



T. C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA STİLLERİNİN  
PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE BENLİK SAYGISI AÇISINDAN  
İNCELENMESİ

AYNUR SEZEN HALEPLİOĞLU

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: YRD. DOÇ. DR. HAVVA NÜKET İŞİTEN

İstanbul, 2017



T. C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA STİLLERİNİN  
PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE BENLİK SAYGISI AÇISINDAN  
İNCELENMESİ

AYNUR SEZEN HALEPLİOĞLU

134102121

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: YRD. DOÇ. DR. HAVVA NÜKET İŞİTEN

İstanbul, 2017



T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 134102121
Öğrenci Adı Soyadı	: Aynur Sezen HALEPLİOĞLU
Anabilim Dalı	: KLİNİK PSİKOLOJİ
Tez Danışmanı	: Yrd.Doç.Dr. Havva Nüket İŞİTEN
Tezin Başlığı	: ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA STİLLERİNİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE BENLİK SAYGISI AÇISINDAN İNCELENMESİ

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 21.09.2017	Saati	: 10.30
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
<p>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,</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ      <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez <b>KABUL</b> edilmiştir.</p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin <b>DÜZELTİLMESİ</b> için ..... ay <b>EK SÜRE</b> verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (<i>en fazla 3 ay</i>)</p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin <b>REDEDEDİLMESİ</b> kararı alınmıştır.</p>			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi. <input type="checkbox"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
<p>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,</p> <p><input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile <b>REDEDEDİLMİŞTİR.</b></p>			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Yrd.Doç.Dr. Havva Nüket İŞİTEN	
Üye	Yrd.Doç.Dr. Sinem Zeynep METİN	
Üye	Yrd.Doç.Dr. Tuğba Arzu ÖZAL İLDENİZ	

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stillerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Benlik Saygısı Açısından 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:

.../.../.....

Aynur Sezen HALEPLİOĞLU

İmza:

## TEŞEKKÜR

Yüksek Lisans eğitim hayatım boyunca desteklerini esirgemeyen, bilgi ve tecrübelerini paylaşarak hayatımda ve mesleki gelişimimde önemli katkıları olan Üsküdar Üniversitesi'ndeki bütün saygıdeğer hocalarıma;

Yüksek Lisans tez çalışmamın her aşamasında büyük katkısı bulunan, hiçbir zaman emeklerini benden esirgemeyen, her daim engin bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşarak özveri ile yanımda olan, çalışmaktan büyük onur duyduğum tez danışmanım çok kıymetli hocam Yrd. Doç. Dr. Havva Nüket İŞİTEN'e;

Bu zorlu sürecin her noktasında yanımda olan, verileri toplamama yardımcı olarak araŐtırmama büyük katkı sağlayan, beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan çok değerli arkadaşlarıma;

Son olarak hayatımın her anında daima yanımda olan, benim ve verdiğim bütün kararların arkasında duran, bana her daim en büyük desteği veren, inanıp güvenen, bugünlere gelmemi sağlayan bana güç veren, maddi ve manevi emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim hayatımın en değerli varlıkları annem Sevim HALEPLİOĞLU'na, babam Mehmet Cengiz HALEPLİOĞLU'na ve kardeşim Mehmet Ali HALEPLİOĞLU'na sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

## ÖZET

(Haleplioğlu, Aynur Sezen, Yüksek Lisans Tezi, 2017)

### ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLANMA STİLLERİNİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE BENLİK SAYGISI AÇISINDAN İNCELENMESİ

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya İstanbul Anadolu yakasında yaşayan n=84 kadın (yaş  $\bar{x}$ =22,14; ss=1,584) ve n=87 erkek (yaş  $\bar{x}$ =22,08; ss=1,960) toplamda N=171 (yaş  $\bar{x}$ =22,11; ss=1,780) gönüllü üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcılara, sosyodemografik veri formu, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketi uygulanmıştır. Uygulama sonucunda elde edilen veriler istatistiksel analize tabi tutulmuştur. Bağımsız değişkenler açısından ölçeklerden alınan puanlar normal dağılım göstermediğinden gruplar arası karşılaştırmalarda Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testleri yürütölmüştür. Ölçeklerden alınan puanların tek başına normal dağılım göstermesi nedeniyle ölçeklerden alınan puanlar arasındaki korelasyonların belirlenmesi için Pearson korelasyon analizi yürütölmüştür. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin, bağlanma, benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin çeşitli demografik değişkenlerden etkilendiği ve psikolojik dayanıklılık ile benlik saygısı ve bağlanma arasında anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

**Anahtar Sözcükler:** psikolojik dayanıklılık, bağlanma stilleri, benlik saygısı, üniversite öğrencileri

## ABSTRACT

(Halepliöglu, Aynur Sezen, Master of Science Thesis, 2017)

### AN ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE ACCORDING TO ATTACHMENT STYLES AND SELF ESTEEM IN UNIVERSITY STUDENTS

In this study, it was aimed to examine the psychological resilience of university students in terms of attachment styles and self-esteem. In the study, n=84 women (age  $\bar{x}$ =22,14; sd=1,584) and n=87 men (age  $\bar{x}$ =22,08; sd=1,960) in total N=171 (age  $\bar{x}$ =22,11; sd=1,780) volunteer university students were participated. Sociodemographic data form, Psychological Resilience Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale and Relationship Scale Questionnaire were applied to the participants. The result obtained from the application was subjected to statistical analysis. Kruskal Wallis and Mann Whitney U tests were carried out in the between group comparisons since the scores on the scales for the independent variables did not show a normal distribution. Pearson correlation analysis was performed to determine the correlations between the scores obtained from the scales because the scores from the scales were distributed normally. As a result of the research, it was determined that the attachment, self - esteem and psychological resilience levels of university students were affected by various demographic variables and there were significant relationships between psychological resilience, self - esteem and attachment.

**Key words:** psychological resilience, attachment styles, self esteem, university students

# İÇİNDEKİLER

Sayfa No

Tez Savunma Tutanağı	
Yemin Metni	
Teşekkür	
Özet	i
Abstract	ii
İçindekiler	iii
Tablolar	v
1. GİRİŞ	1
1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ	2
2. İLGİLİ LİTERATÜR	5
2.1. Bağlanma	5
2.1.1. Bağlanma ile İlgili Araştırmalar	9
2.2. Psikolojik Dayanıklılık	12
2.2.1. Psikolojik Dayanıklılıkla İlgili Araştırmalar	13
2.2.2. Psikolojik Dayanıklılık ve Bağlanma	18
2.3. Benlik Saygısı	20
2.3.1. Benlik Saygısının Gelişimi	21
2.3.2. Benlik Saygısı ile İlgili Araştırmalar	23
2.3.3. Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık	25
2.3.4. Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri	26
3. YÖNTEM	28
3.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	28
3.2. Veri Toplama Araçları	28
3.2.1. Sosyodemografik Veri Formu	28
3.2.2. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	28
3.2.3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	29
3.2.4. İlişki Ölçekleri Anketi	29
3.3. İşlem	30

iii



3.4. Verilerin Analizi	30
4. BULGULAR	31
4.1. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Dağılımlar	31
4.2. Üniversite Öğrencilerinin Ölçeklerden Aldıkları Puanların Değerlendirilmesi	36
4.2.1. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Değişkenlere Göre İlişki Ölçekleri Anketinden Aldıkları Puanların Değerlendirilmesi	37
4.2.1.1. Bağlanma Stilleri	37
4.2.1.2. Demografik Değişkenlere Göre İlişki Ölçekleri Anketinden Alınan Puanların Karşılaştırılması	38
4.2.2. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Değişkenlere Göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden Aldıkları Puanların Değerlendirilmesi	40
4.2.2.1. Bağlanma Stillerine Göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması	41
4.2.2.2. Demografik Değişkenlere Göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması	42
4.2.3. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Değişkenlere Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Değerlendirilmesi	48
4.2.3.1. Bağlanma Stillerine Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması	48
4.2.3.2. Demografik Değişkenlere Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması	49
4.3. Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Ölçeği, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiler	51
5. TARTIŞMA VE SONUÇ	55
5.1. Tartışma	55
5.2. Sonuç ve Öneriler	66
6. KAYNAKLAR	67
EKLER	79
ÖZGEÇMİŞ	85

## TABLolar

	Sayfa No
Tablo 1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri	32
Tablo 2. Üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri	33
Tablo 3. Üniversite öğrencilerinin madde kullanımlarına ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri	34
Tablo 4. Üniversite öğrencilerinin klinik durumlarına ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri	35
Tablo 5. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre yaş ve aylık gelir ortalamaları ve standart sapmaları	36
Tablo 6. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre bağlanma stilleri frekans dağılımları ve yüzdeleri	37
Tablo 7. Üniversite öğrencilerinin bir işte çalışıp çalışmamalarına göre bağlanma stilleri ortalamaları, standart sapmaları ve Mann Whitney U testi bulguları	38
Tablo 8. Üniversite öğrencilerinin burs/kredi alıp almamalarına göre bağlanma stilleri ortalamaları, standart sapmaları ve Mann Whitney U testi bulguları	39
Tablo 9. Üniversite öğrencilerinin kimlerle yaşadıklarına göre bağlanma stilleri ortalamaları, standart sapmaları ve Mann Whitney U testi bulguları	40
Tablo 10. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerine göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Kurskal Wallis testi bulguları	41
Tablo 11. Üniversite öğrencilerinin geçimleri aileleri tarafından karşılananlarla karşılanmayanların Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmaları ve Mann Whitney U testi bulguları	42
Tablo 12. Üniversite öğrencilerinin alkol kullanımlarına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları	43
Tablo 13. Üniversite öğrencilerinin uyarıcı / uyuşturucu madde kullanımlarına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları	44

Tablo 14. Üniversite öğrencilerinin herhangi bir madde kullanıp kullanmamasına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları	45
Tablo 15. Üniversite öğrencilerinin daha önce travmatik bir olay yaşayıp yaşamamasına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları	46
Tablo 16. Üniversite öğrencilerinin daha önce yaşadıkları travmatik olayın etkisini hala hissedip hissetmemelerine göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları	47
Tablo 17. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar, Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testi bulguları	49
Tablo 18. Üniversite öğrencilerinin uyarıcı/uyuşturucu madde kullanıp kullanmamalarına göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları	50
Tablo 19. Üniversite öğrencilerinin sıkıntı nedeniyle uzmana başvurup vurmamalarına göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları	51
Tablo 20. Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon matrisi	52
Tablo 21. Üniversite öğrencilerinin yaş, aylık gelir ve kardeş sayıları ile ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon matrisi	54

## BÖLÜM I

### 1. GİRİŞ

Günümüzde psikoloji biliminin insan davranışlarını incelerken önemle üzerinde durduğu kavramlardan biri olan bağlanma stillerini incelemenin, bireyin ruhsal ve ilişkisel dinamiklerini anlarken dikkat çeken bir değişken olarak görülmektedir. Bireyin sahip olduğu bağlanma örüntüleri ele alınarak diğer ruhsal özelliklerini, düşünce ve davranış özellikleri ile ilişkilerine odaklanılmaktadır. Bağlanma kuramı erken dönem ilişkilerin, bireyin hem kendini hem de çevresini algılamasında kritik bir öneme sahip olduğunu bize açıklamaktadır. Bağlanma stillerini oluşturan bu farklı erken dönem ilişki deneyimleri ile bireyin kendi davranışlarına ilişkin olumlu ya da olumsuz çeşitli yargıları gelişmektedir. Bireyin kendi davranışlarını, beceri ve yeterliklerini nasıl değerlendirdiği, bu değerlendirmelerin sonunda kendine ilişkin nasıl olumlu ve olumsuz tutumlar ve görüşler geliştirdiği konusu ruhsal dinamikleri anlarken önemli görünmektedir. Bu değerlendirmeleri “benlik saygısı” kavramı karşılamakta ve bağlanma stillerinin bireyin benlik saygısı ile nasıl ilişki gösterdiği konusu erken dönem ilişkilerinin bireyin kendine ilişkin algısını nasıl etkilediğini gösterebilecektir. Birey yaşamda zorlu ve stresli olaylarla karşılaştığında, bu olaylar karşısındaki kendi davranışlarını ve baş etme süreçlerini nasıl değerlendirdiği, zorlu durumlardan sonra nasıl tepkiler verdiği ve toparlanma gücünü nasıl elde ettiği konusu yine “psikolojik dayanıklılık” kavramı ile pozitif psikolojinin önemle üzerinde durduğu konular arasındadır. Bu bağlamda; bireyin bağlanma örüntülerinin stresli yaşam olayları sonrasında bireyin kendilik değerlendirmelerini nasıl etkilediği benlik saygısı değişkeni ile olaylarla aktif biçimde başa çıkma ve yaşamda etkinliğini sürdürme becerilerini nasıl etkilediği ise psikolojik dayanıklılık değişkeni ile olan ilişkileri çerçevesinde incelenmesi mümkündür. Bağlanma stillerinin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık ile ilişkilerini ortaya koymak; erken dönem yaşantılarının bireyin bugünkü düşünce ve davranışlarına nasıl etki ettiğini görmek ve olumsuz etkileri onarıcı ve düzeltici uygulamaları tasarlamak açısından kıymetli olacağı düşünülmektedir.

## 1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Bağlanma sürecinde olumlu bir kendilik ve çevre algısı geliştirmiş olan bireyler, kendi yargılarına, davranışlarına ve davranışlarının sonuçlarına daha çok güvenmekte, kendilerinin başına gelen stresörler üzerinde daha fazla denetim kurabileceklerine inanmakta ve ruhsal olarak daha fazla işlevselliklerini kazanabilmektedirler. Aynı ayrı çalışmalarda ortaya konan bu bulguları birlikte ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmada bağlama örüntülerinin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık değişkenleri ile ilişkisi birlikte incelenmek amaçlanarak çeşitli sosyodemografik değişkenler ile de nasıl değişimler gösterdiği incelenecektir.

Literatürdeki veriler ışığında psikolojik dayanıklılık kavramının benlik saygısı (Fergusson ve Lynskey, 1996) ve bağlanma stilleri (Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2009) ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Crocker ve Park (2004) yüksek düzeyde benlik saygısının psikolojik dayanıklılığın göstergelerinden biri olduğunu ileri sürmüşlerdir. Kararımak ve Siviş-Çetinkaya (2009) güvenli bağlanan bireylerle korkulu ve kaygılı bağlanan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı fark olduğunu ortaya koymuştur. Kararımak ve Güloğlu (2014) güvenli bağlanma, olumlu duygular ve iyimserliğin psikolojik dayanıklılığı yordayan önemli değişkenler olduğunu ortaya koymuştur. Farklı çalışmalarda ortaya konan bu ilişkiler, bizim araştırmamızda birlikte ele alınarak bağlanma stillerinin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık değişkenleriyle ilişkisi çeşitli sosyodemografik özelliklerle birlikte incelenerek ele alınacaktır. Bu amaçla, bu çalışmada aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır.

1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre, bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin yaşları ile bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı ilişki var mıdır?

3. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayısı ile bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerin geçimlerini nasıl sağladıklarına göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin ayda elde ettikleri toplam gelir ile bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin eğitim süreçlerinde kimlerle yaşadıklarına göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
7. Üniversite öğrencilerinin annelerinin ve babalarının sağlık durumlarına göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
8. Üniversite öğrencilerinin anne ve babalarının eğitim durumlarına göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
9. Üniversite öğrencilerinin kullandıkları maddelere göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
10. Üniversite öğrencilerinin sıkıntıları için daha önce bir uzmana başvurup başvurmamalarına göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
11. Sıkıntıları için daha önce bir uzmana başvuran üniversite öğrencilerinin gittikleri uzmana göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?

12. Üniversite öğrencilerinin psikiyatrik tanı alıp alamamasına göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
13. Üniversite öğrencilerinin daha önce zorlayıcı ve başa çıkma yeteneğini aşan olaylarla karşı karşıya kalıp kalmamasına göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
14. Üniversite öğrencilerinden daha önce zorlayıcı ve başa çıkma yeteneğini aşan olaylar yaşamış olanlardan, bu olayın etkisini hissettikleri anlar olup olmamasına göre bağlanma stilleri puanları arasında, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
15. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri puanları ile psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
16. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri puanları ile benlik saygısı puanları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
17. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık puanları ile benlik saygısı puanları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
18. Üniversite öğrencilerinin baskın bağlanma stillerine göre, benlik saygısı puanları arasında ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı fark var mıdır?

## BÖLÜM II

### 2. İLGİLİ LİTERATÜR

Bu bölümde, araştırma değişkenlerine ilişkin literatürde daha önce yapılmış araştırmalara yer verilmiştir.

#### 2.1. BAĞLANMA

Bowlby'nin (1969, 1973, 1980, 1988) Bağlanma Kuramı insanların kendileri için önemli olan diğer insanlarla nasıl güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminde olduklarına odaklanmaktadır. Belirtilen bu duygusal bağ kurma eğilimi ve ihtiyacı; yeni doğanların yaşamlarını devam ettirebilmeleri için gerekli olan ve gelişim sürecinde işlevsel olan bir bağlanma sistemine vurgu yapmaktadır. Bağlanma sistemi, yeni doğanların onlara bakan kişiye/kişilere (genellikle anneye) fiziksel açıdan yakın tutarak hem çocukların çevreden gelebilecek tehlikelere karşı korunmasını, hem de onların çevreyi keşfi sırasındaki güvenli koşulları sağlar. Bu sebeple, yenidoğanın kendisine bakan kişi ile yakınlığının korunması bağlanma sistemi içindeki en temel amaçtır ve bu şekilde güven içinde gelişebilecekleri bir alan sağlanmış olmaktadır. Bowlby'ye göre, yenidoğan ve bakıcısı arasındaki bu yakınlık çocuğun çevresini keşfederken kullanabileceği 'güvenli bir temel' ve tehlike anında korunabileceği 'sağlam bir sığınak' olarak işlev görmektedir. Bakıcının 'ulaşılabilirliği' tehdit edildiği anda bağlanma sistemi etkinleşerek, bakıcının çocuğa göstereceği davranışlara bağlı olarak, etkinleşen bağlanma sistemi ya bakıcı ile ilişkinin yeniden kurulmasını ve onarılmasını kolaylaştırır ki bu hissedilen güvenlik algısını arttırır ya da çocukta kaygı ve huzursuzluk hissettiren ayrılık durumunu protesto tepkileri görülür. Bakıcıdan uzun süre ayrı kalma durumunda ise, "bağlanmanın çözülmesi" anlamına gelen sosyal çevreden kopma veya geri çekilme ortaya çıkabilir. Bağlanma sistemi, çocukların bakıcıları ile ilişkileri bağlamında dört davranış örüntüsü ile karakterizedir: yakınlığı arama ve koruma, ayrılığı protesto etme, keşif için bakıcıyı 'güvenli bir üs' olarak kullanma ve son olarak, destek ve güvenlik için bakıcıyı 'sağlam bir sığınak' olarak kullanma (Hazan ve Shaver, 1994; Rothbard ve Shaver, 1994). Main ve Solomon'un (1990) 'birincil koşullu stratejiler' olarak adlandırdıkları bu davranışlar; sağlıklı bir bağlanma ilişkisinde gerekli



koşullar olarak görülür ve çocukların yaşamsal uyumunu kolaylaştırmaktadır. Sadece 'güvenli bağlanma' geliştiren çocuklar stresli koşullar altında güvenlik duygusunu koruyarak keşif davranışlarını etkin olarak sergileyebilirler. Güvenli bağlanmanın gelişmesi için de çocuğun duyarlı, tutarlı ve kesintisiz bir biçimde her zaman ulaşılabilir bir bakım verene sahip olması gerekir. Eğer bakım veren önceden tahmin edilemeyen, duyarsız ve fazla müdahaleci tepkiler gösterirse çocukta kaygılı bağlanma özellikleri izlenir. Bakım verenin reddedici davranışlarının olması veya bakım konusunda fazla ihmalkar davranması çocuğun gelişimsel açıdan zamanından daha önce bağımsız olmayı istemesine veya bağlanma nesnesinden (bakım verenden) uzaklaşma eğilimi göstermesine neden olabilir. Main'in (1990) 'ikincil koşullu stratejiler' olarak adlandırdığı bu şekildeki 'güvensiz' bağlanma davranışlarının kişinin çevreye karşı olumsuz şemalarının ve beklentilerinin gelişmesinden dolayı gelecekte yetişkin ilişkilerinde sorunlara yol açtığını belirtir (Bartholomew, 1994). Bowlby'ye (1973) göre, birincil koşullu stratejilerin düzenli olarak kullanılması kişinin kendisi için olumlu bir benlik algısı geliştirmesine ve sevmeye değer olarak algılamasına, çevreyi de tutarlı, güvenilir ve destekleyici bir biçimde algılamasına neden olmaktadır. Aynı şekilde, ikincil koşullu stratejilerin düzenli kullanılması da değersizlik duyguları ile karakterize olan olumsuz benlik algısının ve diğer insanların güvenilmez ve tutarsız olarak algılandığı bir çevresel algının zeminini hazırlamaktadır (Sümer ve Güngör, 1999).

