

T.C.
FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ


ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK
DAYANIKLILIK DÜZEYLERİNDE BEŞ FAKTÖR
KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN YORDAYICI
ETKİSİNİN İNCELENMESİ

FEYZA TOPÇU
140131004

TEZ DANIŞMANI:
Prof. Dr. İsmet KIRPINAR

İSTANBUL, 2017

FSMVÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans programı 140131004 numaralı öğrencisi Feyza TOPÇU'nun ilgili yönetmeliklerin belirlediği tüm şartları yerine getirdikten sonra hazırladığı “**Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinde Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi**” başlıklı tezi aşağıda imzaları olan jüri tarafından **24.05.2017** tarihinde oybirliği ile kabul edilmiştir.



Prof. Dr. İsmet KIRPINAR

(Jüri Başkanı-Danışman)

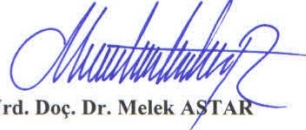
Bezmialem Vakıf Üniversitesi



Doç. Dr. Şaziye Senem BAŞGÜL

(Jüri Üyesi)

Hasan Kalyoncu Üniversitesi



Yrd. Doç. Dr. Melek AŞTAR

(Jüri Üyesi)

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bağılı olduğum üniversite veya bir başka üniversitedeki başka bir çalışma olarak sunulmadığını beyan ederim.

Feyza TOPÇU



TEŞEKKÜR

Çalışmaya başlamadan önce tez konusunu seçerken, isteklerimi göz önünde bulundurarak bana her konuda yardımcı olan tez danışmanım Prof. Dr. İsmet KIRPINAR hocama teşekkürlerimi sunarım.

Bu zorlu tez sürecinde benden desteğini bir an için bile esirgemeyen, gerek kişiliğiyle gerekse akademik birikimiyle bana her zaman örnek olacak olan, değerli hocam Prof. Dr. Osman Tolga ARICAK'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tüm eğitim hayatım boyunca benden maddi ve manevi desteklerini esirgemeyen, her zaman yanımda olan sevgili aileme teşekkürlerimi bir borç bilirim.

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİNDE BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN YORDAYICI ETKİSİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin beş faktör kişilik özelliklerine göre incelenmesi hedeflenmiştir.

Çalışmanın örneklemini; 2015-2016 eğitim öğretim yılında, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesinde öğrenimlerine devam eden, 151'i (%67,1) kadın, 74'ü (%32,9) erkek, toplam 225 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmada veri toplanırken; Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık ölçeği, Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (Bacanlı İlhan ve Aslan, 2009) ve araştırmacı tarafından hazırlanan, Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Toplanan verileri analiz ederken; dağılımın normallik durumuna ve varyansların homojenliğine göre değişkenlere bağlı olarak bağımsız örneklem t-Testi, Tek Yönlü Varyans analizi, Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. Psikolojik dayanıklılık ve beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin analizinde Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Analizinden yararlanılmıştır. Beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik dayanıklılık ve alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığı, aşamalı çoklu regresyon analizi ile hesaplanmıştır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık puanları ile beş faktör kişilik özelliklerinden duygusal dengesizlik puanları arasında negatif yönlü; dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

Beş faktör kişilik özelliklerinden duygusal dengesizlik, dışadönüklük ve sorumluluk boyutlarının psikolojik dayanıklılıktaki toplam varyansın %35,7'sini açıkladığı görülmüş olup; deneyime açıklık ve yumuşak başlılık özelliklerinin psikolojik dayanıklılığı anlamlı şekilde açıklamadığı görülmüştür.

Sosyal kaynakların yumuşak başlılık, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük; kendilik algısının sorumluluk, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük; aile uyumunun duygusal dengesizlik ve yumuşak başlılık; gelecek algısının duygusal dengesizlik ve sorumluluk; sosyal yeterliliğin dışa dönüklük ve duygusal dengesizlik; yapısal stilin sorumluluk ve duygusal dengesizlik tarafından açıklandığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Dayanıklılık, Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutları, Beş Faktör Kişilik Özelliği

THE STUDY OF PREDICTOR EFFECT OF FIVE FACTOR PERSONALITY TRAITS ON THE RESILIENCE LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the resilience levels of undergraduates in terms of five factor personality traits.

The sample of the study consists of 225 students who studied at Faculty of Economics and Administrative Sciences at Hasan Kalyoncu University in 2015-2016 academic year, 151 (67,1%) of participants were female and 74 (32,9%) of them were male.

As a data collection tool, Resilience Scale for Adults, adapted to Turkish by Basım and Çetin (2011), Adjective Based Personality Scale (ABPT) developed by Bacanlı, İlhan and Aslan (2009), were used together with the personal information form prepared by the researcher.

Data analysis was made by using independent sample t-Test, one way analysis of variance, Mann Whitney U and Kruskal Wallis analysis depending on the variables and normality in distribution.

The Pearson Product-Moment Correlation Analysis was used in analyzing the relationship between resilience and five factor personality traits. The five factors were calculated by means of a stepwise multivariate regression analysis in which personality traits predict psychological resilience and sub-dimensions significantly.

There was negative correlation between resilience scores of university students and neuroticism scores of five factor personality traits; there was a significant positive relationship between extraversion, openness to experience, agreeableness and conscientiousness sub-dimensions.

Neuroticism, extroversion and conscientiousness dimensions of five factor personality traits have revealed 35,7% of the total variance in resilience. It has been found that the openness to experience and agreeableness sub-dimensions do not significantly explain resilience.

Social resources were explained by agreeableness, neuroticism and extroversion; perception of self was explained by conscientiousness, neuroticism and extroversion; family cohesion was explained by neuroticism and agreeableness; perception of future was explained by neuroticism and conscientiousness; social competence was explained by extroversion and neuroticism; structured style was explained by conscientiousness, neuroticism.

Key Words: Resilience, Sub-dimensions of resilience, Five Factor Personality Traits

ÖNSÖZ

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve alt boyutlarında beş faktör kişilik özelliklerinin yordayıcı etkisini incelemektedir.

Zorlayıcı, stresli ve riskli yaşam olaylarına maruz kalan bireylerin; tüm engellere ve olumsuzluklara rağmen ilerleyebilmeleri, nasıl başarılı ve yeterli olabildikleri, sıkıntı veren bu olaylarla nasıl başa çıkabildikleri ve nasıl sağlam kalabildiklerini anlamak, pek çok araştırmada olduğu gibi, bu araştırmanın da odak noktası olmuştur. Dayanıklı bireylerin dayanıklı olmasının nedeni kalıtsal olabileceği gibi, dayanıklılığı sağlayan başka unsurlarda elbette ki olacaktır. Bu çalışma, kişilik özelliklerinin bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini etkileyeceği düşünülerek yapılmış olup; hangi kişilik özelliklerinin dayanıklı olmaya katkı sağlayacağı araştırılmıştır.

Ulusal yazında psikolojik dayanıklılık boyutları ile beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişki ve etkileşimi inceleyen çalışmaların yetersiz olması, uluslararası çalışmalarda ortaya konan sonuçlar ile ulusal sonuçları karşılaştırmada bir eksiklik olarak görülmektedir. Bu sebeple, bu çalışma ile ortaya çıkan bulguların, psikolojik dayanıklılık yapısı içinde kişisel boyutların rolüne ve hangi psikolojik dayanıklılık boyutlarının kişisel özellikler çerçevesinde öne çıktığına ilişkin kanıtlar sunması bakımından önem taşıyacağına inanılmaktadır.

Feyza Topçu

İstanbul, 2017

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT.....	vi
ÖNSÖZ	viii
TABLolar LİSTESİ	xii
BİRİNCİ BÖLÜM	1
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Alt Problemler	3
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Sayılıtlılar	7
1.5. Sınırlılıklar	7
1.6. Tanımlar	8
İKİNCİ BÖLÜM	9
2. KONU İLE İLGİLİ KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE ARAŞTIRMALAR	9
2.1. Psikolojik Dayanıklılık	9
2.1.1. Resilience Kavramının Sözlük Anlamı	9
2.1.2. Psikolojik Dayanıklılık Kavramının Ortaya Çıkışı ve Tanımlarındaki Farklılıklar	9
2.1.3. Psikolojik Dayanıklılık ile Karıştırılan Kavramlar	22
2.1.3.1. Ego Resiliency (Ego dayanıklılığı).....	22
2.1.3.2. Hardiness (Dayanıklılık).....	22
2.1.3.3. İnvulnerable (Kırılgan olmama)	23
2.1.4. Psikolojik Dayanıklılık Araştırmalarının Gelişimsel Süreci	23
2.1.5. Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler	26
2.1.5.1. Risk Faktörleri	27
2.1.5.2. Koruyucu Faktörler.....	29
2.1.5.3. Olumlu Sonuçlar	30
2.1.6. Psikolojik Dayanıklılığı Yüksek Bireylerin Özellikleri	31

2.2. Kişilik Kavramı ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri.....	35
2.2.1. Kişilik Kavramı	35
2.2.2. Kişiliği Oluşturan Faktörler.....	37
2.2.2.1 Kalıtım ve Bedensel Yapı Faktörleri	38
2.2.2.2. Aile Faktörü	38
2.2.2.3. Sosyo Kültürel Özellikler	39
2.2.2.4. Sosyal Sınıf Faktörü	40
2.2.2.5. Coğrafi ve Fiziki Faktörler	40
2.2.2.6. Diğer Faktörler.....	41
2.2.3. Kişiliğin Üçlü Bileşeni	41
2.2.3.1. Karakter	41
2.2.3.2. Mizaç	42
2.2.3.3. Yetenekler.....	43
2.2.4. Kişilik Kuramları	45
2.2.4.1. Biyolojik ve Fizyolojik Kuramlar.....	45
2.2.4.2. Psikanalitik Kişilik Kuram	47
2.2.4.3. Hümanistik Yaklaşım	49
2.2.4.4. Davranışçı Yaklaşım.....	51
2.2.4.5. Bilişsel Kişilik Teorileri	51
2.2.4.6. Özellikler Yaklaşımı	52
2.2.5. Beş Faktör Kişilik Modeli.....	54
2.2.5.1. Dışadönüklük-İçedönüklük.....	57
2.2.5.2. Yumuşakbaşlılık/Uyumluluk-Dikbaşlılık.....	58
2.2.5.3. Sorumluluk/Özdenetim-Sorumsuzluk/Dağımlık	58
2.2.5.4. Nevrotiklik/Duygusal Dengesizlik-Duygusal Denge	58
2.2.5.5. Gelişime Açıklık/Deneyime Açıklık-Gelişmemişlik.....	59
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....	60
3. YÖNTEM	60
3.1. Araştırma Modeli	60
3.2. Örneklem.....	60
3.3. Veri Toplama Araçları	61
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	61
3.3.2. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği.....	61
3.3.3. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi	64
3.4. Verilerin Toplanması	65

3.5. Verilerin Analizi	65
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	67
4. BULGULAR.....	67
4.1. Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri	67
4.2. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Betimleyici İstatistik Değerleri.....	70
4.3. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine İlişkin Çıkarımsal Bulguları	70
BEŞİNCİ BÖLÜM.....	101
5. TARTIŞMA.....	101
5.1. Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Sosyo-Demografik Özellikler ile İlgili Bulguların Tartışılması.....	101
5.2. Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarını Anlamlı Düzeyde Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	110
ALTINCI BÖLÜM	116
6. SONUÇ ve ÖNERİLER	116
6.1. Sonuç.....	116
6.2. Öneriler	119
KAYNAKÇA.....	120
EKLER.....	141

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1: Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Literatür Tablosu	56
Tablo 2: Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları:	67
Tablo 3: Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	70
Tablo 4: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları	70
Tablo 5: Anne Eğitim Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutları için Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	72
Tablo 6: Anne Eğitim Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Ortalamaları, Standart Sapması ve Standart Hatası.....	74
Tablo 7: Baba Eğitim Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutları için Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	75
Tablo 8: Baba Eğitim Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Ortalamaları, Standart Sapması ve Standart Hatası.....	76
Tablo 9: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Sosyo-Ekonomik Duruma Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis Test Sonuçları	77
Tablo 10: Sosyo-Ekonomik Duruma Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Medyanı, Standart Sapması ve Standart Hatası.....	78
Tablo 11: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Kardeş Sayısına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis Test Sonuçları	79

Tablo 12: Kardeş Sayısına Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Medyanı, Standart Sapması ve Standart Hatası	81
Tablo 13: Yakın Arkadaş Sayısına Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutları için Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	82
Tablo 14: Yakın Arkadaş Sayısına Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Ortalamaları, Standart Sapması ve Standart Hatası.....	83
Tablo 15: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Anne Babanın Birliktelik Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	84
Tablo 16: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Anne Baba Yaşamsal Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	85
Tablo 17: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Ebeveynlerde Ruhsal Rahatsızlığın Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	86
Tablo 18: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Sigara Kullanımı Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları	88
Tablo 19: Psikolojik dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Taciz veya Şiddet Yaşama Durumu Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları	89
Tablo 20: Psikolojik dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Önemli Sağlık Sorunu Yaşama Durumu Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları	90
Tablo 21: Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutları Arasındaki İlişki.....	92
Tablo 22: Psikolojik Dayanıklılığın Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları	94
Tablo 23: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Sosyal Kaynakların Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları	95
Tablo 24: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Kendilik Algısının Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları	96
Tablo 25: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Aile Uyumu Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları.....	97

Tablo 26: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Gelecek Algısı Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları.....	98
Tablo 27: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Sosyal Yeterlilik Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları	99
Tablo 28: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Yapısal Stil Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları.....	100

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GİRİŞ

Bu bölüm, araştırmanın problem durumu, amacı, alt problemleri, önemi, sayıltıları, sınırlılıkları ve tanımlarını içermektedir.

1.1. Problem Durumu

“Beni yok etmeyen şey beni güçlendirir”

Friedrich Nietzsche

İnsanoğlu, birbirinden farklı ve kendine özgü varlıklardır. Bu sebeple her insanın kişiliği, duygusu ve içinde buldukları çevreden edindikleri yaşantılar da farklılık gösterir.

Kimisi hayatlarında büyük sıkıntılar ve zorluklara maruz kalırken (sevilen birinin kaybı, işten atılma, ekonomik kriz, doğal afetler v.b.), kimi bu sıkıntılarla karşılaşmaz. Bu olumsuz olaylar, bireylerin hayatlarını alt üst etmektedir. Eğer bu kişiler, kendi potansiyeli dahilinde ayağa kalkacak güce ve dayanıklılığa sahip değillerse, bu olaylar karşısında kendilerini güçsüz hissetmektedirler. Bu durum, bireylerin kaygı seviyelerini arttırarak uyum düzeylerini bozmakta ve fiziksel rahatsızlıkların doğmasına sebep olmaktadır (Terzi, 2005).

Kişilerin zorlu olayların üstesinden gelebilme yetenekleri olarak bilinen psikolojik dayanıklılık kavramı, birçok araştırmacı tarafından ilgi çekici olarak görülmüştür. Temel olarak bu araştırmaların amacı, zorlu yaşam olaylarına maruz kalan bireylerden kimisinin bu durumun üstesinden gelmesi; kimisinin de ruhsal rahatsızlıklar göstermesine dayanmaktadır (Çetin ve ark., 2015). Neden aynı olaya maruz kalan bireylerden bazıları ayakta kalırken; bazıları yılgınlığa düşmektedir?

Zorlu ve olumsuz koşullardaki çocuk ve gençlerde, sağlıklı gelişime ve uyuma katkıda bulunan psikolojik dayanıklılık kavramı, araştırmaların yanı sıra birçok uygulamalarda da giderek daha yaygın bir biçimde kullanılmaya başlanmıştır.

İşte bu tip bireyler için ‘resilient’ (psikolojik dayanıklı) kavramı kullanılmaktadır (Benard, 1991). Masten, Best ve Garmezy (1990)’e göre psikolojik dayanıklılık için 3 olgu önemli olarak görülmüştür: (1) Yüksek risk durumuna rağmen iyi gelişimsel sonuçlar göstermek. (2) Yoğun strese rağmen yeterlilik ve olumlu uyum gösterebilmek. (3) Herhangi bir nedenden ötürü yaşanan travmatik olaylardan sonra travmanın olumsuz etkilerinden çabucak kurtulmak ve iyileşmek.

Gençler için hayatlarındaki en önemli değişimlerden biri de üniversiteye giriştir. Bunun neticesinde bireylerin, ortaya çıkan kişisel, eğitsel ve sosyal yaşamlarında bir takım sorumlulukları üstlenmesi ve bu sürece uyum sağlaması gerekmektedir. Bu dönemde uyum sağlamayı gerektiren problemlerden bazıları; doğduğu yerden farklı bir şehirde öğrenim görme, aile ve arkadaşlardan uzakta kalma, yeni arkadaşlar ve çevresi ile yeni sosyal ilişkiler geliştirme, kendinden sorumlu olma ve üniversiteye uyum gibi sorunlar başta gelmektedir. Bunların yanı sıra, üniversite öğreniminin gerektirdiği ders seçme, dersi geçme, yeni arkadaşlar ve akademik üyeler ile iyi ilişkiler kurabilme, okulu zamanında bitirebilme gibi çeşitli akademik sorumluluklarını da yerine getirmek ile sorumludurlar (Sürücü ve Bacanlı, 2010). Kimi öğrenciler bu sorumlukların üstesinden gelebilir iken, kimileri uyum sağlamada ve baş etmede zorlanmaktadır. Bu nedenle; psikolojik dayanıklılık ile ilgili bazı araştırmalarda, risk grubu olarak üniversite öğrencilerinin ele alındığı görülmektedir (Özer, 2013; Eryılmaz, 2012; Aydın, 2010).

Daha önce yapılan çalışmalara göre psikolojik dayanıklılık, stresin olumsuz etkilerini azaltarak olumlu uyumu destekleyen bir kişilik özelliği olarak kabul edilmektedir (Jacelon, 1997; Block ve Kremen, 1996). Wagnild ve Young (1993)’e göre psikolojik dayanıklılık; bir kişilik özelliği olup, stresin olumsuz etkilerini azaltarak iyi uyumun ortaya çıkmasını sağlayan bir kavramdır. Bazı araştırmacılar; psikolojik dayanıklılığın, bireylerin genetik faktörlerinin etkisiyle doğuştan gelen bir özellik olduğunu ileri sürmüşlerdir (Block ve Block, 1980; Aktaran: Basım ve Çetin, 2011). Daha sonraları ise, psikolojik dayanıklılığın sadece bireyin etkili olduğu bir

özellik olmadığı, hem çevrenin hem de bireysel faktörlerin etkileşiminin bir sonucu olduğu görülmektedir (Norman, 2000; Fraser, Richman ve Galinsky, 1999). Son zamanlarda yapılan çalışmalar incelendiğinde; psikolojik dayanıklılığın çoğunlukla gelişimsel ve çevresel özelliklerine odaklanıldığı görülse de, konuyla ilgili ilk araştırmalardan bu yana ortaya çıkan diğer bir bakış açısı, bireyler arası dayanıklılığın kişilerin sahip olduğu niteliklerden kaynaklandığı belirtilmektedir. Psikolojik dayanıklılık ve beş faktör kişilik özellikleri ile ilgili yapılan çalışmaların genelinde değinilen nokta; psikolojik dayanıklı bireylerin sahip oldukları kişilik özelliklerinin neler olduğudur. Psikolojik dayanıklılığın hangi alt boyutlarının bireysel süreçlerde etkili olduğuna dair yapılan çalışmaların ise yetersiz olduğu görülmektedir (Çetin ve ark., 2015).

Bu çalışma, psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında önemli rol oynadığı düşünülen kişilik özelliklerinin ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının bu süreçte öne çıkacağına dair yapılan çalışmaların, yeterli düzeyde olmadığı düşünülerek yapılmıştır.

1.2. Araştırmanın Amacı ve Alt Problemler

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve alt boyutlarında kişilik özelliklerinin yordayıcı etkisini incelemektir. Çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde, kişilik özelliklerinin etkisi olup olmadığı ve psikolojik dayanıklılık ve alt boyutlarında; cinsiyet, anne baba eğitim durumu, sosyoekonomik durum, kardeş sayısı, yakın arkadaş sayısı, anne-babanın birliktelik durumu ve hayatta oluşu, ebeveynlerde herhangi bir ruhsal rahatsızlık durumu, sigara kullanımı ve olumsuz yaşam olayları gibi bağımsız değişkenlere göre değişiklik gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçlar doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Cinsiyete göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Anne eğitim durumuna göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Baba eğitim durumuna göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Ekonomik düzeylerine göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. Kardeş sayılarına göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
6. Yakın arkadaş sayısına göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
7. Anne-babalarının birliktelik durumuna göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
8. Anne-babanın hayatta olup olmasına göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
9. Ebeveynlerde ruhsal rahatsızlığın var olma durumuna göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

10. Sigara kullanım durumuna göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
11. Taciz veya şiddete maruz kalma durumuna göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
12. Önemli sağlık sorunu geçirme durumuna göre psikolojik dayanıklılık puanları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
13. Beş faktör kişilik özellikleri, psikolojik dayanıklılık ve alt boyutları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
14. Beş faktör kişilik özellikleri psikolojik dayanıklılık puanlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
15. Beş faktör kişilik özellikleri psikolojik dayanıklılık alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Bireylerin kişilik gelişiminde doğumdan sonraki ilk 5 yaşın büyük bir önemi vardır. Kişilik yapısı tamamen bozulmadan risk altındaki çocukları belirlemek ve bu çocuklara erkenden müdahale etmek gereklidir. Bu sebeple, psikolojik dayanıklılık kavramının araştırılması, müdahale ve önleme yollarının geliştirilmesi açısından büyük önem taşımaktadır (Seçkin ve Hasanoğlu, 2016). Bu konu birçok araştırmacı tarafından ilgi çekici bulunmuş olup, davranışçı araştırmacılar tarafından da çocukların zorlukların üstesinden nasıl gelebildiklerini anlayabilmek için psikolojik dayanıklılık kavramları olan risk, zorluk, yeterlilik, gelişimsel görevler ve koruyucu faktörleri tanımlamak ve değerlendirmek için uğraştıkları görülmektedir (Masten ve

Obradovic, 2006). Bireylerin hayatlarındaki zorluklarla nasıl baş edebildiklerini anlayabilmek, benzer riskler altındaki diğer çocuk ve gençlere yönelik yapılabilecek önleyici çalışmalara da kapı açacaktır (Cowen, 2001). Bireylerin hayatlarında zorluklar ve sıkıntılar ile karşılaştıklarında sahip oldukları koruyucu faktörleri bilmelerine ihtiyaçları vardır. Çünkü kişinin o durumla başa çıkabilmek ve üstesinden gelebilmek için bu konudaki farkındalığının gelişmiş olması gerekmektedir.

İlgili literatür incelendiğinde, gerek yurtdışı gerekse Türkiye’de bireylerin güçsüz ve olumsuz yönlerine dair yapılan çalışmaların çok fazla olduğu; güçlü ve olumlu yönlerine dair yapılan araştırmaların ise daha sınırlı olduğu görülmektedir. Bu nedenle literatürdeki bu açığın kapatılması için, psikolojik sağlığı artıran; psikolojik dayanıklılık, mutluluk, iyimserlik ve umut gibi kavramların incelenmesine ihtiyaç duyulmaktadır (Yıldız, 2016). Bu çalışma da psikolojik dayanıklılığı ele alan bir çalışma olması sebebiyle, literatüre katkısı olabilecek bir yapıya sahip olduğu düşünülmektedir.

Son yıllarda psikolojik danışma ve rehberlik alanının görevlerinden söz ederken psikolojik dayanıklılık kavramının sık kullanıldığı görülmektedir (Korkut, 2003). Bu sebeple, alanda çalışan psikologlar, psikolojik danışmanlar ve diğer uzmanlar için psikolojik dayanıklı çocuklarla ilgili daha detaylı bilgiler sunacağı ve psikolojik dayanıklılığı artırma ile ilgili program geliştiren araştırmacılara son derece yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile ilgili yapılan çalışmalar “iş ve çalışma ortamı” ağırlıklı olması sebebiyle, beş faktör kişilik özelliklerinin üniversite öğrencileri ile çalışıldığı araştırmalar diğerine kıyasla daha azdır.

Psikolojik dayanıklılık ve beş faktör kişilik özellikleri ile ilgili yapılan çalışmaların yetersiz olduğu görülmekle birlikte (Nakaya, Oshio ve Kaneko, 2006), yapılan çalışmalarda genel olarak; psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerin sahip oldukları kişilik özelliklerinin neler olduğuna odaklanılmış, psikolojik dayanıklılığın hangi alt boyutlarının bireysel süreçlerde etkili olduğu göz ardı edilmiştir. Ayrıca, ulusal yazında psikolojik dayanıklılık boyutlarının ve beş faktör kişilik özellikleri

arasındaki etkileşime dair bir araştırmanın kısıtlı oluşu, uluslararası çalışmalarda ortaya çıkan sonuçlar ile ulusal sonuçları karşılaştırmada bir eksiklik olarak görülmektedir (Çetin ve ark., 2015). Bu sebeple, ortaya çıkacak olan bulguların, psikolojik dayanıklılık yapısı içinde kişisel boyutların rolüne ve hangi psikolojik dayanıklılık boyutlarının kişisel özellikler çerçevesinde öne çıktığına ilişkin kanıtlar sunması bakımından önem taşıyacağı ve ulusal yazında bir eksikliği gidereceği düşünülmektedir.

1.4. Sayıtlılar

1. Araştırmaya katılan bireylerin araştırmada var olan ölçme araçlarına kendi görüşlerini yansıtacak şekilde içten ve yansız bir şekilde cevap verdikleri varsayılmaktadır.

2. Araştırmada kullanılan “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” ve “Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi” ölçmek istediği niteliği tam ölçtüğü varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma;

1. Hasan Kalyoncu Üniversitesi’nde 2015-2016 öğretim döneminde İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesinde eğitim gören 225 üniversite öğrencisi ile sınırlıdır.

2. Araştırmada psikolojik dayanıklılıkla ilgili veriler “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği”; kişilik özellikleri ile ilgili verilerin “Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi” nin ölçtüğü değerler ile sınırlıdır.

3. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları, kişilik özelliklerine etki eden değişkenler sadece “Kişisel Bilgi Formu” içinde yer alan değişkenler ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Psikolojik Dayanıklılık: Yaşamda süregelen zorluk, sıkıntı, olumsuzluk ve risk tecrübelerine maruz kaldıktan sonra, koruyucu faktörlerin ve risk faktörlerin etkileşimi sonucunda bu stres ve zorlukların üstesinden gelebilme, iyi uyum sağlama ve olumlu sonuçlar gösterebilmeyi ifade eder (Rutter, 2006).

Kişilik: Doğuştan getirdiğimiz biyolojik ve psikolojik özelliklerimizle, çevreden kazandığımız doğal ve sosyal faktörlerin birbirleri ile etkileşimi sonucunda meydana gelen; bireye özgü, tutarlı ve bireyleri birbirinden ayıran bir bütündür (Arısoy, 1965; İnanç ve Yerlikaya, 2014).

İKİNCİ BÖLÜM

2. KONU İLE İLGİLİ KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde psikolojik dayanıklılık ve kişilik kavramları ile ilgili literatüre yer verilmiştir.

2.1. Psikolojik Dayanıklılık

2.1.1. Resilience Kavramının Sözlük Anlamı

Resilience kavramı, ilk olarak malzeme birimlerinde kullanılmaya başlanmış olup psikoloji alan yazını dışında da kullanılmıştır (Yıldız, 2016). Latince ‘resilire’ kökünden türemiştir. Sözlük anlamı olarak; “bir maddenin elastik olması ve kolayca dönebilmesini” ifade etmektedir (Greene, 2002). The American Heritage Dictionary (1982)’e göre resilience, “değişim, hastalık ve talihsizliklerden hızlıca kurtulma, iyileşme” şeklinde tanımlanmaktadır. Aynı zamanda resilience, “bir materyalin sıkıştırıldığında, büküldüğünde ve uzatıldığında eski şekline veya pozisyonuna dönmesini sağlayan materyalin sahip olduğu özellikleri ifade etmektedir”. Merriam-Webster Dictionary (1987)’ e göre, ‘değişim ve talihsizliklere çabucak uyum gösterme ve hızlı bir şekilde iyileşme yeteneği’; Oxford English Dictionary (1978)’e göre ise, ‘ezildiğinde ve sıkıştırıldığında hızlıca iyileşerek eski haline ve durumuna gelmesi’ olarak tanımlanmaktadır.

2.1.2. Psikolojik Dayanıklılık Kavramının Ortaya Çıkışı ve Tanımlarındaki Farklılıklar

Psikoloji biliminin, sadece bireylerin gelişimi ve uyumu için önemli olan risk faktörlerine, problemlerine, ruhsal rahatsızlıklara ve tedavi kısmına odaklanması;

kişilerin olumlu yönleri ve sahip olduğu pozitif kaynakları ihmal etmelerine neden olmaktadır. Bireylerin yeterliliklerine ve uyum sistemlerine odaklanmak, kişilerin sağlıklı gelişimine katkıda bulunduğu gibi problemlerden de koruyan önemli bir kaynaktır (Masten, 2001). Psikoloji sadece ruhsal rahatsızlıkları, zayıflıkları ve zararı çalışmamalı, bununla birlikte güç ve erdem gibi değerlerle de ilgilenmelidir. Tedavi etmek sadece kırılan bir şeyi onarmak değil, onu yetiştirebilmektir. Psikoloji sadece hastalıklarla uğraşan bir tıp alanı olmamakla beraber bundan daha fazlasıdır. Bu yüzden psikolojinin ilgilenmesi gereken konular daha çok iş, eğitim, aşk, içsellik, gelişim ve oyundur (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Literatüre bakıldığında,“resilience” terimini kullanan birçok bilim dalı bulunmaktadır. Buna; çevrebilimi, mikrobiyoloji, hücre yenileme çalışmaları, mühendisliğin farklı alt alanları, işletme ve ekonomi alanları sayılabilir.

Psikolojide dayanıklılık kavramının ilk olarak ortaya çıktığı yer ABD’dir (Rigsby, 1994) ve uyumu bozacak birçok sıkıntı ve zorluğa rağmen, bireylerin iyi uyum gösterebilmeleri “psikolojik dayanıklılık” olarak ifade edilmiştir (Block ve Kremen, 1996).

Ulusal literatüre bakıldığında psikolojik dayanıklılığın farklı anlamlar ve farklı çeviri çalışmaları olduğu görülmektedir. Ortak bir psikolojik dayanıklılık kavramı bulunmamaktadır (Basım ve Çetin, 2011). Psikolojik dayanıklılık kavramındaki bu çeviri çalışmalarında ‘yılmazlık’ (Öğülmüş, 2001; Özcan, 2005; Gürkan, 2006), ‘kendini toparlama gücü’, (Terzi, 2006) ‘psikolojik sağlamlık’ (Gizir ve Aydın, 2006; Kararımak, 2006; Gizir, 2007) ve ‘dayanıklılık’ (Taşgın ve Çetin, 2006) gibi isimlerle literatürde yerini almıştır.

Ulusal literatürdeki bu çeşitliliği aza indirgeyebilmek ve ortak bir kavram oluşturabilmek için bir ön çalışma yapılmıştır. Bu çalışmada konu ile ilgili uzman kişilerin oluşturduğu öğretim üyelerinden görüş ve fikirler alınmıştır. Bu kapsamda literatürde kavramla ilgili yer alan farklı tanımlamaların ve kavramı açıklayan çeşitli yaklaşımları da içeren kısa bir anket formu hazırlanarak öğretim üyelerine elektronik posta yoluyla iletilmiştir. Bu ankette kavramla ilgili yapılmış diğer çalışmalarda kavramın Türkçe karşılığı olduğu değerlendirilen ; “Kendini toparlama gücü”,

“Toparlanma”, “Güçlülük”, “Psikolojik güçlülük”, “Dirençlilik”, “Yılmazlık”, “Sağlamlık”, “Psikolojik dayanıklılık”, “Dayanıklılık”, “Psikolojik sağlamlık” adlandırmalarının kavramı en iyi açıklayan terimi 1’den 7’ye kadar puanlamaları istenmiştir. Anket sonuçlarına bakıldığında İngilizcede “resilience” olan kavramın en yüksek puan ile Türkçe karşılığının “psikolojik dayanıklılık” olarak tanımlandığı görülmüştür (Basım ve Çetin, 2011). Bu çalışmada da bu kavrama ilişkin, “psikolojik dayanıklılık” terimi kullanılmıştır.

Psikolojik dayanıklılığın temelleri Horatio Alger isimli bir papazın kitaplarında ve hikayelerinde 19. Yüzyılın ikinci yarısından itibaren görülebilir. Bu hikayelerde genel olarak işlenen konu; fakir ve evsiz kişilerin iyi kısmet, güçlü irade ve sıkı çalışmanın etkisiyle zorluklarla başa çıkabilme durumudur (Tarter ve Vanyukov, 2002). Önceleri, bazı araştırmacılar daha ziyade gazeteciler, psikolojik dayanıklılığı; zorlu olaylara karşı iyi işlev gösteren çocukların ‘incinmez’ olduklarını ve daha çok bu çocukların kişilik özelliklerine odaklanıldığını söylemiştir. Bu çocukların içsel olarak dayanıklı olmaları ve karakterlerinin bir zırh gibi sağlam olmasından dolayı dayanıklı olduklarını düşünmüşlerdir. Zamanla araştırmalar büyüyüp genişledikçe, ‘incinmezlik’ terimi kaldırılmış yerine daha nitelikli ve dinamik bir kavram olan strese direnç ve psikolojik dayanıklılık terimi getirilmiştir (O’Dougherty Wright, Masten ve Narayan, 2013). Yenilmez (invincible) ya da incinmez (invulnerable) terimlerinin aynı kavramı ifade eden şuan ki kullanımı “psikolojik dayanıklılık” olarak tanımlanmaktaydı (Earvolino-Ramirez, 2007). Ancak incinmezlik terimi mutlak, değişmeyen bir süreci ve riskten kaçınan bireyleri ima ettiği için yanlış yönlendirici bir kelimedir ve birbirinin yerine kullanılmamalıdır. Çünkü, zaman içinde gelişen çalışmalar neticesinde, bireylerin farklı durumlar karşısında farklı derecede psikolojik dayanıklılık ve kırılabilirlik sergiledikleri görülmüştür (Luthar, Cicchetti ve Becker, B., 2000).

Psikolojik dayanıklılık ile ilgili literatürün büyük bir çoğunluğu psikoloji ve psikiyatri bilim dalında bulunmaktadır. Hemşirelik ve tıp alanlarında da psikolojik dayanıklılık ile ilgili çalışmalar mevcuttur. Daha çok zihinsel sağlık, travma sonrası stres bozukluğu, göğüs kanseri sonrası hayatta kalanlar, yeme bozukluğu, yaşlanan

ve yaşı bireyler ve kalp stenti takılan hastalar üzerinde yapılan çalışmalar mevcuttur (Earvolino-Ramirez, 2007).

Literatüre bakıldığında, ilk kuşak zamanında tüm dünya, psikolojik dayanıklılık çalışmalarında birçok farklı kavramlarla çalışmıştır. Bu kavramla ilgili ortak benimsenen tanımlamalar olsa da, halen daha tartışmanın devam ettiği ve yıllar geçtikçe üzerinde durulan konunun değiştiği belirtilmiştir. Önceki yıllarda psikolojik dayanıklılık; bireylerin geçmişte ve şimdi yaşadığı zorluklar karşısında iyi uyum gösterebilmesiydi. Daha sonra bu kavramın Masten'in çalışmalarına bakıldığında, daha kapsamlı ve dinamik olarak tanımlandığı görülmüştür. Psikolojik dayanıklılık ile ilgili daha sistem-odaklı bir tanımlama ise şu şekildedir: yaşama gücünü, dayanıklılığı ve gelişime karşı bir tehdit olan olaylara karşı güçlü bir meydan okuma ve iyileşme kapasitesi gösteren dinamik bir sistemdir (O'Dougherty Wright ve ark., 2013).

Literatürde psikolojik dayanıklılığın tanımlamasına ilişkin birçok yol bulunmasına rağmen ortak olarak değinilen 2 kavram vardır. Bunlar: zorluk ve iyi uyumdur. Psikolojik dayanıklılığın oluşabilmesi için yaşamda süregelen güçlüklerin olması ve bu sıkıntılara karşı olumlu uyumun tam anlamıyla, yeterli bir şekilde gösterilebilmesi gerekmektedir (Fletcher ve Sarkar, 2013). Psikolojik dayanıklılık zamana, duruma ve içinde bulunulan ortama göre değişkenlik gösterebilir. Örneğin; utangaçlığın, bir risk faktörü veyahut koruyucu faktör olması içinde bulunulan ortama göre değişir. Çevresinde uyuşturucu kullanımı yaygın olan utangaç bir kızın kendi akranlarıyla iletişim kurmada sıkıntı çektiğinden, bu ortamda da utangaç olması onun için koruyucu bir faktör olabilir. Ancak prososyal aktivitelerin kişiye avantajlar sağladığı özel bir kız okulunda utangaç bir kızın akranlarıyla etkileşimi yeterli olmadığı için, bu aktivitelerin kişiye sağladığı potansiyel faydalardan yararlanamayacaktır. Görüldüğü gibi psikolojik dayanıklılık tek bir yapı değil, zamanla değişen ölçülmesi ve yakalanması zor olan karmaşık bir yapıdır (Johnson, 2002).

Şizofren annelerinin çocuklarının incelenmesi, psikolojik dayanıklılığın temel bir kuramsal kavram ve araştırma konusu olarak ortaya çıkmasında önemli bir rol oynamıştır (Masten ve ark., 1990). Bu çocukların bir kısmının yüksek risk grubunda

olmalarına rağmen olumlu uyum göstermesi, olumsuz durumlarla karşılaştığında verilen yanıtlardaki bireysel farklılıkların ampirik olarak araştırılma çabalarını arttırmıştır (Luthar ve ark., 2000).

Psikolojik dayanıklılık ile ilgili en kapsamlı boylamsal araştırma Werner tarafından yapılmıştır. 1955’de Hawai de bir ada olan Kauai’de yapılan çalışmada, 698 bebek incelenmiş ve yaklaşık 40 yıl sürmüştür. Bu çocukların yaklaşık üç de biri yoksulluk içinde büyümüş, doğum öncesi veya sonrası komplikasyonlar geçirmiş, eğitimi yetersiz anne tarafından büyütülmüş, boşanmış veya ruhsal rahatsızlıkları olan bir ailede yetişmiş bireylerdir. Bu risk durumlarını yaşayan çocukların 2/3’ünde yaşamlarının ilk on yılında ciddi biçimde öğrenme güçlüğü ve davranış problemleri görülmüş, 18 yaşına kadar da zihinsel engelli tanısı konmuştur. Ancak araştırmacılar bu risk grubu kabul ettikleri çocukların 1/3’ünün oldukça normal bir birey olduklarını saptamışlardır. Bu bireylerin okulda başarılı, sosyal hayatlarındaki ilişkilerde yeterli, kendine güvenli oldukları ve çocukluk ve ergenlik döneminde herhangi bir davranış veya öğrenme problemlerinin görülmediğini belirtmişlerdir. 40 yaşına doğru hiçbirinde işsizlik veya kanunla ilgili herhangi bir sıkıntı yaşamadıkları görülmüştür. Bu bireylere ‘psikolojik dayanıklı’ bireyler denilmiştir (Werner, 2005).

1950’lerden sonra alkolik bir aileden gelme, istismarcı bir eşe sahip olma veya yaşamı tehdit eden hastalıkları olması gibi yaşamda karşı karşıya kalınan sıkıntılara rağmen, duygusal bozukluklar ve sosyal uyumsuzluklar karşısında güçlü bir şekilde başa çıkabilen bireylere “ayakta kalanlar” (survivor) terimi kullanılmıştır. Bu dönemlerde aynı süreci işaret etmek için “ayakta kalanlar” ve “dayanıklılık” terimleri kullanılmıştır. 1960’lı yıllardan sonra ise bilimsel çalışmalarda “psikolojik dayanıklılık” aynı özellikleri ifade etmek için kullanılmaya başlanmıştır (Tarter ve Vanyukov, 2002).

