



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**İLİŞKİSEL – BİREYCI – TOPLULUKÇU BENLİK KURGUSU İLE
PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

SENA KÜBRA ÇATALOĞLU

Tez Danışmanı

YRD. DOÇ. DR. MELTEM NARTER

İstanbul 2018

T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**İLİŞKİSEL – BİREYCI – TOPLULUKÇU BENLİK KURGUSU İLE
PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Sena Kübra Çataloğlu

154102086

YÜKSEK LİSANS

TEZİ

TEZ DANIŞMANI

YRD. DOÇ. DR. MELTEM NARTER

İstanbul – 2018



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102086
Öğrenci Adı Soyadı	: Sena Kübra Çataloğlu
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Yrd. Doç. Dr. Meltem Narter
Tezin Başlığı	: İlişkisel – bireyci – Toplulukçu Benlik Kurgusu ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 02.03.2018	Saati	: 11:30
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input checked="" type="checkbox"/> OY BIRLIGI <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU			
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. <i>(en fazla 3 ay)</i>			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDEDEDİLMESİ kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi. <input type="checkbox"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input type="checkbox"/> OY BIRLIGI ile REDDEDİLMİŞTİR.			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Yrd. Doç. Dr. Meltem Narter	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Fatma Duygu Kaya Yertutanol	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Tuğba Arzu ÖZAL İLDENİZ	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “İlişkisel– Bireyci- Toplulukçu Benlik Kurgusu ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih

Adı SOYADI

Sena Kübra ÇATALOĞLU

İmza

ÖNSÖZ

Dünya hızla gelişen teknolojik gelişmelerle birlikte adeta küresel bir köy (Hermans ve Kempen, 1998) haline gelirken benliğimizi etkileyen kültürel süreçler davranışlarımızı şekillendirmeye ve bilincimizi yönlendirmeye devam etmektedir. Günümüzün küresel ortamında kültürel farklılıklar daha iyi ayırt edilir hale gelmiştir. (Wasti, 2014)

Bireycilik- Toplulukçuluk, toplumsal düzeyde de, bireysel düzeyde de ele alınsa, özünde kültür ile alâkalı bir değişkendir (Bozkurt, 1996 akt. Koyuncu, 2009). Kültür hayatımızın her alanında yüzyıllardır etkisini sürdüren, alışkanlıklarımızı, insan ilişkilerimizi, toplumsal beklentilerimizi biçimlendiren bir unsurdur. Bireycilik- Toplulukçuluk ve Kashima ve Hardie (2000) 'nin önerdiği ilişkisellik değişkenlerinin psikolojik dayanıklılık ile ilişkisi kapsamında ele alınması, kişinin baş etme düzeyi hakkında kültüre dönük olarak fikir vermeyi amaçlamaktadır.

Psikolojik Dayanıklılık kişilerin zorluklara karşı gösterdiği direnci ifade eden, her yaştan insanın yaşamında yer eden, geliştirilebilir bir olgudur. Bu çalışmada Psikolojik Dayanıklılık ile İlişkisel –Bireyci – Toplulukçu Benlik Kurgusu arasındaki ilişki ele alınmak istenmiştir.

Araştırma altı bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde araştırmanın amacı, önemi, problem cümlesi, sayıltıları, sınırlılıkları ve tanımlara yer verilmiştir. İkinci bölümde benlik, kültür ile benliğin ilişkisi, ilişkiseli – bireyci - toplulukçu benlik kurgusu, psikolojik dayanıklılık, psikolojik dayanıklılık ile kültür ilişkisi üzerine yayın ve araştırmalarda yer alan çalışmalara yer verilmiştir. Üçüncü bölümde araştırmanın örnekleme, yöntemi ve veri toplama araçlarından bahsedilmiştir. Dördüncü bölümde ilgili ölçeklerden alınan puanların hesaplamaları yapılmış ve sonuçlar tablolar halinde sunulmuştur. Beşinci bölümde çıkan sonuçların tartışması yapılmış ve altıncı bölümde sonuçlara ve önerilere yer verilmiştir.

Bana çalışmamda sunduğu destek için sayın danışman hocam Yrd. Doç. Dr. Meltem NARTER ve doğru bir istatistiki zemin hazırlamamda verdiği destek için Doç. Dr. Tuğba ALTINTAŞ hocama teşekkür ederim.

Beni her zaman motive eden sevgili dostum Gülsüm KARABACAK'a desteği ve samimiyeti için teşekkür ederim.

Bana verdikleri emek ve sevgi için daima borçlu olduğum; hayatım boyunca her konudaki destekleri, öğrenim hayatıma ve bu çalıŐmama katkıları ile sabırları için canım annem Sabahat ATALOğLU ve güzel yürekli babam Osman ATALOğLU'ya teşekkür ederim.

İyi ki varsınız...



ÇATALOĞLU, Sena Kübra
Yüksek Lisans
İstanbul – 2018

İlişkisel –Bireyci – Toplulukçu Benlik Kurguları ile Psikolojik Dayanıklılık
Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

ÖZET

Çalışmamızda yetişkinlerin ilişkisel - bireyci – toplulukçu benlik kurguları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma örneklemini 25-40 yaş aralığındaki, 99 kadın ve 99 erkek toplam 198 yetişkin oluşturmaktadır. Katılımcılar İstanbul Avrupa yakasında ikamet eden gönüllülerdir. İlişkisel -Bireyci – Toplulukçu benlik kurguları ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi incelemek için bu çalışmada iki adet ölçek kullanılmıştır. Benlik Kurgularını ölçmek için Kashima ve Hardie (2000) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması ile geçerlilik ve güvenirlik çalışması Ercan (2011) tarafından yapılan İlişkisel – Bireyci - Toplulukçu Benlik Ölçeği; Psikolojik Dayanıklılık ölçümü için ise Friborg ve arkadaşları'nın (2003) geliştirdiği, geçerlilik ve güvenirlik çalışması ile Türkçe uyarlamasını Basım ve Çetin'in (2011) yaptığı Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların sosyodemografik özelliklerini belirlemek için ise Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizi için SPSS 15.0 paket programı kullanılmıştır. Bireycilik ile psikolojik dayanıklılık toplam puanı ve kendilik algısı, sosyal kaynaklar alt boyutları; ilişkisellik ile psikolojik dayanıklılık toplam puanı ve aile uyumu, sosyal kaynaklar alt boyutları; toplulukçuluk ile psikolojik dayanıklılık toplam puanı ve aile uyumu, sosyal kaynaklar alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

Anahtar Kelimeler: İlişkisellik, Bireycilik, Toplulukçuluk, Psikolojik Dayanıklılık

ÇATALOĞLU, Sena Kübra
Master of Science
İstanbul – 2018

**An Analyze of the Relation Between Relational- Individual - Collective - Self
Construal and Psychological Resilience**

ABSTRACT

In our study, it is aimed to investigate the relationship between the relational- individual – collectivist self-construal and psychological resilience of adults. The research sample constitutes a total of 198 adults in the 25-40 age range, 99 female and 99 males. Participants are volunteers residing on the European side of Istanbul. Two scales have been used in this study to investigate the relationship between relational - individualist - collective self - construal and psychological resilience. Relational - Individualist - Collectivism Self Scale which was developed by Kashima and adapted to Turkish by Ercan (2011) who has conducted its Relational - Individualist - Collectivism Self Scale tests and for the Psychological Endurance measurement test, Psychological Endurance scale for adults that is developed by Friborg and his friends and adopted to Turkish and reliability and validity work conducted by Basım and Çetin (2011) were used in this study. The Personal Information Form was used to determine the sociodemographic characteristics of the participants. The SPSS 15.0 package program was used for analysis of the data. There is meaningful relationship in the negative direction between Individualism with total score of psychological resilience and self-perception, social resources sub dimension; relatedness with total score of psychological resilience and family cohesion, social resources sub-dimensions, collectivism with total score of psychological resilience and family cohesion, social resources sub dimensions.

Key Words: Relatedness, Individualism, Collectivism, Psychological Resilience

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
ÖNSÖZ.....	ii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar.....	viii
ŞEKİLLER.....	ix
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1.1 Araştırmanın Amacı.....	1
1.1.2 Araştırmanın Önemi.....	3
1.1.3 Araştırmanın Hipotezi.....	4
1.1.4 Araştırmanın Soruları.....	4
1.1.5 Araştırmanın Sayıtları.....	5
1.1.6 Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
1.1.7 Tanımlar.....	5
İKİNCİ BÖLÜM.....	7
YAYIN VE ARAŞTIRMALAR.....	7
2.1.1 Benlik.....	7
2.1.2 Kültür Ve Benlik.....	10
2.1.3 Bireyci-Toplulukçu-İlişkisel Benlik Kurgusu.....	14
2.1.4 Psikolojik Dayanıklılık.....	24
2.1.5 Psikolojik Dayanıklılık ve Kültür.....	36
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....	40
YÖNTEM.....	40
3.1.1 Araştırma Modeli.....	40
3.1.2 Evren ve Örneklem.....	40
3.1.3 Veri Toplama Araçları.....	41
3.1.4 Verilerin Toplanması.....	43
3.1.5 Verilerin Analizi.....	43
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	44
BULGULAR.....	44

4.1.3	Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Güvenirlik Analizi.....	44
4.1.4	İlişkisel – Bireyci - Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Güvenilirlik Analizi 47	
4.1.5	Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular	49
4.1.6	Tanımlayıcı İstatistikler	49
4.1.7	Korelasyon Analizi.....	50
BEŞİNCİ BÖLÜM.....		55
TARTIŞMA.....		55
5.1.1	Bireyci Toplulukçu İlişkisel Benlik Kurgularının Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının İncelenmesi	55
5.1.2	Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutları ile Sosyodemografik Değişkenlerin Farklılaşmasının İncelenmesi	56
5.1.3	Bireyci – Toplulukçu – İlişkisel Benlik Kurgusu İle Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulguların İncelenmesi	60
ALTINCI BÖLÜM		63
SONUÇ		63
ÖNERİLER		64
KAYNAKÇA.....		66

TABLULAR

Tablo No	Sayfa No
Tablo1 Bireycilik ve Toplulukçuluğu Tanımlayan Nitelikler ve Onların Ataları (öncülleri) ve sonuçları (Triandis-McCusker-Hui, 1990 akt. Koyuncu, 2009).....	16
Tablo 2 Psikolojik dayanıklılığı açıklayan etkin/ anahtar noktalar.....	31
Tablo 3 Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Güvenilirlik Analiz Sonuçları	44
Tablo 4 Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Güvenilirlik Analiz Sonuçları	46
Tablo 5 İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Güvenilirlik Analiz Sonuçları	47
Tablo 6 İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Bireycilik Alt Boyutuna Yönelik Güvenilirlik Analiz Sonuçları.....	48
Tablo 7 Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Dağılımlar.....	49
Tablo 8 . İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Alt Boyut, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Alt Boyut Puanları İle İlgili Tanımlayıcı İstatistikler	49
Tablo 9 . İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Alt Boyutları ile Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişki Düzeyleri.....	50
Tablo 10 Cinsiyete Göre İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Alt Boyut, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması	53

ŞEKİLLER

Şekil 1 Benliğin Temsil Düzeyleri (Brewer ve Gardner, 1991).....	19
Şekil 2 Aile Modelleri, Çocuk Yetiştirme ve Benlik (Kağıtçıbaşı, 1996	20
Şekil 3. Yetkinlik, Kişilerarası Mesafe ve Bağlamında Benlikler (Kağıtçıbaşı, 2005) ..	21
Şekil 4. İmamoğlu'nun (1987, 1991) insan gelişimine ilişkin karşılıklı bağımlılık modeli çerçevesinde önerilen dengeli ve dengesiz ayrışma- bütünleşme süreçleri ve ilişkili insan modelleri (İmamoğlu ve Gültekin, 1993).....	23
Şekil 5 Psikolojik dayanıklılığın sosyal kaynaklar alt boyutunu ölçen maddeler (Basım ve Çetin, 2011).....	59



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmamın amacı, önemi, sayılıları, problem cümlesi ve alt problemleri ile sınırlılıkları ve tanımlar verilecektir.

1.1.1 Araştırmanın Amacı

Yaşadığımız yüzyıl üstesinden gelmeye çalıştığımız stresin, travmanın, başa çıkmaya çalıştığımız diğer pek çok içsel ve dışsal faktörlerin çözümlenmesini istediğimiz bir yüzyıldır. Özellikle endüstrileşmenin ve şehirleşmenin getirdiği trafik ve kalabalık probleminin yarattığı stres, insanlar arası ilişkilerin teknolojik gelişmelerin de etkisiyle farklı bir boyuta taşınması, ekonomik baskılar ve terör saldırılarıyla iç içe olmak pek çok yetişkinin günlük hayata ve gelecek planlarına yansıyan, başa çıkmaya çalıştığı problemlerdir. Her şeyin hızla belirsizliğe doğru aktığı ve temel ikililerin (iyi-kötü, doğru-yanlış, güzel-çirkin gibi) ters yüz olduğu bir çağda yaşayan modern bireylerin mutluluk arayışı kendilerinden yüzyıllarca yıl önce yaşayan diğer insanlar gibi her şeye rağmen devam etmektedir (Osmanoğlu, 2016).

Kişiyeye dair kavramların toplumsal bağlamda ele alınması toplumun ve toplumun dünden bugüne kişiyeye yansıttığı etkinin göz önünde bulundurularak yapılan tespitleri ortaya koymakta ve bu tespitler de önleyici ve koruyucu çalışmalar kapsamında çok yönlü bir bakış açısına rehberlik etmektedir.

Sosyal bilimler alanındaki birçok çalışmada kendine yer bulan bireycilik-toplulukçuluk kavramları ile psikolojinin bugün geldiği noktada önemini arttıran pozitif psikolojinin tanıttığı psikolojik dayanıklılık kavramı insanın yaşadığı süreçlerin çok yönlü ele alınması çerçevesinde birbiriyle ilişkilendirilerek çalışıldığında işlevsel sonuçlar ortaya koyacaktır.

Benlik, Kağıtçıbaşı (2017 s. 112) tanımıyla kişinin kendini nasıl anladığı, kendisiyle ilgili farkındalığı olarak belirtilmiştir. Bu tanımla beraber benliği sosyal bir ürün olarak nitelendiren Kağıtçıbaşı (2017 s. 112) benliğin farklı kültürel ortamlarda farklı şekillerde anlaşıldığını vurgulamıştır.

Bireyci- Toplulukçu benlik kurgusu psikoloji literatüründe sıkça kullanılan bir kavramdır. Fakat bu ikili boyut üzerine yapılan araştırmalarda gözlemlenen bazı tutarsızlıklar yeni tartışmaları da beraberinde getirmiş (Ercan, 2011) ve üçlü bir benlik modeli önerilmiştir. İlişkisellik boyutu Kashima ve Hardie (2000)'nin bu ikili benlik kurgusu eleştirisi kapsamında önerdiği üçüncü bir boyut olmuştur (Kağıtçıbaşı,2017 s. 126).

Günümüzde teknolojinin, küreselleşmenin ve bilgiye kolay ulaşabilir olmanın etkisiyle insanların psikolojik süreçlerine çok yönlü ilişkiler kapsamında bakmak bir gereklilik haline gelmiştir.

Bu arayışta pozitif psikolojinin önerdiği stresli yaşamsal durumlar karşısında bir direnç kaynağı olarak devreye giren kişilik özelliği (Kobasa,1979 akt. Terzi, 2005) olarak bilinen psikolojik dayanıklılık kavramı koruyucu ve önleyici çalışmalar kapsamında rol oynamaktadır.

Arıcı (2013), psikolojik dayanıklılığın bireylerin sosyal, duygusal ve bilişsel kişilik özelliklerine yansımakta olduğunu ve psikolojik dayanıklılığın sadece bireysel düzeyde yapılan araştırmalarla sınırlandırılmaması gerektiğini, bu kavramla ilgili çalışmalarda karşımıza çıkan anahtar noktalardan birinin de kültür olduğunu vurgulamıştır. Benzer şekilde Eminaağaoğlu (2006) da dayanıklılık ve ilişkili faktörlerin zaman, durum ve bağlam açasından değişkenlik gösterebilmekte olduğunu ifade etmiştir.

Bu araştırmada yetişkinlerin ilişkisel-bireyci-toplulukçu benlik kurguları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki saptanmaya çalışılmıştır. Bu ilişkinin cinsiyet, değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Çalışmanın özellikle yetişkinlerle yapılmasının konuyla ilgili çalışmaların çocuk ve ergenlere yoğunlaşması sebebiyle literatüre katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Buradan yola çıkarak uluslararası çapta ve ölkemizde kuram ve uygulama kapsamında yer edinen pozitif psikolojinin önemli bir kavramı olan psikolojik dayanıklılık konulu çalışmalarda kültürel faktörlerin esas alınması adına benlik kurgusu kavramından hareket edilmiş ve daha sonraki çalışmalarda örnek olmak amaçlanmıştır.

Ayrıca bu çalışmada psikolojinin koruyucu ve önleyici çalışmalardaki kültürel duyarlılığa dair yeni bir bakış açısı sunmak ve psikolojik dayanıklılık kavramının kültürel bağlamda şekillenen ilişkisel – bireyci - toplulukçu benlik kurgusuyla bağlantılı olduğunun altı çizilerek alanda çalışan uzmanlara fikir vermek amaçlanmıştır.

1.1.2 Araştırmanın Önemi

Psikolojik dayanıklılık stresli yaşamsal durumlarla karşılaşıldığında bir direnç kaynağı olarak devreye giren kişilik özelliği (Kobasa, 1979) şeklinde tanımlanmaktadır. Psikolojik dayanıklılık yaşanan ani ve olumsuz durumlarda rol oynayan ve bu zorluklarla başa çıkabilme kapasitesini ortaya koyan bir özelliği ifade etmektedir.

Türkiye’de psikolojik dayanıklılık kapsamındaki çalışmaların çoğunluğu çocukluk ve ergenlik üzerine yoğunlaşmıştır. Yetişkinlik dönemi ise yaşamın birçok alanında sorumluluğun arttığı bir dönemdir. Bu dönemde toplumun ve ailenin beklentileri, okuldan ayrılarak işe başlamaya ya da iş yaşamında beliren kariyer hedefleriyle gelen sorumluluk, aile kurma ve çocuk sahibi olma gibi yaşamı yönlendiren temel olaylar yetişkinlik döneminde bireyin beklenmedik stresörlerle karşı karşıya gelmesini kaçınılmaz kılmaktadır. İnsanın kim olduğu, neler yapabileceği, değer yargıları, inançları, amaçlarını sorgulayarak kendine ilişkin görüşleri ve kendini algılayış biçimi olan benliğini tanımasının mümkün olduğu (Köknel, 2005 s. 65) düşünüldüğünde yaşama dair önemli olaylardaki stresörlerde baş etmede benliğin rolü daha iyi anlaşılacaktır.

Benlik yapısının oluşumu sürecinde kişinin var olduğu toplum ve kültürel süreçler aktif rol oynamaktadır. Bu rollerin ifadesi olarak ele alınan ‘benlik kurgusu’ kavramının ilişkisel, bireyci veya toplulukçu yönelimleri kişinin yaşama dair görüşlerini ve tutumlarını biçimlendirmektedir. Bu tutumların yetişkinlik sürecindeki stresörlerle başa çıkmadaki rolü psikolojik dayanıklılığın koruyucu, önleyici ve geliştirici çalışmalar dahilinde ele alınmasında önem arz etmektedir.

Burada önem verilmesi gereken bir diğer nokta olan, zorluğun gerektirmediği yeni bir role uyum sağlamayı içeren ‘pozitif adaptasyon’ kavramıyla ilgi olarak Ungar ve arkadaşları, kavramın psikolojik dayanıklılık literatüründe akademik başarı ve sağlıklı

ilişki kurma gibi batı psikolojisi yaklaşımıyla ele alındığını (Ungar, 2008 ; Ungar and Liebenberg, 2011) ve farklı popülasyonlar tarafından nasıl anlaşıldığını açıklayan kültüre duyarlı bir değerlendirmenin olmadığını dile getirmişlerdir (akt. Purmut, 2016).

Bu çalışma psikolojik dayanıklılığın kültürel bir ifade olarak farklı benlik kurgularında şekillenen eğilimini ele aldığı için kültüre duyarlı psikolojik danışma ve psikoterapi süreçlerinin yapılandırılması kapsamında önem arz etmektedir.

1.1.3 Araştırmanın Hipotezi

1. Bu çalışma psikolojik dayanıklılığın bireyi kültürel düzlemde ele alan benlik kurgusundan etkilendiğini ve psikolojik dayanıklılık genel puanı ve alt boyutları ile ilişkisel- bireyci- toplulukçu benlik kurguları arasında anlamlı ilişkiler olduğunu varsaymaktadır.
2. Bu çalışma cinsiyet demografik değişkenine göre psikolojik dayanıklılık genel puanı ve alt boyutlarının farklılaştığını varsaymaktadır.
3. Bu çalışma cinsiyet demografik değişkenine göre ilişkisel- bireyci- toplulukçu benlik kurgularının farklılaştığını varsaymaktadır.

1.1.4 Araştırmanın Soruları

1. Psikolojik Dayanıklılığın artması ile ilişkisel- bireyci- toplulukçu benlik kurgusuna sahip olma düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Psikolojik dayanıklılığın sosyal kaynaklar alt boyutu ile ilişkisel benlik kurgusuna sahip olma düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Psikolojik dayanıklılığın aile uyumu alt boyutu ile toplulukçu benlik kurgusuna sahip olma düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Psikolojik dayanıklılığın sosyal kaynaklar alt boyutu ile toplulukçu benlik kurgusuna sahip olma düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Psikolojik dayanıklılık genel puanı ile alt boyutları cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
6. İlişkisel- bireyci- toplulukçu benlik kurgusuna sahip olma düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?

1.1.5 Araştırmanın Sayıtları

1. Araştırma kapsamında kullanılan “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık” ölçeğinin alıştırma için istenilen sonucu verdiği varsayılmıştır.
2. Çalışmaya katılan yetişkinlerin soruları okuyarak, dikkatli ve samimi cevaplandıkları varsayılmıştır.

1.1.6 Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırmanın sonuçları 198 yetişkinden alınan cevaplar ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma sosyodemografik veri formu, İlişkisel- Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği’nden alınan cevaplar ile sınırlıdır.

1.1.7 Tanımlar

Psikolojik Dayanıklılık: Bazı bireylerde ciddi sekel ortaya çıkması beklenen riskli deneyimlere rağmen nispeten iyi bir psikolojik sonuca sahip olma (Rutter,2006)

Bu deneyimlerin üstesinden gelen bireyler beklenmedik değişimleri gelişme için fırsat olarak gören, insanlarla iyi ilişkiler kurabilen (Terzi, 2005), ailesi ve çevresine bağlılıklarını sürdüren (Kobasa,1979 akt. Terzi, 2005) bireylerdir.

