

Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği: Türkçe Versiyonuna İlişkin İlk Psikometrik Bulgular

Resilience Evaluation Scale: First Psychometric Findings Related to the Turkish Version

Tuğba TÜRKKAN, Kenan BÜLBÜL, Hatice ODACI

ÖZ

Bu çalışmanın amacı Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin (PSDÖ) Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin değerlendirilerek, uyarlama çalışmasının yapılmasıdır. Araştırma grubunu Trabzon Üniversitesi'nde öğrenimlerine devam etmekte olan 377 kadın ve 181 erkek olmak üzere toplam 558 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcıların yaşları 18 ile 38 arasında değişmekte olup, yaşları ortalaması 19.94'tür ($S_s = 1.98$). Çalışma kapsamında yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda modelin kabul edilebilir uyum indekslerine sahip olduğu belirlenmiş ve iki boyutlu yapısına yönelik hipotez modelinin evrende doğrulandığı sonucuna varılmıştır. Ölçüt bağıntılı geçerliği sonuçlarına göre PSDÖ ile Kısa Psikolojik Sağlamlık, Yaşam Doyumu ve Oxford Mutluluk Ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Ölçeğin, Cronbach alfa değeri .85, öz yeterlik olarak adlandırılan Faktör 1'in .78 ve özgüven olarak adlandırılan Faktör 2'nin .79, olarak hesaplanmıştır. Eş değer yarılar arasındaki güvenilirlik katsayısının ise .72 ile yüksek güvenilirliğe sahip olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin üniversite öğrencileri örnekleminde psikolojik sağlamlığı ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Psikolojik sağlamlık, Ölçek uyarlama, Geçerlik, Güvenirlik

ABSTRACT

The purpose of this study is to adapt a Turkish version of Resilience Evaluation Scale (RES) and evaluate its psychometric properties. The research group consists a total of 558 students, including 377 women and 181 men who continue their education at Trabzon University. The age of students ranged from 18 to 38 and the age mean was 19.94 ($SD = 1.98$). As a result of confirmatory factor analysis conducted within the scope of the study, it was demonstrated that the model has acceptable fit indexes and it was concluded that hypothesis model for two-dimensional structure is confirmed in the universe. In the context of the criterion-related validity, significant positive correlations

Türkkan T., Bülbül K., & Odacı H., (2022). Psikolojik sağlamlığı değerlendirme ölçeği: Türkçe versiyonuna ilişkin ilk psikometrik bulgular. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science*, 12(2), 255-263. <https://doi.org/10.5961/higheredusci.897574>

Tuğba TÜRKKAN

ORCID ID: 0000-0002-3955-6597

Gümüşhane Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmetler Bölümü, Gümüşhane, Türkiye
Gumushane University, Faculty of Health Sciences, Department of Social Work, Gumushane, Turkey

Kenan BÜLBÜL (✉)

ORCID ID: 0000-0002-7527-6082

Milli Eğitim Bakanlığı, İsmail Yıldırım İlkokulu, Trabzon, Türkiye
Ministry of National Education, İsmail Yıldırım Primary School, Trabzon, Turkey
k_bulbul@hotmail.com

Hatice ODACI

ORCID ID: 0000-0002-2080-6269

Karadeniz Teknik Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Trabzon, Türkiye
Karadeniz Technical University, Faculty of Letters, Department of Psychology, Trabzon, Turkey

Geliş Tarihi/Received : 23.03.2021

Kabul Tarihi/Accepted : 28.07.2022



Bu eser "Creative Commons Atıf-GayriTicari-4.0
Uluslararası Lisansı" ile lisanslanmıştır.

were found between Resilience Evaluation Scale (RES) and Brief Resilience Scale, The Satisfaction With Life Scale and Oxford Happiness Questionnaire. The Cronbach's Alpha coefficient of the RES was calculated as .85, Factor 1 called self-efficacy .78, and Factor 2 called self-confidence as .79. Also the reliability coefficient between split-half was found to be .72 and the scale was found to have high reliability. It is concluded that the RES is a valid and reliable instrument to measure resilience level of university students.

Keywords: Resilience, Scale adaptation, Validity, Reliability

GİRİŞ

İnsanlar yaşamları boyunca çok farklı yaşam koşullarıyla yüz yüze gelebilmektedir. Bunlar kimi zaman deprem, sel, salgın hastalıklar gibi dışsal faktörlerden, kimi zaman da ihmal, istismar, şiddet, ailevi sorunlar, ölüm gibi bireysel veya kişilerarası travmatik deneyimlerden oluşmaktadır. Bununla birlikte, bu travmatik ve zorlu yaşantılar bütün bireylerde benzer sonuçlara yol açmamaktadır. Bir grup birey bu deneyimler sonucunda birtakım psikolojik bozukluklara veya riskli davranışlara daha eğilimli olurken; bazı bireyler ise içinde buldukları zor şartlara rağmen, olumsuz yaşam olaylarının üstesinden başarı ile gelebilmekte ve yaşama uyum sağlayabilmektedir.