Dayanıklı çocukların bilinmesi ve tanınması üzerine yapılan çalışmalar sonrasında, zorluklar ve dezavantajlı koşulların tehdidi altında büyüyen çocukların gelişimiyle ilgili birçok olumsuz varsayım ortaya çıkmış ve eksiklik-odaklı modelin alt üst olmasına neden olmuştur. Aynı zamanda, sistematik çalışmalar sonrasında psikolojik dayanıklılığa ilişkin bazı varsayımların yanlış veya en azından yanıltıcı bilgiler olduğu düşünülmüştür. Hem medya düzeyinde hem de akademik camiada

psikolojik dayanıklılıkla ilgili ilk görünüm, bu çocuklarda özel bir şeylerin olduğu ve sıklıkla bu çocukların yenilmez (invincible) ya da incinmez (invulnerable) gibi kelimelerle tanımlanmış olduklarıdır. Masten'e göre Amerikan psikolojisinde psikolojik dayanıklılıkla ilgili en eski makalelerden biri Amerikan Psikoloji Birliği'nde yayınlanan 'incinmezler' adlı makaledir. Aynı şekilde bu yeni çalışma alanıyla ilgili 7 Mart 1976'da Washington Post'ta yayımlanan "Trouble's a Bubble to Some Kids" isimli yeni bir başlıktı. Akademik alanda da psikolojik dayanıklı çocukların olağanüstü bir güç taşıdıkları ve içsel olarak dayanıklı oldukları fikri yayılmıştı. Yine Masten'e göre 1995 yılında, 'Contemporary Psychology' de yayımlanan ve şehirde yaşayan psikolojik dayanıklı çocuklar ile ilgili "Superkids of the Getto" isimli bir kitap eleştirisi bulunmaktadır (Aktaran: Masten, 2001). Zamanla, 'incinmez' terimi yerini "psikolojik dayanıklılık" kavramına bırakmıştır ve bu kavram, teoriye yeni bir alan ve araştırma getirmiştir (Earvolino-Ramirez, 2007).

Şimdiye kadar psikolojik dayanıklılık çalışmaları çocuklarda ve ergenlerde yoğunlaşmış olsa da, yetişkin bireylerin hem kişisel hayatında hem de iş hayatındaki streslere karşı kendini toparlayabildikleri görülmektedir. Yetişkinlerle çalışan araştırmacılara göre, psikolojik dayanıklılığın oluşum süreci hem çocuklarda hem de yetişkinlerde benzer şekilde oldukları belirtilmektedir (Henderson ve Milstein, 2003). Ancak, son dönemlerde artan çalışmalar neticesinde; yetişkinlerde görülen psikolojik dayanıklılık kapasitesinin çocukluk dönemindeki psikolojik dayanıklılıktan farklı olduğu kabul edilmektedir (Bonanno ve Mancini, 2012). Çünkü insanların zihinsel yetenek ve becerileri ileriki yaşlarına kadar gelişmeye devam etmektedir. Bireyler, yaşamın her döneminde farklılaşan zorlu yaşam olayları ile karşılaşılma ile birlikte bunların üstesinden gelmek zorundadırlar. Bu sebeple, sadece çocuk ve ergenlerde değil yetişkinlik döneminde de psikolojik dayanıklılığa ihtiyaç duyulmaktadır. Farklı gelişim dönemlerine göre psikolojik dayanıklılığı artıran veya azaltan faktörler değişkenlik gösterebilir (Erdur-Baker ve Doğan, 2014).

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, psikolojik dayanıklılığın nasıl tanımlanacağı ile alakalı fikir ayrılıkları var olduğu görülmüştür. Bu çatışma genel olarak uyumla ilgili kıstasları içeren anlaşmazlıklardır. Bu anlaşmazlıklara örnek olarak; psikolojik dayanıklı bir çocuğun içsel manada sıkıntı yaşamamasına rağmen

toplumdaki ilişkileri, akademik başarısı gibi sosyal davranışları açısından iyi uyum göstermiş olması gösterilebilir. Aynı zamanda, hangi alanlara dikkat edilmeli ve bireylerin davranışlarının sonucu nasıl değerlendirilmeli gibi çatışmalar da yer almaktadır. Psikolojik dayanıklılık; bir travmadan hiç etkilenmemek veya bireyin hayat boyunca yaşamdaki işlevleri tamamen iyi olması demek değildir. Yaşamın bir bölümünde veya alanında dayanıklı olup; bazı kısımlarında aynı dayanıklılığı gösteremeyebilirler. Yani bir bireye psikolojik dayanıklı diyebilmek için, o kişinin hayatının her döneminde iyi uyum ve iyi sonuçlar göstermesi beklenemez (O'Dougherty Wright ve ark., 2013).

İnsanın temel uyum sistemlerinin işleyişi sonucunda psikolojik dayanıklılık önem arz etmektedir. Eğer bu sistemler korunmuş ve işleyişi iyi ise karşılaşılan zorluklara rağmen gelişim sağlam, dayanıklı kalır. Eğer bu sistem zorluklardan önce veya sonra bozulmuş ise, çevresel güçlükler de buna eşlik ediyorsa gelişimsel olarak problemler daha ağır olacaktır (Masten, 2001).

Psikolojik dayanıklılık alanında yapılan çalışmaların amacı; olumlu sonuçların nasıl ortaya çıktığı ile alakalı süreçleri anlayabilmektir. Psikolojik dayanıklılık gelişim ve uyum sürecinde oluşan zorluklar ve tehditler durumunda, istenilen olumlu davranışın ortaya çıkabilmesidir. Bu yüzden psikolojik dayanıklılık bağlamsal ve çıkarımsal bir yapıya sahiptir. Bu yapı yüksek risk ve zorluklara rağmen iyi uyum ve gelişim gösterebilmelerine bağlanabilir (Masten, 2002).

Bu kavram, ilk başlarda kişilik özelliği olarak tanımlanırken; ileriki çalışmalarda araştırmacıların kişilik özellikleri yerine sürece odaklandıkları görülmüştür. Bu süreç dinamik yapıda olan, sabit kalan bir yapıda olmayan, sürekli değişebilen bir süreçtir (Luthar ve ark., 2000). Psikolojik dayanıklılık, uyum sağlama veya gelişim sürecinde karşılaşılan zorluklar ve ciddi sıkıntılara rağmen olumlu sonuçlar elde etmektir (Masten, 2001). Newman (2002)'a göre; zorluk, travma, felaket ile yüz yüze geldiğinde hatta, aile ve ilişki problemleri, ciddi sağlık problemleri, iş veya ekonomik sıkıntılar gibi stres faktörleri ile karşılaşıldığında bu sürece ayak uydurabilmek ve iyi uyum gösterebilmektir.

Psikolojik dayanıklılık bazı araştırmacılara göre bir karakter özelliği, bazılarına göre ise bir süreçtir. Psikolojik dayanıklılık zorluklara maruz kalındığında “tekrardan toparlanma” gücü olarak tanımlanmıştır. Psikolojik dayanıklılık; bazı insanların özünde bulunan, fitratında olan bir özelliktir (Jacelon, 1997). Wagnild ve Young (1993)’e göre psikolojik dayanıklılık; stresin olumsuz etkilerini azaltan ve iyi uyumun oluşumunu destekleyen bir kişilik özelliğidir. Bazı araştırmacılar genetik özelliklere odaklanarak, dayanıklılığın doğuştan gelen bir özellik olduğunu ileri sürmüşlerdir (Block ve Block, 1980; Aktaran: Basım ve etin, 2011). Ancak yapılan çalışmalara bakıldığında psikolojik dayanıklılığın sadece doğuştan kazanılmadığı; öğrenilebilen bir kişilik özelliği olduğu da ortaya çıkmıştır (Beardslee ve Podorefsky, 1998; Aktaran: Basım ve etin, 2011). Gavino’nun araştırmalarında ise psikolojik dayanıklılığın bireylerin yaşamlarında, Masten, Best ve Garmezy’e göre bir süreç; Connor ve Davidson’a göre bir kişilik özelliği; Bonanno’ya göre bir yetenek olduğu ortaya konmuştur (Gavino, t.b.). Rutter (2006)’e göre psikolojik dayanıklılık etkileşimli bir kavramdır ve yaşanılan risk tecrübelerine maruz kaldıktan sonra bu stres ve zorlukların üstesinden gelebilme, olumlu sonuçlar gösterebilmeyi ifade eder.

Psikolojik dayanıklılık, stresli yaşam olaylarına rağmen iyi uyum sağlayan bireylerdir (Luthar ve Zigler, 1991; Zautra, Hall ve Murray, 2010; Beauvais ve Oetting 2002). Bireylerin zorluklara ve sıkıntılara verdikleri bireysel olarak farklı tepkilerin olumlu yanını ifade eden bir kavramdır (Rutter, 1990). Birçok büyük sıkıntılara ve tehditlere karşı bireylerin iyi uyum gösterebilmeleri ve başa çıkabilme gücüdür (Block ve Kremen, 1996). Bireylerin yaşamla ilişkili sıkıntı ve güçlüklerle karşılaştıklarında bu zorlukların üstesinden gelebilecek g ve tahammülü sağlar (Sagor, 1996). Joseph (1994)’e göre psikolojik dayanıklılık, hayatın getirdiği zorluklara karşı uyum gösteren ve sıkıntılarını iyi yöneten bireylerde gözlenebilen tutum, baş etme davranışı ve kişisel bir güçtür. Zorluklar karşısında olumlu uyum gösteren birçok kavramı içinde barındıran bir şemsiye gibidir (Masten ve Obradovic, 2006).

Çok büyük zorluk ve travma yaşamalarına rağmen iyi uyum gösterebilmektir. 2 ayrı boyutu vardır: İyi uyum gösterme ve büyük zorluklar yaşama (Luthar, 2006). Birçok farklı durumlarla ilişkisi olan psikolojik dayanıklılığın diğer faktörlerle olan

ilişkisi araştırılmıştır (Çelikkaleli ve Kaya, 2016). Bu çalışmalarda, psikolojik dayanıklılık kontrol odağı, sosyal karşılaştırma ile (Basım ve Çetin, 2011); cinsiyet, öz kavram ile (Önder, Gülay, 2008); öz yeterlilik ile (Terzi, 2006); yalnızlık ve benlik saygısı ile (Güloğlu ve Kararımak, 2010); anne babaları boşanmış ve anne babaları birlikte olma durumu ile (Özcan, 2005); öğrenilmiş güçlük, algılanan sosyal destek ve cinsiyet ile (Dayıoğlu, 2008); iyimserlik, öz yeterlik ve problem çözme odaklı başa çıkma stratejisi ile (Terzi, 2008) incelenmiştir.

Psikolojik dayanıklı bir birey olabilmek için öncelikle kişinin risk altında olması, riske maruz kalması ve bu durumdan başarı ile kurtulabilmesi gereklidir. Riske maruz kalmayan bir birey için psikolojik dayanıklı denemez. Bireylerin nasıl uyum gösterdiklerine bakılarak psikolojik dayanıklılık ölçülebilir (Fraser ve ark., 1999; Luthar ve ark., 2000). Yani psikolojik dayanıklılığın ortaya çıkabilmesi için risk olmazsa olmaz bir faktördür. Herhangi bir travmatik olaya maruz kalmamış ve yaşamın bazı bölümlerinde başarılı olan bireyler, psikolojik dayanıklı(resilient) değil, yalnızca başarılı (successful) veya yeterli (competent) bireyler olarak kabul edilmektedir (Aktaran: Gizir, 2007).

Psikolojik dayanıklılık ile ilgili ortak benimsenen tanımlamalar olsa da, nasıl ölçülebileceği hakkında net bir bilgi yoktur veya çok azdır (Beardslee, 1989). Psikolojik dayanıklılığın nasıl ölçüleceğine dair net bir bilginin olmayışı, psikolojik dayanıklı bireyleri veya psikolojik dayanıklı olma kapasitesi olan bireyleri belirlemek de problem oluşturmaktadır (Wagnild ve Young, 1993). Çevresel faktörler ile de etkileşimde bulunan psikolojik dayanıklılığın ölçümü 2 sebepten ötürü önem taşımaktadır. İlki; klinik psikoloji alanında, ikincisi ise; örgütsel alandadır. Klinik açıdan, zihinsel sağlığı yerinde olmayan bireylerin sağlıklarını tekrar kazanabilmeleri veya sağlıklı durumlarını sürdürebilmeleri için hangi faktörlerin dayanıklılığı etkilediğinin ölçülebilmesi ruh rahatsızlığı olan bireyler açısından önem arz etmektedir. Örgütsel bağlamında ise, olumsuz duygularla ve streslerle baş edebilecek bireylerin zorlu olayları yönetebilecek yeteneklerinin olması ve bunların ölçülebilmesi işe alımlarda psikolojik dayanıklı bir birey olma durumu açısından önemlidir. Psikolojik dayanıklılıkla ilgili tek ortak bir ölçümün olmaması yanında, Nancy ve arkadaşlarının yaptığı çalışmalara bakılarak psikolojik

dayanıklılığının ölçülebilmesi için araştırmacıların birçok farklı bakış açısıyla konuyu değerlendirdikleri ve dolaylı ya da doğrudan yollarla psikolojik dayanıklılığı ölçebilmeyi amaçladıkları görölmüştür (Basım ve Çetin, 2011).

Psikolojik dayanıklılık yeni bir kavram değildir, yüksek stres ve zorluklar karşısında ‘kendini toparlayabilme’ kapasitesidir (Garmezy ve Nuechterlein, 1972; Aktaran: Stewart, Reid ve Mangham, 1997). Psikolojik dayanıklılığın kökleri ruhsal ve insan gelişim teorilerine dayanır. Literatürde psikolojik dayanıklılığı açıklayan birçok tanımlama yer almaktadır (Stewart ve ark.,1997). Psikolojik dayanıklılığı tanımlayabilmek için 2 yargı önemlidir:

1. Bireyi tehdit eden yüksek riskli durumların, zorlukların (örneğin; fakir, yüksekokulunu bitirmemiş ve tek ebeveynin bulunduğu bir aile ortamında doğmak) veya travmanın (örneğin; ailede şiddet, savaş, aileden birinin ölmesi) olması.

2. Bu durumlar karşısında uyum sürecinin ve gelişiminin iyi nitelikli olmasıdır (Masten ve Coatsworth, 1998).

Önceleri psikolojik dayanıklılık bir karakter özelliği olup; bir seferlik davranış sonucunda ortaya çıkmayan uzun soluklu bir kavram olarak görölürken (Block ve Kremen, 1996); şimdilerde sadece kişilik özelliği olarak kabul edilmemektedir. Psikolojik dayanıklılık; hem bireysel hem de çevresel faktörlerden etkilenir. Kaplan (1999)’ın dediğine göre; doğuştan gelen bir karakter değil, bireyi çevresel risklerden koruyan koruyucu faktörlerin var olması ile ortaya çıkmış bir kavramdır.

Bireylerin zorlu durumların üstesinden gelebilmelerini; sadece olağanüstü çaba sarf etmeleri sayesinde değil, daha çok çevresel faktörlerin de etkisi olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bireyler bir çevresel ortamda psikolojik dayanıklılık gösterebilirken başka bir ortamda aynı dayanıklılığı gösteremeyebilirler. Psikolojik dayanıklılık hem çevresel hem de bireysel faktörlerin zorlukların üstesinden gelmede birlikte payı olması sebebiyle, heterojen bir yapıya sahiptir (Fraser ve ark., 1999).

Birçok tanımlamalar neticesinde, psikolojik dayanıklılık tanımı için ortak ve benzer nokta; dinamik bir süreç olması, geliştirilebilir özellikler içermesi, yüksek

risk taşıyan ciddi problemlere rağmen bireylerin beklenenden daha başarılı bir hayat sürmeleridir (Brooks, 2006; Işık, 2016).

Psikolojik dayanıklılığın neye göre ve nasıl tanımlanacağı karmaşık bir yapıdır. Birçok gelişim araştırmacısı psikolojik dayanıklılığı; çocuğun yaşına ve durumuna göre olan davranışlarının tarihsel bağlam içindeki kültürün veya toplumun, ondan beklenen davranışlarını karşılayıp karşılamamasına göre gözlenebilir performansına dayandırarak tanımlamaktadır. Masten'e göre toplum tarafından var olan bu beklentiler gelişimsel kuramda "belirgin gelişimsel görevler", "yeterlik ölçütü" ya da "yaşa uygun kültürel beklentiler" olarak isimlendirilmektedir. Yine Masten'e göre madde bağımlılığı ve ruhsal rahatsızlıkları önlemeye ilişkin konularla ilgilenen diğer araştırmacılar, dayanıklılığın kriteri olarak akademik veya sosyal başarıdan ziyade bireylerde ruhsal rahatsızlıkların olmayışı veya daha düşük belirtilerin ve bozulmaların oluşu üzerine odaklanmışlardır. Psikolojik dayanıklılığın gelişimi sürecinde dayanıklılığı artıran diğer bir faktör güvenirliliği, özerkliği ve girişkenliğin ortaya çıkmasını sağlayan kuvvetli bir bağın olmasıdır. Bu bağ aile üyelerinden sağlanmaktadır. Ayrıca psikolojik dayanıklı çocukların yeterliliğini artıran ve toplumda var olan destek sistemleri onlara olumlu bir rol model sunmaktadır. Bu kişiler; bakıcı komşu, öğretmen, bilge kişiler, genç çalışanlar ve akranlardır (Werner, 1995).

Psikolojik dayanıklılık ender rastlanan ve özel yetenek gerektiren bir durumdan değil, aksine sıradan, normal insanlarda var olan akıl, beyin, beden, aile, ilişkiler ve toplumdaki ortaya çıkmaktadır. Sıradan insanlarda bulunan bu kaynakların var olması psikolojik dayanıklılığın ortaya çıkmasına da zemin hazırlar. Psikolojik dayanıklılığın çok nadir görülen ve olağanüstü bir süreçten ziyade daha sıradan bir süreç olması, ileriye yönelik psikolojik dayanıklılığın geliştirilmesi ve risk faktörlerini eleyebilmek ile ilgili daha iyimser bir bakış açısı ile bakmamızı sağlamaktadır (Masten, 2001).

Literatüre bakıldığında psikolojik dayanıklılık ile ilgili net bir kuramsal çerçeve henüz bulunmamaktadır. Stewart ve ark.(1997), dayanıklılığın literatürdeki farklı tanımlarını araştırarak, bu tanımlamalarda genel olarak değinilen ortak konuları şu şekilde belirtmişlerdir:

- Psikolojik dayanıklılık kişilerin yaşadıkları stres ve bununla başa çıkabilme gücü arasındaki bir dengeden meydana gelmektedir.
- Psikolojik dayanıklılık, bireylerin karakterleri ve geniş çevreleri arasında karmaşık bir etkileşim olarak görülebilir.
- Psikolojik dayanıklılık durağan değil, dinamik bir yapıya sahiptir. Yaşamda var olan zorlu olaylara karşı değişkenlik gösterir.
- Psikolojik dayanıklılık gelişimseldir. Hayatın belirli dönemlerinde farklılık gösterir.
- Psikolojik dayanıklılık, bireylerin yaşam geçiş dönemlerinde stresle karşılaştıkları zaman çok önemli bir faktördür.
- Stres veren yaşam olaylarında oluşan risk faktörleri ve bu riski ortadan kaldıran veyahut azaltan koruyucu faktörler, bireylerin psikolojik dayanıklılığına katkıda bulunur.

11 Eylül terör saldırılarından sonraki 2002 ağustos ayında APA tarafından ulusal bir kamu eğitim kampanyası düzenlenmiştir. Bu kampanya; kişiyi tehdit eden durumlarla karşılaştığında “kendini toparlayarak” stresli yaşam olayları ve zorluklarla nasıl başa çıkılması gerektiğini hedefleyen “Road to Resilience” (Psikolojik Dayanıklılığa Giden Yol) isimli bir kampanyadır. Bu kampanyada vurgulanan mesajlar şunlardır:

- Psikolojik dayanıklılık doğuştan gelen bir karakter değildir, hemen hemen her birey tarafından öğrenilebilir ve geliştirilebilir.
- Psikolojik dayanıklılık, zamanda tek bir olay veya nokta değildir, uzun bir yolculuk gerektirir.
- Her bireyin dayanıklılığa giden yolculuğu birbirinden farklıdır. Psikolojik dayanıklılığı oluşturabilmek kolay bir süreç değildir. Her insanın dayanıklılığı oluşturmada kullanacağı stratejiler farklıdır. Bu stratejileri, kişinin kendisi işe yarayan eylem ve davranışları tanımlayarak oluşturmalıdır (Newman, 2003).

Geçtiğimiz 10 yıl içinde, birçok araştırmacı farklı alanlarda çocukların ve gençlerin tuhaflıklar karşısında nasıl baş edebildiklerini çalışmışlardır. Bu alanlar; çocuk gelişimi, psikoloji, psikiyatri ve sosyolojidir. Bu araştırmacılar psikolojik dayanıklılığın 3 olgudan oluştuğunu ileri sürmüşlerdir:

- yüksek risk durumuna karşın iyi gelişimsel sonuç göstermek,
- stres altında olmalarına rağmen sürdürülebilir yeterlilik ve olumlu uyum,
- travmadan sonra çabucak iyileşme ve atlatma.

Bu koşullar altında, davranışçı bilim adamları kişilerin stresli durumlar ve uzun süreli zorluklar karşısında göstermiş oldukları tepkileri yöneten koruyucu faktörler veya mekanizmalara dikkat kesilmişlerdir. Bu yüzden koruyucu faktörlerin olmadığı durumlarda kişilerin zorluklarla başa çıkabilmeleri ve uyum sağlamaları daha başarılı bir durum olarak görülmektedir (Masten ve ark., 1990).

Norman (2000), psikolojik dayanıklılık ile ilgili 3 önemli noktayı vurgulamıştır:

1. Psikolojik dayanıklılık durağan ve sadece bireyin etkili olduğu bir özellik değil, çevresel ve bireysel faktörlerin etkileşiminin bir sonucudur.
2. Bireyin karşılaştığı zorluklar zamanla kişinin güçlenmesiyle ve dayanıklılığını artırmasıyla sonuçlanabilir.
3. Psikolojik dayanıklı bireyin duygusal sağlığının iyi olmak gibi bir zorunluluğu yoktur. Yani psikolojik dayanıklılık, duygusal sağlığın iyi olmasının bir sonucu değildir. Psikolojik dayanıklı bireyler de duygusal ve davranışsal olarak kötü durumda olabilirler.

Psikolojik dayanıklılık ölçülebilen ve bireyin sağlık durumundan etkilenen bir yapıya sahip olması yanında (örneğin; zihinsel bir hastalığa sahip olan bir bireyin psikolojik dayanıklılık seviyesi genel nüfustan daha düşüktür) değiştirilebilir ve tedavi ile geliştirilebilir bir kavramdır (Connor ve Davidson, 2003).

Çalışmaların sadece küçük bir kısmı çocukların ana rahminde kötü beslenmesine odaklanmışlardır. Literatürde var olan en yeni araştırmalar; sürekli fakirlik içinde büyüyen, ailede boşanma veya ruhsal rahatsızlık bulunan veya ciddi bakım azlığı yaşayan psikolojik dayanıklı çocukları içermektedir. Ayrıca literatürde, çağımızdaki savaşlardan ötürü ortaya çıkan olumsuz durumlar karşısında çocuklarda psikolojik dayanıklılık ile ilgili gitgide büyüyen çalışmalar yerini almaktadır.

Birçok çeşitli çalışmalara rağmen, psikolojik dayanıklılığın gelişimi için katkıda bulunan bireylerin mizacının temeli ve destek kaynaklarının var olmasıdır. Bu koruyucu faktörler etnik, sosyal sınıf ve coğrafi sınırları aşabilmek için tampon görevi görmektedir. Bunlar aynı zamanda zorluklar içerisinde büyümüş bireylerin yaşamlarından ziyade daha özel risk faktörleri ve stresli yaşam olaylarında derin izler bırakır.

2.1.3. Psikolojik Dayanıklılık ile Karıştırılan Kavramlar

2.1.3.1. Ego Resiliency (Ego dayanıklılığı)

Ego resiliency (dayanıklılığı) ve psikolojik dayanıklılık terimleri özellikle iki noktada farklılaşmaktadır: Ego dayanıklılığı, bireyin kişilik özelliği iken; psikolojik dayanıklılık, dinamik ve gelişimsel bir süreçtir. İkincisi, ego dayanıklılığı için bireyin herhangi bir tehde maruz kalması şart değildir ancak; psikolojik dayanıklılık için bireylerin mutlaka bir zorlukla karşılaşması gerekir (Luthar ve ark., 2000).

2.1.3.2. Hardiness (Dayanıklılık)

Hardiness terimi Merriam-Webster Dictionary (2002)'e göre “zorlu durumlara karşı dirençli olma yeteneği veya dayanıklılık” anlamına gelmektedir (Earvolino-Ramirez, 2007). Hardiness (dayanıklılık), psikolojik dayanıklılığın bir parçasıdır. Ancak psikolojik dayanıklılığa karşın hardiness (dayanıklılık); bir kişilik özelliğidir (Bonanno, 2004). Hardiness (dayanıklılık)ve psikolojik dayanıklılık arasındaki en büyük fark; psikolojik dayanıklılık olumlu bir uyum ve gelişim ile

sonuçlanırken, hardiness (dayanıklılık) için bireyin zorluklara karşı dayanması esastır ve olumlu bir değişim sonucu gerekli değildir (Earvolino-Ramirez, 2007).

2.1.3.3. İnvulnerable (Kırılğan olmama)

Vulnerable (kırılğanlık) kavramı, birçok farklı tanımlaması bulunmakla beraber en basit tanımıyla ruhsal rahatsızlıklara olan yatkınlık olarak ifade edilmektedir (Ingram ve Price, 2010). Bilinen kullanımıyla kırılğanlık, sağlık problemlerine, ihmal edilmeye ve zarar görmeye karşı daha duyarlı olmaktır (Akın ve Akın, 2015). Araştırmacılar “vulnerability” (kırılğanlık) kavramını tanımlarken, “invulnerability” (kırılğan olmama), “yeterlilik”, “koruyucu faktörler” ve “psikolojik dayanıklılık” terimlerinin zıttı olarak ifade etmişlerdir. Kırılğan olmama, ruhsal rahatsızlıklara hiç yatkın olmamayı, psikolojik problemlerden tam olarak korunmayı ve hiçbir zaman psikolojik sorun yaşamamış bireyleri ifade ederken; psikolojik dayanıklılık kavramı ise bireylerin az da olsa ruhsal rahatsızlık veya psikolojik bir problem yaşayabileceklerini ifade eder (Ingram ve Price, 2010).

2.1.4. Psikolojik Dayanıklılık Araştırmalarının Gelişimsel Süreci

Psikolojik dayanıklılık gelişimi ile alakalı çalışmalar 40 yıldan fazlasına dayanmaktadır (Luthar, 2006). Psikolojik dayanıklılığın gelişimi için yapılan çalışmalar 4 büyük dalgadan oluşmaktadır. Bunların ilk üçü davranışlara odaklanmış, bir dizi kavram ve yöntemler ile ilgili katkıda bulunmuş, birçok tartışma ve ipuçları oluşturmuşlardır. Böylelikle biyoloji ve sinir bilimi ile ilişkili olan dördüncü dalga psikolojik dayanıklılık araştırmalarına umut vermişlerdir (Masten ve Obradovic, 2006).

Birinci dalga psikolojik dayanıklılık çalışmalarında amaç, terime iyi bir tanımlama getirmek, temel kavramları ve yöntemleri ortaya koyarak bireylere odaklanmak olmuştur. Birinci dalga psikolojik dayanıklılık çalışmalarında, risk ve zorluklara rağmen iyi uyumu sağlayabilecek risk faktörleri ve koruyucu faktörler araştırılmıştır (O’Dougherty Wright ve Masten, 2005). Davranışçı araştırmacılar, çocukların zorlukların üstesinden nasıl gelebildiklerini anlayabilmek için psikolojik

dayanıklılık kavramları olan risk, zorluk, yeterlilik, gelişimsel görevler ve koruyucu faktörleri tanımlamak ve değerlendirmek için uğraşmışlardır (Masten ve Obradovic, 2006).

İkinci dalga psikolojik dayanıklılık çalışmaları, gelişimsel psikopatolojiyi ortaya çıkaran normal olan ve olmayan gelişimi içeren çok geniş çaplı bir dönüşümdür. İkinci dalga araştırmacıları, gelişimsel sistem yaklaşımını benimseyerek daha büyük bağlamsal kaygılara odaklanmışlardır. Psikolojik dayanıklılığın, gelişimsel ve ekolojik sistemler içinde var olduğunu belirterek olumlu ve olumsuz gelişimsel sonuçları karmaşık etkileşimleri anlamaya çalışmışlardır (O'Dougherty Wright ve Masten, 2005). Üçüncü dalga psikolojik dayanıklılık çalışmalarında, değişen gelişimsel yollara müdahalede bulunarak psikolojik dayanıklılığı ortaya çıkarmayave arttırmaya dair koruma yöntemleri ve önlemler araştırılmıştır. Bu üç dalga psikolojik dayanıklılık çalışmalar sayesinde klinik psikolojideki bilim adamları, psikiyatri ve insan gelişimi ile ilgili alanların katkılarıyla, psikolojik dayanıklılık ile ilgili kavramlar, yöntemler ve dikkat edilmesi gereken noktalar belirlenmiştir. Böylelikle bu çalışmalar dördüncü dalga araştırmalarına etkili noktaları sunarak yavaş yavaş doğmasına ve büyümesine zemin hazırlamıştır. Şu anda etkinliğini arttıran dördüncü dalga ise, beyin fonksiyonlarına gelişimine ve gen kavramına duyulan ilginin artmasıyla birlikte, psikolojik dayanıklılığın nasıl oluştuğuna ve çalıştığına dair derinlemesine çalışmalar yapılarak çoklu analiz yöntemleri kullanılmıştır (Masten ve Obradovic, 2006).

Masten ve Obradovic (2006), ilk üç dalga psikolojik dayanıklılık çalışmaları sonucunda dördüncü dalga araştırmacılarının akıllarında bulundurmaları gereken etkili noktaları ve önemli ikazları araştırmacılar tarafından yapılan çalışmaları derleyerek 10 maddede toplamıştır:

1. Psikolojik dayanıklılık kavramsal ve işlemsel tanımının dikkatli yapılmasını gerektiren karmaşık bir yapıya sahiptir.
2. Psikolojik dayanıklılık tek bir süreç ve özellikten oluşmayan, birçok özellik ve süreci içinde barındıran bir kavramdır.
3. Psikolojik dayanıklılığın oluşumu için birden fazla yol vardır.

4. Psikolojik dayanıklılık tanımı kültürel, gelişimsel ve tarihsel bağlamlarla iç içedir.
5. Psikolojik dayanıklılığın sadece içsel kapasite ile doğabileceğini düşünenler muhakkak hata yaparlar.
6. Dış kaynaklardan türeyen uyum kapasitesi ve işlem süreci psikolojik dayanıklılığın oluşumunda önemli roller üstlenmektedir.
7. Psikolojik dayanıklılığın oluşabilmesi olağanüstü bir durum değildir.
8. Tamamen incitilemez, sağlam bir çocuk yoktur.
9. Çok yoğun risk ve zorluk ile karşılaşan bireylerde psikolojik dayanıklılığın oluşmaması veya iyileşmenin çok nadir veya imkansız olması mümkündür.
10. Son olarak, psikolojik dayanıklılığı ilerletebilmek ve anlayabilmek için; çocuğun gelişiminde ortaya çıkan tehditlerin kaynağının önlenebilir olduğu ve bireyi zorluklardan korumanın; gelişimi sarsılmış bir bireyin hayata uyum sağlayabilmesinden daha kolay olduğu unutulmamalıdır.

Psikolojik dayanıklılık çalışmalarında, yüksek risk faktörlerine sahip çocuklar arasındaki sonuçların birbirlerinden farklı olma durumlarını açıklamak için 2 önemli yaklaşım ortaya konmuştur. Bunlar değişken odaklı ve kişi odaklı yaklaşımlardır. Değişken odaklı yaklaşım; risk, uyum, yeterlilik ile bireysel, ailesel ve çevresel koruyucu faktörler arasındaki ilişkiyi test etmek için çok değişkenli istatistik tekniği kullanır. Bu yaklaşım gerekli müdahalelerin oluşturulabilmesi için tahmin edilen ve ortaya çıkan sonuçlar arasındaki özel, farklı bağlantılara odaklanır. Diğer yaklaşım olan kişi odaklı yaklaşım ise; psikolojik dayanıklılığın nasıl geliştiğini, dayanıklı olan ve olmayan diğer gruplar arasındaki farkın hangi kriterlerden kaynaklandığına bakarak ortaya koymayı amaçlamaktadır (Masten, 2001).

Ülkemizde psikolojik dayanıklılık kavramı ilk olarak, Öğülmüş (2001) tarafından kullanılmış olup; “yılmazlık” olarak Türkçeye çevrilmiştir. İlk çalışma, Gizir (2004) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada, gecekonuda yaşayan düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip 8. Sınıf öğrencilerinin akademik sağlıklarının

gelişimine yardımcı olan koruyucu bireysel özellikler ve çevresel faktörler incelenmiştir. Özcan (2005) tarafından yapılan çalışmada; lise öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve sahip oldukları koruyucu faktörler, ailesi boşanmış-birliktelik durumuna göre karşılaştırılmıştır. Gürkan (2006)'ın üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmasında; “resilience” terimi “yılmazlık” olarak çevrilmiş olup; “yılmazlık eğitimi grup danışma programı”nın kişilerin yılmazlık düzeylerine etkisi incelenmiştir. Eminağaoğlu (2006), sokak çocuklarının sağlık özelliklerini; Kararımak ve Siviş-Çetinkaya (2011), psikolojik sağlamlığı etkileyen benlik saygısı ve kontrol odağının bireyin duygu durumuna etkisini; Yılmaz ve Sipahioğlu (2012), tek ebeveynle yaşayan ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerini; Çapan ve Arıcıoğlu (2014), üniversite öğrencilerinin affedicilik ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmalar incelendiğinde; bireylerin olumlu ve güçlü yönlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerini yordadığı görülmektedir. Ayrıca bireyin üst düzeyde performans gösterebilmesi için, içsel koruyucu faktörlerin aktif olarak görev yapması gerekmektedir (Yıldız, 2016). Psikolojik dayanıklılık ile ilgili yapılan en son çalışma ise; Çelik, Sanberk ve Deveci (2017) tarafından yapılmış olup, öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlık ve umutsuzluğun incelendiği görülmektedir.

2.1.5. Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler

Tümlü ve Recepoğlu(2013)'nun literatürde yapılan çalışmalara bakarak psikolojik dayanıklılığın 3 ana başlık altında toplandığını söylemişlerdir. Bunlar;

1. Risk faktörleri
2. Koruyucu faktörler
3. Olumlu sonuçlar

Windle (2002)'a göre psikolojik dayanıklılık; mutlaka sağlıklı bir uyum süreci ile ilişkili olan ve bu uyum sürecine katkı sağlayan koruyucu faktörlerin, risk faktörleri ile etkileşimi sonucunda ortaya çıkan bir olgudur. Yüksek risk ve strese maruz kalan çocuklarda iyi sonuçların ortaya çıkması sonucunda risk faktörlerini, süreçlerini daha iyi anlayabilmek; koruyucu faktörleri ve bunların altında yatan esas

süreci açıklayabilmek için açık ve örtük gerekçelere odaklanmak gerektiği fikri 2 kat artmıştır. Her ikisi de önleme ve müdahale konusunda bilgi vermektedirler (Masten, 2002).

2.1.5.1. Risk Faktörleri

Bazı alanlarda başarılı olmak ve iyi sonuçlar elde edebilmek, psikolojik dayanıklılık terimini yeterince karşılamamaktadır. Bu bireylere; “yeterli ya da yetkin”, “uyumlu” ya da sadece “normal” denilebilir. Psikolojik dayanıklı bir birey denebilmesi için, kişinin bir risk veya zorlu durumlara maruz kalması gerekmektedir (Masten ve Reed, 2002). Risk, bireyin olumsuz davranış göstermesine sebep olan çeşitli durumları ifade etmektedir (Rutter, 1987). Bazı araştırmacılara göre risk faktörleri ve koruyucu faktörler birey ile ilgili, aile ile ilgili ve çevresel faktörler olmak üzere üç kategoride toplanmaktadır (Gizir, 2007; Hetherington ve Hagan, 1999).

1. Bireysel risk faktörleri:

- Düşük zeka düzeyine sahip olma,
- Akademik başarısının yetersiz oluşu (Boulter, 2004),
- Kaygılı bir mizacın oluşu,
- Bireyin kendine güveninin az olması
- Etkili başa çıkma mekanizmalarının var olmayışı,
- Agresif kişilik yapısının olması,
- Bireyin kendisini yeterince ifade edememesi (Tümlü ve Recepoğlu, 2013),
- Bireyin alkol veya uyuşturucu kullanması (Zagar, Arbit, Sylvies, Busch ve Hughes, 1990),
- Erken doğum (Bradley ve ark., 1994),
- Kişinin fiziksel bir engelinin bulunması (Bolig ve Weedle, 1988),

- Bireyin düşünce ve algılama şeklini etkileyen nörolojik rahatsızlığın bulunması (Zagar ve ark., 1990),

- Kronik rahatsızlıklar (Nakashima ve Canda, 2005; Bolig ve Weedle, 1988).

2. Ailesel risk faktörleri:

- Ebeveynlerden birinde ruhsal rahatsızlık veya hastalık bulunması (Pölkki, Ervast ve Huupponen, 2004; Bolig ve Weedle, 1988),

- Ebeveyn ve çocuk arasında veya kardeşler arasındaki ilişkinin sağlam olmaması,

- Aile içinde şiddetin var olması (Tümlü ve Receptoğlu, 2013),

- Ailede suç işleyen bireylerin olması (Zagar ve ark., 1990),

- Çocukluk döneminde ebeveyn tarafından kötü muamele (fiziksel, cinsel, duygusal istismar gibi) ile karşılaşmış olması (Cichetti ve Rogosch, 1997),

- En az dört çocuklu kalabalık bir aileye sahip olmak (Aktaran: Öz ve Yılmaz, 2009),

- Ebeveynlerden birinin kaybı veya tek ebeveyn ile yaşama (Greeff ve Ritman, 2005; Tümlü ve Receptoğlu, 2013),

- Ebeveynlerin boşanması (Kelly ve Emery, 2003; Bolig ve Weedle, 1988),

- Ergenlik döneminde anne olma (Werner ve Smith, 1982; Aktaran: Gizir, 2007).

3. Çevresel risk faktörleri:

- Düşük sosyoekonomik düzeye sahip olma (Buckner ve Mezzacappa, 2003; Schoon, Parsons ve Sacker, 2004; Cichetti ve Rogosch, 1997),

- Çocuk istismarı ve kötü muameleyle maruz kalma (Wilcox, Richards ve O’Keeffe, 2004; Flores, Cichetti ve Rogosch, 2005),

- Akranlarını tarafından dışlanması (Criss, Petit, Bates, Dodge ve Lapp, 2002),
- Savaş, şiddet ve göç gibi toplumsal örseleyici olaylar yaşama (Goodman, 2004; Casella ve Motta, 1990),
- Madde kullanımı,
- İşsizlik (Tümlü ve Recepoğlu, 2013),
- Evsizlik (Reed-Victor ve Stronge, 2010).