Bağlanma kuramı çocuğun bakım verene kurduğu ilişkinin niteliğine bağlı olarak hem kendisi için geliştirdiği değerli ve güvenilir benlik algısının hem de diğer insanlara karşı geliştirdiği güven ve bağlanma duygusunun gelişip gelişmeyeceğini belirlediğini ifade etmektedir. Çocuğun hem kendini ve çevresini algılaması hem de kendi tepkilerinin farklılaştığı belirtilmektedir. Bunu ele alan bir çalışmada Ainsworth ve arkadaşları (1978) gerçekleştirdikleri "yabancı ortam" deneyinde 10-18 aylık bebeklerin bağlanma örüntülerini incelemişlerdir. Bu deneyde bebek ve anne bir deney ortamına alınarak, kısa aralıklarla anneden ayrılarak bir yabancıyla aynı odaya bırakılmış ve sonra anne odaya geri alınmıştır. Bu esnada ayrılmadan önce ve sonra annenin ve bebeğin tepkileri izlenmiştir. Ainsworth ve arkadaşları (1978) bu çalışma sonunda güvenli, kaçınan ve kaygılı-ikircikli

olmak üzere üç tip bağlanma örüntüsü olduğunu gözlemlemişlerdir. Bakım veren kişi çocuğun gereksinimlerine duyarlı ve tutarlı bir biçimde tepki verdiğinde “güvenli bağlanma” gelişmektedir. Çocuk bağlanma tepkileri gösterdiğinde bakım vereni de tutarlı ve duyarlı bir biçimde karşılık vermektedir. Böylelikle bakım veren döndüğünde onu sıcak bir şekilde karşılamakta ve kızgınlık tepkileri göstermemektedir. Sonuç olarak stresli bir durumda çocuğun yakınlık arama ihtiyacı bakım vereni tarafından karşılanmaktadır ve çocuklar böylelikle ortamı araştırmaya geri dönerler. Bakım veren çocuğun gereksinimlerine duyarsız davrandığında ve yakınlık kurma isteği karşılanmadığında “kaçıngan bağlanma” biçimi gelişmektedir. Bakım veren odadan ayrıldığında çocuk üzüntü tepkisi vermemekte ve yakınlık arama davranışı sergilememektedir. Bakım verenle tekrar aynı ortama alındığında, bakıcılarından uzaklaşmakta ve dikkatlerini buldukları ortama yönlendirmektedirler. Son olarak; bakım veren çocuğa karşı bazen aşırı duyarlı bazen de reddedici davrandığında ve tutarsız ya da sürekli olarak engelleyici olduğunda “kaygılı-ikircikli bağlanma” biçimi gelişmektedir. Bu çocuklar ortamı çok fazla araştırmamakta ve bakım veren döndüğünde rahatlayamamakta, hem yakınlık göstermekte hem de öfkeli görünen ikircikli bir tutum sergilemektedir.

Main ve Solomon (1990) bu üç bağlanma stiline ek olarak dördüncü bir bağlanma biçimi ortaya koymuşlardır. Dezorganize bağlanma biçimine sahip bebekler bakım verenleri odadan ayrıldıktan sonra hareketsizce yüzüstü yatmak ya da yakınlık aramadan pasif biçimde durmak gibi davranışlar sergilemektedir. Bu çocukların annelerinin dezorganize davrandığı ve tahmin edilemez ya da rahatsız edici tepkiler verdiği görülmektedir. Annelerinin verdiği bu tepkiler karşısında çocuklar bazen korkmakta, kafaları karışmakta, bazen de uzaklara dalmakta ve disosyatif tepkilere başvurmaktadır.

Bartholomew ve Horowitz (1991) Bowlby'nin bağlanma kuramına dayanarak, benliğe ve başkalarına ait zihinsel modellerin olumlu ve olumsuz olma durumlarına göre dörtlü yetişkin bağlanma stilini geliştirmişlerdir. Bu kurama göre, güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört bağlanma stili bulunmaktadır. Güvenli bağlanma stili, bireyin hem kendisine hem de başkalarına ilişkin algılarının olumlu olduğu stildir. Saplantılı bağlanma stilinde; kişinin kendisine ilişkin değersizlik duyguları bulunmakta

ancak başkalarına ilişkin olumlu değerlendirmeleri bulunur. Kayıtsız stilde, kişinin kendisine ilişkin olumlu algısı bulunmakta ancak başkalarına ilişkin algının olumsuz olduğu bir bağlanma örüntüsü izlenir. Korkulu stilde ise kişinin hem kendisine hem çevresine karşı olumsuz algılarının olduğu izlenir. Bu bağlanma stillerine sahip olan bireylerin özellikleri kısaca şöyle açıklanabilir (Bartholomew ve Horowitz, 1991): Güvenli bağlanma stiline sahip kişiler; kendilerine yönelik olumlu benlik algısına sahiptirler ve kendilerini sevilmeye değer görürler. Bununla birlikte başkalarının destekleyici, iyi niyetli ve güvenilir olduğuna dair olumlu beklentileri vardır. Bu özellikleriyle hem diğer insanlarla yakınlık kurabilmekte hem de özerk kalabilmektedir. Saplantılı bağlanma stiline sahip olan kişiler; kendilerini değersiz hissetmekte ve sevilmeye değer bulmamaktadır. Bu nedenle de yakın ilişkilerinde kendi değerliliğini kanıtlama çabasına girerek ilişkilerinde gerçekçi olmayan beklentiler geliştirirler. Kayıtsız bağlanma stiline sahip olan kişiler; kendilerine ilişkin yüksek değerliliğe ve özsaygıya sahip olmakla birlikte bağımsızlıklarına çok önem verirler. Diğer insanlara karşı ise olumsuz bir algıya sahip olduğu için diğer insanlara olan gereksinimlerini ve yakın ilişkilerin gerekliliğini reddederler. Korkulu bağlanma stiline sahip olan kişiler ise; ilişkilerinde çok kaygılıdırlar. Kendilerine ilişkin olumsuz algıya ve düşük özsaygıya sahiptirler. Diğer insanların da güvenilmez ve reddedici olduğu yönünde olumsuz algılara sahiptir.

Çocuklukta anne-babaya bağlanma temelken, ergenlik döneminde akranlara bağlılık ön plana geçerken yetişkinlik döneminde ise romantik ilişkinin yaşandığı kişilere bağlılık önemli hale gelmektedir. Ergenlik ve genç erişkinlikte akranlara ve romantik ilişkilere doğru merkez değiştiren bağlanmada anne-babaya olan bağlanma yine de önemini korumaktadır. Bu anlamda bağlanma biçiminin sürekliliği olduğunu, bağlanma örüntülerinin içsel çalışan modeller aracılığı ile yaşamın sonraki dönemlerine ve diğer ilişkilerindeki bağlanmalarına aktarılmaktadır (Morsümbül ve Çok, 2011).

Bağlanma örüntüsü açısından ergenlik dönemi, bireylerin ebeveynlere daha az bağımlı olmak için çabaladığı, bağlılığın akranlarına doğru yer değiştirdiği bir geçiş sürecini içermektedir. Bu değişimle birlikte ergenler özerkliklerini kazanmaya çalışmakta, akranlarıyla birlikte yeni bir dünyayla karşı karşıya kalırlar. Ebeveynlere olan bağlılık ile

akranlara geliştirilen bağlılık birbiriyle olumlu yönde ilişki göstermektedir. Ergenler stresli durumlarla baş ederken de hem ebeveynlerinden destek gereksinimlerini karşılamakta hem de duygusal-sosyal destek sağlamak için akranlarına yönelmektedirler. Sonuç olarak ergenlik döneminde akranlara bağlanmanın daha önemli hale geldiği ancak ebeveynlere bağlanmanın da önemini koruduğu söylenebilir (Allen ve Land, 1999).

Bireyin kendine ve çevresine yönelik geliştirdiği olumlu ve olumsuz yargılarında önemli bir rol oynayan bağlanma örüntülerinin, psikopatolojilerle nasıl ilişki içinde olduğu konusu da psikolojinin son yıllarda ilgi çeken araştırma alanlarından biri olmuştur. Bu araştırmalarla birlikte bağlanma örüntüleri ile psikopatolojik özellikler arasında anlamlı ilişkiler olduğu izlenebilmektedir.

### **2.1.1. Bağlanma ile İlgili Araştırmalar**

Scharfe ve Bartholomew (1994) bağlanma özelliklerini inceledikleri çalışmalarında, erkeklerin kadınlara göre daha fazla kaçınan bağlanma özellikleri gösterdiğini belirtmektedir. Schmitt ve arkadaşları (2003) kültürlerarası yaptıkları çalışmada bazı kültürlerde erkeklerin kadınlara göre daha fazla kaçınan bağlanma özellikleri gösterdiğini ancak bazı kültürlerde kadınların belli belirsiz daha kaçınan bağlanma özellikleri gösterdiğini belirtir. Batılı toplumlarda ise erkekler daha kaçınan bağlanmaya sahip bulunmamıştır. Josselson (1998) kadın ve erkekler arasında bağlanma ve yalnızlık düzeyleri açısından farklılık olduğu, erkeklerin daha fazla güvenli bağlanma örüntüsü gösterdiği sonucuna varmıştır. Erözkan (2004) çalışmasında ise erkeklerin kadınlara göre daha fazla güvenli bağlanma özellikleri gösterdiğini, ancak diğer bağlanma özellikleri açısından kadın ve erkekler arasında farklılık olmadığını göstermiştir.

Shindler ve Brønning (2015) farklı araştırma bulgularında madde kullanımı ile güvensiz bağlanma arasında güçlü ilişkiler olduğuna, sonuçların çoğunlukla korkulu ve kaçınan bağlanma örüntülerini bazı çalışmaların da kaygılı ve kararsız örüntülerini gösterdiğine işaret etmektedir. Sümer ve arkadaşları (2015) bağımlılıkla bağlanma kaygısı

ve kaçınma davranışlarının ilişki gösterdiği ve güvensiz bağlanma ile bağımlılığa yatkınlığın arttığını ifade etmektedir. Morsünbül (2014) internet bağımlılığı olan bireylerin kaygı ve kaçınma ağırlıklı bağlanma örüntüleri sergilediği sonucuna varmıştır.

Bowlby'nin çalışmalarından itibaren güvensiz bağlanma biçimi daha sonraki yaşam dönemlerinde psikopatoloji için önemli bir faktör olarak değerlendirilmiş; doğanın özgün modeli olan güvenli bağlanma ise psikolojik açıdan sağlıklılıkla ilişkilendirilmiştir. Güvensiz bağlanma biçimleri olan kaygılı/ikircikli bağlanma, kaygı ve depresif bozukluklarla ilişkilendirilirken, kaçınan bağlanma biçimi ise davranış bozukluğu ve diğer dışa vuruk davranışlarla ilişkilendirilmiştir. Dezorganize bağlanmanın ise dissosiyatif bozukluklarla ilişkisinden söz edilmiştir (Kesebir ve ark.; 2011).

Yapılan çalışmalarda güvensiz bağlanma stilinin majör depresyon, somatizasyon, anksiyete bozuklukları ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (Allen ve ark., 1998; Cooper ve ark., 1998; Eng ve ark., 2001; Mhyr ve ark.; 2004; Waldinger ve ark., 2006). Kökçü ve Kesebir (2010) bipolar bozukluğu olgularında kaçınan bağlanma biçiminin sağlıklı grupla karşılaştırıldığında anlamlı olarak daha fazla izlendiği sonucuna ulaşmışlardır.

Sümer ve arkadaşları (2009) bağlanma ve psikopatolojiyi inceledikleri çalışmalarında yüksek bağlanma kaygısının klinik depresyon için bir risk faktörü olduğunu belirlemişlerdir. Bunun nedeninin ise bu kişilerin bağlanma sistemlerindeki yüksek aktivasyonun kişileri diğerlerinden ilgi, sevgi ve güven ihtiyacı olan bir konumda tutmakta hem de diğerlerinin onay ve değerlendirmelerinden daha fazla etkilenmektedir. Bununla birlikte yüksek düzeyde kaçınma davranışı depresyonla da ilişkili bulunmuştur. Bunun da Türk kültüründeki yakın ilişkilerin kişinin kendini tanımlaması ve sosyal onay açısından önemli olması ve kaçınma davranışının kişiyi toplumdan ayırıştırarak depresyona yatkınlık yarattığı söylenebilir. Roberts ve arkadaşlarına (1996)'a göre bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkiye etki eden önemli bir aracı değişken de düşük özsaygı ve benliğe yönelik olumsuz tutumlardır.

Sümer ve arkadaşları (2009) OKB'nin de bağlanma kaygısı bakımından depresyona benzediğini belirtir. Bağlanma kaygısı ile ilişkili olan kronik kaygı durumu OKB' de de

temel bir etken ve risk faktörü olduğu söylenmektedir. Benzer biçimde panik bozuklukta da bağlanma kaygısı yüksek izlenmiştir. Sonuç olarak bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarının psikopatolojiye eğilim için bir risk faktörü olduğu belirtilmektedir.

Tüzün ve Sayar'a (2006) göre annenin erken dönem kaybına ilgisizlik ve bakımsızlık da ekleniyorsa bireyde depresyona olan eğilim artmaktadır. Yine agorafobinin ve sınır kişilik bozukluğunun güvensiz bağlanma belirtisi olan ayrılık anksiyetesi ile yakın ilişkisi olduğunu belirtir. Sınır kişilik bozukluğu olanların çocukluklarında yoğun duygusal ihmal ve istismara maruz kaldıklarını, fobik yapıdaki bireylerin de benzer biçimde çeşitli örselenmelere ve cinsel kötüye kullanımlara maruz kalabileceğini belirtmektedir.

Sabuncuoğlu ve Berkem (2006) doğum sonrası depresyon puanları ile güvensiz bağlanma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu; doğum sonrası depresyonu olanların olmayanlara göre de daha fazla güvensiz bağlanma özellikleri gösterdiklerini ortaya koymuşlardır.

Araştırma sonuçları güvensiz bağlanma biçimi olan korkulu ve saplantılı bağlanma biçiminin depresyon belirtileri ile ilişki gösterdiğine işaret etmektedir. Korkulu bağlanma biçimine sahip bireyler çevresine yönelik yoğun bir güvensizlik hissetmekte, ilişki sürdürmekten kaçınmakta ve kendilerini sevilemez ve değersiz olarak görmektedirler. Saplantılı bağlanması olan bireyler ise çevresindeki kişileri olumlu değerlendirmekte ve bu ilişkilerle saplantılı biçimde uğraşmakta ancak bununla birlikte kendilerini sevilemez, çaresiz ve değersiz görmektedir. Bu bağlanma biçimlerinde ortak olarak birey kendisini değersiz, sevilemez ve çaresiz hissetmektedir ve bu kendilik algıları, depresyonda izlenen kendilik düşünceleriyle paraleldir. Sonuç olarak erken dönemde gelişen korkulu ve saplantılı bağlanma biçimleri depresyon için yatkınlaştırıcı faktörlerden sayılabilir (Çalışır, 2009).

## 2.2. PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK

Günümüzde pozitif psikoloji bireyin yaşamın getirdiği sorun ve strese karşı baş etmesini güçlendiren ve bireyi koruyan etmenleri inceleyen bir yaklaşımla psikolojik açıdan iyi oluş hali, iyimserlik, mutluluk, umut, affedicilik ve merak gibi konuları ele almaktadır (Gable ve Haidt, 2005). Pozitif psikolojinin kavramları arasında günümüzde önem kazanan kavramlardan biri de psikolojik dayanıklılıktır. Psikolojik dayanıklılık; bireylerin çeşitli zorlu yaşam olayları ve stresörlerin, travmatik ve riskli durumların üstesinden gelmelerine yardımcı olan sahip olduğu olumlu psikolojik kapasitedir ve zaman içinde bireysel ve çevresel nedenlerin etkisi ile geliştirilebilir bir özelliktir (Stewart ve ark., 1997).

Psikolojik dayanıklılık ayrıca zorlu yaşam olayları ve stres durumlarına karşı bireyin uyum sağlama ve kendisini toparlayabilme; oluşan değişimlerin veya felaketlerin üstesinden gelebilme becerisi olarak ele alınmaktadır (Basım ve Çetin, 2010; Garcia-Dia ve ark., 2013). Kobasa'nın varoluşçu kişilik teorisi çerçevesinde zorlu yaşam olayları karşısında bir direnç kapasitesi olarak işleyen kişilik özelliği olan psikolojik dayanıklılık; bağlanma, kontrol ve meydan okuma boyutlarından meydana gelmektedir. Bağlanma; bireyin yaşamda farklı alanlara ilgi duyma ve devam eden yaşam olaylarına dahil olma eğilimi olarak; yaşamda anlam ve amaç duygusu ile birlikte kişinin kendisinin farkında olmasını içerir. Aile, sosyal çevre, kişilerarası ilişkiler, iş, mesleki etkinlikler, inanç ve değerler gibi farklı alanlara yönelme kapasitesi birey için zorlu durumlar karşısında bir kaynak işlevi görmektedir. Kontrol; bireyin başına gelen olaylar üzerinde etki gücüne sahip olma inancını ve bireyin bu konudaki düşünce ve eylemlerini ifade eder (Kobasa, ve ark., 1982). Yaşamda zorlu yaşam olayları karşısında çaresiz hissetmek yerine olayların sonuçlarını etkileyebileceği inancını taşıyan bireyler kontrol ve seçim yapabilme düşüncesini taşımakta, başarı ve özerkliğe odaklanmakta, içsel olarak buna güdülenmekte ve özgürce seçim yapabilmektedirler (Kamya, 2000). Meydan okuma ise değişime olan inancı içermekle birlikte, olaylar karşısında meydana gelen değişimi bireyin gelişimi için bir fırsat olarak karşılayabilen, yeni deneyimlere açık ve özgüveni olan iyimser bir yaklaşımı da barındırmaktadır. Meydan okuma bireylerin yaşamda farklı deneyimler kazanmasını, aktif olmasını ve çevreyle etkileşimde olmasını sağlamaktadır (Holt ve ark.,

1987). Bu boyutlarıyla birlikte psikolojik dayanıklılık kavramı, önemli yaşam olayları sonrasında bireyin kendisini toparlayabilme kapasitesi olarak diğer ruhsal değişkenlerle ilişkiler de göstermektedir.

Kobasa ve arkadaşları (1982) psikolojik olarak dayanıklılığı yüksek olan bireylerin fiziksel olarak daha az hastalandıklarını ve zorlu yaşam olaylarını kişisel gelişim için fırsata dönüştürebilme becerisine sahip olduklarını belirtmektedir. Maddi ve Kobasa (1984) da benzer olarak psikolojik olarak dayanıklı bireylerin stresli olayları dönüştürebilme becerisine sahip olduklarını; Funk (1992) ise dayanıklı bireylerin aktif ve amaç yönelimli olduklarını, kendilerini yaşamsal tehditlerin kurbanı olarak değil sonuçların aktif belirleyicisi olarak gördüklerini belirtmektedir. Böylelikle olayların ardından kendini kurban olarak görmeyen; olaylar üzerinde etki ve kontrol gösterebileceğine inanan bireylerin izleyecekleri davranış örüntüleri daha aktif ve amaca yönelik olmakta; böylece olayların seyrini de etkileyebilecekleri eylemlere yönelebileceği düşünülebilir. Bu şekilde de olayları fırsata dönüştürebilme olanağı da yaratıyor olabilirler.

### **2.2.1. Psikolojik Dayanıklılıkla İlgili Araştırmalar**

Psikolojik dayanıklılığın çeşitli değişkenlerle olan ilişkilerinin incelenmesi, hangi faktörlerden etkilendiğini ortaya koymak açısından önemli görünmektedir. Güngörmüş ve arkadaşları (2015) çalışmalarında kız öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada ekonomik durumu iyi olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Babalarının eğitim düzeyi arttıkça da öğrencilerin psikolojik dayanıklılıkları artmaktadır. Öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ayrıca aileden ve arkadaştan algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile paralel olarak da artmaktadır. Yani bireylerin aile ve arkadaşlardan aldığı sosyal destek düzeyi arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeyleri de artmaktadır.

Tümlü ve Recepoğlu (2013) yetişkinlerle yürüttükleri çalışmalarında paralel olarak kadın akademisyenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin erkek akademisyenlerden daha yüksek bulunmuşlardır. Bu bulgular kadınların psikolojik dayanıklılıklarının erkeklerden



daha yüksek olduğuna işaret ederken; Aydoğdu (2013) çalışmasında kız ve erkek üniversite öğrencileri arasında psikolojik dayanıklılık düzeyleri açısından anlamlı farklılık olmadığını belirlemiştir.

Bektaş ve Özben (2015) evli bireylerin cinsiyet, yaş, bir işte çalışıp çalışmama ve eşin bir işte çalışıp çalışmamasına göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değişmediği; öğrenim durumu, eşlerin öğrenim durumu ve ekonomik durum algısına göre ise değiştiği izlenmiştir. Diğer bir deyişle, evli bireylerin öğrenim düzeyi, eşlerin öğrenim düzeyi ve ekonomik durum algısı puanları arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de arttığı izlenmiştir. Eşlerin eğitim durumu yükseldikçe bireylerin kendilerine kaynak sağlayabildikleri ve eşleriyle kurdukları ilişkiyi de daha olumlu bir çerçevede sürdürebilmeleri mümkün olabilir. Eğitimli bireyler daha nitelikli işlere sahip olmakta ve bunun sonucu olarak da aile geliri daha iyi hale gelebilmektedir. Ekonomik durum algısının artmasının psikolojik dayanıklılığı arttırdığı da araştırma bulguları arasındadır. Diğer yandan eşlerin iyi eğitim almış olmaları çocuk yetiştirme tarzlarını, birlikte geçirilen zamanın niteliğini ve etkin problem çözme becerilerini olumlu yönde etkileyebilmektedir. Sonuç olarak eşlerin eğitim düzeylerinin, psikolojik dayanıklılık düzeylerini etkileyebileceği söylenebilir.