Latince "resilire" (geri sıçramak) kökünden türetilmiş olan "resilience" kavramının (Hunter & Chandler, 1999), Türkçe alanyazında "psikolojik sağlamlık" (Bulut, Doğan & Altundağ, 2013; Gizir, 2007), "psikolojik dayanıklılık" (Basım & Çetin, 2011), "yılmazlık" (Çakar, Karataş & Çakır, 2014), "kendini toparlama gücü" (Terzi, 2006) ve "dayanıklılık (sağlamlık)" (Eminağaoğlu, 2006) olarak ifade edildiği görülmektedir. İlgili literatürde, psikolojik sağlamlık ile ilgili çeşitli tanımlamaların bulunduğu ancak küresel anlamda bu kavrama yönelik ortak bir tanımın yapılmadığı vurgulanmaktadır (Gizir, 2007; Human Development Report, 2014). Amerikan Psikoloji Derneği (2014) psikolojik sağlamlığı "sıkıntı, travma, trajedi, tehditler ve önemli stres kaynakları karşısında iyi uyum sağlama süreci" olarak tanımlamaktadır. Bir diğer tanıma göre psikolojik sağlamlık, bireyin travmatik bir yaşantıyla baş edebilme becerisi, zor durumlar karşısında yaşama uyum sağlayabilmesi ve gelecekte kendine yetebilmesi gibi durumlarla ilişkilidir (Murphy, 1987). Masten (2001) ise psikolojik sağlamlığı, uyum sağlamaya ya da gelişime yönelik tehditlere rağmen olumlu sonuçlara ulaşabilmeyle ilgili bir olgu olarak açıklamaktadır. Sapienza ve Masten (2011) tarafından psikolojik sağlamlık; gelişimi ve istikrarı tehdit eden zorluklara göğüs germe ve bu zorlukların birey üzerindeki etkilerini iyileştirme kapasitesi olarak tanımlanmıştır ve dinamik bir sistem olduğu vurgulanmaktadır. Rutter (2013) de psikolojik sağlamlığın dinamik bir süreç olduğuna dikkat çekerek, çevreden gelen risk durumları karşısında direnç gösterme ile stres ya da güçlüklerin üstesinden gelmeye işaret eden etkileşimli bir kavram olduğunu ifade etmektedir. Masten ve Coatsworth (1998) ise psikolojik sağlamlığı ciddi zorluklara karşı adaptasyon ya da gelişim gösterme yeterliği olarak açıklamışlardır. Bununla birlikte psikolojik sağlamlık ile ilgili tanımlamalar incelendiğinde bu tanımlar arasında farklılıklar bulunsa da üç temel ortak nokta dikkat çekmektedir: risk ve/veya zorluk, koruyucu faktörler (Garcia-Izquierdo vd., 2017) ve olumlu sonuçlar (Şahin & Buzlu, 2017). Tüm bu ortak noktalar göz

önünde bulundurulduğunda psikolojik sağlamlık; stres yaratan durumlar ile bireyin mücadele edebilmesi, bu durumlara uyum sağlayabilmesi ve bu konudaki yeterliliğini sürdürebilmesi ile birlikte olumlu sonuçlar elde etmesi şeklinde ifade edilebilir (Gizir, 2007).

Alanyazında psikolojik sağlamlığı yüksek kişilerin bazı ortak kişilik özellikleri bulunduğu belirtilmektedir. Bu özelliklerin bir kısmı doğuştan gelirken, bazıları da sonradan kazanılmaktadır (Toprak, 2014). Örneğin, psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin, hayatlarına dair ne yapmak istediklerine yönelik kolayca hedef belirleyebildikleri ve problemlerin ortaya çıkmasını engelleyebileceklerine inandıkları bildirilmektedir (Aydoğdu, 2013; Sezgin, 2016). Yine bu kişilerin başarı odaklı, sorunlar karşısında pozitif çözüm yolları bulan ve mücadele eden, geleceği düşünen ve planlayan, yaşadığı sorunların nedenini şansızlık gibi dışsal faktörlere yüklemek yerine, içsel yüklemeler yapma gibi bilişsel özelliklere sahip bireyler oldukları görülmektedir (Gürkan, 2006). Konu ile ilgili olarak yapılan önceki araştırmalar incelendiğinde psikolojik sağlamlığı yüksek bireylere ait ön plana çıkan diğer bazı kişilik özellikleri; kendine güven ve sosyal beceriler (Fergus & Zimmerman, 2005), benlik saygısı, kendini kontrol etme, uyumlu olma, ruh halinin sakinliği, mizah anlayışı, duyarlılık ve olaylara farklı açılardan bakabilme şeklinde sayılabilir (Kaya & Odacı, 2021; Werner & Smith, 1992). Ayrıca bu bireylerin iyi düzeyde problem çözme ve iletişim becerisine sahip oldukları bilinmektedir. Aynı zamanda kendi eylemlerinin hayatlarında yaratacağı olumlu etkiye inancı olan kişilerin de yüksek psikolojik sağlamlığa sahip olduğu düşünülmektedir (Werner, 1996). Yaşanan olumsuz olaylar karşısında kendini hızla toparlayabilen bu kişilerin, bağımsız hareket edebilmesi ve gelecekle ilgili olumlu bir inanca sahip olması beklenmektedir (Benard, 2007). Bununla birlikte literatürde psikolojik sağlamlığın değişmez, sabit bir kişilik özelliği olmadığı vurgulanmakta (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000) ve zamanla artma durumu olabileceği gibi azalma ihtimalinin de bulunduğu ifade edilmektedir (Yılmaz-Irmak, 2004). Bundan dolayı psikolojik sağlamlığın öğrenilen ve geliştirilebilen bir davranış biçimi olduğunu söylemek mümkündür (Masten, 2001). Başka bir deyişle psikolojik sağlamlığın gelişimin bir fonksiyonu olarak zamanla değişebildiği ve dinamik bir süreç olduğu, zorlu yaşam olayları ile başarılı şekilde baş etme ve sağlıklı uyum sağlama becerilerini içeren değişim ve gelişim süreçlerini kapsadığı söylenebilir (Luthar & Cicchetti, 2000).

Araştırmacılar tarafından bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ölçmek amacıyla çeşitli ölçme araçları geliştirilmiştir. Kavramın ölçülmesinde kullanılan ölçekler daha çok iyileşme, direnç, uyum gösterme veya başarılı olmak yerine psikolojik

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmaya başlamadan önce Gümüşhane Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan çalışmanın etik kurallara uygunluğunu gösteren 2018/10 sayılı etik kurul izni ile araştırma kapsamında kullanılan ölçekler için yasal izinler alınmıştır. Çalışmanın verileri zaman, para ve iş gücü açısından kolaylık sağlayan basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle belirlenen gönüllü katılımcılardan elde edilmiş olup, çalışma grubunu 2018-2019 eğitim öğretim yılı bahar döneminde Trabzon Üniversitesi Eğitim Fakültesinin çeşitli bölümlerinde öğrenimlerini sürdürmekte olan ve yaşları 18 ile 38 arasında değişen ($X=19.94$, $Ss=1.98$) 377'si kadın, 181'i erkek toplam 558 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği (PSDÖ): Ölçek Van Der Meer ve diğerleri (2018) tarafından geliştirilmiştir. Araştırmacılar AFA sonucunda 2 faktörlü (öz-yeterlik ve özgüven) bir yapı elde etmişlerdir. Her bir madde 5'li dereceleme sistemi ile yanıtlanmaktadır. Ölçekte ters kodlanan maddeler bulunmamaktadır. Faktör 1 (2., 3., 4., 5., 6. ve 8. Maddeler) "öz yeterlik" ve Faktör 2 (1., 7. ve 9. Maddeler) "özgüven" olarak adlandırılmıştır. PSDÖ'nün iki faktörlü yapısını incelemeye yönelik yapılan DFA sonucunda uyum iyiliği değerleri $\chi^2 = 98.418$, $df = 19$, $CFI = 0.985$, $TLI = 0.971$, $RMSEA = 0.089$ olarak tespit edilmiştir. PSDÖ'nün güvenilirliğini belirlemeye dayalı yapılan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısının Almanca konuşan grup için .84, İngilizce konuşan grup için .90 olduğu bulunmuştur. Ölçekten alınan puanların yükselmesi, yüksek psikolojik sağlamlık düzeyine işaret etmektedir.