Benlik: Kişinin kendisi hakkındaki algılarının, kişisel yüklemelerinin, geçmiş yaşamlarının, geleceğe dair hedeflerinin ve sosyal rollerinin onun zihnindeki temsili, kavramsal ben olarak odaklaşmasıdır. (Aydın, 1996)

Benlik Kurgusu: Bireysel düzeyde bir kültürel yönelim olarak açıklanır ve kültürün çeşitli toplumsal davranışlar üzerine etkilerini anlamak için kullanılan bir kavramdır. (Levine ve ark., 2003)

Bireyci Benlik Kurgusu: Diğer insanlardan kesin sınırlarla ayrılmış olan ve biricikliği, bağımsızlığı, kişisel amaçları korumayı önceleyen yapıdaki benlik kurgusudur. (Ercan, 2008)

Toplulukçu Benlik Kurgusu: Aileye, akrabaya, sosyal sistemlere duygusal bağımlılığın fazla olduğu; toplumsal denetime ihtiyaç duyarak davranışlarını şekillendiren yapıdaki benlik kurgusudur. (Göregenli, 1995)

İlişkisel Benlik Kurgusu: Kişilerle bağlantılardan ve rol ilişkilerinden türetilen benlik kavramıdır (Brewer ve Gardner, 1996).



İKİNCİ BÖLÜM

YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

2.1.1 Benlik

Psikolojinin bir bilim olarak ortaya çıktığı yüzyıldan bu yana ve çağdaş bilim öncesi toplumlarda benlik kavramı üzerine çok fazla tanım yapılmış, farklı disiplinlerden uzmanlar için benlik kavramı araştırma konusu olmuştur. Self veya Benlik kavramı bugün üzerinde en çok tartışmanın yürütüldüğü kavramlardandır (Sayar, 2003b).

Benlik kavramıyla ilgili soruların ilk olarak Yunanlılara, özellikle Aristo'ya dayandığı ve Aristo'nun psikoloji ile diğer konular hakkındaki yazılarında yer aldığı bilinmektedir (Cevher ve Buluş, 2007).

Psikolojide benlik konusuna dair ilk açıklamalar psikolog William James tarafından yapılmıştır. James benlik kavramsallaştırmasını 'bilen benlik' ve 'bilinen benlik' olarak yapar. Psikolojinin konu edinmesi gereken boyutun ise 'bilinen benlik' olması gerektiğini ileri sürer çünkü ele alınan mesele bilginin nesnesidir. Principle of Psychology adlı eserinde James, benliğin birden fazla olduğu fikrinin öncülüğünü yapmıştır. Bu benlikleri sosyal benlik, maddi benlik, manevi benlik ve saf ben olarak adlandırmıştır (Bacanlı, 1990).

James *maddesel ben* için maddesel olarak bireye ait olan yaşantıların bedeninden ibaret olmadığını; evi, ailesi ve çevresindeki fiziksel nesnelere de kapsadığını vurgulamıştır. *Sosyal ben* ise (social me) özyaşantının ikinci kategorisidir. Burada söz konusu kişinin kendisinin ve başkalarının gözünde kimliğinin farkında olmasıdır. James'e göre başkalarının kişiyi nasıl gördüğüne dair değerlendirmelerinin neticesi olan kendinin farkında olma kas gerginliği kadar gerçektir. Üçüncü kategori olan *ruhsal ben* (spiritual me) daha belirsizdir fakat genellikle bireyin duygularından ve zihinsel süreçlerinden haberdar olmasının ifadesidir (Gergen ve Marlowe, 1971 akt. Cevher ve Buluş, 2007).

James'e göre benlik kişiler arasındaki ilişkilerde dönüşümlerin yaşandığı bir süreçtir. Kişilerin diğer kişileri nasıl algıladığı ve anlamlandırıldığı benliğin en önemli bileşenlerini oluşturmaktadır. Dolayısıyla benlik hem kişinin sosyal alanında hem bireysel alanında tanımlanmaktadır (Narter, 2002).

Sembolik etkileşimci akımın öncülerinden sosyolog filozof George Herbert Mead de benliğe dair açıklamalarda bulunmuş, benliğin toplumsal deneyimlerle şekillendiği ve toplumun değer yargıları ve alışkanlıklarını içselleştirilerek oluştuğuna değinmiştir (Özalp ve Yörük, 2017). Benliğin James'ten sonra karşılıklı etkileşim bazında ele alan Mead bu kavramsallaştırmasında Cooley'in 'ayna benlik' tanımından yola çıkmıştır. Yani benlik etkileşim sırasında sergilediği izlenimle hem diğerinin hem de kendisinin farkına varmış olacaktır. Böylelikle anahtar kavram 'diğerleri' yani içinde var olunan 'toplum' dur (Narter,2002). Ona göre bireyin inşa olmasında, ait olduğu grupların ve komünitenin payı mevcuttur (Bilgin, 2007 s.48).

Muzaffer Şerif ise 'benlik veya ego' olarak tarif ettiği yapıyı bireyin nesnelere, kişilere ve gruplara yönelik tutumlarındaki tutarlı davranış sürekliliği olarak tarif etmiş (Şerif, 1985 s. 16), kişinin hayatın çeşitli yönleriyle ne kadar tutarlı olduğunun egosunun bütünleşmesiyle orantılı olduğunu savunmuştur (Şerif, 1948 akt. Narter, 2004 s.45).

Triandis benliğin farklı örneklemeleri organize ettiğini, çevreden alınan bilgileri değerlendirerek bunları farklı sosyal davranışlara dönüştürdüğünü baz alarak benliği aktif bir eylemci şeklinde tanımlamıştır (Triandis, 1989 akt. Gül, 2010).

Hümanistik Psikoloji akımının öncülerinden Rogers (1959), kişilik teorisinin merkezi olan benlik kavramının oluşumunda dış dünyayı deneyimlemenin etkisinden bahsederek diğer insanlarla kurulan ilişkinin rolüne değinir (akt. McLeod, 2007).

Markus da 'benlik' kavramı yerine kullandığı 'kendilik şeması' kavramını geçmiş deneyimlerin ve sosyal tecrübelerin işlenmesini organize eden ve yönlendiren kendilik hakkındaki bilişsel genellemeler olarak tanımlamıştır (Markus, 1977).

Kağıtçıbaşı benlik kavramını sosyal bir ürün olarak nitelendirmiş ve benliğin yaşanılan bağlamdan ayrıştırılmadan ele alınışının James'e kadar gittiğini belirtmiştir (Kağıtçıbaşı, 2017 s. 112). Kişinin 'ben kimim' sorusuna verdiği cevap ise benlik şemasını ya da benlik kavramını oluşturur. Benlik şeması kişinin kendisi hakkındaki biliş, düşünce ve inançlarının bütünüdür. Bu şema sosyal kimliğimizle beraber kendimize dair algımızdan ve deneyimlerimizden yola çıktığımız genellemelerimizden oluşur (Kağıtçıbaşı, 2014).

Sayar'a (2017) göre Benlik, yaşıntımıza süreklilik hissi verirken sosyal bir varlık olmamızın sonucu olarak işlevselleştirdiğimiz tutarlı davranış kalıpları üretir (s. 34). Bununla beraber ben olmak ya da benlik olarak ifade edilen kavram, tanımlanışı gereği tarihsel ve kültürel bağlamdan, içinden çıktığı toplumun değer ve yargılarından etkilenir (Sayar, 2002).

Baymur (1972)' a göre ise "benlik acı ve tatlı birçok yaşantı sonucu öğrenilen ve her an gelişim halinde olan" bir kavramdır (s. 287).

Tutar (2012) benliğin kişiliğin temelinde bulunan ve onun algı, duygu ve zihin dünyasının bütününe ifade eden bir kavram olduğuna değinmiştir (s. 123).

Çağdaş literatürde benlik konusunda en çok çalışma yapan araştırmacılardan biri olan Baumeister (2010) da benliğin 3 yönünden söz etmiştir. Birinci yön benliğimizin temelini oluşturan bilinçlilik halidir. Geçmişteki başarı ve başarısızlıklarımızı, yapıp yapamayacaklarımızı araştırmak gibi çeşitli yollarla kendimizin farkında olabilir ve kendimiz hakkında bilgi sahibi olabiliriz. Benliğimize ilişkin diğer bir yön kişiler arası ilişkilerimizdir; benlik içimizde kendiliğinden değil ilişkilerimizle oluşur ve diğerleriyle kurmuş olduğumuz bağlantılarla tanımlan, bu ilişkileri güçlü doyum verici hale getirmek için çabalayan bir yapıdır. Üçüncü yön ise benliğin seçim yapması ve davranışlarımız üzerine kontrol sahibi olmasıdır (akt. Coşkun, 2012 s.90).

Köknel (2005 s. 66) Benliğin başlıca görevlerini şu şekilde sıralamıştır:

- *"İçgüdülerden ve dürtülerden kaynaklanan güdüleri engellemek, denetlemek ve düzenlemek.*
- *Çevredeki nesne ve kişilerle bağlantı kurmak.*
- *Gerçeği tanımak, denemek, anlamak.*
- *Gerçeğe uyum sağlamak.*
- *Çevreden gelen uyarımları sınırlamak, sıralamak, zamanlamak.*
- *Algılamak, saklamak, hatırlamak, düşünmek, karşılaştırmak, çıkarımlar yapmak, yargıya varmak.*
- *Kavramları birleştirmek ve bütünleştirmek.*
- *Kişinin karşılaştığı engelleri aşabileceği güçleri toplamak.*

- *Geleceğe dair beklenti ve amaçlar belirlemek.*
- *Kişiliği kaygıdan kurtaran savunma düzenleri kullanmak”*

Tüm bunları özetlemek gerekirse Singelis (1994) tanımıyla benlik genel anlamıyla, bilişsel ve duyuşsal süreçleri örgütlenme ile davranışları düzenlenmede işlevde bulunan bir “yapı”dır (akt. Ercan, 2013). Aynı zamanda benlik toplumsal süreçlerden ayrı olarak ele alınmayan ve kişiler arası ilişkiler bağlamında yaşanan deneyimlerle şekillenen bir oluşumu ifade eder. Bununla beraber benlik, insanoğlunun evrendeki konumuna dair kültürünün inancını cisimleştirir (Sayar, 2003b).

2.1.2 Kültür Ve Benlik

Kültür kavramının üzerinde anlaşılmış bir tanımı yoktur, çok anlamlı bir sözcüktür. Bilimsel yazılarda ‘uygarlık’ anlamında kullanılır. Yaygın ve belki de en iyi olarak kabul edilen Tylor’un kültür tanımı şu şekildedir: “Kültür ya da uygarlık, bir toplumun üyesi olarak insanoğlunun öğrendiği (kazandığı) bilgi, sanat, gelenek-görenek ve benzeri kabiliyet, beceri ve alışkanlıkları kapsayan karmaşık bir bütündür” (Güvenç, 2013 s. 129). Psikologların yaygın olarak kabul ettiği tanım ise, Herskovits’in (1948) hem fiziksel hem de öznel kültürü (insan tarafından yapılmış olana verilen öznel tepkileri) (Segall vd., 1990) içeren “çevrenin insan yapısı olan bölümü” tanımıdır (akt. Kağıtçıbaşı, 2007 s. 37).

Kültür insanoğlunun hayatta kalmasını sağlar. Bizler var olmanın insanlık için elzem biçimi olarak, gelenekleri, kültürel ve teknolojik araçları ve kavramları olan yeni bir dünya yarattık. Hayvanların hayatta kalabilmek için bedenlerini ve organlarını korudukları gibi, bizler de bu yeni dünyamızı korur ve geliştiririz. Psikoloji, kültürün oluşumu için gereken kapasitedeki davranışsal düzenektir. Kültürel unsurlar duyguları, benlik kavramını, algıyı, heyecanı, düşünmeyi, belleği ve motivasyonu biçimlendirirler ve ifade ederler (Ratner, 2012 s. 29).

Kültür, bir grup veya kategori üyesini başkalarından ayıran bir zihin programlamasıdır. En yaygın olarak kültür terimi kabileler veya etnik gruplar (antropolojide), uluslar (siyasal bilim, sosyoloji ve yönetim) ve kuruluşlar (sosyoloji ve yönetim) için kullanılır. Terim aynı zamanda cinsiyete, kuşaklara veya toplumsal sınıflara

da uygulanabilir (Hofstede, 2011). “*Sosyal psikolojide en yaygın anlamıyla belirli bir grubun değerlerini, inançlarını, eşyalarını davranış ve iletişim biçimlerini de kapsayan özel yaşam stili olarak tanımlanabilir*” (Bilgin, 2007 s. 215).

Kültürel bağlam ise, gözlemlenen davranışlar ile bu davranışların nedensel bağlantılarına, bu davranışların altında yatan dinamikleri ortaya koyabilecek kıymetli manalar yüklemektedir. Bu doğrultuda aynı davranış farklı bağlamlarda farklı anlamların ifadesi olabilir (Kağıtçıbaşı, 2017 s. 52). İnsanların hayatında yüzyıllardır var olan kültürün soyut ve pratik boyutları benliği birçok yönden etkilemiş ve bu etkilenmeden doğan kültürlerarası farklılaşma bireyin iç dinamik sürecinde ve toplumsal süreçlerinde kendini ortaya koymuştur.

İnsanlar bir kültürel çevrede ve kültürün etkisiyle yetişir, benliğin sosyalizasyon süreci içinde tamamladığı ve sürdürdüğü kültür ile şekillenir (Baymur,1997 akt. Başay, 2015) Göregenli (1995) bireyin; diğerleri, gruplar, kültürler ve giderek sosyal çevreyle entegrasyon düzeyinin kültürden kültüre farklılaştığını belirtmiştir.

Birçok antropolojik ve psikolojik araştırma, benlik kavramı ve onun farklı kültürel ortamlardaki gelişimi üzerine yoğunlaşmıştır (Kağıtçıbaşı, 2007 s.92).

Hofstede (2001)’ e göre benlik, özellikle teknolojinin hızla geliştiği son senelerde içinde yaşanılan toplumdan, toplumu oluşturan kültürel değerlerden bağımsız biçimde değerlendirilemez konumdadır (akt. Purmut, 2016).

Sayar (2003a), benlik kavramını insan olmanın ne olduğu sorusunun bir kültürel grubun kendi psikolojisi içinden verdiği cevabı olarak açıklamış ve benliğin o kültürün insanoğlunun evrendeki konumunun ne olduğuna, sınır, kabiliyet, ümit ve yasaklamalarının neler olduğuna ilişkin anlayışı olarak ifade etmiştir (s.103).

Benlik kavramı, kişinin etnik aidiyeti ve cinsiyetini de kapsar şekilde yeterliliği ve karakteristik özelliklerine dair bütün ayrıntıları içermektedir (Aydemir, 2014). Ercan (2008), kültürün benliğimizin temel bir parçası olarak değerlendirilebileceğini açıklamış ve bireylerin buldukları çeşitli ortamlarda kültürlerinin çeşitli özelliklerini ortaya çıkardıklarını belirtmiştir. Geertz (1973) ise kültür olmadan benliğin olamayacağını

bunun yalnızca potansiyelinden yoksun bir biyolojik varlık anlamına geleceğini ifade etmiştir (Akt. Heine, 2001).

Benliğin özel, içsel yönlerinin bazı anlayışı ve bazı temsili evrensel olabilir ancak benliğin diğer birçok yönü belirli kültürlerle özgüdür (Markus ve Kitayama, 1991). Aslında benlik dinamik bir kültürel yaratmadır ve bireylerin duyguları, istekleri; kültürel değerler, pratikler ve amaçlar doğrultusunda şekillenir (Cross ve Madson, 1997). Kuramlar benliği farklı bakış açılarıyla ele alsalar da hepsinin birleştiği en temel nokta benliğin sosyal bir çevrede şekillendiğidir. Dolayısıyla benliği anlamak için bireyin içinde bulunduğu kültürü ve coğrafyayı birlikte değerlendirmek gerekmektedir (İlhan, 2009). Buradan hareketle bireyin benliğinin oluşum sürecinde yaşadığı çevrenin etkisi yadsınamaz. Kültürel çevre; değer, tutum, davranış, norm kavramları aracılığı ile benlik kurgusunu; benlik kurgusu ise bireyin biliş, duygu ve güdülerini yani nasıl davranacağını etkilemektedir (Matsumoto, 2002 akt. Gündaş, 2013).

“Kültürel çözümler batı kültürlerinin benliği bağımsız, benzersiz, önemli ve özgür olarak kavramsallaştırırken toplulukçu kültürlerin onu kuşatıcı bir toplumsal ilişki ağının parçası olarak karşılıklı bağımlı biçimde kavramsallaştırdıklarına işaret eder” (Tutar, 2012 s. 123).

Kağıtçıbaşı (2014), farklı kültürlerin farklı benlik yapılarının ortaya çıkmasında rol oynadığını ve bu farklı benlik yapılarının bireylerin davranışlarının diğer tüm yanlarını etkilediğini belirtmiştir. Benlik kavramı Filipinler’de “Benlik ve ötekinin birliği” anlamına gelen ‘Kapwa’ kavramıyla açıklanmıştır ve bu açıklama ben ile ötekinin iç içe geçtiği, batı kavramsallaştırmasındaki başkasının karşısındaki ben kavramsallaştırmasından çok farklıdır. Japonya’da ise anne ile bebeğin doğumdan ölüme kadar devam eden bağlılığını ifade eden ‘amae’ kavramından söz edilmiştir.

Triandis (1989), Kuzey ve Batı Avrupa ve Kuzey Amerika gibi bireysel kültürlerin insanların, bireysel benliğinin unsurlarını taşıma olasılığının, Asya, Afrika ve Güney Amerika gibi kolektivist kültürlerden insanların, kolektif benliğin unsurlarını taşıma olasılığının yüksek olduğunu savundu (Triandis, 2001). Psikanalitik bir bakış açısından Roland (1988) Japon ve Hintlilerde ‘ailevî benlik’i Batılı ‘bireyleşmiş benlik’

ten ayırt ederek bu toplumlarda benliğin sıklıkla “biz-benlik” olarak yaşantılandığını ifade etmiştir (akt. Sayar, 2003b).

Sayar (2002) da benliğin özerk, bütün ve sürekli olduğu fikrinin Batılı bir fikir olduğunu ve benliğin bağlamsal ve ilişkisel şekilde yaşantılanan diğer kültürlerde, bu düşüncenin geçerli olmadığını ifade edildiğini belirtmiştir. Her bireyde sınırları belirli, özerk ve tutarlı bir benliğin olduğu önermesi günümüz kültürel araştırmalarınca sorgulanarak tutarlı bir benlik fikrinin batılı temsillerin ve bireyciliğin sonucunda ortaya çıktığı düşünülmektedir (Ewing,1990 akt. Sayar, 2003b).

“Antropologlar okuryazarlık öncesi Afrika ve okyanus toplumlarındaki araştırmalarında benliğin doğüstü güçlerle olan ilişkisiyle kavramsallaştırılmasına değinmektedirler. Bu birlik, zamanı ve mekanı aşan, bireylerin yaşamlarındaki sorumluluğunu kaldıran spiritüel bir tanımlamadır” (Kağıtçıbaşı,2017 s. 114). Bu görüş Budist ve Şintoist geleneklerden köken alır. Amaç, benliği yok etmek, ondan kurtulmaktır (Sayar, 2003b).

Tüm bunlardan çıkarılan sonuç kültür ve benlik etkileşiminin benliği bir kavram olarak ele alırken anlaşılması gereken bir konu olduğudur. Benlikler nihai olarak karşılıklı anlayışların ve belirli kültüre ve tarihe bağlı davranışsal geleneklerin üstüne kuruludur. Bu nedenle, benliği anlamak, onu sürdüren kültürün anlaşılmasını gerektirir (Heine, 2001). Ayrıca kültür ve benliğe dair çalışmalar insanlar ve onları kuşatan sosyokültürel arka plan arasında güçlü bir bağ bulunduğunu, bunların birbirlerini etkiledikleri fikirlerini psikoloji literatürüne kazandırmıştır (Markus ve Kitayama, 2010 akt. Özkan, 2014).

Benlik yorumunun kültürel bağlamda ele alınışı ‘benlik kurgusu’ kavramı ile yer etmektedir. Bu yapılar, bireyin çevreye uyumu, gerçeği algılama şekli, duygu- düşünce-davranış oluşumunda etkin rol oynamaktadır (Çetin vd., 2012).

Bireycilik ve toplulukçuluk, belirsiz bir kavram olan “kültür”ün objektif bir değerlendirmeye tabi tutulmasına olanak sağlamaktadır. Bununla beraber bu yapılar toplumların sistemli biçimde kıyaslanması ve belli bir kültürel yönelimin davranışsal belirtilerinin ortaya konmasında kritik görünmektedir (Triandis, 1999; Kağıtçıbaşı, 1996 akt. Ercan, 2008).

2.1.3 İlişkisel – Bireyci – Toplulukçu Benlik Kurgusu

Duygusal, davranışsal ve düşünsel alanda birey düzeyindeki kültürel farklılıkları izah etmek amaçlı ortaya atılan kuramsal modellerden biri de benliğin birey tarafından sosyal çevreyle ilişkili olarak nasıl algılandığının ifadesi olan benlik kurgusu (self-construal) ifadesidir (Markus ve Kitayama, 1991 akt. Koydemir ve Schütz, 2014). Bu yapılar, biliş, duygu ve motivasyon da dahil olmak üzere bireysel tecrübenin doğasını etkileyebilir ve birçok durumda belirleyebilir (Markus ve Kitayama, 1991).

Benlik kurgusu alanında birçok çalışma yapılmış ve benlik kurguları birçok alt başlıkta ele alınmıştır. Bu kavramsallaştırmalardan literatürde en fazla bahsedilen bireycilik-toplulukçuluk boyutudur. Triandis (2001), bireycilik toplulukçuluk kavramını kültürler arasındaki en önemli kültürel farklılık olarak görmüştür.

1980 lerden beri bireycilik- toplulukçuluk alanında büyük çaplı araştırmalar yapılmıştır. Kültürlerarası psikolojide 1980'lere Bireycilik-Toplulukçuluk on yılı denebilir (Kağıtçıbaşı, 1994).

Bireycilik- Toplulukçuluk boyutları Hofstede'in 1980'de 50 ülkede yaptığı çeşitli kültürleri tasnif eden çalışmasında ortaya koyduğu dört boyuttan ilkidir.

“Bireycilik- Toplulukçuluk Dünya üzerindeki çeşitli kültürleri birbirinden ayırt etmede kullanılan iki uçlu bir boyuttur. Bazı kültürler farklılaşma, bağımsızlık, kendi kendine yeterlilik gibi bireysel hedeflere odaklanırken bazı kültürler bütünleşme, dayanışma, sosyal ahenk gibi topluluk odaklı hedeflerin geliştirilmesine yöneliktir” (Bilgin, 2007 s. 61).

Kültürlerarası psikologlar için bireycilik- toplulukçuluk kavramsallaştırmasının önemi davranışların kültürel farklılıklarını açıklamada kullanılmasından ileri gelir ve bu kavramlar, kuramsal olarak anlamı olması ve dünyada gözlemlenen farklılıklara anlam yüklemesi açısından işlevseldir. Bireycilik ve toplulukçuluk aslında temelde ideolojik kavramlar olma özelliği de taşırlar. Örneğin bireycilik modernitenin koşutu olarak görülüp cinsiyet rollerinin eşitliği, insan hakları ve özgürlük gibi modern değerlerle bağdaştırılırken, toplulukçuluk ise geleneksel ve tutucu bir ideoloji ile bağdaştırılır

(Kağıtçıbaşı, 2017 s. 123). Benliğin modernize oluşu Aydınlanma ve Romantik hareketin fikri bağlamında ve bununla beraber gelişen kapitalizmin sanayi ve siyasî devrimlerinin sosyal bağlamında şekillenmiştir (Sayar, 2003b).