Terzi (2005), üniversite öğrencilerinde öznel iyi olma ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, psikolojik sağlamlığın bilişsel değerlendirme ve başa çıkma aracılığı ile iyi olma üzerinde etkisinin olduğu sonucuna varmışlardır. Karacaoğlu ve Köktaş'ın (2016) hastane çalışanlarıyla yaptıkları bir çalışmada, bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin psikolojik iyi olma puanlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişki içinde olduğu; iyimserliğin de bu ilişkide kısmi aracı etkiye neden olduğu belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, psikolojik dayanıklılık arttıkça hem iyimserlik hem de psikolojik iyi olma hali artış göstermektedir. Yapılan bu çalışmalarda psikolojik dayanıklılık ve psikolojik iyi olma değişkenlerinin birbirleriyle pozitif yönde ilişki içinde olduğu izlenmiştir.

Psikolojik dayanıklılık kalıcı ve bireye özgü bir özellik olmaktan çok, zamanla öğrenilebilen ve geliştirilebilen bir davranış örüntüsü olarak ele alınmaktadır. Örneğin psikolojik dayanıklılığı düşük seviyede olan bireyler zaman içinde psikolojik dayanıklılığı yüksek bir gruba girebilmektedir ya da tam tersi bir biçimde daha önce dayanıklılığı yüksek kabul edilen bireyler de daha sonraları psikolojik açıdan daha düşük dayanıklılık gösterebilirler (Kararımak, 2007, Yılmaz-Irmak, 2011). Stewart ve arkadaşları (1997) dayanıklılığı zaman içinde bireysel ve çevresel faktörlerin etkisiyle değişebilen, bireylerin zorlu durumların üstesinden gelebilmelerini sağlayan olumlu bir psikolojik kapasite olarak değerlendirmektedir.

Tümlü ve Recepoğlu (2013) üniversite akademik personelle yaptıkları çalışmada yaşam doyumu puanları ile psikolojik dayanıklılık puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık yaşam doyumunu anlamlı olarak yordayabilmektedir. Bunun yanı sıra; akademik personelin psikolojik dayanıklılık düzeyleri, cinsiyet, yaş, medeni durum, unvan, hizmet yılı ve buldukları üniversitedeki hizmet yılı açısından anlamlı bir farklılaşma göstermemektedir.

Çam ve arkadaşları (2014) dayanıklılığın; eleştirel ve yenilikçi düşünme, esneklik ve farkındalığın yüksek olması ile olan bağları nedeniyle yaratıcılıkla da ilişkisi olduğunu ve yaratıcılığın dayanıklılığı arttırdığını belirtmektedir. Ruh sağlığı hemşirelerinin de ruhsal sağlıklarının korunması ve güçlendirilmesinde, ayrıca çalıştıkları riskli travmatik gruplara uygun davranışsal tepkilerde bulunabilmelerinde dayanıklılık ve yaratıcılıklarının artırılmasının gerektiğini vurgulamaktadır.

Psikolojik dayanıklılığın psikolojik iyi olma, yaşam doyumu ve yaratıcılıkla olan pozitif ve anlamlı ilişkilerinin bireyin yaşamına olumlu katkılarının olduğunu göstergeleri olarak düşünülebilir. Bu anlamda dayanıklılığın, bireyin yaşamındaki olumsuz bazı durumlar üzerinde iyileştirici etkiler yaratabileceği düşünülebilir. Psikolojik dayanıklılığın; yaşamda problem çözmede, duygu düzenlemede, kendini değerlendirmede olumlu etkilerinin olduğu, alkol ve madde kötüye kullanımı ve özyıkım düşüncelerini azalttığı belirtilmiştir (Coşkun ve ark., 2014; Öz ve Yılmaz, 2009). Sagone (2013) psikolojik

dayanıklılık ile farklı düşünme stilleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu; Senyonga (2013) mültecilerde psikolojik dayanıklılık ile travma sonrası büyümenin koruyucu faktörler arasında yer aldığı sonucuna varmışlardır. Durak (2002) deprem yaşamış 380 üniversite öğrencisi üzerinde psikolojik dayanıklılığın algılanan sosyal destek ve başa çıkma stratejilerine etkisini araştırdıkları çalışmalarında psikolojik dayanıklılığın stres ve psikolojik belirtiler arasında arabulucu bir rolünün olduğu, ayrıca psikolojik belirtilerin yordanmasında psikolojik dayanıklılığın etkili bir faktör olduğu bulunmuştur. Besser ve arkadaşları (2014) İsrail Gazze çatışmalarını yaşayan sivil halk üzerinde yaptıkları çalışmalarda; kişinin dayanıklılığının travma sonrası yaşayacağı PTSTB belirtilerinin belirleyicisi olduğunu, travma belirtilerindeki çeşitliliğin nedeninin bireyler arası dayanıklılık farklılığından kaynaklandığını belirtirler. Travmatik olaylar sonrasında PTSTB belirtilerinin gelişmesinde kişinin içsel dayanıklılığı belirtileri yatıştırıcı ve azaltıcı etki göstermektedir.

Fadardi ve arkadaşları (2010) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmalarında dayanıklılık ve motivasyonel yapının madde kullanımının yordayıcıları olduğu sonucuna varmışlardır. Choi ve arkadaşları (2015) internet bağımlılığı ile dayanıklılık, dürtüsellik, depresyon ve anksiyetenin anlamlı ilişkiler gösterdiği; dayanıklılığın internet bağımlısı grupta depresyonu önlemede olumlu etkisinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Coşkun ve arkadaşları (2014) da psikolojik dayanıklılığın alkol ve madde kullanımını azalttığını göstermektedir.

Psikolojik dayanıklılığın sosyal ilişki becerisi, gereksinimi ve sosyal destekle ilişkilerini ele alan çalışmalar; aralarında pozitif yönde ilişkilere işaret etmektedir. Yıldırım ve arkadaşları (2015) psikolojik dayanıklılık ile özerk benlik kurgusu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki izlenmiş; ancak ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Ayrıca kızların psikolojik dayanıklılıklarının erkeklere göre daha yüksek olduğu; erkeklerin daha özerk benlik kurgularının olduğu, kızların ise daha ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgularına sahip olduğu görülmüştür.

Bir kişilik özelliği olarak psikolojik dayanıklılık üzerinde sosyal desteğin etkisinin incelendiği çalışmada; bireyin aile ya da diğer sosyal destek sistemlerine sahip olmasının başına gelen zorlu olaylar karşısında olayın sonuçlarını daha iyi kontrol edebildikleri ve problem durumlarında yalnız olmadıkları duygusu ile birlikte geleceklerini daha olumlu kurguladıkları sonucuna varılmıştır. Diğer yandan psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olması çevresindeki sosyal destek sistemlerini daha etkili kullanmasına da neden olabilmektedir (Ganellen ve Blaney, 1984). Kobasa ve arkadaşları (1982) alt boyutları açısından bakıldığında bireyin sosyal kaynaklarına bağlanması sonucu stresli durumlarla baş etmeleri kolaylaşmakta ve çevrelerini ilgilenilmeye değer olarak görebilmektedirler. Meydan okuma davranışı gösteren birey de yine çevresine yönelmekte ve farklı deneyimlere sahip olmayı bireysel gelişimi için bir fırsata dönüştürme inancını taşımaktadır. Noorafshan ve arkadaşları (2013) aile içi iletişim biçiminin iyi olduğu durumda dayanıklılık düzeyinin yükseldiğini, iletişim düzeyi düştükçe psikolojik dayanıklılığının düştüğünü göstermiştir.

Kayacı ve Özbay (2016) psikolojik dayanıklılık ile sosyal ilgi değişkeninin ilişkilerini inceledikleri araştırmalarında; psikolojik dayanıklılık ve psikolojik dayanıklılığın alt boyutları olan kendini adama, kontrol, meydan okuma; sosyal ilgi ile pozitif yönde anlamlı olarak ilişkili olduğu belirlenmiştir. Sosyal ilgi ile en yüksek ilişkiyi psikolojik dayanıklılığın kendini adama boyutu ile göstermektedir. Büyük çocuk ve küçük çocuk psikolojik doğum sırası, sosyal ilgi ve psikolojik dayanıklılık ile pozitif yönde ilişki göstermektedir. Ortanca çocuk psikolojik doğum sırası ise sosyal ilgi ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Sosyal ilgi ve tek çocuk psikolojik doğum sırası; meydan okuma için anlamlı yordayıcılık göstermektedir. Bununla birlikte büyük çocuk, tek çocuk psikolojik doğum sıraları ve sosyal ilginin, kontrol alt boyutu için anlamlı bir yordayıcılık göstermektedir. Son olarak; büyük çocuk psikolojik doğum sırası, travmatik yaşam olayı ile sosyal ilginin, kendini adama alt boyutu için anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucuna varılmıştır. Büyük çocukların diğer kardeşlere göre daha sorumluluk sahibi, kontrollü, mücadeleci, yönlendirici ve başarıya odaklanan özelliklere sahip olduğu; kardeşin doğması

ile birlikte kaybettikleri ilgi ve gücün telafisi şeklinde çevresini daha çok denetim altında tutmaya çalıştığı belirtilmektedir (Adler, 2003).

### **2.2.2. Psikolojik Dayanıklılık ve Bağlanma**

Kobasa, ve arkadaşlarına (1982) göre bireyin aile ve sosyal çevresi, iş yaşamı, kişilerarası ilişkiler, çeşitli inanç ve değerlere olan bağlılığı gibi yaşamının çeşitli alanlarındaki etkinliğinin sürüyor olması bireyin zorlu yaşam olayları ile başatmesinde kaynak görevi görmektedir.

Bimbaum, ve arkadaşları (1997) güvenli ve güvensiz bağlanan bireylerin ayrılık karşısındaki tepkilerini inceledikleri çalışmalarında; güvenli bağlananların kaygılı – kaçınan bağlananlara göre ayrılık durumunda daha az üzüntü yaşadıkları belirlenmiş ve ayrılığın çok tehdit edici algılanmadığını, ayrılığıyla yüzleşmek için başa çıkma becerilerine sahip olduklarını belirtmişlerdir. Diğer bir değişle, güvenli bağlanan bireyler ayrılığı daha az tehdit edici olarak algılamakta ve bu durumla baş etmede kendilerini yeterli görmektedirler. Kaygılı-kaçınmacı bağlanan bireyler başlarına gelen boşanma durumlarını daha tehdit edici olarak algılamakta ve bununla baş etmede kendilerini yetersiz görmektedirler

Bilişsel esneklik kavramı; bireylerin başına gelen durumlara nasıl tepki verdiğini anlamada incelenen bir faktördür. Bireyin çevresinde değişen koşullar karşısında bilişlerini değiştirebilme becerisi olan bilişsel esnekliğin 3 alanı vardır: zor koşulları kontrol edebilme algısı, başına gelen olayların ve insanların tepkilerinin alternatiflerinin olabileceğine inanması ve zor koşullar altında çözüm üretebilme becerisi (Dennis ve ark., 2010). Dağ ve Gülüm (2013); bilişsel esnekliğin kontrol boyutunun her iki cinsiyet için de bağlanma özellikleri ve psikopatoloji arasında önemli bir değişken olduğunu belirlemiştir. Kaygılı bağlanma ile depresyon, sosyal kaygı ve OKB ilişkisinde bilişsel esneklik-kontrol değişkeninin etkisi olduğu belirlenmiştir. Bilişsel esneklik-kontrol boyutu kadınlardaki kaçınan bağlanma ile depresyon ve sosyal kaygı ilişkisine kısmi olarak aracılık etse de;

erkeklerde bu aracılık etkisi belirlenememiştir. Kaygılı bağlanmanın sosyal kaygıyla ilişkisi ise bütünüyle bilişsel esneklik-kontrol boyutu üzerinden anlamlı hale gelmektedir.

Neria ve arkadaşları (2001) ise psikolojik dayanıklılığın güvenli bağlanma ile pozitif yönde ilişkili olduğu; bununla birlikte kaçınmacı bağlanma ve kararsız bağlanma ile negatif yönde ilişki gösterdiği sonucuna varmıştır. Güvenlibağlanan bireyler, zorlu bir olay sonrası kendini daha hızlı toparlamaya eğilimli; güvensiz bağlanan bireyler ise acı çekmeye daha fazla eğilimli bulunmuştur.

Bilişsel açıdan kendini değerli ve yeterli gören, kendine yönelik algıları olumlu olan ve olaylar karşısında kontrolün elinde olduğunu hisseden bireyin daha olumlu duygular yaşayacağı öngörülen araştırmada; benlik saygısı yüksek olan ve içsel denetim inancı olan bireylerin daha olumlu duygular yaşayacağı ve bunun da psikolojik sağlamlığı olumlu olarak etkilediği belirtilmektedir. Psikolojik sağlamlığın olayları kontrol edebilmeye dair inanç ve zorlu yaşam olaylarına rağmen diğer yaşam alanlarında etkin olarak devam edebilmeyi içerdiği göz önüne alındığında kendine ait olumlu algısı ve davranış kontrolünü gösteren benlik saygısı ve içsel denetim odağı ile ilişkisi beklendik yöndedir. İçsel denetim odağına sahip olma, kişinin yaşamındaki olayların gidişatında denetiminin olduğuna dair inanç olarak bireyin daha fazla sorumluluk duygusunun olmasına ve olayların kontrolünü kendinde görerek daha uyum gösteren davranışlara yönelmesine neden olmaktadır. Bu nedenle içsel denetimlilik, psikolojik sağlamlık açısından etkili bir özellik olarak işlev görebilmektedir (Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011).

Psikolojik dayanıklılık ile güvenli bağlanma arasında pozitif ilişki olduğu yönündeki bulgulara karşıt olarak Aydoğdu (2013) çalışmasında psikolojik dayanıklılık ile güvenli ve saplantılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki olmadığı; korkulu ve kayıtsız bağlanma puanlarıyla ilişki gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Benzer biçimde Chilton (2001) korkulu bağlanma ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde ilişki olduğunu ifade etmektedir. Bu anlamda bağlanma özellikleri ve dayanıklılık arasında farklı türde ilişkilere rastlandığı söylenebilir.

### 2.3. BENLİK SAYGISI

Psikoloji alanında en çok araştırılan değişkenlerden biri olan benlik saygısı; bireyin kendine ilişkin olumlu ya da olumsuz tutumları ve değerlendirmelerini kapsamaktadır. Yüksek ve düşük benlik saygısı olmak üzere iki boyutlu olarak ele alınmaktadır. Yüksek benlik saygısına sahip olanlar, kendilerini saygıdeğer ve değerli hissetmelerine karşın buna diğerlerinden üstün oldukları düşünceleri eşlik etmemektedir. Düşük benlik saygısı olanlar ise kendilerinden memnuniyetsizdir ve kendilerini reddetmektedirler (Rosenberg, 1965). Yüksek benlik saygısına sahip olanlar girişken, mücadeleci, güçlü başa çıkma becerileri olan, sosyal ilişkileri iyi ve olumlu izlenim bırakan, grup içinde kendini rahat ifade eden bireylerdir (Baumeister ve ark., 2003).

Benlik saygısı (self-esteem), benliğin beğenilmesini ve benimsenmesini ifade eden, kendini olduğundan daha aşağıda ya da daha üstün görmeden kendinden memnuniyeti gösteren ve kişinin kendi kendini değerlendirmesi ile ulaşılan kendinden hoşnutluk ve değerlilik halidir. Benlik saygısı, bireyin ne olarak gördüğü ile ne olmak istediği arasındaki farkları barındıran duyguları ve düşünceleri barındırır (Yavuzer, 2003). Benlik saygısı, gelişim süreci içinde öğrenilen yaşamboyu bir süreçtir ve bireyin özerkleşmesi, yaşamdan doyum alması, amaçlarına yönelik davranabilmesi, çevreyle sağlıklı iletişim kurabilmesi ve uyumlu olabilmesi, geleceği planlayabilmesi ve başarılı olması bakımından önemli bir kavramdır (Erşan ve ark., 2009).

Coopersmith (1967), benlik saygısını kişiliğin önemli bir boyutu ve olumlu bir kişilik özelliği olarak görmekte, bireyin kendisini önemli, değerli, yetenekli ve başarılı algılama düzeyi olarak tanımlamakta ve benlik saygısının gelişiminde dört faktörün önemli olduğunu belirtmektedir. Bunlar, 1. Bireyin yaşamında önemli olan insanlardan gördüğü ilgili ve kabul edici davranışlar 2. Bireyin başarıları ile elde ettiği pozisyon ve sahip olduğu konum 3. Bireyin kendisine yönelik başkaları tarafından yapılan değerlendirmelere nasıl tepki verdiği, 4. Bireyin başkaları tarafından kendisine konulan veya kendi istediği amaçlara ulaşip ulaşamamasıdır.

### 2.3.1. Benlik Saygısının Gelişimi

Benlik kavramının gelişimi, bireyin çevresindeki insanlarla olan deneyimlerini algılama biçimlerine göre oluşan dinamik bir süreç olarak; çevresindeki insanlar tarafından olumlu biçimde değerlendirilme ve kabul edilme gereksinimlerinden oldukça etkilenmektedir (Geçtan, 1982).

Çocuk ilk doğduğu zamanlarda bir benlik hissine sahip değildir ve benlik kavramı sosyal etkileşimler ve yaşantılar sonucu yavaş yavaş gelişmektedir. Doğduğunda “ben” ile “ben olmayan” arasındaki farkı algılayamayan çocuğun doğumdan sonraki ikinci ve üçüncü aylarda kendisi ve dış dünya arasında ayırım yapabilme gücünü elde etmesiyle benlik gelişmeye başlamaktadır (Baymur, 1993).

Benlik saygısının, bebeklik döneminden itibaren temel gereksinimlerin tutarlı olarak ve düzenli bir biçimde sevgi ve ilgi ile karşılanması sonucu oluştuğu ileri sürülmektedir. Ergenlikte kendi değerliliğini benimsemek, anne-babadan özerkleşerek bağımsız hale gelmek, yetişkin rolünü kabul etmek kendi kimliğini bulabilmesi noktasında oldukça önem kazanmaktadır. Bu dönemde benlik oldukça gelişmekteyse de bireyin benlik gelişimi yaşam boyu sürmektedir (Ekşi, 1990).

Ergenlik döneminde soyut düşünme becerisini kazanan genç, kendisini bütün özellikleri ile algılamaya başlamaktadır. Fiziksel çekicilik ve arkadaşlık bu dönemde benlik saygısını etkileyen en önemli faktörlerdir. Fiziksel çekicilik gencin fiziksel olarak kendisinden memnuniyetine katkı sağlamasının yanında diğerlerinden gelecek tepkilerin niteliğini etkilemesi nedeniyle de benlik saygısı üzerinde olumlu ya da olumsuz etki yaratabilmektedir. Fiziksel olarak kendinden memnun olan ergenler olumlu benlik saygısı geliştirebilmekte; ancak fiziksel özellikleri açısından olumsuz inançlara sahip olanlar bu süreçte benlik saygısında düşüşler yaşayabilmektedir. Ergenlikte arkadaşlarla gelişen olumlu ilişkiler olumlu benlik saygısı gelişimine katkı sağlamaktadır. Tam tersi olarak arkadaşları tarafından soyutlanan, kabul görmeyen ve kurban konumuna getirilen ergenlerde düşük benlik saygısı izlenebilmektedir. Ergenliğin sonlarına doğru ergenlerin



kimlik gelişimlerinin tamamlanmasıyla benlik saygıları da olumlu yönde gelişmeye başlamaktadır (Ormrod, 2003).

Sarıkaya (2015) çalışmasında yaş arttıkça benlik saygısının arttığını; bunun da yaşın büyümesiyle birlikte ergenlerin kendini daha iyi tanınması ve kabullenmesi söz konusu olduğundan olgunlaşmayla birlikte gelişen bir benlik saygısı olduğunu ifade etmektedir. Ayrıca erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre benlik saygılarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Erkek çocuklara toplum içinde daha fazla değer veriliyor olması, daha özgür yetiştiriliyor olması ve kızların daha duygusal ve depresif özellikler göstermesi benlik saygılarında farklılığa neden olabilmektedir. Blaidorn ve arkadaşları (2015) yaptıkları kültürlerarası çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha yüksek benlik saygısı gösterdiklerini, literatürde de buna paralel olarak erkeklerin benlik saygılarının daha yüksek olduğu yönünde çalışmaların yoğun olduğunu belirtmektedir.

Aynı araştırmada doğum sırası, anne-baba eğitim durumu ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki elde edilememiştir. Anne-babası birlikte olanların benlik saygıları boşananlara göre daha yüksek bulunmuştur. Benzer olarak sosyoekonomik olarak durumunu düşük algılayanların benlik saygıları, durumunu orta düzey algılayanlara göre daha düşük bulunmuştur. Bu iki durum göz önüne alındığında ebeveynlerin boşanması ve sosyoekonomik açıdan düşük algılanması ergenlerin dezavantajlı konumda olmasına, bazı gereksinimlerinin karşılanmamasına ve hissettiği olumsuz koşullar nedeniyle de benlik saygısının düşmesine neden olabilir (Sarıkaya, 2015).