2.1.5.2. Koruyucu Faktörler

Rutter (1987)'a göre koruyucu süreçleri belirleyen 4 mekanizma vardır. İlk mekanizma, risk faktörlerinin etkisinin azaltılmasıdır. Bu etkinin azaltılması, riski ortaya çıkaracak faktörlerin elenmesi ve riske maruz kalmayı ortadan kaldırmaktan geçer. İkinci mekanizma, riske maruz kalındıkça ortaya çıkan olumsuz sonuçların bir zincir halinde oluşmasını azaltmaktır. Üçüncü mekanizma, bireyin öz saygı ve öz yeterliliğinin oluşumunu ve gelişimini sağlamaktır. Bireyin kendini değerli hissetmesi ve bireysel kaynaklarına inanması stresli durumlardan başarıyla çıkabileceğine olan inancını arttırarak koruyucu bir görev görür. Son koruyucu mekanizma ise risk faktörlerinin etkilerini azaltabilecek olanakların sunulmasını ifade etmektedir.

Masten'e göre koruyucu faktörler, risk ya da zorlukların etkisini azaltan, ya da tamamen yok eden, sağlıklı uyumu ve bireyin yeterliliklerini geliştiren durumları ifade etmektedir (Masten, 1994; Aktaran: Gizir, 2007). Koruyucu faktörlerin var olması, hem problem ortaya çıkmadan önlemeyi, hem de problem davranışın oluşumunu azaltmayı sağlar. Ayrıca var olan sorunun etkisini azaltarak, bireyin zorluklar karşısında ayakta durabilmelerine katkıda bulunur (Tümlü ve Recepoğlu, 2013).

1. Bireysel koruyucu faktörler:

- Sağlıklı olma (Mandleco ve Perry, 2000),
- Kadın olma (Kumpfer, 2002),

- İyi düzeyde zeka ve bilişsel yeteneğe sahip olma,
- Akademik yeterliliğin gelişmiş olması,
- Benlik saygısının yüksek olması,
- İyimser olma ve geleceğe dair planlar yapabilme,
- Mizah duygusuna sahip olma ve problem çözme becerilerinde yetkin olması,
- Empati, sorumluluk ve yardımseverlik duygusuna sahip olma,
- Kendi yaşamının kontrolünü kendi sağlıyor olması.

2.Ailesele koruyucu faktörler:

- Anne ve çocuk arasındaki ilişkinin kuvvetli olması,
- Aile bireylerinin tutarlı kararlar vererek uyumluluk göstermesi,
- Anne babanın eğitim düzeyinin yüksek olması,
- Sosyoekonomik düzeyin yeterli olması,
- Kardeşler ile sıcak ilişkiler içinde olması.

3.Çevresel koruyucu faktörler:

- Anne baba haricinde herhangi bir yetişkinle olumlu ilişkiler kurabilme,
- Akranları ile ilişkilerin yeterli olması,
- Okul ile ilişkilerinin olumlu olması,
- Önünde olumlu bir rol modelin bulunması (Benard, 1991;Werner, 1995; Masten ve Coatsworth, 1998; Brooks ve Goldstein, 2003).

2.1.5.3. Olumlu Sonuçlar

Psikolojik dayanıklı bir bireyin sadece risk faktörlerini ortaya koymak değil, aynı zamanda akademik ve sosyal alanlardaki yetkinlik/ yeterliliğin de belirlenmesi gereklidir. Sağlıklı uyum ve bu yeterliliğin tanımlanmasında bazı ölçütler kullanılmaktadır (Gizir, 2007). Bunlar;

- Akademik alanda başarılı olma (örneğin; çeşitli sınav ya da test sonuçlarında başarılı puanlar alma, okula devam etme, liseden mezuniyet),
- Kurallara uygun olumlu davranışlar gösterme,
- Suça yönelik davranışlardan uzak durma,
- Akranlarıyla sosyal ilişkilerinin olumlu olması ve çevresi tarafından kabul görmek,
- Psikolojik sağlık,
- Ruhsal rahatsızlıkların bulunmaması,
- Davranış ve duygusal problemlerin seyrek yaşanması (Masten ve Reed, 2002).

2.1.6. Psikolojik Dayanıklılığı Yüksek Bireylerin Özellikleri

Psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerin kişilik özellikleri, doğuştan gelen ve sonradan kazanılan olmak üzere 2 alana ayrılmıştır.

- Psikolojik Dayanıklılığı Yüksek Bireylerin Doğuştan Gelen Kişisel Özellikleri;

1. Kolay bir mizaca ve karaktere sahip olma:

Bazı insanlar mizaç olarak diğer insanlara göre daha yumuşak başlı ve esnek bir yapıya sahiptirler. Bireylerin karakterlerindeki farklılaşma daha bebeklikten şekillenmeye başlar.

2. Başkalarından olumlu tepkiler alabilme yeteneğine sahip olma;

Bu tür insanlar, bireylerin çevrelerinde bulunmasını istediği daha arkadaş canlısı, sevecen ve sempatik kişiler olup, genelde lider kişiliklidirler. Bazı insanlar daha başarılı sosyal etkileşim kurabilmek için eğitim ile bu yönlerini geliştirseler de bu yetenek bu kişilerde doğuştan bulunmaktadır.

□ Psikolojik Dayanıklılığı Yüksek Bireylerin Sonradan Kazanılan Kişisel Özellikleri;

1. Başkalarına karşı ilgili olmak ve empati beslemek;

Bebekler empatiyle doğarlar. Empati, bireyin yaşadığı çevrede geliştirilmediği takdirde çabucak unutulacağı gibi; deneyimlerle ve yaşantılarla tekrar kazanılabilir.

2. Mükemmel iletişim becerilerine sahip olmak;

Bu beceriler; bireylerin kendi ihtiyaçlarını yeterince açıklayabilmesi, saldırganlaşmadan kendini savunabilmesi ve olumsuz şeylere karşı sağlam kalabilme yeteneğidir.

3. Kendisi ile ilgili espri anlayışına sahip olmak;

Acı veren ve olumsuz olaylar ile karşılaştığında, bu olayların ardındaki mizahı ve ironiyi görebilen insanlar, acıdan daha çabuk kurtulurlar ve iyileşirler. Kendini ve yaşadıklarını ciddiye almayan insanlar zorlukların ötesinde daha umut dolu bir gelecek görebilirler.

4. Kimlik duygusuna sahip olmak;

Kendi köklerini anlayan ve bununla gurur duyan bireyler, zorluklarla başa çıkarken bu bilgiyi kullanabilirler.

5. Bağımsız hareket etme yeteneğine sahip olmak;

Önemli görevleri başkalarının yardımı olmadan başlatan ve sırtlayan bireyler daha dayanıklı bireylerdir.

6. Kendini sağlıksız durumlardan ve bireylerden ayırabilme yeteneğine sahip olmak;

Psikolojik dayanıklı bir kişi, bireylerin üzerinde olumsuz etkileri olan kişilerden daha farklı plan yapabilir ve kendini o bireylerden ayırabilir. Bu bireyler daha yansıtıcı bir şekilde düşünürler ve durumları daha iyi çözerler.

7. Bir amaca ve gelecek duygusuna sahip olmak;

Hayatta bir amaçları olan, aile veya sosyal bir yapının parçası olan bireyler, diğer insanlar tarafından önemli ve gerekli olduklarını hissederler. Var olan koşullara rağmen geleceğe dair olumlu bakabilen psikolojik dayanıklı bireyler geleceği daha olumlu kılabilen inançları, bu durum için çabalamalarını sağlamaktadır (Thomsen, 2002).

Psikolojik dayanıklı bireyler birçok özelliklerden oluşmuştur. Bu özellikler;

1. Bireyin hayatının kontrolünün kendi elinde olduğu duygusuna sahip olmak,
2. Strese karşı dayanıklılığını nasıl güçlendirebileceğini bilmek,
3. Empati sahibi olmak,
4. Etkili iletişim yeteneklerine ve becerilerine sahip olmak,
5. Problem çözme ve karar verme de sağlam adımlar atabilmek,
6. Gerçekçi amaçlar ve beklentiler belirlemek,
7. Başarılı olduğu durumlar haricinde başarısızlıklarından da ders çıkarabilmek,
8. Başkalarına karşı merhametli, sevecen olmak, aynı zamanda topluma katkıda bulunabilmek,
9. Birçok değer barındıran sorumlu bir hayat yaşamak.

Bu özellikleri taşıyan her birey stresten, çatışmadan ve baskıdan uzak bir hayat yaşıyor demek değildir. Herkes gibi bu bireylerin hayatında da olumsuz durumlar olur. Fakat psikolojik dayanıklı kişiler, problemin ortaya çıktığı andan itibaren bu sorunla başarılı bir şekilde başa çıkar ve sorunların üstesinden gelirler (Brooks ve Goldstein, 2003).

Psikolojik dayanıklı bireyler kendilerini iyi tanımlarlar ve kişilerarası becerileri gelişmiştir. Kendini iyi tanımlamak, kendilik bilincine sahip olmak demek; kendine özsaygısı ve özgüveni olan, kendini anlayan, geleceğe yönelik olumlu bakan ve olumsuz duygu ve davranışlarını iyi yöneten bireyler demektir. Kişilerarası

becerileri kuvvetli olan bireylerden kastedilen; daha girişken, duygularını dışa vurabilen, açıklayabilen ve bireyleri anlayabilen kişilerdir.

- Özgüven sahibi olmak;

Psikolojik dayanıklı bireylerin, yaşamdaki zorluklarla ve durumlarla karşılaştıkları zaman bu durumları iyi yöneteceklerine dair yeti sahibi olduklarına inanırlar (Skodol, 2010). Bu sebepten, özgüven veya öz yeterlilik psikolojik dayanıklılık için önkoşul sayılır (Rutter, 1987).

Psikolojik dayanıklı bireyler içsel denetim odaklıdır. Yani bireyin, yaşamda başına gelen olayların sebebi kader, kötü şans veya başkaları değil; çoğu zaman kendi davranışlarıdır. Ayrıca içsel denetim odaklı bireylerde, problemler bireyin kendi çabası neticesinde çözülebilir, bu sayede bireyler etkili baş etme stratejilerini geliştirirler (Skodol, 2010). Psikolojik dayanıklı bireyler hastalık, kayıp yaşama gibi zorlu durumlarda bile daha iyimser ve umutludurlar (Seligman, 2002). İhtiyaçlarını karşılamak ve sorunlarını çözebilmek için bir tek insanlara bağımlı değildirler; özerk, kendine güvenen ve kendi kendini idare edebilen bireylerdir.

- Kendini anlayabilmek;

Psikolojik dayanıklı bireylerin duygularına, güçlü-zayıf yanlarına ve motivasyonlarına dair iç görüşü bulunmaktadır.

- Geleceğe yönelik olumlu bakabilmek;

Psikolojik dayanıklı bir birey geleceğe yönelik planlar yaparak, amaçlarının peşinde onu elde edene kadar kararlı dururlar.

- Olumsuz duygu ve düşüncelerini iyi yönetebilmek;

Psikolojik dayanıklı bireyler daha onurlu, dürüst ve değerler yargılarına bağlıdırlar. Genellikle bu bireylerin mizah duygusu gelişmiştir.

- Girişken olabilmek;

Psikolojik dayanıklı bireylerin doğuştan getirdiği bir takım özellikler vardır. Bu kişiler ortalama gruptan daha iyi sosyalleşebilen ve daha dışadönük bireylerdir. Kişilerarası iletişim yetenekleri gelişmiş olup; daha zarif, samimi, içten, nazik ve

güler yüzlü olmaya yatkındırlar. Yeni arkadaş edinmede, arkadaşlık kurmada daha rahat oldukları için sosyal çevreleri de genişir (Skodol, 2010).

- Duygularını iyi ifade edebilmek;

Kendi duygularını uygun bir şekilde ifade edebilen bireyler güçlü ilişkiler geliştirir. İnsanlarla güçlü ilişkiler kurabilen bu bireyler; zor ve sıkıntılı zamanlarda çevreden edindiği sosyal desteğin etkisiyle, bu zorlukları daha rahat atlatabilirler (Alim ve ark., 2008).

- Bireyleri anlayabilmek;

Psikolojik dayanıklı bireyler, diğerlerinin duygularını algılayabilme ve onları anlayabilme yeteneğine sahiptirler. Karşılık beklemezsizin yardımda bulunan, diğer insanların huzur ve mutluluğuna gerçekten ilgi duyan ve bencillikten uzak olan bireylerdir. Bu özelliklerin olması, çevrelerindeki insanların bu bireylere güvenme ve onlarla iletişimde bulunma isteğini artırmaktadır (Skodol, 2010).

Psikolojik dayanıklı bireylerin en önemli karakteristik özellikleri; iyimser, sabırlı, azimli ve inançlı olma, duygularını iyi ifade edebilme ve kendine güvenli bireyler olmasıdır (Greeff ve Ritman, 2005).

Zorlu durumların üstesinden gelebilen çocukların yaşamlarında birçok koruyucu faktörler ortaya çıkmaktadır. Bu koruyucu faktörlerin bazıları bireylerin karakterleri ile alakalıdır: diğer insanlarla, yetişkinlerle ve akranlarıyla olan ilişkilerinin iyi olması, kişilerle iyi iletişim kurma ve problem çözme becerilerinin yeterli olması, kendi akranları veya büyükleri tarafından onaylanan ve değer verilen aktiviteleri, yetenekleri bulunması ve son olarak buldukları girişimlerinin hayatlarına olumlu yönde bir fark sağlayacaklarına doğru inançları olmasıdır (Werner,1995).

2.2. Kişilik Kavramı ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri

2.2.1. Kişilik Kavramı

Kişilik sözcüğü eski Yunanca terim olan "persona" sözcüğünden gelmektedir. Eski Yunan tiyatrolarında "persona" terimi drama oyuncularının yüzüne taktıkları

maskeye verilen isimdi. Bu maskenin temsil ettiği şey, oyuncunun gerçek kişiliği değil de oynadığı tiplereyi canlandırmasıydı. O çağın tiyatrosunda her role uygun maskeler bulunuyordu. Maskeyi takan oyuncu sahneye çıkınca hangi kişiliği canlandığı da belli olurdu. Maske anlamına gelen “persona” kelimesi zaman geçtikçe doğrudan doğruya “kişi” anlamında kullanılmaya başlanmıştır. Bu sayede kişi sözcüğü, insanın yalnız fizik varlığını değil, toplum içindeki yerini ve rolünü de tanımlamıştır (Velidedeoğlu, 1973).

Geçmişten bu zamana kadar insan kişiliğini ve kişilik özelliklerini anlamak amacıyla birçok tanımlamalar yapılmıştır. Bu tanımlamaların en eskisi dünya literatüründe ilk olan ve hala yaşayan Sümerlere ait Gılgamış destanındaki kahramanı cesaretli, kibirli ve asi yürekli tanımlaması olmuştur (Costa ve McCrae, 2006).

İnsan kişiliğinin karmaşık yapıda olmasından ve kişiliğin çok farklı bakış açıları tarafından ele alınmasından dolayı kişilik kavramı üzerinde fikir birliğine varılmış bir tanımlama yoktur (Özsoy ve Yıldız, 2013). Kişiliğin tanımlanması ile alakalı birçok psikolog farklı açıklamalar yapmasına rağmen, Mayer’e göre günümüzde kişiliği tanımlarken ortak olan bazı öğelerin var olduğu belirtilmiştir. Bu ortak düşünce; kişiliğin düzenli, gelişen ve bireyin davranışlarıyla açıklanabilen bireye özgü motivasyonların, duyguların ve zihinsel süreçlerin ürünü olan sistemler bütünü olduğudur (Mayer, 2007). Genel olarak psikologlar, kişiliği tanımlarken farklı kelimeler kullansalar da birçoğu kişiliğin, bireye özgü ve ayırıcı davranışların bütünü olduğu konusunda hemfikirlerdir (Köknel, 1997). Kişiliğin elli farklı tanımını yapan Allport’a göre ise; “Kişinin çevresine, kendine özgü ve tek olarak tanımlanabilecek uyumunu sağlayan psikofizik sistemlerin, bireyin içinde oluşturdukları dinamik örgütten ibarettir” şeklinde tanımladığı görülmektedir (Altınköprü, 2000). Kişilik, doğuştan getirdiğimiz biyolojik ve psikolojik özelliklerimizle, çevreden kazandığımız doğal ve sosyal faktörlerin birbirleri ile etkileşimi sonucunda meydana getirdikleri bir bütündür (Arısoy, 1965).

Literatüre bakıldığında birçok kişilik kuramcısı kişilik tanımlaması yaparken kendi kuramsal yaklaşımları doğrultusunda farklı noktalara vurgu yapsalar da kişilik tanımlamalarında birbirine oldukça yakın bazı ortak öğeler olduğu dikkat çekmiştir.

Bu durumda kişilik “bireyi diğerlerinden ayıran, bireye özgü, tutarlı ve yapılaşmış özellikler bütünü” olarak tanımlanabilmektedir.

“Bireyi diğerlerinden ayıran, kendine özgü özellikler bütünü” olarak tanımlanmasının nedeni bireyin başka bireylerden farklı olmasını sağlayan özelliklerinin var olmasıdır. Yani, diğer insanlarla olan ortak yönlerimiz değil de bizi biz yapan kendimize has özelliklerimizin bütününe değinilmiştir.

Önemli olan diğer bir nokta ise tutarlılıktır. Tutarlılıktan kasıt, zaman geçse de bireyin benzer durumlardaki davranış biçiminin sabit olması ve çok fazla değişmemesidir. Örneğin bugün dışadönük olan bir bireyin ileride de dışadönük olması beklenir. Ancak tutarlılık, bireyin her durumda ve her zaman aynı şekilde davranacağı anlamına gelmemektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2014). Kişilik, bireyin ne şekilde davranış göstereceği konusunda tahminlere olanak veren bir yapıdır. Kişilik, asla değişmeyen bir yapı olmadığı gibi, ani değişimlere karşı da dayanıklı ve farklı durumlar karşısında değişkenlik gösterebilen özellikler bütünüdür. Örneğin; çoğu zaman çok sakin olan bir birey başka bir durumla karşılaştığında panik, heyecanlı, gergin olabilir (Schultz ve Schultz, 2005).

Kişilik kavramı, sadece davranıştan oluşan bir yapı değildir. Birey hem iç dünyası hem de dış dünyası ile etkileşim halindedir. Dış dünyaya verdiği tepkilerle davranışı, iç dünyasında da sahip olduğu duygu, düşünce ve algılayış biçimi de kişiliğin parçalarını oluşturur. Yani kişilik, sadece davranışı ve sosyal etkileşimi değil, aynı zamanda düşünce, duygu ve algılayış biçimini de kapsamaktadır.

2.2.2. Kişiliği Oluşturan Faktörler

Kişiliği oluşturan faktörlerin neler olduğu ve kişiliğin ortaya çıkmasını sağlayan olgunun ne olduğu sorusu sorulduğunda, bu soruya tek bir cevap vermek mümkün değildir (Erdoğan, 1983). Kişilik olgunlaşma, öğrenme ve toplumsallaşma süreçleriyle şekillenmektedir. Olgunlaşmadan kasıt, doğuştan gelen ancak henüz gelişmemiş olan yetilerimizin, öğrenme olmadan belirli bir seviyeye ulaşmasıdır. Toplumsallaşma ve öğrenme ise, çevreden edinilen eğitim ve deneyimler sonucunda bireylerin davranışlarının şekillenmesi ve toplumda bir yer edinebilmesidir (Sayar ve Dinç, 2011). Kişiliğin gelişmesinde birçok farklı faktörler söz konusudur. Bu

çalışmada kişiliğin oluşumu ile ilgili faktörler farklı açılardan ele alınacaktır. Bunlar; kalımsal ve bedensel yapı faktörleri, sosyo-kültürel faktörler, aile faktörü, sosyal sınıf faktörü, coğrafi ve fiziki faktörler ile diğer faktörlerdir.

2.2.2.1 Kalıtım ve Bedensel Yapı Faktörleri

Kişiliğin oluşmasında zihinsel özellikler ve belirli davranış eğilimleri açısından kalımsal faktörlerin önemi çok büyüktür. Kişiliğin sistematik yapısını oluşturan kısmı kalımsal olarak aktarılmaktadır. Bu sayede insanlar soylarına ait birtakım özellikleri nesilden nesile aktarabilmektedirler. Kalımsal özelliklerin bireylere geçmesi kişiden kişiye değişebilen bir durumdur. Yani kişiliğin oluşumunda önemli bir faktör olan kalıtımın kişiliği belirleme derecesi, bireylerarası farklılıklar göstermektedir (Gürüz ve Eğinli, 2012)

Bireylerin anne ve babalarına bakıldığında var olan benzerliklerini inceleyerek de kalıtımın kişiliği oluşturduğu kanısına varılabilmektedir. Toplumda “Bu kız tıpkı annesi gibi” veya “ Bu rahatsız edici yanını babandan almışsın” gibi söylemler, kalıtımın bireyler üzerinde etkisi olduğu inancını pekiştirmektedir. Genler bireylerin boyuna, göz rengine, ellerinin şekline ve diğer fiziksel özelliklerin oluşumunda da etkin rol oynar (Hellriegel, Slocum ve Woodman, 2008).

Yapılan tüm teorik açıklamalara göre, bireylerdeki birçok davranışsal özelliğin temelinde kalıtımın tüm psikolojik özelliklerin önemli bir faktörü olarak görülmüştür (Erdoğan, 1983). Bazı araştırmacılara göre kişilik anne babadan geçer, bazılarına göre ise bireylerin edindiği deneyimler doğrultusunda şekillenir (Hellriegel ve ark., 2008).

2.2.2.2. Aile Faktörü

Bireyin herkesten önce ilk karşılaştığı sosyal grup ailesidir. Bir bireyin toplum ve insanlar ile ilgili ilköğrenimleri aile içerisinde başlar. Bu sebeple kişiliğin gelişimi için bireyin önündeki ilk örnekler ve kaynaklar, anne baba kardeş gibi aile fertlerinden oluşmaktadır. Kişinin davranış ve ilişkilere dair edinmesi gereken temel bilgiler özellikle anne ve babadan sağlanır. İlerleyen yıllarda da kişiliğin oluşumunda

anne ve babanın izleri devam etmektedir. Bir birey ailesinden ne görüyorsa onları benimser ve toplumsal hayatında da ona göre davranır (Gürüz ve Eğinli, 2012).

Ailenin nüfusu, sosyoekonomik durumu, ırkı, dini, anne babanın eğitim düzeyi, kardeşler arasındaki doğum sırası gibi faktörler bireylerin kişilik oluşumunda etkili olmaktadır. Örneğin; bir evde ilk çocuk veya son çocuk olmanın, kişiliğin oluşumunu etkilediği gibi, fakir bir ailede büyüyen buna karşın zengin bir ailede yetişen bireyler arasında farklı imkanlar ve fırsatların doğurduğu yaşam tarzı sebebiyle bireylerin kişiliklerinde de farklılıklar oluşacaktır (Hellriegel ve ark., 2008).

Baldwin ve Kalhorn, çocuk ile anne baba arasındaki ilişkinin kişiliği ne derece etkilediğini ortaya koymak için çalışmalar yapmışlardır. Bu çalışmalarda, değişik davranış kalıplarına sahip olan anne babaların çocukları da zaman geçtikçe, bilerek veya bilmeyerek bu davranış kalıplarını benimsedikleri görülmüştür. Aynı zamanda çocuğun zihinsel yapısının şekillenmesinde anne babanın rolü de oldukça büyüktür. Kişiliğin gelişimi ile zihinsel yapı özellikleri arasında kuvvetli bir ilişki olduğundan aile yapısı da kişiliğin gelişiminde önemli bir faktör olarak sayılabilmektedir (Erdoğan, 1983). Böylelikle, kişiliğin oluşumunda bireylerin anne babalarından sadece kalıtım yoluyla geçen özellikleri değil, aynı zamanda bireyin doğumundan itibaren anne babalarının sahip olduğu sosyo-kültürel ve ekonomik durumun da etkisi önemli etkenlerdir (Özsoy ve Yıldız, 2013).

2.2.2.3. Sosyo Kültürel Özellikler

Bireyin doğuştan gelen kalıtsal özellikleri, aile içinde benimsediği bir takım davranış kalıpları, yaşadığı toplumdan da edindiği bilgiler ile birleşerek kişiliği şekillendirmektedir. Birey toplumda var olan değerleri öğrenerek bir ilgi alanı oluşturur. Toplumun kültürel yapısına göre cinsiyet rolleri, toplumsal kuralları gibi birçok alanda bilgi edinir. Kültürel değerlerin birçoğu soyut olduğundan bireylerin zihnine yerleşerek algılama biçimleri üzerinde etkili olur ve sonuç olarak da davranışlarına yansımaktadır (Gürüz ve Eğinli, 2012).

Kültürel yapı ile öğrenme arasında önemli bir ilişki bulunmaktadır. Öğrenme ise kişiliği direkt olarak etkileyen faktörlerdendir. Böylelikle bireyin içinde

bulunduğu kültürel yapıdan öğrendikleri bireyin kişilik özelliklerini şekillendirecektir. Kültür, aynı zamanda bireyin yemek yeme ve giyinme şeklindeki unsurları da etkilemektedir. Bu durum bireyin yaşantısını da etkilediğinden kültürün kişiliği etkileyebileceği açıkça görülebilmektedir (Erdoğan, 1983).

Bir topluma ait olan değer yargıları ve normlar bireylerin gelişimi sürecinde yaşam biçimlerine, aile ve çevresindeki bireyler ile olan sosyal ilişkilerine ve alışkanlıklarına yansımaktadır. Bu durum bireyin davranışlarını şekillendirir. Sonuç olarak bireylerin kişiliği dolaylı yollardan içinde yaşadıkları toplumdan ve kültürden etkilenmektedir (Özsoy ve Yıldız, 2013).

2.2.2.4. Sosyal Sınıf Faktörü

Bir toplumun kültürü ardında belirli sosyal gruplar ve farklı alt kültürler de bulunmaktadır. Bu nedenle sosyal yapıdaki bu farklılıklar kişiliğin oluşumunda önemli etkenlerden biri olarak sayılmaktadır. Bireyin ait olduğu sosyal sınıfın eğitim imkanları, yaşama şekli, düşünce tarzı, tüketim alışkanlıkları, kişilik özelliklerini etkilemektedir (Gürüz ve Eğinli, 2012). Bireyin ait olduğu ilk grup ailesidir. Bireyler yaşamları boyunca çocukluk arkadaşları, okul arkadaşları, spor arkadaşları, çalışma grubu gibi birçok gruba katılırlar. Bu gruptan edindikleri tecrübeler ve deneyimler kişiliğin oluşumunda ve gelişmesinde etkilidir (Hellriegel ve ark., 2008). Bireylerin hayat boyu katıldıkları bu grupların yapısı, bireyin gruba katılma amacı, süresi ve rolü gibi faktörler de bireyin farklı tecrübeler edinmesine katkıda bulunur. Tüm bunlar göz önüne alındığında, bireylerin davranışları zamanla değişmekte ve kişilik özelliklerini etkileyebilmektedir (Özsoy ve Yıldız, 2013).

Belirli bir kültürel yapı içinde farklı alt kültürlerin var oluşu bu grupların bireyler üzerinde farklı kişilik tipleri doğuracağı anlamına gelmektedir (Erdoğan, 1983).

2.2.2.5. Coğrafi ve Fiziki Faktörler

Kişiliğin oluşumunda insanın yetiştiği coğrafi bölgedeki çevre koşullarının etkisi de göz ardı edilemez. Coğrafyanın, bireylerin yaşadığı toplumun kültürü ve antropolojik yapısını etkilediği açıktır. Örneğin, soğuk ve karasal bir iklimde yaşayan

bireyler ile sıcak iklim, kıyı bölgesinde yaşayan bireylerin mizaçları birbirinden farklı olacaktır. Soğuk iklimde büyüyen bireyler daha sert ve donuk mizaçlı iken, sıcak iklim insanları daha çabuk değişen duygusal tutumlara sahip olup yumuşak mizaçlı bireylerdir (Eroğlu, 1996; Aktaran: Bozkurt, 2006).

2.2.2.6. Diğer Faktörler

Bu faktörler haricinde kişiliğin oluşumunda başka etkileyiciler de vardır. Kişiliğin şekillendirilmesinde kitle yayın araçları büyük öneme sahiptir. Bu sebeple, kitle yayın araçlarını daha sık kullanan bireylerde farklılıklar belirginleşecektir. Kitaplar ve dergiler çocukların gelişimine ve gençlerin davranış kalıpları oluşturmalarına katkı sağlayacaktır (Erdoğan, 1983).

2.2.3. Kişiliğin Üçlü Bileşeni

Kişilik sözcüğü gündelik hayatta çok sık kullanılmaktadır (Köknel, 1997). Kişilik, mizaç (huy), karakter terimlerinin sıklıkla birbirinin yerine kullanılması bu konuda kavram karışıklığına yol açmaktadır (Aslan, 2008).

Kişilik kavramının 3 yapıdan oluştuğu görülmüştür. Bu yapıyı; karakter, mizaç (huy) ve yetenek oluşturmaktadır. Mizaç, halk arasında da huy olarak da bilinen kişiliğin biyolojik yanını oluşturur. Karakter, bireyin sosyal kültürel ve ahlaki özelliklerini, yetenek ise kişinin belirli ilişkileri kavrayabilmesi ve analiz edebilmesini içermektedir (Bir Psikolojik Danışmanın Günlüğü, 2012). Kişiliğin tamamlayıcıları veya temel unsurları ile ilgili olarak sözü edilen bu üç yapının dışında da başka etmenler vardır. Ancak bu üç yapının bütünleyici bir yön olduğu belirtilmektedir (Erdoğan, 1983).

2.2.3.1. Karakter

Karakter, insanın bedensel, zihinsel ve duygusal etkinliğine çevrenin verdiği değer olup, kişiye özgü davranışların bütünüdür. Bireyin karakteri, kişisel özellikler ile içinde yaşadığı kültür ve çevrenin değer yargılarının bir araya gelmesinden meydana gelmektedir. Yani bir bireye karakterli diyebilmek için, o bireyin kişisel özellikleri ve çevrenin değer yargıları birlikte göz önünde

bulundurulur yorumlanır. Bu sebeple, bir bireyin karakterli veya karakersiz olması kültürden kültüre değişebilmektedir (Köknel, 1997).

Karakter, kişiliğin sosyal ve ahlaki tarafını tanımlamakla beraber kişinin belli özelliklerini değişmeden koruduğu bir kavramdır. Davranışlarının birçoğunu toplumun değer yargılarına ve ahlak kurallarına göre uyduran bireylere “karakterli” ifadesi kullanılmaktadır. Ancak buradaki “karakterlilik” terimi bir bireyin bütün davranışlarının toplumun ahlaki değer ve yargılarına uyduğu anlamına gelmez. Burada kastedilen Şey, bireyin çoğu davranışının toplumsal değerlere uyuyor olmasıdır. Aynı Şekilde davranışlarının birçoğunu toplumun kurallarına uyduramayan bireylere de “karakersiz” ifadesi kullanılmaktadır. Ancak bu “karakersizlik” durumu toplumun tüm kurallarını hiğe sayan “sapkınlığı” ifade etmek için kullanılmamaktadır. Bu tarz bir yakıştırma, bazı bireylerin sosyal ve kültürel kurallara yeterince uymamalarından dolayı yapılmaktadır (Eroğlu, 2015). Örneğin; bir kişiye “verdiği sözleri tutar” ibaresi kullanmak, kişinin karakterinden söz etmek demektir. Bu hem toplum tarafından beğenilen, onaylanan hem de kişinin davranışlarının evriminden meydana gelen bir özelliktir (Gürüz ve Eğinli, 2012).

Her insanın kendinde has duygu, düşünce ve davranışları vardır. İşte bu, bireyi birbirinden ayıran özelliklerine karakter denilmektedir. Karakter; kişinin ahlak kurallarına uygun ve kendine özgü davranışların bütünüdür. Bu davranışlar illa ki bir aksiyon Şeklinde görülmeyebilir. Bireylerin bazı olaylar karşısında hareketsiz bir Şekilde sadece düşünerek ve duygulanarak da bir davranış Şekli göstermesi karakter olarak sayılabilir (Arısoy, 1965).

Kısaca özetlenirse, bireyin değer yargılarının toplum tarafından Şekillenmesi karakter, duygusal tepkilerinin değişmesi mizaç veya huy, bir kişiye diğerinden ayıran özelliklerin tümüne de kişilik denilmektedir (ztekin, 2016).

2.2.3.2. Mizaç

Mizaç, bir bireyin duygusallık ve hareketlilik özelliklerini ifade eder ve halk arasında huy olarak da bilinmektedir (Eroğlu, 2015). Mizaç ya da huy, günlük hayatta kişiye has, oldukça sınırlı, belirli duygusal tepkilerin nicelik ve nitelik bakımından değişmesidir. Bireylere göre değişen duygu durumlar; çabuk kızmak,

sinirlenmek, öfkelenmek, neşelenmek, hareketli veya hareketsiz olmak gibi özellikler mizaç veya huy olarak nitelendirilmektedir. Atasözlerimize göre “Huylu huyundan vazgeçmez” veya “Can çıkar huy çıkmaz” gibi sözler, kişilik ile mizacın arasında sıkı bir ilişkinin var olduğunu açıkça göstermektedir. Yani, insanın duygulanım ve coşkularının birleşimi olarak tanımlanan mizaç ya da huy, kişiliğin bir ögesini oluşturmaktadır (Köknel, 1997).

Bireylerin duygu durumu ve heyecanların çabuk uyanıp uyanmaması, sürekliliği, derinliği gibi niteliklerin tümü mizaç kavramıyla ilişkilidir. Bireyin duygusallık ve hareketlilik özellikleri ile ilişkili olan mizaç, bir kısmı kalıtım yoluyla önceki nesillerden geçen diğer kısmı da çevreden ve hayat tecrübelerinden edinilen öğrenmeyle oluşan bir kişilik özelliğidir.

2.2.3.3. Yetenekler

Kişiliği oluşturan üçüncü bileşen ise yetenek olup; zihinsel, bedensel ve duygusal olmak üzere üç kısma ayrılmaktadır. Zihinsel yetenekten kasıt, bireyin belirli ilişkileri kavrayabilme, analiz edebilme, sınıflandırma yapabilme, sentezleme, anlayabilme, anlatabilme, yorumlayabilme ve bir sonuca ulaşabilme gibi zihinsel niteliklerin bütünüdür. Yani, kişilerin sayısala olan ilgisi, teknik konuları anlayabilmesi ve ilgi duyması, hafıza yeteneği, soyut düşünebilme, ilişki bulup karşılaştırma yapabilmesi, öğrenme ve kavrama gibi yeteneklerin hepsi zihinsel yeteneklerin başında gelmektedir.

Bireyler yaşadıkları hayat boyunca çeşitli belirsizliklerle karşılaşır. Bu belirsizlikler içinde doğru ve yanlış ayırt edebilmesi ve ona göre davranışını şekillendirmesi doğrudan yetenek ile ilgili bir niteliktir. Hayatta her zaman karşılaşılabileceğimiz ve ikilemde kalabileceğimiz doğru ile yanlış, haklı ile haksız, iyi ile kötü, gerçek ile sahte gibi durumlar hep bir arada olur. Bu ikilemler ile karşılaştığımızda isabetli seçimler yapabilmek ve bunların ayrımını yapabilmek zihinsel yeteneğin asli görevlerinin başında gelir.

Bedensel yetenek ise, bireylerin duyu sistemleri ve bedensel organları sayesinde gerçekleştirdikleri bedensel özelliklerin tümünü ifade eder. Bunların birçoğu doğuştan kazanılan özelliklerin zamanla kullanabilir hale gelmesiyle oluşur.

Bedensel yeteneklere örnek verecek olursak, yürüme, koşma, dokunma hissi, işitme, görme, ses tonlarını ayırma, tat ve koku hissetme, el-koy-ayak gibi organları belirli bir koordinasyon içinde kullanabilme gibi özelliklerdir.

Duygusal yetenek kişinin kendisinin ve başkalarının ne hissettiklerini, acılarını ve iç dünyalarını anlayabilmek ve bunlara karşı duyarlı olabilmeyi ifade eder. Günümüzde, daha önceki yüzyıllarda yaşanan ilişkilere göre sosyal ilişki sayısı ve çeşidi çok daha fazladır. İnsan ilişkilerinin çeşidi ve sayısının artması sebebiyle, yaşanan duygu ve heyecanların çeşitliliği ve sayısı da çoğalmıştır. Bu durum sosyal ilişki ve duygusal heyecanların fiilen yaşanma süresinin kısılmasına sebep olmuştur. Günlük hayatımızda çok sayıda ama çok kısa sürede yaşanan sosyal ilişkilerin doğurduğu duygu ve heyecanlar arasında, çok hızlı ve yerinde geçişler yapabilme becerisine duygusal yetenek denilmektedir (Eroğlu, 2015).

Her bireyin sahip olduğu zihinsel, bedensel ve duygusal yetenekler farklı olduğu için, bireylerin kişiliklerinin birbirinden farklı olması da olağan bir sonuçtur (Erdoğan, 1983). Zihinsel yetenek ile zeka arasında bir ilişki olması sebebiyle, kişilik ile de zeka arasında bir bağlantının var olduğu kanısı doğrulanmaktadır. Aynı şekilde, yapılan çalışmalara göre zeka ile bedensel yeteneklerin kazanılması ve kullanılması arasında da azımsanmayacak derecede bir ilişki olduğu saptanmıştır. Böylece, kişiliğin zihinsel yönü bireysel zekanın bir kısmını içermektedir (Mischel, 1968; Aktaran: Erdoğan, 1983).

Yetenekler mutlaka doğuştan gelmezler. Matematik, müzik, mekanik yetenekler gibi bazı alanlarda bir dereceye kadar doğuştan gelen özelliklere sahiptir. Genel olarak bir kişinin belirli bir mesleğe karşı yeteneği olduğunu söylerken, aynı zamanda o kişinin o anki durumunu da göz önünde bulundurarak, gerekli eğitimleri aldıktan sonra başarılı olma olasılığının daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Altinköprü, 2000).

Birçok faktör ve özellik tarafından oluşan karmaşık kişilik olgusu, birbirinden kesin sınırlarla ayrılan ve birbiriyle bağlantısız olarak üç bölümden (karakter, mizaç, yetenek) oluştuğu sanılmamalıdır. Gruplandırmadaki amaç, kişilik gibi karmaşık bir olguyu daha basite indirgeyerek tanımlamaktır. Kişiliği oluşturan bu üç bileşenin

birbiriyle doğrudan veya dolaylı olarak ilişkisi olduğu açıktır. Örneğin; zihinsel yetenekleri ve yaratıcılıkları orta düzeyde veya zayıf olan bireyler, zorlu ve stresli olaylar ile karşılaştığında bir çıkış yolu bulmada zorlanacağı için çöküntüye uğrayarak melankolik bir mizaç geliştirirken; yüksek zeka ve yeteneğe sahip bireylerin problem çözme yeteneği gelişmiş olduğundan duygusal çöküntü ve mizaç yerine, daha sevimli ve neşeli bir mizaç geliştirmeleri daha yüksek ihtimaldir (Eroğlu, 2015).

2.2.4. Kişilik Kuramları

2.2.4.1. Biyolojik ve Fizyolojik Kuramlar

Kişiliği fizyolojik açıdan ele alan kuramcılarının temel yaklaşımı; insanların beden yapıları, dış görünüşleri ve bunlara ait özelliklere sahip olmalarıyla ilgili bir bağlantı olduğudur.

5.yüzyıldan 17.yüzyıla kadar kabul gören ve beden yapısının kişilik, mizaç ve karakterle ilişkisi olduğunu ileri süren bu yaklaşım ise, Hipokrat tarafından ortaya atılmış ve kişiliğin bireylerdeki vücut sıvılarının renklerine göre 4 mizaç tipinden oluştuğunu ileri sürmüştür. Vücut sıvılarından safranın kararması melankolik kişilerde kaygı ve depresyona eğilimi, safranın sararması ise kolerik mizaçlıların (sinirli mizaç) asabi ve aktif kişiler olması ile ilişkilendirilmiştir. Ağır kanlı (flegmatik) mizaca sahip olan bireylerin ağırkanlı, duygusuz ve soğukkanlı oldukları, hafif kanlı (sanguine) kişilerde ise mizacın başlıca vücut sıvısı olarak kanla temsil edildiği ve bu kişilerin iyimser ve umutlu oldukları tanımlanmıştır (Farmer, McGuffin, Williams, 2002; Köknel, 1997). Aynı şekilde Galen de Hipokrat'ın bu yaklaşımını kabul etmiştir. Hipokrat ve Galen'in bu yaklaşımı her ne kadar günümüzde çok ciddiye alınmasa da 18. yüzyıla kadar etkinliğini korumuştur (Hazar, 2006).