Toplulukçu kültürleri bireyci kültürlerden ayırt ettiren diğer bir temel özellik toplulukçu kültürlerde kişinin kendini bağımsız bir birey olarak değil bir grubun (örn., aile, kavim, ulus vb.) üyesi olarak görmesi, bireysel amaç ve davranışlarının grubunun norm ve beklentileri ile uyumunu sağlama endişesidir (Markus ve Kitayama, 1991). Bireyci kültürlerde ise kişinin amaçlarının ait olduğu grupla uyuyuyor olmaması durumunda öncelikli olan kişinin amaçlarıdır (Wasti ve Erdil, 2007). Bireyci kültürlerde insanların kendi-odaklı, toplulukçu kültürlerdekiyse diğer-odaklı bir yaklaşımlarının olduğu düşünülmektedir (İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011). Hotsfede (1980) ulusal ekonomik gelişim ve bireycilik arasında .82 korelasyon bulmuştur ve dönemde yaygın olan fikir bireyciliğin ekonomik gelişmeyi temsil ettiği yönündedir. Fakat Triandis'e (1995) göre Pasifik kıyılarındaki ülkelerin hızlı ekonomik gelişimi toplulukçuluk kavramına olan ilgiyi arttırmıştır (akt. Şeker, 2005).

Bu çift kutuplu benlik sınıflamaları kullanışlı olsa da bu sınıflamaların ayrıntılı olarak incelenmesi ve artırılması gerekmektedir (Kim vd., 1994 akt. Şeker, 2005)

<i>Ataları (öncülleri)</i>	<i>Nitelikleri (Nedenleri)</i>	<i>Sonuçları</i>
<i>Bireysellik Zenginlik Kültürel karmaşıklık Avcılık Yiyecek toplama Yüksek sosyal sınıf Göçmenlik Kentleşme</i>	<i>İç gruptan duygusal ayrılık Kişisel amaçlar iç grubunamaçlarından daha önceliklidir Tutum ve fayda-maliyet analizi ile düzenlenmiş davranışlar. Çatışma desteklenir.</i>	<i>Kendine güven ve bağımsız olarak sosyalleşme Yeni gruplara girmekte zorlanmamak Yalnızlık</i>

<i>Ortaklaşa Davranış</i>	<i>Aile uyumu</i>	<i>İtaat ve görev ile sosyalleşme</i>
<i>Yaşama birimi yiyecektir</i>	<i>Benlik iç gruba göre tanımlanır.</i>	<i>İç gruba adanma</i>
<i>İç grup</i>	<i>İç grup normları ile davranış düzenlenir.</i>	<i>Biliş: iç grup üyeleri ile ortak</i>
<i>Tarım</i>	<i>İç grup içerisinde hiyerarşi ve uyum.</i>	<i>öğelere odaklanmak</i>
<i>Geniş aileler</i>	<i>İç grup homojen olarak görülür.</i>	<i>Davranış: üstü kapalı söyleme,</i>
	<i>Güçlü iç grup/dış grup farklılaşması.</i>	<i>Yüzü korumak, hiyerarşiyi aksettirmek,</i>
		<i>Sosyal destek, bağımlılık.</i>

Tablo1 Bireycilik ve Toplulukçuluğu Tanımlayan Nitelikler ve Onların Ataları (öncülleri) ve sonuçları (Triandis-McCusker-Hui, 1990 akt. Koyuncu, 2009)

Bireycilik Toplulukçuluk boyutları çeşitli şekillerde alt başlıklarda ele alınmıştır. Triandis (1995) Bireycilik- Toplulukçuluk kavramsallaştırmasını dört evrensel boyutta ele almıştır. Bunlardan birincisi gündelik yaşamda diğerleri ile kurulan etkileşimlerde benliği bağımlı ya da bağımsız şeklinde tanımlama; ikincisi kişisel amaçların mı grup amaçlarının mı öncelikli olduğu; üçüncüsü ise toplumsal ya da bireysel ilişkilerin vurgulanıp vurgulanmadığı; dördüncüsü ise sosyal davranışın yol göstericisi olan normların, tutumların ve ihtiyaçların önemi. Diğer bir kavramsallaştırma ise yine Triandis (1995) tarafından yatay ve dikey boyutta yapılmıştır. Hem toplulukçu hem de bireyci toplumlarda yatay boyut eşitliği temsil eder ve bu doğrultuda her birey veya çok eşit olmalıdır. Dikey boyut ise hiyerarşiyi vurgular niteliktedir (Özdemir, 2009).

Kağıtçıbaşı bireycilik toplulukçuluk kavramlarını normatif bireycilik toplulukçuluk olarak ele almış, ilişkisellik boyutunda da özerk, ilişkisellik ve özerk ilişkisellik benlik modeli olarak kavramsallaştırma yapmıştır.

Normatif toplulukçuluk kişinin içinde yer aldığı grup üyelerinin ihtiyaçlarının öncelikli olduğu kolektivite düzeyine odaklanır, normatif bireycilik ise kişisel çıkarları, hakları ve ayrıcalıkları destekler. Normatif toplulukçuluk geleneksel ve muhafazakar ideolojiyi yansıtır. Hotsfedé'in yaptığı özgün karşılaştırmalı araştırma (1980) Amerika'yı

en bireyci kültür olarak adlandırırken normatif ayırmadan hareket etmiştir (Kağıtçıbaşı, 2017 s. 126).

Kağıtçıbaşı'nın İlişkisel-Ayrık Benlik olarak tanımladığı boyut ise Bireycilik-Toplulukçuluk kavramsallaştırmasının psikolojik alt boyutu olarak kabul edilmektedir. Benlik ile öteki arasındaki ayırımın kesin sınırlarla olduğu ayrık benlik veya başkalarından geçirgen ve akışkan sınırlarla ayrılan ilişkisel benlik olarak karşımıza çıkmaktadır (Kağıtçıbaşı, 2017 s. 128). Bu alt boyutlar bireycilik- toplulukçuluk kavramlarının bireysel farklılıklarla ilişkilendirilmesi gerektiği fikriyle oluşturulmuştur (Özdemir, 2009). Ayrıca bireycilik- toplulukçuluk olarak ikili benlik ayırımına dayanan çalışmalarda erişilen sonuçların önemli bir kısmının tutarsızlık göstermesi nedeniyle üçlü bir benlik sınıflandırılması önerilmiştir (Ercan, 2011).

Batı benlik sağlıklı benlik olarak sadece ayrık benliği tanımlamıştır. Bunu besleyen görüş temel psikoloji birikimindeki bağlanma kuramlarından yola çıkan ve bireyin özerkleşmesinin sağlıklı olduğunu savunan görüştür.

Bu fikir yanlış yönlendirilirse yararları zararlarından daha fazla olabilir, Amerikan psikoloji akımına yönelik eleştirilerin çıkış noktası da budur: Psikolojinin bencilliği besleyen yönleri (Kağıtçıbaşı, 2017 s. 117).

Bunun yanında birçok kuramın öncüsü hem özerkliğin hem de ilişkiselliğin bir arada bulunmasının önemi üzerinde durmuştur. Örneğin, Maslow (1968) ihtiyaçlar piramidinde sevme ve ait olma ihtiyaçlarını kendini gerçekleştirme ihtiyacından önceki basamağa yerleştirmiş ve ait olma gereksiniminin önemini vurgulamıştır (Özdemir, 2009). Ryan ve Deci (2000) de özerklik ihtiyacı gibi ilişkisellik ihtiyacının giderilmesinin de iyi oluş için pozitif bir etkisinin olduğunu göstermişlerdir. Kwak (2003) Amerika Birleşik Devletleri'nde göçmenler üzerinde yapılan çalışmaları derledikleri araştırmalarında ergenlerin hem özerkliği hem de aileleri ile ilişkiselliği seçtikleri sonucunu ortaya koymuşlardır. Bu çalışmalar sadece ilişkiselliğin değil özerklik ve ilişkiselliğin birlikte bulunmasının ergenlerin iyilik hali ile pozitif ilişkisinin olduğunu ortaya koymaktadır (akt. Özdemir, 2012).

Bazı kuramcılar tarafından da özerk ve ilişkisel benlik kurgularının aynı kültür veya toplumda bir arada olabileceği ancak birinin diğerine daha baskın olduğu iddia edilmektedir (Markus ve Kitiyama, 1991; Singelis, 1994; Yamada ve Singelis, 1999 akt. Koç Yıldırım, 2014).

İlişkisel benlik ilk defa Brewer ve Gardner (1996) tarafından kavramsallaştırılmıştır (Öztürk, Gökoğlu ve Karagonlar, 2015). Başkalarıyla olan bağlardan türetilen kendilik tanımlamalarını, bu ilişkilerin kalitesini, kişilerin rollerini ve diğer önemli kişilerle paylaşılan özellikleri yansıtır (Kashima ve Hardie, 2000). Bunun yanında ilişkisellik boyutu bağımsızlık- karşılıklı bağımlılık olarak ta kavramsallaştırılmıştır (Markus ve Kitayama, 1991, Kağıtçıbaşı, 1990, 2017).

İlişkisel benlik, benlik kurgusunun diğerleriyle paylaşılan ve kişinin rolünü veya konumunu önemli ilişkiler içinde tanımlayan yönlerini içerir. Yani ilişkisel benlik kişisel bağlara dayanır. Bu bağlar dostluklar, romantik ilişkiler vb. içerir (Sedikides ve Brewer, 2001 s. 237).

Brewer ve Gardner (1996), ele alınan üç benlik kurgusunun temsil düzeylerini bir tabloda üç basamaklı olarak aralarındaki farklılıkları açıklayarak göstermişlerdir.

Bireysel düzeyde farklılaşan ve kişisel olarak kavramsallaşan benlik kurgusu, Batı psikolojisinde çalışılan en karakteristik benlik kurgusudur. Kişilerarası düzeyde, ilişkisel benlik, önemli kişilerle bağlantılardan ve rol ilişkilerinden türetilen benlik kurgusudur. Son basamak, grup düzeyinde toplumsal kimlik kavramına tekabül eden kolektif benliktir.

Analiz Basamakları	Benlik Kavramı	Benlik Değerlendirmesinin Temeli	Referans Çerçevesi	Temel Sosyal Motivasyon
Bireysel	Kişisel	Kişisel Özellik	Kişilerarası karşılaştırma	Kişisel çıkar
Kişiler arası	İlişkisel	Rol	Etki	Diğerlerinin çıkarı
Grup	Toplulukçu	Grup prototipi	Gruplararası karşılaştırma	Grup menfaati

Şekil 1 Benliğin Temsil Düzeyleri (Brewer ve Gardner, 1991)

Kağıtçıbaşı (2014) özerk ve ilişkili benlik kavramını birbirinin tersi olarak ele almamak gerektiğine değinmiş ve hem özerkliğin hem ilişkililiğin temel insan ihtiyaçları olduğunu belirtmiştir. Literatürde ilişkililik ve özerklik genellikle, karşıt anlamlı kavramlar olarak tanımlanarak özerkliğe diğerlerinden ayrılmışlık ve uzaklaşma anlamı yüklenmiş ve bu durumda kişinin hem özerk hem de başkalarıyla ilişkili olması mümkün görülmemiştir (Kağıtçıbaşı,2006 akt. Öztan, 2014).

Aile Değişim Modeli hem aile etkileşim biçimlerine hem benliğin sosyalleşmesi ve gelişiminin altındaki dinamiklere eğildiğinden işlevseldir (Kağıtçıbaşı, 2017). Aile Değişim Modeli'nde Kağıtçıbaşı, Özerk, ilişkisel ve Özerk- İlişkisel Benlik modellerini ailelerin çocuk yetiştirme anlayışlarına ve sosyal-kültürel bağlama dayalı olarak açıklamıştır.

Geleneksel ailede maddi ve manevi karşılıklı bağımlılık, sadakat, ailenin menfaatinin önceliği, uygun görülen cinsiyet rolünü benimsemek, aile fertlerinin gereksinimlerine duyarlılık ve çatışmadan kaçınmak aile fertlerinin önemli özelliklerindedir (Fişek, 2005).

Böyle bir ailede çocuktan bağımsızlık beklenmez çünkü çocuk bütünü bir parçası olarak aile sistemine maddi anlamda da katkı sağlamaktadır ve bu ortamda çocukta gelişen benlik ilişkisel benliktir (Kağıtçıbaşı, 1994). Önce çocuğun anne babaya bağımlı olması anne babanın büyüyen çocuklarına bağımlı olması şeklinde yön değiştirir. Burada sözü edilen hem duygusal hem maddi anlamda bağımlılıktır (Kağıtçıbaşı, 2017 s. 157).

Bireyci batı modelinde ise çocuğun maddi değeri azaldıkça psikolojik değeri ön plana çıkmaktadır çünkü okullaşma oranının artması aileye maddi bir yük getirmekte ve çocuğun bağımsızlık yaşını ilerletmekte, çocuk yetiştirme pahalı olması doğurganlığın azalması ve bireyselleşmenin artmasıyla bağlantılı hale gelmektedir. Dolayısıyla böyle bir ortamda bireyci benliğin ortaya çıkması, bireysel ve nesiller arası ayrıklığın teşvik edilmesi kendi içinde tutarlıdır (Kağıtçıbaşı, 1994).

Kağıtçıbaşı'ya (2017 s. 162) göre, Dünya'daki ilişkisellik kültürüne sahip toplumların sosyoekonomik gelişmeyle ortaya çıkan bağlamsal ve ailesel değişimlerinin gerektirdiği üçüncü aile/insan modeli Psikolojik/ Duygusal bağıllık modelidir. Kağıtçıbaşı 'ya (1997) göre bu benlik tipi özellikle toplulukçu kültürlerde ve gelişmekte olan kentlerde gözlemlenir (akt. Şeker, 2005). Bu modelde duygusal anlamdaki bağıllığa yer verilirken maddi alanda hem birey hem aile düzeyinde bağımsızlık söz konusudur. Artık çocuğun özerkliği aile ihtiyaçları için bir tehdit olarak görülmemektedir. Yaşlı ana-babanın ihtiyaçları emekli maaşları vb. yollardan karşılanmaktadır. Dolayısıyla yetişkin evladın kendi maddi ihtiyaçlarıyla ilgilenmesi normal kabul edilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2017 s. 164). Yani yetişkinler ile çocukların duygusal olarak birbirine çok yakinken maddi olarak birbirlerinden bağımsız olmaları mümkündür (Kağıtçıbaşı, 1994).

Kağıtçıbaşı tanımladığı Özerk- İlişkisel benlik boyutunu özerk olma ihtiyacıyla birileriyle bağlanma ihtiyacının aynı anda var olabileceğine dayandırmıştır. Kentleşme ve refah düzeyinin artması maddi bağımlılıkları azaltmakta fakat duygusal bağıllıklar devam etmektedir. Çocuğun maddi katkısının daha az önemseneceği sanayi toplumunda itaate dayalı bağımlılık azalsa bile duygusal bağıllığı sağlayıcı kontrol devam eder. (Kağıtçıbaşı, 1996)

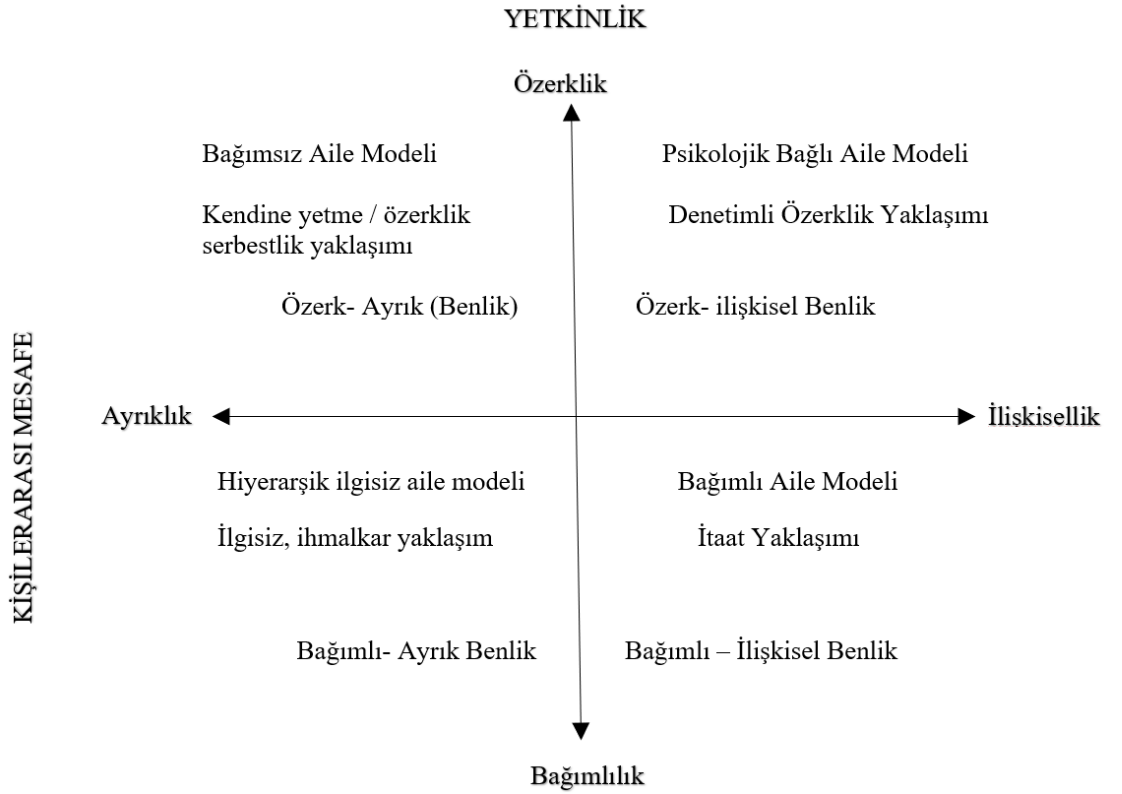
	Bağımlılık	Bağımsızlık	Duygusal Bağıntılılık
Çocuk Yetiştirme Stili	Yetkeci	Serbest	Yetkin
Çocuk Yetiştirme Yönelimi	Kontrol / İtaat	Özerklik / Kendine güven	Kontrol / Özerklik
Benlik	İlişkisel	Ayrışık	Özerk - İlişkisel

Şekil 2 Aile Modelleri, Çocuk Yetiştirme ve Benlik (Kağıtçıbaşı, 1996)

Kağıtçıbaşı (1996) ele aldığı modeli Yetkinlik- Kişiler Arası mesafe boyutunda kavramsallaştırmıştır. Kişilerarası mesafe boyutu kişi ile diğerleri arasındaki mesafeyi veya diğerleri ile kişinin kurduğu bağın derecesini ifade eder. Kişilerarası mesafe

boyutunun bir ucu, diğer bireylerle ilişkilerde sınırların açık bir şekilde belirgin olduğu ayrık benliği, diğer ucu ise sınırların tam olarak belirgin olmadığı ilişkisel benliği göstermektedir (Dönmezoğulları, 2014).

Yetkinlik boyutu Kağıtçıbaşı'ya göre özerkliği ifade etmektedir. Özerk (autonomous) kavramı “öz” (auto) ve “erk” (nomous) kelimelerinin birleştirilmesinden türetilmiştir. Bu iki kelimenin yan yana gelmesi ‘kendi kendini düzenleme, kendini yönetme’ olarak ifade edilmektedir (Morsünbül, 2012).



Şekil 3. Yetkinlik, Kişilerarası Mesafe ve Bağlamında Benlikler (Kağıtçıbaşı, 2005)

Kağıtçıbaşı bu dörtlü modelde özerk- ilişkisel benliği en sağlıklı yönelim olarak ele almış, en patolojik yönelimin ise bağımlı- ayrık yönelim olduğunu vurgulamıştır.

Edward Deci ve Richard Ryan tarafından geliştirilmiş olan Öz Belirleme Kuramı'na göre de bu görüşü destekleyen bilgiler mevcuttur. Kuramda belirtilen üç temel psikolojik ihtiyaç: özerklik, yeterlilik ve ilişkili olmadır ve kişi, ilişkide bulunurken özerklik değerinin önemini zayıflatmamalıdır. Grolnick ve Ryan (1989) ebeveynleri

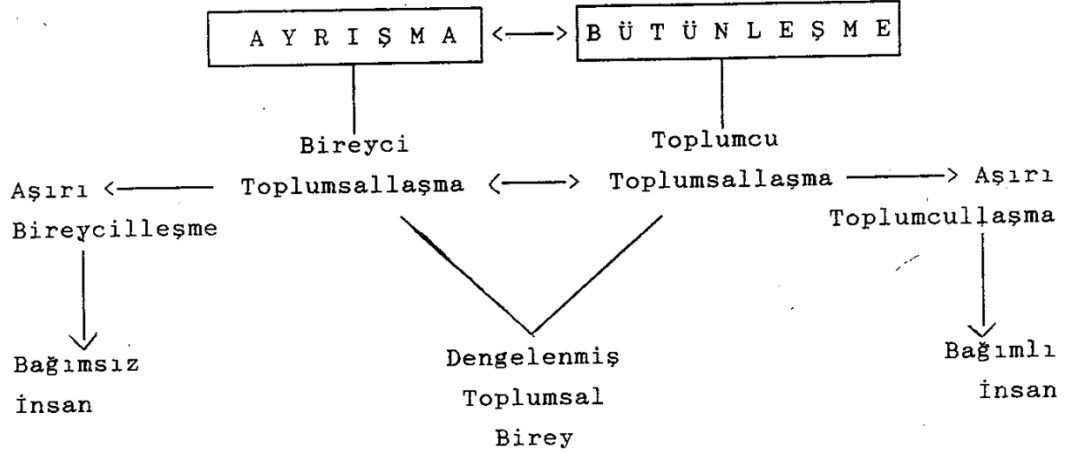
tarafından, özerklik ve ilişkili olmanın desteklendiği durumlarda öğrencilerin, okula ilişkin değerleri daha fazla içselleştirebildikleri sonucuna ulaşmışlardır (Özer, 2009).

Geleneksel aileye dair tanımlardan yola çıkan ilişkisel benliği şehirleşen toplumların bireyci değerleriyle birleştiren başka modeller de mevcuttur.

İmamoğlu da 1980'lerde önerdiği “hem etkin hem de bağlaşıklık” olma (“agentic-interdependence”, s. 144) düşüncesini esas alan Denge Modelinin temelinde doğal düzenin, “ayrışmış öğelerin karşılıklı bağımlılık ilişkisinde bütünleşerek ortaya çıkan” dengeli bir sistem oluşturduğu varsayımını oturtur (İmamoğlu, 1995, 2011).

Bu modele göre kişilerin psikolojik gelişim süreçleri hem sosyal çevreleri içinde ayrışmalarını hem onunla bütünleşmelerini gerektirmektedir (İmamoğlu ve Gültekin, 1993).

İmamoğlu önerdiği Denge Modeli'nde dört uç tanımlamıştır. Kişilerarası bütünleşme yöneliminin alt ve üst sınırları ilişkili ve kopuk, kişisel ayırt etme- ayrışma yöneliminin üst ve alt sınırları ise kendileşme ve kalıplaşma olarak isimlendirilir. Model söz konusu boyutlardan alınacak olan yüksek veya düşük puanların birleşimiyle ortaya çıkan dört benlik tipi (ve onlara paralel dört tip aile) önermektedir: kopuk- kalıplaşmış veya dengesiz tip, kopuk- kendileşmiş veya ayrışık tip, ilişkili-kalıplaşmış veya bütünleşik tip ve ilişkili- kendileşmiş veya dengeli tip. Önerilen benlik tiplerinden yalnızca ilişkili- kendileşmiş olanı psikolojik işleyiş için optimal kabul edilmektedir (İmamoğlu, 2011). Bu model, aynı zamanda bireylere ait olan özü ortaya çıkaracak biçimde kişisel ayrışma/ ayırdetme ve kişilerarası bütünleşme gereksinimlerine sahip olabildiği varsayımına dayanır (İmamoğlu, 2003 akt. Kararımak, Hacıfazlıoğlu ve Şirin, 2014).