Gelişimsel süreçlerden etkilenen benlik saygısı, düzeyine göre adlandırıldığında yüksek ve düşük benlik saygısına sahip bireylerde bazı davranışsal ve ruhsal özellikler şeklinde görülmektedir. Yüksek benlik saygısına sahip bireyler genel olarak; kendilerini olumlu olarak değerlendiren, mutlu, üretken, başarılı olmak ve güçlükleri yenmek için daha uzun süre çaba gösteren, kendine gerçekçi hedefler koyabilen, kendilerini yetenekli olarak algılayan, yaratıcı, stresli ve zorlu yaşam olaylarında kendini koruyabilen, atılgan, sosyal yönden uyumlu, yaşamda mutluluğu daha kolay elde eden çünkü koşulların üzerindeki gücünü görebilen, güçlü yanlarına ve olumlu özelliklerine odaklanan, olumlu bakış açısına

sahip, başkaları tarafından sevilip sayıldığını ve beğenildiğini düşünen bireylerdir (Yavuzer, 2003; Tatoğlu, 2006; Saygın, 2008, Otacıoğlu, 2009).

Düşük benlik saygısına sahip kişiler kalıcı ve sürekli olarak kendilerini olumsuz değerlendiren, görevlerden ve denemelerden kaçınan, kendine güveni zayıf, araştırmacı olmayan, yaratıcılığı düşük, başarısızlık beklentileri olan, başarı elde etmek için az çaba gösteren, başarısızlık durumlarında değersiz ve yeteneksiz hisseden, öfkeli, olumsuz ve zayıf özelliklerini ön plana çıkaran, diğer insanlar tarafından sevilmediği, yetersiz ve değersiz algılandığı türünde düşüncelere sahip bireylerdir (Yavuzer, 2003; Tatoğlu, 2006, ; Balat ve Akman, 2004; Saygın, 2008; Otacıoğlu, 2009).

### **2.3.2. Benlik Saygısı ile İlgili Araştırmalar**

Benlik saygısı genel olarak olumlu ruhsal özelliklerle birlikte görülmekte, hangi değişkenlerle nasıl ilişkiler içinde olduğunu anlamak halen ilgi çeken araştırma alanlarından biri olmaktadır. Yılmaz ve Ekinci (2001), hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında benlik saygısı ile atılganlık düzeylerinin pozitif yönde anlamlı ilişki içinde olduğu belirlenmiştir. Ayrıca anne-babası birlikte olan ergenlerin benlik saygısı ve atılganlık puan ortalamalarının ayrı olanlara göre daha yüksek olduğu; kardeş sayısına göre ise benlik saygısı ve atılganlık puanlarının değişmediği izlenmiştir.

Akça (2012) tarafından, genç yetişkinlerin algıladıkları anne baba tutumlarının kendini toplama gücü ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada; annelerinin davranışlarını yönlendirdiği öğrencilerin benlik saygısının daha düşük olduğu; ancak babalarının tutumları ile benlik saygısı arasında bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Benlik saygısı yüksek olan bireylerin kendini toplama gücünün de yüksek olduğu; yaş açısından benlik saygısı puanlarının değişmediği ve erkeklerin benlik saygısı puanlarının kadınlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu izlenmiştir.

Eriş ve İkiz'in (2013) ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi ve bunların bazı sosyo-demografik özelliklere göre farklılaşp farklılaşmadığını

incelemek amacıyla yaptığı araştırmada; ergenlerin benlik saygısı düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu; cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, ebeveyn birlikteliği, babanın çalışma durumu, yaşamın en uzun süre geçirildiği yer, karşı cinsten özel bir arkadaşa sahip olma durumuna göre benlik saygısı düzeylerinin, genel sosyal kaygı düzeylerinin ve sosyal kaygı alt boyutları düzeylerinin değişmediği belirlenmiştir.

Zhang (2001) tarafından, üniversite öğrencileri üzerinde düşünme stilleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada; hem kızlarda hem de erkeklerde kompleks ve yaratıcı düşünce stilleri (aşamalı, özerk, yargılayıcı) ile benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, daha basit ve sınırlayıcı düşünme stilleri (gelenekçi ve kuralcı) ile benlik saygısı arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Wilkinson (2004) ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik sağlığı üzerinde anne babaya ve akranlara bağlanmanın rolünü inceledikleri çalışmada; akranlara ve anne babaya bağlanmanın, benlik saygısının psikolojik sağlık üzerindeki rolüne aracılık ettiği ve erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Moksnes ve arkadaşları (2010) ergenler üzerinde yaptıkları çalışmalarında stres, benlik saygısı ve duygu durumu arasındaki ilişkileri ve bu değişkenlerin cinsiyet açısından değişimlerini incelemiş ve erkeklerin kızlardan anlamlı düzeyde daha yüksek benlik saygısına sahip olduğunu, bütün stres alanları (akran baskısı, ev yaşamı, romantik ilişkiler, okula devam, okul başarısı, finansal baskı, erişkin sorumluluğu) ve duygusal durumun (anksiyete, depresyon) benlik saygısı ile negatif ve anlamlı bir ilişki içinde olduğu sonucuna varılmıştır. Silverstone ve Salsali (2003) madde kullananların benlik saygılarının psikiyatrik popülasyon içinde major depresyon ve yeme bozukluklarıyla birlikte en düşük grupta olduğu sonucuna varmışlardır.

### 2.3.3. Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık

Benlik saygısının diğerk olumlu bir psikolojik değişken olduğu düşünölen psikolojik dayanıklılık ile ilişkilerini ele çalışmalarda, iki değişkenin aralarında olumlu ilişkiler olduğu yönünde bulgulara rastlanmaktadır. Kamy (2000), çalışmasında psikolojik iyi olma ve benlik saygısının psikolojik sağlıklıla arasındaki ilişkiyi incelemiş ve üniversite öğrencilerinden elde edilen verilerin sonucuna göre, psikolojik sağlıklı ve psikolojik iyi olmanın, benlik saygısının güçlü belirleyicilerinden oldukları sonucuna varılmıştır.

Sarıkaya (2015) ergenlerde benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılığı çeşitli değişkenler açısından inceledikleri çalışmasında; benlik saygısı ile dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Benlik saygısının yüksek olması bireyin kendini yeterli ve değerli algılamasına neden olmakta ve birey bir sorunla karşı karşıya kaldığında hissettiği bu yeterlilik duygusuyla sorunun üstesinden gelerek güçlü ve dirençli bir tutum ve davranış gösterebilmektedir.

Güloğlu ve Kararmak (2010) yalnızlık gösteren bireylerin benlik saygısı ve psikolojik sağlıklıklarının incelendiği araştırmada, yalnızlık düzeylerinin benlik saygısı ve psikolojik sağlıklılık düzeyleri ile negatif yönde anlamlı ilişki içinde olduğunu göstermektedir.

Kararmak ve Çetinkaya (2011) benlik saygısı ve denetim odağı ile dayanıklılığı inceledikleri çalışmalarında içsel denetim odağı ve benlik saygısı yüksek olan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Stresli durumlar karşısında bireyin içsel denetim odağı inancındaki gibi olayları kendi kontrolünde hissetmesinin psikolojik dayanıklılığın getirdiği kontrol ve kendini adama becerileri ile de ilişkisi olması beklenen bir durumdur. Yine benlik saygısının artması, bireyin kendi davranışlarına olan inanç ve güveni sağlayacağı için psikolojik dayanıklılıkla ilişki göstermekte olduğu anlaşılırdır.

Benlik saygısı yüksek olan, kendine duyduğu saygının yanı sıra kendine duyduğu güven ve değeri, kendinden hoşnutluluğu ve kendine olan beğeniye, kendini değerli ve

sevilmeye değer olarak algılayan birey, kaçınma davranışlarına daha az yönelmekte, sorunlar karşısında kontrollerini arttıran daha olumlu ve etkili karar mekanizmalarını ve sorun çözme yöntemlerini devreye sokabilmektedir. Bir araştırma sonuçlarına göre; benlik saygısı karar verme sürecindeki kendine saygıyı ve karar verme biçimlerini anlamlı olarak açıklamaktadır. Benlik saygısı yüksek bireyler, kendilerini daha olumlu algılamakta, kendilerine daha tutarlı olarak güvenmekte ve daha özerk davranabilmektedirler. Bu özellikleriyle karar verme süreçlerinde de kendilerine olan güveni yansıtır (Avşaroğlu ve Üre, 2007).

#### **2.3.4. Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri**

Benlik saygısının gelişimi sırasında ebeveynlerin tutumlarının etkili olduğu yönündeki görüşler ışığında, yine ebeveyn davranışlarıyla belirlenen bağlanma stillerinin benlik saygısıyla nasıl bir ilişki içinde olduğunu anlamak önemli hale gelmektedir.

Arbona ve Power (2003) Afrika, Avrupa ve Meksika kökenli Amerikalı lise öğrencileriyle yürüttükleri çalışmalarında güvenli bağlanmış bireylerin daha az güvenli bağlanana göre daha olumlu benlik saygıları olduğu ve daha az antisosyal davranışlara başvurdukları sonucuna ulaşmışlardır. Gomez ve McLaren (2007) anne babaya bağlanma düzeyi ile benlik saygısı arasında pozitif ilişki olduğunu, ayrıca benlik saygısının saldırganlık ve bağlanma arasındaki ilişkide aracılık etkisi gösterdiğini izlemişlerdir.

Terzi ve Çankaya (2009) araştırmaları sonucunda güvenli bağlanma stilinin özsaygıyı anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin kendilerini ve becerilerini olumlu değerlendirme eğiliminde olduklarını, olumlu bir benlik algısı geliştirdikleri ifade edilmektedir. Bu çalışmada stresle başa çıkma tutumlarından aktif planlamanın güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleriyle düşük ama pozitif ve anlamlı ilişki içinde olduğu; korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri ile ise ilişki göstermediği belirlenmiştir. Stresle baş etme biçimlerinden dışsal yardım aramanın, güvenli bağlanma ile pozitif ve anlamlı düzeyde ilişkisinin olduğu ve anlamlı bir yordayıcılığının olduğu; diğer bağlanma biçimleriyle ilişki göstermediği izlenmiştir. Benzer bir biçimde güvenli bağlanmanın dine sığınma puanları ile düşük ama anlamlı ve pozitif yönde ilişki

gösterdiği ve anlamlı bir yordayıcılığının olduğu ortaya konmuştur. Diğer bağlanma stillerinin dine sığınma ile anlamlı bir ilişki göstermediği belirlenmiştir. Kaçma – soyutlama puanları ile güvenli ve korkulu bağlanma stilleri arasında düşük ama pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Kabul- bilişsel yeniden yapılandırma puanları ile güvenli bağlanma stili arasında da düşük ama pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak güvenli bağlanmanın aktif planlama, dış yardım arama, dine sığınma ve kabul-bilişsel yeniden yapılanmayı anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Diğer bir deyişle güvenli bağlanma stiline öznel iyi olma ve stresle başa çıkma tutumlarını yordadığı; güvenli bağlanan bireylerin stresle beşetmede etkili yollar kullandıkları ve yüksek özsaygıya sahip oldukları söylenebilir. Kayıtsız bağlanma stiline aktif planlama başa çıkma tutumunu anlamlı bir biçimde yordaması ise, kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylerin yüksek düzeyde özsaygıya sahip olmaları sonucu stres durumunda davranışlarını kendi başına yönetebilmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Korkulu bağlanma stiline ise kaçma-soyutlama başa çıkma tutumunu anlamlı şekilde yordaması, bu bireylerin kendine ve başkalarına güvenmedikleri için sorunları inkar yoluna gittikleri ve başka şeylerle uğraşma gibi etkisiz baş etmelere yöneldikleri düşünülmektedir.

Bayraktar ve arkadaşları (2009) ebeveyne güvenli bağlanmanın her iki cinsiyette de benlik saygısını doğrudan yordadığını; ebeveynleriyle güvenli ve sıcak ilişki tarif eden ergenlerin benlik saygılarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Kızlarda akranlara bağlanma ile benlik saygısı arasında böyle bir ilişkiye rastlanmamıştır. Bunu da kız ergenlerin özerkleşme süreçlerinin erkeklere göre daha yavaş olması ve ebeveynlerle ilişkilerinin benlik saygısı üzerinde akranlara göre daha belirleyici olduğu belirtilmektedir. Erkek ergenlerde akran ve ebeveyne bağlanmanın birbiriyle ilişkili olduğu ve benlik saygısı üzerinde doğrudan etkili olduğu belirlenmiştir. Erkek ergenlerin ebeveynleri ve akranlarıyla güvenli ilişki içinde hissetmeleri benlik saygılarını arttırmaktadır.

## BÖLÜM III

### 3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın amaçları gereği uygulanan yöntem ve araştırmada kullanılan veri toplama araçları anlatılmıştır.

#### 3.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Bu araştırmanın evreni üniversite öğrencileridir. Araştırmanın katılımcıları İstanbul Anadolu yakasında yaşayan n=84 kadın (yaş  $\bar{x}$ =22,14; ss=1,584) ve n=87 erkek (yaş  $\bar{x}$ =22,08; ss=1,960) toplamda N=171 (yaş  $\bar{x}$ =22,11; ss=1,780) gönüllü üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Katılımcılar araştırmaya seçkisiz olarak atanmışlardır.

#### 3.2. Veri Toplama Araçları

##### 3.2.1. Sosyodemografik Veri Formu

Bu form, literatür bilgileri göz önüne alınarak araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Bu formda katılımcıların yaş, cinsiyet, harçlık, kardeş sayısı, anne baba sağlık, anne baba eğitim düzeyi, sigara, alkol, uyuşturucu / uyarıcı madde kullanımı, sıkıntıları nedeniyle daha önce bir uzmana başvurup vurmadiğı, daha önce yaşanmış travmatik olay ve olayın etkisinin sürüp sürmediğı soruları yöneltilmiştir.

##### 3.2.2. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğı

Şerife Işık (Terzi) (2016) tarafından geliştirilen ölçek bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini belirlemektedir. Ölçeğın geçerlik güvenirlik çalışmaları 407 yetişkin katılımcı ile yürütülmüştür (285 kadın, 122 erkek). Ölçeğın yapı geçerliğinin belirlenmesi için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğın 21 madde ve üç alt boyuttan oluştuğu belirlenmiştir. Bu boyutlar alanyazın doğrultusunda kendini adama, kontrol ve meydan okuma olarak adlandırılmıştır. Ölçeğın üç faktörlü yapısı doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanmıştır. Ayrıca ölçek maddelerinde %27'lik alt-üst grupların ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olduğu

bulunmuştur. Ölçeğin tamamı için Cronbachalpha güvenilirlik katsayısı  $\alpha = ,76$  iken, her bir alt boyut için Cronbachalpha güvenilirlik katsayıları  $\alpha = ,62$  ile  $\alpha = ,74$  arasındadır. Bulgular sonucunda ölçeğin psikolojik dayanıklılık kişilik özelliğini geçerli ve güvenilir şekilde ölçtüğü ortaya çıkmıştır.

Ölçeğin 7, 8, 9, 13, 14, 16 ve 17. maddeleri meydan okuma alt boyutunu; 1, 2, 3, 5, 6, 18 ve 21. maddeleri kendini adama alt boyutunu; 4, 10, 11, 12, 15, 19 ve 20. maddeleri kontrol alt boyutunu oluşturmaktadır. Ölçeğin 2. ve 15. maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınacak toplam puanın yüksekliği psikolojik dayanıklılık düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir

### **3.2.3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği**

Benlik saygısı ölçümü için kullanılan bu ölçek, 1963 yılında Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. Amerika Birleşik Devletleri'nde güvenilirlik geçerlilik çalışması yapıldıktan sonra birçok araştırmada ölçüm aracı olarak kullanılmıştır. Ülkemizde ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmış olup, geçerlilik kat sayısı  $r = ,71$  olarak bulunmuştur. Test- tekrar test güvenilirlik yöntemi kullanılarak da güvenilirlik kat sayısı  $r = ,75$  olarak saptanmıştır (1986). Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, çoktan seçmeli 63 sorudan oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçek, on iki alt kategoriden oluşmaktadır. Araştırmanın amacı doğrultusunda benlik saygısını ölçmeye yönelik olarak, ölçeğin ilk “on” maddesi kullanılacaktır. Bu çalışmada kullanılan, Benlik Saygısı Alt Ölçeği, 4 maddeli Likert tipi bir alt ölçek olup, ölçeğin ilk 10 maddesini kapsamaktadır. Ölçekte 1=çok yanlış, 2=yanlış, 3=doğru, 4=çok doğru olarak puanlanmaktadır. Ölçeğin 3, 5, 8, 9 ve 10. soruları ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlardaki artış benlik saygısında yükselmeye işaret etmektedir.

### **3.2.4. İlişki Ölçekleri Anketi**

Griffin ve Bartholomew ( 1994) tarafından geliştirilen ölçek, 17 maddeden ve yakın ilişkilerdeki bağlanma stilini ( güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı) ölçmeyi amaçlayan 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Ters yüklü maddeler 5, 7 ve 17'dir. Bağlanma boyutlarını



hesaplarken 5. maddenin hem orijinal hem de ters yüklü hali kullanılır. 3., 7., 8., 10. ve 17. maddelerin ortalamaları güvenli bağlanma skorunu; 1., 4., 9. ve 14. maddelerin ortalamaları korkulu bağlanma skorunu; 5. (ters yüklü), 6., 11. ve 15. maddelerin ortalamaları saplantılı bağlanma skorunu ve 2., 5. (orijinal), 12., 13. ve 16. maddelerin ortalamalı da kayıtsız bağlanma skorunu verir. İlişki Ölçekleri Anketi'nin (GÖA) ülkemizdeki geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılmış ve yeterli psikometrik özellikler taşıdığı belirlenmiştir.

### **3.3. İşlem**

Araştırmada kullanılan ölçekler kağıt kalem testi olup, uygulama süresi yaklaşık 30 dakikadır.

### **3.4. Verilerin Analizi**

Araştırmanın amaçlarına uygun olarak toplanan veriler SPSS v.21 (Statistical Package for Social Sciences) Programı ile istatistiksel analize tabi tutulmuştur. Bağımsız değişkenler açısından ölçeklerden alınan puanların karşılaştırılmasında, Kolmogorov-Smirnov  $p < 0,05$  ve Skewness-Kurtosis (-1, +1 aralığı dışında kalanlar) için normal dağılmayan veriye uygun Kruskal Wallis testi ve Mann Whitney U testi yürütülmüştür. Araştırmanın bağımsız değişkenleri kategorik halde verildiğinden, kategorilere düşen katılımcı sayısı ve yüzdeleri hesaplanmıştır. Ölçeklerden alınan puanlar arasındaki ilişkilerin tespiti amacıyla Pearson korelasyon analizi yürütülmüştür.

## BÖLÜM IV

### 4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amaçlarına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistiksel analizlere yer verilmiştir. Birinci bölümde, üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeler verilmiştir. İkinci bölümde, üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanların demografik değişkenlere göre karşılaştırıldığı, normal dağılmayan veriler için Kruskal Wallis testi ve Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir. Üçüncü bölümde, üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon hesaplamaları verilmiştir.

#### 4.1. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Dağılımlar

Tablo 1’de üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri verilmiştir.

Kadın üniversite öğrencilerinin %86,9’u geçimlerini ailelerinin sağladığını, %22,6’sı geçimlerini çalışarak sağladıklarını, %11,9’u geçimlerini burs/kredi ile sağladıklarını bildirmişlerdir.

Erkek üniversite öğrencilerinin %86,2’si geçimlerini ailelerinin sağladığını, %31’i geçimlerini çalışarak sağladıklarını, %9,2’si geçimlerini burs / kredi ile sağladıklarını bildirmişlerdir.

Kadın üniversite öğrencilerinin %61,9’u aileleri / akrabaları ile yaşıyor olduklarını, %38,1’i yurt / arkadaş / tek yaşadıklarını bildirmişlerdir.

Erkek üniversite öğrencilerinin %62,1’i aileleri / akrabaları ile yaşıyor olduklarını, %37,9’u yurt / arkadaş / tek yaşadıklarını bildirmişlerdir.

Tablo 1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri

			Kadın	Erkek	Toplam
Geçimini ailesi sağlıyor	Evet	n	73	75	148
		%	86,9	86,2	86,5
	Hayır	n	11	12	23
		%	13,1	13,8	13,5
Geçimini çalışarak sağlıyor	Evet	n	19	27	46
		%	22,6	31,0	26,9
	Hayır	n	65	60	125
		%	77,4	69,0	73,1
Geçimini burs/kredi ile sağlıyor	Evet	n	10	8	18
		%	11,9	9,2	10,5
	Hayır	n	74	79	153
		%	88,1	90,8	89,5
Kimlerle Yaşıyor	Aile / Akraba	n	52	54	106
		%	61,9	62,1	62,0
	Yurt / Arkadaş / Tek	n	32	33	65
		%	38,1	37,9	38,0
Toplam	n	84	87	171	
	%	100,0	100,0	100,0	

Tablo 2’de üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri verilmiştir.

Kadın üniversite öğrencilerinin %98,8’i annelerinin sağ ve %1,2’si annelerinin vefat etmiş olduğunu; %92,9’u babalarının sağ ve %7,1’i babalarının vefat etmiş olduğunu bildirmiştir. Erkek üniversite öğrencilerinin tamamı annelerinin sağ olduğunu; %97,7’si babalarının sağ ve %2,3’ü babalarının vefat etmiş olduğunu bildirmiştir.

Kadın üniversite öğrencilerinin %38,1’i annelerinin ortaokul ve altı düzeyde, %41,7’si lise düzeyinde ve % 20,2’si lisans ve üstü düzeyde eğitimlerinin olduğunu;

%34,5'i babalarının ortaokul ve altı düzeyde, 28,6'sı lise düzeyinde ve %36,9'u lisans ve üstü düzeyde eğitimlerinin olduğunu bildirmişlerdir.