Bireylerin kafatasındaki çıkıntılar ve girintiler, hatta başımızdaki çeşitli noktalara yapılan baskılarla zihni biçimlendirme, bunlarla ilintili olarak kafamızda karakterimizi, kişiliğimizi oluşturan öğelerin dağılım haritaları olduğu inancı 19.

yüzyılın ilk yarısına damga vuran frenoloji akımını ortaya çıkarmıştır (Öztarhan, 2014).

İnsan fizyonomi okulunu kuran ve insan davranışlarıyla yüz özellikleri arasındaki ilişkiyi inceleyen Giambattista della Porta, fiziki özellikler ve şekil bozukluklarının kişinin şeytani yönünü gösterdiğini belirtmiştir. Ona göre hırsız, geniş dudaklı ve sert bakışlıdır (Demirbaş, 2002).

Bireylerde var olan kısalık, uzunluk, zayıflık, şişmanlık, güzellik, çirkinlik gibi niteliklerin, saç, göz, ten rengi gibi özelliklerin, yürüyüş, oturuş, mimik, jest gibi hareketlerin beden yapısı ile ilişkili olduğu bilinmektedir. Bunların hepsi kişilerin birbirine olan yaklaşımını ve davranışını etkilemektedir. Şişman birine karşı çevrenin gösterdiği tepkiler ve bireyde oluşan benlik algısı kişilerde olumsuz izler bırakabilir. Bununla birlikte saçının rengi, gözünün güzelliğiyle çevresi tarafından beğenilen bir kişinin kişiliğinde aşırı ve gereksiz özgüven veya bencillik yerleşebilir. Kısaca, beden yapısı ile ilişkili bu özellikler kişiliğin gelişimine ve yapısına belirgin özellikler katar. Hatta gözlerin iri veya küçük oluşu, burnun kalkık veya düşük durması bireylerin dış görünüşlerinde önemli farklar oluşturacağından, diğer insanların bu kişilere olan yaklaşımı da bu doğrultuda değişecektir. Bireylerin bu tepkilere karşı gösterdikleri karşı tepkiler ve cevaplar kişiden kişiye değişir. Bu karşı tepkilerin uzun süreli benzer şekilde olması da kişilik yapılarının oluşumunu sağlar (Köknel, 1997). Dolayısıyla bir şekilde fiziksel özelliklerin kişiliği etkilediği açıktır. Örneğin Doberman köpekleri. Dobermanlar cins olarak kurt köpeği sınıfına girerler. Ancak görünüşlerinden dolayı, insanlar bu köpeklerle yakın ilişki içine girmekten ve sevgi göstermekten kaçınmakta ve korkmaktadır. Bu durumda Dobermanların, Kurt köpeklerinde olmayacak derecede bir saldırganlık göstermelerine neden olmaktadır (Hazar, 2006).

Bedensel tipler arasında en çok ilgi gören sınıflandırma; Kretchmer'in kafatası yapısının, yüzün, bedenin, kol ve bacakların ölçümünü yaparak bireyleri piknik, astenik veya leptozom, atletik, displastik olarak 4 gruba ayırmasıdır. Dışadönük, canlı, sevecen ve neşeli kişiler daha çok piknik tipli bireylerdir. İçedönük, soğukkanlı, çekingen ve alıngan bireyler astenik tipte bireylerdir (Köknel, 1997).

Kişiliği biyolojik açıdan ele alan yaklaşımda ise, kişilerin bazı özelliklerinin nesilden nesile aktarıldığı, bazı kişilik belirtilerinin kalıtsal özellik taşıdığı yönündedir. Kişiliği biyolojik yönünden inceleyenler, kişilik ile kalıtım arasındaki ilişkiyi çözebilmek için aile tarihçesi yöntemi, soya çekim yöntemi kullanmışlar ve ikizlerin özelliklerini incelemişlerdir. Galton, genetik özelliklerin kişilik ile ilişkisi olduğunu düşünen ve bu konuda araştırmalar yapan ilk kişidir. Bu çözümlemeyi aile tarihçesi yöntemini kullanarak genlerle aileden kalma bazı özelliklerin zamanla yine aynı ailenin devamında görüldüğü sonucuna ulaşmıştır. Tyron ise, genetik özellikler ile kişilik arasındaki ilişkiyi soya çekim yöntemiyle açıklamıştır. Kalıtımla zeka arasında bir ilişkinin var olduğunu ortaya koymuştur. Birçok psikolog ise, genetik ve kişilik arasındaki ilişkiyi ortaya koyarken ikizleri incelemişlerdir. Benzer ve değişik çevrelerde ikizlerin davranışlarını incelemişler ve benzer kişilik özelliklerinin genetik faktörlerden kaynaklandığını belirtmişlerdir. İlk ikiz çalışmasında, ikizler arasında ağırlık, vücudun fizyolojik yapısı ve zeka düzeylerinde benzerlikler olduğu ve bu benzerliklerin de benzer kişilik özellikler oluşturduğunu ortaya koymuşlardır (Erdoğan, 1983).

2.2.4.2. Psikanalitik Kişilik Kuram

Psikanalitik kuramı benimseyen psikoterapistler Sigmund Freud, Carl Gustav Jung, Alfred Adler, Karen Horney, Harry Stack Sullivan, Otto Rank gibi isimlerdir (Karahana ve Sardoğan, 2012). Ancak, burada Freud'un kişilik kuramı ele alınacaktır.

Psikanalitik kuramın kurucusu olan Sigmund Freud'a göre insan denilen organizma bir enerji sisteminden oluşmaktadır. Freud, fizik biliminde enerjinin davranışlara dönüşmesi ve enerjinin korunumu kanununa göre enerjinin aktarılabilirliği, değişebilirliği ancak asla yok edilemediği görüşünden etkilenmiş, bireyin dinamik bir enerjiden oluştuğunu ileri sürmüştür.

Bireylerin başlıca dürtüleri cinsellik ve saldırganlıktır. Yani, insan bir enerji sisteminden oluşan, cinsellik ve saldırganlık dürtüleri tarafından güdülenen, haz ilkesine göre davranışlarını şekillendiren ve gerginliğini azaltmak için çabalayan bir varlıktır. İnsan, toplumun beklentileri ve kuralları doğrultusunda davranırsa da

davranışlarının nedenlerinin farkında değildir. İçgüdüleri ile bu güdülere gem vuran ve toplum tarafından şekillenen kurallarla sürekli bir çatışma halindedir.

Freud, kişiliğin tanımını 2 zihinsel yaklaşımlar şeklinde ele almıştır. Bunlar; topoğrafik ve yapısal görüştür (Özkalp, 2002).

Topoğrafik görüşe göre kişilik; bilinç, bilinç öncesi ve bilinçdışı olmak üzere 3 yapıdan oluşmaktadır:

- **Bilinç:** Birey, hem dış dünyadan hem de kendi iç dünyasından gelen uyarıcıların farkındadır. Bilinçte var olanlar çevreye davranışlarla ve konuşmalarla yansıtılır. Bilinçte gerçeklik esastır ve mantıksal düşünce egemendir. Gerçeği değerlendirebilme sayesinde, dış gerçekte olan ile zihinde olanlar ayırt edilebilir.

- **Bilinç öncesi:** Bireyde bazen bilincinde ayırt edemediği düşünceler ve anılar vardır. Bu düşünceler ve anılar bilinçli bir çaba ile çağrılabilir. Bu tür düşüncelere “Bilinç Öncesi Düşünceler” denilmektedir. Bunlar o anda bilinçte bulunmalarına rağmen, özel bir dikkat ve çaba ile bilince getirilebilir. Örneğin; daha önce yaşadığımız bir olayı şuanda hatırlamıyor olabilirsiniz. Ancak ufak bir çağrışım o olayın bilince getirilmesini sağlayabilir.

- **Bilinçdışı:** Freud’un öne sürdüğü en çok tartışılan kavramlardan biri olup, engellemeler nedeniyle bilince ulaşamayan zihinsel süreçleri ifade eder. Bilinçdışında var olanlar, gerçek dünyadan kopuk, irrasyonel ve tamamen arzuları tatmine odaklı dürtülerden oluşmaktadır. Bunlar bireyin ahlaki değerleriyle çatışan ancak serbest çağrışımlar ve rüyalarla açığa çıkarılabilen dürtülerdir.

Daha sonra Freud bu topoğrafik kuramı gözden geçirerek, kişiliği tanımlamada yeni bir kuramsal yapı ortaya koymuştur. Bu yapısal kurama göre kişilik; id, ego ve süperegö olmak üzere üç ana sistemden oluşmuştur. Bireylerin davranışı, bu üç sistemin birleşiminde oluşmuştur. Bunlardan biri diğerinden bağımsız olarak tek başına çalışamayan, birbiriyle ilintili yapılardır (Altıntaş ve Gültekin, 2014).

- **İd:** Bireyin öncelikli olarak tatmin etmesi gerektiği fizyolojik ihtiyaçlarından oluşan, davranışların temeli olan psikolojik enerji kaynağıdır. Bu ihtiyaçlar doğrultusunda cinsellik ve saldırganlık olmak üzere iki önemli dürtü

vardır. İd, zevk ilkesine göre çalışmakla beraber isteklerinin bir an evvel yerine getirilmesini ister. Aksi takdirde enerji birikimi yaşanacak ve bireyde gerginliğe yol açacaktır.

- Ego: İd gibi doğuştan vardır ve idi denetleyen bir yapıdır. Ego, idin istekleri ile gerçekler arasında bir denge kurar ve hoş olmayan eylemleri bastırarak bilinçaltına gönderir. Ego, diğer bir ifade ile arabuluculuk yapar. Ego, idin isteklerini bastıramadığı zaman kişide zihinsel bir gerginliğe sebep olur.

- Süperego: Ego, idi denetlerken bazen toplumsal değer yargılarının dışına çıkabilir. Bu durumda süperego devreye girer. Süperego, doğuştan var olmayan ve zamanla gelişen bir yapıdır.

Bireyde id, ego ve süperegodan birinin baskın olması kişilik üzerinde etkilere yol açar. Bu durumda üç tür kişilik tipi oluşur; erotik, obsesif ve narsist tip. Erotik tipler, sıklıkla sevgiyi kaybetme korkusu yaşarlar ve kendilerine sevgi göstermeyenlere karşı bağımlılık geliştirirler. Obsesif tip, kendi vicdaniyla sürekli hesaplaşma halindedir ve birçok olaya karşı düşünceleri ve çıkarsamaları vardır. Narsist tipler ise, her şeyden önce kendileri önemlidir ve kendini ön planda tutmayı severler (Gürüz ve Eğinli, 2012).

2.2.4.3. Hümanistik Yaklaşım

Carl Rogers ve Maslow hümanistik yaklaşımı benimsemişlerdir. İnsancı psikologlara göre insan; temelde iyi, akılcı, sosyal ve ileri doğru sürekli gelişmek isteyen bir varlıktır (Altıntaş ve Gültekin, 2014). Burada Carl Rogers'ın kişilik kuramı incelenmiştir.

Rogers, benlik ve benlik kavramı üzerinde durmuştur. Bireylerin kendine atfettikleri özellikler benlik kavramını oluşturur. Çevreyle etkileşim sonucunda, çeşitli değerlerin atfedildiği ve bireylerin genelleşmiş terimlerle ifade ettiği benliğe, benlik kavramı denir. Bu değerler yaşantılarla ilişkilidir ve benlik yapısının bir parçasıdır. Yani bireyin benlik kavramı, başkalarının kendileri hakkındaki görüşleri ile kendi benlik algılarının birleşiminden oluşur.

Rogers benlik kavramıyla ilintili bir kavram olan ideal benlik üzerinde durmuştur. İdeal benlik, bireyin en çok sahip olmak istediği benlik kavramını ifade eder. Gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki fark ne kadar az ise bireyin kendine dair tutumları ve benlik algıları o kadar olumlu olacaktır. Gerçek benlik ile ulaşılmak istenen benlik arasındaki uçurum, psikolojik sağlığı olumsuz etkileyecektir. Benlik ile yaşantıların uyuşması halinde, bireylerde bütünleşme ve kendini gerçekleştirme eğilimi ortaya çıkacaktır (Karahana ve Sardoğan, 2012).

Hümanistik psikologlara göre tüm insanlığın tek bir motivasyonel gücü vardır, o da kendini gerçekleştirme yeteneğidir. Rogers'a göre kendini gerçekleştirme, bireyin varlığını sürdürebilmesi ve geliştirebilmesi için doğuştan gelen bir yetenektir. Bu yetenek yalnızca hava, su gibi ihtiyaçların karşılanmasını içermez aynı zamanda büyüyerek kendini geliştirme, insanlarla ilişkide bulunarak üreyerek çoğalma ve kendi iç kontrolüne geçmeyi de kapsamaktadır (Altıntaş ve Gültekin, 2014).

Psikolojik sağlıklı bireyler, gerçeği tam olarak algılayabildikleri için kendi eksiklerini ve hatalarını net bir şekilde fark edebilirler ve bunu kişiliğın bir parçası olarak kabul ederler. Kendini gerçekleştirmekte olan bir birey, kendisini olduğu gibi kabul eder. Bu bireyler kim olduklarına dair gerçeği ve tutarlı düşünelere sahiptirler ve kendilerini çok iyi tanırlar.

Kişinin kendini kabul etmesi, psikolojik olarak sağlıklı ve kendini gerçekleştirebilen bireylerde görülen bir özelliktir. Kendini kabul demek, bireyin yaptığı hatalardan dolayı kendini aşırı derecede suçlamaması ve kendinden utanmaması olarak tanımlanır. Kendini kabul düzeyi yüksek bireyler, kendilerini yönetebilen ve kontrol edebilen bireylerdir.

Psikolojik sağlıklı bireyler, kendilerine saygı duyar ve kendilerini beğenirler. Bu bireyler kendi yeteneklerine ve kapasitelerine güvenirler ve aşırı, gereksiz kaygılardan çok rahat bir şekilde kurtulurlar (Karahana ve Sardoğan, 2012). Başkalarının isteklerine göre değil, kendi duygularına göre hareket ederler. Nevrotik bireyler ise; sevilme, korunma, ait olma gibi ihtiyaçlarının karşılanmadığı ve doyuma ulaşamayan bireylerdir.

2.2.4.4. Davranışçı Yaklaşım

Davranışçı psikologlara göre, insan doğası kolay şekil alabilen bir yapıya sahiptir. Davranışçı kuram Ivan Pavlov, John Watson, Edward Thorndike, Skinner gibi psikoterapistler tarafından benimsenmiştir.

Davranışçı psikoloji, bireyin iyi ya da kötü davranmasının nedenini nasıl koşullanmış olduğuna bağlar (Altıntaş ve Gültekin, 2014). Kişinin davranışlarının belirleyicileri, hayatı boyunca aldığı ödüllerin sıklığı ve türü olarak görülür. Bireyin kişiliği yaşantılar sonucu oluşan bir yapı olarak ele alınmıştır. Bu yaklaşımda, insan doğası esnek bir yapıda olarak görüldüğü için bireyin kişiliği çevre tarafından şekillenir.

Davranışçı yaklaşım, kapsamlı bir kişilik kuramı oluşturmaktan ziyade, kişiliği genel öğrenme alanının bir parçası olarak ele almıştır. Bireyin öğrenerek edindiği yanlış davranışları, belirli öğrenme stratejileri ile ortadan kaldırıp yerine olumlu koşullandırılma sağlamak mümkündür.

Davranışçı yaklaşım da, bireylerin davranışlarını şekillendiren en önemli nokta ödüllendirmedir. Ödüllendirme, istenilen davranışı güçlendirme veya kolaylaştırmak için uygun koşulların oluşturulmasıdır. Davranışçı yaklaşıma göre, davranışların amacı organizmanın gerilimini azaltmaktır. Gerilimi azaltmada işe yarayan davranışların tekrarlanma olasılığı daha yüksektir. Uyumsuz davranışlar nasıl ki öğrenilerek kazanılıyorsa, uyumsuz davranışlar da yeni öğrenmelerle değiştirilebilir (Karahan ve Sardoğan, 2012). Kişiliğin bireyden bireye farklılaşmasının nedeni, şartlanmalardaki farklılıklardan kaynaklanmaktadır (Altıntaş ve Gültekin, 2014).

2.2.4.5. Bilişsel Kişilik Teorileri

Bilişsel yaklaşım Albert Ellis ve Aaron T. Beck tarafından benimsenmiştir. Bilişsel yaklaşımın esas odaklandığı nokta; bireylerin kendisi, çevresi ve geleceği hakkındaki düşünce, inanç ve idealleridir. Kişilerin sahip olduğu inanç ve düşünceler, duygusal ve davranışsal tepkilerini şekillendirir. Çocukluk döneminden itibaren bireyin karşılaştığı tüm yaşantılar, olumlu olumsuz veya çarpıtılarak

anlamlandırılabilir. Bu anlamlandırmalar, bireyin kişilik oluşumunu etkilemekle beraber davranışlarında da önemli rol oynar (Karahana ve Sardoğan, 2012).

Birey çevre ile etkileşim içerisinde bulunduğundan yeni bilgiler edinir ve bu bilgilere dayanarak kendisini yönlendirecek olan denenceler geliştirir. Bu denenceler bireyin amaçları, beklentileri ve değerlerinden oluşur. Yani, kişiliğin oluşumunda bireyin tüm bilişsel yapılanmalarının önemli bir rolü vardır. Herkesin bilişsel yapılanmaları kendine özgü olduğu için farklı kişiliklerin doğması beklenen bir durumdur (Özkalp, 2002).

2.2.4.6. Özellikler Yaklaşımı

Kişilik yapısının ancak kişilik özelliklerini inceleyerek ortaya çıkabileceğini savunan bu yaklaşım, bireyin kişiliğini, temel özelliklerinin bir sentezi olarak görmektedirler. Bu özelliklerin açığa çıkması ile de bireyin kişiliği öğrenilmiş olacaktır (Cüceloğlu, 2010). Ayırıcı özellik kuramcılar, ayırıcı özellikler çerçevesinde belirli bir noktaya denk gelen kişinin nasıl davranacağını öngörebilmek isterler. Bunun yararı ise, kişilik yapısı açısından insanlar arasında karşılaştırma yapmayı kolaylaştırmasıdır (Burger, 2006). Bu kuramcılar, kişiliğin gelişimini açıklama veya değiştirme ile daha az ilgilenmiş olup; daha çok kişiliği tasvir ederek davranışı yordama üzerinde durmuşlardır (Ciccarelli ve White, 2016). Ayırıcı özellikler üzerine bilinen ilk çalışma; modern kişilik teorilerine büyük katkısı olan Gordon Allport tarafından 1921’de kaleme alınmıştır (Hazar, 2006). Allport ve arkadaşı H. S. Odbert, sözlüğü büyük bir özveri ile tarayarak 18.000 tane ayırıcı özellik bulduktan sonra eş anlamlı sözcükleri eleyerek toplam 200 özellik saptamışlardır. Allport; bu özelliklerin her kişide farklılık gösterdiğini ve her kişinin ayırıcı özellik “kümesinin” benzersiz olduğunu savunmuştur. Ayrıca bu özelliklerin; kişiye belirli durumlar karşısında nasıl davranacağına dair yol göstermek amacıyla sinir sistemine tam olarak bağlı olduğunu belirtmiştir (Ciccarelli ve White, 2016).

“Özellik” üzerinde çalışan psikologlar genelde iki yönde yoğunlaşırlar:

- 1- Bireyler arası farklılıklar
- 2- “Özellikler” in ölçülmesi

Kişilik özelliklerinin ölçülebilmesi için, birçok teknikten yararlanılmış olup daha gelişmiş bir teknik olan faktör analizi kullanılmaya başlanmıştır. Kişilik boyutlarını ortaya çıkaran ve kişiliğin temel özelliklerini bu analiz sayesinde ortaya çıkan en popüler modeller: “Büyük Beşli” olarak da adlandırılan beş faktör modeli; dışadönüklük, uyumluluk, duygusal dengesizlik, sorumluluk ve deneyime açıklık (Digman, 1990; McCrae ve Costa, 1987), Cattell’in beş yerine 16 boyutlu modeli (Cloninger, 2004) ve Eysenck’in 2 boyutlu modelidir (Cüceloğlu, 2010).

Biyolojik ve Özellik yaklaşımları içinde de kabul edilen Eysenck, kişiliği oluşturan faktörleri 4 basamakta hiyerarşik bir biçimde açıklamaktadır. Dört faktörlük bu hiyerarşik sıralama içinde kişiliğin en alt sınırını oluşturan ilk düzeyi, daha özel tepkileri içermekle birlikte, belirli uyarıları, biyolojik ve kalıtsal özellikleri taşır. İkinci düzey ise, bireyin bulunduğu ortamlardan elde ettiği alışkanlıklara dayalı özelliklerle ilgilidir. Üçüncü düzey, eğilimleri içerir ve kişinin birçok alışılmış davranışları arasından eğilimler kazanma evresidir. Son düzey ise tip safhasıdır ve burada baskın özelliklere göre belirgin tipler ortaya çıkmaktadır (Sokullu-Akıncı, 2002).

Eysenck, kişiliğin içedönüklük-dışadönüklük ve oturmuş-uçarı olmak üzere temel iki boyutu olduğunu söylemektedir. İçedönük bireyler, iç dünyalarına önem verirlerken; dışadönükler dış dünyada olan olaylarla daha ilgilidirler. Oturmuş bireyler, çevreleri ile daha uyum içinde iken; uçarı kişiler, uyum konusunda zorlanırlar. Bu iki boyut kesiştiği zaman ise dört grup kişilik yapısı ortaya çıkmaktadır (Cüceloğlu, 2010).

Cattell, 200 ayırıcı özelliğin çok fazla olduğunu düşünerek, kişiliği betimlemede daha pratik bir yöntem geliştirmiştir. Ona göre ayırıcı özellikler: yüzeysel özellikler ve kaynak özellikler olmak üzere 2 türdür. Yüzeysel özellikler, çevre tarafından kolayca fark edilen kişilik özelliği iken; kaynak özellikler, yüzeysel özelliklerin daha derininde yatan temel ayırıcı özelliklerdir (Ciccarelli ve White, 2016). Cattell’in 16PF Kişilik Envanteri; 16 Temel Kişilik Özelliğini ve 5 Genel Kişilik Eğilimini ölçerek dünyadaki kişilik envanterleri arasında en çok kullanılan ve en güvenilir kişilik envanterlerinden biri olmuştur. Ayrıca literatürde “Büyük Beşli”

olarak da anılan ve birçok kişilik envanterinin temelini oluşturan modelin öncüsüdür (Dal ve Eroğlu, 2015).

2.2.5. Beş Faktör Kişilik Modeli

Yüzyıllardan beri kişiliğin açıklanmasında birçok kişilik kuramcısı çeşitli yapılar ortaya koymuştur. Ortaya çıkan bu kuramlar zaman zaman birbirine uyum gösterse de birbirleriyle çeliştiği durumlarda olmuştur. Kişilik özelliği tanımlayan sıfatların çalışması kişiliği tamamen kapsamamakla birlikte kişiliğin ele alınmasında geniş bir çerçeve sağlamıştır. Kişilik özellikleri çalışmasındaki esas amaç, dünyada bütün dillerde kodlanan ve sözcüklere yansıyan bir kişilik sınıflandırması oluşturmaktır (Somer, 1998). Bu amaçlar, Galton'un önerileri ile başlayarak Thurstone, Allport ve Odbert ve Norman'ın çalışmaları ile ilerlemeler kaydetmiştir. Bazı sebeplerden ötürü Galton, kişilik terimlerinin kendi aralarında ilişki olacağı önerisini tamamlayamamış ancak kendinden sonra gelen araştırmacılara kişiliği temsil eden terimlerin arasındaki ilişkileri ve yapıyı ortaya çıkarmak adına teşvik de bulunmuştur. Daha sonra faktör analizin babası Thurstone, geliştirdiği istatistiksel tekniği bu yapıyı incelemek için kullanmıştır. Thurstone, 1300 denekten oluşan gruba 60 adet kişilik özelliği tanımlayan sıfatları kullanarak tanımlamalarını istemiştir. Bu teknikle 60 sıfatın beş geniş faktör altında toplandığını bulmuştur.

Galton'un İngilizce sözlükteki kişilik ile alakalı terimlerle ilgili tahminleri, Allport ve Odbert'in çalışmaları ile netlik kazanmış ve Norman sayesinde de bir liste ortaya çıkmıştır. Bu çalışmalardan sonra Allport ve Odbert'in 4500 sıfatla yaptığı çalışmayı inceleyen Cattell, bu sıfatları 35 iki uçlu değişken haline getirerek faktör analizi uygulamış ve bunların sonucunda 16 faktörlü bir yapı bulmuştur (Goldberg, 1995). Tupes, Christal ve Fiske gibi araştırmacılar, Cattell'in değişkenleri ile analiz yaptığında bu faktörleri bulamamışlar ve çalışmasını yeniden gözden geçirerek, kişileri tanımlamakta kullanılan terimlerin beş faktörde toplandıklarını belirtmişlerdir (Digman,1990). Kişilik özelliği modellerindeki bu gelişmelerden sonra 1960 ve 1970'li yıllarda yoğun eleştirilere maruz kaldığı için, 15-20 yıl boyunca bir duraklama dönemi geçirmiştir.

1980’li yıllardan sonra, kişilik özelliği modelleri ile ilgili çalışmalar tekrar canlanmıştır. Goldberg, sözlükteki sıfatlara ilişkin çalışmasında beş faktörlü bir yapı bulmuştur ve birçok kişilik kavramının bu beş faktör ışığında organize edilebileceğini ileri sürmüştür. Bunun üzerine birçok araştırmacı İngiliz dilinde “Beş Faktör Modeli” üzerine çalışmalar yapmış ve bu modeli destekleyen veriler bulmuşlardır. Bazı araştırmacılar kişilik ile psikolojik yapılar arasındaki ilişkiyi incelemiş, bazıları kişiliğin genetik bağına araştırmış, diğerleri de kişilik özelliklerinin fenotipik özelliklerine değinmiştir (Somer, 1998). Tanımlanan bu beş faktör, birbirinden farklı yöntemlerin kullanıldığı çalışmalarda çok fazla ortaya çıktığı için, araştırmacılar bu faktörlere “Büyük Beşli” adını vermişlerdir. Araştırmacılar, yürüttükleri çalışmalarda kaç faktörlü bir yapı bulabileceklerine dair bir kurama sahip olmadıkları için, sadece elde ettikleri verileri değerlendirerek bir sonuca ulaşmışlardır. Araştırma sonucunda hangi özelliklerin birbiriyle bir grup oluşturduğunu gördükten sonra, bu beş boyutu tanımlayan kavramlar geliştirmişlerdir. Farklı araştırmacılar bu beş boyuta farklı isimlendirme yapmış olsalar da, en sık kullanılan kavramlar “Nevrotiklik”, “Dışadönüklük”, “Açıklık”, “Uyumluluk” ve “Özdisiplin” olmuştur (Burger, 2006).

Beş Faktör Modelinin geçerliği yalnız İngilizcede değil, Flemenkçe, Almanca, İtalyanca, İspanyolca, Slovakça, İbranice, Macarca, Çince, Filipince, Lehçe ve Rusça gibi dillerde de araştırılmıştır. Farklı dillerde yapılan kişilik tanımlayıcı terimlerle ilgili çalışmalarda modeli destekleyen veriler bulunmuştur (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Somer ve Goldberg (1999) tarafından yürütülen, kişilik özelliklerini tanımlayan sıfatlarla üniversite öğrencilerine uygulanan çalışmalarda, Türkçe dilinde Beş Faktör Modeline uyan veriler elde edilmiştir. McCrae ve Costa (1997), Beş Faktör Modelinin uluslararası alanda genellenebilirliğini araştırmış ve beş farklı dil grubunda çalışmalar yapmıştır. Bu çalışmalar neticesinde, Beş Farklı Modelin kültürler arası genellenebilir olduğu ortaya çıkmıştır.

Beş Faktör Kişilik modelinin ortaya çıkması için yapılan çalışmalar, modele katkıda bulunan araştırmacılar ve modelin alt boyutlarını nasıl tanımladıkları Tablo 1 de gösterilmiştir (Digman, 1990).

Tablo 1: Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Literatür Tablosu

Teorisyen	1	2	3	4	5
Fiske(1949)	Sosyal Uyum	Uygunluk	Başarma isteği	Duygusal kontrol	Entelektüel
Eyeseck(1970)	Dışadönük	Psikotik	Psikotik	Nörotik	—
Tupes & Christal(1961)	Dışa yönelim	Yumuşak Başlılık	Güvenilirlik	Duygusalılık	Kültür
Norman(1963)	Dışa yönelim	Yumuşak Başlılık	Sorumluluk	Duygusal	Kültür
Borgatta(1964)	Girişkenlik	Hoşa giden	Göreve ilgi	Duygusalılık	Entelektüel
Cattell(1957)	Sosyal	Uyumlu	Güçlü süperego	Endişe	Entelektüel
Guilford(1975)	Sosyal Aktivite	Paranoid	Düşünen İçedönük	Duygusal Denge	—
Digman(1988)	Dışadönük	Arkadaşça Uyum	Başarma isteği	Nörotik	Zeka
Hogan(1986)	Sosyallik & Hırslı olma	Hoşa giden	Sağduyulu	Uyum	Zeka
Costa & McCrae(1985)	Dışadönük	Yumuşak Başlılık	Sorumluluk	Nörotik	Açıklık
Peabody & Goldberg(1989)	Güç	Sevgi	İş	Duygu	Zeka
Buss & Plomin(1984)	Aktivite	Sosyallik	Dürtüsellik	Duygusalılık	—
Tellegen(1985)	Pozitif duygulanım	—	Zorlama	Negatif duygulanım	—
Lorr(1986)	Bireylerarası katılım	Sosyallik derecesi	Kendini kontrol	Duygusal Denge	Bağımsız

Kaynak: Digman, 1990

Sonuç olarak günümüze kadar kişilik ile alakalı birçok görüş ortaya atılmıştır. Beş faktör kişilik kuramı bu farklı görüşleri bir araya toplayıp bir bütün haline getirmiştir. Bu Büyük Beşli kişilik kuramının ele aldığı kişilik boyutlarını ölçebilmek için birçok ölçme aracı geliştirilmiştir. Bunlardan en kapsamlı olan Costa ve McCrae'nin geliştirdiği NEO Kişilik Envanteri (NEO-PI) ve revize hali olan NEO Kişilik Envanteri (NEO-PI-R)'dir. Türkiye'de patolojik olmayan bireyler için kişilik yapılarını ölçebilecek, Costa ve McCrae tarafından geliştirilen ve Türkçeye Gülgöz (2002) tarafından uyarlanan NEO-PI-R ile Somer ve arkadaşları (2002) tarafından geliştirilen Beş Faktör Kişilik Envanterinin haricinde kişilik testi bulunmamaktadır.

Yapılan çalışmalara bakıldığında, kişiliğin beş faktör altında derleneceğini göstermiştir. Bu faktörler duygusal denge/nevrotiklik, dışadönüklük, gelişime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk olmak üzere birçok kültürler arası çalışmalarda doğrulanmıştır (Bacanlı ve ark., 2009).

2.2.5.1. Dışadönüklük-İçedönüklük

Dışadönük boyutundaki bireyler temel olarak hayat dolu, neşeli, sevecen, heyecanlı, konuşmayı ve eğlenmeyi seven, aktif, girişken ve sosyal olma gibi özellikleri bulundurlar (Somer ve ark., 2002; McCrae ve Costa, 2003). Ayrıca sosyallik, insanlar ile birlikte olmaktan hoşlanma, liderlik, güç, istekli olma ve arkadaşça davranma gibi özellikler bu faktörü temsil etmektedir (Somer ve ark., 2002).

Dışadönüklük boyutunun diğer ucu ise içedönüklüktür. İçe dönükler genellikle yukarıda sayılan özellikleri göstermemekle beraber bu kişilere asosyal ve enerjisi çok düşük bireyler demek de yanlış olur (Burger, 2006). Bu bireyler yalnızlıktan hoşlanan, sessiz, mesafeli, çekingen, durgun kimselerdir (McCrae ve Costa, 2003). Beklenildiği üzere, dışadönük bireylerin içedönüklerden daha çok arkadaşı olduğu ve sosyal ortamlarda daha çok vakit geçirdiği görülmektedir.

2.2.5.2. Yumuşakbaşlılık/Uyuumluluk-Dikbaşlılık

Bu boyut insanlığın daha çok insancıl yönünü temsil etmektedir (Digman, 1990). Uyuumluluk boyutunda bireyler uysallık ve acımasızlık arasında bir noktaya yerleştirilir. Bu boyuttan yüksek puan alan bireyler; uysal, güvenilir, cömert, yumuşak huylu ve hoşgörülü kimselerdir. Uyumlu bireyler rekabetten çok işbirliğinden yanadır. Bu boyutun karşı ucunda olan dik başlı bireyler ise; daha acımasız, şüpheli, cimri, her şeyi eleştiren, çabuk sinirlenen, düşmanca kişilerdir (McCrae ve Costa, 2003). Yapılan çalışmalara göre bu boyutun, bireylerin ahlaki değerleri ile kuvvetli bir ilişkisi olduğunu göstermiştir (Somer, 1998).

2.2.5.3. Sorumluluk/Özdenetim- Sorumsuzluk/Dağınıklık

Sorumluluk boyutu ise, bireylerin ne kadar kontrol ve disiplinsahibi olduğu ile ilişkilidir. Bu boyuttan yüksek puan alan bireyler; iyi organize olabilen, çalışkan, planlar doğrultusunda hareket eden, işine bağlı, dakik, hırslı ve azimlidirler. Boyutun diğer ucunda yer alan bireyler ise; özensiz, dikkati çabuk dağılan, tembel, ihmalkar, amaçsız, dağınık ve işten kaçan kimselerdir (McCrae ve Costa, 2003). Sorumluluk, genel olarak iş hayatında ve başarı durumlarında ortaya çıktığı için bazı araştırmacılar bu boyuta “Başarma İsteği” veya “İş” adını da vermektedir (Burger, 2006). Yapılan çalışmalarda Sorumluluk boyutu ile arabayla kaza yapma durumu arasında ters bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Yani sorumluluk boyutundan düşük puan alan bireylerin dikkatsiz oldukları için sık kaza yapıyor olması kaçınılmazdır (Arthur ve Graziano, 1996).

2.2.5.4. Nevrotiklik/Duygusal Dengesizlik-Duygusal Denge

Bu boyutun negatif yönü Nörotisizm olarak da adlandırılır. Birçok araştırmada Duygusal Dengesizlik; endişeli, güvensiz, kendisiyle uğraşan, sinirli, kaygılı gibi özelliklerle tanımlanmıştır (Somer ve ark., 2002). Araştırmacılar, nörotisizmi tanımlarken daha az anlaşmazlığa düşmüşler ve genel olarak ortak

değınilen nokta nörotisizmin temelinde anksiyete, depresyon, kırgınlık, sıkıntı gibi olumsuz duyguları içerdđi olmuştur (McCrae ve Costa, 1987).

Nevrotizm boyutunda yüksek puan alan bireyler; endişeli, sinirli, kendine acıyan ve duygusal bireylerdir. Aynı zamanda zorluklarla karşılaştıklarında veya stres altında çabuk incinebilme potansiyeline sahiptirler ve ruhsal rahatsızlıklara daha yatkınlardır. Bu boyutta düşük puan alan bireyler ise; daha sakin, rahat, kendinden memnun, aşırı ve uygunsuz tepkiler vermeyen bireylerdir. Ayrıca zorlu olaylar karşısında daha dayanıklı, sağlam kalabilme özelliğine sahip olup iyi uyum gösteren kimselerdir (McCrae ve Costa, 2003).

2.2.5.5. Gelişime Açıklık/Deneyime Açıklık- Gelişmemişlik

Gelişime Açıklık boyutu, bireylerarası ilişkilerde açık olmaktan ziyade deneyimlere açık olmak anlamını taşımaktadır (Burger, 2006). Bazı araştırmacılar bu boyuta kültür der iken, bazıları zeka olarak adlandırmışlardır. Literatürde bu faktör ile ilgili çelişkili sonuçlar bulunmakla beraber en çok tartışılan boyut olarak görölmüştür.

Bu boyutun gelişime açıklık tarafında bireyler; zeki, yaratıcı, bilgili, kültürlü, araştırmacı, hayalperest, aydın, bağımsız, geniş görüşlüdür (Somer, 1998). Bu boyuttan düşük puan alan bireyler ise; daha gerçekçi, yaratıcılıkları düşük, rutini tercih eden, muhafazakâr bir yaklaşıma sahip olan, geleneksellikten yana ve tutucu olma özelliğine sahiplerdir (McCrae ve Costa, 2003).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, örnekleme, verilerin toplanması, veri toplama araçları, verilerin çözümü ve yorumlanmasına yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmanın modeline bakıldığında, tarama modellerinin bir çeşidi olan ilişkisel tarama modeli oluşturmaktadır. İlişkisel tarama modelleri iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. Bu model, bir değişkendeki durumun bilinmesi halinde diğerinin ne olacağına dair çıkarım yapabilmeyi sağlar (Karasar, 2014). Bu çalışmada ilişkisel tarama modeli aracılığıyla, kişilik özelliklerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerine olan yordayıcı rolünü ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin çeşitli bağımsız değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmaktadır.

3.2. Örneklem

Çalışma evreni, 2015-2016 öğretim yılı bahar döneminde Hasan Kalyoncu Üniversitesi İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesine devam eden 877 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Örneklem sayısı, evreni oluşturan 877 öğrenciden, %95 güven seviyesine göre 267 kişiden oluşmaktadır. Veri kaybı ihtimali dikkate alınarak toplamda söz konusu evrenden uygun örnekleme yoluyla seçilen 274 bireyden veri toplanmıştır. Çalışmada uç değerlere rastlanmamış olup, eksik doldurulmuş cevap formları çıkarılarak 225 cevap kâğıdı değerlendirmeye alınmıştır. Uygun örnekleme yöntemi; seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden olup; zaman, para ve işgücü gibi sınırlıklardan ötürü örneklemin daha kolay ulaşılabilir birimlerden seçilmesidir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014). Araştırma

örneklemi, 151'i (%67,1) kadın, 74'ü erkeklerden (%32,9) oluşmaktadır. Öğrencilerin yaşlarının ortalaması 21,81'dir (SS=3,32). Örnekleme oluşturan üniversite öğrencileri ile ilgili diğer demografik verilere "Bulgular" kısmında, Tablo 2'de yer verilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada psikolojik dayanıklılık düzeyini ölçmek için, Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan 33 madde ve altı alt boyuttan oluşan (yapısal stil, gelecek algısı, aile uyumu, kendilik algısı, sosyal yeterlilik, sosyal kaynaklar) 'Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık'; kişilik özelliklerini ölçmek için, Beş Faktör Kuramına dayalı bir kişilik ölçeği olan Bacanlı ve ark. (2009) tarafından geliştirilen 'Sıfatlara Dayalı Kişilik' testi kullanılmıştır.

Bunlara ek olarak araştırmacı tarafından hazırlanan, üniversite öğrencileri hakkında bilgi toplamak amacıyla kişilere 'Kişisel Bilgi Formu' verilmiştir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Örneklem grubunda yer alan öğrencilerin, kendilik özellikleriyle ilgili bilgiler, kişisel bilgi formu ile elde edilmiştir. Öğrencilerin; cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, sigara kullanımı vb. gibi sosyo-demografik özelliklerinin belirlenebilmesi amacıyla, araştırmacı tarafından "Kişisel Bilgi Formu" hazırlanmıştır.

