Evrak Tarih ve Sayısı :02.05.2019 - E.1905020002 Yazının Ekidir

Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanununa göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
<http://ebys.hku.edu.tr/Dogrulama/Index?EvrakNo=E.1905020002&ErisimKodu=2D33E7D3>

EK 3. Ölçeklerin Uygulamasına Dair İzin-Onam Belgeleri



T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
REKTÖRLÜĞÜ



Sayı :64922182-044-E.1905020002
Konu :Uygulama İzni Hk.

Tarih:02.05.2019

ERCIYES ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans programı 182114389 numaralı öğrencisi **Ahsen Hümeysra AK**' ın; “*Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılığının Kişilik Özellikleri ve Farklı Bağlanma Türleri İle İlişkisinin İncelenmesi*” konulu Yüksek Lisans Tez çalışmasına veri oluşturmak amacıyla, lisans öğrencilerine yönelik ekte anket ve ölçekleri uygulamak istemektedir

Adı geçen öğrencinin ekte gönderilen anket çalışmasını yapabilmesi için gerekli izinlerin verilmesi hususunda onaylarınızı arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Edibe SÖZEN
Rektör V.

Eki:Etik Kurul ve Anket.pdf (Elektronik Ek)

DAĞITIM :

Gereği

GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

ERCIYES ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

ABDULLAH GÜL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

NUH NACI YAZGAN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Adres :Havaalanı Yolu Üzeri 8.Km - Şahinbey / GAZİANTEP
Tel :+90 342 211 80 80
Fax :+90 342 211 80 81

İrtibat :Hasan Kalyoncu Üniversitesi
Web :www.hku.edu.tr
e-Posta :info@hku.edu.tr

Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanununa göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
<http://ebys.hku.edu.tr/Dogrulama/Index?EvrakNo=E.1905020002&ErisimKodu=2D33E7D3>



T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
REKTÖRLÜĞÜ



Sayı :64922182-044-E.1905020002
Konu :Uygulama İzni Hk.

Tarih:02.05.2019

GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans programı 182114389 numaralı öğrencisi **Ahsen Hümeysra AK**' ın; “*Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılığının Kişilik Özellikleri ve Farklı Bağlanma Türleri İle İlişkisinin İncelenmesi*” konulu Yüksek Lisans Tez çalışmasına veri oluşturmak amacıyla, lisans öğrencilerine yönelik ekte anket ve ölçekleri uygulamak istemektedir

Adı geçen öğrencinin ekte gönderilen anket çalışmasını yapabilmesi için gerekli izinlerin verilmesi hususunda onaylarınızı arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Edibe SÖZEN
Rektör V.

Eki:Etik Kurul ve Anket.pdf (Elektronik Ek)

DAĞITIM :

Gereği

GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

ERCIYES ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

ABDULLAH GÜL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

NUH NACI YAZGAN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Adres :Havaalanı Yolu Üzeri 8.Km - Şahinbey / GAZİANTEP
Tel :+90 342 211 80 80
Fax :+90 342 211 80 81

İrtibat :Hasan Kalyoncu Üniversitesi
Web :www.hku.edu.tr
e-Posta :info@hku.edu.tr

Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanununa göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
<http://ebys.hku.edu.tr/Dogrulama/Index?EvrakNo=E.1905020002&ErisimKodu=2D33E7D3>