Erkek üniversite öğrencilerinin %62,1'i annelerinin ortaokul ve altı düzeyde, %28,7'si lise düzeyinde ve %9,2'si lisans ve üstü düzeyinde eğitimlerinin olduğunu; %40,2'si babalarının ortaokul ve altı düzeyde, %44,8'i lise düzeyinde ve %14,9'u lisans ve üstü düzeyde eğitimlerinin olduğunu bildirmişlerdir.

Tablo 2. Üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri

			Kadın	Erkek	Toplam
Anne Sağlık	Sağ	n	83	87	170
		%	98,8	100,0	99,4
	Vefat	n	1	0	1
		%	1,2	0,0	0,6
Baba Sağlık	Sağ	n	78	85	163
		%	92,9	97,7	95,3
	Vefat	n	6	2	8
		%	7,1	2,3	4,7
Anne Eğitim	Ortaokul ve altı	n	32	54	86
		%	38,1	62,1	50,3
	Lise	n	35	25	60
		%	41,7	28,7	35,1
	Lisans ve üstü	n	17	8	25
		%	20,2	9,2	14,6
Baba Eğitim	Ortaokul ve altı	n	29	35	64
		%	34,5	40,2	37,4
	Lise	n	24	39	63
		%	28,6	44,8	36,8
	Lisans ve üstü	n	31	13	44
		%	36,9	14,9	25,7
Toplam	n	84	87	171	
	%	100,0	100,0	100,0	

Tablo 3'te üniversite öğrencilerinin madde kullanımlarına ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri verilmiştir.

Kadın üniversite öğrencilerinin %33,3'ü sigara, %52,4'ü alkol ve %3,6'sı madde kullandıklarını bildirmişlerdir. Kadın üniversite öğrencilerinin %42,9'u hiçbir madde kullanmadıklarını bildirmişlerdir.

Erkek üniversite öğrencilerinin %42,5'i sigara, %67,8'i alkol ve %9,2'si madde kullandıklarını bildirmişlerdir. Erkek öğrencilerinin %26,4'ü hiçbir madde kullanmadıklarını bildirmişlerdir.

Tablo 3. Üniversite öğrencilerinin madde kullanımlarına ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri

			Kadın	Erkek	Toplam
Sigara	Evet	n	28	37	65
		%	33,3	42,5	38,0
	Hayır	n	56	50	106
		%	66,7	57,5	62,0
Alkol	Evet	n	44	59	103
		%	52,4	67,8	60,2
	Hayır	n	40	28	68
		%	47,6	32,2	39,8
Madde	Evet	n	3	8	11
		%	3,6	9,2	6,4
	Hayır	n	81	79	160
		%	96,4	90,8	93,6
Hiçbiri	Evet	n	36	23	59
		%	42,9	26,4	34,5
	Hayır	n	48	64	112
		%	57,1	73,6	65,5
Toplam	n	84	87	171	
	%	100,0	100,0	100,0	

Tablo 4'te üniversite öğrencilerinin klinik durumlarına ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri verilmiştir.

Kadın üniversite öğrencilerinin %21,4'ü sıkıntıları nedeniyle daha önce uzmana başvurduklarını bildirmişlerdir. Erkek üniversite öğrencilerinin %14,9'u sıkıntıları nedeniyle daha önce uzmana başvurduklarını bildirmişlerdir.

Kadın üniversite öğrencilerinin %31'i daha önce travmatik bir olay yaşamış olduklarını ve bunların %96,2'si bu olayın etkisini hala hissettiklerini bildirmişlerdir. Erkek üniversite öğrencilerinin %46'sı daha önce travmatik bir olay yaşamış olduklarını ve bunların %87,5'i bu olayın etkisini hala hissettiklerini bildirmişlerdir.

Tablo 4. Üniversite öğrencilerinin klinik durumlarına ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri

			Kadın	Erkek	Toplam
Sıkıntı nedeniyle uzmana başvuru	Evet	n	18	13	31
		%	21,4	14,9	18,1
	Hayır	n	66	74	140
		%	78,6	85,1	81,9
Travmatik Olay	Evet	n	26	40	66
		%	31,0	46,0	38,6
	Hayır	n	58	47	105
		%	69,0	54,0	61,4
Travmatik olayın etkisi sürüyor mu?	Evet	n	25	35	60
		%	96,2	87,5	90,9
	Hayır	n	1	5	6
		%	3,8	12,5	9,1
Toplam	n	84	87	171	
	%	100,0	100,0	100,0	

Tablo 5'te üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre yaş ve aylık gelir ortalamaları ve standart sapmaları verilmiştir.

Kadın üniversite öğrencilerinin yaş ortalamaları  $\bar{x}=22,14$  ve erkek üniversite öğrencilerinin yaş ortalamaları  $\bar{x}=22,08$  bulunmuştur. Kadın üniversite öğrencilerinin aylık gelir ortalamaları  $\bar{x}=1282,89$  TL ve erkek üniversite öğrencilerinin aylık gelir ortalamaları  $\bar{x}=1357,33$  TL bulunmuştur.

Tablo 5. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre yaş ve aylık gelir ortalamaları ve standart sapmaları

	Cinsiyet	N	ORT	SS	Minimum	Maksimum
Yaş	Kadın	84	22,14	1,584	18	24
	Erkek	87	22,08	1,960	18	24
Aylık gelir	Kadın	76	1282,89	756,375	300	4000
	Erkek	75	1357,33	949,847	400	5000

#### 4.2. Üniversite Öğrencilerinin Ölçeklerden Aldıkları Puanların Değerlendirilmesi

Üniversite öğrencilerinin İlişki Ölçeği Anketi, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanlar bu başlık altında değerlendirilmiştir.

#### 4.2.1. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Değişkenlere Göre İlişki Ölçekleri Anketinden Aldıkları Puanların Değerlendirilmesi

Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerine göre ve demografik özelliklerine göre İlişki Ölçekleri Anketinden aldıkları puanlar bu başlık altında karşılaştırılmıştır.

##### 4.2.1.1. Bağlanma Stilleri

Tablo 6'da üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre bağlanma stillerine dağılımları ve yüzdeleri verilmiştir. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre bağlanma stillerine dağılımları arasında anlamlı fark bulunmamıştır [ $\chi^2_{(3)}=4,318$ ;  $p>0,05$ ].

Tablo 6. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre bağlanma stilleri frekans dağılımları ve yüzdeleri

		Kadın	Erkek	Toplam	
Bağlanma Stili	Güvenli	n	30	32	62
		%	35,7	36,8	36,3
	Korkulu	n	13	7	20
		%	15,5	8,0	11,7
	Saplantılı	n	5	2	7
		%	6,0	2,3	4,1
	Kayıtsız	n	36	46	82
		%	42,9	52,9	48,0
	Toplam	n	84	87	171
		%	100,0	100,0	100,0



#### 4.2.1.2. Demografik Değişkenlere Göre İlişki Ölçekleri Anketinden Alınan Puanların Karşılaştırılması

Cinsiyete, geçimini ailesinin sağlayıp sağlamamasına, anne ve babanın sağ olup olmamasına, anne ve baba eğitime, sigara kullanımına, alkol kullanımına, madde kullanımına göre İlişki Ölçekleri Anketinden alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 7’de üniversite öğrencilerinin bir işte çalışıp çalışmamalarına göre İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir. Bir işte çalışan ve çalışmayan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur [ $z=-2,251$ ;  $p<0,05$ ]. Bir işte çalışanların güvenli bağlanma stili ortalama puanları ( $\bar{x}=22,74$ ) çalışmayanların ortalamalarından ( $\bar{x}=20,95$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bir işte çalışıp çalışmamaya göre üniversite öğrencilerinin diğer bağlanma stillerinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 7. Üniversite öğrencilerinin bir işte çalışıp çalışmamalarına göre bağlanma stilleri ortalamaları, standart sapmaları ve Mann Whitney U testi bulguları

Geçimini çalışarak sağlıyor		N	ORT	SS	z	p
Güvenli	Evet	46	22,74	4,548	-2,251	<b>,024*</b>
Bağlanma Puanı	Hayır	125	20,95	4,626		
Korkulu	Evet	46	14,52	4,431	-,859	,390
Bağlanma Puanı	Hayır	125	15,34	5,064		
Saplantılı	Evet	46	13,26	3,678	-,808	,419
Bağlanma Puanı	Hayır	125	13,68	2,939		
Kayıtsız	Evet	46	22,59	4,951	-,854	,393
Bağlanma Puanı	Hayır	125	23,28	4,453		

\* $p<0,05$

Tablo 8’de üniversite öğrencilerinin burs / kredi alıp almamalarına göre İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir. Burs / kredi alan ve almayan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur [ $z=-2,158$ ;  $p<0,05$ ]. Burs / kredi almayan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili ortalama puanları ( $\bar{x}=21,73$ ) burs / kredi alan üniversite öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{x}=18,94$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Burs / kredi alıp almamaya göre üniversite öğrencilerinin diğer bağlanma stillerinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 8. Üniversite öğrencilerinin burs/kredi alıp almamalarına göre bağlanma stilleri ortalamaları, standart sapmaları ve Mann Whitney U testi bulguları

Geçimini burs/kredi ile sağlıyor		N	ORT	SS	Z	p
Güvenli	Evet	18	18,94	5,744	-2,158	<b>,031*</b>
Bağlanma Puanı	Hayır	153	21,73	4,447		
Korkulu	Evet	18	17,06	4,832	-1,756	,079
Bağlanma Puanı	Hayır	153	14,90	4,876		
Saplantılı	Evet	18	14,61	3,346	-1,684	,092
Bağlanma Puanı	Hayır	153	13,44	3,114		
Kayıtsız	Evet	18	23,94	5,116	-,825	,409
Bağlanma Puanı	Hayır	153	22,99	4,530		

\* $p<0,05$

Tablo 9’da üniversite öğrencilerinin kimlerle yaşadıklarına göre İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir. Kiminle yaşadığına göre üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili ortalama puanları arasındaki fark anlamlı

bulunmuştur [ $z=-2,049$ ;  $p<0,05$ ]. Aile / akraba ile yaşayan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili ortalama puanları ( $\bar{x}=22,06$ ) yurt / arkadaş / tek yaşayan üniversite öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{x}=20,42$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Kiminle yaşandığına göre diğer bağlanma stili ortalama puanları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 9. Üniversite öğrencilerinin kimlerle yaşadıklarına göre bağlanma stilleri ortalamaları, standart sapmaları ve Mann Whitney U testi bulguları

	Kimlerle Yaşıyor	N	ORT	SS	z	p
Güvenli Bağlanma Puanı	Aile / Akraba	106	22,06	4,720	-2,049	<b>,041*</b>
	Yurt / Arkadaş / Tek	65	20,42	4,408		
Korkulu Bağlanma Puanı	Aile / Akraba	106	15,00	4,990	-,652	,514
	Yurt / Arkadaş / Tek	65	15,32	4,790		
Saplantılı Bağlanma Puanı	Aile / Akraba	106	13,57	3,335	-,110	,912
	Yurt / Arkadaş / Tek	65	13,57	2,845		
Kayıtsız Bağlanma Puanı	Aile / Akraba	106	22,78	4,819	-1,193	,233
	Yurt / Arkadaş / Tek	65	23,60	4,171		

\* $p<0,05$

#### 4.2.2 Üniversite Öğrencilerinin Demografik Değişkenlere Göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden Aldıkları Puanların Değerlendirilmesi

Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerine ve demografik özelliklerine göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları puanlar bu başlık altında karşılaştırılmıştır.

#### 4.2.2.1. Bağlanma Stillerine Göre Psikolojik Dayanıklılık leğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması

Tablo 10’da niversite ğrencilerinin İlişki lekleri Anketinden aldıkları puanlara göre belirlenen bağlanma stillerine göre Psikolojik Dayanıklılık leğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Kruskal Wallis testi bulguları verilmiştir. Üniversite ğrencilerinin bağlanma stillerine göre Psikolojik Dayanıklılık leğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 10. Üniversite ğrencilerinin bağlanma stillerine göre Psikolojik Dayanıklılık leğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis testi bulguları

		N	ORT	SS	$\chi^2$	p
Psikolojik Dayanıklılık / Kendini Adama	Güvenli	62	21,31	3,678	5,524	,137
	Korkulu	20	19,40	3,267		
	Saplantılı	7	20,29	3,352		
	Kayıtsız	82	19,88	4,536		
Psikolojik Dayanıklılık / Meydan Okuma	Güvenli	62	21,48	3,593	2,398	,494
	Korkulu	20	20,60	3,733		
	Saplantılı	7	19,71	3,147		
	Kayıtsız	82	21,10	3,908		
Psikolojik Dayanıklılık / Kontrol	Güvenli	62	18,69	2,493	,470	,925
	Korkulu	20	18,35	2,159		
	Saplantılı	7	18,14	2,268		
	Kayıtsız	82	18,35	3,199		
Psikolojik Dayanıklılık Toplam	Güvenli	62	61,48	7,518	3,955	,266
	Korkulu	20	58,35	7,513		
	Saplantılı	7	58,14	7,690		
	Kayıtsız	82	59,33	9,495		

\*p<0,05

#### 4.2.2.2. Demografik Değişkenlere Göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması

Cinsiyete, geçimini çalışarak sağlamaya, geçimini burs / kredi ile sağlamaya, kimlerle yaşadığına, anne ve babanın sağ olup olmamasına, anne ve babanın eğitim durumuna, sigara kullanmaya, sıkıntı nedeniyle uzmana başvuruya, tanı almış olmaya göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 11’de üniversite öğrencilerinin geçimlerinin aileleri tarafından karşılanıp karşılanmamasına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Tablo 11. Üniversite öğrencilerinin geçimleri aileleri tarafından karşılananlarla karşılanmayanların Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları

	Geçimini ailesi sağlıyor	N	ORT	SS	Z	p
Psikolojik Dayanıklılık / Kendini Adama	Evet	148	20,47	4,011	-,613	,540
	Hayır	23	19,61	4,649		
Psikolojik Dayanıklılık / Meydan Okuma	Evet	148	20,86	3,607	-2,157	<b>,031*</b>
	Hayır	23	22,83	4,196		
Psikolojik Dayanıklılık / Kontrol	Evet	148	18,36	2,782	-1,216	,224
	Hayır	23	19,17	2,871		
Psikolojik Dayanıklılık	Evet	148	59,69	8,395	-,938	,348
	Hayır	23	61,61	9,524		

\*p<0,05

Üniversite öğrencilerinin, geçimlerinin aileleri tarafından karşılanıp karşılanmamasına göre psikolojik dayanıklılık / meydan okuma ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur [ $z=-2,157$ ;  $p<0,05$ ]. Geçimleri aileleri tarafından karşılanmayanların psikolojik dayanıklılık / meydan okuma ortalama puanları ( $\bar{x}=22,83$ ) geçimleri aileleri tarafından karşılananların ortalamalarından ( $\bar{x}=20,86$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin geçimlerinin aileleri tarafından karşılanıp karşılanmamasına göre diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 12’de üniversite öğrencilerinin alkol kullanımlarına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Tablo 12. Üniversite öğrencilerinin alkol kullanımlarına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları

	Alkol	N	ORT	SS	Z	p
Psikolojik Dayanıklılık / Kendini Adama	Evet	103	20,18	4,270	-,805	,421
	Hayır	68	20,62	3,840		
Psikolojik Dayanıklılık / Meydan Okuma	Evet	103	20,52	3,608	-2,681	<b>,007*</b>
	Hayır	68	22,03	3,777		
Psikolojik Dayanıklılık / Kontrol	Evet	103	18,28	2,610	-1,101	,271
	Hayır	68	18,75	3,063		
Psikolojik Dayanıklılık	Evet	103	58,99	8,370	-1,918	,055
	Hayır	68	61,40	8,679		

\* $p<0,05$

Üniversite öğrencilerinin alkol kullanıp kullanmamalarına göre psikolojik dayanıklılık / meydan okuma ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur [ $z=-2,681$ ;  $p<0,05$ ]. Alkol kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma ortalama puanları ( $\bar{x}=22,03$ ) alkol kullanan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma ortalama puanlarından ( $\bar{x}=20,52$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin alkol kullanımlarına diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 13’de üniversite öğrencilerinin madde kullanımlarına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Tablo 13. Üniversite öğrencilerinin uyarıcı / uyuşturucu madde kullanımlarına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları

	Madde	N	ORT	SS	Z	p
Psikolojik Dayanıklılık / Kendini Adama	Evet	11	19,09	4,277	-1,286	,198
	Hayır	160	20,44	4,085		
Psikolojik Dayanıklılık / Meydan Okuma	Evet	11	19,64	4,781	-1,046	,295
	Hayır	160	21,23	3,653		
Psikolojik Dayanıklılık / Kontrol	Evet	11	16,91	2,343	-2,094	<b>,036*</b>
	Hayır	160	18,58	2,803		
Psikolojik Dayanıklılık	Evet	11	55,64	9,069	-1,736	,082
	Hayır	160	60,24	8,463		

\* $p<0,05$

Üniversite öğrencilerinin uyarıcı / uyuşturucu madde kullanmalarına göre psikolojik dayanıklılık / kontrol ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur [ $z=-2,094$ ;  $p<0,05$ ]. Uyarıcı / uyuşturucu madde kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kontrol ortalama puanları ( $\bar{x}=18,58$ ) kullanan üniversite öğrencilerin ortalamalarından ( $\bar{x}=16,91$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin uyarıcı / uyuşturucu madde kullanımlarına göre diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 14'te üniversite öğrencilerinin herhangi bir madde kullanıp kullanmamasına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Tablo 14. Üniversite öğrencilerinin herhangi bir madde kullanıp kullanmamasına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları

	Herhangi Madde	N	ORT	SS	z	p
Psikolojik Dayanıklılık / Kendini Adama	Kullanmıyor	59	20,58	3,856	-,628	,530
	Kullanıyor	112	20,24	4,233		
Psikolojik Dayanıklılık / Meydan Okuma	Kullanmıyor	59	22,02	3,937	-2,297	<b>,022*</b>
	Kullanıyor	112	20,65	3,558		
Psikolojik Dayanıklılık / Kontrol	Kullanmıyor	59	18,61	3,107	-,426	,670
	Kullanıyor	112	18,39	2,635		
Psikolojik Dayanıklılık	Kullanmıyor	59	61,20	8,822	-1,535	,125
	Kullanıyor	112	59,29	8,368		

\* $p<0,05$



Üniversite öğrencilerinin herhangi bir madde kullanıp kullanmamasına göre psikolojik dayanıklılık / meydan okuma ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur [ $z=-2,297$ ;  $p<0,05$ ]. Herhangi bir madde kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma ortalama puanları ( $\bar{x}=22,02$ ) kullananların ortalamalarından ( $\bar{x}=20,65$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin herhangi bir madde kullanıp kullanmamalarına göre diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 15'te üniversite öğrencilerinin daha önce travmatik bir olay yaşayıp yaşamamasına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Tablo 15. Üniversite öğrencilerinin daha önce travmatik bir olay yaşayıp yaşamamasına göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları

	Travmatik Olay	N	ORT	SS	Z	p
Psikolojik Dayanıklılık / Kendini Adama	Evet	66	19,83	3,901	-1,640	,101
	Hayır	105	20,69	4,202		
Psikolojik Dayanıklılık / Meydan Okuma	Evet	66	21,09	3,674	-,499	,618
	Hayır	105	21,14	3,796		
Psikolojik Dayanıklılık / Kontrol	Evet	66	17,91	2,498	-2,557	<b>,011*</b>
	Hayır	105	18,82	2,931		
Psikolojik Dayanıklılık	Evet	66	58,83	7,538	-1,896	,058
	Hayır	105	60,65	9,095		

\* $p<0,05$

Üniversite öğrencilerinin travmatik olay yaşayıp yaşamamasına göre psikolojik dayanıklılık / kontrol ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur [ $z=-2,557$ ;  $p<0,05$ ]. Daha önce travmatik olay yaşamayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kontrol ortalama puanları ( $\bar{x}=18,82$ ) yaşayan üniversite öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{x}=17,91$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin daha önce travmatik olay yaşayıp yaşamamasına göre diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 16’da üniversite öğrencilerinin daha önce yaşadıkları travmatik olayın etkisini hala hissedip hissetmemelerine göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılım için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Tablo 16. Üniversite öğrencilerinin daha önce yaşadıkları travmatik olayın etkisini hala hissedip hissetmemelerine göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları

Travmatik olayın etkisi sürüyor mu?		N	ORT	SS	Z	p
Psikolojik Dayanıklılık / Kendini Adama	Evet	60	19,95	3,661	-,505	,613
	Hayır	6	18,67	6,154		
Psikolojik Dayanıklılık / Meydan Okuma	Evet	60	20,58	3,381	-3,252	<b>,001*</b>
	Hayır	6	26,17	2,563		
Psikolojik Dayanıklılık / Kontrol	Evet	60	17,87	2,310	-057	,955
	Hayır	6	18,33	4,227		
Psikolojik Dayanıklılık	Evet	60	58,40	7,254	-1,586	,113
	Hayır	6	63,17	9,642		

\* $p<0,05$

Üniversite öğrencilerinin daha önce yaşadıkları travmatik olayın etkisini hala hissedip hissetmemelerine göre psikolojik dayanıklılık / meydan okuma ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur [ $z=-3,252$ ;  $p<0,05$ ]. Yaşadıkları travmatik olayın etkisini artık hissetmiyor olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma ortalama puanları ( $\bar{x}=26,17$ ) olayın etkisini hala hissettiklerini bildiren üniversite öğrencilerinin puanlarından ( $\bar{x}=20,58$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin daha önce yaşadıkları travmatik olayın etkisini hissedip hissetmemelerine göre diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

#### **4.2.3. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Değişkenlere Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Değerlendirilmesi**

Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerine ve demografik özelliklerine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları puanlar bu başlık altında karşılaştırılmıştır.