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ): Psikolojik sağlamlık düzeyini tespit etmeye yönelik geliştirilen ölçeğin (Smith vd., 2008) Türkçe uyarlama çalışması Doğan (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçek altı maddelik olup, her soru beş seçeneikli Likert tarzında yapılandırılmıştır. Elde edilen yüksek puanlar kişinin psikolojik sağlamlığının yüksek düzeyde olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin test tekrar test güvenirlik katsayısı .62 ve .69 arasında hesaplanmış ve Cronbach alfa değeri .83 olarak belirlenmiştir (Doğan, 2015). Ölçeğin mevcut çalışma için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .82, DFA sonucunda elde edilen uyum iyiliği değerleri ise $\chi^2/df= 3.26$, $GFI= .986$, $CFI= .984$, $RMSEA= .064$ olarak hesaplanmıştır.

Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu (OMÖ-K): Bireylerin mutluluk düzeylerini ölçmek amacıyla Hills ve Argyle (2002) tarafından tasarlanan ölçeğin, Türkçe uyarlamasını Doğan ve Çötök (2011) gerçekleştirmiştir. Ölçek tek faktörlü yapıda ve yedi maddeden oluşan, öz bildirim dayalı, beşli Likert tarzı bir ölçektir. Ölçeğe yönelik iç tutarlık katsayısı .74, test tekrar test güvenirlik katsayısı ise .85 bulunmuştur. Ölçekten alınacak puanlar 7 ve 35 arasında değişmekte olup, alınan puanların yükselmesi bireylerin mutluluk düzeyinin de arttığı sonucunu ortaya çıkarmaktadır (Doğan ve Çötök, 2011). Ölçeğin bu çalışma için Cronbach alfa değeri .71, DFA sonucunda elde edilen uyum iyiliği değerleri ise $\chi^2/df= 2.43$, $GFI= .985$, $CFI= .975$, $RMSEA= .051$ olarak bulgulanmıştır.

sağlamlığı arttırabilecek veya sağlayabilecek özellikler üzerine yoğunlaşmışlardır (Smith vd., 2008). Örneğin, Connor ve Davidson (2003) tarafından geliştirilen ölçekte daha çok stresle baş etme becerisi ve uyumluluğa odaklanılmış ve psikolojik sağlamlık süreci bir bakıma göz ardı edilmiştir. Ryan ve Caltabiano (2009) geliştirdikleri yetişkin yılmazlık ölçeğinde öz-yeterlik, aile ve sosyal ağlar, azim, iç kontrol odağı, başa çıkma ve uyum gibi yapıları ölçmüşlerdir. Wagnild ve Young (1993) ise öz-yeterlik ve yaşamı kabul boyutlarıyla psikolojik sağlamlığı değerlendirmeye çalışmaktadırlar. Türkçe alanyazın incelendiğinde de psikolojik sağlamlığı ölçmeyi amaçlayan çeşitli ölçme araçlarının bulunduğu görülmektedir. Örneğin Smith ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilen ve Doğan (2015) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği bireylerin kendini toparlama, yeniden iyileşme, eski işlevselliğine dönme ve yeniden uyum sağlama özelliklerini ölçmektedir. Friberg ve diğerleri (2003) tarafından geliştirilen ve Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği özellikle ruhsal sağlığın tekrar kazanılması ve sürdürülmesinde temel koruyucu faktörlerin neler olduğunu belirlemeyi amaçlamaktadır (Friberg ve ark. 2003). Gürkan (2006) tarafından yılmazlıkla ilişkili olumlu ve olumsuz yapıları belirlemek üzere geliştirilen Yılmazlık Ölçeği ise kontrol odağı, problem çözme becerisi, öğrenilmiş çaresizlik, umutsuzluk kavramlarını ölçmeyi hedeflemektedir. Görüldüğü üzere, bahsedilen ölçekler psikolojik sağlamlık faktörlerinin bileşimini ele almakta ve bu ölçme araçlarının birçoğu psikolojik sağlamlığın çok boyutlu ve karmaşık yapısını ölçmede yetersiz kalmaktadır. Oysa stresli olaylar karşısında bir direnç kaynağı olarak değerlendirilen psikolojik sağlamlığın (Kobasa, 1979) farklı faktörlerinin belirlenmesi ve bu faktörlerin güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçülmesi araştırmalar ve klinik uygulamalar açısından çok önemlidir. Bu çalışmada Van Der Meer ve diğerleri (2018) tarafından geliştirilmiş olan Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin üniversite öğrencilerinden oluşan örnekleme Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapılarak literatürde bulunan psikolojik sağlamlık ölçeklerine alternatif bir ölçeğin Türk kültürüne kazandırılması amaçlanmaktadır. Mevcut ölçekle, psikolojik sağlamlığın altında yatan iki potansiyel yapı olan özgüven (bireyin belirli bir aktiviteyi başarılı biçimde yerine getireceğine yönelik inancı) ve öz yeterlik (bireyin karşılaşılabileceği güçlüklerde, olayın üstesinden gelip gelemeyeceğine ilişkin kendine duyduğu inanç) değerlendirilmektedir. Yapılan araştırmalarda, özgüven ve öz yeterlilik gibi içsel kapasitelerin stresli olaylardan sonraki olumlu sonuçlarla ilişkili olduğu ve travma sonrası stres bozukluğu semptomlarına karşı koruyucu bir faktör olduğu belirlenmiştir (Bonanno, Rennicke, & Dekel, 2005; Schok, Kleber, & Lensvelt-Mulders, 2010). Bu kapsamda bu ölçeğin, stresli yaşam koşullarının ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerini azaltan "koruyucu faktörlerin" belirlenmesinde ve psikolojik sağlamlığın hangi değişkenlerden etkilendiğini belirlemeye yönelik çalışmalarda literatüre katkı sunacağı düşünülmektedir. Mevcut ölçek kısa bir ölçme aracı olmakla birlikte, alanda çalışan uzmanların psikolojik sağlamlığı diğer ölçme araçlarından farklı bir perspektif ile değerlendirmelerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği 200 katılımcı ile değerlendirilmiştir. Ölçek özgün formunda 5 madde ve yedili likert tipinde bir ölçektir. İfadeler 1 ile 7 arasında ve “Kesinlikle Katılmıyorum” ile “Tamamen Katılıyorum” şeklinde puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçekte alınan puanların yükselmesi yaşam doyumunun da yükseldiğini ifade etmektedir. Ölçeğin güvenilirlik katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Bu çalışma için Cronbach alfa değeri .83, DFA sonucunda elde edilen uyum iyiliği değerleri $\chi^2/df= 1.20$, GFI= .996, CFI= .999, RMSEA= .019 olarak belirlenmiştir.