3.3.2. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Friberg, Hjemdal, Rosenvinge ve Martinussen (2003) tarafından 'kişisel güç', 'yapısal stil', 'sosyal yeterlilik', 'aile uyumu' ve 'sosyal kaynaklar' olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ancak daha sonra Friberg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge ve Hjemdal, (2005) ölçeğin 6 alt boyutu ile psikolojik dayanıklılığın daha iyi açıklandığını göstermiştir. Bu çalışmada 'kişisel güç' boyutu 'kendilik algısı' ve 'gelecek algısı' şeklinde ikiye ayrılarak toplam 6 boyutlu bir yapı elde edilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Basım ve Çetin (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçek, toplam 33 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar 'yapısal stil', 'gelecek algısı', 'aile uyumu', 'kendilik

algısı', 'sosyal yeterlilik' ve 'sosyal kaynaklar' dır. Ölçekte; 'yapısal stil'(3,9,15,21) ve 'gelecek algısı'(2,8,14,20) 4'er madde; 'aile uyumu' (5,11,17,23,26,32), 'kendilik algısı' (1,7,13,19,28,31) ve 'sosyal yeterlilik' (4,10,16,22,25,29) 6'şar madde ve 'sosyal kaynaklar' (6,12,18,24,27,30,33) ise 7 madde ile ölçülmektedir.

Kendilik algısı, kişinin kendisini nasıl tanımladığını ve kendine dair düşüncelerini ifade etmekle beraber kişinin kendisinin bilincinde olması olarak tanımlanmaktadır. Gelecek algısı, olumlu bakış açısı çerçevesinde kişinin geleceğe dair planları ve amaçlarına yönelik algılarını kapsamaktadır. Yapısal stil, kişinin kendine dair güveni, güçlü yönleri ve öz disiplini gibi kişisel özelliklerinden oluşmaktadır. Sosyal yeterlilik, kişinin çevreden gördüğü desteğin yeterli olup olmamasına ilişkin bir faktördür. Aile uyumu, kişinin ailesi ile uyumuna ve onlardan gördükleri desteğin var oluşu ile ilintilidir. Son olarak sosyal kaynaklar ise bireylerin sosyal ilişkilerindeki gücünü göstermektedir.

Ölçekte önyargılı tutumların önüne geçebilmek için, ölçeğin sağ ve sol tarafında olumlu ve olumsuz özellikler rastgele dönüşüm gösterecek şekilde sıralanmıştır. Yanıtlar için ise bu özellikleri içeren cümleler arasında beş ayrı kutucuk yerleştirilmiştir (Basım ve Çetin, 2011).

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinde bulunan soruların bir kısmı ters kodlanmıştır. Puanlar arttıkça psikolojik dayanıklılığın artması için şu soruların tersten kodlanması gerekmektedir; 1, 3, 4, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 23, 24, 25, 27, 31, 33.

Yetişkinler için Psikolojik dayanıklılık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılırken geçerlik için, faktör analizi ve ölçüt bağımlılığı geçerliği kullanılmış; güvenilirlik için, iç tutarlılık ve test tekrar test güvenilirliğine bakılmıştır.

Literatürde psikolojik dayanıklılık ölçeği bir çalışmada beş boyutlu (Friborg ve ark., 2003) iken diğer bir çalışmada (Friborg ve ark., 2005) altı boyutlu olarak ele alınmıştır. Bu ölçeğin her iki faktör yapısının da geçerliğini ölçebilmek için örneklem olarak 350 kişiden oluşan bir öğrenci grubu seçilmiştir. Ölçeğin altı boyutlu faktör analizi sonucunda kök ortalama kare yaklaşım hatası 0,053, TuckerLewis indeks değeri 0,91, karşılaştırmalı uyum indeks değeri ise 0,92 olarak

hesaplanmıştır. Karşılaştırmalı uyum indeks ve TuckerLewis indeks değerlerinin 0,90 veya üzerinde olması o modelin iyi uyum sağladığı anlamına gelmektedir. Elde edilen sonuçlar altı boyutlu faktör yapısının yeterli uyum değerlerine sahip olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin ölçüt bağımlılığı geçerliliğini araştırmak için her iki örneklem de (hem çalışan hem de öğrenci örnekleme) ölçeğin alt boyutları ile sosyal karşılaştırma ölçeği ve kontrol odağı ölçeği arasındaki ilişkileri incelenmiştir. Sosyal karşılaştırma ölçeği ile psikolojik dayanıklılık ölçeğinin tüm boyutları arasında öğrenci ve çalışan örneklem için $p<0,01$ anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü ilişkilerin olduğu belirtilmiştir. Kontrol odağı ölçeğinin ise, her iki örneklem için kendilik algısı, gelecek algısı ve yapısal stil boyutlarıyla $p<0,01$ anlamlılık düzeyinde negatif yönlü ilişkisi belirlenmiştir. Çalışanların oluşturduğu örneklem için sosyal kaynaklar ve sosyal yeterlilik boyutlarıyla $p<0,05$ anlamlılık düzeyinde negatif yönlü ilişkiler elde edilmiştir. Ancak aile uyumu boyutu ile kontrol odağı ölçeği arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Ölçeğin iç tutarlılığını hesaplamak amacıyla her iki örneklem için alt boyutların Cronbach Alfa değerleri ile madde toplam puan bağıntı katsayıları hesaplanmıştır. Madde toplam puan bağıntı katsayıları hesaplandığında her iki örneklem için de 0,20 ile 0,52 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı hem öğrenci hem de çalışan örnekleme için 0,86 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği için 350 kişiden oluşan öğrenci grubu çalışmaya dahil olmuştur. Tekrar test uygulamaları 23 gün arayla yapılmış ve yapılan analiz sonucunda iki uygulama arasında alt boyutların Pearson korelasyon katsayıları; Kendilik Algısı için 0,72 ($p<0,01$), Gelecek Algısı için 0,75 ($p<0,01$), Yapısal Stil için 0,68 ($p<0,01$), Sosyal Yeterlilik için 0,78 ($p<0,01$), Aile Uyumu için 0,81 ($p<0,01$) ve Sosyal Kaynaklar için 0,77 ($p<0,01$) olarak bulunmuştur (Basım ve Çetin, 2011).

3.3.3. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi

Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT); Bacanlı ve ark. (2009) tarafından beş faktör kuramına dayalı olarak geliştirilmiştir. Toplam 40 maddelik birbirine zıt sıfat çiftlerinin olduğu 1-7 arası likert tipli bir kişilik test formu oluşturulmuştur. Ölçek uygulanan kişiden, bu iki zıt sıfat çiftlerinden kendisine uyan ve yakın gördüğü boşluğu işaretlemesi istenmiştir. Yapılan faktör analizi sonucunda Duygusal Dengesizlik (örn. “rahat-tedirgin), Dışadönüklük (örn. “uyuşuk/eli ağır-canlı”), Deneyime Açıklık (örn. “dar görüşlü-geniş görüşlü”), Yumuşak başlılık (örn.“rekabetçi-işbirliği yapan”) ve Sorumluluk (örn. “hırslı değil-hırslı”) olmak üzere beş faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Bu beş faktörden duygusal dengesizlik yedi madde, dışadönüklük dokuz madde, deneyime açıklık sekiz madde, yumuşak başlılık dokuz madde ve sorumluluk yedi maddeden oluşmaktadır.

SDKT'nin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılırken geçerlik için, yapı ve uyum geçerliği kullanılmış; güvenirlik için, iç tutarlılık ve test tekrar test güvenirliğine bakılmıştır.

SDKT'nin yapı geçerliğini test etmek için 285 katılımcıdan elde edilen veriler üzerinde Temel Bileşenler Faktör Analizi yapılmıştır. Ölçeğin faktör analizi sonucunda beş faktörün SDKT'ye ait varyansın %52,63'ünü açıkladığı görülmüştür.

SDKT'nin uyum geçerliğini sınamak için Sosyotropi Ölçeği, Çatışmalara Tepki Ölçeği, Negatif-Pozitif Duygu Ölçeği, Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Genel olarak bakıldığında SDKT'nin boyutlarıyla bu dört ölçek arasında anlamlı ve orta derecede bir yapı ortaya konduğu belirtilmiştir.

SDKT'nin güvenirliğini test ederken iç tutarlılık katsayısı için Cronbachalpha değerine bakılmıştır. SDKT'nin boyutlarının iç tutarlık katsayıları 0,73 ile 0,89 aralığında değişmektedir. En yüksek iç tutarlık katsayısının Dışadönüklük (0,89), en düşük iç tutarlık katsayısının Duygusal Dengesizlik (0,73) boyutuna ait olduğu görülmektedir.

SDKT'nin diğer bir güvenirlik çalışması olan test tekrar test güvenirliğinde ise, en yüksek ilişkiyi Yumuşak Başlılık ($r=0,86$, $p<0,01$), en düşük ilişkiyi ise Deneyime Açıklık Boyutunun ($r=0,68$, $p<0,01$) ortaya koyduğu görülmektedir.

3.4. Verilerin Toplanması

Veri toplama aracı olarak kullanılacak ölçeklere karar verilmesinin ardından, 2 ölçek, 5'li ve 7'li likerttipinde düzenlenerek 274kişiyeye uygulanmıştır. Örneklem için seçilen okuldaki öğrencilere veri toplama araçlarının uygulanabilmesi için Hasan Kalyoncu Üniversitesi rektörlüğüne dilekçe ile başvurulmuştur. Hasan Kalyoncu Üniversitesinde çalışma yapabilmek için rektörlükten izin alınmıştır. Uygulamalar Hasan Kalyoncu Üniversitesi'nde İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesinde öğrenim gören vearaştırmaya gönüllü olarak katılmış bireyler tarafından, uygun saatlerde gerekli izinler alınarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılımda gönüllülük ilkesine önem verilmiş olup, örneklem grubundaki öğrencilere, ölçeklerin uygulanacağı önceden duyurulmuştur. “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği”, “Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)” ve Kişisel Bilgi Formu birlikte uygulanmıştır. Uygulamalar yaklaşık 20-25 dakika sürmüştür.

3.5. Verilerin Analizi

İlk aşamada toplanan veriler ve ölçekler ayrı ayrı numaralandırılmıştır. İlk incelemede ölçekleri eksik ya da yanlış dolduran 49 öğrenci örneklemden çıkarılmış ve 225 öğrenciden elde edilen veriler analiz edilmiştir.

Bu araştırmanın bağımsız değişkenleri; beş faktör kişilik özellikleri, cinsiyet, anne eğitim durumu, sosyo ekonomik düzey, kardeş sayısı, yakın arkadaş sayısı, anne baba birliktelik durumu, anne baba yaşamsal durum, ailede ruhsal rahatsızlığın varlığı, sigara kullanımı, taciz veya şiddet yaşama durumu ve önemli sağlık sorunu yaşama durumundan oluşmaktadır. Araştırmanın bağımlı değişkeni ise psikolojik dayanıklılıktır. Her iki ölçekten elde edilen puan dağılımları ve diğer bağımsız değişkenler bilgisayara kodlanarak girilmiştir. Daha sonra verileri analiz edebilmek için SPSS 23,0 paket programı kullanılmıştır.

Analize başlamadan önce veri dağılımı incelenmiş olup, bağımlı değişkenin bağımsız değişken kategorilerinde normal dağılıp dağılmadığı incelenmiştir. Verilerin normal dağılmadığı ve alt grup sayısının 30'un altında olan bağımsız

değişkenlerde parametrik olmayan testler uygulanmıştır. Verilerin normal dağıldığı bağımsız değişkenlerde ise parametrik testler uygulanmıştır.

Psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarının; cinsiyet, sigara kullanım durumu, taciz veya şiddet yaşama durumu ve önemli sağlık problemi yaşama durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi uygulanmıştır. Psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarının sosyo ekonomik düzey ve kardeş sayısına göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı Kruskal Wallis ile test edilmiştir. Farklılığın neyden kaynaklandığını belirlemek için ise Mann Whitney U testinden yararlanılmıştır. Anne-baba eğitim durumu ve yakın arkadaş sayısına göre ise anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Tek Yönlü Varyans analizi ile incelenmiştir. Psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarının anne baba birliktelik durumu, anne baba yaşamsal durum ve ebeveynlerde ruhsal rahatsızlığın varlığına göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığına ise Mann Whitney U ile test edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık, psikolojik dayanıklılık alt boyutları ve beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin analizinde Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Analizinden yararlanılmıştır. Beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik dayanıklılığı ve alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığı ise aşamalı çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinden ölçekler yoluyla elde edilen verilerin istatistiksel sonuçlarına yer verilecektir. Bulguların elde edilmesi sürecinde katılımcıların sosyo-demografik özellikleri, psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve kişilik özellikleri kullanılmış olup; tüm değerlendirmeler SPSS 23,0 programından yararlanılarak yapılmıştır.

4.1. Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Tablo 2: Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları:

Değişkenler	f	%
Cinsiyet		
Kadın	151	67,1
Erkek	74	32,9
Medeni Durum		
Evli	8	3,6
Bekar	216	96
Boşanmış	1	0,4
Çalışma Durumu		
Evet	21	9,3
Hayır	204	90,7
Anne eğitim Durumu*		
5 yıl ve Daha Az	97	43,1
Ortaokul/Lise	97	43,1
Lisans/Lisansüstü	30	13,3
Baba Eğitim Durumu		
5 yıl ve daha az	64	28,4
Ortaokul/Lise	106	47,1
Lisans/Lisansüstü	55	24,4
Sosyo-Ekonomik Durum		
Üst	25	11,1
Orta	196	87,1
Alt	4	1,8

Kardeş Sayısı			
	0	7	3,1
	1	39	17,3
	2	67	29,8
	3 veya Daha Fazla	112	49,8
Yakın Arkadaş Sayısı			
	2 den Az	13	5,8
	2-6 Arası	162	72
	7 ve Üstü	50	22,2
Anne - Baba Birliktelik Durumu*			
	Birlikte	212	96,8
	Ayrı	7	3,2
Anne ve Baba Yaşamsal Durum			
	Anne veya Baba Ölü	13	5,8
	İkisi de Hayatta	212	94,2
Ebeveynlerde Ruhsal Rahatsızlık Durumu			
	Var	10	4,4
	Yok	215	95,6
Psikiyatrik Tanı*			
	Depresyon	5	71,4
	Panik Atak	1	14,3
	Kaçıman Kişilik Bozukluğu	1	14,3
Sigara Kullanımı			
	Var	59	26,2
	Yok	166	73,8
Alkol Kullanımı			
	Var	48	21,3
	Yok	177	78,7
Taciz veya Şiddet Yaşama Durumu (12 yaşından önce)*			
	Evet	38	17,5
	Hayır	179	82,5
Önemli Sağlık Sorunu Yaşama Durumu*			
	Evet	34	15,4
	Hayır	187	84,6

*= Yanıtsız maddeler çalışma dışı bırakılmıştır.

Tablo 2' de görüldüğü üzere katılımcıların %67,1' ini (n=151) kadınlar, %32,9' ini (n=74) erkekler oluşturmakta, medeni durumların da ise %3,6'sını (n=8) evli bireyler, %96'sını (n=216) bekarlar, %0,4'ünü ise (n=1) boşanmış bireyler oluşturmaktadır. Katılımcıların %9,3'ü (n=21) çalışmakta iken %90,7'si (n=204) ise çalışmamaktadır. Anne eğitim düzeylerine bakıldığında 5 yıl ve daha az eğitim gören 97 kişi (%43,3), Ortaokul/Lise öğrenimi gören 97 kişi (%43,3), lisans ve lisansüstü eğitim gören 30 kişi (%13,4) olduğu görülmektedir. Katılımcılardan 1 kişinin bu

soruya yanıt vermediği görülmüştür. Baba eğitim düzeylerine bakıldığında ise 5 yıl ve daha az eğitim gören 64 kişi (%28,4), Ortaokul/Lise öğrenimi gören 106 kişi (%47,1), lisans ve lisansüstü eğitim gören 55 kişi (%24,4) olduğu görülmektedir. Sosyoekonomik durumlarının sorgulandığı bölümden alınan sonuçlara göre öğrencilerin %11,1' inin (n=25) üst düzey, %87,1' inin (n=196) orta ve %1,8' inin (4) de alt sosyo-ekonomik düzeyde oldukları göze çarpmaktadır. Katılımcılardan 7 kişinin (%3,1) hiç kardeşi yok iken 39'u (%17,3) 1 kardeşe sahip, 67'si (%29,8) 2 kardeşe, 112'si (%49,8) ise 3 veya daha fazla kardeşe sahip oldukları görülmüştür. 2 den az yakın arkadaşı olan 13 kişi (%5,8), 2-6 arası yakın arkadaşı olan 162 kişi (%72), 7 ve üzeri yakın arkadaşına sahip olan 50 kişi (%22,2) bulunmaktadır. Katılımcıların 212'sinin (%96,8) anne ve babaları birlikte yaşıyor iken 7'sinin (%3,2) anne babaları ayrı yaşamaktadır. Katılımcılardan 6 kişinin bu soruya yanıt vermediği görülmüştür. Anne babanın yaşamsal durumuna bakıldığında, annesi veya babası ölmüş 13 kişi (%5,8), ebeveynlerden her ikisinin de hayatta olduğu 212 kişi (%94,2), hem annesi hem de babası ölen hiç kimse olmadığı görülmektedir. Ebeveynlerinden herhangi birisinde ruhsal rahatsızlığın olduğu 10 kişi (%4,4), ruhsal rahatsızlığın olmadığı 215 kişi (%95,6) bulunmaktadır. Ebeveynlerde görülen bu rahatsızlıklardan 5'inde (%71,4) depresyon, 1'inde (%14,3) panik atak, diğer 1 kişi (%14,3) de ise kaçınan kişilik bozukluğu saptanmıştır. Grubun %26,2'si (n=59) sigara kullanırken %73,8'i (n=166) sigara kullanmamaktadır. Alkol kullanımına bakıldığında, %21,3'ü (n=48) alkol kullanırken, %78,7'si (n=177) alkol almamaktadır. 12 yaşından önce taciz veya şiddete maruz kalan 38 kişi (%17,5), taciz veya şiddet yaşamamış 179 kişi (%82,5) bulunmaktadır. 8 kişinin ise bu soruya yanıt vermediği görülmüştür. Önemli sağlık sorunu yaşayan 34 kişi (%15,4) iken önemli sağlık sorunu geçirmeyen 187 kişi (%84,6) olup, katılımcılardan 4 kişinin bu soruya yanıt vermediği görülmüştür. Yanıtsız bırakılan sorular çalışmaya dahil edilmemiştir.

4.2. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Betimleyici İstatistik Değerleri

Tablo 3: Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	N	En küçük	En büyük	\bar{X}	SS	SH
Yaş	220	18	49	21,809	3,319	0,224
Sigaraya Başlama Yaşı	56	11	33	18,018	3,934	0,526
Sigara Tüketim Paket Sayısı	54	0,5	15	5,102	3,039	0,414
Alkol Başlangıç Yaşı	43	5	24	17,930	2,955	0,451

4.3. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine İlişkin Çıkarımsal Bulguları

Tablo 4: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	SHO	t Testi		
						t	Sd	p
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Kadın	151	13,853	3,358	0,273	1,686	223	0,093
	Erkek	74	14,625	2,947	0,343			
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Kadın	151	15,446	3,321	0,270	0,288	223	0,773
	Erkek	74	15,315	2,917	0,339			
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Kadın	151	22,355	4,847	0,394	0,224	223	0,823
	Erkek	74	22,201	4,848	0,564			
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Kadın	151	21,629	4,541	0,370	1,935	223	0,054
	Erkek	74	22,852	4,274	0,497			
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Kadın	151	22,665	4,089	0,333	1,24	223	0,216
	Erkek	74	21,918	4,539	0,528			
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Kadın	151	27,731	4,670	0,380	1,815	223	0,071
	Erkek	74	26,498	5,025	0,584			
Toplam Puan	Kadın	151	123,680	18,252	1,485	0,103	223	0,918
	Erkek	74	123,410	18,627	2,165			

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları kadın ($\bar{X}=123,68$, $SS= 18,25$) ve erkek ($\bar{X}=123,41$, $SS= 18,63$) üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$t(223)=0,103$; $p>0,05$]. Diğer bir ifadeyle üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan t-Test incelendiğinde; yapısal stil [$t(223)=1,686$; $p>0,05$], gelecek algısı [$t(223)=0,288$; $p>0,05$], aile uyumu [$t(223)=0,224$; $p>0,05$], kendilik algısı [$t(223)=1,935$; $p>0,05$], sosyal yeterlilik [$t(223)=1,24$; $p>0,05$] ve sosyal kaynaklar [$t(223)=1,815$; $p>0,05$] alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tablo 5: Anne Eğitim Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutları için Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Anne Eğitim Durumu	KT	Sd	KO	F	p
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	15,689	3	5,230	0,492	0,688
	Gruplar İçi	2339,8	220	10,636		
	Toplam	2355,5	223			
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	18,567	3	6,189	0,605	0,613
	Gruplar İçi	2252,3	220	10,238		
	Toplam	2270,9	223			
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	103,55	3	34,517	1,480	0,221
	Gruplar İçi	5131,2	220	23,323		
	Toplam	5234,7	223			
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	43,554	3	14,518	0,717	0,543
	Gruplar İçi	4456,8	220	20,258		
	Toplam	4500,4	223			
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	52,82	3	17,607	0,972	0,407
	Gruplar İçi	3986,7	220	18,121		
	Toplam	4039,5	223			
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	36,305	3	12,102	0,519	0,670
	Gruplar İçi	5134,7	220	23,339		
	Toplam	5171	223			
Toplam Puan	Gruplar Arası	528,98	3	176,328	0,519	0,669
	Gruplar İçi	74698	220	339,538		
	Toplam	75227	223			

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Tek Yönlü Varyans analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir [$F_{(3,220)}=0,519$, $p=0,669$]. Diğer bir ifadeyle üniversite öğrencilerin annelerinin eğitim durumuna göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri birbirinden farklı değildir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Tek Yönlü Varyans analizi incelendiğinde; yapısal stil [$F_{(3,220)}=0,492$, $p=0,688$], gelecek algısı [$F_{(3,220)}=0,605$, $p=0,613$], aile uyumu [$F_{(3,220)}=1,48$, $p=0,221$], kendilik algısı [$F_{(3,220)}=0,717$, $p=0,543$], sosyal yeterlilik [$F_{(3,220)}=0,972$, $p=0,407$], ve sosyal kaynaklar [$F_{(3,220)}=0,519$, $p=0,67$], alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 6: Anne Eğitim Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Ortalamaları, Standart Sapması ve Standart Hatası

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Anne Eğitim Durumu	N	Medyan	SS	SH
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	97	14,323	3,153	0,320
	Ortaokul	28	13,486	3,546	0,670
	Lise	69	14,102	3,333	0,401
	Lisans/Lisansüstü	30	14,000	3,162	0,577
	Toplam	224	14,107	3,250	0,217
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	97	15,522	3,315	0,337
	Ortaokul	28	15,992	2,956	0,559
	Lise	69	15,082	3,279	0,395
	Lisans/Lisansüstü	30	15,284	2,819	0,515
	Toplam	224	15,413	3,191	0,213
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	97	21,568	5,269	0,535
	Ortaokul	28	22,477	5,391	1,019
	Lise	69	23,099	4,150	0,500
	Lisans/Lisansüstü	30	22,772	4,195	0,766
	Toplam	224	22,315	4,845	0,324
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	97	21,846	4,646	0,472
	Ortaokul	28	21,738	4,797	0,907
	Lise	69	21,928	4,522	0,544
	Lisans/Lisansüstü	30	23,143	3,584	0,654
	Toplam	224	22,031	4,492	0,300
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	97	21,989	4,472	0,454
	Ortaokul	28	22,081	4,191	0,792
	Lise	69	22,770	3,940	0,474
	Lisans/Lisansüstü	30	23,299	4,301	0,785
	Toplam	224	22,416	4,256	0,284
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	97	26,997	4,859	0,493
	Ortaokul	28	27,000	4,929	0,932
	Lise	69	27,684	4,997	0,602
	Lisans/Lisansüstü	30	28,011	4,211	0,769
	Toplam	224	27,345	4,815	0,322
Toplam Puan	5 yıl ve daha az	97	122,250	18,966	1,926
	Ortaokul	28	122,250	20,697	3,911
	Lise	69	122,250	17,317	2,085
	Lisans/Lisansüstü	30	122,250	16,822	3,071
	Toplam	224	122,250	18,367	1,227

Tablo 7: Baba Eğitim Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutları için Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Baba Eğitim Durumu	KT	Sd	KO	F	p
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	12,272	3	4,091	0,386	0,763
	Gruplar İçi	2343,3	221	10,603		
	Toplam	2355,5	224			
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	67,317	3	22,439	2,245	0,084
	Gruplar İçi	2209,4	221	9,997		
	Toplam	2276,7	224			
Aile Uyumlu Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	90,441	3	30,147	1,294	0,277
	Gruplar İçi	5149,6	221	23,301		
	Toplam	5240	224			
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	131,14	3	43,713	2,211	0,088
	Gruplar İçi	4369,2	221	19,770		
	Toplam	4500,4	224			
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	113,41	3	37,803	2,128	0,098
	Gruplar İçi	3926,4	221	17,767		
	Toplam	4039,8	224			
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	72,356	3	24,119	1,042	0,375
	Gruplar İçi	5117,4	221	23,156		
	Toplam	5189,8	224			
Toplam Puan	Gruplar Arası	1367,2	3	455,735	1,362	0,255
	Gruplar İçi	73934	221	334,545		
	Toplam	75302	224			

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının baba eğitim durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Tek Yönlü Varyans analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre toplam psikolojik dayanıklılık puanları baba eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir [$F_{(3, 221)}=1,362$, $p=0,255$]. Diğer bir ifadeyle üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumuna göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri birbirinden farklı değildir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının baba eğitim durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Tek Yönlü Varyans analizi incelendiğinde; yapısal stil [$F_{(3, 221)}=0,386$, $p=0,763$], gelecek algısı [$F_{(3, 221)}=2,245$, $p=0,084$], aile uyumu [$F_{(3, 221)}=1,294$, $p=0,277$], kendilik algısı [$F_{(3,221)}=2,211$, $p=0,088$], sosyal yeterlilik [$F_{(3,221)}=2,128$, $p=0,098$] ve sosyal

kaynaklar $[F_{(3,221)}=1,042, p=0,375]$ alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 8: Baba Eğitim Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Ortalamaları, Standart Sapması ve Standart Hatası

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Baba Eğitim Durumu	N	Medyan	SS	SH
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	64	14,474	3,150	0,394
	Ortaokul	23	13,938	3,170	0,661
	Lise	83	13,932	3,390	0,372
	Lisans/Lisansüstü	55	14,014	3,206	0,432
	Toplam	225	14,107	3,243	0,216
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	64	16,106	3,001	0,375
	Ortaokul	23	14,291	3,500	0,730
	Lise	83	15,115	3,288	0,361
	Lisans/Lisansüstü	55	15,484	3,000	0,405
	Toplam	225	15,403	3,188	0,213
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	64	22,236	5,011	0,626
	Ortaokul	23	20,786	5,939	1,238
	Lise	83	22,942	4,677	0,513
	Lisans/Lisansüstü	55	22,057	4,300	0,580
	Toplam	225	22,304	4,837	0,322
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	64	22,620	4,655	0,582
	Ortaokul	23	20,159	5,064	1,056
	Lise	83	21,703	4,206	0,462
	Lisans/Lisansüstü	55	22,624	4,281	0,577
	Toplam	225	22,031	4,482	0,299
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	64	22,477	4,134	0,517
	Ortaokul	23	21,881	4,752	0,991
	Lise	83	21,768	4,406	0,484
	Lisans/Lisansüstü	55	23,558	3,754	0,506
	Toplam	225	22,419	4,247	0,283
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	5 yıl ve daha az	64	27,033	5,007	0,626
	Ortaokul	23	25,913	5,299	1,105
	Lise	83	27,601	4,904	0,538
	Lisans/Lisansüstü	55	27,843	4,189	0,565
	Toplam	225	27,326	4,813	0,321
Toplam Puan	5 yıl ve daha az	64	124,950	19,680	2,460
	Ortaokul	23	116,970	18,119	3,778
	Lise	83	123,060	17,820	1,956
	Lisans/Lisansüstü	55	125,580	17,359	2,341
	Toplam	225	123,590	18,335	1,222

Tablo 9: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Sosyo-Ekonomik Duruma Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis Test Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Sosyo-Ekonomik Durum	N	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Üst	25	122,38	2	0,59	0,745
	Orta	196	111,83			
	Alt	4	111,63			
	Toplam	225				
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Üst	25	119,64	2	0,356	0,837
	Orta	196	112,01			
	Alt	4	120,00			
	Toplam	225				
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Üst	25	123,74	2	1,374	0,503
	Orta	196	112,17			
	Alt	4	86,63			
	Toplam	225				
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Üst	25	121,72	2	0,932	0,627
	Orta	196	111,48			
	Alt	4	132,88			
	Toplam	225				
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Üst	25	116,78	2	1,481	0,477
	Orta	196	111,76			
	Alt	4	150,38			
	Toplam	225				
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Üst	25	103,40	2	0,616	0,735
	Orta	196	114,18			
	Alt	4	115,25			
	Toplam	225				
Toplam Puan	Üst	25	116,92	2	0,198	0,906
	Orta	196	112,31			
	Alt	4	122,50			
	Toplam	225				

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının sosyo-ekonomik duruma göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre, psikolojik dayanıklılık puanları sosyo-ekonomik düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermemektedir [$\chi^2(2)=0,198$, $p>0,05$]. Diğer bir ifadeyle üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik düzeylerine göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri birbirinden farklı değildir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının sosyo-ekonomik duruma göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testi incelendiğinde; yapısal stil [$\chi^2(2)=0,59$, $p>0,05$],

gelecek algısı [$\chi^2(2)=0,356$, $p>0,05$], aile uyumu [$\chi^2(2)=1,374$, $p>0,05$], kendilik algısı [$\chi^2(2)=0,932$, $p>0,05$], sosyal yeterlilik [$\chi^2(2)=1,481$, $p>0,05$] ve sosyal kaynaklar [$\chi^2(2)=0,616$, $p>0,05$] alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 10: Sosyo-Ekonomik Duruma Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Medyanı, Standart Sapması ve Standart Hatası

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Sosyo-Ekonomik Durum	N	Medyan	SS	SH
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Üst	25	14,647	2,697	0,539
	Orta	196	14,030	3,300	0,236
	Alt	4	14,500	4,041	2,021
	Toplam	225	14,107	3,243	0,216
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Üst	25	15,705	3,577	0,715
	Orta	196	15,362	3,134	0,224
	Alt	4	15,500	4,123	2,062
	Toplam	225	15,403	3,188	0,213
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Üst	25	22,857	5,663	1,133
	Orta	196	22,281	4,716	0,337
	Alt	4	20,000	5,888	2,944
	Toplam	225	22,304	4,837	0,322
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Üst	25	22,532	6,013	1,203
	Orta	196	21,948	4,217	0,301
	Alt	4	23,000	7,165	3,582
	Toplam	225	22,031	4,482	0,299
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Üst	25	22,744	4,475	0,895
	Orta	196	22,319	4,193	0,300
	Alt	4	25,272	5,588	2,794
	Toplam	225	22,419	4,247	0,283
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Üst	25	26,526	5,062	1,012
	Orta	196	27,424	4,761	0,340
	Alt	4	27,500	6,758	3,379
	Toplam	225	27,326	4,813	0,321
Toplam Puan	Üst	25	125,010	20,147	4,029
	Orta	196	123,360	17,971	1,284
	Alt	4	125,770	28,896	14,448
	Toplam	225	123,590	18,335	1,222

Tablo 11: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Kardeş Sayısına Göre Farklaşım Farklaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis Test Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Kardeş Sayısı	N	Sıra Ort.	Sd	χ^2	P	İkili Karşılaştırma
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	0	7	138,64	3	3,536	0,316	-
	1	39	120,18				
	2	67	118,54				
	3 veya Daha Fazla	112	105,58				
	Toplam	225					
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	0	7	117,5	3	2,987	0,394	-
	1	39	102,04				
	2	67	123,18				
	3 veya Daha Fazla	112	110,45				
	Toplam	225					
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	0	7	128,14	3	2,428	0,488	-
	1	39	121,91				
	2	67	116,88				
	3 veya Daha Fazla	112	106,63				
	Toplam	225					
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	0	7	110,93	3	2,032	0,566	-
	1	39	126,47				
	2	67	110,34				
	3 veya Daha Fazla	112	110,03				
	Toplam	225					
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	0	7	110,57	3	7,927	0,048*	2-4 3-4
	1	39	131,22				
	2	67	122,01				
	3 veya Daha Fazla	112	101,42				
	Toplam	225					
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	0	7	137,5	3	3,096	0,377	-
	1	39	114,96				
	2	67	120,45				
	3 veya Daha Fazla	112	106,33				
	Toplam	225					
Toplam Puan	0	7	124,36	3	4,264	0,234	-
	1	39	124,13				
	2	67	120,2				
	3 veya Daha Fazla	112	104,11				
	Toplam	225					

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının kardeş sayısına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre, psikolojik dayanıklılık puanları kardeş sayısına göre anlamlı farklılık göstermemektedir [$\chi^2(3)=4,264$, $p>0,05$]. Diğer

bir ifadeyle üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri birbirinden farklı değildir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının kardeş sayısına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testi incelendiğinde; yapısal stil [$\chi^2(3)=3,536$, $p>0,05$], gelecek algısı [$\chi^2(3)=2,987$, $p>0,05$], aile uyumu [$\chi^2(3)=2,428$, $p>0,05$], kendilik algısı [$\chi^2(3)=2,032$, $p>0,05$] ve sosyal kaynaklar [$\chi^2(3)=3,096$, $p>0,05$] alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Ancak sosyal yeterlilik [$\chi^2(3)=7,927$, $p<0,05$] alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığın neyden kaynaklandığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testine göre, psikolojik dayanıklılık kapsamındaki sosyal yeterlilik boyutunda; 3 veya daha fazla kardeşe sahip olan bireylerin 1 veya 2 kardeşi olanlara göre anlamlı derecede daha düşük puan aldıkları görülmüştür [sırasıyla; $U=1586,5$, $U=3079$, $p<0,05$].