##### **4.2.3.1. Bağlanma Stillerine Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması**

Tablo 17’de Üniversite öğrencilerinin İlişki Ölçekleri Anketine göre belirlenen bağlanma stillerine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar, Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur [ $\chi^2_{(3)}=14,593$ ;  $p<0,05$ ]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Mann Whitney U testi sonucunda güvenli bağlananların benlik saygısı ortalama puanları ( $\bar{x}=34,05$ ) korkulu bağlananların ortalamalarından ( $\bar{x}=31,00$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur [ $z=-2,982$ ;  $p<0,05$ ]. Güvenli bağlananların benlik saygısı ortalama puanları ( $\bar{x}=34,05$ ) saplantılı bağlananların ortalamalarından ( $\bar{x}=30,00$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur [ $z=-2,803$ ;

p<0,05]. Güvenli bağlananların benlik saygısı ortalama puanları ( $\bar{x}$ =34,05) kayıtsız bağlananların ortalamalarından ( $\bar{x}$ =32,59) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur [ $z$ =-2,509; p<0,05].

Tablo 17. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar, Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testi bulguları

	N	ORT	SS	$\chi^2$	p	z
Güvenli	62	34,05	3,752			Güvenli x Korkulu; $z$ =-2,982; p=, <b>003</b> *
Korkulu	20	31,00	4,117			
Saplantılı	7	30,00	1,915	14,593	<b>,002</b> *	Güvenli x Saplantılı $z$ =-2,803; p=, <b>005</b> *
Kayıtsız	82	32,10	4,496			
Toplam	171	32,59	4,263			Güvenli x Kayıtsız $z$ =-2,509; p=, <b>012</b> *

\*p<0,05

#### 4.2.3.2. Demografik Değişkenlere Göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine, geçimlerinin aileleri tarafından sağlanmasına, geçimlerini çalışarak sağlamalarına, geçimlerini burs / kredi ile sağlamalarına, kimlerle yaşadıklarına, anne ve babalarının sağ olup olmamasına, anne ve baba eğitimine, sigara kullanımına, alkol kullanımına, herhangi bir madde kullanmamaya göre, psikiyatrik tanı alıp almamaya, travmatik olay yaşamış olmaya ve travmatik olayın etkisinin sürüp sürmemesine göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 18’de üniversite öğrencilerinin uyarıcı / uyuşturucu madde kullanıp kullanmamalarına göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılımlar için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin uyarıcı / uyuşturucu madde kullanıp kullanmamalarına göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Uyarıcı / uyuşturucu madde kullanmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ortalama puanları ( $\bar{x}=32,88$ ) kullanan üniversite öğrencilerinin ortalama puanlarından ( $\bar{x}=28,45$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Tablo 18. Üniversite öğrencilerinin uyarıcı / uyuşturucu madde kullanıp kullanmamalarına göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları

	Madde	N	ORT	SS	Z	p
Benlik Saygısı	Evet	11	28,45	3,012	-3,381	<b>,001*</b>
	Hayır	160	32,88	4,195		

\*p<0,05

Tablo 19’da üniversite öğrencilerinin sıkıntıları nedeniyle uzmana başvurup vurmamalarına göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal olmayan dağılımlar için Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin sıkıntıları nedeniyle uzmana başvurup vurmamalarına göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Sıkıntıları nedeniyle uzmana başvurmayan üniversite öğrencilerinin benlik

saygısı ortalama puanları ( $\bar{x}=33,00$ ) başvuran üniversite öğrencilerinin ortalama puanlarından ( $\bar{x}=30,74$ ) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Tablo 19. Üniversite öğrencilerinin sıkıntı nedeniyle uzmana başvurup vurmamalarına göre Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları

Sıkıntı nedeniyle uzmana başvuru	N	ORT	SS	Z	p
Benlik Saygısı					
Evet	31	30,74	4,553		
Hayır	140	33,00	4,101	-2,451	<b>,014*</b>

\*p<0,05

#### 4.3. Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Ölçeği, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiler

Tablo 20’de üniversite öğrencilerinin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketinden aldıkları puanlar arasındaki Pearson Korelasyon analizi bulguları verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kendini adama puanları ile güvenli bağlanma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur [ $r=0,225$ ;  $p<0,01$ ]. Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma puanları arttıkça psikolojik dayanıklılık / kendini adama puanları artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kendini adama puanları ile korkulu bağlanma puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-0,197$ ;  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin korkulu bağlanma puanları arttıkça psikolojik dayanıklılık / kendini adama puanları azalmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kendini adama puanları ile kayıtsız bağlanma puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-0,160$ ;  $p<0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin kayıtsız bağlanma puanları arttıkça psikolojik dayanıklılık / kendini adama puanları azalmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kendini adama puanları ile benlik saygısı puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,450$ ;  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kendini adama puanları arttıkça benlik saygısı puanları artmaktadır.

Tablo 20. Üniversite öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon matrisi

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. PD/ KA								
2. PD/ MO	,409**							
3. PD/ K	,551**	,446**						
4. PD TP	,838**	,779**	,786**					
5. GB	<b>,225**</b>	<b>,160*</b>	,116	<b>,216**</b>				
6. KOB	<b>-,197**</b>	-,012	-,132	-,143	-,645**			
7. SB	,037	-,062	-,063	-,030	,092	-,130		
8. KAB	<b>-,160*</b>	,071	-,098	-,078	-,494**	,705**	-,257**	
9. BS	<b>,450**</b>	<b>,376**</b>	<b>,456**</b>	<b>,529**</b>	<b>,267**</b>	<b>-,213**</b>	<b>-,154*</b>	-,109

\* $p<0,05$

\*\* $p<0,01$

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları ile güvenli bağlanma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,160$ ;  $p<0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma puanları arttıkça psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık meydan okuma puanları ile benlik saygısı puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,376$ ;  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları arttıkça benlik saygısı puanları artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kontrol puanları ile benlik saygısı puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,456$ ;  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kontrol puanları arttıkça benlik saygısı puanları artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanları ile güvenli bağlanma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,216$ ;  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma puanları arttıkça psikolojik dayanıklılık toplam puanları artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanları ile benlik saygısı puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,529$ ;  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanları arttıkça benlik saygısı puanları artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma puanları ile benlik saygısı puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,267$ ;  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma puanları arttıkça benlik saygısı puanları artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin korkulu bağlanma puanları ile benlik saygısı puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-0,213$ ;  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin korkulu bağlanma puanları arttıkça benlik saygısı puanları azalmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin saplantılı bağlanma puanları ile benlik saygısı puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-0,154$ ;  $p<0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin saplantılı bağlanma puanları arttıkça benlik saygısı puanları azalmaktadır.

Diğer değişkenler arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.



Tablo 21’de üniversite öğrencilerinin yaş, aylık gelir ve kardeş sayıları ile ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon bulguları verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin yaşları ile psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,168$ ;  $p<0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin yaşları arttıkça psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin aylık gelirleri ile psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,173$ ;  $p<0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin aylık gelirleri arttıkça psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin kardeş sayıları ile saplantılı bağlanma stili puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=-0,166$ ;  $p<0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin kardeş sayıları arttıkça saplantılı bağlanma stili puanları azalmaktadır.

Diğer değişkenler arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Tablo 21. Üniversite öğrencilerinin yaş, aylık gelir ve kardeş sayıları ile ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon matrisi

	Yaş	Aylık gelir	Kardeş sayısı
PD/ KA	,011	-,030	-,068
PD/ MO	<b>,168*</b>	<b>,173*</b>	,016
PD/ K	,123	,103	,012
PD TP	,119	,093	-,022
GB	,035	,024	-,063
KOB	-,024	-,063	,055
SB	-,069	-,121	<b>-,166*</b>
KAB	,136	,045	,045
BS	,055	,064	-,087

\* $p<0,05$

## BÖLÜM V

### 5. TARTIŞMA VE SONUÇ

#### 5.1. TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırmanın amaçlarına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

Araştırmada üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine, geçimini ailesinin sağlayıp sağlamamasına, anne ve babasının sağ olup olmamasına, anne ve baba eğitime, sigara kullanımına, alkol kullanımına, madde kullanımına göre bağlanma özellikleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre bağlanma düzeyleri arasında farklılık olmadığı sonucu literatürle uyumlu bulunmamıştır. Scharfe ve Bartholomew (1994) bağlanma özelliklerini inceledikleri çalışmalarında, erkeklerin kadınlara göre daha fazla kaçınan bağlanma özellikleri gösterdiğini belirtmektedir. Schmitt ve arkadaşları (2003) kültürlerarası yaptıkları çalışmada bazı kültürlerde erkeklerin kadınlara göre daha fazla kaçınan bağlanma özellikleri gösterdiğini ancak bazı kültürlerde kadınların belli belirsiz daha kaçınan bağlanma özellikleri gösterdiğini belirtir. Batılı toplumlarda ise erkekler daha kaçınan bağlanmaya sahip bulunmamıştır. Josselson (1998) kadın ve erkekler arasında bağlanma ve yalnızlık düzeyleri açısından farklılık olduğu, erkeklerin daha fazla güvenli bağlanma örüntüsü gösterdiği sonucuna varmıştır. Bu bulgu da farklı bir sonuca işaret ederek, bu araştırmanın sonuçlarıyla çelişmektedir. Erözkan (2004) çalışmasında ise erkeklerin kadınlara göre daha fazla güvenli bağlanma özellikleri gösterdiğini, ancak diğer bağlanma özellikleri açısından kadın ve erkekler arasında farklılık olmadığını göstermiştir. Bu bulgu bizim araştırmamızdaki güvenli bağlanma düzeylerine ilişkin bulguyla çelişmekte ancak diğer bağlanma düzeyleri arasında fark olmadığı bulgusunu destekler niteliktedir. Üniversite öğrencilerinde cinsiyetler arasında bağlanma özellikleri açısından fark

olmaması, küreselleşme ile birlikte ebeveyn- çocuk ilişkileri konusunda yeni ve modern ilişki tarzlarının herkese ulaşması ve bunun da bağlanma ilişkilerini etkilemesinden kaynaklanıyor olabilir.

Üniversite öğrencilerinin geçim durumlarına göre bağlanma düzeyleri arasında farklılık belirlenmemiştir. Bu bulgu ailenin maddi desteğinin bağlanma örüntülerinden bağımsız olduğuna, bireyin geçinme şekillerinin daha çok şans eseri sahip olduğu iş ve burs gibi olanaklardan daha çok etkileniyor olabilir. Bağlanma özellikleri ekonomik özelliklerden çok ilişki ve iletişim biçimleriyle bağlantılı bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Benzer olarak anne babanın sağ olup olmaması açısından bağlanma özellikleri farklılık göstermemesi, bağlanmanın erken dönem ilişkileriyle şekillenen bir süreç olmasından dolayı olağan görünmektedir. Çocukluk döneminde oluşan bağlanma süreci, daha sonradan gelişen ebeveyn kayıplarından etkileniyor görünmemektedir. Bununla birlikte bağlanma biçiminin sürekliliği olduğunu, bağlanma örüntülerinin içsel çalışan modeller aracılığı ile yaşamın sonraki dönemlerine ve diğer ilişkilerindeki bağlanmalarına aktarılmaktadır (Morsümbül ve Çok, 2011).

Araştırmada anne babanın eğitim durumuna göre bağlanma stilleri arasında farklılık izlenmemiştir. Bağlanmanın yine ebeveynlerin eğitim düzeyinden çok, ilişki kurma biçimiyle ilgili olduğu düşünülmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

Araştırmada sigara, alkol ve madde bağımlılığı açısından bağlanma özellikleri arasında farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu literatürdeki bulgularla çelişki göstermektedir. Shindler ve Bröning (2015) farklı araştırma bulgularında madde kullanımı ile güvensiz bağlanma arasında güçlü ilişkiler olduğuna, sonuçların çoğunlukla korkulu ve kaçınan bağlanma örüntülerini bazı çalışmaların da kaygılı ve kararsız örüntülerini gösterdiğine işaret etmektedir. Sümer ve arkadaşları (2015) bağımlılıkla bağlanma kaygısı ve kaçınma davranışlarının ilişki gösterdiği ve güvensiz bağlanma ile bağımlılığa yatkınlığın arttığını ifade etmektedir. Morsümbül (2014) internet bağımlılığı olan bireylerin kaygı ve kaçınma ağırlıklı bağlanma örüntüleri sergilediği sonucuna varmıştır. Elde edilen bu bulgunun literatürle uyumlu bulunmaması, literatürdeki çalışmaların bağımlılığı olan

gruplardan elde edilmesi, ancak bu araştırmada öğrencilere madde kullanımları konusundaki sorular tarama niteliğinde yöneltildiğinden bağımlı gruba ait ilgili bilgilere yeteri kadar ulaşılamamasından kaynaklı olabileceğİ düşünölmektedir.

Araştırmada bir işte çalışanların güvenli bağlanma stili ortalama puanları çalışmayanların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bir işte çalışıp çalışmamaya göre üniversite öğrencilerinin diğİer bağlanma stillerinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bu bulgu güvenli bağlanma stilinin özellikleriyle örtüşür niteliktedir. Bartholomew ve Horowitz (1991) güvenli bağlanma stiline sahip kişiler; kendilerine yönelik olumlu benlik algısına sahiptirler ve kendilerini sevmeye değer görürler. Bu özellikleriyle hem diğİer insanlarla yakınlık kurabilmekte hem de özerk kalabilmektedir. Özerk ve olumlu benlik algıları öğrencilerin bir işte çalışmalarını sağlayan kişilik özelliklerine kaynaklık ediyor olabilir. Bu nedenle bir işte çalışanların daha fazla güvenli bağlanma özellikleri sergilediğİ düşünölebilir.

Benzer biçimde burs / kredi alan ve almayan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Burs / kredi almayan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili ortalama puanları burs / kredi alan üniversite öğrencilerinin ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bu bulgu da bir önceki bulgu ile paralel doğrultuda yorumlanabilir. Daha kendine güvenen ve özerk davranan güvenli bağlanma özelliklerine sahip bireyler, kredi ve burslardan ziyade kendi geçimlerini sağlayacakları iş imkanlarına yöneliyor olabilirler. Bu da burs ve krediye duydukları gereksinimi düşürüyor olabilir. Literatürde bursluluk hakkında konuyu destekleyen ya da konuyla uyuşmayan çalışmalara rastlanmamıştır.

Kiminle yaşandığına göre üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Aile / akraba ile yaşayan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri yurt / arkadaş / tek yaşayan üniversite öğrencilerinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Kiminle yaşandığına göre diğİer bağlanma stili düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bu bulgu güvenli bağlananların bağımsız yapıları olduğı bulgusuyla çelişir görünüyorsa da, güvenli bağlananların sağlıklı aile içi ilişki ve

iletişim örüntüleri gösterdiği göz önünde tutulursa, aileleri ile birlikte yaşayabildikleri ve gerek olduğunda destek alabildikleri düşünülebilir.

Üniversite öğrencilerinin belirlenen bağlanma stillerine göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bu bulguyla karşıt olarak; Neria ve arkadaşları (2001) psikolojik dayanıklılığın güvenli bağlanma ile pozitif yönde ilişkili olduğu; bununla birlikte kaçınmacı bağlanma ve kararsız bağlanma ile negatif yönde ilişki gösterdiği sonucuna varmıştır. Güvenli bağlanan bireyler, zorlu bir olay sonrası kendini daha hızlı toparlamaya eğilimli; güvensiz bağlanan bireyler ise acı çekmeye daha fazla eğilimli bulunmuştur. Psikolojik dayanıklılık ile güvenli bağlanma arasında pozitif ilişki olduğu yönündeki bulgulara karşıt olarak Aydoğdu (2013) çalışmasında psikolojik dayanıklılık ile güvenli ve saplantılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki olmadığı; korkulu ve kayıtsız bağlanma puanlarıyla ilişki gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Benzer biçimde Chilton (2001) korkulu bağlanma ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde ilişki olduğunu ifade etmektedir. Bu anlamda literatürde bağlanma özellikleri ve dayanıklılık arasında farklı türde ilişkilere rastlandığı söylenebilir.

Cinsiyete, geçimini çalışarak sağlamaya, geçimini burs / kredi ile sağlamaya, kimlerle yaşadığına, anne ve babanın sağ olup olmamasına, anne ve babanın eğitim durumuna, sigara kullanmaya, sıkıntı nedeniyle uzmana başvuruya, tanı almış olmaya göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Bu araştırmadaki bulguyla paralel olarak; Aydoğdu (2013) çalışmasında kız ve erkek üniversite öğrencileri arasında psikolojik dayanıklılık düzeyleri açısından anlamlı farklılık olmadığını belirlemiştir. Ancak literatürde psikolojik dayanıklılığın cinsiyet açısından kadınların lehine olduğuna ilişkin bulgular (Tümlü ve Receptoğlu, 2013 ve Güngörmüş ve arkadaşları, 2015) yer almakla birlikte, bu araştırmanın üniversite örnekleminde elde edilmiş olmasından dolayı cinsiyet farklılıklarının dayanıklılık üzerindeki farklı etkileri eğitim süreci nedeniyle eşitlenmiş olabilir. Örneğin dayanıklılığın önemli bir bileşeni olan sosyal destek alabilme, erkeksi cinsiyet rolleri nedeniyle

engellenebilmekte ve erkekten daha güçlü görünme kaygısıyla bağımsız hareket etmesi beklenmekte bu da onun sosyal destekten yararlanabilmesini sekteye uğratabilmektedir.

Üniversite öğrencilerinin geçimleri aileleri tarafından karşılanmayanların psikolojik dayanıklılık / meydan okuma düzeyleri geçimleri aileleri tarafından karşılanandan anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin geçimlerinin aileleri tarafından karşılanıp karşılanmamasına göre diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Meydan okumanın yeni deneyimlere açıklık, yaşamda aktif olma ve çevreyle etkileşimde olmayı içerdiği (Holt ve ark., 1987) göz önüne alındığında, geçimlerini kendi karşılayan gençlerin meydan okuma özelliklerinin yükseleceği beklenebilir. Çünkü geçimini kendisi sağlayan bireylerin hem aktif olması gereklidir hem de bu koşulları kendisine fırsata dönüştürebilme şansı için olanak ve ortam yaratabilir. Ailesinin desteği ile okuyan bireyler, bu konuda aktif olmalarını gerektirecek bir koşula maruz kalmadığı için psikolojik dayanıklılığın meydan okuma boyutu daha az gelişiyor olabilir. Bu bulgu aynı zamanda, bu özelliğin geliştirilebilir bir yapıya sahip olduğu görüşü ile de uyumlu bir sonuca işaret etmektedir. Stewart ve arkadaşları (1997), psikolojik dayanıklılığın; bireylerin çeşitli zorlu yaşam olayları ve stresörlerin, travmatik ve riskli durumların üstesinden gelmelerine yardımcı olan zaman içinde bireysel ve çevresel nedenlerin etkisi ile geliştirilebilir bir özellik olduğunu belirtir.

Alkol kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma düzeyleri alkol kullanan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma düzeylerinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin alkol kullanımlarına diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Uyarıcı / uyuşturucu madde kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kontrol düzeyleri, madde kullanan üniversite öğrencilerinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin uyarıcı / uyuşturucu madde kullanımlarına göre diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Herhangi bir madde kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma düzeyleri kullananlardan anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin herhangi bir madde kullanıp kullanmamalarına göre diğer

psikolojik dayanıklılık alt boyutları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Psikolojik dayanıklılık ve alkol-madde kullanımı arasında elde edilen bu ilişkiler literatürle uyumlu bulunmuştur. Fadardi ve arkadaşları (2010) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmalarında dayanıklılık ve motivasyonel yapının madde kullanımının yordayıcıları olduğu sonucuna varmışlardır. Choi ve arkadaşları (2015) internet bağımlılığı ile dayanıklılık, dürtüsellik, depresyon ve anksiyetenin anlamlı ilişkiler gösterdiği; dayanıklılığın internet bağımlısı grupta depresyonu önlemede olumlu etkisinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Coşkun ve arkadaşları (2014) da psikolojik dayanıklılığın alkol ve madde kullanımını azalttığını göstermektedir. Dayanıklılığın kontrol boyutunun madde kullanımında azalması bulgusu, madde kullanımının bireyin kontrol algısını düşürmesinden kaynaklanıyor olabilir. Diğer yandan olayları gelişim için bir fırsat olarak görmeyi içeren meydan okuma özelliği de madde kullananlarda düşmektedir. Bu bulgu meydan okuma ve kontrol düzeyleri düşük olan bireylerin madde kullanımına başvurdukları şeklinde de yorumlanabilir. Dayanıklılığın her boyutunun alkol-madde kullanımındaki etkisinin belirlenememesi, araştırmadaki alkol ve madde kullanımının birkaç soru ile demografik veri olarak elde edilmesi, bireylerin madde kullanımlarını ve kendilerini açıkça ifade edememelerinden kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Daha önce travmatik olay yaşamayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / kontrol düzeyleri yaşayan üniversite öğrencilerinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Besser ve arkadaşları (2014) İsrail Gazze çatışmalarını yaşayan sivil halk üzerinde yaptıkları çalışmalarda; kişinin dayanıklılığının travma sonrası yaşayacağı PTSD belirtilerinin belirleyicisi olduğunu, travma belirtilerindeki çeşitliliğin nedeninin bireyler arası dayanıklılık farklılığından kaynaklandığını belirtirler. Travmatik olaylar sonrasında PTSD belirtilerinin gelişmesinde kişinin içsel dayanıklılığı belirtileri yatıştırıcı ve azaltıcı etki göstermektedir. Bu çalışmada travmatik yaşantıların bireyin kontrol algısını düşürmesi ve travmatik etkisinin sürüyor olması ile de kontrol algısının travmatik yaşantı tariflemeyen gruba göre daha düşük olması söz konusu olabilir. Diğer yandan psikolojik dayanıklılık-kontrol düzeyleri yüksek bireyler olayları travmatik olarak yaşantılamadığı için belirtmemiş olabilirler. Yani kontrol boyutu düşük olan olanlar olayları daha travmatik nitelendiriyor

olabilir. Üniversite öğrencilerinin daha önce travmatik olay yaşayıp yaşamamasına göre diğer psikolojik dayanıklılık alt boyutları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bunun da nedeni travmatik olayın demografik veri olarak alınması ve ayrıntılı olarak olay ve etkisinin değerlendirilmemiş olması olabilir.