İşlemler ve Veri Analizi

Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması için öncelikli olarak Christianne A. I. van der Meer ile iletişime geçilerek ölçek kullanım izni alınmış ve sonrasında Türkçeye çeviri işlemleri gerçekleştirilmiştir. Buna göre ölçeğin İngilizce formu PDR alanından üç akademisyen tarafından Türkçeye çevrilmiş, daha sonra ölçeği önceden görmemiş olan ve dil yeterliliğine sahip üç öğretim üyesi yeniden İngilizceye çevirmiştir. Çeviriler incelenerek her maddeyi en iyi temsil ettiğine karar verilen çeviri ifadeleri benimsenerek ölçeğe son şekli verilmiştir. Ardından elde edilen İngilizce çeviri yeniden elektronik posta aracılığıyla Christianne A. I. van der Meer'e gönderilmiş ve kendisinden oluşturulan geri çevirinin kontrolünün yapılması istenmiştir. Bu işlemler sonucunda oluşturulan Türkçe form ve İngilizce orijinal form ikişer haftalık ara ile İngilizce Öğretmenliği Bölümü'nde öğrenimlerini sürdürmekte olan gönüllü 46 öğrenciye uygulanmış ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı .97 ile yüksek düzeyde korelasyon hesaplanmıştır ($p < .01$). Dolayısıyla orijinal form ile Türkçe formun birbirine eşdeğer olduğu kabul edilmiş ve uygulamalara geçilmiştir. Katılımcılara ölçme araçları yüz yüze uygulanmıştır.

Verilerin analizinde DFA, iç tutarlık, eş değer yarılar, madde-toplam korelasyonu, alt-üst %27 gruplar arasındaki farklılıklar ve ölçüt bağımlı geçerlik yöntemleri kullanılmıştır. Analizler SPSS 24 ve AMOS 24 paket programları aracılığıyla yapılmıştır.

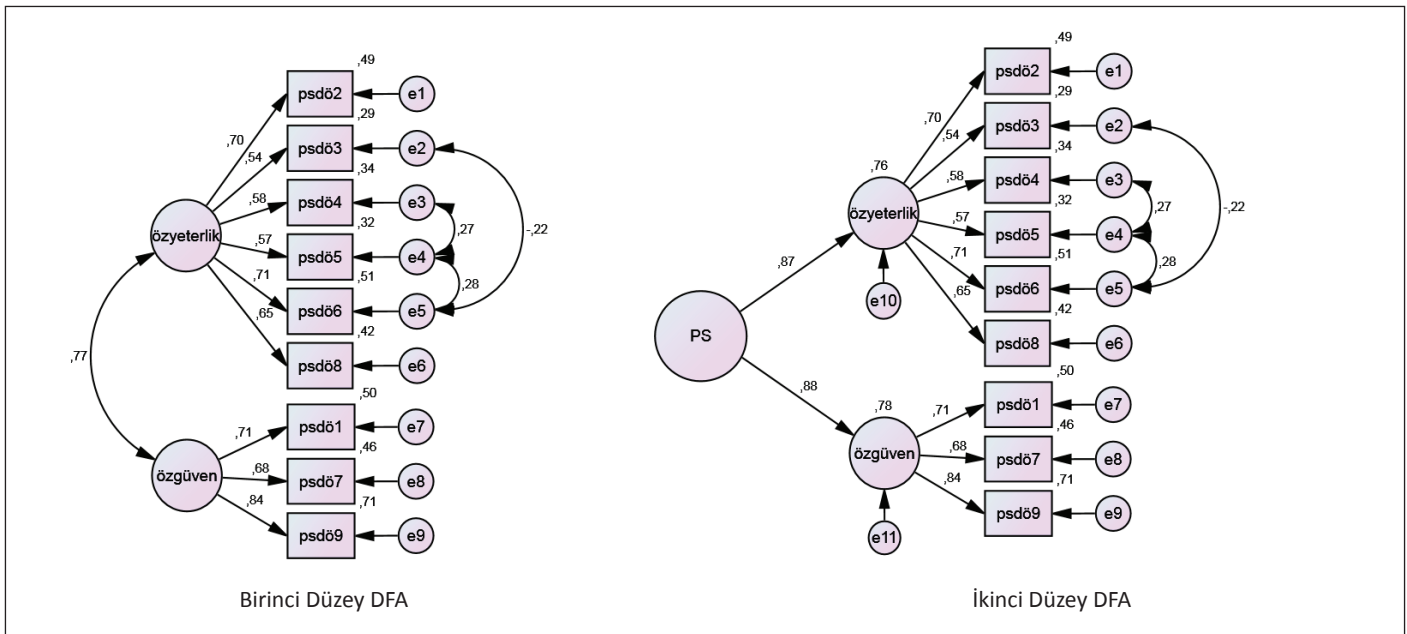
BULGULAR

Van Der Meer ve diğerleri (2018) tarafından AFA ile keşfedilen ve DFA ile doğrulanmış olan Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin iki boyutlu yapısının Türk örnekleminde geçerliği SPSS 24 ve AMOS 24 programı aracılığıyla birinci ve ikinci düzey Doğrulamalı Faktör Analizi ile test edilmiştir. Şekil 1'de Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin 2 boyutlu yapısına yönelik birinci ve ikinci düzey DFA sonuçları sunulmaktadır.

Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği için yapılan DFA analizi sonucunda öncelikle standardize edilmiş regresyon katsayılarının anlamlılığı incelenmiştir (Tablo 1).