Tablo 12: Kardeş Sayısına Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Medyanı, Standart Sapması ve Standart Hatası

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Kardeş Sayısı	N	Medyan	SS	SH
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	0	7	16	2,812	1,063
	1	39	15	3,043	0,487
	2	67	14	3,489	0,426
	3 veya Daha Fazla	112	13	3,167	0,299
	Toplam	225	14	3,243	0,216
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	0	7	16	4,422	1,671
	1	39	15	2,677	0,429
	2	67	16	2,928	0,358
	3 veya Daha Fazla	112	15	3,407	0,322
	Toplam	225	16	3,188	0,213
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	0	7	24	3,690	1,395
	1	39	23	4,681	0,750
	2	67	23	4,975	0,608
	3 veya Daha Fazla	112	22	4,864	0,460
	Toplam	225	22,07	4,837	0,322
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	0	7	21	5,569	2,105
	1	39	23	3,875	0,621
	2	67	22	4,654	0,569
	3 veya Daha Fazla	112	22	4,522	0,427
	Toplam	225	22	4,482	0,299
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	0	7	22	5,318	2,010
	1	39	24	3,703	0,593
	2	67	22	4,358	0,532
	3 veya Daha Fazla	112	22	4,203	0,397
	Toplam	225	22	4,247	0,283
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	0	7	30	3,782	1,430
	1	39	28	3,889	0,623
	2	67	28	4,904	0,599
	3 veya Daha Fazla	112	27	5,078	0,480
	Toplam	225	28	4,813	0,321
Toplam Puan	0	7	120	22,120	8,361
	1	39	127	15,181	2,431
	2	67	125,92	19,464	2,378
	3 veya Daha Fazla	112	120	18,284	1,728
	Toplam	225	122	18,335	1,222

Tablo 13: Yakın Arkadaş Sayısına Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutları için Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Yakın Arkadaş Sayısı	KT	Sd	KO	F	p
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	16,539	2	8,269	0,785	0,457
	Gruplar İçi	2339	222	10,536		
	Toplam	2355,5	224			
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	57,208	2	28,604	2,861	0,059
	Gruplar İçi	2219,5	222	9,998		
	Toplam	2276,7	224			
Aile Uyumlu Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	18,706	2	9,353	0,398	0,672
	Gruplar İçi	5221,3	222	23,520		
	Toplam	5240	224			
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	49,915	2	24,958	1,245	0,290
	Gruplar İçi	4450,5	222	20,047		
	Toplam	4500,4	224			
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	46,063	2	23,031	1,280	0,280
	Gruplar İçi	3993,7	222	17,990		
	Toplam	4039,8	224			
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Gruplar Arası	72,811	2	36,405	1,579	0,208
	Gruplar İçi	5117	222	23,049		
	Toplam	5189,8	224			
Toplam Puan	Gruplar Arası	1206,2	2	603,078	1,807	0,167
	Gruplar İçi	74095	222	333,763		
	Toplam	75302	224			

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının yakın arkadaş sayısına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Tek Yönlü Varyans analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları yakın arkadaş sayısına göre anlamlı farklılık göstermemektedir [$F_{(2,222)}= 1,807, p=0,167$]. Diğer bir ifadeyle üniversite öğrencilerinin yakın arkadaş sayılarına göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri birbirinden farklı değildir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının yakın arkadaş sayısına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Tek Yönlü Varyans analizi incelendiğinde; yapısal stil [$F_{(2,222)}=0,785, p=0,457$], gelecek algısı [$F_{(2,222)}=2,861, p=0,059$], aile uyumu [$F_{(2,222)}=0,398, p=0,672$], kendilik algısı [$F_{(2,222)}=1,245, p=0,29$], sosyal yeterlilik

[$F_{(2,222)}=1,28, p=0,28$] ve sosyal kaynaklar [$F_{(2,222)}=1,579, p=0,208$] alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 14: Yakın Arkadaş Sayısına Göre Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutlarının Puanları Ortalamaları, Standart Sapması ve Standart Hatası

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Yakın Arkadaş Sayısı	N	Medyan	SS	SH
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	2 den az	13	14,120	4,111	1,140
	2-6 arası	162	14,260	3,164	0,249
	7 ve üstü	50	13,600	3,272	0,463
	Toplam	225	14,110	3,243	0,216
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	2 den az	13	14,990	3,562	0,988
	2-6 arası	162	15,710	3,063	0,241
	7 ve üstü	50	14,512	3,371	0,477
	Toplam	225	15,403	3,188	0,213
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	2 den az	13	21,643	4,571	1,268
	2-6 arası	162	22,481	4,951	0,389
	7 ve üstü	50	21,905	4,572	0,647
	Toplam	225	22,304	4,837	0,322
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	2 den az	13	20,817	4,916	1,363
	2-6 arası	162	22,313	4,350	0,342
	7 ve üstü	50	21,433	4,768	0,674
	Toplam	225	22,031	4,482	0,299
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	2 den az	13	20,616	4,188	1,161
	2-6 arası	162	22,572	4,236	0,333
	7 ve üstü	50	22,393	4,273	0,604
	Toplam	225	22,419	4,247	0,283
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	2 den az	13	25,623	4,973	1,379
	2-6 arası	162	27,649	4,759	0,374
	7 ve üstü	50	26,722	4,896	0,692
	Toplam	225	27,326	4,813	0,321
Toplam Puan	2 den az	13	117,810	21,515	5,967
	2-6 arası	162	124,990	18,000	1,414
	7 ve üstü	50	120,570	18,281	2,585
	Toplam	225	123,590	18,335	1,222

Tablo 15: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Anne Babanın Birliktelik Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Anne Baba Birliktelik Durumu	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Birlikte	212	109,890	23296,500	718,500	0,886
	Ayrı	7	113,360	793,500		
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Birlikte	212	110,580	23442	620	0,457
	Ayrı	7	92,570	648		
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Birlikte	212	110,730	23475	587	0,347
	Ayrı	7	87,860	615		
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Birlikte	212	110,800	23489	573	0,304
	Ayrı	7	85,860	601		
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Birlikte	212	110,170	23357	705	0,822
	Ayrı	7	104,710	733		
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Birlikte	212	110,670	23462	600	0,388
	Ayrı	7	89,710	628		
Toplam Puan	Birlikte	212	110,600	23447,500	614,500	0,439
	Ayrı	7	91,7900	642,500		

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının anne babanın birliktelik durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları anne babası birlikte olan ($\bar{X}=110,6$) ve ayrı olan ($\bar{X}=91,79$) üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($U=614,5$, $z=-0,773$, $p>0,05$). Diğer bir ifadeyle anne babası birlikte veya ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri birbirinden farklı değildir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının anne babalarının birliktelik durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testi incelendiğinde; yapısal stil ($U=718,5$, $z=-0,143$, $p>0,05$), gelecek algısı ($U=620$, $z=-0,744$, $p>0,05$), aile uyumu ($U=587$, $z=-0,941$, $p>0,05$), kendilik algısı ($U=573$, $z=-1,027$, $p>0,05$), sosyal yeterlilik ($U=705$, $z=-$

0,225, $p>0,05$) ve sosyal kaynaklar ($U=600$, $z=-0,863$, $p>0,05$) alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 16: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Anne Baba Yaşamsal Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Anne Baba Yaşamsal Durum	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Ebeveynlerden bir tanesi ölü	13	123,150	1601	1246	0,560
	Ebeveynlerin her ikisi de hayatta	212	112,380	23824		
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Ebeveynlerden bir tanesi ölü	13	122,960	1598,500	1248,500	0,567
	Ebeveynlerin her ikisi de hayatta	212	112,390	23826,500		
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Ebeveynlerden bir tanesi ölü	13	128,380	1669	1178	0,379
	Ebeveynlerin her ikisi de hayatta	212	112,060	23756		
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Ebeveynlerden bir tanesi ölü	13	146,350	1902,500	944,500	0,057
	Ebeveynlerin her ikisi de hayatta	212	110,960	23522,500		
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Ebeveynlerden bir tanesi ölü	13	116,770	1518	1329	0,829
	Ebeveynlerin her ikisi de hayatta	212	112,770	23907		
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Ebeveynlerden bir tanesi ölü	13	119,190	1549,500	1297,500	0,723
	Ebeveynlerin her ikisi de hayatta	212	112,620	23875,500		
Toplam Puan	Ebeveynlerden bir tanesi ölü	13	133,230	1732	1115	0,248
	Ebeveynlerin her ikisi de hayatta	212	111,760	23693		

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının anne baba yaşamsal durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları ebeveynlerden bir tanesi ölü ($\bar{X}=133,23$) ve ebeveynlerden her ikisi de hayatta olan ($\bar{X}=111,76$) üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık

göstermemektedir (U=1115, z=-1,155, p>0,05). Diğer bir ifadeyle, bir ebeveyni ölmüş olan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ebeveynlerinden her ikisi de hayatta olanlara göre farklı değildir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının anne baba yaşamsal durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testi incelendiğinde; yapısal stil (U=1246, z=-0,582, p>0,05), gelecek algısı (U=1248,5, z=-0,572, p>0,05), aile uyumu (U=1178,z=-0,879, p>0,05), kendilik algısı (U=944,5, z=-1,907, p>0,05), sosyal yeterlilik (U=1329,z=-0,216, p>0,05) ve sosyal kaynaklar (U=1297,5, z=-0,354, p>0,05) alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 17: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Ebeveynlerde Ruhsal Rahatsızlığın Durumuna Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Ebeveynlerde Ruhsal Rahatsızlık Durumu	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Var	10	98,650	986,500	931,500	0,474
	Yok	215	113,670	24438,500		
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Var	10	106,550	1065,500	1010,500	0,747
	Yok	215	113,300	24359,500		
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Var	10	52,750	527,500	472,500	0,003*
	Yok	215	115,800	24897,500		
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Var	10	110,050	1100,500	1045,500	0,883
	Yok	215	113,140	24324,500		
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Var	10	105,700	1057	1002	0,716
	Yok	215	113,340	24368		
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Var	10	81,450	814,500	759,500	0,116
	Yok	215	114,470	24610,500		
Toplam Puan	Var	10	74,700	747	692	0,057
	Yok	215	114,780	24678		

*p<0,05

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının ebeveynlerde ruhsal rahatsızlık durumuna göre anlamlı farklılık gösterip

göstermediğini belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları ebeveynlerinde ruhsal rahatsızlık bulunan ($\bar{X}=74,7$) ve bulunmayan ($\bar{X}=114,78$) üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($U=692$, $z=-1,904$, $p>0,05$). Diğer bir ifadeyle ebeveynlerinde ruhsal rahatsızlık bulunan ve bulunmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri birbirinden farklı değildir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının ebeveynlerde ruhsal rahatsızlık durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testi incelendiğinde; yapısal stil ($U=931,5$, $z=-0,717$, $p>0,05$), gelecek algısı ($U=1010,5$, $z=-0,323$, $p>0,05$), kendilik algısı ($U=1045,5$, $z=-0,147$, $p>0,05$), sosyal yeterlilik ($U=1002$, $z=-0,364$, $p>0,05$) ve sosyal kaynaklar ($U=759,5$, $z=-1,572$, $p>0,05$) alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunamazken; aile uyumu ($U=472,5$, $z=-0,299$, $p<0,05$) alt boyutunda ebeveynlerinde ruhsal rahatsızlık bulunan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ebeveynlerinde ruhsal rahatsızlık bulunmayan öğrencilere göre anlamlı derecede daha düşüktür.

Tablo 18: Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Sigara Kullanımı Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Sigara Kullanımı	N	\bar{X}	SS	SHO	t Testi			
						t	Sd	p	□
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Var	59	14,442	3,816	0,497	0,827	85,16	0,41	-
	Yok	166	13,988	3,017	0,234				
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Var	59	15,794	3,494	0,455	1,098	223	0,273	-
	Yok	166	15,263	3,071	0,238				
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Var	59	23,606	4,826	0,628	2,432	223	0,016*	0,16
	Yok	166	21,842	4,770	0,370				
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Var	59	23,467	4,430	0,577	2,912	223	0,004*	0,19
	Yok	166	21,521	4,402	0,342				
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Var	59	23,117	4,066	0,529	1,474	223	0,142	-
	Yok	166	22,171	4,294	0,333				
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Var	59	27,849	4,869	0,634	0,972	223	0,332	-
	Yok	166	27,140	4,794	0,372				
Toplam Puan	Var	59	128,270	19,535	2,543	2,307	223	0,022*	0,15
	Yok	166	121,920	17,652	1,370				

*p<0,05

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının sigara kullanımına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları sigara kullanan ($\bar{X}=128,27$, $SS=19,54$) ve kullanmayan ($\bar{X}=121,92$, $SS=17,65$) üniversite öğrencileri arasında anlamlı farklılık göstermektedir [$t(223)=2,307$; $p<0,05$]. Diğer bir ifadeyle sigara kullanan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri sigara kullanmayan üniversite öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının sigara kullanımına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan t-Test incelendiğinde; yapısal stil [$t(85,16)=0,827$; $p>0,05$], gelecek algısı [$t(223)=1,098$; $p>0,05$], sosyal yeterlilik [$t(223)=1,474$; $p>0,05$] ve sosyal kaynaklar [$t(223)=0,972$;

$p > 0,05$] alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunamazken; aile uyumu [$t(223)=2,432$; $p < 0,05$] ve kendilik algısı [$t(223)=2,912$; $p < 0,05$] alt boyutlarında sigara içen üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri sigara içmeyen öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksektir. Psikolojik dayanıklılık, aile uyumu ve kendilik algısı alt boyutları için η^2 (eta-kare) değeri hesaplanmıştır. Sigara kullanımının psikolojik dayanıklılık ve her iki alt boyut için de düşük etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 19: Psikolojik dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Taciz veya Şiddet Yaşama Durumu Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Taciz veya Şiddet Yaşama	N	\bar{x}	SS	SHO	tTesti			
						t	Sd	p	η^2
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Evet	38	13,910	3,030	0,492	0,407	215	0,684	-
	Hayır	179	14,148	3,306	0,247				
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Evet	38	15,125	3,018	0,490	0,529	215	0,598	-
	Hayır	179	15,429	3,255	0,243				
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Evet	38	21,109	5,473	0,888	1,727	215	0,086	-
	Hayır	179	22,592	4,660	0,348				
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Evet	38	20,857	4,844	0,786	1,993	215	0,047*	0,13
	Hayır	179	22,438	4,350	0,325				
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Evet	38	23,280	4,336	0,703	1,18	215	0,239	-
	Hayır	179	22,383	4,232	0,316				
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Evet	38	26,898	5,100	0,827	0,676	215	0,5	-
	Hayır	179	27,481	4,773	0,357				
Toplam Puan	Evet	38	121,180	18,072	2,932	1,002	215	0,318	-
	Hayır	179	124,470	18,464	1,380				

* $p < 0,05$

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının taciz veya şiddet yaşama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları taciz veya şiddet yaşayan ($\bar{X} = 121,18$, $SS = 18,07$) ve yaşamayan ($\bar{X} = 124,47$, $SS = 18,46$) üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık

göstermemektedir [t(215)=1,002; p>0,05]. Diğer bir ifadeyle taciz veya şiddete uğrayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri taciz veya şiddete uğramayan üniversite öğrencilerine göre farklılaşmamaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının taciz veya şiddet yaşama durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan t-Test incelendiğinde; yapısal stil [t(215)=0,407; p>0,05], gelecek algısı [t(215)=0,529; p>0,05], aile uyumu [t(215)=1,727; p>0,05], sosyal yeterlilik [t(215)=1,18; p>0,05] ve sosyal kaynaklar [t(215)=0,676; p>0,05] alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunamazken; kendilik algısı [t(215)=1,993; p<0,05] alt boyutunda taciz veya şiddet yaşayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri taciz veya şiddet yaşamayan öğrencilere göre anlamlı derecede daha düşüktür. Kendilik algısı alt boyutu için η^2 (eta-kare) değeri hesaplanmıştır. Taciz veya şiddet yaşamamanın, kendilik algısına düşük bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 20: Psikolojik dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Önemli Sağlık Sorunu Yaşama Durumu Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları	Sağlık Sorunu Yaşama	N	\bar{x}	SS	SHO	tTesti			
						t	Sd	p	η^2
Yapısal Stil Alt Boyut Puanı	Evet	34	13,845	3,503	0,601	0,534	219	0,594	-
	Hayır	187	14,167	3,185	0,233				
Gelecek Algısı Alt Boyut Puanı	Evet	34	15,109	3,786	0,649	0,544	219	0,587	-
	Hayır	187	15,433	3,075	0,225				
Aile Uyumu Alt Boyut Puanı	Evet	34	21,474	5,200	0,892	1,128	219	0,261	-
	Hayır	187	22,487	4,750	0,347				
Kendilik Algısı Alt Boyut Puanı	Evet	34	21,490	5,229	0,897	0,885	219	0,377	-
	Hayır	187	22,226	4,309	0,315				
Sosyal Yeterlilik Alt Boyut Puanı	Evet	34	20,823	4,958	0,850	2,504	219	0,013*	0,17
	Hayır	187	22,782	4,046	0,296				
Sosyal Kaynaklar Alt Boyut Puanı	Evet	34	26,255	4,853	0,832	1,497	219	0,136	-
	Hayır	187	27,586	4,757	0,348				
Toplam Puan	Evet	34	118,990	19,500	3,344	1,679	219	0,095	-
	Hayır	187	124,680	17,920	1,310				

*p<0,05

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık toplam puanının önemli sağlık sorunu yaşama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık puanları önemli sağlık sorunu yaşayan ($\bar{X}=118,99$, $SS=19,50$) ve yaşamayan ($\bar{X}=124,68$, $SS=17,92$) üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$t(219)=1,679$; $p>0,05$]. Diğer bir ifadeyle önemli sağlık sorunu yaşayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri önemli sağlık sorunu yaşamayan üniversite öğrencilerine göre farklılaşmamaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının önemli sağlık sorunu yaşama durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan t-Test incelendiğinde; yapısal stil [$t(219)=0,534$; $p>0,05$], gelecek algısı [$t(219)=0,544$; $p>0,05$], aile uyumu [$t(219)=1,128$; $p>0,05$], kendilik algısı [$t(219)=0,885$; $p>0,05$] ve sosyal kaynaklar [$t(219)=1,497$; $p>0,05$] alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunamazken; sosyal yeterlilik [$t(219)=2,504$; $p<0,05$] alt boyutunda önemli sağlık sorunu yaşayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri önemli sağlık sorunu yaşamayan öğrencilere göre anlamlı derecede daha düşüktür. Sağlık sorunu yaşamamanın, sosyal yeterlilik boyutunda düşük bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 21: Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Psikolojik Dayanıklılık ve Alt boyutları Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Psikolojik Dayanıklılık	1	,628**	,726**	,729**	,773**	,722**	,816**	,373**	,332**	,358**	-,399**	,315**
2. Yapısal Stil		1	,495**	,342**	,428**	,328**	,358**	,117	,094	,308**	-,227**	,116
3. Gelecek Algısı			1	,382**	,595**	,386**	,491**	,186**	,150*	,247**	-,388**	,231**
4. Aile Uyumu				1	,409**	,378**	,574**	,229**	,323**	,178**	-,324**	,124
5. Kendilik Algısı					1	,478**	,498**	,361**	,260**	,377**	-,322**	,375**
6. Sosyal Yeterlilik						1	,568**	,401**	,260**	,204**	-,211**	,285**
7. Sosyal Kaynaklar							1	,299**	,304**	,284**	-,298**	,243**
8. Dışadönüklük								1	,628**	,625**	,092	,792**
9. Yumuşak Başlılık									1	,635**	-,035	,684**
10. Sorumluluk										1	,072	,663**
11. Duygusal Dengesizlik											1	,068
12. Deneyime Açıklık												1

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

Psikolojik dayanıklılık değişkeninin beş faktör kişilik boyutları ile ilişkisi incelendiğinde; duygusal dengesizlik ile orta şiddette, negatif ve anlamlı ($r=-0,399$, $p<0,01$), dışa dönüklük ($r=0,373$, $p<0,01$), sorumluluk ($r=0,358$, $p<0,01$), yumuşak başlılık ($r=0,332$, $p<0,01$) ve deneyime açıklık ($r=0,315$, $p<0,01$) ile zayıf şiddette, pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Psikolojik dayanıklılık değişkeninin alt boyutları ile ilişkisi incelendiğinde; sosyal kaynaklar ile çok yüksek, pozitif ve anlamlı ($r=0,816$, $p<0,01$), kendilik algısı ($r=0,773$, $p<0,01$), aile uyumu ($r=0,729$, $p<0,01$), gelecek algısı ($r=0,726$, $p<0,01$), sosyal yeterlilik ($r=0,722$, $p<0,01$) ve yapısal stil ile ($r=0,628$, $p<0,01$) yüksek, pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Psikolojik dayanıklılık alt boyutları ile beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişki incelendiğinde; yapısal stil alt boyutunun sorumluluk ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,308$, $p<0,01$), duygusal dengesizlik ile zayıf, negatif ve anlamlı ($r=-0,227$, $p<0,01$) bir ilişkinin olduğu; dışa dönüklük ($r=0,117$, $p>0,05$), deneyime açıklık ($r=0,116$, $p>0,05$) ve yumuşak başlılık ($r=0,094$, $p>0,05$) ile anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Gelecek algısı alt boyutunun duygusal dengesizlik ile

zayıf, negatif ve anlamlı ($r=-0,388$, $p<0,01$), sorumluluk ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,247$, $p<0,01$), deneyime açıklık ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,231$, $p<0,01$), dışa dönüklük ile çok zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,186$, $p<0,01$), yumuşak başlılık ile çok zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,150$, $p<0,05$) bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Aile uyumu alt boyutunun duygusal dengesizlik ile zayıf, negatif ve anlamlı ($r=-0,324$, $p<0,01$), yumuşak başlılık ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,323$, $p<0,01$), dışa dönüklük ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,229$, $p<0,01$), sorumluluk ile çok zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,178$, $p<0,01$) bir ilişkinin olduğu; deneyime açıklık ile anlamlı bir ilişkinin olmadığı ($r=0,124$, $p>0,05$) görülmüştür. Kendilik algısı alt boyutunda sorumluluk ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,377$, $p<0,01$), deneyime açıklık ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,375$, $p<0,01$), dışadönüklük ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,361$, $p<0,01$), duygusal dengesizlik ile zayıf, negatif ve anlamlı ($r=-0,322$, $p<0,01$), yumuşak başlılık ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,260$, $p<0,01$) bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Sosyal yeterlilik alt boyutunda dışa dönüklük ile orta şiddette, pozitif ve anlamlı ($r=0,401$, $p<0,01$), deneyime açıklık ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,285$, $p<0,01$), yumuşak başlılık ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,260$, $p<0,01$), duygusal dengesizlik ile zayıf, negatif ve anlamlı ($r=-0,211$, $p<0,01$), sorumluluk ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,204$, $p<0,01$) bir ilişki vardır. Sosyal kaynaklar alt boyutunda yumuşak başlılık ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,304$, $p<0,01$), dışa dönüklük ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,299$, $p<0,01$), duygusal dengesizlik ile zayıf, negatif ve anlamlı ($r=-0,298$, $p<0,01$), sorumluluk ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,284$, $p<0,01$), deneyime açıklık ile zayıf, pozitif ve anlamlı ($r=0,243$, $p<0,01$) bir ilişki vardır.

Tablo 22: Psikolojik Dayanıklılığın Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Model 1			Model 2			Model 3		
	B	SH	β	B	SH	β	B	SH	β
Duygusal Dengesizlik	-1,014	0,156	-0,399**	-1,11	0,14	-0,437**	-1,118	0,138	-0,44**
Dışadönüklük				0,759	0,101	0,413**	0,512	0,127	0,279**
Sorumluluk							0,498	0,16	0,215*
R ²		0,159			0,328			0,357	
F		42,152**			55,961**			9,708*	

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

Tablo 22'ye bakıldığında birinci modelden de görüleceği üzere duygusal dengesizlik psikolojik dayanıklılıktaki değişimin %15,9'unu anlamlı düzeyde tek başına açıklayan değişken olarak bulunmuştur [t=6,492, p<0,01, β=-0,399]. İkinci modelde ise duygusal dengesizliğe ek olarak dışa dönüklük %16,9'luk bir katkıyla psikolojik dayanıklılıktaki değişimin %32,8'ini açıklamıştır [sırasıyla; $t_{\text{duygusaldengesizlik}}=7,905$; $t_{\text{dışadönüklük}}=7,481$, p<0,01, $\beta_{\text{duygusaldengesizlik}}=-0,437$, $\beta_{\text{dışadönüklük}}=0,413$]. Üçüncü modelde ise duygusal dengesizlik ve dışa dönüklüğe ek olarak sorumluluk faktörünün de modele %2,9'luk bir katkı yaparak bu üç değişkenin birlikte psikolojik dayanıklılıktaki değişimin %35,7'sini anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür [sırasıyla; $t_{\text{duygusaldengesizlik}}=8,114$; $t_{\text{dışadönüklük}}=4,027$; $t_{\text{sorumluluk}}=3,116$, p<0,01, $\beta_{\text{duygusaldengesizlik}}=-0,440$, $\beta_{\text{dışadönüklük}}=0,279$, $\beta_{\text{sorumluluk}}=0,215$]. Deneyime açıklık ve yumuşak başlılık faktörlerinin psikolojik dayanıklılığı anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür.

Bir diğer ifadeyle duygusal dengesizlik puanlarındaki bir standart sapmalık azalma psikolojik dayanıklılık puanlarında 0,44 standart sapmalık artış meydana getirmektedir. Dışa dönüklük puanlarındaki bir standart sapmalık artış psikolojik dayanıklılık puanlarında 0,28 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Sorumluluk puanlarındaki bir standart sapmalık artış ise psikolojik dayanıklılık puanlarında 0,22 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Görüldüğü üzere

dışa dönüklük ve sorumluluk faktörlerindeki artışın yanı sıra duygusal dengesizlik puanlarındaki azalma, psikolojik dayanıklılığın pozitif yöndeki artışını anlamlı düzeyde açıklayabilmektedir.

Tablo 23: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Sosyal Kaynakların Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenle r	Model 1			Model 2			Model 3		
	B	SH	β	B	SH	β	B	SH	β
Yumuşak Başlılık	0,15 2	0,032	0,304* *	0,147	0,031	0,294**	0,07 2	0,039	0,144
Duygusal Dengesizlik				- 0,192	0,041	- 0,287**	-0,21	0,04	- 0,315**
Dışa Dönüklük							0,11 4	0,037	0,237**
R ²		0,093			0,175			0,208	
F		22,741* *			22,204* *			9,332* *	

**p<0,01

Tablo 23'e bakıldığında birinci modelden de görüleceği üzere yumuşak başlılık, sosyal kaynaklar alt boyutundaki değişimin %9,3'ünü anlamlı düzeyde tek başına açıklayan değişken olarak bulunmuştur [$t=4,769$, $p<0,01$, $\beta=0,304$]. İkinci modelde ise yumuşak başlılık faktörüne ek olarak duygusal dengesizlik %8,2'lik bir katkıyla sosyal kaynaklardaki değişimin %17,5'ini açıklamıştır [sırasıyla; $t_{\text{yumuşakbaşlılık}}=4,821$; $t_{\text{duygusaldengesizlik}}=4,712$, $p<0,01$, $\beta_{\text{yumuşakbaşlılık}}=0,294$, $\beta_{\text{duygusaldengesizlik}}=-0,287$]. Üçüncü modelde ise yumuşak başlılık ve duygusal dengesizliğe ek olarak dışa dönüklük faktörünün de modele %3,3'lük bir katkı yaparak, sosyal kaynaklardaki değişimin %20,8'ini anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür [sırasıyla; $t_{\text{yumuşakbaşlılık}}=1,859$; $t_{\text{duygusaldengesizlik}}=5,196$; $t_{\text{dışadönüklük}}=3,055$, $p>0,01$, $p<0,01$, $p<0,01$, $\beta_{\text{yumuşakbaşlılık}}=0,144$, $\beta_{\text{duygusaldengesizlik}}=-0,315$, $\beta_{\text{dışadönüklük}}=0,237$]. Ancak, her yeni eklenen bağımsız değişken modeldeki diğer değişkenlerin etkisini değiştirir ve anlamlılıkların değişmesi yeni değişkenler dahil edildiğinde mümkündür. Üçüncü modelde yumuşak başlılık ve duygusal dengesizlik değişkenlerine dışa dönüklük faktörü eklendiği zaman; yumuşak başlılık değişkeninin anlamlı derecede yordamadığı görülmüştür. Yumuşak başlılık ile dışa

dönüklük arasındaki yüksek ilişkidten dolayı anlamlılığın dışa dönüklüğe kayması ve yumuşak başlılığın artık anlamlı olmaması mümkündür.

Bir diğer ifadeyle yumuşak başlılık puanlarındaki bir standart sapmalık artış sosyal kaynaklar alt boyutunda 0,14 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Duygusal dengesizlik puanlarındaki bir standart sapmalık azalma ise sosyal kaynaklar alt boyutunda 0,32 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Dışa dönüklük puanlarındaki bir standart sapmalık artış sosyal kaynaklar alt boyutunda 0,24 standart sapmalık artış meydana getirmektedir. Görüldüğü üzere yumuşak başlılık ve dışa dönüklük faktörlerindeki artışın yanı sıra duygusal dengesizlik puanlarındaki azalma, sosyal kaynaklar boyutunun pozitif yöndeki artışını anlamlı düzeyde açıklayabilmektedir.

Tablo 24: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Kendilik Algısının Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenle r	Model 1			Model 2			Model 3		
	B	SH	β	B	SH	β	B	SH	β
Sorumluluk	0,21 3	0,035	0,377* *	0,228	0,033	0,402**	0,146	0,041	0,258**
Duygusal Dengesizlik				0,218	0,036	0,351**	0,225	0,035	0,362**
Dışa Dönüklük							0,104	0,032	0,233**
R ²	0,142			0,265			0,298		
F	37,015* *			36,905* *			10,357* *		

**p<0,01

Tablo 24'e bakıldığında birinci modelden de görüleceği üzere sorumluluk kendilik algısı alt boyutundaki değişimin %14,2'sini anlamlı düzeyde tek başına açıklayan değişken olarak bulunmuştur [t=6,084, p<0,01, β=0,377]. İkinci modelde ise sorumluluk faktörüne ek olarak duygusal dengesizlik %12,3'lük bir katkıyla kendilik algısındaki değişimin %26,5'ini açıklamıştır [sırasıyla; t_{sorumluluk}=6,974; t_{duygusaldengesizlik}=6,075, p<0,01, β_{sorumluluk}=0,402, β_{duygusaldengesizlik}=-0,351]. Üçüncü modelde ise sorumluluk ve duygusal dengesizliğe ek olarak dışa dönüklük faktörünün de modele %3,3'lük bir katkı yaparak bu üç değişkenin birlikte kendilik

algısındaki değişimin %29,8'ini anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür [sırasıyla; $t_{\text{sorumluluk}}=3,567$; $t_{\text{duygusaldengesizlik}}=6,385$; $t_{\text{dışadönüklük}}=3,218$, $p<0,01$, $\beta_{\text{sorumluluk}}=0,258$, $\beta_{\text{duygusaldengesizlik}}=-0,362$, $\beta_{\text{dışadönüklük}}=0,233$].

Bir diğer ifadeyle sorumluluk puanlarındaki bir standart sapmalık artış kendilik algısı alt boyutunda 0,26 standart sapmalık artış meydana getirmektedir. Duygusal dengesizlik puanlarındaki bir standart sapmalık azalma kendilik algısı alt boyutunda 0,36 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Dışa dönüklük puanlarındaki bir standart sapmalık artış ise kendilik algısı alt boyutunda 0,23 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Görüldüğü üzere sorumluluk ve dışa dönüklük faktörlerindeki artışın yanı sıra; duygusal dengesizlik puanlarındaki azalma, kendilik algısı boyutunun pozitif yöndeki artışını anlamlı düzeyde açıklayabilmektedir.

Tablo 25: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Aile Uyumu Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Model 1			Model 2		
	B	SH	β	B	SH	β
Duygusal Dengesizlik	-0,217	0,043	-0,324**	-0,21	0,04	-0,313**
Yumuşak Başlılık				0,157	0,03	0,312**
R ²		0,105			0,202	
F		26,09**			27,027**	

**p<0,01

Tablo 25'e bakıldığında birinci modelden de görüleceği üzere duygusal dengesizlik aile uyumu alt boyutundaki değişimin %10,5'ini anlamlı düzeyde tek başına açıklayan değişken olarak bulunmuştur [$t=5,108$, $p<0,01$, $\beta=-0,324$]. İkinci modelde ise duygusal dengesizlik faktörüne ek olarak yumuşak başlılık %9,7'lik bir katkıyla aile uyumundaki değişimin %20,2'sini açıklamıştır [sırasıyla; $t_{\text{duygusaldengesizlik}}=5,210$; $t_{\text{yumuşakbaşlılık}}=5,199$, $p<0,01$, $\beta_{\text{duygusaldengesizlik}}=-0,313$, $\beta_{\text{yumuşakbaşlılık}}=0,312$].

Bir diğerk ifadeyle duygusal dengesizlik puanlarındaki bir standart sapmalık azalma aile uyumu alt boyutunda 0,31 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Yumuşak başlılık puanlarındaki bir standart sapmalık artış aile uyumu alt boyutunda 0,31 standart sapmalık artış meydana getirmektedir. Görüldüğü üzere yumuşak başlılık faktörlerindeki artışın yanı sıra duygusal dengesizlik puanlarındaki azalma, aile uyumu boyutunun pozitif yöndeki artışını anlamlı düzeyde açıklayabilmektedir.

Tablo 26: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Gelecek Algısı Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Model 1			Model 2		
	B	SH	β	B	SH	β
Duygusal Dengesizlik	-0,172	0,027	-0,388**	-0,18	0,026	-0,408**
Sorumluluk				0,111	0,024	0,276**
R ²		0,151			0,227	
F		39,573**			21,819**	

**p<0,01

Tablo 26'ya bakıldığında birinci modelden de görüleceği üzere duygusal dengesizlik gelecek algısı alt boyutundaki değişimin %15,1'ini anlamlı düzeyde tek başına açıklayan değişken olarak bulunmuştur [t=6,291, p<0,01, β=-0,388]. İkinci modelde ise duygusal dengesizlik faktörüne ek olarak sorumluluk %7,6'lık bir katkıyla gelecek algısındaki değişimin %22,7'sini açıklamıştır [sırasıyla; t_{duygusaldengesizlik}=6,896; t_{sorumluluk}=4,671, p<0,01, β_{duygusaldengesizlik}=-0,408, β_{sorumluluk}=0,276].

Bir diğerk ifadeyle duygusal dengesizlik puanlarındaki bir standart sapmalık azalma gelecek algısı alt boyutunda 0,41 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Sorumluluk puanlarındaki bir standart sapmalık artış gelecek algısı alt boyutunda 0,28 standart sapmalık artış meydana getirmektedir. Görüldüğü üzere duygusal dengesizlik puanlarındaki azalmanın yanı sıra sorumluluk faktörlerindeki

artış, aile uyumu boyutunun pozitif yöndeki artışını anlamlı düzeyde açıklayabilmektedir.

Tablo 27: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Sosyal Yeterlilik Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Model 1			Model 2		
	B	SH	β	B	SH	β
Dışa Dönüklük	0,171	0,026	0,401**	0,18	0,025	0,424**
Duygusal Dengesizlik				-0,147	0,035	-0,25**
R ²		0,161			0,223	
F		42,816**			17,673**	

**p<0,01

Tablo 27'ye bakıldığında birinci modelden de görüleceği üzere dışa dönüklük sosyal yeterlilik alt boyutundaki değişimin %16,1'ini anlamlı düzeyde tek başına açıklayan değişken olarak bulunmuştur [$t=6,543$, $p<0,01$, $\beta=0,401$]. İkinci modelde ise dışa dönüklük faktörüne ek olarak duygusal dengesizlik %6,2'lik bir katkıyla sosyal kaynaklardaki değişimin %22,3'ünü açıklamıştır [sırasıyla; $t_{\text{dışadönüklük}}=7,141$; $t_{\text{duygusaldengesizlik}}=4,204$, $p<0,01$, $\beta_{\text{dışadönüklük}}=0,424$, $\beta_{\text{duygusaldengesizlik}}=-0,250$].

Bir diğer ifadeyle dışa dönüklük puanlarındaki bir standart sapmalık artış sosyal yeterlilik alt boyutunda 0,42 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Duygusal dengesizlik puanlarındaki bir standart sapmalık azalma sosyal yeterlilik alt boyutunda 0,25 standart sapmalık artış meydana getirmektedir. Görüldüğü üzere dışa dönüklük faktöründeki artışın yanı sıra duygusal dengesizlik puanlarındaki azalma, sosyal yeterlilik boyutunun pozitif yöndeki artışını anlamlı düzeyde açıklayabilmektedir.

Tablo 28: Psikolojik Dayanıklılık Alt Boyutlarından Yapısal Stil Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Model 1			Model 2		
	B	SH	β	B	SH	β
Sorumluluk	0,126	0,026	0,308**	0,133	0,025	0,326**
Duygusal Dengesizlik				-0,113	0,028	-0,25**
R ²		0,095			0,157	
F		23,298**			16,437**	

**p<0,01

Tablo 28'e bakıldığında birinci modelden de görüleceği üzere sorumluluk yapısal stil alt boyutundaki değişimin %9,5'ini anlamlı düzeyde tek başına açıklayan değişken olarak bulunmuştur [$t=4,827$, $p<0,01$, $\beta=0,308$]. İkinci modelde ise sorumluluk faktörüne ek olarak duygusal dengesizlik %6,2'lik bir katkıyla yapısal stildeki değişimin %15,7'sini açıklamıştır [sırasıyla; $t_{\text{sorumluluk}}=5,269$; $t_{\text{duygusaldengesizlik}}=4,054$, $p<0,01$, $\beta_{\text{sorumluluk}}=0,326$, $\beta_{\text{duygusaldengesizlik}}=-0,250$].

Bir diğer ifadeyle sorumluluk puanlarındaki bir standart sapmalık artış yapısal stil alt boyutunda 0,33 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Duygusal dengesizlik puanlarındaki bir standart sapmalık azalma yapısal stil alt boyutunda 0,25 standart sapmalık artış meydana getirmektedir. Görüldüğü üzere sorumluluk faktöründeki artışın yanı sıra duygusal dengesizlik puanlarındaki azalma, yapısal stil boyutunun pozitif yöndeki artışını anlamlı düzeyde açıklayabilmektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. TARTIŞMA

Bu bölümde elde edilen verilerin analizi sonucunda ortaya çıkan bulguların, araştırmanın problem ve alt problem sırasına uygun olarak tartışılmasına yer verilmiştir.

5.1. Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarının Sosyo-Demografik Özellikler ile İlgili Bulguların Tartışılması

Bu bölümde, araştırma örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyet, anne eğitim durumu, sosyo-ekonomik durum, kardeş sayısı, yakın arkadaş sayısı, anne baba birliktelik durumu, anne baba yaşamsal durum, ebeveynlerdeki ruhsal rahatsızlık durumu, sigara kullanımı, taciz veya şiddet yaşama ve önemli sağlık sorunu yaşama gibi değişkenler açısından farklılık oluşturup oluşturmadığına ilişkin bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır. Tartışma ve yorumlar bulgular bölümündeki sıraya uygun olarak yapılmıştır.

Bu çalışmanın sonuçlarına göre, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve alt boyutlarının cinsiyete göre değişmediği bulunmuştur. Bu bulgu psikolojik dayanıklılığın cinsiyete göre farklılaşmadığını gösteren birçok çalışma ile benzerlik göstermektedir. Terzi (2008)'nin üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, cinsiyetin psikolojik dayanıklılık üzerinde herhangi bir farklılık oluşturmadığı belirtilmektedir. Yine üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyete göre farklılık oluşturmadığı belirtilmektedir (Özer, 2013; Serbest, 2010; Gürkan, 2014). Aynı zamanda farklı yaş grupları ile yapılan bazı çalışmalarda da cinsiyetin psikolojik dayanıklılık üzerinde farklılık oluşturmadığı yönündedir. Rew, Taylor-Seehafer, Thomas, Yockey (2001) tarafından 15-22 yaş evsiz ergenler ile yapılan çalışmada,

cinsiyetin evsiz ergenlerin psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı bir farklılığı bulunmamaktadır. Altundağ (2013)'ın anne babası boşanmış ergenler ile olan çalışmasında da cinsiyetin psikolojik dayanıklılık üzerinde farklılık göstermediği ortaya konmaktadır. Araştırma sonucuyla farklılık gösteren çalışmalar da mevcuttur. Örneğin; Werner (2005) tarafından Kauai'de yapılan boylamsal çalışmada kadınların erkeklerden daha dayanıklı ve zorluklarla baş etmede daha iyi oldukları belirtilmektedir. Güngörmüş, Okanlı ve Kocaoğlu (2015)'nin üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmasında da kız öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının erkeklerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Açıkgöz (2016)'ün üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada cinsiyete göre erkeklerin kadınlardan daha dayanıklı oldukları ortaya çıkmaktadır. Erdoğan, Özdoğan ve Erdoğan (2015)'in üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada erkeklerin kadınlardan daha dayanıklı oldukları gösterilmektedir. Aynı şekilde erkeklerin kadınlardan daha dayanıklı olduğunu belirten çalışmalar mevcuttur (Campbell-Sills, Forde ve Stein, 2009; Lee, Shen ve Tran, 2008). Görüldüğü üzere psikolojik dayanıklılığa ilişkin cinsiyet farklılığını inceleyen çalışmalarda birbiriyle çelişkili sonuçların ortaya çıktığı görülmüştür.

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve alt boyutlarının anne ve baba eğitim durumuna göre değişmediği bulunmuştur. Açıkgöz (2016)'ün üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada anne baba eğitim düzeyine göre ergenlerin psikolojik dayanıklılıklarının farklılaşmadığı belirtilmektedir. Aynı zaman da farklı yaş grupları ile Toprak (2014)'in yaptığı çalışmasında da benzer sonuçlar görülmektedir. Thompson, Corsello, McReynolds ve Conklin-Powers (2013) tarafından yapılan çalışmada da anne eğitim düzeyinin gençlerin psikolojik dayanıklılık düzeyini farklılaştırmadığını göstermektedir. Alan yazına bakıldığında anne eğitim düzeyinin düşük oluşu risk faktörü olarak belirtilmektedir (Sameroff, Gutman ve Peck, 2003a; Luthar ve Sexton, 2007). Eğitim düzeyi yüksek bir annenin var olması, psikolojik dayanıklılık açısından koruyucu faktör olarak görev yapmaktadır (Desforges ve Abouchaar, 2003). Ancak, Yılmaz-Irmak (2011)'in fiziksel istismara uğramış ergenlerde yaptığı çalışmaya göre ise, anne baba eğitim düzeyine göre psikolojik dayanıklılığın farklı sonuçlar ortaya koyduğunu göstermektedir. Fiziksel istismara uğramış dayanıklı ve dayanıklı

olmayan ergenleri belirlemek için risk alma davranışları, ruhsal sağlık belirtileri ve hem risk alma davranışı hem de ruhsal sağlık belirtileri olarak 3 gruba ayıran Yılmaz ve Irmak'ın bulgularına göre; risk alma davranışında bulunan ergen grubunda anne-babanın eğitim düzeyi arttıkça bireylerin risk alma davranışında da artış, yani psikolojik dayanıklılık düzeylerinde azalma olduğu belirtilmektedir. Anne-babaların eğitim düzeyi yüksek olduğunda ergenlerin dayanıklı olma oranı daha düşük olmaktadır. Araştırmacılar bu sonucun doğmasında, yüksek eğitilmiş annelerin ergenlere özgürlük, seçim ve hata yapma hakkı gibi tutumlarda bulunmalarının, ergenlerin çok fazla risk almalarına sebep olduğuna bağlamaktadırlar. Bahadır (2009)'ın çalışmasına göre de anne eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri, anne eğitim düzeyi düşük olanlara göre daha düşük çıktığı görülmektedir.

Sosyo-ekonomik duruma göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve alt boyutlarının değişmediği bulunmuştur. Bu çalışmadaki bulguyu destekleyen çalışmalar da mevcuttur. Açıkgöz (2016) ve Bahadır (2009)'ın yaptığı çalışmalarda psikolojik dayanıklılık sosyo-ekonomik duruma göre farklılaşmamaktadır. Kuramsal açıdan bakıldığında, düşük sosyo-ekonomik düzey bireylerin ruh sağlığı açısından bir risk faktörü olarak görülmektedir (Cichetti ve Rogosch, 1997; Buckner, Mezzacappa ve Beardslee, 2003). Gizir (2007), ise yüksek sosyo-ekonomik düzeyin koruyucu bir faktör olduğunu söylemektedir. Güngörmüş, Okanlı ve Kocabaşoğlu (2015)'nin üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek çıktığı belirtilmektedir. Lee ve ark. (2009)'nın çalışmasına göre de yüksek gelire sahip bireylerin daha dayanıklı oldukları belirtilmektedir. Ancak, önemli olan bireyin düşük sosyo-ekonomik durumu nasıl algıladığıdır. Çünkü kişi bu durumu stres yapar ve baş edilemez güç bir durum olarak nitelendirirse yaşadığı psikolojik sıkıntı çok fazla olacaktır, ama bu durumu üstesinden gelinebilir olarak algılıyorsa ona uyum sağlayarak veya etkili baş etme yöntemleri kullanarak daha az psikolojik sıkıntı çekerler. Bu çalışmada psikolojik dayanıklılığın sosyo-ekonomik duruma göre farklılaşmaması bu durumdan kaynaklanıyor olabilir.