Üniversite öğrencilerinin daha önce yaşadıkları travmatik olayın etkisini hala hissedip hissetmemelerine göre psikolojik dayanıklılık / meydan okuma düzeyleri arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Yaşadıkları travmatik olayın etkisini artık hissetmiyor olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık / meydan okuma düzeyleri olayın etkisini hala hissettiklerini bildiren üniversite öğrencilerinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. PTSD'nin oluşumunda travmatik olayın kendisi kadar bireyin bu olayla ilgili yargıları, inançları, düşünceleri, değerlendirmeleri yani bilişleri de önemli bir etkidir (Taylor, 2006). Besser ve arkadaşları (2014) kişinin dayanıklılığının travma sonrası yaşayacağı PTSD belirtilerinin belirleyicisi olduğunu, travmatik olaylar sonrasında PTSD belirtilerini yatıştırıcı ve azaltıcı etki gösterdiğini göstermektedir. Bu nedenle meydan okuma özelliği yüksek olan bireylerin, olayları bir gelişim fırsatı olarak görmesini başına gelen travmatik olayların etkisinden daha hızlı kurtulmasını sağlıyor olabilir. Diğer yandan travmatik yaşantının etkisi altında olan birey henüz ruhsal olarak dayanıklı hissetmediği ve travmatik olayın etkisiyle tehlike algısı ve olumsuz bilişlerinin aktif olması nedeniyle kendinin psikolojik dayanıklılık-meydan okuma boyutu açısından daha olumsuz değerlendiriyor olabilir.

Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerine göre benlik saygıları düzeyleri karşılaştırıldığında; güvenli bağlanan bireylerin benlik saygıları korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan bireylerden daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu literatürdeki bulgularla uyumlu bulunmuştur. Arbona ve Power (2003) Afrika, Avrupa ve Meksika kökenli Amerikalı lise öğrencileriyle yürüttükleri çalışmalarında güvenli bağlanmış bireylerin daha az güvenli bağlanana göre daha olumlu benlik saygıları olduğu ve daha az antisosyal davranışlara başvurdukları sonucuna ulaşmışlardır. Gomez ve McLaren (2007) anne babaya bağlanma düzeyi ile benlik saygısı arasında pozitif ilişki olduğunu, ayrıca benlik saygısının saldırganlık ve bağlanma arasındaki ilişkide aracılık etkisi gösterdiğini izlemişlerdir. Terzi



ve Çankaya (2009) güvenli bağlanma stiline özsaygıyı anlamlı bir şekilde yordadığı, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin kendilerini ve becerilerini olumlu değerlendirme eğiliminde olduklarını, olumlu bir benlik algısı geliştirdikleri ifade ederler. Benzer olarak Bayraktar ve arkadaşları (2009) ebeveyne güvenli bağlanmanın her iki cinsiyette de benlik saygısını doğrudan yordadığını; ebeveynleriyle güvenli ve sıcak ilişki tarif eden ergenlerin benlik saygılarının daha yüksek olduğunu göstermektedir

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine, geçimlerinin aileleri tarafından sağlanmasına, geçimlerini çalışarak sağlamalarına, geçimlerini burs / kredi ile sağlamalarına, kimlerle yaşadıklarına, anne ve babalarının sağ olup olmamasına, anne ve baba eğitimine, sigara kullanımına, alkol kullanımına, herhangi bir madde kullanmamaya göre, psikiyatrik tanı alıp almamaya, travmatik olay yaşamış olmaya ve travmatik olayın etkisinin sürüp sürmemesine göre benlik saygıları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Cinsiyetler arasında benlik saygısı düzeyleri arasında fark olmadığı bulgusu genel literatürle uyuşmamaktadır. Blaidorn ve arkadaşları (2015) yaptıkları kültürlerarası çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha yüksek benlik saygısı gösterdiklerini, literatürde de buna paralel olarak erkeklerin benlik saygılarının daha yüksek olduğu yönünde çalışmaların yoğun olduğunu belirtmektedir. Bu uyuşmazlığın nedeni üniversite örnekleminin eğitilmiş bir grup olması ve kadınları benlik saygısı düzeyi açısından dezavantajlı yapan olası nedenlerin eğitim ve sosyokültürel özellikler nedeniyle elimine edilmesinden kaynaklanıyor olabilir.

Bununla birlikte uyuşturucu madde kullanmayanların benlik saygıları, kullananlara göre daha yüksek bulunmuştur. Silverstone ve Salsali (2003) madde kullananların benlik saygılarının psikiyatrik popülasyon içinde major depresyon ve yeme bozukluklarıyla birlikte en düşük grupta olduğu sonucuna varmışlardır. Zengin ve Altay (2014); herhangi bir madde kullanmayanların benlik saygısı düzeylerinin kullananlardan yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Bu çalışmadaki bulgu; madde kullananların benlik saygılarının daha düşük olduğu bulgularıyla paralel doğrultudadır. Bunun nedeni madde kullanımının bireyin kendine ilişkin düşüncelerinde olumsuz bir içerik oluşmasına neden olması olabilir. Diğer

yandan benlik saygıları düşük bireyler, olumsuz bilişlerinin kendisinde ortaya çıkarttığı duygularla baş etmek için madde kullanımına yöneliyor olabilir.

Üniversite öğrencilerinin sıkıntıları nedeniyle uzmana başvurup vurmamalarına göre benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Sıkıntıları nedeniyle uzmana başvurmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygıları başvuran üniversite öğrencilerinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bunun nedeni benlik saygısının yüksek olması ile daha az ruhsal sorun yaşamaları sonucu uzmana başvurma oranları da düşüyor olabilir. Benlik saygısı yüksek bireyler, yaşanan sıkıntıları kendi başlarına çözmeye çabaları yüksek olabilir. Şöyle ki yüksek benlik saygısına sahip bireyler genel olarak; kendilerini olumlu olarak değerlendiren, mutlu, üretken, başarılı olmak ve güçlükleri yenmek için daha uzun süre çaba gösteren, kendine gerçekçi hedefler koyabilen, kendilerini yetenekli olarak algılayan, yaratıcı, stresli ve zorlu yaşam olaylarında kendini koruyabilen, atılgan, sosyal yönden uyumlu, yaşamda mutluluğu daha kolay elde eden çünkü koşulların üzerindeki gücünü görebilen, güçlü yanlarına ve olumlu özelliklerine odaklanan, olumlu bakış açısına sahip, başkaları tarafından sevilip sayıldığını ve beğenildiğini düşünen bireylerdir (Yavuzer, 2003; Tatoğlu, 2006; Saygın, 2008, Otacıoğlu, 2009). Bu özellikleri göz önüne alındığında uzmana başvurmaya daha az gereksinim duydukları düşünülmektedir.

Değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde; katılımcıların psikolojik dayanıklılık toplam puan, kendini adama ve meydan okuma düzeylerinin güvenli bağlanma ve benlik saygısı ile pozitif yönde ve anlamlı ilişki içinde olduğu belirlenmiştir. Kontrol boyutu ise benlik saygısı ile ilişki göstermektedir. Bu bulgular güvenli bağlanma ile psikolojik dayanıklılık arasındaki pozitif ilişkileri gösteren diğer araştırmalarla tutarlılık göstermektedir. Neria ve arkadaşları (2001) ise psikolojik dayanıklılığın güvenli bağlanma ile pozitif yönde ilişkili olduğu; güvenli bağlanan bireylerin, zorlu bir olay sonrası kendini daha hızlı toparlamaya eğilimli; güvensiz bağlanan bireylerin ise acı çekmeye daha fazla eğilimli olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte kaçınmacı bağlanma ve kararsız bağlanma ile negatif yönde ilişki gösterdiği sonucuna varmıştır. Bu araştırmada da; psikolojik dayanıklılık toplam, meydan okuma ve kendini adama düzeylerinin kayıtsız ve korkulu bağlanma ile negatif ve anlamlı ilişki gösterdiği belirlenmiştir.

Benzer şekilde literatürde psikolojik dayanıklılık ile benlik saygısının arasında pozitif yönde ilişkiler olduğuna dair bulgular bulunmaktadır. Kararın ve Çetinkaya (2011) benlik saygısı ve denetim odağı ile dayanıklılığı inceledikleri çalışmalarında içsel denetim odağı ve benlik saygısı yüksek olan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Benlik saygısının artması, bireyin kendi davranışlarına olan inanç ve güveni sağlayacağı için psikolojik dayanıklılıkla ilişki göstermekte olduğu anlaşıldır. Benlik saygısı yükseldikçe, bireyin zorlu yaşam olayları karşısındaki dayanıklılığı da yükselmektedir. Diğer yandan dayanıklı bireylerin benlik saygıları da yükseliyor olabilir. Kanya (2000), çalışmasında psikolojik sağlamlık ve psikolojik iyi olmanın, benlik saygısının güçlü belirleyicilerinden olduklarını; Sarıkaya (2015) ise benlik saygısının yüksek olmasının bireyin kendini yeterli ve değerli algılamasına neden olduğunu ve sorunla karşı karşıya kaldığında hissettiği bu yeterlilik duygusuyla sorunun üstesinden gelerek daha güçlü ve dirençli bir tavır gösterdiğini belirtirler. Benlik saygısı ile korkulu ve saplantılı bağlanma arasında negatif ve anlamlı ilişki olduğu yönündeki bulgu da bu araştırma sonuçlarıyla uyumlu görülmektedir. Bartholomew ve Horowitz (1991)'e göre saplantılı bağlanma stiline sahip olan kişiler; kendilerini değersiz hissetmekte ve sevmeye değer bulmamaktadır. Bu nedenle de yakın ilişkilerinde kendi değerliliğini kanıtlama çabasına girerek ilişkilerinde gerçekçi olmayan beklentiler geliştirirler. Korkulu bağlanma stiline sahip olan kişiler ise; kendilerine ilişkin olumsuz algıya ve düşük özsaygıya sahiptirler. Diğer insanların da güvenilmez ve reddedici olduğu yönünde olumsuz algılara sahiptir. Bu özellikleri göz önünde tutulduğunda korkulu ve saplantılı bağlanmanın benlik saygısı ile negatif ilişki göstermesi anlaşılır görülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin yaşları ile psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin yaşları arttıkça psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları artmaktadır. Li ve arkadaşları (2012) yaşın psikolojik sağlamlığı yordamada önemli bir değişken olduğunu belirtir. Gooding ve arkadaşları (2012) yaşlı yetişkinlerin özellikle duygu düzenleme becerisi ve problem çözme açısından daha sağlam oldukları ve genç yetişkinlerin ise sosyal destekle

ilişkili daha fazla sağlamlığa sahip oldukları bulunmuştur. Psikolojik sağlamlığın yaşam olayları ile gelişebilen bir kapasite olduğu düşünüldüğünde, yaşla birlikte yükselmesi kapasitenin deneyimlerle artması olarak yorumlanabilir. Bununla beraber Bektaş ve Özben (2015) ile Tümlü ve Recepoğlu (2013) yaşa göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değişmediği sonucuna ulaşmışlardır. Bunun nedeni yaş ve dayanıklılığın ilişkilerine bakılmamış olması, yaşın kategorik bir değişken olarak ele alınması olabilir.

Üniversite öğrencilerinin aylık gelirleri ile psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin aylık gelirleri arttıkça psikolojik dayanıklılık / meydan okuma puanları artmaktadır. Bu bulgular literatürle uyumlu bulunmuştur. Güngörmüş ve arkadaşları (2015) çalışmalarında ekonomik durumu iyi olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bektaş ve Özben (2015) ekonomik durum algısı puanları arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de arttığı sonucuna varmıştır.

Üniversite öğrencilerinin kardeş sayıları ile saplantılı bağlanma stili puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayıları azaldıkça saplantılı bağlanma stili puanları artmaktadır. Literatürde kardeş sayısı ve bağlanma ilişkisini ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bulguya göre; çocuk sayısının azalması ile birlikte, ebeveynle daha fazla bağlanma sorunları yaşanıyor görünmektedir. Bunun nedeni, çocuk sayısının azalmasına neden olan, örneğin annenin çalışması ile bakımverenlerin sık değişmesi ve ya ailelerdeki başka evlilik içi sorunlardan kaynaklı olarak çocuğun olumsuz aile ortamında büyümüş olması gibi başka faktörlerin etkisinin olabileceği düşünülmektedir.

Bağlanmanın yaşla, gelir düzeyi ve kardeş sayısı ile anlamlı bir ilişki göstermemesi, bağlanmanın erken dönem ilişkilerle meydana gelen bir psikolojik özellik olması ve bakımverenle kurulan ilişkinin esas olmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Benzer olarak benlik saygısının da yaş, gelir düzeyi ve kardeş sayısı ile anlamlı bir ilişki göstermemesi, bu kavramın da daha çok bireyin kendine ilişkin düşünce ve algılarını

içermesi, bu değişkenlerin daha dışsal faktörler olarak kişinin kendine olan saygısı üzerinde bir etkiye sahip olmaması söz konusu olabilir.

## 5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak bu araştırmada bağlanma, benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin çeşitli demografik değişkenlerden etkilendiği ve bu kavramların aralarında pozitif ilişkilerin olduğu literatürle paralel olarak izlenmiştir. Koruyucu ruh sağlığı açısından psikolojik dayanıklılığı arttırmanın bir yolu olarak; gelişimsel süreçte, sağlıklı bağlanma süreçleri konusuna dikkat çekmek ve benlik saygısını arttırıcı çalışmaların da dayanıklılıkla birbirlerini besleyerek bireysel kapasiteler olarak iş görmelerini sağlamak önemli adımlar olacaktır.

Psikolojik dayanıklılık konusundaki gelecek çalışmalarda bağımlılık ve travmatik deneyimler perspektifinden çalışmalar yürütmenin koruyucu ruh sağlığı hizmetlerine önemli katkılar sağlayacağı, ancak bu çalışmaları planlarken sosyodemografik veri olarak değil ayrıntılı bağımlılık davranışlarını ve travmatik deneyimleri inceleyerek ve ölçümleyerek bakmanın daha aydınlatıcı bilgi sağlayacağı düşünölmektedir. Farklı bağımlı gruplarda psikolojik dayanıklılığı güçlendiren ve zayıflatan unsurların belirlenmesi ve bağlanma özelliklerinin dayanıklılığı nasıl etkilediğinin araştırılması; hem bağımlılığın önlenmesi hem de risk gruplarının belirlenmesi ve tedavilerinin zenginleştirilmesinde önemli veriler sağlayabilir. Ayrıca bireylerin travmatik deneyimlerinin hangi yönlerinin psikolojik dayanıklılığı azalttığı veya arttırdığını belirlemenin dayanıklılığa yönelik yapılacak psikososyal müdahalelere katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Genel olarak psikolojik dayanıklılığın bireyin ruh sağlığının korunmasında bir kalkan görevi görmesi sebebiyle, dayanıklılığın psikopatolojik belirtiler gelişmeden önce bireyin baş etmelerinde nasıl işlev gördüğünü anlamak açısından olumlu baş etme biçimleri ve düşünme biçimlerini incelemenin bu konudaki çalışmalara önemli katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

## 6. KAYNAKLAR

- Adler, A. (2003). Yaşama Sanatı. (Çev. S. Koçak). Doruk Yayınları. İstanbul
- Ainsworth, M. S., Blehar, M. C., Waters, E. and Wall, S. (1978). Patterns of Attachment: A Psychological Study of The Strange Situation. Oxford, England: Lawrence Erlbaum
- Akça, Z. K. (2012). Genç Yetişkinlikte Algılanan Anne-Baba Tutumlarının, Kendini Toparlama Gücü ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul
- Allen, J.P. and Land, D. (1999). Attachment in adolescence. In Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Application. (Eds. J Cassidy, PR Shaver), 319-335. Guilford Press. New York
- Arbona, C., Power, T.G. (2003). Parental Attachment, Self-Esteem, and Antisocial Behaviors Among African American, European American, and Mexican American Adolescents. Journal of Counseling Psychology, 50 (1), 40-51
- Avşaroğlu, S. ve Üre, Ö. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başa Çıkma Stillerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17, 85-100
- Aydoğdu, T. (2013). Bağlanma Stilleri, Başa Çıkma Stratejileri ve Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. Ankara
- Balat, G.U. ve Akman, B. (2004). Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 14 (2), 175-183

- Bartholomew, K. (1994). Assessment of Individual Differences in Adult Attachment. *Psychological Inquiry*, 5, 23-67
- Bartholomew, K. and Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2), 226-244
- Basım, H.N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22 (2), 104-116
- Baumeister, R.F.; Campbell, J. D.; Krueger, J.I. and Vohs, K.D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles?. *Psychological Science In The Public Interest*. American Psychological Society, 4 (1), 1-44
- Baymur, F. (1993). Genel Psikoloji. İnkılap Kitapevi. İstanbul
- Bayraktar, F.; Sayıl, M. ve Kumru, A. (2009). Liseli Ergenler ve Üniversiteli Gençlerde Benlik Saygısı: Ebeveyn ve Akarana Bağlanma, Empati ve Psikolojik Uyum Değişkenlerinin Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24 (63), 48-63
- Bayraktar, F.; Sayıl, M. ve Kumru, A. (2009). Liseli Ergenler ve Üniversiteli Gençlerde Benlik Saygısı: Ebeveyn ve Akarana Bağlanma, Empati ve Psikolojik Uyum Değişkenlerinin Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24 (63), 48-63
- Bektaş, M. ve Özben, Ş. (2016). Evli Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 14 (1), 216-240
- Besser, A.; Zeigler- Hill, V.; Weinberg; Pincus, A.L. ve Neria, Y. (2015). Intrapersonal Resilience Moderates the Association Between Exposure-Severity and PTSD Symptoms Among Civilians Exposed to the 2014 Israel-Gaza Conflict. *Self and Identity*, 14 (1), 1-15

- Birnbaum, G. E., Orr, I., Mikulincer, M., and Florian, V. (1997). When Marriage Breaks Up –
- Blaidorn, W., Arslan, R., Denissen, J.A., Rentfrow, P.J., Gebauer, J.E.; Potter, J., Gosling, S.D. (2016). Age and Gender Differences in Self-Esteem- A Cross- Cultural Window. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111 (3), 396-410
- Bowlby, J (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss: Sadness and Depression*. Basic Books. New York
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. Basic Books. New York
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and Anger*. Basic Books. New York
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child Attachment and Healthy Human Development*. Basic Books. New York
- Chilton, T. L. (2001). The relations among insecure attachment, ego development and 88 hardiness. Unpublished doctora's thesis. Indiana University Department of Counselling and Educational Psychology. Indiana
- Choi, E.; Shin, J.; Bae, J.; Kim, M.; (2014). The Relationships among Depression, Anxiety, Impulsivity and Aggression and Internet Addiction of College Students - Moderating Effect of Resilience. *The Journal of the Korea Contents Association*, 14 (8), 329-341
- Cooper, M. L., Shaver, P. R. ve Collins, N. L.(1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (5), 1380-1397.
- Coopersmith, S. (1967). "The Antecedents of Self-Esteem". W.H. Freeman and Company. San Francisco



- Coşkun, Y.D., Garipağaoğlu, Ç., Tosun, Ü. (2014). Analysis of the relationship between the resiliency level and problem solving skills of university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* ;114, 673-80.
- Crocker, J. and Park, L. E. (2004). The costly pursuit of selfesteem. *Psychological Bulletin*, 130, 392-414.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 240-255
- Çam, M.O.; Öztürk Turgut, E.ve Büyükbayram, A. (2014). Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliğinde Dayanıklılık ve Yaratıcılık. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 5 (3), 160-163
- Dağ, İ. ve Gülüm, V. (2013). Yetişkin Bağlanma Örüntüleri ile Psikopatoloji Belirtileri Arasındaki İlişkide Bilişsel Özelliklerin Aracı Rolü: Bilişsel Esneklik. *Türkiye Psikiyatri Dergisi*, 24 (4), 240-7
- Dennis, J.P. and Vander Wal, J.S. (2010) The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy Res*, 34, 241-53.
- Does Attachment Style Contribute to Coping and mental health? *Journal of Social and Personal Relationships*, 14(5), 643-654
- Durak, M. (2002). Deprem Yaşamış Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Belirtilerini Yordamada Psikolojik Dayanıklılığın Rolü. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Ankara
- Ekşi, A. (1990). Çocuk Genç Ana ve Babalar. Bilgi Yayınevi. Ankara
- Eng, W.; Heimberg, R.G.; Hart, T.A.; Schneier, F.R.; Liebowitz, M.R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*; 1:365-380.