Tablo 1'e göre Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin birinci düzey DFA sonucu elde edilen standardize edilmiş regresyon katsayıları incelendiğinde elde edilen değerlerin .54 ile .85 arasında, ikinci düzey DFA sonucunda elde edilen standardize edilmiş regresyon katsayılarının ise .87 ile .88 arasında değiştiği ve tüm yol katsayılarının anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p < .001$). Ayrıca Tablo 1 incelenmeye devam edildiğinde, gözlemlenen değişkenlerin temsil ettikleri gizil değişkeni açıklama varyanslarının da birinci düzey DFA'da .30 ile .71, ikinci düzey DFA'da ise .76 ile .78 arasında olduğu görülmektedir.

Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin uygulanan örneklem üzerinde geçerliğini tespit edebilmek amacıyla gerçekleştirilen DFA sonucunda modele yönelik uyum iyiliği değerleri incelenmiştir. Bu kapsamda elde edilen bulgulara Tablo 2' de yer verilmiştir.



Şekil 1: Psikolojik sağlamlığı değerlendirme ölçeği çok faktörlü dfa sonuçları (standart katsayılar).

Tablo 2'ye göre önerilen modifikasyonlar tamamlandıktan sonra hem birinci düzey ($\chi^2/df= 3.77$, GFI= .967, AGFI= .935, NFI= .951, CFI= .964, RMSEA= .071, SRMR= .040) hem de ikinci düzey ($\chi^2/df= 3.77$, GFI= .967, AGFI= .935, NFI= .951, CFI= .964, RMSEA= .071, SRMR= .040) DFA sonucunda elde edilen model uyum iyiliği değerlerinin iyi düzeyde uyum gösterdiği anlaşılmaktadır (Bayram, 2016; Kline, 2016; Tabachnick & Fidell, 2014). Dolayısıyla tüm bu bulgular Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin iki boyutlu yapısına yönelik hipotez modelin evrende doğrulandığını göstermektedir.

Ölçüt Bağlantılı Geçerlik

Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlık ile ilgili ortaya konulan araştırma bulguları psikolojik sağlamlığın, yaşam doyum ve benlik saygısı ile yakından ilişkili olduğunu göstermektedir (Arslan, 2019; Eryılmaz, 2012; Kararımak & Çetinkaya, 2011; Seki & Dilmaç, 2020; Ülker & Receptoğlu, 2013; Yakıcı & Traş, 2018). Dolayısıyla bu çalışmada ölçeğin ölçüte dayalı geçerliğini tespit etmek amacıyla Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (Doğan, 2015), Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu (Doğan & Çötök, 2011), Yaşam Doyumu Ölçeği (Köker, 1991) ölçüt olarak alınmıştır. Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği ile ölçüt

ölçekler arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile incelenmiştir (Tablo 3).

Tablo 3'te görüldüğü üzere bulgular Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği ile Kısa Psikolojik Sağlamlık ($r= .57$, $p< .01$) Yaşam Doyumu Ölçeği ($r= .35$, $p< .01$) ve Oxford Mutluluk Ölçeği ($r= .51$, $p< .01$) arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir.

Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği Madde Analizi ve Güvenirlik Çalışması

Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği maddelerinin ölçütleri nitelikler bakımından bireyleri ayırt etmede yeterli olup olmadıklarını ve ölçülmek istenen niteliği doğru ölçme durumunu tespit etmek amacıyla öncelikle madde-toplam korelasyon değerleri incelenmiş ve ölçekten alınan puanlara dayalı olarak kişiler alt-üst %27'lik gruplar şeklinde sınıflandırılmış ve bu grupların puan farklarının anlamlılığının belirlenmesi için bağımsız gruplar için t-testi kullanılmıştır. Ayrıca ölçme aracının güvenirliliği Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ve iki yarı test korelasyonları ile hesaplanmıştır (Tablo 4).

Tablo 4'te görüldüğü üzere Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin iç tutarlık katsayısı .85, eş değer yarılar arasındaki

Tablo 1: PSDÖ DFA Madde Faktör Yük Değerleri

DFA			β_0		β_1		R^2		S.H	
	1.D.	2.D.	1.D.	2.D.	1.D.	2.D.	1.D.	2.D.	1.D.	2.D.
özyeterlik	<---	PS		.53		.87**		.76		.03
özgüven	<---	PS		.53		.88**		.78		.03
psdö2	<---	özyeterlik	1	1.00	.70**	.70**	.49	.49		
psdö3	<---	özyeterlik	.85	.85	.54**	.54**	.30	.30	.08	.08
psdö4	<---	özyeterlik	.84	.84	.58**	.58**	.34	.34	.07	.07
psdö5	<---	özyeterlik	.92	.92	.57**	.57**	.32	.32	.08	.08
psdö6	<---	özyeterlik	.98	.98	.71**	.71**	.51	.51	.07	.07
psdö8	<---	özyeterlik	.93	.93	.65**	.65**	.42	.42	.07	.07
psdö1	<---	özgüven	1	1.00	.71**	.71**	.50	.50		
psdö7	<---	özgüven	1.00	.99	.68**	.68**	.46	.46	.07	.07
psdö9	<---	özgüven	1.17	1.17	.85**	.85**	.71	.71	.07	.07

** $p< .001$, β_0 = Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları, β_1 = Standardize Edilmiş Regresyon Kat Sayıları, 1. D.= 1. Düzey DFA, 2. D.= 2. Düzey DFA, S.H.= Standart Hata.