Şekil 4. İmamoğlu'nun (1987, 1991) insan gelişimine ilişkin karşılıklı bağımlılık modeli çerçevesinde önerilen dengeli ve dengesiz ayrışma- bütünleşme süreçleri ve ilişkili insan modelleri (İmamoğlu ve Gültekin, 1993)

Yani bu modele göre dengenin ayrışmadan yana bozulması veya kişinin bütünleşmeden ayrılması bazı Batı ülkelerinde gözlemlendiği gibi toplumdan kopuk, aşırı bireyci kimliklerin oluşmasına ortam sağlar ve bu bireysel üretkenlik açısından verimli olsa da çeşitli ilişki problemlerini var edebilir. Diğer yandan dengenin bütünleşmeden yana bozulması yani kişinin ayrışmadan bütünleşmesi ise bazı Doğu ülkelerinde olduğu gibi topluma bağımlı aşırı toplulukçu kimliklerin oluşmasına neden olur ve bu da kişinin bireysel gereksinimlerinin doyurulmasını ve yaratıcılıklarının ortaya konmasını engeller (İmamoğlu ve Gültekin, 1993).

Ayrışma ve Bütünleşme süreçlerinin dengelendiği ilişkili kendileşme aile ortamında aşırı engelleme ya da kısıtlamanın olmadığına ve karşılıklı sevgi ile kabul olduğuna işaret eder (Dönmezoğulları, 2014). Kişi hem benzersiz olarak ayrılmış olması nedeniyle hem çevresi üzerinde kontrol sağlama ve etkin olma hem de çevre ile uyumlu, doyurucu ilişkilerde bulunma gereksinimlerini karşılayabilir (İmamoğlu ve Gültekin, 1993). Sağlıklı bireylerin gelişmesi için söz konusu olan ayrışma ve bütünleşme eğilimlerinin dengeli biçimde gelişmesine imkan tanıyan sağlıklı ortamların oluşturulması kaçınılmazdır (İmamoğlu, 1991).

Karadayı (1998) ise Bireysel Özerklik ve İlişkili Özerklik kavramlarını ele aldığı çalışmasında özerkliğin çeşitli kavramlarla ilişkisini incelemiş ve bireycilik ile

toplulukçuluk araştırmalarından yola çıkararak özerkliğin bireyci toplumlarda desteklenen bir özellik olduğuna dair Kağıtçıbaşı'nın (1990) alışmasından söz etmiştir.

İlişkili zerklik kavramı, bireycilik ve toplulukçuluk boyutunun önemli bir kriteri olarak sunulmuştur. Benlik sınırlarının ayrıştığı, kendini yöneten, özerk ancak aynı zamanda diğer insanlarla olumlu ilişkiler içinde bulunan bir özerklik düzeyini belirlemeye çalışmakta ve bireyin diğerlerinden ayrışması ile birlikteliğini sentez eden bir düzeyi ölçmeyi amaçlamaktadır (Karadayı, 1996b).

İlişkili zerklik (related autonomy) kavramında evre ile olumlu ilişkilerin devam ettiği ancak bireysel sınırların belirlendiği bir kişisel gelişim düşünülmüştür. Bireyde ayrışma ve bütünleşme süreçlerinin sağlıklı biçimde dengelenerek insanın hem bireysel hem toplumsal gereksinimlerinin karşılanması için en uygun zm olarak İmamoğlu (1993) tarafından önerilen dengelenmiş toplumsal birey modeline benzemektedir (Karadayı, 1996a).

İlişkili zerklik, karşılıklı olumlu ilişkilerde ancak kendi kararları ve seçimini kendi yapan, yaptıklarından dolayı sorunluluk alan, bireysellik ile toplulukçuluk özelliklerini birleştiren insan modelini temsil etmek üzere önerilmiştir (Karadayı, 1996).

Bu çalışmada ilişkisel, bireyci, toplulukçu benlik, psikolojik dayanıklılık ile ilişkisi çerçevesinde ele alınacaktır.

2.1.4 Psikolojik Dayanıklılık

Psikoloji, insan uyumundaki ve gelişimindeki risklere, problemlere, patolojiye ve tedavilere odaklanarak önemli bir olgu olan insanın olumlu yönlerini ve insana ait olan yararlı kaynakları göz ardı etmiştir. Esasında insanın yeterliliklerini görmek ve uyum sistemlerine odaklaşmak sağlıklı gelişimi ve işlevselliği arttıracak önemli referanslardır (Masten, 2001 akt. zcan, 2005). Postmodernizimle beraber psikoloji ve psikolojik danışma kapsamında sürdürülen araştırmalarda, bireyin zayıf yanlarını irdelemekten ziyade güçlü yanlarını ortaya çıkaran pozitif bir bakış açısının egemen olduğu fark edilmektedir (Kararımak, 2006).

Ruh sağlığı alanında geleneksel anlayışın, bireylerin gücüne inanmakta ve zor koşulların travmatik etkilerini gidermekte yetersizliğinin fark edilmesi ile beraber, psikolojide olumluya odaklanan yeni bir anlayışın yaygınlaşmaya başladığı belirtilmektedir. Bu anlayış pozitif psikoloji diye adlandırılmaktadır (Seligman, 2000 akt. Ergün Başak, 2012).

Geleneksel psikolojinin başarılarını ve insanlığa yaptığı katkıları yadsımayan pozitif psikoloji, olumsuz duyguları ve psikolojik problemleri de yok saymaz. Fakat, geleneksel psikolojinin kullandığı “hastalık modeli” ne karşılık, “sağlık modeli” ni kullanır (Doğan, 2016).

Pozitif psikolojinin önemli konularından biri de psikolojik dayanıklılıktır (Tümlü ve Recepoğlu, 2013). Psikolojik dayanıklılık terimi Amerika Birleşik Devletleri’nde ortaya çıkmıştır. Kavramla ilgili temel bilgiler 19. yüzyılın ikinci yarısından sonraki dönemde Horatio Alger’in kitap ve öykülerinde belirtilmiştir. Öykülerde yoksul ve evsizlerin güçlü irade, iyi kısmet ve çalışkanlıkla zorlukları aşabileceği ele alınmıştır (Rigsby, 1994; Tarter ve Vankuyov, 1999 akt. Purmut, 2016).

Psikolojik dayanıklılık kavramının tanımı varoluşçuluğa dayandırılmıştır. Varoluşçu yaklaşım, günlük yaşamda karşılaşılan streslerin etkin üstesinden geldikten sonra sağlıklı kalabilen bireylerin hasta bireylerden ayrılan tutum, inanç ve davranışsal eğilimler sergilediklerini kabul eder (Lambert ve Lambert, 1999 akt. Zengin, 2013).

Kavramla ilgili olarak ulusal literatürde ortak bir çevirinin olmadığı çeşitli çalışmalarda karşımıza çıkmaktadır.

Nejat ve Basım (2011) Kavrama yönelik çalışmalar yapan öğretim üyelerine elektronik posta ile gönderilmiş anket aracılığıyla ülkemizde daha önce yapılan çalışmalarda kavrama karşılık gelen Türkçe ifade olarak kullanılan; ‘Kendini toparlama gücü’ (Terzi, 2006), ‘Toparlanma’, ‘Güçlülük’, ‘Psikolojik güçlülük’ (Gökçe, 1993), ‘Dirençlilik’, ‘Yılmazlık’ (Öğülmüş 2001, Özcan 2005, Gürkan 2006), ‘Sağamlık’, ‘Psikolojik dayanıklılık’ (Terzi 2005, Sürücü ve Bacanlı 2010, Tümlü ve Ülker 2013, Koç Yıldırım 2014), ‘Psikolojik sağamlık’ (Gizir ve Aydın 2006, Kararırmak 2006, Gizir 2007) adlandırmalarının kavramı ne kadar ifade ettiği konusundaki görüşlerini

almışlardır. Anket sonuçlarında İngilizce’de ‘resilience’ şeklinde ifade edilen kavramın en iyi Türkçe karşılığının ‘psikolojik dayanıklılık’ olduğu görülmüştür.

Bu çalışmada araştırmacıların resilience terimine karşılık ifade ettiği psikolojik dayanıklılık başta olmak üzere yılmazlık, psikolojik sağlamlık (Türk Psikologlar Derneği) gibi ifadelerin tümüne yer verilmiş ve kavramı daha iyi tanımlamak amacıyla resilience ifadesinin yer aldığı araştırmalardan faydalanılmıştır.

Psikolojik dayanıklılık kavramı yani ‘*resilience*’, bir maddenin elastik olması ve aslına kolayca dönebilmesi manasındaki Latince ‘*resiliens*’ kelimesinden türemiştir (Greene, 2002 akt. Güloğlu ve Kararımak, 2010).

Literatürde kavramın farklı tanımları mevcuttur. Kobasa (1979) Psikolojik dayanıklılığın tanımını *stresli yaşam olayları ile karşılaşıldığında bir direnç kaynağı olarak çalışan kişilik özelliği* şeklinde yapmıştır (akt. Terzi, 2005). *Kişinin herhangi bir olumsuzlukla karşılaştığında dahi yaşama dair umudunu yitirmemesi ve yaşamdan anlam bulabilme becerisi* şeklinde de tanımlanmaktadır (Deveson, 2003, akt. Batan, 2016). Dayanıklılık, zorlu koşullara veya tehdit unsurlarına rağmen başarılı bir uyum sürecinin sonucunu ifade eder (Masten, Best ve Garnezy, 1991). Dayanıklılık, bazı bireylerin stresli yaşam olaylarıyla karşılaştıklarında diğer bireylerden daha çok somatik ve psikolojik hastalık geçirme riski varken, diğerlerinin sağlıklı kalabildiklerinin nedenini izah eden güçlü bir kişisel özellik kabul edilebilir (Hanton ve diğ., 2003 akt. Sezgin, 2012).

Bunun yanında kavram; terslik, başarısızlık, çatışma ve hatta gelişme, artan sorumluluk vb. bazı olaylarda kendini toparlama gücü ve eski haline dönebilmek için geliştirilebilir pozitif psikolojik kapasite olarak da ifade edilebilmektedir (Luthans, 2002 akt. Bitmiş, Sökmen ve Turgut, 2013).

Esasen, dayanıklılık, ciddi deneyimlerle birlikte ciddi risk deneyimlerine rağmen olumlu psikolojik sonuçların etkileşimiyle ilgili bir kavramdır (Rutter, 2006). Dayanıklı kişiler hayatlarında ne yapmak istediklerini kolaylıkla belirleyebilirler, problem çıkmasını engelleyebileceklerine inanırlar ve mevcut durumu düzeltmede geçmişe kıyasla daha iyi olabilme gücündedirler (Florin Mikulincer & Taubman, 1995 akt. Terzi,

2005). Bununla beraber dayanıklı bireyler var olmayı sürdürme, stres ve olumsuz koşullarla mücadele etme ve gelişip üstün gelme yetenekleri gösterirler (Garmezy, 1991 akt. Gökmen, 2009).

Psikolojik dayanıklılık ile yaşananlar karşısında iç denge korunarak stres, korku gibi durumların üstesinden gelinebilmektedir. Bunun sebebi yaşananlar karşısında içsel koruyucu kaynakların harekete geçmesi ve bireyin mücadele etme imkanının doğmasıdır (Yates, Fanita and Masten, 2014 akt. Yağmur ve Türkmen, 2017).

Bunlarla beraber, psikolojik dayanıklılığın fiziksel ve ruhsal sağlığı pozitif anlamda etkileme; sabır, umut, iyimserlik vb. erdemlerin güçlenmesine destek sağlama yoluyla mutluluk ve yaşam doyumu gibi uyumsal çıktıları pozitif yönde etkilediği belirtilir (Wagnild ve Young, 1993 akt. Batan, 2016).

Connor ve Davidson (2003) psikolojik dayanıklılığın unsurlarını "gerçeğin olduğu şekliyle kabulü, derin bir inanç, güçlü benimsenen değerlerle destekleme, hayatı anlamlı kılma, olağanüstü bir doğaçlama kabiliyeti" olarak saymaktadır (Akt. Koç Yıldırım, 2014).

Dayanıklılığın literatürde yer alan farklı tanımlarını gözden geçiren Stewart, Reid ve Mangham (1997), bu tanımlardaki ortak temaları şu şekilde belirlemiştir (Akt. Eminağaoğlu, 2006):

- *“Dayanıklılık, bireylerin belli özellikleriyle geniş çevreleri arasında karmaşık bir karşılıklı oyundur.*
- *Dayanıklılığı oluşturan, başa çıkma yeteneği ile stres arasındaki dengedir.*
- *Çoklu stres veren yaşam olaylarından türeyen risk faktörleri ve riskin olumsuz etkisini yatıştıran ya da azaltan koruyucu unsurlar, dayanıklılığa katkıda bulunmaktadır.*
- *Dayanıklılık dinamiktir. Yaşam bağlamına dayanır.*
- *Dayanıklılık gelişimseldir. Başarılı olmak, bireyin yeteneklerini güçlendirmektedir.*
- *Dayanıklılık yaşam geçişlerinde en önemli etkidir.”*

Bu tanımlarla beraber psikolojik dayanıklılığı yüksek olan kişilerin birer kahraman veya olağanüstü kişiler olmaları veya sergiledikleri gelişimin olağanüstü ya da çok üstün olması gerekli değildir. Bu kişiler güçlük şartlarında normal gelişim gösteren bireyler olarak tanımlanmaktadır (Masten ve Reed, 2002 akt. Bektaş ve Özben, 2016).

Kobasa'nın (1979) psikolojik dayanıklılıkla ilgili görüşleri 670 kişiden oluşan örnekleme yaptığı çalışması üzerine kurulmuştur. Örnekleme alınan kişiler İllionis Belediyesi'nde çalışan, üst ve orta düzey idareci konumunda, üniversite mezunu, 40 ile 49 yaş arasındaki erkek çalışanlardır. Kobasa bu çalışmada, örnekleme dâhil kişilerden son üç yıl içerisinde yaşadıkları stresli olayların ve geçirdikleri hastalıkların bir listesini yapmalarını istemiştir. Daha sonra karşılaştırma amaçlı iki grup oluşturmuştur. Bu gruplardan biri, hem streslerinin yoğunluğu hem de geçirdikleri hastalıklar açısından ortalamanın üstünde puana sahip 200 kişiden oluşmaktadır. İkinci grup ise düşük düzeyde hastalık ve yüksek düzeyde stres puanına sahip 126 kişiden oluşmaktadır. Her iki gruptaki üyeler ayrıca ayrıntılı bir "Kişilik Özellikleri Ölçeği" ni de yanıtlamışlardır. Kobasa 1977'de araştırmanın bulgularında, yoğun stresli ve düşük hastalık puanına sahip bireylerin, psikolojik dayanıklılığını tanımlayan üç özelliğin tamamına sahip oldukları belirtmiştir. Bu özellikler bağlanma, meydan okuma ve denetim özelliğidir (Şahin, 1995 s. 54). Kosaka'ya (1996) göre psikolojik dayanıklılığı oluşturan bu boyutlar stresin olumsuz etkilerini en aza düşürmektedir (Akt. Sürücü ve Bacanlı, 2010).

Bağlanma özelliği, bireyin pasif bir şekilde olayların dışında kalmayarak gündelik olaylara dahil olmasıyla meydana gelen bir amaç ve anlam duygusu olarak görülmektedir (Sezgin, 2012). Kobasa'ya (1979) göre hayatlarının birçok alanıyla (evlilik, aile, iş, ev) bağlantılı hissedilen bireyler hayatının bu alanlarına yabancılaşmış hissedenlere kıyasla daha sağlıklıdır (akt. Aydoğdu, 2013). Aynı zamanda bağlanma, bireyin yaşamdaki tüm olumsuzluklara olumlu bakmasını sağlar (Klag ve Bradley, 2004 akt. Zafer, 2016). Bağlanmanın hem içsel (bireyin sahip olduğu aktivitelere başvurması) hem de dışsal (toplumda uygulaması) yönü mevcuttur (Sürücü ve Bacanlı, 2010). Kişinin aile ve sosyal çevresi, iş, kişilerarası ilişkiler, inanç ve değerlerine bağlanması hayatının tüm alanlarında olmakta ve bu durum bireyin stresli yaşam olaylarıyla baş edebilmesinde gereken güç kaynağını oluşturmasına dayanak sağlamaktadır (Kobasa, Maddi & Kahn, 1982 akt. Terzi, 2005).

Denetim ise bireyin yaşamındaki çeşitli durumları etkileyebileceğine olan inancıdır ve bireyin yaşamındaki durumları değiştirebilecek düşünceler ile eylemleri içerir (Holt, Fine & Tollefson, 1987 akt. Terzi, 2005).

Aynı zamanda denetim, yaşamda güçlüklerle karşılaşıldığı zaman çaresizlik yerine olayların sonuçlarını etkileyebilmeye dair inançtır. Özerkliği, başarı yönelimli olmayı, öz disiplini, içsel güdülenmeyi, karar verme becerisini, seçim yapabilmeyi ve kişisel özgürlüğü içermektedir (Kamya, 2000 akt. Terzi, 2008). Bu özelliğe sahip bireyler olayların gidişatına boyun eğmek istemezler, çaba göstererek sonucu değiştirebileceklerine inanırlar (Maddi ve ark., 2006 akt. Aydoğdu, 2013). Kişinin pasif ve güçsüz olması kabul edilmez (Maddi, 2004 akt. Kurt, 2011).

Meydan okuma boyutu bireyin değişime uyum sağlayabilmesi, değişim sürecini kendini geliştirebilmek adına fırsat olarak görmesidir (Kobasa, 1982 akt. Kayacı ve Özbay, 2016). Değişim tehdit edici olmaktan çok olumludur ve gelişimi teşvik edicidir. Değişikliği, gelişmeye dair fırsatlar sunan yaşamın normal bir yönü olarak görmek anlamına gelen meydan okuma, kendine güveni, yeni şeyler denemekten hoşnut ve iyimser olmayı ihtiva etmektedir (Terzi, 2005). Bu bireyler ilginç ve çeşitli tecrübeleri önemserler. Çevrelerine karşı oldukça samimidirler ve stresle başa çıkmada kaynaklarını nasıl kullanacaklarını, bu kaynaklara nasıl ulaşacaklarını iyi bilirler (Kobasa ve Puchetti, 1983 akt. Aydoğdu, 2013).

Friborg, Hjemdal, Rosenvinge ve Martinussen (2003) ise psikolojik dayanıklılığın boyutlarını şu şekilde belirtmişlerdir:

- *“Kişinin ani ve beklenmedik olaylar karşısında ve kişisel problemler yaşadığı anlarda çözüm yolu bulabilme, bu olaylar ve problemler ile başa çıkabilme becerilerini kapsayan kendine güven boyutu*
- *Kişinin iyi düşünülmüş ve başarılması mümkün gelecek hedefleri olduğu, bu hedefleri nasıl başaracağını bildiği ve gelecekte umutlu olduğunu yansıtan gerçekçi hedefler boyutu*
- *Kişinin bir işe başlarken detaylı planlar yapabilme, zamanını düzgün planlayabilme ve net hedefleri olduğunda başarıya ulaşabileceğine inanma gibi planlama becerisi boyutu*

- *Kişinin diğer insanlarla birlikte olmaktan hoşlanma, kolaylıkla yeni insanlarla tanışıp arkadaşlık kurabilme ve sosyal ortamlarda rahat olabilme becerisine ilişkin sosyal yeterlilik boyutu*
- *Bireyin güçlü arkadaşlık ilişkilerine sahip olma, arkadaşlarından ve ailesinden destek alabilme becerilerini içeren sosyal kaynaklar boyutu*
- *Kişinin önem verdiği şeylerle ailesininkilerin örtüşmesini ve ailesiyle birlikteken kendini mutlu hissetmesini içeren aile desteği ve uyumu boyutu (akt. Batan, 2016)”*

Lambert, Lambert ve Yamase (2003), psikolojik dayanıklılık düzeyi yüksek bireylerin taşıdığı bağlılık, denetim ve meydan okuma özelliklerin iki temel olumlu sonucu olduğundan söz etmişlerdir. Bu etkiler, karşılaşılan sorunlara ilişkin olumsuz algıyı değiştirerek stres yönetimine ve stresin olumsuz etkilerini azaltarak bilişsel yeniden yapılandırmaya katkı sağlamalarıdır. Bağlılık yerine geri çekilme, denetim yerine güçsüzlük ve meydan okuma yerine felaketleştirme ise yabancılaşmaya yol açtığı ifade edilmiştir (Akt. Alkan, 2014). Yabancılaşma, bireyin toplumun değerlerine ve çevresine karşı ilgisinin yok olması ve bizzat kendisine aşırı yabancılık hissetmesi durumunu anlatmak amacıyla kullanılmaktadır. Birey bir amaca kendini adanmadığında, kendi rahatı ve kendini adadığı durumun sürekliliği için gereken denetimi sağlayamadığında ve yaşam olaylarını güvenliğini tehdit eden bir durum olarak algıladığında, kendi benliğine ve içinde yaşadığı çevreye yabancılaşmaktadır (Lambert, Lambert ve Yamase, 2003 akt. Zengin, 2013).

Masten (2007) çoklu düzeyde psikolojik dayanıklılığı açıklayan araştırmalarda belirtilen anahtar noktaları aşağıdaki tablo ile belirtmiştir (Akt. Arıcı, 2013 s. 248):

<i>Sağlık ve Stres Sistemi</i>	<i>Normal bağışıklık ve hipotalamus, hipofiz ve adrenal fonksiyonu</i>
<i>Bilgi işleme ve problem çözme sistemi</i>	<i>Normal bilişsel gelişim ve zeka seviyesi</i>
<i>Bağlanma ve ilişkiler (Aile-Arkadaş ve diğerleri)</i>	<i>Güvenli bağlanma, yetkin ve ilgili ebeveynle, yönlendiren kişiyle, sosyal destekle ilişkili olma</i>
<i>Kendilik kontrolü, kendilik yönelimi, tepki ketleme sistemi</i>	<i>Uyumlu kişilik özellikleri, vicdanlı ve dürüst olma, düşük düzeyde nevrozizm veya stres tepkisi, dürtü ve dikkatini kontrol azmi, yönetici işlevlerin fonksiyonu</i>
<i>Yetkinlik ve ödül sistemi</i>	<i>Yaşama olumu bakma, başarıya motivasyonu, öz yeterlilik</i>
<i>Manevi- dini değerler sistemi (inanç- ritüel, faaliyetler ve destek)</i>	<i>Yaşama verilen anlam, yaratıcı veya ruhani varlığa bağlılık, dua ve meditasyon, dini gruplardan destek, dini ritüeller</i>
<i>Aile sistemleri</i>	<i>Ebeveynle yakın ilişkiler, demokratik ebeveyn tutumu, eğitimde ailenin desteği, ailenin gözetimi, yatıştırıcı faaliyetler ve ritüeller</i>
<i>Arkadaş sistemleri</i>	<i>Uyumlu ve olumlu sosyal davranışları olan arkadaşların ve romantik ilişki biçiminin varlığı, olumlu arkadaş çevresi</i>
<i>Okullar</i>	<i>Okulda öğrenme – uygulama, uyumlu arkadaş ve yetişkinle ilişkiler kurabileceği olanakların olması, demokratik okul yönetimi, demokratik öğretmen tutumu, olumlu okul iklimi ve okula bağlı olma</i>
<i>Toplumsal ve Kültürel Sistemler</i>	<i>Çevresinde olumlu yetişkin, komşu ve akran ilişkilerinin olması ile beraber onlarla ilişki kurmada yetkinlik, kültürel ritüeller, olumlu sosyal davranışların bulunduğu çeşitli faaliyetler ve olumlu rol modellerin varlığı</i>

Tablo 2 Psikolojik dayanıklılığı açıklayan etkin/ anahtar noktalar

Literatürde psikolojik sağlamlığın risk faktörleri, koruyucu faktörler ve sonuç faktörleri olarak çalışıldığı görülmektedir. Koruyucu faktörlerin varlığı bazen risk faktörlerini azaltmaktadır (Rutter, 1987 akt. Erarslan, 2014).