- Eriş, Y. ve İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Kişisel Değişkenlerin Etkisi. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 8 (6), 179-193.
- Erözkan, A. (2004). Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4 (2), 155-172
- Erşan, E., Doğan, O., Doğan, S., (2009). Beden Eğitimi ve Antrenörlük Bölümü Öğrencilerinde Benlik Saygısı Düzeyi ve Bazı Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, (2), 36-37.
- Fardari, J. S., Azad, H., Nemati, A. (2010). The Relationship Between Resilience, Motivational Structure, And Substance Use. *Procedia - Social And Behavioral Sciences*, 5, 1956-1960
- Fergusson, D. M. ve Lynskey, M. T. (1996). Adolescent resiliency to family adversity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 37, 281-292.
- Funk, S.C.(1992). Hardiness: A review of theory and research. *Health Psychology*, 11, 335-345.
- Gable, S.L. and Haidt, J. (2005). What (and Why) is positive psychology? *Review of General Psychology*, 9 (2), 103-110
- Ganellen, R. J., and Blaney, P. H. (1984). Hardiness and social support as moderators of the effects of life stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47,156-163.
- Garcia-Dia, M.J.; DiNapoli, J.M.; Garcia-Ona, L., Jakubowski, R. (2013). Concept Analysis: Resilience. *Arch Psychiatry Nurs*, 27, 264-70
- Geçtan, E. (1982). *İnsan Olmak*. Adam Yayıncılık. İstanbul

- Gomez, R., McLaren, S. (2007). The Inter-Relations of Mother and Father Attachment, Self-Esteem and Aggression During Late Adolescence. *Aggressive Behavior*, 33, 160-169
- Gooding, P. A.; Hurst, A.; Johnson, J. ve TARRIER, N. (2012). Psychological resilience in young and older adults. *International journal of geriatric psychiatry*, 27(3), 262-270.
- Güloğlu, B. ve Karairmak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, (11) 2, 73-88
- Güngörmüş, K.; Okanlı, A. ve Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek ile Psikolojik Dayanıklılıkları arasındaki ilişki. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6 (1), 9-14
- Hazan, C. and Shaver, P.R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychology Inquiry*, 1,1-22.
- Holt, P., Fine, M. ve Tollefson, N. (1987). Mediating stress: Survival of the hardy. *Psychology In The Schools*, 24 (1), 51-58.
- Josselson, R. (1988). The embedded self: In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (188-210). New York: Wiley
- Kamya, H. (2000). Hardiness and spiritual well-being among social work students. *Journal of Social Education*, 36(2), 231-241.
- Karacaoğlu ve Köktaş ( 2016). Psikolojik Dayanıklılık ve Psikolojik İyi Olma İlişkisinde İyimsizliğin Aracı Rolü: Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 3 (2), 119-127
- Karairmak, Ö. (2007). Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study. (Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel faktörlerin incelenmesi: Bir

model test etme çalışması) Basılmamış Doktora Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Ankara

Kararımak, Ö. ve Güloğlu, B. (2014). Deprem deneyimi yaşamış yetişkinlerde bağlanma modeline göre psikolojik sağlamlığın açıklanması. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 43 (2), 1-18

Kararımak, Ö. ve Siviş Çetinkaya, R. (2011). Benlik Saygısının ve Denetim Odağının Psikolojik Dayanıklılık Üzerine Etkisi: Duyguların Aracı Rolü. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4 (35), 30-43

Kararımak, Ö. ve Siviş-Çetinkaya, R. (2009). Deprem deneyimini yaşamış yetişkinlerin bağlanma stilleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki. XVII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı Kitapçığı. 1-3 Ekim Ege Üniversitesi, Kuşadası. (s. 74-75)

Kayacı, Ü. ve Özbay, Y. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Travmatik Yaşantı, Psikolojik Doğum Sıraları ve Sosyal İlgilerinin Psikolojik Dayanıklılıklarını Yordaması. The Journal of Happiness & Well-Being, 4(1), 128-142

Kesebir, S.; Kavzoğlu, S.Ö. ve Üstündağ, M.F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 3(2), 321-342

Kobasa, S., Maddi, S. R. ve Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. Journal of Personality and Social Psychology, 42, 168-177.

Kökçü F. ve Kesebir S. (2010). İki uçlu olgular ve çocuklarında bağlanma biçiminin mizaç, kişilik ve klinik özellikler ile ilişkisi: kontrollü bir çalışma. Turk Psikiyatri Dergisi, 21, 309-318.

Li, M.; Xu, J.; He, Y. ve Wu, Z. (2012). The analysis of the resilience of adults one year after the 2008 Wenchuan Earthquake. Journal of Community Psychology, 40(7), 860-870.

- Maddi, S. R. and Kobasa, S. C. (1984). *The hardy executive: Health under stress*. Homewood, IL: Dow Jones-Irwin
- Main, M. and Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. (Eds. M. T. Greenberg, D. Cicchetti ve E. M. Cummings) *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (121-154). University of Chicago Press.
- Moksnes, U. K., Moljord, I. E. O., Espnes, G. A., & Byrne, D. G. (2010). The association between stress and emotional states in adolescents: The role of gender and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 49, 430-435.
- Morsünbül, Ü. (2014). İnternet Bağımlılığının Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri, Yalnızlık ve Yaşam Doyumu ile İlişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 11 (1), 357-371
- Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*.
- Myhr G, Sookman D, Pinar G.(2004) Attachment security and parental bonding in adults with obsessive-compulsive disorder: a comparison with depressed out-patients and healthy controls. *Acta Psychiatr Scand*, 109, 447-456.
- Neria, Y., Guttman, S., Koenen, K., Levinovsky, L., Zakin, G. and R. Dekel. (2001). Do Attachment and Hardiness Relate to Each Other and to Mental Health in Real Life Stress? *Journal of Social and Personal Relationship*, 18(6), 844-859.
- Noorafshan, L., Jowkarb, B., & Hosseini, F. S. (2013). Effect of family communication patterns of resilience among Iranian adolescents. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 900-904.
- Ormrod, J.E. (2003). *Educational Psychology: Developing Learners*. 4 th Edition. Merrill Prentice Hall, Upper Saddle River, NJ

- Otacıoğlu, S. (2009). M¼zik Öğretmeni Adaylarının Benlik Saygısı D¼zeyleri ile Akademik ve algı Başarılarının Karşılaştırılması. Dicle Üniversitesi Eğitim Fak¼ltesi Dergisi, 13, 141-150.
- Öz, F. ve Bahadır Yılmaz, E. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlık. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fak¼ltesi Hemşirelik Dergisi, 82-89
- Roberts, J. E., Gotlib, I. H. and Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low selfesteem. Journal of Personality and Social Psychology, 70, 310-320.
- Rosenberg, M. (1965). Society and The Adolescent Self-Image, NJ: Princeton University Pres, Princeton.
- Rothbard, J. C., & Shaver, P. R. (1994). Continuity of attachment across the life span. (Eds M. B. Sperling and W. H. Berman.), Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives (31-72) The Guilford Press. New York
- Sabuncuoğlu O. and Berkem M (2006) Relationship between attachment style and depressive symptoms in postpartum women: findings from Turkey. Turk Psikiyatri Dergisi, 17, 252-258
- Sagone, E., & Caroli, M. E. D. (2013). Relationships between resilience, self-efficacy, and thinking styles in Italian middle adolescents. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 92, 838-845
- Sarıkaya, A. (2015). 14-18 Yaş Arası Ergenlerin Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık D¼zeyleri Arasındaki İlişki. Bilim Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Tezi. İstanbul

- Saygın, Y. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek Benlik Saygısı Ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya
- Scharfe, E., Bartholomew, K. (1994). Reliability And Stability of Adult Attachment Patterns. *Personal Relationship*, 1 (1), 23-43
- Schindler, A., Bröning, S. (2015). A Review on Attachment and Adolescent Substance Abuse: Empirical Evidence and Implications for Prevention and Treatment. *Substance Abuse*, 1-35
- Schmitt , D.P. ; Alcalay, L.; Allensworth, M.; Allık, J. (2003). Are Men Universally More Dismissing Than Women? Gender Differences in Romantic Attachment Across 62 Culturel Regions. *Personal Relations*, 10, 307-331
- Silverstone, P.H., Salsali, M. (2003). Low Self-Esteem And Psychiatric Patients: Part II – The Relationship Between Self-Esteem And Demographic Factors And Psychosocial Stressors In Psychiatric Patients. *Annals of General Hospital Psychiatry*, 2 (3), 1-8
- Ssenyonga, J., Owens, V., & Olema, D. K. (2013). Posttraumatic growth, resilience, and posttraumatic stres disorder (PTSD) among refugees. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 82, 144-148
- Stewart, M., Reid, G., & Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, 12, 21-31
- Sümer ve Güngör (1999) Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kùltürlerarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106
- Sümer, N.; Ünal, S. ve Selçuk, E. (2009). Bağlanma ve Psikopatoloji: Bağlanma Boyutlarının Depresyon, Panik Bozukluk ve Obsesif-Kompulsif Bozuklukla İlişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, Haziran 24 (63), 38-45

- Tatoğlu, N. (2006). Zonguldak İl Merkezinde 15-17 Yaş Grubu Genel Lise Öğrencilerinde Benlik Saygısının Akademik Başarıya Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Zonguldak
- Terzi, Ş. (2005). Öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik dayanıklılık modeli. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı. Ankara
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, c.III ( 29),1-11
- Terzi, Ş. ve Cihangir Çankaya, Z. (2009). Bağlanma Stillerinin Öznel İyi Olmayı ve Stresle Başa Çıkma Tutumlarını Yordama Gücü. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4 (31), 1-11
- Terzi, Ş. ve Cihangir Çankaya, Z. (2009). Bağlanma Stillerinin Öznel İyi Olmayı ve Stresle Başa Çıkma Tutumlarını Yordama Gücü. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4 (31), 1-11
- Tümlü, G.Ü. ve Recepoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. Yüksek Öğretim ve Bilim Dergisi, 3(3), 205-213
- Tüzün, O. ve Sayar, K. (2006). Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. Düşünen Adam, 19 (1), 24-39
- Waldinger, R. J., Schulz, M. S., Barsky, A. J. ve Ahern, D. K. (2006). Mapping the road from childhood trauma to adult somatization: The role of attachment. Psychosomatic Medicine, 68, 129–135
- Wilkinson, R.B. (2004). The Role of Parental and Peer Attachment In The Psychological Health and Self – Esteem of Adolescents. Journal of Youth and Adolescence, 33 (6), 479-493



- Yavuzer, H. (2003). Eğitim ve Gelişim Özellikleriyle Okul Çağı Çocuğu. Remzi Kitabevi. İstanbul
- Yıldırım, P.K.; Yıldırım, E.; Otrar, M. ve Şirin, A. (2015). Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık ile Benlik Kurgusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 42, 277-197
- Yılmaz, S. ve Ekinçi, S. (2000). Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinde Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyi Arasındaki İlişki. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, Cilt: 4, Sayı: 2
- Yılmaz-Irmak, T. (2011). Fiziksel İstismara Uğrayan Ergenlerde Dayanıklılığın İncelenmesi. Ege Eğitim Dergisi, 12 (2), 1-21
- Zengin, S. ve Altay, B. (2014). Sınıf öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin madde kullanım durumlarına göre benlik saygısının incelenmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3 (3), 892-907
- Zhang, L. (2001). Thinking Styles, Self-Esteem, and Extracurricular Experiences. International Journal Of Psychology, 36 (2), 100–107

## SOSYO-DEMOGRAFİK VERİ FORMU

Cinsiyetiniz: Kadın  Erkek 

Yaşınız: \_\_\_\_\_

Kaç kardeşiniz? \_\_\_\_\_

Üniversitede hangi bölümde okuyorsunuz? \_\_\_\_\_

Geçiminizi nasıl sağlıyorsunuz? (Birden fazla işaretleyebilirsiniz)

- Ailem/Akrabalarım gönderiyor  
 Çalışıyorum (İş yeri ya da projeler)  
 Burs/Kredi ile geçiniyorum

Ayda yaklaşık olarak elde ettiğiniz toplam gelir nedir? \_\_\_\_\_

Üniversitede eğitim sürecinizde kimlerle yaşıyorsunuz?

- Ailemle  
 Akrabalarım  
 Evde arkadaşlarımla  
 Yurtta arkadaşlarımla  
 Tek (yurt ya da ev)

Annenizin sağlık durumu:  Sağ  VefatBabanızın sağlık durumu:  Sağ  Vefat

Annenizin eğitim durumu:

- Okuryazar değil  
 Okuryazar  
 İlkokul  
 Ortaokul  
 Lise  
 Lisans  
 Lisansüstü (Yüksek Lisans ve/veya Doktora)

Babanızın eğitim durumu:

- Okuryazar değil  
 Okuryazar  
 İlkokul  
 Ortaokul  
 Lise  
 Lisans  
 Lisansüstü (Yüksek Lisans ve/veya Doktora)

Aşağıdakilerden hangilerini kullanıyorsunuz? (Birden fazla işaretleyebilirsiniz)

Sigara

Alkol

Madde

Hiç biri

Daha önce sıkıntılarınız nedeniyle bir uzmana başvurduunuz mu?  Evet  Hayır

Cevabınız Evet ise başvurduğunuz uzman  Psikiyatrist  Psikolog  Her ikisi de

Cevabınız Evet ise tanı aldınız mı?  Evet  Hayır

Cevabınız Evet ise aldığınız tanıyı yazınız \_\_\_\_\_

Daha önce zorlayıcı ve başa çıkma yeteneğinizi aşan olaylarla karşı karşıya kaldınız mı?

(Örneğin, deprem, trafik kazası, sevilen birinin ani kaybı, çatışma bölgesinde bulunma, cinsel saldırı, ölümcül hastalık tanısı vb. sizin ya da yakınlarınızın yaralanma, ölüm ve ölüm tehdidi altında olduğunuzu hissettiğiniz olaylar)

Evet  Hayır

Cevabınız Evet ise bu olay ne tür bir olaydı kısaca açıklar mısınız?

---

---

---

---

---

Cevabınız Evet ise bu olayın etkisini hissettiğiniz zamanlar oluyor mu?  Evet  Hayır

## İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Beni hiç tanımlamıyor

Beni kısmen tanımlıyor

Tamamıyla beni tanımlıyor

1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem.	1	2	3	4	5	6	7
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4	5	6	7
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
5. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
7. Yalnız kalmaktan korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
9. Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
10. Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
11. Başkalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4	5	6	7
13. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
14. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6	7
15. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
16. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.	1	2	3	4	5	6	7

### ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
5. Kendimde gurur duyacak fazla birşey bulamıyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
7. Genel olarak kendimden memnunum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

### PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ

Aşağıda insanların yaşam durumlarını betimleyen ifadeler yer almaktadır. Her bir ifadeyi dikkatle okuyarak katılma derecenizi belirtiniz. Okuduğunuz cümlelerin doğru veya yanlış cevapları yoktur, önemli olan sizin kişisel görüşünüzdür. Bu nedenle okuduğunuz cümle üzerinde uzun süre düşünmeden, içinizden gelen ilk cevabı vermeniz gerekmektedir. İlginiz için teşekkür ederim.

0 Kesinlikle Katılmıyorum	1 Katılmıyorum	2 Ne katılıyorum ne katılmıyorum	3 Katılıyorum	4 Kesinlikle katılıyorum
---------------------------------	-------------------	--	------------------	--------------------------------

1. Çalışmaktan çok keyif alıyorum.	0	1	2	3	4
2. Hayatın benim için monotonlaşmaya başladığını hissediyorum.	0	1	2	3	4
3. Çok çalışarak her zaman amacıma ulaşabilirim.	0	1	2	3	4
4. Çıkabilecek sorunları önceden kestirerek önlemlerimi alırım.	0	1	2	3	4
5. Devam ettiğim işime/okuluma/mesleğime yürekten bağlıyım.	0	1	2	3	4
6. Hayatımda ilginç ve zaman harcamaya değer şeylerin var olduğunu düşünüyorum.	0	1	2	3	4
7. Her yeni deneyimin yaşamımı zenginleştirdiğini düşünüyorum.	0	1	2	3	4
8. Hep aynı yaşam tarzına bağlı kalmak yerine riskli de olsa yeni şeyler denemeyi tercih ederim.	0	1	2	3	4
9. İnsan hatalarından öğrenir ve gelişir.	0	1	2	3	4
10. Kaderimi değiştirebileceğime inanırım.	0	1	2	3	4
11. Yargılarıma ve kararlarıma daima güvenirim.	0	1	2	3	4
12. Kişisel özgürlüklerimin sınırlandırılmasına genellikle büyük tepki gösteririm.	0	1	2	3	4
13. Kendimle ilgili bir şeyler öğrenmek benim için heyecan vericidir.	0	1	2	3	4

14. “Öldürmeyen şey güçlendirir” cümlesi beni ifade ediyor.	0	1	2	3	4
15. Önceden yaptığım bir programın dışına çıkmak zorunda kaldığımda rahatsız olurum.	0	1	2	3	4
16. Yeni şeyler denemekten hoşlanırım.	0	1	2	3	4
17. Yaşamımda olan önemli değişiklikleri, kişisel gelişimim için bir fırsat olarak görürüm.	0	1	2	3	4
18. Keyif aldığım etkinliklere düzenli olarak katılırım.	0	1	2	3	4
19. Yarın bana ne olacağı bugün yaptıklarımaya bağlıdır.	0	1	2	3	4
20. Yeni bir işe/projeye/göreve başladığımda ayrıntılı bir plan yapmayı tercih ederim.	0	1	2	3	4
21. Yapacak bir şeylerimin olması benim için önemlidir.	0	1	2	3	4

## ÖZGEÇMİŞ

### KİŞİSEL BİLGİLER

---

- İsim: Aynur Sezen HALEPLİOĞLU
- Doğum Yeri: Kilis
- Doğum Tarihi: 22.04.1990
- Cep Telefonu: (0537) 792 63 56
- E-mail: as.haleplioglu@hotmail.com
- Uyruğu: T.C
- Medeni Durumu: Bekar
- Sürücü Belgesi: B – A2
- Sigara Kullanımı: Hayır
- Sağlık Problemi: Yok
- Adres Bilgileri: Ataşehir/İstanbul ( Asya )
- Seyahat Edilebilirlik: Evet

### İŞ TECRÜBELERİ

- Adıgüzel Eğitim Kurumları - Özel Ataşehir Adıgüzel Anaokulu - Psikolog (Ağustos2013 – Haziran 2014 )
- Okan Üniversitesi – Okan Psikolojik Danışmanlık ve Eğitim Merkezi ( OPDEM ) – Psikolog ( Şubat 2016 – Halen )

### STAJ TECRÜBELERİ

---

- NP İSTANBUL ( Nöropsikiyatri Hastanesi ) – Uzmanlık Stajı
- Okan Koleji – Okul öncesi çocuklarda stajyer gelişim psikoloğu
- Kilis Devlet Hastanesi – Klinik alanında stajyer psikolog

### ÖĞRENİM DURUMU

---

- Kilis ( YDA ) Lisesi
- Okan Üniversitesi – Fen/Edebiyat Fakültesi – Psikoloji Bölümü ( %25 Burs) ( Eylül 2008 – Mayıs 2013)
- Üsküdar Üniversitesi – Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans ( Şubat 2014 -Devam Ediyor/ Tez Dönemi )



## YABANCI DİL

- İngilizce : Orta

## BİLGİSAYAR

- Microsoft Office Programları : İyi

## KURS – SERTİFİKALAR – EĞİTİMLER

---

- Kognitif Terapi Sertifika Programı – CBTİSTANBUL Beck Yönelimli Kognitif Terapi - Dr. Emel STROUP ( Ekim 2016 – Mart 2017 )
- Rorschach ( Mürekkep Lekesi ) Testi – Rorschach ve Projektif Testler Derneği/ Tefrika İKİZ ( Eylül 2015 – Mayıs 2017)
- Aile Danışmanlığı Eğitimi - Psikolojik Eğitim Terapi ve Araştırma Derneği (PETAD) YÖK Onaylı Süleyman Demirel Üniversitesi işbirliği ile verilen eğitim – Temmuz 2013
- Çocuk Değerlendirme Testleri (Ankara Gelişim Tarama Envanteri(AGTE) – Metropolitan Okul Olgunluğu Testi - Bender Gestalt I-II – Gessell Gelişim Testi – Peabody Kelime Resim Anlama Testi – Cattell 2A Zeka Testi - Goodenough Harris( Bir İnsan Çiz) – Frostig Görsel Algı Testi – Porteus Labirentleri Testi – Benton Görsel Bellek ve Görsel Hafıza Testi )
- TS ISO 10002 Müşteri Memnuniyeti Yönetim Sistemi – Türk Standardları Enstitüsü (TSE) – Nisan 2011
- Stres ve Stres ile Başa Çıkma Yolları – Psikologlar Psikiyatristler Derneği – Mart 2012
- Kişilik Psikolojisi - Psikologlar Psikiyatristler Derneği – Mart 2012
- 17. ULUSAL PSİKOLOJİ KONGRESİ  
Türk Psikologlar Derneği – Boğaziçi Üniversitesi 2012
- 17. ULUSAL PSİKOLOJİ ÖĞRENCİLERİ KONGRESİ  
Okan Üniversitesi 2012  
“MASKELER: BEN VE BİZ konulu 17. Ulusal Psikoloji Öğrencileri Kongresine Katılım Belgesi ve Akademik Bilim Kurulu’nda olarak Teşekkür Belgesi