Bu çalışmanın sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin kardeş sayısına göre psikolojik dayanıklılık düzeyi ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından yapısal stil, gelecek algısı, aile uyumu, kendilik algısı, sosyal kaynaklar değişkenleri bakımından farklılık göstermediği bulunmuştur. Ancak sadece psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından sosyal yeterlilik boyutunda farklılık olduğu bulunmuştur.3 veya daha fazla kardeşe sahip olanların 1 veya 2 kardeşi olanlara göre daha düşük puan aldıkları görülmüştür. Literatüre bakıldığında, 3 veya daha fazla kardeşe sahip olma psikolojik dayanıklılık açısından bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir (Luthar, 1991). Buna göre bu çalışma kısmen de olsa literatürdeki bu bilgiyi destekler niteliktedir. Ancak ülkemizde yapılan çalışmalarda bulgular, böyle bir risk faktöründen bahsetmemektedir. Bu çalışmaların daha çok yurt dışında yapılmış olması ve kültürel farkların kardeş sayısı ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiden kaynaklandığı söylenebilir. Bahadır (2009)'ın üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada psikolojik dayanıklılık düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılaşmadığı görülmektedir. Gündaş (2013)'ın lise öğrencileri ile olan çalışmada da kardeş sayısının bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde bir farklılığa yol açmadığı görülmektedir. Altundağ (2013)'ın risk altındaki bir grup ergenler ile yaptığı çalışmada kardeş sayısının psikolojik dayanıklılığı farklılaştırmadığı görülmektedir. Aynı şekilde Esen-Aktay (2010)'ın risk grubu ile yaptığı çalışmada kardeş sayısının psikolojik dayanıklılığı farklılaşmadığı ortaya konmaktadır.

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin yakın arkadaş sayısına göre psikolojik dayanıklılık düzeyi ve alt boyutlarında farklılık göstermediği bulunmuştur. Yapılan diğer çalışmalara bakıldığında Altundağ (2013)'ın ergenlerle yaptığı çalışmada da psikolojik dayanıklılığın yakın arkadaş sayısına göre farklılaşmadığı görülmektedir. Ancak alan yazına bakıldığında sosyal desteğin varlığı bireylerin psikolojik dayanıklılığını yordadığını belirtmektedir (Malkoç ve Yalçın, 2015). Akran desteğinin var oluşu bireylerin olumsuz durumlarla karşılaştıkları zaman çabucak toparlanmalarını sağlamakla birlikte kişinin psikolojik dayanıklılık düzeylerini arttırdığı görülmektedir (Hsieh, Chang ve Wang, 2017; Yu, Peng, Chen, Long, He, Li ve Wang, 2014; Zhang, Yan, Barriball, While ve Liu, 2015). Bu çalışmada yakın

arkadaş sayısı fazla olan bireylerin, az sayıda yakın arkadaşı olanlara göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olmamasının nedeni olarak, bireylerin sayıca az ama nitelikli arkadaşlıklar kurmasından ve sosyal desteği, az sayıda olan arkadaşları tarafından karşıladığı düşünülebilir.

Bu çalışmanın sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve alt boyutlarının anne babanın birlikte olup olmamasına göre farklılaşmadığı görülmektedir. Kuramsal açıdan bakıldığında anne babası ayrı yaşayan bireylerin psikolojik dayanıklılık açısından risk grubunda oldukları belirtilmektedir (Masten ve Sesma, 1999). Werner (2005)'in Kauai de yaptığı çalışmasında, anne babası ayrı olan ve farklı risk grubunda olan bireylerin 3 de 2'sinde, ileriki yaşlarda davranış problemleri görüldüğü ve suça bulaşma oranlarının yüksek olduğu belirtilmektedir. Ancak Açıköz (2016)'ün üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, anne babanın birliktelik durumunun kişilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini değiştirmedeği görülmektedir. Aynı şekilde Bahadır (2009)'ın üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmasında da anne babanın birlikte olma durumuna göre öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin farklılaşmadığı görülmektedir. Bu bulgu bu çalışmadaki sonucu destekler niteliktedir.

Üniversite öğrencilerinin anne babalarının sağ olup olmamasına göre, psikolojik dayanıklılık düzeylerinde ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Alan yazına bakıldığında, Masten ve Coasworth (1998), aile bağları kuvvetli olan ve ebeveynleri ile sıcak ilişkileri bulunan bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Aynı şekilde aile üyelerinden biri ile iyi ilişkiler kuran, arkalarında aile desteği olduğunu bilen çocukların daha dayanıklı oldukları belirtilmektedir (Howard ve Johnson, 2000). Ancak, anne veya babası hayatta olmayan bireylerin, ebeveynlerinden her ikisi de hayatta olan bireylere göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşmıyor olması beklenmeyen bir sonuç olarak ortaya çıkmıştır. Bazı çalışmalara göre de bireylerdeki psikolojik dayanıklılığın, anne babanın yaşamsal durumuna göre değişmediği belirtilmektedir. Gökçen (2015)'in madde kullanan ve kullanmayan üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmasında, anne baba sağ olma durumuna göre psikolojik dayanıklılık farklılaşmamaktadır. Aynı şekilde

Parlak (2014)'ın yurttan kalan kız öğrencileri ile yaptığı çalışmada, anne ve babanın sağ oluşu bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini farklılaştırmamaktadır. Bahadır (2009)'ın çalışmasına göre ise, annesi hayatta olmayan bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının annesi hayatta olanlara göre daha yüksek çıktığı, babanın hayatta olup olmasına göre ise bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının farklılaşmadığı görülmektedir.

Ebeveynlerinde ruhsal rahatsızlık bulunma durumuna göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyi ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından yapısal stil, gelecek algısı, kendilik algısı, sosyal yeterlilik ve sosyal kaynaklar değişkenleri bakımından farklılık göstermediği bulunmuştur. Ancak sadece psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aile uyumu boyutunda farklılık olduğu bulunmuştur. Literatüre bakıldığında ailesinde ruhsal rahatsızlık bulunan bir ortamda büyüyen çocukların risk altında olduğu ve bu çocukların ileriki yaşamında uyum ve yeterliliklerini etkilediği belirtilmektedir (Sameroff, Gutman ve Peck, 2003b; Luthar ve Sexton, 2007). Slominski (2010)'nin çalışmasına bakıldığında ise alan yazına uygun sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Gürkan (2006)'a göre bireylerin psikolojik dayanıklılıklarında koruyucu faktörlerin büyük bir önemi vardır. Çocuğun büyüdüğü ortamdaki aile desteğinin var olması ve ebeveynlerden biri ile de olsa sıcak ilişkiler içinde bulunabilmesi, ileride kişilerin zorluklar ile karşılaştıklarında bu desteğin bireyler üzerinde önemli bir koruyucu faktör olarak görev yaptığı bilinmektedir (Benard, 1991). Ailesinde ruhsal rahatsızlık bulunan bireylerin toplam psikolojik dayanıklılıklarının farklılaşmaması literatürle çeliştiğini gösterse de psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından olan aile uyumu boyutunda ailesinde ruhsal rahatsızlık bulunmayan bireylerin puanlarının bulunanlara göre daha yüksek oluşu literatürle uyumlu olduğunu gösteren bir bulgu olmuştur. Ancak tek başına aile uyumu boyutunda oluşan bu farklılığın, bireylerdeki toplam psikolojik dayanıklılığın ebeveynlerinde ruhsal rahatsızlık bulunma durumuna göre farklılaşmasına yetmemiştir.

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin sigara kullanım durumlarına göre psikolojik dayanıklılık düzeyi ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından aile uyumu ve kendilik algısı boyutlarında farklılaştığı görülmektedir. Sigara kullanan bireylerin

puanları kullanmayan bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek çıkmıştır. Literatüre bakıldığında bireylerde sigara ve alkol kullanımı gibi risk alma davranışı arttıkça kişilerin psikolojik dayanıklılıklarının düşeceği belirtilmektedir (Yılmaz ve Irmak, 2011). Yapılan bir araştırmaya göre psikolojik dayanıklı bireylerin dayanıklı olmayanlara göre sigara kullanımları daha azdır (Bonanno, Galea, Bucciarelli ve Vlahov, 2007). Bu çalışmadan ortaya çıkan bulguların bu bilgilerle çeliştiği görülmüştür. Sigara kullanan bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek oluşunun nedeni olarak zorlu durumlar ile karşılaşıldığında bu sıkıntıların üstesinden olumsuz baş etme stratejilerini kullanarak geldikleri düşünülebilir (Faigin ve Pargament, 2011). Atak (2011)'in yetişkinliğe geçiş yıllarındaki sigara kullanımının yaşam doyumu ve öznel iyi oluş ile ilişkisini araştırdığı çalışmasında, sigara içme ile bireyin kendini tanımlarken kullandığı özellikler arasında negatif bir ilişki olduğu belirtilmektedir. Yani kişinin kendine yönelik düşüncelerinin iyi olması, sigara kullanımının da o kadar az olacağını göstermektedir. Ancak bu çalışmada sigara kullanan bireylerin kendilik algılarının daha yüksek çıkması şaşırtıcı bir sonuç olarak ortaya çıkmıştır. Ancak Braverman (1999)'ün çalışmasına göre bireylerin sigara kullanımını çekici hale getiren ve başlatan 3 işaretten birinin sigarayı kullanan bireylerin daha dik duruşlu, diğerlerinden bağımsız, yetişkin bir birey olarak algılanması olarak gösterilmektedir. Sigara kullanan bireylerin kendilik algılarının daha yüksek çıkması da kişilerin benlik saygılarının ve kendilerine olan güvenlerinin yüksek olması ve kişilik özelliği olarak sağlam duruşlu olmalarına bağlanabilir. Yapılan çalışmalarda aileden görülen desteğin bireylerde sigara kullanımı açısından koruyucu bir faktör olarak görev yaptığı bilinmektedir (Wills, Vaccaro ve McNamara, 1992; Wills, Resko, Anette ve Mendoza, 2004). Aynı zamanda bireylerin sigara kullanımı açısından aile uyumunun koruyucu rol üstlendiği belirtilmektedir (McCubbin ve ark., 1998; Aktaran: Austin, 2004). Ancak Von Ah, Ebert, Ngamvitroj, Park ve Kang (2005) tarafından üniversite öğrencilerinin sigaraya başlama ve kullanmaya neden olan faktörleri incelediği araştırmada, sigara kullanımının bireylerin ailesinden destek görme durumuna göre farklılık oluşturmadığı belirtilmektedir. Bu çalışmada ise, sigara kullanan bireylerin aile uyum düzeylerinin daha yüksek çıkması beklenmeyen bir bulgu olarak ortaya çıkmıştır. Bu kişilerin ailesinden daha çok ilgi ve desteği alması ve ailesi ile olan hayata bakış

açılarının daha uyumlu olması bu boyutta daha yüksek puan almalarına neden olmuş olabilir.

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin 12 yaşından önce yaşanan taciz veya şiddet durumuna göre psikolojik dayanıklılık düzeyi ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından yapısal stil, gelecek algısı, aile uyumu, sosyal yeterlilik ve sosyal kaynaklar alt boyutlarında farklılaşmadığı görülmüştür. Yalnızca psikolojik dayanıklılık alt boyutu olan kendilik algısı boyutunda anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Ancak tek başına bir boyutta ortaya çıkan bu farklılığın bireylerdeki toplam psikolojik dayanıklılığın taciz veya şiddet yaşama durumuna göre farklılaşmasına yetmemiştir. Toplam psikolojik dayanıklılık için farklılığın oluşmaması beklenmeyen bir sonuç olarak ortaya çıkmıştır. Farklı gruplarla yapılan bir çalışmada başından önemli ve stres oluşturan yaşam olayları geçiren ergenlerin psikolojik dayanıklılıklarının daha düşük olduğu belirtilmektedir (Turgut, 2015). Akademisyenler ile yapılan çalışmada işyerinde ‘mobbing’e (psikolojik şiddet) maruz kalan bireylerin risk grubunda oldukları belirtilmektedir. Kimisi bu durumun üstesinden gelerek daha dayanıklı olurken, kimisinin bu durumla başa çıkamadığı için psikolojik dayanıklılığında azalma görülmektedir (Kayacı, 2014). Hayatı tehdit eden, şiddet içeren, stresli ve travmatik olaylar yaşayan bireylerin psikolojik dayanıklılık anlamında risk grubunda oldukları belirtilmektedir (Bonanno, 2004). Kendilik algısı bireyin kendisine dair düşüncelerini içermektedir (Friborg ve ark., 2005). Kişinin kendini nasıl tanımladığı ve kendine yakıştırdığı sıfatlar onun kendilik algısını oluşturur. Bu algının oluşması ve kendine güvenin ortaya çıkması ilk çocukluk yıllarında kendini gösterir. Çocukluk yıllarındaki anne babanın tutumu ve yaşanan olaylar bireylerin ileriki yaşlarında kendilerine olan algılarını ve tutumlarını etkiler. Bu hissiyatla kişinin kendine dair düşünceleri ve değerlendirmesi özgüveninin oluşmasına zemin hazırlar (Boğaziçi Üniversitesi Öğrenci Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi, t.b.). Olumsuz ve stresli olaylar yaşayan bireylerde kendine olan güveninin zedelenebileceği belirtilmektedir (David, Ceschi, Billieux ve Van derLinden, 2008). Yani hayatlarında stres oluşturan ve olumsuz bir durumla karşılaşan bireylerin kendine olan güvenlerinin düşmesi kendilik algılarının da etkilenmesine yol açacaktır. Bu sebeple taciz veya şiddet içeren olaylar yaşayan

üniversite öğrencilerinin kendilik algılarının bu tür olaylar yaşamamış öğrencilere göre daha düşük çıkması beklenen bir sonuç olarak görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin sağlık durumlarına göre, psikolojik dayanıklılık düzeyi ve psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından yapısal stil, gelecek algısı, aile uyumu, kendilik algısı ve sosyal kaynaklar alt boyutlarında farklılaşmadığı görülmüştür. Yalnızca psikolojik dayanıklılık alt boyutu olan sosyal yeterlilik boyutunda anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Önemli sağlık sorunu geçiren öğrencilerin puanlarının geçirmeyenlerden daha düşük olduğu bulunmuştur. Sosyal yeterlilik boyutu bireyin çevreden destek görmesi ile ilişkili bir boyut olarak tanımlanmaktadır (Çetin ve ark., 2015). Sağlık sorunu geçiren öğrenciler üzerinde sosyal desteğin daha az oluşu bir risk faktör etkisi olduğunu düşündürebilir. Literatürde sosyal destek, psikolojik dayanıklılık açısından koruyucu bir faktör olarak görülmektedir (Masten ve Coatsworth, 1998). Çevresi tarafından desteklenen ve çevresi ile ilişkileri sağlam olan bireylerin, psikolojik dayanıklılıklarını arttırdığı görülmekte ve birçok kronik rahatsızlıkların sonucunda olumlu sonuçların doğmasında büyük pay sahibi olduğu belirtilmektedir (Trivedi, Bosworth ve Jackson, 2011). Son 30 yıldan fazladır yapılan araştırmalara göre sosyal desteğin başarılı başa çıkma alanında çok önemli rolü olduğu belirtilmektedir (Eckenrode ve Hamilton, 2000). Bu sebeple çevresinden daha fazla destek gördüğünü düşünen bireylerin sosyal yeterlilik boyutundan daha yüksek puan alması tutarlı bir sonuç ortaya çıktığını göstermiştir. Ancak alan yazına bakıldığında bireylerde önemli sağlık probleminin ve kronik rahatsızlığının bulunması kişilerdeki psikolojik dayanıklılığı düzeyini düşürmektedir (Nakashima ve Canda, 2005). Bu çalışmada ise toplam psikolojik dayanıklılık puanının önemli sağlık sorunu yaşayan bireylerde farklılık göstermemesi literatürdeki bilgiler ile çeliştiğini göstermiştir.

5.2. Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Alt Boyutlarını Anlamlı Düzeyde Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu çalışmanın sonucuna bakıldığında duygusal dengesizlik puanlarındaki bir standart sapmalık azalma psikolojik dayanıklılık puanlarında 0,44 standart sapmalık artış meydana getirmektedir. Dışa dönüklük puanlarındaki bir standart sapmalık artış psikolojik dayanıklılık puanlarında 0,28 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Sorumluluk puanlarındaki bir standart sapmalık artış ise psikolojik dayanıklılık puanlarında 0,22 standart sapmalık bir artış meydana getirmektedir. Görüldüğü üzere dışa dönüklük ve sorumluluk faktörlerindeki artışın yanı sıra duygusal dengesizlik puanlarındaki azalma, psikolojik dayanıklılığın pozitif yöndeki artışını anlamlı düzeyde açıklayabilmektedir.

Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında hangi kişilik boyutlarının katkısı olduğuna bakıldığında sırasıyla duygusal dengesizlik, dışadönüklük ve sorumluluk faktörlerinin etkili olduğu görülmüştür. Deneyime açıklık ve yumuşak başlılık faktörlerinin psikolojik dayanıklılığı anlamlı derecede açıklamadığı bulunmuştur. Bu konuda yapılan çalışmalara bakıldığında psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında beş faktör kişilik özelliklerinden dışadönüklük, duygusal dengesizlik ve sorumluluk faktörlerinin öne çıktığı görülmektedir (Çetin ve ark., 2015). Yapılan diğer bir çalışmada kişilik boyutlarından duygusal dengesizlik, dışa dönüklük ve sorumluluk boyutlarının psikolojik dayanıklılığı açıkladığı ancak deneyime açıklık ve yumuşak başlılığın açıklamadığı görülmektedir (Campbell-Sills, Cohan ve Stein, 2006). Duygusal dengesizliğin psikolojik dayanıklılıkla negatif yönde, dışadönüklük ve sorumluluk ile pozitif yönde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bu sonucun yapılan diğer çalışmalarla desteklendiği görülmektedir (Nakaya ve Oshio, 2006; Çetin ve ark., 2015; Davey, Eaker ve Walters, 2003; Campbell-Sills ve ark.,2006; Hsieh ve ark., 2017). Duygusal dengesizlik faktöründen yüksek puan alan bireylerin kendini ve çevreyi olumsuz görme, düşük benlik saygısına sahip olma, etrafa karşı daha saldırgan tutumlarda bulunma ve çabuk incinme eğiliminde oldukları belirtilmektedir (Costa ve McCrae, 1990; Davey ve ark., 2003). Bu kişilerin stresli olaylar ile

karşılaştıklarında durumla baş edebilme konusunda zayıf oldukları, hayal kırıklıkları yaşadıkları zaman kendilerine dair olumsuz değerlendirmeler yaptıkları ve normal, günlük yaşanan olayları dahi sıkıntı olarak algıladıkları belirtilmektedir (Hetteema, Neale, Myers, Prescott ve Kendler, 2006). Duygusal dengesizlik boyutundan düşük puan alan bireyler daha kontrollü, stresle başa çıkabilme gücü yüksek ve iyi uyum gösteren bireylerdir (Costa ve McCrae, 2000; Piedmont, 1998). Bu sebeple duygusal dengesizlik ile psikolojik dayanıklılığın negatif yönde ilişkinin bulunması beklenen bir sonuç olarak görülmüştür. Dışa dönüklük faktöründen yüksek puan alan bireyler çevresi ile daha kolay iletişime geçebilen ve sosyalleşmeyi seven kimselerdir. Bu bireylerin hayatları daha aktif ve sürekli heyecan doludur. Dolayısıyla dışadönüklerin olumlu duyguları daha çok yaşamaları kaçınılmazdır (Costa ve McCrae, 1990; Piedmont, 1998; Campbell-Sills ve ark., 2006). Psikolojik dayanıklılık ile olumlu duyguların ve sosyal desteğin ilişkilendirildiği göz önünde bulundurulduğunda (Bonanno, 2004; Tugade ve Fredrickson, 2004), dışadönüklük faktörünün psikolojik dayanıklılığa önemli etkisi olacağı beklenen bir sonuç olmuştur. Bu çalışmanın aksine Karayip ergenleriyle yapılan çalışmada, beş faktör kişilik özelliklerinden dışa dönüklük boyutunun psikolojik dayanıklılığı yordamadığına yönelik bulgunun ortaya çıkması şaşırtıcı bir sonuç olarak görülmüştür (Fayombo, 2010). Çünkü dışa dönük bir bireyin temel özelliklerinden olan coşkulu, enerjik ve konuşkan olma (Costa ve McCrae, 1990) aynı zamanda psikolojik dayanıklı bireylerin de özellikleri arasındadır. Bu sonucun ortaya çıkmasında dışa dönük bireylerin dış dünyaya odaklanmaları ve psikolojik dayanıklılığın ortaya çıkışını sağlayan kendi içsel kapasitelerine daha az dikkat etmelerinin sebep olduğu düşünülmektedir (Fayombo, 2010). Aynı zamanda başa çıkma becerileri gelişmiş olan bireylerin dışa dönüklük ve sorumluluk puanlarının da yüksek olacağı belirtilmektedir (Davey ve ark., 2003). Psikolojik dayanıklı bireylerin zorlu durumlarla karşılaştıklarında başa çıkabilme becerileri sayesinde sıkıntıların üstesinden geldikleri bilindiğine göre (Block ve Kremen, 1996) dışa dönüklük faktörünün psikolojik dayanıklılığı etkilemesi beklenen bir sonuç olarak görülmektedir. Sorumluluk boyutundan yüksek puan alan bireylerin sorumluluk sahibi, çalışkan, yapılması gereken işleri çabucak bitiren, detaylara dikkat eden bir yapıda oldukları bilinmektedir. Karayipli ergenler ile yapılan çalışmada, bu özelliklere sahip kişiler psikolojik dayanıklı olarak

bulunmuştur. Bunun sebebi olarak ise, bu kişilerin stresli durumlarla karşılaştıklarında daha sakin kalabilen bir yapıda olmaları ve bu sayede sıkıntıların üstesinden daha rahat gelebilmeleri ve bu durumla başa çıkabilmeleri olduğu düşünülmektedir. Bu sebeple, bu kişiler psikolojik dayanıklı bireyler olarak görülmektedir (Fayombo, 2010). Kişisel özelliklerin yanı sıra baş etme tarzı da psikolojik dayanıklılığı etkilemektedir. Problem odaklı başa çıkma tarzı, sorumluluk ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir. Problem odaklı başa çıkma tarzını kullanan bireylerin, duygu odaklı başa çıkma tarzını kullanan bireylerden daha dayanıklı oldukları görülmektedir (Campbell-Sills ve ark., 2006). Aynı zamanda sorumluluk boyutundan yüksek puan alan bireyler daha planlı, sistemli ve düzenli çalışan, istekleri doğrultusunda değil de planları doğrultusunda hareket eden bireylerdir (McCrae ve Costa, 1997). Werner ve Smith (1992)' e göre psikolojik dayanıklı bireylerin sorumluluk sahibi, başarıyı amaçlayan bir yapıda oldukları belirtilmektedir. İşlerinde karşılaştıkları zorluklara rağmen bu başarının arkasında, planlı hareket etme ve organize olabilme yeteneğinin olduğu düşünülmektedir. Bu durumda sorumluluk faktörünün psikolojik dayanıklılık ile ilişkili bulunması beklenen bir sonuç olmuştur.

Psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının açıklanmasında hangi kişilik boyutlarının katkısı olduğuna bakıldığında sosyal yeterlilik boyutunun, dışadönüklük ve duygusal dengesizlik tarafından; sosyal kaynaklar boyutunun ise, yumuşak başlılık, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük tarafından açıklandığı görülmüştür. Bireylerin, çevreden edindikleri desteği ve sosyal ilişkilerinin gücünü gösteren sosyal kaynaklar ve sosyal yeterlilik özellikleridir. Her iki alt boyutun açıklanmasında, dışadönüklük ve duygusal dengesizlik kişilik özelliklerinin etkili olduğu görülmüştür. Dışadönüklük kişilik özelliği; enerjik, konuşkan ve sosyal olma gibi vasıflar taşıması yanında kişilerin yeterli sayıda ve güçlü sosyal kaynaklar edinmesinde rol oynayarak, psikolojik dayanıklılık çerçevesinde bireylerin sosyal becerilerine vurgu yapmaktadır. Ortaya çıkan bulgular birlikte ele alındığında, psikolojik dayanıklılık bağlamında sosyal becerilere sahip olmanın özellikle çevreden destek görme süreçleri açısından olumlu etkiler sağladığı bulunmuştur (Çetin ve ark., 2015). Duygusal dengesizlik kişilik özelliğinin; depresif, sinirli,

endişeli, insanlara güvenemeyen (McCrae ve Costa, 1987) ve insanlarla ilişki kurmakta ve bu ilişkileri sağlıklı bir biçimde sürdürmekte zorluk yaşayan (Bruck ve Allen, 2003) bireyler olduğu bilinmektedir. Bu sebeple; insanlarla ilişki kurmada zorluk yaşama gibi duygusal dengesizliğe ilişkin olumsuz süreçlerin, bireylerin sosyal anlamda yeterli destek görememesine ve güçlü kaynaklara sahip olamamasına neden olarak, psikolojik dayanıklılık açısından da olumsuzluğa yol açtığını göstermektedir. Sosyal kaynaklar boyutunun, dışadönüklük ve duygusal dengesizlik kişilik özelliklerinin dışında yumuşak başlılık tarafından da açıklandığı görülmüştür. Yumuşak başlı kişilik özelliği olan güvenilirlik, işbirlikçilik, empatik ve sıcakkanlı olmanın bireylerin psikososyal stresörler ile karşılaştıklarında, üstesinden gelebilmelerine yardımcı olacak destek sağlayıcı daha geniş bir sosyal ağa sahip oldukları bilinmektedir (Friborg ve ark., 2005). Mevcut bulgular değerlendirildiğinde; güvenilir, işbirliğini seven ve empatik davranan bireylerin daha geniş sosyal ağlar kurarak psikolojik anlamda daha dayanıklı oldukları ve uyumlu bireylerin, kaliteli sosyal ilişkiler kurabilmeleri açısından psikolojik dayanıklılık kavramına olumlu etkiler sağladığı bulunmuştur. Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında; kişilik ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada, dışadönüklük faktörünün sosyal yeterlilik alt boyutu üzerinde az bir etkisi olsa da; en büyük etkinin yumuşak başlılık faktöründen geldiği görülmektedir. Sosyal kaynaklar boyutunun ise yumuşak başlılık ve duygusal dengesizlik tarafından açıklandığı belirtilmektedir (Friborg ve ark., 2005). Çetin ve ark. (2015)'in çalışmasına göre ise; sosyal yeterlilik ve sosyal kaynaklar alt boyutlarını en iyi açıklayan dışadönüklük faktörü olmuştur.

Aile uyumu alt boyutunun duygusal dengesizlik ve yumuşak başlılık tarafından açıklandığı görülmektedir. Duygusal denge kişilik özelliği daha sakin, rahat, kendinden memnun, aşırı ve uygunsuz tepkiler vermeyen; yumuşak başlılık kişilik özelliği ise uysal, güvenilir, cömert, yumuşak huylu ve hoşgörülü bireyler olması yanında aile ile olan uyum, aileden göreceği destek ve aralarındaki ilişkide rol oynayarak, psikolojik dayanıklılık çerçevesinde bireylerin uyumlu, sakin ve işbirlikçi bir yapıda olmalarına vurgu yapmaktadır. Yani, aile ile olan uyumun bu özelliklerden doğrudan etkilendiği, kişilerin düşük duygusal dengesizlik ve yüksek yumuşak

başlılık özellikleriyle birlikte psikolojik dayanıklılığa ilişkin aile uyumlarının daha olumlu olduğu belirlenmiştir. Yapılan çalışmalarda, aile uyumu alt boyutunun dışsal faktör olması sebebiyle kişilik ile ilişkili olmayacağı düşünülmese de, şaşırtıcı bir şekilde yumuşak başlılık ve duygusal dengesizlik kişilik özellikleri tarafından açıklandığı görülmektedir (Çetin ve ark., 2015; Friberg ve ark., 2005).

Öz farkındalık ile ilişkili olan kendilik algısı boyutu, temelde kişinin kim olduğuna dair kendine yönelik algılarını ifade etmekle birlikte; kişilik ile ilişkilendirildiğinde sorumluluk, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük faktörleri tarafından açıklandığı bulunmuştur. Kişilik yapısı içinde sosyalleşme süreçleri ile ilintili olan duygusal dengesizlik ve sorumluluk boyutları, esasen bireylerin duygusal ve motivasyonel kararlılıklarını sürdürebilme becerisiyle ilişkilidir. Sosyal süreçlerle şekillenen kişilerin kendine yönelik algısı bu özelliklerden doğrudan etkilendiği gibi, düşük duygusal dengesizlik ve yüksek sorumluluk özellikleriyle birlikte psikolojik dayanıklılığa ilişkin kendilik algılamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda, dışa dönüklük kişilik özelliğinin de sosyal süreçler ile ilişkili olduğu bilindiğine göre (McCrae ve Costa, 2003), kişinin yüksek dışa dönüklük özellikleri kendilik algılarının yüksek olmasında da öne çıkmaktadır. Bu sonuçlar harmanlandığında; psikolojik dayanıklılık bağlamında kişinin kendine yönelik algılarında kişilik süreçlerindeki kişinin duygusal ve motivasyonel kararlılıklarını sürdürme becerisi ve sosyal süreçlerin esas rol oynadığı ortaya çıkarılmıştır. Yapılan çalışmalarda, kendilik algısının duygusal dengesizlik ve sorumluluk tarafından açıklandığı belirtilirken (Çetin ve ark., 2015); diğer bir çalışmada sadece duygusal dengesizlik tarafından açıklandığı belirtilmektedir (Friberg ve ark., 2005).

Gelecek algısı ve yapısal stil alt boyutların her ikisinin de duygusal dengesizlik ve sorumluluk tarafından açıklandığı görülmüştür. Gelecek algısı alt boyutu incelendiğinde; psikolojik dayanıklı bireylerin geleceğe dair plan ve amaçlarını oluşturabilme yeteneğine sahip oldukları bilinmektedir. Bu bireyler, hayatlarında çoğu zaman planlı şekilde hareket ederler (Clausen, 1993). Planlı hareket eden bir yapıda olan bireylerin, sosyal zorluklar ile karşılaştığında bunların üstesinden başarılı bir şekilde uyum sağlayarak geldikleri görülmektedir (Werner ve Smith, 2001). Ayrıca psikolojik anlamda sağlıklı olan bireylerin, incinebilen yapıda

olan bireylere göre daha planlı hareket ettikleri ve işlerini günü gününe yapan sorumluluk sahibi bireyler oldukları görülmektedir (Nezlek, 2001). Psikolojik dayanıklılık bağlamında kişinin geleceğe yönelik algılarında, kişilik süreçlerindeki kişinin planlı ve öz disiplinli olması yanında duygusal anlamda sağlıklı bireyler olmasının esas rol oynadığı ortaya çıkmıştır. Yapısal stil alt boyutu incelendiğinde; psikolojik dayanıklı bireylerin öz disiplini yüksek, daha dikkatli itinalı ve disiplinli olan, başarı konusunda çok fazla çaba gösteren bireyler oldukları belirtilmektedir. Bu sebeple özellikle başarı süreçleriyle ilişkili olan çabalama, geleceği planlama ve organize etme becerileri sayesinde öz disiplini yüksek olan bireylerin bu süreçte daha başarılı oldukları görülmektedir (Çetin ve ark., 2015). Aynı zamanda kişinin özgüveni ve güçlü yönleri ile şekillenen yapısal stilin (Basım ve Çetin, 2011), kişilik yapısı içinde kişinin kendine olan güven ve duygusal sağlığı ile ilişkili olan duygusal dengesizlik boyutu (Somer ve ark., 2002) tarafından doğrudan etkilendiği görülmüştür. Psikolojik dayanıklılık bağlamında kişinin yapısal stil özellikleri, kişilik süreçlerindeki kişinin planlı ve öz disiplinli olması yanında özgüvenli ve sağlıklı bireyler olmasının esas rol oynadığı ortaya çıkmıştır. Yapılan çalışmalarda gelecek algısı alt boyutu kişilik özelliklerinden, sorumluluk ve duygusal dengesizlik ile açıklanırken; yapısal stil alt boyutunun sorumluluk kişilik özelliği ile açıklandığı belirtilmektedir (Friborg ve ark., 2005). Diğer bir çalışmada ise, yapısal stil ve gelecek algısının sorumluluk boyutu ile açıklandığı görülmektedir (Basım ve ark., 2015).

ALTINCI BÖLÜM

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde çalışma sonucuna ilişkin elde edilen genel sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

6.1. Sonuç

Elde edilen veriler şu şekilde özetlenmektedir:

I. Üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerinin; (cinsiyet, anne-baba eğitim durumu, sosyo ekonomik durum, kardeş sayısı, yakın arkadaş sayısı, anne-baba birliktelik durumu, anne-baba yaşamsal durum, ebeveynlerde ruhsal rahatsızlık durumu, sigara kullanımı, taciz veya şiddet yaşama durumu ve önemli sağlık problemi yaşama durumu), psikolojik dayanıklılık düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı ile ilgili analiz sonuçlarına göre;

- Cinsiyet değişkeni açısından, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(223)=0,103, p>0,05$].
- Anne eğitim durumu açısından, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$F_{(3, 220)}=0,519, p=0,669$].
- Baba eğitim durumu açısından, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$F_{(3, 221)}= 1,362, p=0,255$].
- Sosyo ekonomik durum açısından, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($\chi^2(2)=0,198, p>0,05$).
- Kardeş sayısına göre, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($\chi^2(3)=4,264, p>0,05$).
- Yakın arkadaş sayısına göre, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$F_{(2,222)}= 1,807, p=0,167$].

- Anne-baba birliktelik durumu açısından, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($U=0,614,5$, $z=-0,773$, $p>0,05$).
- Anne-baba yaşamsal durumu açısından, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($U=1115$, $z=-1,155$, $p>0,05$).
- Ebeveynlerde ruhsal rahatsızlık durumuna göre, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($U=692$, $z=-1,904$, $p>0,05$).
- Sigara kullanımına göre, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur [$t(223)=2,307$, $p<0,05$].
- Taciz veya şiddet yaşama durumuna göre, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(215)=1,002$, $p>0,05$].
- Önemli sağlık sorunu yaşama durumuna göre, psikolojik dayanıklılık puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(219)=1,679$, $p>0,05$].

II. Üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerinin; (cinsiyet, anne-baba eğitim durumu, sosyo ekonomik durum, kardeş sayısı, yakın arkadaş sayısı, anne-baba birliktelik durumu, anne-baba yaşamsal durum, ebeveynlerde ruhsal rahatsızlık durumu, sigara kullanımı, taciz veya şiddet yaşama durumu ve önemli sağlık problemi yaşama durumu), psikolojik dayanıklılık alt boyutlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı ile ilgili analiz sonuçlarına göre;

- Cinsiyet, anne-baba eğitim durumu, sosyo ekonomik durum, yakın arkadaş sayısı, anne-baba birliktelik durumu, anne-baba yaşamsal durum değişkenlerine göre psikolojik dayanıklılık alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.
- 3 veya daha fazla kardeşe sahip bireylerin 1 veya 2 kardeşi olanlara göre, sosyal yeterlilik düzeylerinin anlamlı derecede daha düşük; ebeveynlerinde ruhsal rahatsızlık bulunan bireylerin aile uyum düzeylerinin, ebeveynlerinde ruhsal rahatsızlık bulunmayan bireylere göre anlamlı derecede daha düşük; sigara kullanan bireylerin aile uyumu ve kendilik algılarının kullanmayanlara göre anlamlı derecede daha yüksek; taciz veya şiddet yaşayanların kendilik algıları yaşamayanlara göre anlamlı derecede daha düşük; önemli sağlık sorunu yaşayan bireylerin sosyal

yeterlilik düzeyleri, yaşamayanlara göre anlamlı derecede daha düşük olduğu görülmüştür.

III. Üniversite öğrencilerinin, psikolojik dayanıklılık ve alt boyutları ile beş faktör kişilik özellikleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olup olmadığı ile ilgili analiz sonuçlarına göre;

- Psikolojik dayanıklılık ile duygusal dengesizlik puanları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken; dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur ($p < 0,01$). Beş faktör kişilik özelliklerinden duygusal dengesizlik, dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk alt boyutları psikolojik dayanıklılıktaki toplam varyansın %35,7'sini açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılık dereceleri incelendiğinde; duygusal dengesizlik ($\beta = -0,44$), dışadönüklük ($\beta = 0,279$) ve sorumluluk ($\beta = 0,215$) alt boyutlarının psikolojik dayanıklılık üzerinde önemli yordayıcılar olduğu görülmektedir. Deneyime açıklık ve yumuşak başlılık faktörlerinin psikolojik dayanıklılığı anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür.

- Psikolojik dayanıklılık alt boyutlarıyla yapılan analizde, sosyal kaynaklar boyutu ile yumuşak başlılık, dışa dönüklük, duygusal dengesizlik, sorumluluk ve deneyime açıklık özellikleri; kendilik algısı ile sorumluluk, deneyime açıklık, dışa dönüklük, duygusal dengesizlik ve yumuşak başlılık özellikleri; aile uyumu ile duygusal dengesizlik, yumuşak başlılık, dışa dönüklük ve sorumluluk özellikleri; gelecek algısı ile duygusal dengesizlik, sorumluluk, deneyime açıklık, dışa dönüklük ve yumuşak başlılık özellikleri; sosyal yeterlilik ile dışa dönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, duygusal dengesizlik ve sorumluluk özellikleri; yapısal stil ile sorumluluk ve duygusal dengesizlik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki vardır. Sosyal kaynakların; yumuşak başlılık, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük, kendilik algısının; sorumluluk, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük; aile uyumu boyutunun; duygusal dengesizlik ve yumuşak başlılık; gelecek algısının; duygusal dengesizlik ve sorumluluk; sosyal yeterlilik boyutunun; dışa dönüklük ve duygusal

dengelesizlik; yapısal stilin; sorumluluk ve duygusal dengelesizlik faktörleri tarafından anlamlı şekilde yordandığı bulunmuştur.

6.2. Öneriler

- Bu çalışmada, Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği; üniversiteli öğrenciler üzerinde uygulanması sebebiyle, elde edilen sonuçlar ancak bu yaş grubuna genellenabilmektedir. Çocuk ve ergenler için psikolojik dayanıklılığı ölçen ölçekler de mevcuttur. İleride farklı yaş ve risk grupları ile yapılacak olan araştırmalarda, bu çalışma sonuçlarından elde edilen bulgularla yeni çalışmalar arasındaki benzerlikler ve farklılıkları içeren karşılaştırmalar yapılabilir.

- Yapılan bu çalışmadan elde edilen bulgular, psikolojik dayanıklı Türk üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerini anlamada yardımcı olmaktadır.

- Literatürde psikolojik dayanıklılık alt boyutları ile beş faktör kişilik özelliklerinin birlikte incelendiği araştırma sayısının çok kısıtlı olması sebebiyle; bu çalışma sonuçlarını genelledebilmek ve karşılaştırabilmek için yeni araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

- Psikolojik dayanıklılık; daha farklı risk grupları ile, daha farklı yaş aralıklarıyla, daha farklı ortamlarda (işyerleri, kurumlar) da test edilebilir.

- Farklı şehirlerin, farklı devlet ve özel üniversitelerinde, daha geniş kitleye ulaşarak, çalışma genişletilebilir.

- Kişilik özelliklerinin bireylerin psikolojik dayanıklılıkları üzerindeki etkisi dikkate alındığında, çocuk ve ergenlerin kişilik süreci ve psikosoyal gelişimleri konusunda ebeveynlere yönelik eğitim programları düzenlenebilir.

- Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezlerine başvuran bireylerin, sıkıntılarını ve ihtiyaçlarını anlamak oldukça önemli bir unsurdur. Koruyucu faktörler, bireylerin sıkıntılarla karşı karşıya kaldığında, yeniden toparlanabilmeleri için önemli rol üstlenmektedir. Bireylerin sahip olduğu koruyucu faktörlerin, psikolojik dayanıklılık açısından olumlu etkileri oldukça fazladır. Bu sebeple bireylerin kişisel ve çevresel koruyucu faktörleri ortaya çıkarılmalıdır. Bireyin sahip olduğu olumlu ve güçlü yönlerini keşfetmesi neticesinde, zorlukların üstesinden gelebilmeleri de kolaylaşacaktır.

KAYNAKÇA

- Açıköz, M. (2016). *Çukurova üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Akın, A. ve Akın, Ü. (2015). *Psikolojide güncel kavramlar I- Pozitif psikoloji*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Alim, T. N., Feder, A., Graves, R. E., Wang, Y., Weaver, J., Westphal, M., ... ve Mellman, T. A. (2008). Trauma, resilience, and recovery in a high-risk African-American population. *American Journal of Psychiatry*, 165(12), 1566-1575.
- Altınköprü, T. (2000). *Şahsiyet analizi*. İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Altıntaş, E. ve Gültekin, M. (2014). *Psikolojik danışma kuramları* (1. baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Altundağ, Y. (2013). *Anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Arısoy, N. (1965). *Yeni psikolojiye giriş*. Nurgök Matbaası.
- Arthur, W. ve Graziano, W. G. (1996). The five-factor model, conscientiousness, and driving accident involvement. *Journal of Personality*, 64(3), 593-618.
- Aslan, S. (2008). Kişilik, huy ve psikopatoloji. *Rewiews, Cases and Hypotheses in Psychiatry RCHP*, 2(1-2), 7-18.
- Atak, H. (2011). Yetişkinliğe geçiş yıllarında sigara içme davranışının psikososyal belirleyicileri ve sigara içmenin yaşam doyumu ve öznel iyi oluşla ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 14, 29-43.

- Austin, A. A. (2004). Alcohol, tobacco, other drug use, and violent behavior among Native Hawaiians: Ethnic pride and resilience. *Substance Use & Misuse*, 39(5), 721-746.
- Aydın, B. (2010). *Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve umut düzeyleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Karedeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Bacanlı, H., İlhan, T. ve Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: Sıfatlara dayalı kişilik testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.
- Bahadır, E. (2009). *Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Basım, H. N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Beardslee, W. R. (1989). The role of self-understanding in resilient individuals: The development of a perspective. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59(2), 266-278.
- Beauvais, F. ve Oetting, E. R. (2002). Drug use, resilience, and myth of the golden child. *Resilience and development: Positive life adaptations* içinde(s. 101-107). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Benard, B. (1991). *Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school, and community*. Oregon: ERIC.
- Bir Psikolojik Danışmanın Günlüğü, (2012). <http://pdrGUNlugu.net/kisilik-huy-mizac-karakter-ve-benlik-kavramlari-ii/>, erişim tarihi: 31.10.2016.
- Block, J. ve Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (2), 349-361.

- Boğaziçi Üniversitesi Öğrenci Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi, (t.b.). Kendine güven. <http://www.burem.boun.edu.tr/?q=node/51>, erişim tarihi: 10.02.2017.
- Bolig, R. ve Weddle, K. D. (1988). Resiliency and hospitalization of children. *Children's Health Care, 16*(4), 255-260.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist, 59*(1), 20-28.
- Bonanno, G. A., Galea, S., Bucchiarelli, A. ve Vlahov, D. (2007). What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 75*(5), 671-682.
- Bonanno, G. A. ve Mancini, A. D. (2012). Beyond resilience and PTSD: Mapping the heterogeneity of responses to potential trauma. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 4*(1), 74.
- Boulter, L. (2004). Family-school connection and school violence prevention. *Negro Educational Review, 55*(1), 27-40.
- Bozkurt, Ö. (2006). Girişimcilik eğiliminde kişilik özelliklerinin önemi. *Araştırma Makaleleri 1*(2), 93-111.
- Bradley, R. H., Whiteside, L., Mundfrom, D. J., Casey, P. H., Kelleher, K. J. ve Pope, S. K. (1994). Early indications of resilience and their relation to experiences in the home environments of low birthweight, premature children living in poverty. *Child Development, 65*(2), 346-360.
- Braverman, M. T. (1999). Research on resilience and its implications for tobacco prevention. *Nicotine & Tobacco Research, 1*(1), 67-72.
- Brooks, J. E. (2006). Strengthening resilience in children and youths: Maximizing opportunities through the schools. *Children and Schools, 28*(2), 69-76.

- Brooks, R. ve Goldstein, S. (2003). *The power of resilience: Achieving balance, confidence and personal strength in your life* (1. Baskı). New York: The McGraw Hill.
- Bruck, C. S. ve Allen, T. D. (2003). The relationship between big five personality traits, negative affectivity, type A behavior, and work–family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 457-472.
- Buckner, J. C., Mezzacappa, E. ve Beardslee, W. R. (2003). Characteristics of resilient youths living in poverty: The role of self-regulatory processes. *Development and Psychopathology*, 15(1), 139-162.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (1. basım). (İ. D. Erguvan Sarıoğlu, Çev.) İstanbul:Kaknüs Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1992).
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (21. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L. ve Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585-599.
- Campbell-Sills, L., Forde, D.R. ve Stein, M.B. (2009). Demographic and childhood environmental predictors of resilience in a community sample. *Journal of Psychiatric Research*, 43, 1007–1012.
- Casella, L. Ve Motta, R. W. (1990). Comparison of characteristics of Vietnam veterans with and without posttraumatic stres disorder. *Psychological Reports*, 67(2), 595-605.
- Ciccarelli, S. K. ve White, J. N. (2016). *Psikoloji* (D. N. Şahin, Çev.). Ankara: Nobel Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2015).
- Cicchetti, D. ve Rogosch, F. A. (1997). The role of self-organization in the promotion of resilience in maltreated children. *Development and Psychopathology*, 9(04), 797-815.

- Clausen, J. A. (1993). *American lives: Looking back at the children of the great depression*. California: University of California Press.
- Cloninger, S. C. (2004). *Theories of personality: Understanding persons* (4. Baskı). New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Connor, K. M. ve Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Costa, P. T., Jr. ve McCrae, R. R. (1990). Personality: Another 'hidden factor' is stress research. *Psychological Inquiry*, 1(1), 22-24.
- Costa, P. T., ve McCrae, R. R. (2000, 26 Temmuz). Revised NEO personality inventory. *Psychological Assessment Resources*.
https://www.acer.org/files/NEO_PIR_IR_Sample_Report.pdf
- Costa, P. T., Jr. ve McCrae, R. R. (2006). Trait and factor theories. *Comprehensive handbook of personality and psychopathology, personality and everyday functioning* içinde (s. 96-114). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Cowen, E. L. (2001). The use and misuse of some positively valenced community concepts. *Community Mental Health Journal*, 37(1), 3-13.
- Criss, M. M., Pettit, G. S., Bates, J. E., Dodge, K. A. ve Lapp, A. L. (2002). Family adversity, positive peer relationships, and children's externalizing behavior: A longitudinal perspective on risk and resilience. *Child Development*, 73(4), 1220-1237.
- Cüceloğlu, D. (2010). *İnsan ve davranışı* (20. baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çapan, B. E. ve Arıcıoğlu, A. (2014). Psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak affedicilik. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 70-82.
- Çelik, M., Sanberk, İ. ve Deveci, F. (2017). Öğretmen adaylarının yaşam doyumlarının yordayıcısı olarak psikolojik dayanıklılık ve umutsuzluk. *İlköğretim Online*, 16(2), 654-662.

- Çelikkaleli, Ö. ve Kaya, S. (2016). University students' interpersonal cognitive distortions, psychological resilience, and emotional self-efficacy according to sex and gender roles. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 6(2), 187-212.
- Çetin, F., Yeloglu, H. O. ve Basim, H. N. (2015). Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında beş faktör kişilik özelliklerinin rolü: Bir kanonik ilişki analizi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 81-95.
- Dal, Ö. G. V. ve Eroğlu, A. H. (2015). Farklı kişilik özelliklerine sahip bireylerin risk algılarının tüketici davranışı açısından incelenmesi: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 20(2), 361-385.
- Davey, M., Eaker, D. G. ve Walters, L. H. (2003). Resilience processes in adolescents: Personality profiles, self-worth, and coping. *Journal of Adolescent Research*, 18(4), 347-362.
- David, M., Ceschi, G., Billieux, J. ve Van der Linden, M. (2008). Depressive symptoms after trauma: is self-esteem a mediating factor?. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 196(10), 735-742.
- Dayıoğlu, B. (2008). *Resilience in university entrance examination applicants: The role of learned resourcefulness, perceived social support and gender* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Demirbaş, T. (2002). Suçun tahmini. <http://www.kriminoloji.com>, erişim tarihi: 05.04.2017.
- Desforjes, C. ve Abouchaar, A. (2003). *The impact of parental involvement, parental support and family education on pupil achievement and adjustment: A literature review*. Nottingham: DfES.
- Digman, J. M. (1990). Personality structure: Emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology*, 41(1), 417-440.

- Earvolino-Ramirez, M. (2007). Resilience: A concept analysis. *Nursing forum*, 42(2), 73-82.
- Eckenrode, J. ve Hamilton, S. (2000). One to one support interventions. *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* içinde (s. 278–308). New York: Oxford.
- Eminağaoğlu, N. (2006). Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (Sağlamlık) (Yayınlanmış doktora tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Erdoğan, İ. (1983). *İşletmelerde davranış*. İstanbul: Evrim Ofset.
- Erdogan, E., Ozdogan, O. ve Erdogan, M. (2015). University students' resilience level: The effect of gender and faculty. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 186, 1262-1267.
- Erdur-Baker, Ö. ve Doğan, T. (2014). *Afetler, krizler, travmalar ve psikolojik yardım*. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği.
- Eroğlu, F. (2015). *Davranış bilimleri* (14. baskı). İstanbul: Beta.
- Eryılmaz, S. (2012). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Esen-Aktay, T. (2010). *Risk altındaki ortaöğretim 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin kendini toparlama güçlerinin incelenmesi* (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Faigin, C. A. ve Pargament, K. I. (2011). Strengthened by the spirit: Religion, spirituality, and resilience through adulthood and aging. *Resilience in aging* içinde (s. 163-180). New York: Springer.
- Farmer, A., McGuffin, P. ve Williams, J. (2002). *Measuring psychopathology*. New York: Oxford.

- Fayombo, G. (2010). The relationship between personality traits and psychological resilience among the Caribbean adolescents. *International Journal of Psychological Studies*, 2(2), 105-116.
- Fletcher, D. ve Sarkar, M. (2013). *A review of psychological resilience*. 2011 European Congress of Sport Psychology, Madeira.
- Flores, E., Cicchetti, D. ve Rogosch, F. A. (2005). Predictors of resilience in maltreated and nonmaltreated Latino children. *Developmental Psychology*, 41(2), 338-351.
- Frasser, M. W., Richman, J.M. ve Galinsky, M. J. (1999). Risk, protection, and resilience: Toward a conceptual framework for social practice. *Social Work Research*, 23(3), 129- 208.
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H. ve Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14(1), 29-42.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H. ve Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(2), 65-76.
- Gavino, M. F. A. (t.b.) Resilience: Personality in Adversity, 1-16.
- Gizir, C. A. (2004). *Akademik sağlamlık: Yoksulluk içinde sekizinci sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına katkıda bulunan koruyucu faktörlerin incelenmesi* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Gizir, C. A. ve Aydın, G. (2006). Psikolojik sağlamlık ve ergen gelişim ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 87-99.

- Goldberg, L. R. (1995). What the hell took so long? Donald W. Fiske and the Big-Five factor structure. *Personality research, methods, and theory: A Festschrift honoring Donald W. Fiske* içinde (s. 29-43). NewYork: Psychology Press.
- Goodman, J. H. (2004). Coping with trauma and hardship among unaccompanied refugee youths from Sudan. *Qualitative Health Research*, 14(9), 1177-1196.
- Gökçen, G. (2015). *Madde kullanan ve kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Greeff, A. P. ve Ritman, I. N. (2005). Individual characteristics associated with resilience in single-parent families. *Psychological Reports*, 96(1), 36-42.
- Greene, R. R. (2002). Resiliency: An integrated approach to practice, policy and research. *Social Work in Health Care*, 37(4), 91-94.
- Gülgöz, S. (2002). Five-factor model and NEO-PI-R in Turkey. *The five-factor model of personality across cultures* içinde (s. 175-196). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-81.
- Gündaş, A. (2013). *Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu ve bağlanma stilleri* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A. ve Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-14.

- Gürgen, U. (2006). Yılmazlık ölçeği (YÖ): Ölçek geliştirme, güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(2), 45-74.
- Gürgen, U. (2014). Üniversite öğrencilerinin yılmazlık ve iyilik halinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *E-Journal of New World Sciences Academy*, (9)1, 18-35.
- Gürüz, D. ve Eğinli, A. T. (2012). *Kişilerarası iletişim: bilgiler-etkiler-engeller* (3. baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Hazar, Ç. M. (2006). Kişilik ve iletişim tipleri. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 4(2), 125-140.
- Hellriegel, D. ve Slocum, J. W., Jr. (2008). *Organizational behavior* (13. basım). USA: South-Western Cengage Learning.
- Henderson, N. ve Milstein, M. M. (2003). *Resiliency in schools: Making it happen for students and educators*. California: Corwin Press.
- Hetherington, E. M. ve Stanley-Hagan, M. (1999). The adjustment of children with divorced parents: A risk and resiliency perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40(1), 129-140.
- Hettema, J. M., Neale, M. C., Myers, J. M., Prescott, C. A. ve Kendler, K. S. (2006). A population-based twin study of the relationship between neuroticism and internalizing disorders. *American Journal of Psychiatry*, 163(5), 857-864.
- Howard, S. ve Johnson, B. (2000, Kasım). Resilient and non-resilient behaviour in adolescents. *Australian Institute of Criminology*.http://aic.gov.au/media_library/publications/tandi_pdf/tandi183.pdf
- Hsieh, H. F., Chang, S. C. ve Wang, H. H. (2017). The relationships among personality, social support, and resilience of abused nurses at emergency rooms and psychiatric wards in Taiwan. *Women & Health*, 57(1), 40-51.

- Ingram, R. E. ve Price, J. M. (2010). Understanding psychopathology: The role of vulnerability. *Vulnerability to psychopathology: Risk across the lifespan* (2. baskı) içinde (s. 3-17). NewYork: Guilford Press.
- Işık, Ş. (2016). Türkiye’de kendini toparlama gücü konusunda yapılmış araştırmaların incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 65-76.
- İnanç, B. Y. ve Yerlikaya, E. (2014). *Kişilik kuramları* (8. baskı). Ankara: APegem Akademi.
- Jacelon, C. S. (1997). The trait and process of resilience. *Journal of Advanced Nursing*, 25, 123–129.
- Johnson, J. L. (2002). Commentary: Resilience as transactional equilibrium. *Resilience and development: Positive life adaptations* içinde (s. 225-228). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Joseph, J. M. (1994). *The resilient child: preparing today’s youth for tomorrow’s world*. Cambridge: Perseus Publishing.
- Kaplan, H. B. (2002). Toward an understanding of resilience: A critical review of definitions and models. *Resilience and development: Positive life adaptations* içinde (s.17-85).New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Karahan, T. F. ve Sardoğan, M. E. (2012). *Psikolojik danışma ve psikoterapide kuramlar* (4. baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Kararımk, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.
- Kararımk, Ö. ve Siviş-Çetinkaya, R. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 30-43.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (27. baskı). Ankara: Nobel Yayınları.

- Kayacı, Ü. (2014). Akademik ortamlarda psikolojik şiddet (mobbing) ve yılmazlık. *Journal of Turkish Educational Sciences*, 12(2), 67-78.
- Kelly, J. ve Emery, R. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52(4), 352-362.
- Korkut, F. (2003). Rehberlikte önleme hizmetleri. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (9), 441-452.
- Köknel, Ö. (1997). *Kişilik: Kaygıdan mutluluğa* (14. baskı). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kumpfer, K. L. (2002). Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework. *Resilience and development: Positive life adaptations* içinde (s.179-225). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Lee, E. O., Shen, C. ve Tran, T. V. (2008). Coping with hurricane Katrina: Psychological distress and resilience among African American evacuees. *Journal of Black Psychology*, 20(5), 1-19.
- Luthar, S.S. (2006). Resilience in development: a synthesis of research across five decades. *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation* (2. baskı) içinde (s.739-795). New York: Wiley.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. ve Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Luthar, S. S. ve Sexton, C. C. (2007). Maternal drug abuse versus maternal depression: Vulnerability and resilience among school-age and adolescent offspring. *Development and Psychopathology*, 19(01), 205-225.
- Luthar, S. S. ve Zigler, E. (1991). Vulnerability and competence: A review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61(1), 6-22.

- Malkoç, A. ve Yalçın, İ. (2015). Relationships among resilience, social support, coping, and psychological well-being among university students. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 35-43.
- Mandleco, B. L. ve Peery, J. C. (2000). An organizational framework for conceptualizing resilience in children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13(3),99-111.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A. S. (2002). Resilience comes of age: Reflections on the past and outlook for the next generation of research. *Resilience and development: Positive life adaptations* içinde (s. 282-296).).New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Masten, A. S., Best, K. M. ve Garnezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and psychopathology*, 2(4), 425-444.
- Masten, A. S. ve Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American psychologist*, 53(2), 205-220.
- Masten, A. S. ve Obradović, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13-27.
- Masten, A. S. ve Reed, M. J. (2002). Resilience in development. *The handbook of positive psychology* içinde (s. 74-88). New York:Oxford University Press.
- Masten, A. S. ve Sesma, A., Jr. (1999). Risk and resilience among children homeless in Minneapolis. *Children*, 47, 24.
- Mayer, J. D. (2007). Asserting the definition of personality. *The Online Newsletter for Personality Science*, 1, 1-4.

- McCrae, R. R. ve Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 81.
- McCrae, R. R. ve Costa, P. T., Jr. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52(5), 509-516.
- McCrae, R. R. ve Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective* (2. baskı). NewYork: Guilford Press.
- Merriam-Webster's Ninth New Collegiate Dictionary* (1987). Springfield: Merriam-Webster Inc.
- Nakashima, M. ve Canda, E. R. (2005). Positive dying and resiliency in later life: A qualitative study. *Journal of Aging Studies*, 19(1), 109-125.
- Nakaya, M., Oshio, A. ve Kaneko, H. (2006). Correlations for adolescent resilience scale with big five personality traits. *Psychological Reports*, 98(3), 927-930.
- Newman, R. (2002, Ekim). The road to resilience. *APA monitor on psychology*.
<http://www.apa.org/monitor/oct02/pp.aspx>
- Newman, R. (2003). Providing direction on the road to resilience.
www.behavioral.net
- Nezlek, J. B. (2001). Daily psychological adjustment and the planfulness of day-to-day behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(4), 452-475.
- Norman, E. (Ed.). (2000). Introduction: The strengths perspective and resiliency enhancement- A natural partnership. *Resiliency enhancement: Putting the strength perspective into social work practice* içinde (s. 1-16). NewYork: Columbia University Press.
- O'Dougherty Wright, M. ve Masten, A.S. (2005). Resilience processes in development: fostering positive adaptation in the context of adversity. *Handbook of Resilience in Children* içinde (s. 15-37). NewYork: Springer.

- O'Dougherty Wright, M., Masten, A. S. ve Narayan, A. J. (2013). Resilience processes in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. *Handbook of Resilience in Children* (3. baskı) içinde (s. 15-37), NewYork: Springer.
- Oxford Student's Dictionary of Current English* (1978). Oxford: Oxford University.
- Öğülmüş, S. (2001). Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık. *I. Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmaları* bildiriler kitabı içinde(s. 327-341). Ankara, 29-30 Mart.
- Önder, A. ve Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 192-197.
- Öz, F. ve Yılmaz, E. B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık.*Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özcan, B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özer, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zeka ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi* (Yayınlanmış doktora tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Özkalp, E. (2002). *Davranış bilimlerine giriş* (3. baskı). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Özsoy, E. ve Yıldız, G. (2013). Kişilik kavramının örgütler açısından önemi: Bir literatür taraması. *İşletme Bilimi Dergisi*, 1(2), 1-12.
- Öztarhan, A. (2014). Zihin-beden sorunu. *Marksizm bilime yabancı mı?* içinde (s.201-228). İstanbul: Yazılama Yayınevi.
- Öztekin, H. (2016). *Topluluk önünde konuşabilmek* (1. baskı). Antalya: Net Medya Yayıncılık.

- Parlak, S. (2014). *Yüksek öğrenim kredi yurtlar kurumunda barınan kız öğrencilerin yaşam anlam düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki (İstanbul örneği)* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Piedmont, R. L. (1998). *The revised NEO personality inventory: Clinical and research application* (5. Baskı). New York: Springer Science & Business Media.
- Pölkki, P., Ervast, S. A. ve Huupponen, M. (2005). Coping and resilience of children of a mentally ill parent. *Social Work in Health Care*, 39(1-2), 151-163.
- Reed-Victor, E. ve Stronge, J. H. (2002). Homeless students and resilience: Staff perspectives on individual and environmental factors. *Journal of Children and Poverty*, 8(2), 159-173.
- Rew, L., Taylor-Seehafer, M., Thomas, N. Y. ve Yockey, R. D. (2001). Correlates of resilience in homeless adolescents. *Journal of Nursing Scholarship*, 33(1), 33-40.
- Rigsby, L. C. (1994). The Americanization of resilience: Deconstructing research practice. *Educational resilience in inner-city America: Challenges and Prospects* içinde (s. 85-94). New York: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316-331.
- Rutter, M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *Risk and protective factors in the development of psychopathology* içinde (s.181-214). New York: Cambridge University Press.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 1-12.
- Sagor, R. (1996). Building Resiliency in Students. *Educational Leadership*, 54(1), 38-43.

- Sameroff, A., Gutman, L. M. ve Peck, S. C. (2003a). Adaptation among youth facing multiple risks: Prospective research findings. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (1. baskı) içinde (s. 364-391). New York: Cambridge University Press.
- Sameroff, A., Gutman, L. M. ve Peck, S. C. (2003b). Young children with mentally ill parents: Resilient developmental systems. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*(1. baskı) içinde (s. 29-49). New York: Cambridge University Press.
- Sayar, K. ve Dinç, M. (2011). *Psikolojiye giriş* (3. Baskı). İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.
- Schoon, I., Parsons, S. ve Sacker, A. (2004). Socioeconomic adversity, educational resilience, and subsequent levels of adult adaptation. *Journal of Adolescent Research*, 19(4), 383-404.
- Schultz, D. P. ve Schultz, S. E. (2005). The study of personality: Assessment, research, and theory. *Theories of personality* (8. baskı) içinde (s. 4-42). Cengage Learning.
- Seçkin, Ş. ve Hasanoğlu, A. (2016). *Çocukta rezilyans* (1. baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Serbest, S. (2010). *The influence of the university students' perceived paternal and maternal acceptance, father involvement and depressive symptoms on their resiliency* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Skodol, A. E. (2010). The resilient personality. *Handbook of adult resilience* içinde (s. 112-125). New York: Guilford Press.

- Slominski, L. J. (2010). *The effects of parental mental illness on children: Pathways to risk to resilience from infancy to adulthood* (Yayınlanmış doktora tezi). Michigan Üniversitesi, AnnArbor.
- Sokullu-Akıncı, F. R. (2002). Suç nedenleri. www.kriminoloji.com, erişim tarihi: 05.04.2017.
- Somer, O. (1998). Türkçede kişilik özelliğini tanımlayan sıfatların yapısı ve beş faktör analizi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 13(42),17-32.
- Somer, O. ve Goldberg, L. R. (1999). The structure of Turkish trait-descriptive adjectives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 431-450.
- Somer, O., Korkmaz, M. ve Tatar, A. (2002). Beş faktör kişilik envanteri'nin geliştirilmesi-I: Ölçek ve alt ölçeklerin oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 21-33.
- Stewart, M., Reid, G. ve Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, 12(1), 21-31.
- Sürücü, M. ve Bacanlı, F. (2010). Üniversiteye uyumun psikolojik dayanıklılık ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Gazi University Journal of Gazi Educational Faculty (GUJGEF)*, 30(2), 375-396.
- Tarter, R. E. ve Vanyukov, M. (2002). Re-visiting the validity of the construct of resilience. *Resilience and development: Positive life adaptations* içinde (s. 85-100).New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Taşgın, E. ve Çuhadaroğlu-Çetin, F. (2006). Ergenlerde major depresyon: Risk etkenleri, koruyucu etkenler ve dayanıklılık. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi*, 13(2), 87-94.
- Terzi, Ş. (2005). *Öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik dayanıklılık modeli* (Yayınlanmış doktora tezi). Gazi Üniversitesi: Ankara.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini toparlama gücü ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 77-86.

- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinde kendini toparlama gücü'nün içsel koruyucu faktörlerle ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(35), 297-306.
- The American Heritage Dictionary Second College Edition* (1982). Boston: Houghton Mifflin.
- Thompson, R. B., Corsello, M., McReynolds, S. ve Conklin-Powers, B. (2013). A longitudinal study of family socioeconomic status (SES) variables as predictors of socio-emotional resilience among mentored youth. *Mentoring & Tutoring: Partnership in Learning*, 21(4), 378-391.
- Thomsen, K. (2002). *Building resilient students: Integrating resiliency in to what you already know and do*. California: Corwin Press.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Trivedi, R. B., Bosworth, H. B. ve Jackson, G. L. (2011). Resilience in chronic illness. *Resilience in aging* içinde (s. 181-197). New York: Springer.
- Tugade, M. M. ve Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320-333.
- Turgut, Ö. (2015). *Ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesi* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Tümlü, G. Ü. ve Reçepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science*, 3(3), 205-213.
- Velidedeoğlu, H. V. (1973). *Kişilik ölümsüzdür*. Taha Toros Arşivi.
- Von Ah, D., Ebert, S., Ngamvitroj, A., Park, N. ve Kang, D. H. (2005). Factors related to cigarette smoking initiation and use among college students. *Tobacco Induced Diseases*, 3(1), 27-40.

- Wagnild, G. ve Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Werner, E. E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 4(3), 81-85.
- Werner, E. (2005). Resilience and recovery: Findings from the Kauai longitudinal study. Focal Point Research, Policy, and Practice in *Children's Mental Health*, 19(1), 11-14.
- Werner, E. E. ve Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. New York: Cornell University Press.
- Werner, E. E. ve Smith, R. S. (2001). *Journeys from childhood to midlife: Risk, resilience, and recovery*. Ithaca NY: Cornell University Press.
- Wilcox, D. T., Richards, F. ve O'Keeffe, Z. C. (2004). Resilience and risk factors associated with experiencing childhood sexual abuse. *Child Abuse Review*, 13(5), 338-352.
- Wills, T. A., Resko, J. A., Ainette, M. G. ve Mendoza, D. (2004). Role of parent support and peer support in adolescent substance use: a test of mediated effects. *Psychology of Addictive Behaviors*, 18(2), 122-134.
- Wills, T. A., Vaccaro, D. ve McNamara, G. (1992). The role of life events, family support, and competence in adolescent substance use: A test of vulnerability and protective factors. *American Journal of Community Psychology*, 20(3), 349-374.
- Windle, M. (2002). Critical conceptual and measurement issues in the study of resilience. *Resilience and development: Positive life adaptations* içinde (s.161-176).New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Yıldız, A. D. (2016). *Pozitif psikoloji bağlamında umut* (1. baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Yılmaz-Irmak, T. (2011). Fiziksel istismara uğrayan ergenlerde dayanıklılığın incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 2(12), 1-21.

- Yılmaz, H. ve Sipahioğlu, Ö. (2012). Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi. *İlköğretim Online*, 11(4), 927-944.
- Yu, Y., Peng, L., Chen, L., Long, L., He, W., Li, M. ve Wang, T. (2014). Resilience and social support promote posttraumatic growth of women with infertility: The mediating role of positive coping. *Psychiatry Research*, 215(2), 401-405.
- Zagar, R., Arbit, J., Sylvies, R., Busch, K. G., ve Hughes, J. R. (1990). Homicidal adolescents: A replication. *Psychological Reports*, 67(3), 1235-1242.
- Zautra, A. J., Hall, J. S. ve Murray, K. E. (2010). Resilience: A new definition of health for people and communities. *Handbook of adult resilience* içinde (s. 3-29). New York: Guilford Press.
- Zhang, W., Yan, T. T., Barriball, K. L., While, A. E. ve Liu, X. H. (2015). Post-traumatic growth in mothers of children with autism: A phenomenological study. *Autism*, 19(1), 29-37.

EKLER

EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

**EK 2- YETİŞKİNLER İÇİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK
ÖLÇEĞİ**

EK 3- SIFATLARA DAYALI KİŞİLİK TESTİ

EK 4- ANKET UYGULAMA İZİNİ

EK 1- KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli katılımcılar;

Akademik amaçla hazırlanmış bu çalışmada sorulara doğru ve içten yanıtlar vermeniz, bu araştırmanın doğru sonuç vermesini sağlayacaktır. Lütfen hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız. Sonuçlar toplu olarak değerlendirileceğinden isim yazmanıza gerek yoktur. Katılarınız için teşekkür ederim.

1.Cinsiyetiniz:

Erkek Kadın

2.Yaşınız:

3. Medeni Haliniz:

Evli Bekar Boşanmış

4. Çalışıyor musunuz?

Evet Hayır

5.Annenizin Eğitim Durumu:

- 5 yıl ve daha az
- Ortaokul/Lise
- Lisans/Lisansüstü

6. Babanızın Eğitim Durumu:

- 5 yıl ve daha az
- Ortaokul/Lise
- Lisans/Lisansüstü

7. Kendinizi hangi sosyo-ekonomik düzeyde algılıyorsunuz:

- Üst sosyo-ekonomik düzey
- Orta sosyo-ekonomik düzey
- Alt sosyo-ekonomik düzey

8. Kardeş sayınız(kendiniz dışında)?

Kardeşim yok 1 2 3 veya daha fazla

9. Yakın arkadaş sayınız?

2'den az 2-6 arası 7 ve üzeri

10. Anne babanızın birliktelik durumu:

Birlikte yaşıyorlar Ayrı yaşıyorlar

11. Anne-Babanız hayatta mı?

- Anne ölü
 Baba ölü
 İkisi de hayatta
 İkisi de ölü

12. Ebeveynlerinizde ruhsal bir hastalık var mı?

var yok

Var ise tanısı nedir?.....

13. Sigara kullanımı

var yok

Var ise;

- Kaç yaşında sigara içmeye başladınız?
- Haftada kaç paket sigara içiyorsunuz?

14. Alkol kullanımı

var yok

Var ise;

- Kaç yaşında alkol kullanmaya başladınız?

15. Başınızdan geçen olumsuz olaylar

1. 12 yaşından önce taciz veya şiddete maruz kaldınız mı?

Evet Hayır

2. Önemli sağlık sorunu geçirdiniz mi?

Evet Hayır

EK 2- YETİŞKİNLER İÇİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ

"Psikolojik Dayanıklılık" genel anlamda; bireyin yaşamındaki deneyimleri sonucu ortaya çıkan sorunlar ya da stres kaynaklarına karşı uyum sağlama sürecini içermektedir. Aşağıdaki form psikolojik dayanıklılığınızı ölçmeye yönelik ifadelerden oluşmaktadır. Lütfen her bir madde için, size en uygun ifadeyi belirleyiniz ve bu ifadeye yakınlık derecenize uygun olan kutucuğu işaretleyiniz.

1. Beklenmedik bir olay olduğunda...	Her zaman bir çözüm bulurum	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Çoğu kez ne yapacağımı kestiremem
2. Gelecek için yaptığım planların...	Başarılması zordur	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Başarılması mümkündür
3. En iyi olduğum durumlar şu durumlardır...	Ulaşmak istediğim açık bir hedefim olduğunda	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Tam bir günlük boş bir vaktim
4. ...olmaktan hoşlanıyorum	Diğer kişilerle birlikte	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Kendi başıma
5. Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı...	Benimkinden farklıdır	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Benimkiyle aynıdır
6. Kişisel konuları ...	Hiç kimseyle tartışmam	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Arkadaşlarımla/Aile-üleriyle
7. Kişisel problemlerimi...	Çözmem	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Nasıl çözebileceğimi bilirim
8. Gelecekteki hedeflerimi...	Nasıl başaracağımı bilirim	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Nasıl başaracağımdan emin değilim
9. Yeni bir işe/projeye başladığımda ...	İleriye dönük planlama yapmam, derhal işe	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Ayrıntılı bir plan yapmayı tercih
10. Benim için sosyal ortamlarda rahat/esnek olmak	Önemli değildir	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Çok önemlidir
11. Ailemle birlikteyken kendimi ...hissederim	Çok mutlu	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Çok mutsuz
12. Beni ...	Bazı yakın arkadaşlarım/aile üyelerim	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Hiç kimse cesaretlendiremez
13. Yeteneklerim...	Olduğuna çok inanırım	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Konusunda emin değilim
14. Geleceğimin ...olduğunu hissediyorum	Ümit verici	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Belirsiz
15. Şu konuda iyiyimdir...	Zamanımı planlama	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Zamanımı harcama

16. Yeni arkadaşlık konusu ...bir şeydir Kolayca yapabildiğim	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Yapmakta zorlandığım
17. Ailem şöyle tanımlanabilir ... Birbirinden bağımsız	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş
18. Arkadaşlarımla arasındaki ilişkiler ... Zayıftır	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Güçlüdür
19. Yargılarıma ve kararlarıma ... Çok fazla güvenmem	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Tamamen güvenirim
20. Geleceğe dönük amaçlarım ... Belirsizdir	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	İyi düşünülmüştür
21. Kurallar ve düzenli alışkanlıklar ... Günlük yaşamımda yoktur	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Günlük yaşamımı kolaylaştırır
22. Yeni insanlarla tanışmak ... Benim için zordur	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Benim iyi olduğum bir konudur
23. Zor zamanlarda, ailem ... Geleceğe pozitif bakar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Geleceği umutsuz görür
24. Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında ... Bana hemen haber verilir	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Bana söylenmesi bir hayli zaman alır
25. Diğerleriyle beraberken Kolayca gülerim	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Nadiren gülerim
26. Başka kişiler söz konusu olduğunda, ailem şöyle davranır: Birbirlerini desteklemez biçimde	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Birbirlerine bağlı biçimde
27. Destek alırım Arkadaşımdan/aile üyelerinden	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Hiç kimseden
28. Zor zamanlarda ...eğilimim vardır Her şeyi umutsuzca gören bir	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Beni başarıya götürebilecek iyi bir şey
29. Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için ... Zordur	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Kolaydır
30. İhtiyacım olduğunda ... Bana yardım edebilecek kimse	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Her zaman bana yardım edebilen birisi
31. Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar (ile) ... Başa çıkmaya çalışırım	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Sürekli bir endişe/kaygı kaynağıdır
32. Ailemde şunu severiz ... İşleri bağımsız olarak yapmayı	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	İşleri hep beraber yapmayı
33. Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri ... Yeteneklerimi beğenirler	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Yeteneklerimi beğenmezler

EK 3- SIFATLARA DAYALI KİŞİLİK TESTİ

Açıklama: Aşağıda bireyleri tanımak için kullanılan sıfat çiftleri verilmektedir. Sizden istenen, her bir sıfat çiftini okuyarak size uygunluk derecesine karar vermenizdir. Her sıfat çifti için bir tek daireyi doldurunuz. Doğru cevap yoktur, size uygun cevap vardır. Bunu dikkate alarak cevaplamaya çalışınız. Cevaplarınızı aşağıdaki örneklere göre belirtiniz.

	Çok uygun	Oldukça uygun	Biraz uygun	Ne uygun, ne uygun değil	Biraz uygun	Oldukça uygun	Çok uygun	
İçedönük	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Dışadönük
İçedönük	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	Dışadönük
İçedönük	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Dışadönük

Bu örneklerde,

1. Örnek kişi kendini oldukça içedönük olarak görmektedir,
2. Örnek ise kişi kendini çok dışadönük olarak görmektedir,
3. Örnek ise kişi bu boyutlarda kararsızdır veya her iki sıfatı da kendine uzak veya yakın görmektedir, anlamına gelmektedir.

		Çok uygun	Oldukça uygun	Biraz uygun	Ne uygun, ne uygun değil	Biraz uygun	Oldukça uygun	Çok uygun	
1	Sakin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sinirli
2	Yalnızlığı tercih eden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sosyal (topluluğu seven)
3	Sanata ilgisiz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sanata ilgili
4	Kindar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Affedici
5	Düzensiz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Düzenli
6	Sabırlı	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sabırsız
7	Silik	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Atak
8	Hayal gücü zayıf	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Hayal gücü kuvvetli
9	(Başkalarına)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Yardımsever

	kayıtsız								
10	Sorumsuz	o	o	o	o	o	o	o	Sorumluluk sahibi
11	Rahat	o	o	o	o	o	o	o	Tedirgin
12	Uyuşuk, eli ağır	o	o	o	o	o	o	o	Canlı
13	Dargörüşlü	o	o	o	o	o	o	o	Geniş görüşlü
14	Rekabetçi	o	o	o	o	o	o	o	İşbirliği yapan
15	Hırslı değil	o	o	o	o	o	o	o	Hırslı
16	Tutarlı	o	o	o	o	o	o	o	Tutarsız
17	Durgun	o	o	o	o	o	o	o	Delidolu
18	Alışılmış	o	o	o	o	o	o	o	Yenilikçi
19	Kibirli	o	o	o	o	o	o	o	Alçakgönüllü
20	Dikkatsiz	o	o	o	o	o	o	o	Dikkatli
21	İyimser	o	o	o	o	o	o	o	Karamsar
22	Neşesiz	o	o	o	o	o	o	o	Neşeli
23	Meraksız	o	o	o	o	o	o	o	Meraklı
24	Asi	o	o	o	o	o	o	o	Uysal, yumuşak başlı
25	Gayretsiz	o	o	o	o	o	o	o	Gayretli
26	Huzurlu	o	o	o	o	o	o	o	Huzursuz
27	Arka planda kalan	o	o	o	o	o	o	o	Öne çıkan
28	Tutucu	o	o	o	o	o	o	o	Liberal
29	Acımasız	o	o	o	o	o	o	o	Merhametli
30	Hazırlıksız	o	o	o	o	o	o	o	Hazırlıklı
31	Kaygısız	o	o	o	o	o	o	o	Kaygılı
32	Dikkat çekmeyen	o	o	o	o	o	o	o	Baskın, belirgin
33	İlgileri dar	o	o	o	o	o	o	o	İlgileri geniş
34	Bencil	o	o	o	o	o	o	o	Fedakâr (diğergam)
35	Disiplinsiz	o	o	o	o	o	o	o	Disiplinli
36	Yeni ilişkilere kapalı	o	o	o	o	o	o	o	Yeni ilişkilere açık
37	Etkisiz	o	o	o	o	o	o	o	Etkili
38	Hoşgörüsüz	o	o	o	o	o	o	o	Hoşgörülü
39	Donuk	o	o	o	o	o	o	o	Coşkulu
40	İnatçı	o	o	o	o	o	o	o	Uzlaşmacı

EK 4- ANKET UYGULAMA İZİNİ

T.C

HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Klinik Psikoloji (tezli) Yüksek Lisans öğrencisiyim. "Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinde Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi" konulu tez çalışmam için Hasan Kalyoncu Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi öğrencilerine aşağıda isimleri yer alan ölçekleri uygulamak istiyorum.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

11.05.2016

Arş. Gör. Feyza Topçu

Psikoloji Bölümü



Ölçekler:

1. Kişisel Bilgi Formu
2. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği
3. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi

*Bütün ve Fakülte
arş.*