Yapılan çalışmalar sonucunda bulunan risk faktörleri ve koruyucu faktörler bireysel, ailesel ve çevresel faktörler olarak sınıflandırılmıştır. Bu üçlü sınıflama risk faktörlerinden bahsedildiğinde de koruyucu faktörler ele alındığında da geçerlidir (Haase, 2004 akt. Koç Yıldırım, 2014).

Başa gelebilecek felaketler ve yaşanabilecek olumsuz deneyimler, bireyin psikolojik açıdan sağlıklı bir yaşam sürdürmesi ve psikolojik sağlamlık göstermesi açısından risk unsurları olarak karşımıza çıkmaktadır (Masten, 2002 akt. Sipahioğlu, 2008).

Risk faktörleri Gizir'in (2007) çalışmasında şu şekilde tablolştırılmıştır:

“Bireysel risk faktörleri

• *Erken doğum*

• *Olumsuz yaşam olayları*

• *Kronik hastalıklar*

Ailesel risk faktörleri

• *Ebeveynlerin hastalığı ya da psikopatolojisi*

• *Ebeveynlerin boşanması, ölmesi ya da tek ebeveyn ile yaşanması*

• *Ergenlik döneminde anne olmak*

Çevresel risk faktörleri

• *Ekonomik güçlükler ve yoksulluk*

• *Çocuk ihmali ve istismarı*

• *Savaş, doğal afetler vb. toplumsal travmalar*

• *Toplumsal şiddet ve ailevi felaketler*

- *Evsizlik*”

Risk faktörleri, bireylerin çocukluk yıllarından itibaren gelişim ödevlerini tamamlamalarını zorlaştıran ve yetişkinlik yıllarında ruh sağlığı bozuklukları ya da davranış problemleri geliştirmelerine yol açan koşullar olarak tanımlanmaktadır (Armstrong vd. 2005 akt. Ergün Başak, 2012).

Koruyucu faktörler ifadesi ise, risk ya da zorluğun etkisini yumuşatan, azaltan ya da ortadan kaldıran, sağlıklı uyumu ve bireyin yeterliklerini geliştiren durumları tanımlar (Masten, 1994 akt. Gizir, 2007). Ayrıca koruyucu faktörlerin bireyler ile olumsuz tecrübeler arasında bir koruyucu fonksiyon olan kişisel, ailesel ve çevresel faktörler olduğu belirtilmektedir (Garmezy, 1993 akt. Ergün Başak, 2012).

Koruyucu faktörler de üç sınıfta gruplandırılmıştır. Bunlar:

- 1) *Kişisel koruyucu faktörler*,
- 2) *Ailesel koruyucu faktörler*
- 3) *Sosyal koruyucu faktörler*

olarak ifade edilmektedir (Garmezy, 1987 akt. Ergün Başak, 2012). Bireysel koruyucu faktörler bilişsel kapasitenin etkililiği ve zeka, yüksek benlik saygısı, olumlu akademik benlik, iyimser olma ve geleceği planlama, kendi yaşamı üzerinde kontrole sahip olma, etkili sorun çözme becerileri ve mizah duygusunun bulunması, sorumluluk ve yardımseverlik duyguları, empati; ailesel koruyucu faktörler olumlu anne-çocuk bağı, ailenin çocuğa dair gelecek beklentilerinin olumlu oluşu, aileyle beraber yaşamak, eğitim seviyesi yüksek anne- babanın varlığı ve çevresel koruyucu etkenler ise bir yetişkinle (komşu, öğretmen vb) olumlu ilişkinin olması, olumlu okul ilişkileri, olumlu toplumsal destek ve arkadaş desteği, olumlu rol modelinin varlığı olarak sayılmıştır (Koç Yıldırım, 2014).

Olumlu sonuç, gelişim literatüründe bireyin yaşının gerektirdiği gelişimsel görevleri başarıyla yerine getirmesi yönünden tanımlanmakta ve uyumu ifade etmektedir (Masten ve Reed, 2002 akt. Aydın, 2010).

Bunlar, akademik başarının olması, olumlu sosyal ilişkilerin varlığı, suça yönelik davranışlardan uzak durmak, duygusal problemlerin ya da semptomların azlığı, mutlu olmak, okula devamlılık, sosyal yardım faaliyetlerine katılım, ders harici etkinliklerde bulunmak, kurallara uygun davranışlar sergilemek, arkadaşlarınca kabul görmek, psikopatolojinin bulunmaması, kendini kabul etme ve uyumlu olma, iyilik hali, yaşam doyumu vb. pozitif sonuçlar olabilir (Tümlü ve Receptoğlu, 2013).

Masten ve Reed (2002) en fazla üzerinde durulan olumlu sonuç değişkenlerini şu şekilde sıralamışlardır:

- *“Gelişim görevlerinin yerine getirilmesi,*
- *Akademik başarı,*
- *Olumlu sosyal ilişkiler/ sosyal yeterlik,*
- *Suçta yönelik davranışlardan uzak durma,*
- *Psikolojik sağlık,*
- *Duygusal problemlerin ya da semptomların azlığı,*
- *Mutluluk ve iyilik hali,*
- *Okula devam etme,*
- *Yaşına uygun spor yapma,*
- *Sosyal yardım etkinliklerine katılma,*
- *Ders dışı etkinliklerde bulunma,*
- *Kurallara uygun davranma,*
- *Arkadaşlarınca kabul görme ve yakın arkadaşlık ilişkileri kurma,*
- *Psikopatolojinin var olmaması*
- *Psikososyal uyum bileşiği,*
- *Kendini kabul ve yaşam doyumu.”*

Sıralanan bu özellikler, bireyin sahip olduğu koruyucu faktörlerle risk faktörlerinin üstesinden gelmesi ve bu sürecin sonucunda kazandığı yeterlilikler diye ifade edilebilir (akt. Sezgin, 2012).

Özetlenecek olursa araştırmacıların, dayanıklılık kavramı içinde ayırt ettiği üç temel yön şu şekildedir: yüksek riskli durumlarda olumlu sonuçlar elde etme yeteneği,

akut veya kronik stres durumlarında yeterince işlev görme kabiliyeti ve travma sonrası iyileşme becerisi (Truffino, 2010).

Öğülmüş (2001), İngilizcede resilience terimine karşılık Yılmazlık kavramını literatüre kazandırmıştır.

Yılmazlığı oluşturan unsurların kuramsal bilgisi, psikopatoloji riski taşıyan çocukların gelişiminde, genetik ya da çevresel koşullarla ilgili problemlerin / risk faktörlerinin (anne-babaya ait bir ruh hastalığı, yoksulluk, ya da bu risk faktörlerinin birleşimi) araştırılmasıyla ortaya çıkmıştır (Masten, 1999; 2001 akt. Gürkan, 2006). Kaplan (1999) bir süreç olarak tanımladığı yılmazlığı: “Yılmazlık, risk ve sıkıntılara karşın ortaya çıkan olumlu sonucun bir gerçeklik ve süreç olarak tanımlanmasıdır” diye ifade etmiştir (akt. Özcan, 2005).

Çocuklarda yılmazlığı arttıran kişilik özelliklerinin, karakteristiklerinin ve becerilerin çoğu, bu çocuklar okula başlamadan önce bulunur. Pek çok çocuk çevresel şartların ve yaşam deneyimlerinin sonucunda yılmaz olur (Öğülmüş, 2001).

Higgins (1994)’e göre, yılmaz yetişkinler ise olumlu ilişkiler kurabilen, sorun çözme becerisine sahip ve kendilerini geliştirme motivasyonu olan kişilerdir. Bu kişiler, sosyal değişim ve faaliyetlere katılım gösterirler, inançlıdır ve bu yetişkinlerin çoğu hayatlarındaki travma, sıkıntı ve üzüntülerden anlamlar çıkarma ve yararlar elde etme yeterliliğine sahiptirler (akt. Çakar, Karataş ve Çakır, 2014).

Haynes (2005) diğer gençlerle karşılaştırma yapıldığında, yılmaz bireylerin temel niteliklerini üç başlıkta toplamıştır: a) Sosyal özellikler, b) Duygusal özellikler, c) Bilişsel/ akademik özellikler.

“A) Sosyal özellikler

1) Arkadaşlıklar geliştirmede kabiliyetli olduğunu sergiler.

2) Başkalarıyla pozitif ilişkiler kurmada kabiliyetlidir.

3) Dilin uygun kullanımının gerektirdiği etkili iletişim becerilerine sahiptir.

4) İhtiyaç olduğunda yardım bulabilir ama yardım alma konusunda istekli değildir.

B) Duygusal Özellikler

- 1) Güçlü bir öz-yeterlik duygusu gösterir*
- 2) Yüksek bir seviyede kendine güveninin olduğu görülmektedir.*
- 3) Yüksek öz-saygı ve kendini kabul konusunda oldukça açıktır.*
- 4) Duyguların farkına varma ve onları denetleme becerileri vardır.*
- 5) Yeni durumlara çabuk uyum sağlayabilmektedir.*
- 6) Kaygı ve engellenmeye dayanabilme gücü gösterir.*

C) Bilişsel/Akademik Özellikler

- 1) Başarı güdüsü yüksektir.*
- 2) Geleceği düşünme ve planlama kabiliyeti gösterir.*
- 3) Stresli ve travmatik olaylarla mantıklı biçimde mücadele edebilir.*
- 4) Dışsal atıflardan (şans, yetenek vb.) çok içsel atıflar (çaba vb.) yapar.*
- 5) Çevresini yine çevresindekilerin yararı için biçimlendirir ve harekete geçirir”(akt. Gürkan, 2006).*

Özetlenecek olursa yılmazlık zorlu yaşam koşulları ile baş etme (Demirbaş, 2010), olumlu bir kendilik ve gelecek algısına sahip olmayla beraber sosyal kaynakların yeterliliği, zeka, kültür, yaş, cinsiyeti kapsayan kişisel değişkenleri de içeren gelişimsel bir süreçtir. Dayanıklılık sürecinin arkaplanı kültürel değişkenlerle de açıklanmaktadır.

2.1.5 Psikolojik Dayanıklılık ve Kültür

Kültür bir toplumun varlığını sürdürme çabaları sırasında geçerliliğini tecrübe edip nesilde nesile aktardığı varsayımlar ve bunların gözlemlenebilir simgesel ifadelerinden oluşur. Burada katmanlı bir kültür modeli yer etmektedir. En derinde bireylerin davranış ve düşünme şekillerini etkileyen genel atıf çerçeveleri (varsayımlar) yer alır ve bunların önerdiği var olma ilkeleri o kültürün üyeleri tarafından en doğal bakış açıları olarak kabul edilir. Bu yüzden bilinç tarafından sorgulanmaz, tartışılmaz ve

gözlemlenemezler. Daha dış katmanlara doğru gidildikçe, o kültürel varsayımların şekil verdiği değerler, tutumlar ve normlar yer alır. En dış katmanda ise, bu değerlerin ifade edildiği semboller, törenler, masallar, lisan vs. yer alır (Bozkurt, 1996 akt. Koyuncu, 2009).

Kültür dayanıklılığın nasıl tanımlandığı konusunda birçok rol oynamaktadır (Theron, Liebenberg ve Ungar, 2015 s.5).

Birçok gelişim araştırmacısı tarafından dayanıklılık, çocuğun davranışının tarihsel bağlamda içinde olduğu kültürün ya da toplumun temel beklentilerini karşılayıp karşılamadığına göre ve gözlemlenebilir bir belirti temeline dayandırılarak tanımlanmaktadır. Bu toplumsal beklentiler gelişimsel kuramda “belirgin gelişimsel görevler”, “yeterlik ölçütü” veya “uygun kültürel beklentiler” diye isimlendirilmektedir (Eminağaoğlu, 2006). Bu yüzden, bu kültürel tecrübelerin, insanların stresin üstesinden gelme yollarını ne şekilde etkilediğini anlamlandırmak önemlidir (Ünüvar, 2012). Ayrıca bireyin başa çıkma stratejilerindeki seçimini etkileyecek olan mevcut kaynaklara dair değerlendirmesinde kültüre ilişkin özellikleri dikkate almasının gerekliliğine işaret edilmektedir (Tuna, 2003 akt. Rahat, 2014).

Coonor ve Davidson (2003) psikolojik dayanıklılığın farklı yaş gruplarındaki bayanların ve erkeklerin kültürel altyapılarına bağlı olarak farklı yaşam olayları karşısında farklı şekillerde ortaya koydukları çok boyutlu bir nitelik olduğunu belirten araştırmaların bulunduğunu belirtmişlerdir (akt. Batan, 2016).

Farklı kültürlerde yapılan çalışmalarda yılmaz bireylerde benzer niteliklerin bulgulanması, insanların evrimsel yeterliliklerinin ortak bir miras olarak paylaşımı ve kültürlerin insan gelişimi üzerine benzeri değerler ve beklentiler geliştirmeleri sebebiyledir (Masten, 1994 akt. Özcan, 2005).

Kültürün toplumdan kazanılan tecrübelerin bir ürünü ve öğrenilen bir süreç olduğundan hareketle, batılı kültürü diğer kültürlerden ayıran özelliğın çevreye attettikleri algılarla farklılaştığı (Aksun Kılıç, 2006) düşünülerek çevreden, tarihten doğarak kişiyi etkileyen bir faktör olduğu sonucuna varılabilir. Dayanıklılığın birey ve çevre özelliklerinin etkileşimiyle ortaya çıktığı ifade edilebilir (Bektaş ve Özben, 2016).

Çevresel şartlar değiştikçe, bireyin incinirliği veya yılmazlığı da çevreye bağlı olarak değişir (Masten, 1994 akt. Özcan, 2005). Örneğin utangaçlığın bir risk faktörü mü yoksa koruyucu bir faktör mü olduğu, utangaçlığın ortaya çıktığı bağlama göre farklılaşabilmektedir (Eminağaoğlu, 2006).

Yüksek düzeyde bir kültürel kimlik, yılmazlık faktörü olabilir. Zeka, fiziksel sağlamlık ve duygusal istikrar dayanıklılığın hammaddesi olarak görülebilir. Çoğunluğu doğuştan gelen bu niteliklerin çocuğun çevresindeki aę ile etkileşimi, kültür ve birçok pratik durum bir çocuğun ne kadar dayanıklılığını geliştireceğine karar verir (Gunnestad, 2006). Yüksek düzeyde kültürel kimliği bulunan ailelerin fertleri güvenli ve değişmez bir çevrede bulunur. Bu ailelerdeki çocuklar; yeterliliklerini öğrenme, güçlü yönlerini geliştirme şansına sahiptirler. Çocuklar, yılmazlık için temel oluşturan kültürel normlardan yararlanırlar. Aile, yaşamla ilgili alternatiflerin ortaya çıkarılması adına koruyucu ve güvenli bir ortam sağlar. Kriz durumlarında da çocuğa yardım ve destek sağlarlar. Burada aile başarısı, çocuğun krizlerle mücadele edebilmesi adına kültürel kaynaklara erişmesini sağlamak anlamına gelmektedir (Beauvais ve Oetting, 1999 akt. Özcan, 2005).

Cohler, Scott ve Musick (1995) psikolojik stresin ortaya çıkmasında kültür ve etnisitenin rolüne vurgu yaparak kültürün psikolojik gelişim ve olumsuz koşullarla etkileşimde bulunduğunu ve bu nedenle bireylerin riski farklı biçimlerde yaşadığını ileri sürmektedir. (akt. Eminağaoğlu, 2006)

Bahadır (2009) çalışmasında literatür taramasından psikolojik sağlamlığın oluşmasında etki eden bireysel, ailesel, çevresel kültürel risk faktörleri hakkında edindiği bilgileri tabloladıştırmış, *toplum tarafından damgalanma ve etnik bir grubun üyesi olma* faktörlerini kültürel risk faktörleri arasında saymıştır.

Psikolojik dayanıklılığla ilgili araştırmalarda, olumlu sonuçlara ulaşabilmek, yaşanılan topluma, tarihsel zamana ve kültürel beklentilere karşın yaşanılan sorunlarla baş edebilme becerisini gösterebilmek olarak değerlendirilmektedir (Masten ve Coatsworth, 1998 akt. Alkan, 2014).

Bahadır (2009), Psikolojik sağlamliğın oluşmasında etkili olan bireysel, ailesel, çevresel ve kültürel risk faktörlerini tabloladırdığı çalışmasında ‘toplum tarafından damgalanma ve etnik bir grubun üyesi olma’ yı kültürel risk faktörleri arasında göstermiştir.

Psikolojik sağlamlık araştırmalarında, yeterliliği ya da sağlıklı uyumu tanımlamada kullanılan farklı kriterler arasında sosyal ve akademik başarının varlığı, yaşam doyumunu ve mutluluk gibi pozitif duygu, düşünce ve davranışların varlığı ya da bireyin hayatında psikopatoloji, uyumsuzluk, duygusal stres gibi riskli ve suça yönelik davranışların var olmaması gibi faktörlerin yanında üzerinde çalışılan yaş grubuna yönelik kültürel olarak istendik davranışların (gelişimsel görevler/sorumluluklar) varlığı da ifade edilmiştir (Luthar ve Cushing, 1999; Masten ve Reed, 2002 akt. Gizir, 2007). Buradan hareketle, yılmazlığın, bireyin öznel gelişim sürecinden ve parçası olduğu kültürel sistemden ayırıtılamayacağı sonucuna ulaşılabilir (Kurtoğlu, 2013)

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1.1 Araştırma Modeli

Araştırmada 25 ile 40 yaş aralığındaki yetişkinlerin psikolojik dayanıklılıkları ve alt boyutları ile benlik kurgularının ilişkisel, bireyci, toplulukçu alt boyutları arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca benlik kurgusu ile psikolojik dayanıklılığın demografik özellikler ile ilgisi de ilişkisel tarama modeli yoluyla araştırılmıştır.

“İlişkisel tarama modeli iki veya daha fazla değişken arasında birlikte değişimin varlığı veya derecesini belirlemenin amaçlandığı araştırma modelidir (...) İlişki aramalarındaki betimlemeler var olanın belli standartlara uygun ölçülerini aramaktan çok birey, nesne vb. durumlar arası ayrımların tespit edilebilmesi amacına yöneliktir (...) Tarama yöntemiyle bulunan ilişkiler gerçek bir neden- sonuç ilişkisi olarak yorumlanamaz fakat o doğrultuda bazı ipuçları vererek bir değişkendeki durumun bilinmesi halinde ötekinin yordanmasında faydalı sonuçlar sunabilir” (Karasar, 2015 s.82).

Bu çalışmada da ilişkisel tarama modeline uygun olarak psikolojik dayanıklılık ile ilişkisel – bireyci - toplulukçu benlik ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılarak veriler arasındaki ilişkileri olduğu gibi betimlemek amaçlanmıştır.

3.1.2 Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini İstanbul Avrupa yakasında ikamet eden 25- 40 yaş arası yetişkinler oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini 99 kadın 99 erkek olmak üzere 198 kişiden oluşmaktadır. Katılımcılar gönüllük esasına göre seçilmişlerdir.

Kolaylıkla Bulunabileni Örneklem (Convenience Sampling) Bir bölge söz konusu olmadığında yakın çevrede bulunan ve erişilmesi kolay, gönüllü bireyler üzerinde yapılan örneklemedir (Erkuş, 2011 s. 106).

Katılımcıların yetişkinler olarak belirlenmesinde yaşam boyu gelişim açısından ele alındığında, yetişkinlik döneminin hem kadınlar hem de erkekler için büyük değişimlerin yaşandığı bir evre olması önemli bir rol oynamaktadır. Bu dönemde yetişkinlerin hayatlarında bulunan stres yaratan engelleyici olaylarla başa çıkabilmesi, travmalardan yeniden toparlanmış olarak hatta eskisinden de güçlü çıkabilmesi son derece önemli bir işleve sahiptir (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014). Bununla beraber Boanno'nun (2005) da belirttiği gibi bazı araştırmacılar psikolojik dayanıklılığın hayatın her evresinde yaşanabilecek olduğunu ve çocukluk dönemlerindeki psikolojik dayanıklılığın yetişkinlik dönemlerinden farklı olabileceğini vurgulamışlardır (akt. Bektaş ve Özben, 2016).

Bu anlamda yetişkinlerin psikolojik dayanıklılıklarında rol oynayan koruyucu, önleyici ve risk faktörleriyle beraber diğer ilişkili değişkenlerin incelenmesi önem arz etmektedir.

3.1.3 Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu dışında aşağıdaki ölçekler uygulanmıştır:

1. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (Basım ve Çetin, 2011)
2. İlişkisel- Bireyci – Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) (Ercan, 2011)

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Katılımcının cinsiyet, yaş, eğitim durumu, anne- baba eğitim durumu ve yaşadığı ilçe ile çalışma ve aylık gelir bilgileri istenmektedir.

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Friberg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiştir. 'Kişisel güç', 'yapısal stil', sosyal yeterlilik', 'aile uyumu' ve 'sosyal kaynaklar' boyutlarından oluşmaktadır. Daha sonra yaptıkları bir çalışmada

Friborg ve arkadaşları (2005) ölçeğin altı boyutlu yapısıyla psikolojik dayanıklılık modelinin daha iyi açıklandığını görmüşlerdir. Friborg ve arkadaşlarının (2005) bu çalışmasında ‘kişisel güç’ boyutu ‘kendilik algısı’ ve ‘gelecek algısı’ olarak ikiye ayrılmış, toplam altı boyutlu bir yapı ortaya çıkarılmıştır (Basım ve Çetin, 2011).

Çalışmanın Türkçe’ye uyarlanması ile geçerlilik ve güvenirlik analizi Basım ve Çetin (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin kabul edilebilir düzeyde geçerli ve güvenilir olduğu bulgulanmıştır.

Ölçek 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte, maddelerin seçiminde önyargılı değerlendirmelerden kaçınmak için, olumlu ve olumsuz özelliklerin farklı taraflarda konumlandırıldığı, yanıtlar için ise beş farklı kutucuğun bulunduğu bir biçim kullanılmaktadır (Basım ve Çetin, 2010). Tersine maddeler ters puanlama yöntemiyle hesaplanacak olup puanların yüksekliği psikolojik dayanıklılığın yüksekliğine işaret etmektedir.

İlişkisel- Bireyci- Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC)

Kashima ve Hardie (2000) tarafından ilişkisel, bireyci ve toplulukçu benlik yönlerini değerlendirmek için geliştirilen ölçeğin uyarlama çalışması Ercan (2011) tarafından yapılmıştır.