Tablo 2: Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği DFA Sonucu Model Uyum İndeksleri Tablosu

DFA	Modifikasyon	χ^2/df	GFI	AGFI	NFI	CFI	RMSEA	SRMR
		6.38	.935	.888	.920	.920	.098	.058
1. Düzey	e2↔e5 arasına hata korelasyonu eklendi	5.52	.949	.908	.923	.935	.090	.052
	e3↔e4 arasına hata korelasyonu eklendi	4.84	.955	.916	.935	.947	.083	.048
	e4↔e5 arasında hata korelasyonu eklendi	3.77	.967	.935	.951	.964	.071	.040
2. Düzey		6.38	.935	.888	.907	.920	.098	.058
	e2↔e5 arasına hata korelasyonu eklendi	5.52	.949	.908	.923	.935	.090	.052
	e3↔e4 arasına hata korelasyonu eklendi	4.84	.955	.916	.935	.947	.083	.048
	e4↔e5 arasında hata korelasyonu eklendi	3.77	.967	.935	.951	.964	.071	.040

Tablo 3: Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği ve Ölçüt Ölçekler Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Korelasyon Katsayıları

		1	2	3	4
1	PSDÖ	1			
2	KPSÖ	.57*	1		
3	YDÖ	.35*	.19*	1	
4	OMÖ-K	.51*	.38*	.66*	1
Minimum		1.00	6.00	5.00	10.00
Maksimum		36.00	30.00	25.00	35.00
Ortalama		24.51	19.13	15.51	23.66
SS.		5.41	4.02	4.05	4.25

* $p < .01$.**Tablo 4:** Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeğine İlişkin Madde Analizleri

Madde	Ort.	Ss.	Madde-Toplam Korelasyon (n= 558)	Alt-Üst %27 ($n_1=n_2=150$) (t)
PSDÖ 1. Kendime güvenirim.	2.91	0.85	.70*	-17.23*
PSDÖ 2. Zor bir duruma kolayca uyum sağlayabilirim.	2.49	0.87	.71*	-18.03*
PSDÖ 3. Güçlükler karşısında azimle mücadele edebilirim.	2.84	0.95	.60*	-13.91*
PSDÖ 4. Herhangi bir başarısızlık yaşadktan sonra, kaldığım yerden kolayca devam edebilirim.	2.42	0.88	.66*	-17.31*
PSDÖ 5. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi kısa sürede toparlarım.	2.40	0.98	.67*	-18.61*
PSDÖ 6. Beklenmedik sorunlarla iyi bir şekilde baş edebilirim.	2.49	0.84	.70*	-17.52*
PSDÖ 7. Kendime değer veririm.	3.15	0.89	.63*	-13.36*
PSDÖ 8. Aynı anda birçok şeyle başa çıkabilirim.	2.68	0.88	.67*	-16.05*
PSDÖ 9. Kendime inanırım.	3.11	0.84	.74*	-18.29*
Cronbach alfa= .85 (Öz-yeterlik=.78. Özgüven = .79)				
Spearman Brown İki Yarı Test Korelasyonu= .72				

* $p < .01$.

korelasyon değerine yönelik Sperm Brown eş değer yarılar güvenirlik katsayısının ise .72 olduğu belirlenmiştir. Bu değerlerin ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğu sonucunu verdiği söylenebilir. Ayrıca ölçeğin alt boyutlarından elde edilen Cronbach alfa katsayıları incelendiğinde ölçeğin öz-yeterlik alt boyutunun .78, özgüven alt boyutunun ise .79 ile yine yüksek düzeyde güvenilirliğe sahip olduğu tespit edilmiştir. Madde-toplam korelasyon değerlerine bakıldığında tüm değerlerin .30'dan büyük oldukları görülmüştür. İlgili literatür, bu durumun ölçek maddelerinin geçerliğine yönelik kanıt olarak değerlendirilebileceğine işaret etmektedir (Field, 2013). Alt-üst %27 gruplar arasındaki puan farkları incelendiğinde, tüm maddelerin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır ($p < .01$). Yukarıda sıralanan analizler doğrultusunda, ölçek maddelerinin psikolojik sağlamlık açısından üniversite öğrencilerini ayırt edebildiği belirlenmiştir.

Özetle, yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgulara göre Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin (PSDÖ) iki boyutlu yapısı ile üniversite öğrencileri örnekleminde geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu söylemek mümkündür.

Ölçeğin Puanlanması

PSDÖ 5'li likert tipinde bir ölçek olup, "Tamamen katılmıyorum" (0), "Katılmıyorum" (1), "Kararsızım" (2), "Katılıyorum" (3), "Tamamen Katılıyorum" (4) şeklinde cevaplama anahtarına sahiptir. Ölçekte tersten kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek olası puanlar 0-36 arasında olup, alınan puanların yüksek olması psikolojik sağlamlığın da yüksek olduğu şeklinde yorumlanmaktadır.

TARTIŞMA

Bu çalışma ile Van Der Meer ve diğerleri (2018) tarafından bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilen Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin (PSDÖ), psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi ve Türkçe uyarlama çalışmasının yapılması amaçlanmıştır. Ölçeğin çeviri işlemleri sonrasında İngilizce ve Türkçe formları arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliği kapsamında yapılan doğrulayıcı faktör analizinde 9 maddeli iki faktörlü bir yapının hedef örnekleme de doğrulandığı gözlenmiştir. DFA sonucunda oluşturulan bu

modelin uyum indekslerinin tamamının iyi düzeyde olduğu söylenebilir. (Kline, 2016; Tabachnick & Fidell, 2014). Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının gerçekleştirildiği bu çalışmada, PSDÖ' nün iç tutarlık katsayısı .85, eş değer yarılar arasındaki korelasyon değerine yönelik Spermman Brown eş değer yarılar güvenilirlik katsayısının ise .72 olduğu bulgulanmıştır. Bu değerler ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir. Ayrıca ölçeğin alt boyutlarından elde edilen Cronbach alfa katsayıları incelendiğinde öz-yeterlik alt boyutunun .78, özgüven alt boyutunun ise .79 değeri ile yüksek düzeyde güvenilirliğe sahip olduğu tespit edilmiştir. Madde-toplam korelasyon değerlerine bakıldığında tüm değerlerin .30'dan büyük oldukları görülmüştür. Bu durum ölçek maddelerinin geçerliğine yönelik kanıt olarak değerlendirilebilir (Field, 2013). İlgili alanyazın incelendiğinde, Van der Meer ve diğerlerinin geliştirdikleri Psikolojik Sağlamlığı Değerlendirme Ölçeği'nin İngilizce ve Felemenkçe konuşan iki farklı grup için de doğrulayıcı faktör analizi ve güvenilirlik analizlerini gerçekleştirdiği görülmektedir (Van der Meer vd., 2018). Buna göre hem İngilizce hem de Felemenkçe konuşan grup için yapılan DFA'da ölçeğin mevcut çalışmanın bulgularına paralel olarak iyi düzeyde uyum gösterdiği tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmacıların yaptıkları güvenilirlik analizi sonuçlarına göre, İngilizce ve Felemenkçe konuşan gruplar için ölçeğin toplam puanına ve öz yeterlik ve öz güven alt ölçeklerine yönelik hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayılarının Türk örnekleme için yapılan güvenilirlik analizi bulgularıyla örtüştüğü ve ölçeğin yüksek düzeyde güvenilirliğe sahip olduğu belirlenmiştir.