Ölçek, birbirini takip eden ve her biri üç benlik yönünü yansıtan maddeler bulduran 10 soru (toplam 30 madde) içermektedir. Yedili likert tipinde bir ölçektir (1= Kesinlikle katılmıyorum, 7= Tamamen katılıyorum). Her bir alt ölçekten alınabilir puanlar 10 ile 70 aralığında değişmektedir. Alt ölçek puanları bireyin durumsal bir dağılım karşısında her bir benlik yöneliminin genel derecesini ifade etmektedir (Ercan, 2011). Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır.

Ercan (2011) tarafından ölçeğin güvenirliğini test edebilmek için Cronbach Alpha ve test-tekrar test güvenirlik analizleri, geçerliliğini değerlendirmek için dil ve yapı geçerliliği çalışmaları yapılmıştır. Değerler kabul edilebilir düzeyde bulgulanmıştır.

3.1.4 Verilerin Toplanması

Verilerin toplanması İstanbul Avrupa yakasında yapılmıştır. Çalışmada 25- 40 yaş arası yetişkinlerden gönüllülük esasına göre ölçekler uygulanmıştır. Ölçekler uygulanmadan önce Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu yönergesince hem yazılı hem birebir bilgilendirme yapılmıştır.

Ölçeğin uygulanması 20- 25 dakika sürmüştür. Doldurulan ölçeklerden birden fazla seçenek işaretlenmiş veya boş bırakılmış olanlar geçersiz sayılmıştır.

3.1.5 Verilerin Analizi

İstatistiksel değerlendirmeler SPSS For Windows 15.00 paket programı ile yapılmıştır. Ölçeklere güvenilirlik analizi uygulanmış olup, veriler normal dağılım varsayımları dikkate alınarak değerlendirilmiş olup, normal dağılım gösteren verilerin analizinde parametrik test teknikleri, normal dağılım göstermeyen verilerin analizinde ise non-parametrik test teknikleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki düzeyleri için Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde, araştırma grubunun sosyodemografik özellikleri ve ölçek puanlarına dair bulgulara yer verilmiştir.

4.1.3 Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Güvenilirlik Analizi

Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği güvenilirlik analiz sonuçları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 3 Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Güvenilirlik Analiz Sonuçları

Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonu	Madde Çıktığında Cronbach's Alpha
PDÖ.1	0,39	0,86
PDÖ.2	0,36	0,86
PDÖ.3	0,34	0,86
PDÖ.4	0,30	0,87
PDÖ.5	0,15	0,87
PDÖ.6	0,17	0,87
PDÖ.7	0,34	0,87
PDÖ.8	0,49	0,86
PDÖ.9	0,31	0,87
PDÖ.10	0,29	0,87
PDÖ.11	0,46	0,86
PDÖ.12	0,51	0,86
PDÖ.13	0,51	0,86
PDÖ.14	0,53	0,86
PDÖ.15	0,40	0,86
PDÖ.16	0,33	0,87
PDÖ.17	0,29	0,87
PDÖ.18	0,47	0,86
PDÖ.19	0,34	0,86
PDÖ.20	0,39	0,86
PDÖ.21	0,41	0,86
PDÖ.22	0,41	0,86
PDÖ.23	0,54	0,86
PDÖ.24	0,54	0,86
PDÖ.25	0,41	0,86
PDÖ.26	0,33	0,86
PDÖ.27	0,36	0,86

PDÖ.28	0,41	0,86
PDÖ.29	0,46	0,86
PDÖ.30	0,36	0,86
PDÖ.31	0,45	0,86
PDÖ.32	0,21	0,87
PDÖ.33	0,42	0,86
Cronbach's Alpha=0,87		

Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin iç tutarlığını hesaplamak amacıyla Cronbach Alfa değerleri ve madde toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Hesaplanan madde toplam korelasyonları 0,15 ile 0,54 arasında değişmektedir. Güvenilirlik düzeyini belirlemek için yapılan analizde Cronbach Alpha değeri 0,87 olarak hesaplanmıştır. Bu değer kabul edilebilir düzeyde olduğu gözlenmiştir.

Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarının Güvenilirlik Analizi

Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutlarının güvenilirlik analiz sonuçları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 4 Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Güvenilirlik Analiz Sonuçları

	Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonu	Madde Çıktığında Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha
Kendilik Algısı	PDÖ.1	0,48	0,53	0,62
	PDÖ.7	0,25	0,61	
	PDÖ.13	0,44	0,54	
	PDÖ.19	0,26	0,61	
	PDÖ.28	0,40	0,56	
	PDÖ.31	0,32	0,60	
Gelecek Algısı	PDÖ.2	0,29	0,65	0,63
	PDÖ.8	0,47	0,52	
	PDÖ.14	0,50	0,50	
	PDÖ.20	0,40	0,57	
Yapısal Stil	PDÖ.3	0,18	0,45	0,45
	PDÖ.9	0,18	0,45	
	PDÖ.15	0,30	0,33	
	PDÖ.21	0,37	0,27	
Sosyal Yeterlilik	PDÖ.4	0,20	0,65	0,63
	PDÖ.10	0,18	0,65	
	PDÖ.16	0,47	0,54	
	PDÖ.22	0,53	0,51	
	PDÖ.25	0,38	0,58	
	PDÖ.29	0,42	0,57	
Aile Uyumu	PDÖ.5	0,32	0,60	0,63
	PDÖ.11	0,32	0,59	
	PDÖ.17	0,48	0,53	
	PDÖ.23	0,30	0,60	
	PDÖ.26	0,36	0,58	
	PDÖ.32	0,37	0,58	
Sosyal Kaynaklar	PDÖ.6	0,25	0,70	0,69
	PDÖ.12	0,44	0,64	
	PDÖ.18	0,33	0,67	
	PDÖ.24	0,43	0,64	
	PDÖ.27	0,50	0,62	
	PDÖ.30	0,34	0,67	
	PDÖ.33	0,50	0,62	

Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği alt boyutlarının iç tutarlığını belirlemek amacıyla Cronbach Alfa değerleri ve madde toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Hesaplanan madde toplam korelasyonları kendilik algısı alt boyutunun 0,25 ile 0,48 arasında; gelecek algısı alt boyutunun 0,29 ile 0,50 arasında; yapısal stil alt boyutunun 0,18 ile 0,37 arasında; sosyal yeterlilik alt boyutunun 0,18 ile 0,53 arasında; aile uyumu alt boyutunun 0,30 ile 0,48 arasında; sosyal kaynaklar alt boyutunun 0,25 ile 0,50 arasında değişmektedir. Güvenilirlik düzeyini belirlemek için yapılan analizde Cronbach Alpha değeri kendilik algısı alt boyutunun 0,62, gelecek algısı alt boyutunun 0,63, yapısal stil alt boyutunun 0,45, sosyal yeterlilik alt boyutunun 0,63, aile uyumu alt boyutunun 0,63 ve sosyal kaynaklar alt boyutunun 0,69 hesaplanmıştır.

4.1.4 İlişkisel – Bireyci - Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Güvenilirlik Analizi

İlişkisel-bireyci-toplulukçubenlik ölçeği (RIC) güvenilirlik analiz sonuçları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 5 İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Güvenilirlik Analiz Sonuçları

İlişkisel-Bireyci- Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC)	Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonu	Madde Çıktığında Cronbach's Alpha
RIC.1	0,87	0,98
RIC.2	0,87	0,98
RIC.3	0,71	0,98
RIC.4	0,90	0,98
RIC.5	0,89	0,98
RIC.6	0,80	0,98
RIC.7	0,79	0,98
RIC.8	0,87	0,98
RIC.9	0,84	0,98
RIC.10	0,91	0,98
RIC.11	0,88	0,98
RIC.12	0,84	0,98
RIC.13	0,86	0,98
RIC.14	0,83	0,98
RIC.15	0,83	0,98
RIC.16	0,59	0,98
RIC.17	0,88	0,98
RIC.18	0,79	0,98
RIC.19	0,82	0,98
RIC.20	0,87	0,98
RIC.21	0,80	0,98
RIC.22	0,73	0,98
RIC.23	0,60	0,98
RIC.24	0,65	0,98
RIC.25	0,74	0,98
RIC.26	0,70	0,98
RIC.27	0,65	0,98
Cronbach's Alpha=0,98		

Ölçeğin iç tutarlığını hesaplamak amacıyla Cronbach Alfa değerleri ve madde toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Hesaplanan madde toplam korelasyonları 0,59 ile 0,91 arasında değişmektedir. Ölçeğin güvenilirlik düzeyini belirlemek üzere yapılan analizde Cronbach Alpha değeri 0,98 hesaplanmıştır. Bu değer kabul edilebilir düzeyde olduğu gözlenmiştir.

İlişkisel-bireyci-toplulukçu benlik ölçeği (RIC) alt boyutlarının güvenilirlik analiz sonuçları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 6 İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Bireycilik Alt Boyutuna Yönelik Güvenilirlik Analiz Sonuçları

	İlişkisel-Bireyci- Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Alt Boyutları	Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonu	Madde Çıktığında Cronbach's Alpha	Cronbach' s Alpha
Bireycilik	RIC.1	0,88	0,95	0,96
	RIC.4	0,91	0,95	
	RIC.7	0,83	0,95	
	RIC.10	0,89	0,95	
	RIC.13	0,86	0,95	
	RIC.16	0,61	0,96	
	RIC.19	0,85	0,95	
	RIC.22	0,75	0,95	
	RIC.25	0,77	0,95	
İlişkisel	RIC.2	0,87	0,94	0,95
	RIC.5	0,88	0,94	
	RIC.8	0,83	0,95	
	RIC.11	0,86	0,95	
	RIC.14	0,80	0,95	
	RIC.17	0,88	0,94	
	RIC.20	0,87	0,94	
	RIC.23	0,58	0,96	
	RIC.26	0,71	0,95	
Toplulukçuluk	RIC.3	0,75	0,94	0,94
	RIC.6	0,84	0,93	
	RIC.9	0,82	0,93	
	RIC.12	0,83	0,93	
	RIC.15	0,77	0,94	
	RIC.18	0,84	0,93	
	RIC.21	0,76	0,94	
	RIC.24	0,68	0,94	
	RIC.27	0,73	0,94	

Ölçeğin iç tutarlığını hesaplamak amacıyla Cronbach Alfa değerleri ve madde toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Hesaplanan madde toplam korelasyonları ilişkisel-bireyci-toplulukçu bireycilik alt boyutunun 0,61 ile 0,91 arasında; ilişkisellik alt boyutunun 0,58 ile 0,88 arasında; toplulukçuluk alt boyutunun 0,68 ile 0,84 arasında değişmektedir. Ölçeğin güvenilirlik düzeyini belirlemek için yapılan analizde Cronbach Alpha değeri bireycilik alt boyutunun 0,96, ilişkisellik alt boyutunun 0,95 ve

toplulukçuluk alt boyutunun 0,94 olarak hesaplanmıştır. Bu değerlerin kabul edilebilir düzeyde olduğu gözlenmiştir.

4.1.5 Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Araştırma grubunun sosyo-demografik özelliklerine dair istatistiksel veriler Tablo 7’de yer almaktadır.

Tablo 7 Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Dağılımlar

N=198		n	%
Cinsiyet	Kadın	99	50
	Erkek	99	50

Araştırma grubunun cinsiyet dağılımlarına baktığımızda; 99 (%50) kadın, 99 (%50) erkek olduğu gözlenmiştir.

4.1.6 Tanımlayıcı İstatistikler

İlişkisel-bireyci-toplulukçu benlik ölçeği (RIC) alt boyut, yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği ve alt boyut puanlarının normal dağılım gösterip göstermediği test edilmiş olup tanımlayıcı istatistikleri hakkında bilgiler Tablo 8’de bulunmaktadır.

Tablo 8 . İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Alt Boyut, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Alt Boyut Puanları İle İlgili Tanımlayıcı İstatistikler

N=198		Ort.	S. Sapma	Min.	Max.	P
İlişkisel-Bireyci- Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC)	Bireycilik	30,42	17,28	9	63	0,00
	İlişkisellik	31,09	16,82	9	63	0,00
	Toplulukçuluk	32,92	15,70	9	63	0,00
Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	Kendilik Algısı	23,26	4,22	13	30	0,00
	Gelecek Algısı	15,07	3,46	4	20	0,00
	Yapısal Stil	14,38	3,35	6	20	0,00
	Sosyal Yeterlilik	22,57	4,71	10	30	0,00
	Aile Uyumu	22,01	4,73	10	30	0,00
	Sosyal Kaynaklar	27,45	5,16	11	35	0,00
	Psikolojik Dayanıklılık	124,73	18,51	78	165	0,20*

*p>0,05

P= Kolmogorov-Smirnov Test Sonucu

Bireycilik puan ortalamasının 30,42 olduğu, ilişkisellik puan ortalamasının 31,09 olduğu, toplulukçuluk puan ortalamasının 32,92 olduğu gözlenmiştir. Yapılan Kolmogorov-Smirnov normallik test sonucuna göre bireycilik, ilişkisellik ve

toplulukçuluk alt boyut puanlarının normal dağılım göstermediği sonucuna varılmıştır (p<0,05).

Kendilik algısı puan ortalamasının 23,26 olduğu, gelecek algısı puan ortalamasının 15,07 olduğu, yapısal stil puan ortalamasının 14,38 olduğu, sosyal yeterlilik puan ortalamasının 22,57 olduğu, aile uyumu puan ortalamasının 22,01 olduğu, sosyal kaynaklar puan ortalamasının 27,45 olduğu ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık puan ortalamasının 124,73 olduğu gözlenmiştir. Yapılan Kolmogorov-Smirnov normallik test sonucuna göre kendilik algısı, gelecek yapısı, sosyal yeterlilik, aile uyumu, sosyal kaynaklar alt boyut puanlarının normal dağılım göstermediği (p<0,05), yetişkinler için psikolojik dayanıklılık puanlarının normal dağılım gösterdiği (p>0,05) gözlenmiştir.

4.1.7 Korelasyon Analizi

Araştırma grubunun yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği ve alt boyut puanları ile ilişkisel-bireyci-toplulukçu benlik ölçeği (RIC) alt boyut puanları arasındaki ilişki düzeylerini içeren korelasyon analiz sonuçları aşağıda bulunmaktadır.

Tablo 9 . İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Alt Boyutları ile Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişki Düzeyleri

	N=198	İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC)			
		Bireycilik İlişkisel Toplulukçuluk			
		r	P		
Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	Kendilik Algısı	r	-0,20	-0,09	-0,10
		P	0,006*	0,23	0,15
	Gelecek Algısı	r	-0,09	0,00	-0,01
		P	0,20	0,96	0,92
	Yapısal Stil	r	-0,06	-0,01	0,01
		P	0,43	0,93	0,90
	Sosyal Yeterlilik	r	-0,09	-0,10	-0,11
		P	0,22	0,17	0,14
	Aile Uyumu	r	-0,04	-0,15	-0,20
		P	0,63	0,04**	0,00*
	Sosyal Kaynaklar	r	-0,25	-0,29	-0,29
		P	0,00*	0,00*	0,00*
	Psikolojik Dayanıklılık	r	-0,16	-0,15	-0,17
		P	0,03**	0,03**	0,02**

*p<0,01 ; **p<0,05

Bireycilik puanları ile:

- Bireycilik ile kendilik algısı puanları arasında negatif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=-0,20$; $p<0,01$).
- Bireycilik ile gelecek algısı puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,09$; $p>0,05$).
- Bireycilik ile yapısal stil puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,06$; $p>0,05$).
- Bireycilik ile sosyal yeterlilik puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,09$; $p>0,05$).
- Bireycilik ile aile uyumu puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,04$; $p>0,05$).
- Bireycilik ile sosyal kaynaklar puanları arasında negatif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=-0,25$; $p<0,01$).
- Bireycilik ile psikolojik dayanıklılık puanları arasında negatif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=-0,16$; $p<0,05$).

İlişkiselik puanları ile:

- İlişkiselik ile kendilik algısı puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,09$; $p>0,05$).
- İlişkiselik ile gelecek algısı puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=0,00$; $p>0,05$).
- İlişkiselik ile yapısal stil puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,01$; $p>0,05$).
- İlişkiselik ile sosyal yeterlilik puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,10$; $p>0,05$).
- İlişkiselik ile aile uyumu puanları arasında negatif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=-0,15$; $p<0,05$).

- İlişkisellik ile sosyal kaynaklar puanları arasında negatif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=-0,29$; $p<0,01$).
- İlişkisellik ile psikolojik dayanıklılık puanları arasında negatif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=-0,15$; $p<0,05$).

Toplulukçuluk puanları ile:

- Toplulukçuluk ile kendilik algısı puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,10$; $p>0,05$).
- Toplulukçuluk ile gelecek algısı puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,01$; $p>0,05$).
- Toplulukçuluk ile yapısal stil puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=0,01$; $p>0,05$).
- Toplulukçuluk ile sosyal yeterlilik puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($r=-0,11$; $p>0,05$).
- Toplulukçuluk ile aile uyumu puanları arasında negatif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,20$; $p<0,01$).
- Toplulukçuluk ile sosyal kaynaklar puanları arasında negatif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,29$; $p<0,01$).
- Toplulukçuluk ile psikolojik dayanıklılık puanları arasında negatif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,17$; $p<0,05$).

Cinsiyete Göre İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Alt Boyut, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

Sosyo-demografik özelliklerine göre ilişkisel-bireyci-toplulukçu benlik ölçeği (RIC) alt boyut, yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği ve alt boyut puanlarının farklılık gösterip göstermediğine dair değerlendirme sonuçları aşağıda bulunmaktadır.

Cinsiyete Göre Puanların Karşılaştırılması

Araştırma grubunun cinsiyetlerine göre ilişkisel-bireyci-toplulukçu benlik ölçeği (RIC) alt boyut, yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği ve alt boyut puanlarının farklılık gösterip göstermediği değerlendirilmiş olup sonuçlara aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 10 Cinsiyete Göre İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC) Alt Boyut, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

	N=198	Cinsiyet	n	Ort./Sıra Ort.	Test İst.	P
İlişkisel- Bireyci- Toplulukçu Benlik Ölçeği (RIC)	Bireycilik	Kadın	99	Sıra 91,39	Z -1,993	0,046*
		Erkek	99	Ort. 107,61		
	İlişkisel	Kadın	99	Sıra 90,64	Z -2,178	0,03*
		Erkek	99	Ort. 108,36		
	Toplulukçuluk	Kadın	99	Sıra 91,82	Z -1,886	0,06
		Erkek	99	Ort. 107,18		
Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	Kendilik Algısı	Kadın	99	Sıra 94,01	Z -1,353	0,18
		Erkek	99	Ort. 104,99		
	Gelecek Algısı	Kadın	99	Sıra 98,82	Z -0,168	0,87
		Erkek	99	Ort. 100,18		
	Yapısal Stil	Kadın	99	Sıra 99,49	Z -0,001	1,00
		Erkek	99	Ort. 99,51		
	Sosyal Yeterlilik	Kadın	99	Sıra 101,74	Z -0,552	0,58
		Erkek	99	Ort. 97,26		
	Aile Uyumu	Kadın	99	Sıra 102,02	Z -0,620	0,54
		Erkek	99	Ort. 96,98		
	Sosyal Kaynaklar	Kadın	99	Sıra 111,10	Z -2,854	0,00*
		Erkek	99	Ort. 87,90		
Psikolojik Dayanıklılık	Kadın	99	Ort. 125,99	T 0,956	0,34	
	Erkek	99	Ort. 123,47			

*p<0,05

Z=Mann Whitney U Testi
T=Bağımsız Örneklem T Testi

Erkeklerin ilişkisel, bireycilik, toplulukçuluk puanlarının kadınların puanlarından daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Analiz sonucu doğrultusunda araştırma grubunun cinsiyetlerine göre bireycilik ve ilişkisel puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği (p<0,05); toplulukçuluk puanlarının anlamlı bir farklılık göstermediği gözlenmiştir (p>0,05).

Erkeklerin kendilik algısı, gelecek algısı, yapısal stil puanlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu; sosyal yeterlilik, aile uyumu, sosyal kaynaklar ve psikolojik dayanıklılık puanlarının kadınlara göre daha düşük olduğu gözlenmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre araştırma grubunun cinsiyetlerine göre kendilik algısı, gelecek algısı, yapısal stil, sosyal yeterlilik, aile uyumu, psikolojik dayanıklılık puanlarının anlamlı bir

farklılık göstermediği ($p>0,05$); sosyal kaynaklar puanlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği ($p<0,05$) gözlenmiştir. Psikolojik dayanıklılık sosyal kaynaklar alt boyutunun cinsiyete göre farklılaştığı bulgulanmıştır.



BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmamızın üç alt problemi; benlik kurgularının sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşması, psikolojik dayanıklılığın sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşması, İlişkisel – Bireyci – Toplulukçu Benlik ile Psikolojik Dayanıklılık arasındaki ilişki tartışılmıştır.

5.1.1 İlişkisel – Bireyci - Toplulukçu Benlik Kurgularının Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

Bu bölümde yetişkinlerin psikolojik dayanıklılıkları ve psikolojik dayanıklılıklarının kendilik algısı, gelecek algısı, yapısal stil, sosyal yeterlilik, aile uyumu, sosyal kaynaklar alt boyutları ile ilişkisel-bireyci- toplulukçu benlik kurguları arasındaki ilişkinin incelenmesi ile sosyodemografik değişkenlere ilişkin farklılaşmanın incelenmesine dair bulgular tartışılacaktır.

Kadınların ve erkeklerin yetiştirilme tarzlarında aile içi ve toplumsal bakış açısı farklılıklarının olduğu bilinmektedir. Çalışmalarda benlik kurgularının kadınlar ve erkeklere göre farklılaştığı bulgulanmıştır. Yetişkinlerin benlik kurgusu puanları erkek katılımcılarda kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Bireycilik ve ilişkisellik alt boyutları cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık gösterirken toplulukçuluk alt boyutu cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Ercan (2011) çalışmasında bireycilik, ilişkisellik, toplulukçuluk boyutlarından bireycilik ile ilişkiselliğin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini bulgulanmıştır. Kadınların bireycilik (53.91) puanları ile ilişkisellik (50.83) puanları erkeklere göre daha yüksektir.

Koç Yıldırım (2014) da ergenler ile yaptığı çalışmasında özerklik alt boyutunda erkeklerin puan ortalamasını 19,33 ile daha yüksek bulunmuştur. İlişkisel alt boyutu puanlarının ortalamalarının, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ve kızların puan ortalamasının (36,68) daha yüksek olduğu, özerk ilişkisellik boyutunda da anlamlı bir farklılık olduğu ve kızların puan ortalamasının (14,43) erkeklerin puan ortalamasından (13,76) daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Özdemir (2009) de ergenlerle

yürüttüğü çalışmasında özerk- ilişkisel benlik kurgusunu yordamada cinsiyeti anlamlı bir değişken olarak bulgulamıştır. Söz konusu çalışmada özerk-ayrık benlik kurgusu puanlarında kızların ortalaması (17.10) erkeklerin (16.82) ortalamasından daha yüksek çıkmıştır.

Ercan (2008) ise genç yetişkinlerle yaptığı çalışmasında bireycilik ve ilişkisellik puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini bulgulamıştır. Söz konusu çalışmada analiz sonuçlarına göre katılımcıların bireycilik ve ilişkisellik puanları, cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Kadınların bireycilik (54.56) ve ilişkisellik (53.86) puanları, erkeklerin bireycilik (53.03) ve ilişkisellik (52.38) puanlarından yüksektir. Toplulukçuluk puanlarında ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Başay (2015) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü çalışmasında bireycilik, toplulukçuluk ve ilişkisellik alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık olduğunu bulgulamıştır. Çalışmada kızların bireyci, ilişkisel ve toplulukçu benlik yapısı alt ölçeği puanlarının sıralamasının erkeklerden daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Bahsi geçen çalışmalar ile bu çalışmaların farklılığı literatürdeki kavramsal farklılık dışında erkeklerin puanlarının daha yüksek çıkmış olmasıdır. Diğer bir farklılık ise Başay'ın (2015) çalışmasından farklı olarak toplulukçuluk alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunmamış olmasıdır.