Ölçeğin ölçüt bağımlı geçerlik çalışmaları kapsamında gerçekleştirilen analiz sonuçlarına göre, psikolojik sağlamlık ile bireylerin yaşam doyumu ve mutluluk düzeyleri arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. İlgili alanyazında bu sonuçları destekleyen farklı çalışmalarında bulunduğu görülmüştür (Akbar vd., 2014; Balgiu, 2017; Kong, Wang Hu & Liu, 2015; Lee, Kim & Park, 2017; Shetty, 2015; Yakıcı & Traş, 2018; Yang, Zhou, Cao, Xia, & An, 2019). Örneğin Arslan (2019) tarafından yürütülen bir çalışmada; psikolojik sağlamlık, yaşam doyumu ve benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Lise öğrencileri ile gerçekleştirilen bir diğer çalışmada, benlik saygısının psikolojik sağlamlığın önemli bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir (Karataş & Çakar, 2011). Ayrıca araştırmalar, psikolojik sağlamlık düzeylerinin bireylerin yaşam doyumu ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Bajaj & Pande, 2016; Shi, Wang, Bian & Wang, 2015). Yukarıda bahsedilen çalışmalarda görüldüğü üzere, psikolojik sağlamlığın bireylerin iyi oluşu üzerinde önemli etkisi olduğu anlaşılmaktadır. Bu anlamda bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerine ilişkin bilgilerin, stresli yaşam olaylarının benlik saygısı ve yaşam doyumu üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmayı amaçlayan müdahale programlarının geliştirilmesinde faydalı olacağı düşünülmektedir.

Mevcut çalışma ile alana önemli bir ölçme aracı kazandırılmıştır bunun yanında bazı sınırlılıklardan bahsetmek de mümkündür. Öncelikle PSDÖ'nün Türkçeye uyarlama çalışması, çoğunluğu kadınlardan meydana gelen ve Türkçe bilen üniversite öğrencilerinden oluşan bir örneklem grubu üzerinde yürütülmüştür.

Dolayısıyla gelecek çalışmalarda ölçeğin psikometrik özelliklerinin farklı yaş dönemlerinde olan, eğitim yaşantısı bulunmayan ve travmatik yaşantılara sahip bireylerden oluşan daha geniş bir örnekleme değerlendirilmesi önerilmektedir. Ayrıca araştırmanın veri toplama araçları Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu ve Yaşam Doyumu Ölçeği olarak adlandırılan öz bildirim ölçekleri ile sınırlıdır. Bundan sonraki çalışmalarda veri toplama sürecinde farklı veri toplama araçlarından yararlanılabilir. Bu araştırma kapsamında PSDÖ' nün test tekrar test güvenilirlik analizi yapılmamıştır. Bu nedenle ileride yapılacak araştırmalarda ölçeğin test tekrar-test güvenilirliğine bakılması uygun olacaktır.

Sonuç olarak, PSDÖ'nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bulgulara dayanarak bu ölçeğin Türkçeye başarılı bir şekilde uyarlanarak kullanıma hazır ve bireylerin psikolojik sağlamlıklarını tespit etmede psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir bir araç olduğu söylenebilir. Ölçekte bulunan madde sayısının az olması, farklı popülasyonlarda ruh sağlığı ve psikolojik sağlamlık ile ilgili çalışmalar için katılımcı ve araştırmacılar açısından avantaj olarak değerlendirilmektedir. Ayrıca eğitim-öğretim süreci içerisinde olumsuz yaşantıları bulunan ve risk grupları içerisinde yer alan öğrencilere yönelik olarak gerçekleştirilecek önleyici ve müdahale edici çalışmalar için uyarlanan ölçme aracının okul ruh sağlığı hizmetlerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Akbar, M., Akram, M. J., Ahmed, M., Hussain, M. S., Lal, V., & Ijaz, S. (2014). Relationship between resilience and life satisfaction among Nomadic. *International Journal of Innovation and Applied Studies*, 6, 515-529.
- Arslan, G. (2019). Mediating role of the self-esteem and resilience in the association between social exclusion and life satisfaction among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 151, 109514.
- Aydoğdu, T. (2013). *Bağlanma stilleri, başa çıkma stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Bajaj, B., & Pande, N. (2016). Mediating role of resilience in the impact of mindfulness on life satisfaction and affect as indices of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 93, 63-67.
- Balgiu, B. A. (2017). Self-esteem, personality and resilience: Study of a students emerging adults group. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 1, 93-99.
- Basım, N., & Çetin, F. (2011). The reliability and validity of the resilience scale for adults Turkish version. *Turkish Journal of Psychiatry*, 22(2), 104-114.
- Bayram, N. (2016). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş amos uygulamaları*. Bursa: Ezgi Kitabevi.
- Benard, B. (2007). The foundations of the resiliency paradigm. In N. Henderson, B. Benard, & N. Sharp-Light (Eds.), *Resiliency in action: Practical ideas for overcoming risks and building strengths in youth, families, and communities* (pp. 3– 9). San Diego, CA: Resiliency in Action.