5.1.2 Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutları ile Sosyodemografik Değişkenlerin Farklılaşmasının İncelenmesi

Psikolojik Dayanıklılık puanlarıyla demografik değişkenlerden cinsiyet arasındaki ilişki incelendiğinde psikolojik dayanıklılık puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı, psikolojik dayanıklılığın sosyal kaynaklar alt boyutunun cinsiyete göre farklılaştığı bulgulanmıştır. Kadınların psikolojik dayanıklılık puan ortalamasının erkeklerden daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Kadınların sosyal yeterlilik, aile uyumu ve sosyal kaynaklar alt boyutlarında erkeklerden daha yüksek puan ortalamasının olduğu bulgulanmıştır. Erkeklerin kendilik algısı, gelecek algısı ve yapısal stil alt boyutlarında puan ortalamalarının kadınlardan daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Oktan (2008) ergenlerle yaptığı çalışmada kızların psikolojik sağlık puanı ile erkeklerin psikolojik sağlık puanları arasında anlamlı bir fark bulgulamış, söz konusu farklılık kızların puan

ortalamasının erkeklerin puan ortalamasından anlamlı derecede yüksek olduğu şeklinde bulgulanmıştır. Önder ve Gülay (2008) ilköğretim sekizinci sınıf öğrencileriyle yaptıkları çalışmada kızlar ile erkeklerin psikolojik sağlıklarının cinsiyete göre farklılaştığını, kızların psikolojik sağlık puanlarının erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğunu bulgulanmıştır. Bahadır (2009) hemşirelik öğrencileri ile yaptığı çalışmada erkekler ile kızların psikolojik sağlık puanlarının erkekler lehine farklılaştığını bulgulanmıştır. Bozgeyikli ve Şat (2014) öğretmenlerde psikolojik dayanıklılığın cinsiyete göre farklılaştığını, sonucun kadın öğretmenler lehine olduğunu bulgulanmışlardır. Özcan (2005), lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada kızların yılmazlık puanları ile erkeklerin yılmazlık puanları arasında anlamlı bir farklılık bulgulanmamıştır. Bektaş ve Özben (2016), erkeklerin ve kadınların psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı bir farklılık bulgulanmamıştır. Bulgu, çalışmamızın sonucuyla benzerlik göstermektedir. Çalışmamızda kadınların psikolojik dayanıklılık puanının daha yüksek olduğu bulgusu kadınların çok daha fazla toplumsal beklentiyle başa çıkmak (Önder ve Gülay, 2008) zorunda kalması ve bu doğrultuda mücadele azminin daha fazla gelişmesi ile açıklanabilir.

Gürkan (2014a) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmasında kadınların yılmazlık puanları ile erkeklerin yılmazlık puanları arasında anlamlı bir farklılık bulgulanmamıştır. Erkeklerin yılmazlık puan ortalaması kadınların yılmazlık puan ortalamasından daha yüksek olarak bulgulanmıştır. Sezgin (2016) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada kadınların psikolojik sağlık seviyesi ile erkeklerin psikolojik sağlık seviyesi arasında anlamlı bir fark bulgulanmış, erkeklerin psikolojik sağlık puan ortalamasını kadınların psikolojik sağlık puan ortalamasından daha yüksek bulmuştur. Toprak (2014) ergen örneklem grubu ile çalışmasında psikolojik sağlamlığın cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta olduğunu, erkeklerin puanının kızlardan daha yüksek olduğunu bulgulanmıştır. Bolat (2013) üniversite öğrencileri ile çalışmasında psikolojik sağlık toplam puanında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulgulanmamış, toplam puanda kızların ortalamasının erkeklerden daha yüksek olduğunu bulgulanmıştır. Kararımak ve Güloğlu (2014) deprem mağduru bireylerin psikolojik sağlıklarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulmamıştır. Gürkan ve Dursun (2013) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada kadınlar ile erkeklerin yılmazlık düzeyleri arasında erkekler lehine anlamlı farklılık

bulgulamıştır. Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu (2015) da kadın ve erkek hemşirelik öğrencileriyle yaptıkları çalışmada kadınların psikolojik dayanıklılık düzeyi ile erkeklerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin anlamlı derecede farklılaştığını ve bu farklılaşmanın kadınların lehine olduğunu bulgulamışlardır. Aydoğdu (2013) çalışmasında kadınların ve erkeklerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığını bulgulamıştır. İlgili çalışmada erkeklerin puan ortalaması kadınlara göre daha yüksek olarak bulgulanmıştır. Sezgin (2012) öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları üzerine yaptığı çalışmasında kadınlar ile erkeklerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin farklılaşmadığını bulgulamıştır. Söz konusu çalışmada kadınların psikolojik dayanıklılık puan ortalaması erkeklere göre oldukça az bir farkla yüksek çıkmıştır. Toprak (2014) ergenler ile yaptığı çalışmada psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre farklılaştığını, farklılığın erkekler lehine olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Akova ve Bayezit (2015) demografik değişkenlere göre psikolojik dayanıklılığı incelediği çalışmada kadınların kendilik algısı ve aile uyumu puanlarını erkeklerin kendilik algısı ve aile uyumu puanlarından, erkeklerin yapısal stil puanları, kadınların yapısal stil puanlarından anlamlı bir farkla yüksek bulunmuştur.

Erkeklerin psikolojik dayanıklılık puanlarının daha yüksek çıktığı çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda erkeklerin askerlik, ev geçindirme beklentisini karşılama, daima gücü temsil etme beklentisini karşılama gibi toplumsal algılara maruz kaldıkları ve bununla başa çıkma becerisi kazandıkları düşünülebilir.

Çalışmamızdaki sonuca ve çalışmalardaki sonuçların geneline bakıldığında psikolojik dayanıklılığın cinsiyete göre gelişen bir özellik olmadığı söylenebilir. Psikolojik dayanıklılığın cinsiyete göre farklılaşan alt boyutu olan sosyal kaynaklar alt boyutu incelendiğinde kadınların puanının erkeklerden anlamlı düzeyde farklılaştığı bulgulanmıştır. Psikolojik dayanıklılığın sosyal kaynaklar boyutunu oluşturan maddelere baktığımızda bunlar 6., 12., 18., 24., 27., 30., 33. Maddelerdir.

Şekil 5 Psikolojik dayanıklılığın sosyal kaynaklar alt boyutunu ölçen maddeler (Basım ve Çetin, 2011)

6. Kişisel konuları ...	
Hiç kimseyle tartışmam	Arkadaşlarımla/Aile-üyeleriyle tartışabilirim
12. Beni ...	
Bazı yakın arkadaşlarım/aile üyelerim cesaretlendirebilir	Hiç kimse cesaretlendiremez
18. Arkadaşlarımla arasındaki ilişkiler ...	
Zayıftır	Güçlüdür
24. Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında...	
Bana hemen haber verilir	Bana söylenmesi bir hayli zaman alır
27. Destek alırım	
Arkadaşlarımdan/aile üyelerinden	Hiç kimseden
30. İhtiyacım olduğunda ...	
Bana yardım edebilecek kimse yoktur	Her zaman bana yardım edebilen birisi vardır
33. Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri ...	
Yeteneklerimi beğenirler	Yeteneklerimi beğenmezler

Maddelere bakıldığında arkadaşlık, yardım, aile ve yakınlardan destek alma konularıyla ilişkilenen maddelerdir. “Rogers (1981), kişinin güvenilir bir ilişkide kendini açmasının, kendisini anlamaya yönelik önemli bir adım olduğunu söyler (...). Bununla beraber kadınlar arkadaşlarıyla beraberken belirli sınırlar içinde kendilerini açığa vurmakta erkeklere göre daha özgürdürler” (Burger, 2006). Terzi (2008) dayanıklılık düzeyi yüksek bireylerin sahip oldukları sosyal destek kaynakları ve başa çıkma stratejilerini aktif olarak kullandığını, dayanıklılık düzeyi düşük bireylerin ise sosyal destek eksikliği hisseden ve kaçınma başa çıkma stratejisini kullanan bireyler olduklarını bulgulamıştır. Erkan, Özbay, Cihangir- Çankaya ve Terzi (2012) çalışmalarında kadınların psikolojik yardım alma gönüllülüğü puanının erkeklerinkinden anlamlı düzeyde farklılaştığını, kadınların problem durumu puanlarının daha az olduğu halde psikolojik yardım alma gönüllülüğünün erkeklerden daha yüksek olduğunu bulgulamışlardır. Werner (1993) yaptığı boylamsal çalışmada kızların erkeklere oranla daha güvenli ilişkileri olduğunu, benlik saygısı olan ve özerk olduklarını, kendilerine daha çok güvenen, empati kurabilen, yardım alan, daha güvenilir iletişim kuran,

başkalarını daha iyi anlayan ve problem çözmekte daha başarılı olduklarını bulgulamıştır (akt. Gündaş, 2013). Buradan da yola çıkarak kadınların psikolojik sağlamlıklarının sosyal kaynaklar alt boyutunda lehine bir anlamlı farklılaşma olmasında çalışmamızla benzer bir yön bulgulanmıştır denebilir. Bununla beraber kadınların sosyal yeterlilik ve aile uyumu alt boyutlarında da daha yüksek puan alması da bahsi geçen araştırmalarla tutarlı nitelikte bir sonuçtur.

5.1.3 İlişkisel - Bireyci – Toplulukçu Benlik Kurgusu İle Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulguların İncelenmesi

Bireycilik ile Psikolojik dayanıklılığın kendilik algısı, sosyal kaynaklar boyutu ve psikolojik dayanıklılık toplam puanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Psikolojik dayanıklılığın diğer alt boyutları ile bireycilik arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu durum bireycilik arttıkça sosyal kaynakların azaldığı, bireycilik arttıkça kendilik algısının düştüğü, bireycilik arttıkça psikolojik dayanıklılığın azaldığı veya psikolojik dayanıklılık arttıkça bireyciliğin azaldığı, kendilik algısı arttıkça bireyciliğin azaldığı veya sosyal kaynaklar arttıkça bireyciliğin azaldığı şeklinde yorumlanabilir. Gündaş (2013) lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk ilişkisel benlik arasında anlamlı ilişki olduğunu bulgulanmıştır. Koç Yıldırım (2014) Özerk- İlişkisel Benlik Özerklik alt boyutu ile Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Aile desteği alt boyutu ve Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği toplam puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulgulanmıştır. Bu anlamda çalışmamızın sonucu ile paralellik gösteren yönleri bulunmaktadır. Bireycilik eğilimi araştırma ve yayınlarda da belirttiğimiz gibi modernizm ile beraber gelen bir eğilimdir. Büyük kentlere göç, artan sanayileşme, yaygın medya etkisi, çekirdek aile ve bunlara bağlı olarak bireysel düzeyde yüksek bağımsızlık ve özerklik ihtiyacı, kendine yeterlilik, hedeflerin bireysel ihtiyaçlarca belirlenmesi bireyci göstergelerdir (Göregenli, 2014). Tocqueville bireycilik için “Herkes kendisinden başka herkesin kaderine yabancıymışçasına davranıyor (...) Diğer yurttaşlarla ilişkilerine değinirsek, onların aralarına karışıyor da olsa onları görmüyor; onlara dokunuyor fakat hissetmiyor, yalnızca kendi içinde ve kendisi için yaşıyor. Bu koşullarda aklında belli bir aile hissi kalsa bile artık bir toplum hissi kalmıyor” ifadesini dile getirmiştir (Sennett, 2013 akt. Değirmen,

2014). Bireycilik eğilimi arttıkça sosyal kaynakların azalması beklenen bir durum olsa da bireyin, örgütlü sosyal bir oluşumda bulunmadan, kendine yetebilmesi de mümkün değildir (Hobbes, 2012 akt. Oktuğ ve Özden, 2013). Kişilerarası pozitif bağlantıların varlığı, bireyin stresli yaşam olaylarına uyum sağlamasında kişiye önemli oranda destek olmaktadır (Masten & Coastworth, 1998 akt. Şahin, Yetim ve Çelik, 2012).

‘Kendilik Algısı’ ifadesi ölçekte beklenmedik bir olay olduğunda çözüm bulabilme sıklığı, kişisel problemleri çözebilme yeterliliği, yeteneklerin olduğuna dair inancı, yargı ve kararlara güvenmeyi, zor zamanlarda gösterilen eğilimi, kontrol edilemeyen olaylarla başa çıkma veya endişelenme eğilimini kapsamaktadır. Bireyciliğin kendilik algısı ile negatif yönde bir ilişkisinin olması bireycilik eğiliminin modern insanın benlik tanımı oluşu ve modern insanın hüzünden, sorunlardan kaçma eğilimi göstermesi (Sayar, 2013) ışığında ele alınabilir. Bireycilik ile Psikolojik Dayanıklılık arasında negatif yönde bir ilişkinin çıkması yorumumuzu doğrular nitelikte görünmektedir. Bununla beraber diğer alt boyutlarda psikolojik dayanıklılık ile negatif yönde bir ilişkinin olması üzerinde tartışılması gereken bir durumdur.

İlişkisellik ile aile uyumu, sosyal kaynaklar ve psikolojik dayanıklılık toplam puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Gündaş (2013) Özerk ilişki benlik ve ilişki benlik ile psikolojik sağlık arasında anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Koç Yıldırım (2014) Özerk İlişki Benlik Ölçeği Özerk-İlişkisellik alt boyutu ile Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Akran desteği ve Empati alt boyutu ve Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulgulanmıştır. Bu noktada Gündaş (2013) ve Koç Yıldırım’ın (2014) çalışmalarıyla çalışmamız arasında var olan kavramsal farklılık göz önünde bulundurulmalıdır. Psikologlar kültürün bireycilik–toplulukçuluk boyutunu, kültürler arası psikolojik farklılıkları izah etmek için kullanmaktadır (Ercan, 2008). Araştırmacıların kullandığı kavramlar Kağıtçıbaşı’nın yetkinlik ve kişilerarası mesafe boyutunu yansıtmaktadır (Şekil 3). Çalışmamızda yer alan ilişkisellik ifadesi bireyin yakın çevresindeki diğer bireylerle ilişkisini ve kurduğu özdeşimi ifade etmektedir (Ercan, 2011). Gündaş (2013) ve Koç Yıldırım (2014) ilişkisellik ifadesini ‘özerk olmayan’ anlamında kullanmaktadırlar. Öte yandan Sosyal Destek kavramı muhtevası düşünüldüğünde doğrudan ilişkisellik ile bağlantılı olduğu açık bir kavramdır. Olsen ve arkadaşları (1999)

engelli çocuğa sahip ailelerde psikolojik dayanıklılık ile sosyal destek arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarında, algılanan aile desteği ile psikolojik dayanıklılık arasında her iki ebeveyn aısından olumlu bir ilişki bulmuşlardır (akt. Zengin, 2013). Güngörmüş, Okanlı ve Kocabeyoğlu (2015) hemşirelik öğrencilerinin ailelerinden ve arkadaşlarından aldıkları sosyal destek ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki bulmuşlardır.

Toplulukçuluk ile aile uyumu, sosyal kaynaklar alt boyutları ve psikolojik dayanıklılık toplam puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Bu bulguya atıfta bulunulabilecek herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Toplulukçuluk toplumun beklentilerini kişisel beklentilere tercih etmeyi içerir. Günümüzün bireyi merkeze alan yapısı dūřünüldüğünde bu tutumun zorluklarla bařa çıkabilmeyi sağlamada tercih edilir olmayacağı mümkündür. Triandis-McCusker-Hui (1990), aile uyumu kavramını toplulukçuluğun nitelikleri arasında göstermişlerdir (akt. Koyuncu, 2009). Sosyal kaynaklar ile negatif yönde farklılaşmanın olması kişinin sosyal kaynaklarına bakış aısının toplulukçuluk eğilimi ile doğrudan bağlantılı olmaması yönüyle değerlendirilmelidir.

“Bununla beraber ilişkiler tüm kültürlerde önemli olsa da bireyci değerlerin egemen olduğu kültürlerle kıyasla toplulukçu değerlerin egemen olduğu kültürlerde yakın ilişkiler benliği belirlemede daha etkindir (...)” (Hortaçsu, 2012 s. 275)

Bu bilgi dikkate alındığında çalışmamızda aile uyumu ve sosyal kaynaklar alt boyutları ile toplulukçuluğun negatif yönde bir ilişki göstermesi dūřündürücüdür.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ

İlişkisel – Bireyci – Toplulukçu Benlik ile Psikolojik Dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmamızın sonuçları aşağıda belirtilmiştir.

1. Katılımcıların cinsiyet sosyodemografik değişkeni yönünden özellikleri incelendiğinde %50 kadın %50 erkek oranı vardır.
2. Katılımcıların demografik özellikleri içerisinde bulunan cinsiyeti ile ilişkisel-bireyci- toplulukçu benlik ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki incelenmiştir.
3. Katılımcıların psikolojik dayanıklılıkları ve alt boyutları ile cinsiyetleri arasında kendilik algısı, gelecek algısı, yapısal stil, sosyal yeterlilik, aile uyumu boyutları anlamlı farklılık bulunmazken sosyal kaynaklar alt boyutunda anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlenmiştir.
4. İlişkisel - Bireyci – Toplulukçu Benlik Kurguları ile cinsiyet arasındaki ilişkide bireycilik ve ilişkisellik puanlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği; toplulukçuluk puanlarının anlamlı bir farklılık göstermediği gözlenmiştir. Erkeklerin bireycilik, ilişkisellik, toplulukçuluk puanları kadınlara göre daha yüksektir.
5. Bireycilik ile psikolojik dayanıklılık, kendilik algısı sosyal kaynaklar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. İlişkisellik ile aile uyumu, sosyal kaynaklar ve psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki vardır. Toplulukçuluk ile aile uyumu, sosyal kaynaklar, psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki vardır.

ÖNERİLER

Sayar (2003), benlik kavramını insan olmanın ne olduğu sorusuna bir kültürel grubun kendi psikolojisi içinden verdiği cevap olarak açıklamış ve benliğin o kültürün insanoğlunun evrendeki konumuna, sınır, kabiliyet, ümit ve yasaklamalarının neler olduğuna dair anlayışı olarak ifade etmiştir (s.103). Benliğin kültürel bir grubun içinden ele alınışına dair anlamlandırmalardan yola çıkılarak, bu çalışmada psikolojik dayanıklılık kavramı ilişkisel – bireyci - toplulukçu benlik kurgusu ile ilişkisi bağlamında ele alınmıştır.

İstanbul'un çeşitliliği göz önünde bulundurularak İstanbul Avrupa yakasındaki gönüllüler ile gerçekleştirilen çalışmanın Türkiye'nin farklı bölgeleri ile kıyaslanarak yapılması daha genellenebilir sonuçlar elde edilmesi yönünden yararlı olacaktır.

Yaşadığımız çağın beraberinde getirdiği insanları etkileyen göç, ekonomik kriz, savaş sorunları, hastalıklar ile insanların baş etmesini arttırabilmek için psikolojik dayanıklılığın daha iyi anlaşılması okullarda, sağlık kuruluşlarında, sivil toplum örgütlerinde çalışan psikolog ve psikolojik danışmanlar için yararlı olacaktır.

Psikolojik Dayanıklılığı arttıran olumlu ekonomik, sosyal, çevresel faktörlerin ışığında geliştirilecek politikalar ve uygulanacak destek programları özellikle olumsuz deneyimler yaşamış her yaş grubundan insan için verimli sonuçlar elde edilmesini sağlayacaktır.

Özellikle literatür incelendiğinde çalışmaların daha çok çocuk ve ergenler üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Son yıllarda bazı araştırmacılar tarafından psikolojik dayanıklılığın çocukluk dönemi ile yetişkinlik döneminde farklı olabileceği ve yaşamın her aşamasında var olduğu vurgulanmıştır (Bonanno, 2005 akt. Bektaş ve Özben, 2016). Yetişkinlik döneminde bu güçlüklerle ve zorluklarla baş edebilmek adına bazı destek sistemleri ve koruyucu unsurların rolünün büyük olduğu (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014) düşünüldüğünde konuyla ilgili çalışmaların yetişkinler üzerinde yoğunlaştırılması uzmanlar için yeni bakış açıları sunacak, birey ve grup çalışmalarında yeni alıştırma ve deneylerin literatüre kazandırılmasına katkı sunacaktır.

Bireycilik modernizmle beraber etkisini arttıran, hem benlik düzeyinde hem toplumsal değişimleri daha iyi açıklamak noktasında ele alınan bir kavramdır. Dünya'nın bugün geldiği noktada bireyciliği gelişmişliğin koşulu olarak ele almak eskimiş bir anlayışı yansıtmaktadır. Bireycilik üzerinde yeniden düşünülmesi gereken bir kavramdır. Toplulukçu kültürün Doğu toplumlarında baskın olduğu belirtilmektedir (Kuyumcu, 1994). Günümüzde teknolojiyle beraber artan etkilenmişlik düzeyi bireyciliğin ve toplulukçuluğun etki alanının yeniden sorgulanarak ele alınmasını gerekli kılmaktadır. Bu anlamda yapılacak araştırmalar günümüz toplumundaki benlik kurgusu eğilimlerini anlamayı sağlayacaktır.

Kültürel değerler olarak bireycilik ve toplulukçuluk kavramlarının davranışlara yansıyan bireysel farklılıkları izah etmek amaçlı kullanımı tenkit edilmektedir (Triandis, 1995 akt. Özdemir, 2009). İlişkisellik - Bireycilik- Toplulukçuluk ile Psikolojik Dayanıklılık arasındaki ilişki noktasında çalışmamızda her bir psikolojik dayanıklılık alt boyutunda benzer sonuçlar elde etmemiz bu kavramların yeniden ele alınmasını ve farklı sosyodemografik gruplarla, farklı kavramlarla ilişkisi üzerinden yeniden çalışılmasını gerekli kılmaktadır. Araştırmacıların farklı açılardan ele aldığı bu kavramlar bireysel ve toplumsal anlamda yeni sorgulamalara zemin hazırlayacaktır.

Bununla beraber benlik, benlik kurguları ve psikolojik dayanıklılığın gelişimsel bir süreç olduğu göz önüne alındığında bu kavramlara dair ölçek ile araştırma yapmak bir sınırlılığı ortaya koymaktadır. Bu kavramları çeşitli bilimsel araştırma yöntemleriyle incelemek daha sağlıklı sonuçlar ortaya koyacaktır.

İlişkiyel, Bireyci ve Toplulukçu benlik yapıları çerçevesinden psikolojik dayanıklılığa yaklaşmak farklı kültürlerden öğrencilerin bulunduğu okullarda çalışan rehber öğretmenler, kültürel farklılıkların daha fazla ön plana çıktığı bölgelerde çalışan psikologlar için danışma sürecinin yapılandırılmasında referans olacaktır.