- Bonanno, G. A., Rennicke, C., & Dekel, S. (2005). Self-enhancement among high exposure survivors of the September 11th terrorist attack: Resilience or social maladjustment? *Journal of Personality and Social Psychology, 88*, 984-998.
- Bulut, S., Doğan, U., & Altundağ Y. (2013). Adolescent psychological resilience scale: Validity and reliability study. *Sucremena Psikologija, 16*(1), 21-32.
- Carver, C. S. (1998). Resilience and thriving: Issues, models, and linkages. *Journal of Social Issues, 54*, 245-266.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research methods in education* (8th. ed.). New York: Routledge.
- Çakar, F. S., Karataş, Z., & Çakır, M. A. (2014). Yetişkin Yılmazlık Ölçeği: Türk kültürüne uyarlanması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 32*, 22-39.
- Doğan, T. (2015). Adaptation of the Brief Resilience Scale into Turkish: A validity and reliability study. *The Journal of Happiness and Well-Being, 3*(1), 93-102.
- Doğan, T., & Çötök, A. N. (2011). Adaptation of the short form of the Oxford Happiness Questionnaire into Turkish: A validity and reliability study. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 4*, 165-172.
- Eminağaoğlu, N. (2006). *Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (sağlamlık)* (Yayınlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Eryılmaz, S. (2012). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A frame work for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review Public Health, 26*, 399-419.
- Friborg, O., Hjemdal, O., & Rosenvinge JH ve ark. (2003) A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *Int J Methods Psychiatr Res, 12*:65-76.
- García-Izquierdo, M., Meseguer de Pedro, M., R'ios-Risquez, I., & Sa'nchez, I. S. (2017). Resilience as a moderator of psychological health in situations of chronic stress (burn out) in a sample of hospital nurses. *Journal of Nursing Scholarship, 50*(2), 228-236.
- Garmezy, N., Masten, A. S., & Tellegen, A. (1984). The study of stres and competence in children: A building block for develop mental psychopathology. *Child Development, 55*, 97-111.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi, 28*, 113-128.
- Gürgan, U. (2006). Yılmazlık Ölçeği (YÖ): Ölçek geliştirme, güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 39*(2), 45-74.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences, 33*, 1073-1082.
- Human Development Report (2014). Sustaining human progress: Reducing vulnerabilities and building resilience. Retrieved from <http://hdr.undp.org/sites/default/files/hdr14-report-en-1.pdf>
- Hunter, A. J., & Chandler, G. E. (1999). Adolescent resilience. *Image: Journal of Nursing Scholarship (Third Quarter), 31*, 243-247.
- Joreskog, K. G., & Sorbom, D. (1996). *LISREL 8: Structural equation modeling*. Chicago: Scientific Software International.
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4rd Ed.). New York: Guilford Press.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*(26), 129-142.
- Kararımak, Ö., & Çetinkaya, R. S. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(35), 30-41.
- Karataş, Z., & Çakar, S. F. (2011). Self-esteem and hopelessness, and resiliency: An exploratory study of adolescents in Turkey. *International Education Studies, 4*(4), 84-91.
- Kaya, F., & Odacı, H. (2021). Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği kısa formu: Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *HAYEF: Journal of Education, 17*(2), 38-54.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology, 37*(1), 1-11.
- Kong, F., Wang, X., Hu, S., & Liu, J. (2015). Neural correlates of psychological resilience and their relation to life satisfaction in a sample of healthy young adults. *Neuro Image, 123*, 165-172.
- Lee, Y. E., Kim, E., & Park, S. Y. (2017). Effect of self-esteem, emotional intelligence and psychological well-being on resilience in nursing students. *Child Health Nursing Research. Korean Academy of Child Health Nursing, 23*(3), 385-393.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development, 71*(3), 543-562.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology, 12*, 857-885.
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology, 2*, 425-444.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience process in development. *American Psychologist, 56*, 227-238.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist, 53*(2), 205-220.
- Murphy, L. B. (1987). Further reflections on resilience. In E. J. Anthony, & B. J. Cohler (Eds), *The invulnerable child* (pp. 84-105). New York: Guilford.
- Rutter, M. (2007). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of New York Academy of Sciences, 1*(1094), 1-12.
- Rutter, M. (2013). Annual research review: Resilience-clinical implications. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 54*(4), 474-487.
- Ryan, L., & Caltabiano, M. (2009). Development of a new resilience scale: The resilience in midlife scale. *Asian Social Science, 5*(11), 39-51.

- Sapientza, J. K., & Masten, A. S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion Psychiatry, 24*, 267-273.
- Sezgin, K. (2016). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık ve dindarlık düzeylerinin incelenmesi (Dicle Üniversitesi örneği)* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dicle Üniversitesi: Diyarbakır.
- Schok, M. L., Kleber, R. J., & Lensvelt-Mulders, G. J. (2010). A model of resilience and meaning after military deployment: Personal resources in making sense of war and peacekeeping experiences. *Aging Mental Health, 14*, 328-338.
- Seki, T., & Dilmaç, B. (2020). Benlik saygısı ve ilişkisel faktörler: Bir meta-analiz çalışması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 18(2)*, 349-369.
- Shi, M., Wang, X., Bian, Y., & Wang, L. (2015). The mediating role of resilience in the relationship between stress and life satisfaction among Chinese medical students: A cross-sectional study. *BMC Medical Education, 15(1)*, 2-7.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine, 15*, 194-200.
- Shetty, V. (2015). Resiliency, hope and life satisfaction in midlife. *IOSR Journal Of Humanities and Social Science, 20(6)*, 29-32.
- Şahin, G., & Buzlu, S. (2017). The mediating role of perceived stress on relationship of resilience with self efficacy social support and the effective coping skills in nursing students. *Journal of Anatolia Nursing and Health Sciences, 20(2)*, 122-136.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2014). *Using multivariate statistics*. (6th). London: Pearson Education Limited.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini Toparlama Gücü Ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi, 26*, 77-86.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*, 320-333.
- Tusaie, K., & Dyer, J. (2004). Resilience: A historical review of the construct. *Holistic Nursing Practice, 18*, 3-8.
- Ungar, M. (2016). *The resilience research centre adult resilience measure (RRC-ARM)*. Canada: Resilience Research Centre.
- Ülker, T. G., & Receptoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi, 3(3)*, 205-213.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement, 1*, 165-178.
- Werner, E. E. (1996). Vulnerable but invincible: High risk children from birth to adulthood. *European Child and Adolescent Psychiatry, 5*, 47-51.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High-risk children from birth to adulthood*. Ithaca, New York: Cornell University Press.
- Van der Meer, C.A.I., te Brake, H., van der Aa, N., Dashtgard, P., Bakker, A., & Olf, M. (2018). Assessing psychological resilience: Development and psychometric properties of the English and Dutch version of the Resilience Evaluation Scale (RES). *Frontiers in Psychiatry, 9(169)*, 1-11.
- Yakıcı, E., & Traş, Z. (2018). Life satisfaction and loneliness as predictive variables in psychological resilience levels of emerging adults. *Research on Education and Psychology, 2(2)*, 176-184.
- Yang, C., Zhou, Y., Cao, Q., Xia, M., & An, J. (2019). The relationship between self-control and self-efficacy among patients with substance use disorders: Resilience and self-esteem as mediators. *Frontiers in Psychiatry, 10*, 1-10.
- Yılmaz-İrmak, T. (2004). *Çocuk istismarı ve ihmalinin yaygınlığı ve dayanıklılıkla ilişkili faktörler* (Yayınlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.