KAYNAKÇA

- Alkan, E., 2014, Farklı Cinsel Yönelime Sahip Bireylerin Yaşam Doyumu, Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Karşılaştırılması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Akova, O., Bayezit, T., 2015, “Psikolojik Dayanıklılık ve Demografik Faktörler Arasındaki İlişki: Kamu Çalışanlarına Yönelik Bir Araştırma”, Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 3 (2): ss. 103- 126
- Aksun Kılıç, S., 2006, “Kültürel Psikolojinin Felsefi Temelleri”, Maltepe Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Dergisi, 1 (2): ss. 5- 38
- Arıcı, N., 2013, *Güncel Psikolojik Kavramlar 1 Pozitif Psikoloji*, Ed. Ahmet Akın. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Yayınları
- Atak, H., Çok, F., 2010, “İnsan Yaşamında Yeni Bir Dönem: Beliren Yetişkinlik”, Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 17 (1): ss. 39- 50
- Atik, E. L., 2013, Liseli Ergenlerde Bağlanma Stilleri ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkide Öz-Yansıtma ve İçgörünün Rolü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi
- Aydın, B., 2010, Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zeka ve Umut Düzeyleri ile Psikolojik Sağlamlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Bacanlı, H., 1990, *Kendini Ayarlama Becerisinin Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi*. <http://toad.edam.com.tr/sites/default/files/pdf/kendini-ayarlama-olcegi-toad.pdf> adresinden erişilebilir.
- Bahadır, E., 2009, Sağlıkla İlgili Fakültelerde Eğitime Başlayan Öğrencilerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi.
- Basım, H.N., Çetin, F., 2011, “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması”, Türk Psikiyatri Dergisi, 22 (2): ss. 104- 114
- Başay, A. C., 2015, Üniversite Öğrencilerinin Benlik Yapısı ve Eş Seçme Kriterleri, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi.
- Batan, S. N., 2016, Yetişkinlerde Psikolojik Dayanıklılık ve Dini Başa Çıkmanın Yaşam Doyumuna Etkileri, Yayınlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi.
- Baymur, F., 1972, *Genel Psikoloji*, İnkılap: İstanbul
- Bektaş, M., Özben, Ş., 2016, “Evli Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi”, Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 14 (1): ss. 215- 240
- Bilgin, N., 2007, *Sosyal Psikoloji Sözlüğü Kavramlar, Yaklaşımlar*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.

- Bitmiş, M.G., Sökmen, A., Turgut, H., 2013, “Psikolojik Dayanıklılığın Tükenmişlik Üzerine Etkisi: Örgütsel Özdeşleşmenin Aracılık Rolü”, Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 15 (2): ss. 27- 40
- Bolat, Z., 2013, Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık ve Öz Anlayışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Bozgeyikli, H., Şat, A., 2015, “Öğretmenlerde Psikolojik Dayanıklılık ve Örgütsel Vatandaşlık Davranışlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi: Özel Okul Örneği”, Hak İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi, 3 (5): ss. 172- 191
- Brewer, B., Gardner, W., 1996, “Who Is This we ? Levels of Collective Identity and Self Representations”, Journal of Personality and Social Psychology, 71 (1): pp. 83- 93
- Cevher, F. N., Buluş, M., 2007, “Benlik Kavramı Ve Benlik Saygısı: Önemi Ve Geliştirilmesi”, Akademik Dizin Dergisi, 2: ss. 52- 64
- Coşkun, H., 2012, *Sosyal Psikoloji*. Ed. Hamit Coşkun. Lisans: İstanbul
- Cross, S., Madson, L., 1997, “Models of The Self: Self-Construals and Gender”, Psychological Bulletin, 122 (1): pp. 5- 37
- Çakar, F., Karataş, S. ve Çakır, M.A., 2014, “Yetişkin Yılmazlık Ölçeği: Türk Kültürüne Uyarlanması”, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 32: ss. 22-39
- Çetin, B., Eroğlu, Y., Peker, A., Akbaba, S., Pepsoy, S., 2012, “Ergenlerde İlişkisel Karsılıklı Bağımlı Benlik Kurgusu, Siber Zorbalık ve Psikolojik Uyumsuzluk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 12 (2): ss. 637- 653.
- Çataloğlu, B., 2011, Madde Kullanan Ve Kullanmayan Ergenlerin Psikolojik Sağlık ve Aile İşlevleri Açısından Karşılaştırılması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Değirmen, B. S., 2014, “Kent Bireyciliği ve Mahremiyetin Despotluğu: Haneke'nin Yedinci Kıta Filmi”, <http://cercisanat.com/dergi/3/kent-bireyciligi-ve-mahremiyetin-despotlugu-hanekenin-yedinci-kita-filmi/> adresinden erişilebilir.
- Doğan, T., 2016, “Pozitif Psikoloji Nedir ve Neden Önemlidir”, <http://www.tayfundogan.net/2016/10/16/pozitif-psikoloji-nedir-ve-neden-onemlidir/> adresinden erişilebilir.
- Eminaağaoğlu, N., 2006, Güç Koşullarda Yaşayan Sokak Çocuklarında Dayanıklılık (Sağlık), Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi
- Erkuş, A., 2011, *Davranış bilimleri İçin Bilimsel Araştırma Süreci*, Ankara: Seçkin.

- Ercan, H., 2008, Genç Yetişkinlerin Aşk Biçemleri ve Benlik Tipleri, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Ercan, H., 2011, “İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği’nin Psikometrik Özellikleri ve Uyarılma Çalışması”, KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 13(21): ss. 37-45
- Ercan, H., 2013, “Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu Üzerine Bir Çalışma”, <http://www.dieweltdertuerken.org/index.php/ZfWT/article/view/454/hercan> adresinden erişilebilir.
- Ergün Başak, B., 2012, Düşük Gelirli Ailelerden Gelen Üniversite Öğrencilerinin Öz Duyarlık, Sosyal Bağlılık ve İyimserlik ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişkiler, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi
- Erarslan, Ö., 2014, Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Sağlamlık ile Depresif Belirtiler ve Yaşam Memnuniyeti Arasındaki İlişkide Benlik Saygısı, Pozitif Dünya Görüşü ve Umudun Aracı Rolünün İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi.
- Erkan, S., Özbay, Y., Cihangir Çankaya, Z., Terzi, Ş., 2012, “Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Problemler ve Psikolojik Yardım Arama Gönüllükleri”, Eğitim ve Bilim Dergisi, 37 (164): ss. 94- 107
- Gizir, C.A., 2007, “Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri Ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması”, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3 (28): ss. 113-128
- Göregenli, M., 1995, “Kültürümüz Açısından Bireycilik Toplulukçuluk Eğilimleri: Bir Başlangıç Çalışması”, Türk Psikoloji Dergisi, 10 (35): ss. 1- 14
- Göregenli, M., 2014, Kente Entegrasyonun, Yer Kimliği, Bireycilik-Toplulukçuluk ve Kültürlenme Süreçleri Açısından İncelenmesi, İzmir: TÜBİTAK Projesi
- Gökmen, D., 2009, Kadın Sığınma Evi’nde Yaşayan Şiddet Görmüş Kadınlar ile Eşiyle Birlikte Yaşayan Şiddet Görmüş Kadınlar Arasındaki Psikolojik Dayanıklılık ve Bağlanma Durumlarının Karşılaştırılması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi.
- Gunnestad, A., 2006, “Resilience in a Cross-Cultural Perspective: How resilience is generated in different cultures”, <http://www.immi.se/intercultural/nr11/gunnestad.htm> adresinden erişilebilir.
- Gül, A., 2010, Benlik Düzenleme Odakları, Otantiklik ve İlişkisel / Özerk Benlik Ketlenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi
- Güloğlu, B., Kararımak, Ö., 2010, “Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık”, EgeEğitimDergisi, 11 (2): ss. 73–88
- Gündaş, A., 2013, Lise Öğrencilerinde Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Kurgusu ve Bağlanma Stilleri, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi.

- Güngörmüş, K., Okanlı, A., Kocabeyoğlu, T., 2015, “Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Etkileyen Faktörler”, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6 (1): ss. 9- 14.
- Gürhan, U., 2006, *Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeylerine Etkisi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Gürhan, U., Dursun, H. S., 2013, “The Relationship Between Depression and Resilience”, Ed. Aleksandır Drujinin, Zdravka Kostova, Igor Sharuho, Emin Atasoy. *The Science and Education at The Beginning of The 21st Century in Turkey*. 1: pp. 584- 608
- Gürhan, U., 2014, “Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Ve İyilik Halinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”, *NWSA Education Sciences*, ISSN: 1306-3111/1308-7274
- Güvenç, B., 2016, *İnsan ve Kültür*. İstanbul: Boyut.
- Hermans, H.J.M. and Kempen, H.J.G., 1998, “Moving Cultures: The Perilous Problems of Cultural Dichotomies in a Globalizing Society”, *American Psychologist*, 53(10): pp. 1111- 1120
- Heine, S.J., 2001, “Self as Cultural Product: An Examination of East Asian and North American Selves”, *Journal of Personality*, 69(6): pp. 881- 906
- Hofstede, G., 2011, “Dimensionalizing Cultures: The Hofstede Model in Context”, <http://scholarworks.gvsu.edu/orpc/vol2/iss1/8/> adresinden erişilebilir.
- İlhan, T., 2009, *Üniversite Öğrencilerinin Benlik Uyumu Modeli: Yaşam Amaçları, Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Öznel İyi Oluş*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi.
- İmamoğlu, E. O., 1991, “Interpersonal consequences of expressing personal or team affect for team success or failure among Turkish students”, *The Journal of Psychology*, 125 (5) ss. 509 - 524.
- İmamoğlu, E., 1993, “Değişen Dünyada Aile İçi Roller”, *Kadın Araştırmaları Dergisi*, 1: ss. 58- 68
- İmamoğlu, E. ve Gültekin, Y., 1993, “Önerilen Deneglenmiş Toplumsal Birey Modeli Işığında Üniversite Gençliğinin Sorunları: 1982 -1992 Döneminde Yayınlanan Araştırmalara İlişkin Bir Değerlendirme, Yorum ve Öneriler”, *Türk Psikoloji Dergisi*, 8 (30): ss. 27- 41
- İmamoğlu, E., Günaydın, G. ve Selçuk, E., 2011, “Özgün Benliğin Yordayıcıları Olarak Kendileşme ve İlişkililik: Cinsiyetin ve Kültürel Yönelimlerin Ötesinde”, *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (67): ss. 27-43
- Kağıtçıbaşı, Ç., 1994a, *Individualism and collectivism: Theoretical and methodological issues*. Ed. Uichol Kim, Harry C. Triandis, Çiğdem Kağıtçıbaşı, Sang Chin Choi, Gene Yoon. Newbury Park: Sage.
- Kağıtçıbaşı, Ç., 1994b, “Aileye Yaklaşımda Bir Kuramsal Çerçeve ve Aile Değişim Modeli”, *Aile Kurultayı'nda Sunulan Bildiri*, Ankara.

- Kağıtçıbaşı, Ç., 1996, “Özerk- İlişkisel Benlik :Yeni Bir Sentez”, Türk Psikoloji Dergisi, 11 (37): ss. 36- 43
- Kağıtçıbaşı, Ç., 2005, “Autonomy And Relatedness In Cultural Context Implications For Self And Family”, <http://jcc.sagepub.com/content/36/4/403> adresinden erişilebilir.
- Kağıtçıbaşı, Ç., 2007, *Kültürel Psikoloji: Kültür Bağlamında İnsan ve Aile*. (Çev. Ç. Kağıtçıbaşı, A. Üskül, E. Uzun) İstanbul: Evrim.
- Kağıtçıbaşı, Ç., 2014, “Sonsöz Kültürleşme ve Aile İlişkileri”, Türk Psikoloji Yazıları, 17(34): ss. 120- 127
- Kağıtçıbaşı, Ç., 2017, *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi Kültürel Psikoloji*, İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Karadayı, F., 1996a, “Üniversite Öğrencilerinin Bazı Sosyoekonomik Özelliklerine ve Fakültelerine Göre İlişkili- Özerklik Durumlarının Araştırılması”, Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2 (14): ss. 75- 81
- Karadayı, F., 1996b, “İlişkili Özerkliğin Farklılaşmasının İncelenmesi”, 9. Ulusal Psikoloji Kongresi’nde Sunulan Bildiri, İstanbul
- Karadayı, F., 1998, *İlişkili Özerklik Kavramı, Ölçülmesi, Gelişimi, Toplumsal Önemi, Gençlere ve Kültüre Özgü Değerlendirmeler*, Adana: Çukurova Üniversitesi Basımevi.
- Kararımk, Ö., 2006, “Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler”, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3 (26): ss. 129- 142
- Kararımk, Ö., Güloğlu, B., 2014, “ Deprem Deneyimi Yaşamış Yetişkinlerde Bağlanma Modeline Göre Psikolojik Sağlamlığın Açıklanması”, Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 43 (2): ss. 01- 18
- Kararımk, Ö., Hacıfazlıoğlu, Ö. ve Şirin, S., 2014, “Dengeli Bütünleşme ve Ayrışma Ölçeğinin Psikometrik Özellikleri: Ergenlerde Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması”, Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi, 11 (22): ss. 237- 257.
- Karasar, N., 2015, *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Ankara: Nobel.
- Kashima, E.S. and Hardie, E.A., “The Development and Validation of the Relational, Individual and Collective Self- Aspects (RIC) Scale”, Asian Journal of Psychology, 3: pp. 19-48
- Koç Yıldırım, P., 2014, Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık ile Benlik Kurgusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi.
- Koydemir, S. ve Schütz, A., 2014, “Almanya’daki Türk Göçmenlerde Yaşam Doyumu: Kültürel Kimlik ve Benlik Kurgularının Rolü”, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 5 (42): ss. 208-220.
- Koyuncu, O., 2009, Bireyci Ve Toplulukçu Kültürün Yönetim Üzerine Etkileri: Yönetici Adayları Üzerinde Bir Araştırma, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi.

- Köknel, Ö., 2005, *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. Altın Kitaplar: İstanbul
- Kurtoğlu, G., 2013, Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Dayalı Psiko-Eğitim Programının İlköğretim Birinci Kademe Öğrencilerinin Duygusal Yılmazlık, Sosyal Beceri – Okula Uyum ve Benlik Saygısı Düzeylerine Etkisi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi.
- Levine, T.R., Bresnahan, M.J., Park, H. S., Lapinski, M.K., Wittenbaum, G. M., Shearman, S.M., Lee, S.Y., Chung, D. And Ohashi, R., 2003, “Self-Constructual Scales Lack Validity”, 2 (29): pp. 210- 252.
- Markus, H.R., 1977, “Self-schemata and processing information about the self”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 35 (2): ss. 63- 78.
- Markus, H.R. and Kitayama, S., 1991, “Culture and the Self: Implications for Cognition, Emotion, and Motivation”, 98 (2): ss. 224- 253
- Masten, A.N., Best, K.M. and Garmezy, N., 1991, “Resilience and development: Contributions From The Study Of Children Who Overcome Adversity”, *Development and Psychopathology*, 2 (1990) : ss. 425- 444
- Masten, A.S., Wright, O. M., 2015, *Youth Resilience and Culture*, (Theron, L.C., Lienbenberg, L. And Ungar, M. ed.), Springer: Canada.
- McLeod, S.A., 2007, “Carl Rogers – Simply Psychology”, <https://www.simplypsychology.org/carl-rogers.html> adresinden erişilebilir.
- Morsünbül, Ü., 2012, “Özerklik ve Ruh Sağlığına Etkisi”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4 (2): ss. 260- 278
- Narter, M., 2002, Üniversite Öğrencilerinin Cumhuriyetçi Kimlik Tanımlamaları, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi.
- Narter, M., 2004, *Cumhuriyet Algısı Siyasetin Gençlerin Kimliğindeki Yeri*. İstanbul: Alfa.
- Okman Fişek, G., 2005, “Gelenekten Değişime: Türkiye’de Aile ve Ergenler”, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi, 43: ss. 39 – 49
- Oktan, V., 2008, Üniversite Sınavına Hazırlanan Ergenlerin Psikolojik Sağlamlıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Osmanoğlu, Ö., 2016, “Mutluluğun Felsefesi”, 1. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi’nde Sunulan Bildiri, İstanbul.
- Öğülmüş, S., 2001, “Bir Kişilik Özelliği Olarak Yılmazlık (Resiliency)”, I. Ulusal Çocuk ve Suç: Nedenler ve Önleme Çalışmaları Sempozyumu, Ankara.

- Önder, A., Gülay, H., 2008, “İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 23: ss. 192- 197
- Öztaş, S., 2014, Ortaokul 6.7.8. Sınıf Öğrencilerinin Okul Tükenmişliklerinin Yaşam Doyumları ve Benlik Kurgusu Algıları Açısından İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi.
- Özalp, A. ve Yörük, A., 2017, “Mead’e Göre Benlik: Etkileşim Dünyasında Toplum, Birey ve Din” ,http://www.turansam.org/TURAN-SAM_34.pdf adresinden erişilebilir.
- Özcan, B., 2005, Anne-Babaları Boşanmış ve Anne-Babaları Birlikte Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Özellikleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Karşılaştırılması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Ankara Üniversitesi.
- Özdemir, Y., 2009, Ergenlik Döneminde Benlik Kurgusu Gelişiminin Anababanın Çocuk Yetiştirme Stilleri Açısından İncelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Özdemir, Y., 2012, “Ergenlerin Öznel İyi Oluşlarının Özerk, İlişkisel ve Özerk-İlişkisel Benlik Kurguları Açısından İncelenmesi”, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4 (38): ss. 188- 198
- Özer, G., 2009, Öz-Belirleme Kuramı Çerçevesinde İhtiyaç Doyumu, İçsel Güdülenme ve Bağlanma Stillerinin Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarına Etkileri, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi.
- Özkan, K., 2014, Kadınların Kolektif Eylem Yöneliminin Yordayıcıları: Kültürel Benlik Kurguları, Kadın Kimliği İle Özdeşleşme, Kadınların Sosyal Baskınlık Yönelimi Ve Sistemi Meşrulaştırma Eğilimi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi.
- Öztürk, E., Gökoğlu, S. ve Karagonlar, G., 2015, “İlişkisel Benlik Ölçeğinin Türkçe Geçerlemesi”, İşletme Fakültesi Dergisi, 16 (2): ss. 49- 70
- Purmut, E. C., 2016, Ergenlerde Benlik İmgesi İle Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi.
- Rahat, E., 2014, Benlik Kurgusu, Sosyal Destek, Başa Çıkma Stilleri Ve Yılmazlığın Üniversite Yaşamına Uyumu Yordama Güçlerinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Ratner, C., 2014, *Kültürel Psikoloji, Kültürler Arası Psikoloji, Yerel Psikoloji*. (Çev. S. İçellioğlu) İstanbul: İstanbul Kültür Üniversitesi.
- Rutter, M., 2006, “Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding”, Annals of the New York Academy of Sciences, 1094 (1): pp. 1-12

- Sayar, K., 2002, “Benlik O Yakın Soru O Uzak Ülke”, <http://www.kemalsayar.com/KatagoriDetay-BENLiK-O-yakin-soru,-o-uzak-ulke-29.html> adresinden erişilebilir.
- Sayar, K., 2003a, *Kültür ve Ruh Sağlığı*, İstanbul: Metis.
- Sayar, K., 2003b, “Kültürel Bakış Açısından Benlik ve Kişilik”, *Yeni Sempozyum Dergisi*, 41 (2): ss. 78- 85
- Sayar, K., 2012, Tuluhan Tekelioğlu tarafından gerçekleştirilen roportaj, Modern İnsanın Sorunu Hüzünden Kaçması, <https://www.sabah.com.tr/cumartesi/2012/11/03/modern-insanin-sorunu-huzunden-kacmasi> adresinden erişilebilir.
- Sayar, K., 2017, *Terapi Kültürel Bir Eleştiri*, İstanbul: Timaş.
- Sedikides, C. and Brewer, G., 2001, *Individual Self, Relational Self, Collective Self*. Philadelphia: Psychology Press.
- Selçuklu, A. E., 2013, Örgütsel Bağlılığın Bir Yordayıcısı Olarak Kurum Kültürü ve Psikolojik Dayanıklılık: Okul Öncesi Öğretmenler Üzerine Bir Çalışma, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi.
- Sezgin, F., 2012, “İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi”, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20 (2): ss. 489- 502
- Sezgin, K., 2016, Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Ve Dindarlık Düzeylerinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi
- Sipahioğlu, Ö., 2008, Farklı Risk Gruplarındaki Ergenlerin Psikolojik Sağlıklarının İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi.
- Sürücü, M. ve Bacanlı, F., 2010, “Üniversiteye Uyumun Psikolojik Dayanıklılık ve Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi”, *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30 (2): ss. 375-396
- Şahin, M., Yetim, A., Çelik, A., 2012, “Psikolojik Sağlamlığın Gelişiminde Koruyucu Bir Faktör Olarak Spor ve Fiziksel Aktivite”, *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5 (8): ss. 373- 380.
- Şahin, N. H., 1995, *Stresle Başa Çıkma Olumlu Bir Yaklaşım*, İstanbul: Sistem.
- Şeker, B. D., 2005, Kente Göç Etmiş Bir Örnekte Bireycilik Toplulukçuluk Eğilimleri ve Değerler Açısından Kültüre Uyum (Kültürlenme) Süreçleri, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi.
- Şerif, M., 1985, *Sosyal Kuralların Psikolojisi*. (Çev. İ. Sandıkçioğlu) İstanbul: Alan.

- Terzi, Ş., 2005, Öznel İyi Olmaya İlişkin Psikolojik Dayanıklılık Modeli, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Terzi,Ş., 2008, “Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki”, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3 (29): ss. 1-11
- Toprak, H., 2014, Ergenlerde Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlık ve Psikolojik İhtiyaç Doyumu, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi.
- Triandis, H.C., 2001, “Individualism-Collectivism and Personality”, Journal of Personality, 69 (6): pp. 908- 924
- Tutar, H., 2012, *Sosyal Psikoloji Kuramları ve Uygulamaları*, Ankara: Seçkin
- Tümlü, G. ve Reçepoğlu, E., 2013, “Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki”, Yükseköğretim ve Bilim Dergisi, 3 (3): ss. 205- 213
- Truffino, C., 2010, “Resilience: An approach to the concept”, Rev Psiquiatr Salud Ment, 3(4): pp. 145- 151
- Ünüvar, A., 2012, Gerçeklik Kuramına Dayalı Psiko-Eğitim Programının Lise Öğrencilerinin Denetim Odağı Ve Yılmazlık Düzeyi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Wasti, S.A. ve Erdil, S.E., 2007, “Bireycilik ve Toplulukçuluk Değerlerinin Ölçülmesi: Benlik Kurgusu (Self Construal Scale; Scs) ve Indcol Ölçeklerinin Türkçe Geçerlemesi”, Yönetim Araştırmaları Dergisi, 7: ss. 39- 66
- Wasti, S.A., 2014, Güven ile İlgili Kritik Olaylar: Bireycilik-Toplulukçuluk Boyutundan Kültürlerarası Bir İnceleme
- Yağmur, T., Türkmen, S. N., 2014, “Ruhsal Hastalığı Olan Hastalara Bakım Veren Aile Üyelerinde Algılanan Stres ve Psikolojik Dayanıklılık”, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 4 (1): ss. 542- 548
- Zafer, M., 2016, İtfaiye Çalışanlarında Psikolojik Dayanıklılık ve Kendini Sabotaj Düzeylerinin İncelenmesi: İstanbul İtfaiyesi Örneği, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi.
- Zengin, B., 2013, Özel Eğitime Muhtaç Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Algıladıkları Sosyal Destek, Psikolojik Dayanıklılık ve Umut Düzeyleri, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi