



e-ISSN: 2619-9114

June / Haziran 2024, Volume / Cilt 8, Issue / Sayı 1

**DEZAVANTAJLI BÖLGELERDE YILMAZLIĞIN YORDAYICILARI:
TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR VE STRESLE BAŞA ÇIKMA
(İMAM HATİP LİSESİ ÖĞRENCİLERİ ÖRNEĞİ)**

**Predictors Of Resilience in Disadvantaged Areas: Basic Psychological
Needs and Coping with Stress (The Case of Imam Hatip High School
Students)**

Mehmet Emin KALGI

Doç. Dr., Ardahan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi (Din Psikolojisi)

mehmet.emin.63.21@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6999-5059>

Article Information / Makale Bilgisi

Citation / Atıf: Kalgı, Mehmet Emin. "Dezavantajlı Bölgelerde Yılmazlığın Yordayıcıları: Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Stresle Başa Çıkma (İmam Hatip Lisesi Öğrencileri Örneği)". *Batman Akademi Dergisi* 8/1 (Haziran 2024), 94-108

Doi: <https://doi.org/10.58657/batmanakademi.1482870>

Article Types / Makale Türü: Research Article / Araştırma Makalesi

Received / Geliş Tarihi: 12.05.2024

Accepted / Kabul Tarihi: 24.06.2024

Published / Yayın Tarihi: 30.06.2024

Pages / Sayfa: 94-108

Plagiarism / İntihal:

This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software. / Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi.

Öz: Bu araştırmada bazı sosyo-demografik faktörler (cinsiyet, yaş, aile gelir düzeyi ve anne eğitim düzeyi), stresle başa çıkma ve temel ihtiyaçların karşılanmasıyla yılmazlık üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Nicel desenin kullanıldığı araştırmanın çalışma grubunu, eylem noktası olarak Şanlıurfa'nın Siverek ilçesinin İmam-Hatip liselerinde öğrenim gören toplam 277 öğrenci oluşturmaktadır. Bu kişilerin 129'u (%46,6) erkek, 148'i (%53,4) ise kız öğrencilerden oluşmuştur. Katılımcıların yaş ortalaması ise 15,51'dir. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği-28 (CYRM-28)", "Çocuklarda Stresle Başa Çıkma Ölçeği (ÇSBÖ)" ve "Temel İhtiyaçlar Ölçeği (TİÖ)" kullanılmıştır. Araştırma sürecinde Korelasyon ve Hiyerarşik Çoklu Regresyon analizlerinden yararlanılmıştır. Bulgulara göre, katılımcıların stresle başa çıkma değişkeniyle birlikte psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması değişkeninin, yılmazlığı yaklaşık olarak %41 oranında yordadığı sonucu elde edilmiştir. Bu çıkarımlardan hareketle, dezavantajlı bölgelerde eğitim-öğretim gören öğrencilerin stresle başa çıkabilmeleri için eğitim kurumlarına psikolojik stratejiler geliştirme, ihtiyaçlarının zamanında ve yeterli ölçüde karşılanmalarına önem vermeleri gerektiği temel önerimizi oluşturur.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Dezavantajlı Bölgeler, Yılmazlık, Temel Psikolojik İhtiyaçlar, Stresle Başa Çıkma.

Abstract: In this study, it is aimed to determine the impact of certain socio-demographic factors, coping with stress, and fulfillment of basic needs on resilience. The study group of the research, which used a quantitative design, consisted of a total of 277 students studying in Imam-Hatip high schools in Siverek district of Şanlıurfa as the focal point. Of these individuals, 129 (46.6%) were male and 148 (53.4%) were female. The average age of the participants is 15.51. "Child and Youth Resilience Scale-28 (CYRM-28)", "Coping with Stress Scale for Children (CSSC)", and "Basic Needs Scale (BNS)" were used as data collection tools in the research. Correlation and Hierarchical Multiple Regression analyzes were utilized during the research process. Regarding the findings, it was concluded that the variable of coping with stress together with the variable of fulfillment of psychological needs predicted resilience by approximately 41%. Based on these findings, our main recommendation is that educational institutions in disadvantaged areas should develop psychological strategies for students to cope with stress and pay attention to meeting their needs in a timely and adequate manner.

Keywords: Psychology of Religion, Disadvantaged Areas, Resilience, Basic Psychological Needs, Coping with Stress.

Giriş

Toplumun ana gövdesini oluşturan bireylerin sayısı ve bu bireylerin ülke içindeki dağılımı, üretime katılımı, toplumsal kaynaklardan pay almaları dahil eğitim, sağlık, ulaşım vb. fırsatlardan faydalanmaları gibi hususlar onların toplum içinde avantajlı ya da dezavantajlı olmalarında etkili olan ana etmenlerdir.¹ Bireylerin, dezavantajlı bölgelerin kriterlerini belirleyen temel etmenlerden mahrum olması veyahut da bu fırsatlara erişimlerinin sınırlı olması, kişiyi ruhsal anlamda etkileyen bir sebeptir. İşte bu sebeplerin başında stres faktörü bulunmaktadır. Diğer bölgelere oranla dezavantajlı bölgelerde daha yoğun olarak yaşanan stres faktörünün kaynakları çeşitlilik göstermektedir. Bunların başında ekonomi, istihdam, eğitim kurumlarının yetersizliği, baskıcı kurumların varlığı, gelenek ve göreneklerden kaynaklı olumsuz atmosfer, aile içi çatışmalar, çarpık kentleşme ve altyapı sorunu vb. birçok unsur sayılabilir.² Araştırmanın yapıldığı Şanlıurfa'nın Siverek ilçesinde, yukarıda sayılan faktörlerle beraber analiz edildiğinde bu bölge, dezavantajlı bölge kategorisinde değerlendirilebilir. Dezavantajlı bölge kategorisi içerisinde değerlendirilen bölgelerde ikamet eden kişilerin daha fazla stres, kaygı, endişe, travma, ruhsal çöküntü gibi birçok olumsuz psikolojik durumu yoğun olarak yaşadığı söylenebilir. Bu bağlamda, araştırmanın yapıldığı bölgedeki kişilerin bu zor durumlar karşısında kendini toparlama, ruhsal iyileşme ve metanet ifade eden yılmazlığın hangi düzeyde olduğunu belirleme bakımından çalışmamız önem arz etmektedir.

Stres ile ve mutluluk arasında ters yönlü bir ilişki mevcuttur.³ Yani, bir kişinin mutluluk düzeyi arttıkça, stres düzeyinde bir azalma olması beklenir. Yapılan birçok araştırmada elde edilen bulgulara göre stres ile mutluluk arasında ters yönlü bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir.⁴ TÜİK'in, Türkiye'nin yaşam memnuniyeti belirleme ile ilgili araştırmasında insanların mutluluk düzeyinin yıllar içerisinde çarpıcı şekilde değiştiği görülmüştür. Örneğin; 2003 yılında mutlu olduğunu ifade eden kişilerin oranı %59,6 iken 2022 yılında bu oran %49,7 olmuştur.⁵

Araştırmanın yapıldığı bölgenin mutluluk düzeyinin düşük olduğuna dair kanıtlar mevcut olup, söz konusu kanıtlar kişi başına düşen milli gelir, eğitim süresi, çevre kalitesi, bilgiye erişim, sağlık, siyasal katılım, yerel ve merkez kamu hizmetleri, güvenlik, demokratik bilinç, özgür düşünme ortamı vb. parametrelerle açıklanmaya çalışılmaktadır.⁶ Bunların yanı sıra, aile ve çevre ile ilişkiler de mutluluğun formülünü belirleyen etkenler arasında önemli rol oynamaktadır.⁷ Tüm bu durumlar istenen seviyeye getirildiğinde, olumsuz duygu-durumlarından biri olan stres faktöründe bir azalma olması beklenmektedir.

Stresle başa çıkmada etkili olan faktörlerden biri de din kavramıdır. Din, işlevi bakımından stres kaynağı olan maddi ve manevi unsurlara karşı başa çıkmada önemli

¹ Nurullah Kereci vd., "Dezavantajlı Bölgelerde Görev Yapan Sınıf Öğretmenlerinin Karşılaştığı Güçlükler: Ordu İli Örneği", Fen, Matematik, Girişimcilik ve Teknoloji Eğitimi Dergisi 6/2 (2023), 147.

² Merve Çalhan, "Ulusal Kalkınma ve Bölge Planları Çerçevesinde Dezavantajlı Gruplar", *Bölgesel Kalkınma Dergisi* 1/3 (2023), 35.

³ Inger Elise Opheim Moljord vd., "Stress and Happiness among Adolescents with Varying Frequency of Physical Activity", *Perceptual and Motor Skills* 113/2 (2011), 631-646.

⁴ Buğra Akay vd., "Boş Zaman Yoluyla Stresle Baş Etme Stratejisi ve Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişki", *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi* 8/2 (2022), 600; Holly H. Schiffrin - S. Katherine Nelson, "Stressed and Happy? Investigating the Relationship Between Happiness and Perceived Stress", *Journal of Happiness Studies* 11/1 (2010), 37; Rute Gonçalves Silva - Margarida Figueiredo-Braga, "Evaluation of the Relationships Among Happiness, Stress, Anxiety, and Depression in Pharmacy Students", *Currents in Pharmacy Teaching and Learning* 10/7 (2018), 907.

⁵ TÜİK, *Yaşam Memnuniyeti Araştırması* (Ankara: Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), 2022), 1.

⁶ Bayram Güneş vd., "Türkiye'de İllerin Mutluluğu", *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi* 75/2 (2020), 749-751.

⁷ TÜİK, *Yaşam Memnuniyeti Araştırması*, 9.

psikolojik destek sağlar. Başka bir ifade ile din, bireye psikolojik sorunlarla başa çıkmasında manevi destek sağlayarak⁸ bireyi ruhsal anlamda iyileştirme görevini yerine getirmektedir. Yapıcı, ruh sağlığı ve din arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yaptığı kapsamlı araştırmasında Allah ile içsel temas kuranların, yani içe dönük dindar olan kişilerin stres, depresyon, umutsuzluk gibi olumsuz psikolojik faktörlerle daha rahat baş edebildiklerini bulmuştur.⁹

Dezavantajlı bölgelerde ikamet eden kişilerin psikolojik çöküntü yaşamalarının birden fazla etmeni vardır. Bunlar; ekonomi, sağlık, güvenlik, iletişim vs. faktörler olarak sayılabilir. Bu faktörler aynı zamanda stresi oluşturan kaynakların başında gelir ve birey, strese karşı savunma tekniklerini geliştirdiğinde, oluşacak durum kişinin psikolojisinin lehine bir sonuç doğurabileceği gibi, o kişinin ruhsal problemlere karşı dayanıklılığını da artırabilir. Geline nokta, bireyde hem yüksek farkındalık dediğimiz bilişsel olgunlaşma meydana gelir hem de duygusal anlamda güçlü bir benlik duygusu oluşur ki, bu durum bireyin öz saygısı, öz benliği, oto kontrol, öz mutluluğu, kendisiyle barışık olması gibi pozitif psikolojik duygular yaşamasını da sağlar. Nitekim, bazı faktörlerden kaynaklı olarak yaşamın birey üzerinde oluşturduğu stres, baskı, depresyon, kaygı, endişe gibi birçok olumsuz psikolojik etken, bireyin ruh sağlığını olumsuz yönden etkilemektedir. Oluşan etki bir taraftan bireyin içsel çatışma yaşamasını tetiklerken diğer taraftan toplumsal krizlerin yaşamasına da sebep olmaktadır. Bazı parametrelere göre, dezavantajlı bölge olarak belirtilen Siverek'te psikolojik çöküntü yaşayan kişilerin bu çöküntüyü yaşamasının altında yatan gerekçeleri ortaya koymak ve stresle başa çıkmada kullanılan argümanlar ile kişinin psikolojik ihtiyaçların karşılanması durumunda bu iki değişkenin yılmazlığı ne düzeyde etkilediğini tespit etmek, bu araştırmanın problem cümlesini oluşturmaktadır.

Teknoloji, sosyal medya araçları, iletişim medyası, yapay zekâ gibi kavramlar hayatımızda gün geçtikçe daha fazla yer almaya başlamıştır. Daha önce araç olarak görülen bu bilimsel motifler, gün geçtikçe bir ihtiyaca dönüşerek hayatımızın vazgeçilmezi haline dönüşmüştür. Bilimsel gelişmeler hayatımızın her tarafını kapsamalarının yanı sıra, yaşamımıza birçok kolaylığı da beraberinde getirmesi kaçınılmazdır. Diğer bir ifadeyle, teknolojik gelişmeler hem bireyin birçok imkândan faydalanmasını sağlayarak onu bilişsel anlamda geliştirir ve zihnini geleneksel hayattan özgürleştirmesinin yolunu açmış olur hem de ona sahip olan toplumlara her yönüyle zenginlikler kazandırır. Araştırmanın yapıldığı ve dezavantajlı saha olarak belirtilen bölgede bulunan çalışma ortamındaki kişilerin psikolojik dayanıklılıklarının artırılması ve buna bağlı olarak ihtiyaçlarını karşılaması için mevcut bölgelerde teknolojik imkanlarının artırılması, aynı şekilde eğitim olanaklarının iyileştirilmesi, sağlık aktivitelerine ağırlık verilmesi, güvenlik ortamının oluşturulması gibi faaliyetlerinin artırılması gerekmektedir.

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ

Dezavantajlı bölgelerin içinde bulunduğu sosyo-ekonomik şartlar, o bölge insanlarını bütünüyle etkilemektedir. Bu durum, bir taraftan bireysel anlamda psikolojik krizleri meydana getirirken diğer taraftan toplumsal çatışmaların sebep olduğu saldırganlık ve şiddet olgusunu da yeterince körüklemektedir. Bir bakıma kişi, içinde bulunduğu coğrafi bölgenin kendisine sunduğu imkanlar ile zamanın ruhunun (zeitgeist) gereklilikleri arasında mekik

⁸ Mehmet Emin Kalgı, "Geleneğin Ötesinde: Dinin Sosyal Sermayeye veya Piyasa Ekonomisine Yönelik Radikal Evrimi Üzerine Bir Çalışma", *Genç Müttefekkirler Dergisi* 5/1 (2024), 4.

⁹ Asım Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık* (Adana: Karahan Yayınevi, 2013), 315.

dokumaktadır. Yani, bilişsel çatışma yaşamasına sebep olan toplumunun gereklilikleri ile zamanın ruhu arasında kalan birey, kendisine belirsizlik sunan hayatın risklerine göre yol belirlemek zorundadır. Beck'in ifade ettiği "risk toplumu"¹⁰ kavramı, belirsizlikten olgusal bir gerçekliğe doğru evrimleşmesini tamamlamıştır. Bu durum şiddet, saldırganlık, stres, depresyon gibi olumsuz psikolojik kavramların yapısında paradigmatik değişmeyi zorunlu kılar.

Sosyal medya, iletişim araçları, yapay zekâ, teknolojik gelişmeler gibi kavramlar günümüzde zamanın ruhuna göre farklı şekilde anlamlandırılmaktadır. Geçmişte hayatımızın birer aracı olan nesnelere, günümüzde bizim için amaca dönüşmüş konumdadır. Bu durumda amaca dönüşen nesnelere, ihtiyaçlarımız ile ilgili algının değişmesine, geleneksel noktada yılmazlığa ve stresle başa çıkmaya karşı psikolojik destek sağlaması yönünden farklılık göstermesine sebep olmaktadır.

Araştırmamızın temel konusunu oluşturan *yılmazlık* terimi, İngilizce literatürde "resilient" kavramı ile ifade edilmekte olup, "çabuk iyileşen, kendini çabuk toparlayan, güçlükleri yenme yeteneği olan kişi" anlamında kullanılmaktadır.¹¹ Bir teori olarak ortaya çıkan yılmazlık kavramını sadece psikologlar değil, aynı zamanda sosyologlar, sosyal çalışmacılar, eğitimciler vb. kişiler tarafından da ele alınmıştır.¹² Yılmazlık, psikolojiyi çağrıştıran bir yönü olması sebebiyle uzmanları tarafından bilimsel malzeme olarak daha fazla kullanılmış ve bilimsel zeminde günümüze kadar tartışılmıştır. Böylelikle, konuyla ilgili zengin bir literatür oluşmuş durumdadır.¹³

Her birey, yaşamı sürecince birçok kez travma ve stres durumlarını yaşamakta ve yahut bu süreçlere maruz kalabilmektedir. Bu türden olumsuz psikolojik durumlara maruz kalan kişilerin ruhsal anlamda itidalli davranması ya da ruhsal metanet göstermesi, kişinin sahip olduğu genetik özelliklerine göre farklılık arz etmektedir.¹⁴ Bireyin travma, stres, depresyon gibi olumsuz psikolojik durumlarla başa çıkması için fiziksel egzersizler yapma, iyimser olma, espri yapma, yaşanan durumla ilgili bilişsel ya da yüksek farkındalık gösterme, sosyal destek alma ve manevî ortamlarda bulunma gibi hayat pratiklerini yerine getirmesi elzemdir.

YÖNTEM

Bu başlık altında araştırmanın deseni, çalışma ortamı (katılımcılar), veri toplama araçları, veri analizi ve araştırmanın problem cümlesi ele alınmıştır.

1. Araştırmanın Deseni

İmam-Hatip lisesi öğrencilerinin yılmazlık, psikolojik ihtiyaçlar ve stresle başa çıkma düzeylerini belirlemekle beraber, yılmazlığa etki ettiği düşünülen bazı sosyo-demografik faktörler, stresle başa çıkma ve temel ihtiyaç değişkenlerinin sahip olduğu etkilerin tespit edilmesinin amaçlandığı araştırmamızda nicel desen kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkeni "yılmazlık", bağımsız değişkenleri ise aile gelir düzeyi, okul dışı aktiviteler, yaş, anne eğitim düzeyi, akademik başarı, temel ihtiyaçlar, öfke ve saldırganlık, dış yardım arama,

¹⁰ Ulrich Beck, *Risk Toplumu Başka Bir Modernliği Doğru* (İthaki Yayınları, 2019).

¹¹ Gökhan Arastaman - Ali Balcı, "Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Algılarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi", *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri* 13/2 (2013), 915.

¹² Adrian DuPlessis VanBreda, *Resilience Theory: A Literature Review* (Pretoria: South Africa: South African Military Health Service, 2001), 1.

¹³ Bkz. Carl Folke, "Resilience (Republished)", *Ecology and Society* 21/4 (2016).

¹⁴ Gang Wu vd., "Understanding Resilience", *Frontiers in Behavioral Neuroscience* 7 (2013), 1-2.

duygusal kaçma, kabul/yeniden yapılandırma, eylemsel kaçma ve aktif planlamadır. Aynı zamanda araştırmada, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken olan yılmazlığı yordayıcılık düzeyi tespit edilmeye çalışılmıştır.

2. Katılımcılar

Nicel desenin kullanıldığı araştırmada veriler anket tekniğiyle elde edilmiştir. Basit tesadüfi örneklemin kullanıldığı araştırmanın katılımcıları, Şanlıurfa'nın Siverek ilçesinin İmam-Hatip liselerinde öğrenim gören 577 gönüllü kişiden oluşmaktadır. Daha sonra yılmazlık ölçeğinden, belirtilen yaşam olaylarından herhangi birini yaşamayan 300 kişi analizden çıkarılmış olup, mevcut analize 277 kişi ile devam edilmiştir. Bu kişilerin 129'u (%46,6) erkek, 148'i (%53,4) ise kızlardan oluşmuştur. Katılımcıların yaş ortalaması ise 15,51'dir.

3. Veri Toplama Araçları

3.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcılarla gerçekleştirdiğimiz araştırmanın demografik değişkenlerine (cinsiyet, yaş, aile gelir düzeyi ve anne eğitim düzeyi) ait bilgiler, araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ile elde edilmiştir. Ayrıca katılımcıların okul dışı aktivite (sanat/spor) yapıp yapmadıkları ve akademik başarıları ile ilgili veriler kişisel bilgi formunda sorulan sorular aracılığıyla toplanmaya çalışılmıştır.

3.2. Çocuk ve Gençlik Yılmazlık Ölçeği-28 (CYRM-28)

2011 yılında Ungar and Liebenberg tarafından geliştirilen¹⁵ *Yılmazlık Ölçeği*, Aydoğan, Işık Terzi, Eşici ve Tomar tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır.¹⁶ Üç faktörlü (bireysel, bakım ve bağlam) olarak geliştirilen CYRM-28, yirmi sekiz maddeden oluşan ölçek, 5 "Tamamen Beni Tanımlıyor", 1 "Beni Hiç Tanımlamıyor" şeklinde puanlanan 5'li likert olarak derecelendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek puan ranjı 28 ila 140 arasında değişmektedir. Araştırmacılar, ölçeğin güvenilirliği için iç tutarlılık katsayısını (Cronbach Alpha) hesaplayarak, çocuk-ergen grubu üzerindeki güvenilirlik katsayısını tüm ölçek için 0,92, bireysel alt boyut için 0,86, bakım alt boyut için 0,82, bağlam alt boyut için 0,75 olarak tespit etmişlerdir. Ayrıca araştırmacılar genç-yetişkin araştırma grubu üzerindeki güvenilirlik katsayısını tüm ölçek için 0,90, bireysel alt boyut için 0,86, bakım alt boyut için 0,84, bağlam alt boyut için 0,73 olarak ortaya çıkarmışlardır. Bu araştırmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) 0,90 olarak tespit edilmiştir.

3.3. Çocuklarda Stresle Başa Çıkma Ölçeği (ÇSBÖ)

Özbay vd. tarafından geliştirilen *Çocuklarda Stresle Başa Çıkma Ölçeği* (ÇSBÖ), her biri 5 maddeyi içeren 6 faktörden (Öfke/Saldırganlık, Dış Yardım Arama, Duygusal Kaçma, Eylemsel Kaçma, Kabul/Bilişsel yeniden yapılandırma, Aktif Planlama), toplamda ise 30 maddeden teşekkül etmiştir. Likert tipinde geliştirilen ölçek 1-Hiçbir Zaman ile 4-Her Zaman aralığında puanlanmaktadır. Araştırmacılar ölçeğin alt boyutlarına ait güvenilirliği için iç tutarlılık katsayısını (Cronbach Alpha) hesaplamış ve ölçeğe ilişkin alt boyutlarının Cronbach

¹⁵ Michael Ungar - Linda Liebenberg, "Assessing Resilience Across Cultures Using Mixed Methods: Construction of the Child and Youth Resilience Measure", *Journal of Mixed Methods Research* 5/2 (2011), 126-149.

¹⁶ Didem Aydoğan vd., "Validation of Resilience Scale for Turkish Youth and Adults" (33st International Conference of the Stress and Anxiety Research Society Spain, Mallorca, Spain, 2012).

Alfa güvenilirlik katsayılarının 0,60 ile 0,74 arasında değiştiğini tespit etmişlerdir.¹⁷ Bu araştırmada ise, ölçeğin tüm iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) 0,79 olarak bulunmuştur.

3.4. Temel İhtiyaçlar Ölçeği (TİÖ)

Glasser'in *Seçim Teorisi*'ne dayalı olarak İkinci (2003) tarafından geliştirilen Temel İhtiyaçlar Ölçeği (TİÖ) 26 maddeden ve 4 faktörden (Özgürlük, Ait olma, Eğlence ve Güç) oluşmakta, ölçek maddeleri 1 (Hiç Katılmıyorum) ilâ 5 (Tamamen Katılıyorum) aralığında derecelendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 26 ile 130 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların yüksek olması, öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılandığını göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliği için iç tutarlılık katsayısına bakılmış ve genel güvenilirlik iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) 0,83 olarak hesaplanmıştır.¹⁸ Bu araştırmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) 0,82 olarak tespit edilmiştir.

4. Verilerin Analizi

Araştırmada, yılmazlığı yordama amacıyla hiyerarşik çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Hiyerarşik çoklu regresyon analizi, bir bakıma 1. blok kontrol edildikten sonra 2. ve diğer blokların bağımlı değişkenlerinin ne kadar açıkladığının tespit edilerek ortaya konulması ile gerçekleştirilen bir analiz çeşididir.¹⁹ Bu araştırmada, bağımlı değişkeni açıklayan değişkenler sırayla modele eklenerek analiz edilmiştir. Okul dışı aktivite (sanat/spor) değişkeni, bir kukla (dummy) değişkeni olarak alındıktan sonra modele eklenmiştir. Buna göre bahsedilen modele ilk önce aile gelir düzeyi, okul dışı aktivite, yaş ve anne eğitim düzeyi değişkenleri eklenmiştir. İkinci sırada, aynı şekilde öğrencilerin akademik başarı düzeyinin yılmazlık ile ilişkisi olduğu öngörüldüğünden modele eklenmiştir. Son olarak modele temel ihtiyaçlar, öfke ve saldırganlık, dış yardım arama, duygusal kaçma, kabul/yeniden yapılandırma, eylemsel kaçma ve aktif planlama değişkenleri eklenmiştir.

5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmada elde edilecek bulguların sınırlılıkları şöyle ifade edilebilir:

- Araştırmayı gerçekleştirdiğimiz kişilerle ilgili sınırlılıklar: Bu araştırma, Şanlıurfa'nın Siverek ilçesinde seçilen 577 ortaöğretim öğrencisiyle sınırlı tutulmuştur.
- Kullanılan değişkenlerden ve ölçeklerden kaynaklı sınırlılıklar: Bu araştırmada öğrencilerin yılmazlık, stresle başa çıkma ve temel ihtiyaçları belirleme düzeyleri, ölçeğe araçlarının içerdiği boyutlarla sınırlıdır.

6. Araştırmanın Problem Cümlesi ve Araştırmada Cevap Aranılan Sorular

Araştırmamızın problemi, dezavantajlı bölgede eğitim-öğretimlerine devam eden öğrencilerin birtakım sosyo-demografik özelliklerini, stresle başa çıkma ve temel ihtiyaçlarının karşılanma düzeyleri yılmazlığı yordayıp yordamadığı; şayet yorduyorsa bu yordama düzeyinin hangi düzeyde olduğunu belirlemektir. Bu bağlamda, aşağıda verilen sorulara cevaplar aranmıştır:

¹⁷ Yaşar Özbay vd., *11-14 Yaş Özel Sağlık Bakım İhtiyacı Olan Çocuklar Üzerinde Yaşam Kalitesini Yükseltmeye Dayalı Disiplinler Arası Destek Eğitiminin (DADE) Etkililiğinin Araştırılması* (Ankara: TÜBİTAK, 2009).

¹⁸ Mehmet İkinci, *Ergenlerde Temel İhtiyaçların Karşılanma Düzeyi ile Başa Çıkma Davranışları Arasındaki İlişki* (Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2003).

¹⁹ Barbara G. Tabachnick - Linda S. Fidell, *Using Multivariate Statistics, 5th Ed* (Boston, MA: Allyn & Bacon/Pearson Education, 2007).

- a. Katılımcıların yılmazlık, temel ihtiyaçlarının karşılanması, stresle başa çıkma ve alt faktörlerinin ortalama puanları ne düzeydedir?
- b. Yılmazlık, aile gelir düzeyi, okul dışı aktivite yapma, yaş, anne eğitim düzeyi, akademik başarı, temel ihtiyaçlar, öfke ve saldırganlık, dış yardım arama, duygusal kaçma, kabul/yeniden yapılandırma, eylemsel kaçma, aktif planlama değişkenleri arasında bir ilişki var mıdır, varsa bu ilişki nasıldır?
- c. Bazı değişkenler yılmazlığı ne düzeyde yordamaktadır?

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın kapsamı içerisinde belirlenen sorulara ilişkin bazı bulgular yer almıştır. Bu kapsamda, dezavantajlı bölgelerde yılmazlığın yordayıcıları olarak temel psikolojik ihtiyaçların ve stresle başa çıkmanın etkisini ortaya koymak hedeflenmiştir.

Tablo 1. Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma ve Bu Değişkenler Arasındaki Korelasyon Değerleri

	M	SD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Yılmazlık	107,79	17,29	-												
2. Aile gelir düzeyi	1,90	,48	,14*	-											
3. Okul dışı aktivite (evet)	,57	,50	,04	-,02	-										
4. Yaş	15,51	,97	-,22***	-,12*	,05	-									
5. Anne eğitim düzeyi	1,82	1,11	-,02	,23***	-,09	-,13*	-								
6. Akademik başarı	2,99	1,02	,19**	,06	-,14**	-,03	,00	-							
7. Temel ihtiyaçlar	87,95	13,86	,59***	,05	-,20***	-,12*	,07	,21***	-						
8. Öfke ve saldırganlık	9,61	3,40	-,08	,06	-,06	,02	,11*	-,09	-,00	-					
9. Dış yardım arama	13,88	3,55	,46***	-,08	,05	-,09	-,02	-,02	,36***	-,01	-				
10. Duygusal kaçma	11,79	3,36	-,04	,08	,15**	,03	,05	-,13*	-,04	,37***	,10	-			
11. Kabul/Yeniden yapılandırma	10,29	2,90	,09	,00	-,02	,06	,04	,05	-,03	,38***	,11*	,12*	-		
12. Eylemsel kaçma	11,49	2,92	,10	,12*	-,09	-,02	,14*	-,03	,20***	,25***	,15**	,18**	,27***	-	
13. Aktif planlama	12,75	2,78	,33***	,06	-,03	-,13*	,04	,20***	,30***	,08	,35***	,12*	,20***	,22***	-

p***<,001; p**<,01; p*<,05

Araştırma sürecinde hiyerarşik regresyon analizi yapılmadan önce yılmazlık, aile gelir düzeyi, okul dışı aktivite yapma (sanat/spor) [evet], yaş, anne eğitim düzeyi, akademik başarı, temel ihtiyaçlar, öfke ve saldırganlık, dış yardım arama, duygusal kaçma, kabul/yeniden yapılandırma, eylemsel kaçma ve aktif planlama değişkenlerin ilişkisini incelemek amacıyla değişkenlere ait ortalama (M), standart sapma değerleri (SD) ile değişkenler arasındaki korelasyon değerlerine bakılmıştır. Bahsedilen değerler Tablo 1’de verilmiştir.

Yukarıda sunulan Tablo 1’deki verilere göre yılmazlık ile temel ihtiyaçlar ($r = ,59$, $p < ,001$), dış yardım arama ($r = ,46$, $p < ,001$), aktif planlama ($r = ,33$, $p < ,001$); temel ihtiyaçlar ile dış yardım arama ($r = ,36$, $p < ,001$), aktif planlama ($r = ,30$, $p < ,001$); öfke ve saldırganlık ile duygusal kaçma ($r = ,37$, $p < ,001$), kabul/yeniden yapılandırma ($r = ,38$, $p < ,001$); dış yardım arama ile aktif planlama ($r = ,35$, $p < ,001$) arasında orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Aynı tabloda yılmazlık ile aile gelir düzeyi ($r = ,14$, $p < ,05$), yaş ($r = -,22$, $p < ,001$), akademik başarı ($r = ,19$, $p < ,01$); aile gelir düzeyi ile yaş ($r = -,12$, $p < ,05$), anne eğitim düzeyi ($r =$

,23, $p < ,001$); okul dışı aktivite ile akademik başarı ($r = -,14$, $p < ,01$), temel ihtiyaçlar ($r = -,20$, $p < ,001$), duygusal kaçma ($r = ,15$, $p < ,01$); yaş ile anne eğitim düzeyi ($r = -,13$, $p < ,05$), temel ihtiyaçlar ($r = -,12$, $p < ,05$), aktif planlama ($r = -,13$, $p < ,05$); anne eğitim düzeyi ile öfke ve saldırganlık ($r = ,11$, $p < ,05$); akademik başarı ile temel ihtiyaçlar ($r = ,21$, $p < ,001$), duygusal kaçma ($r = -,13$, $p < ,05$), aktif planlama ($r = ,21$, $p < ,001$); temel ihtiyaçlar ile eylemsel kaçma ($r = ,20$, $p < ,001$); öfke ve saldırganlık ile eylemsel kaçma ($r = ,25$, $p < ,001$); dış yardım arama ile kabul yeniden yapılandırma ($r = ,11$, $p < ,05$), eylemsel kaçma ($r = ,15$, $p < ,01$); duygusal kaçma ile kabul yeniden yapılandırma ($r = ,15$, $p < ,05$), eylemsel kaçma ($r = ,18$, $p < ,01$), aktif planlama ($r = ,12$, $p < ,05$); kabul/yeniden yapılandırma ile eylemsel kaçma ($r = ,27$, $p < ,001$), aktif planlama ($r = ,20$, $p < ,001$); eylemsel kaçma ile aktif planlama ($r = ,22$, $p < ,001$) arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yılmazlık ile okul dışı aktivite ($r = ,04$, $p = ,236$), anne eğitim düzeyi ($r = -,02$, $p = ,398$), öfke ve saldırganlık ($r = -,08$, $p = ,097$), duygusal kaçma ($r = -,04$, $p = ,237$), kabul/yeniden yapılandırma ($r = ,09$, $p = ,076$), eylemsel kaçma ($r = ,10$, $p = ,053$); aile gelir düzeyi ile okul dışı aktivite ($r = -,02$, $p = ,344$), akademik başarı ($r = ,06$, $p = ,146$), temel ihtiyaçlar ($r = ,05$, $p = ,208$), öfke ve saldırganlık ($r = ,06$, $p = ,167$), dış yardım arama ($r = -,08$, $p = ,108$), duygusal kaçma ($r = ,08$, $p = ,108$), kabul/yeniden yapılandırma ($r = ,00$, $p = ,485$), aktif planlama ($r = ,06$, $p = ,159$); okul dışı aktivite ile yaş ($r = ,05$, $p = ,207$), anne eğitim düzeyi ($r = -,09$, $p = ,080$), öfke ve saldırganlık ($r = -,06$, $p = ,152$), dış yardım arama ($r = ,05$, $p = ,23$), kabul/yeniden yapılandırma ($r = -,02$, $p = ,350$), eylemsel kaçma ($r = -,09$, $p = ,073$), aktif planlama ($r = -,03$, $p = ,337$); yaş ile akademik başarı ($r = -,03$, $p = ,315$), öfke ve saldırganlık ($r = ,02$, $p = ,396$), dış yardım arama ($r = -,09$, $p = ,061$), duygusal kaçma ($r = ,03$, $p = ,333$), kabul/yeniden yapılandırma ($r = ,06$, $p = ,181$), eylemsel kaçma ($r = -,02$, $p = ,378$); anne eğitim düzeyi ile akademik başarı ($r = ,00$, $p = ,494$), temel ihtiyaçlar ($r = ,07$, $p = ,118$), dış yardım arama ($r = -,02$, $p = ,391$), duygusal kaçma ($r = ,05$, $p = ,191$), kabul/yeniden yapılandırma ($r = ,04$, $p = ,258$), aktif planlama ($r = ,04$, $p = ,253$); akademik başarı ile öfke ve saldırganlık ($r = -,09$, $p = ,059$), dış yardım arama ($r = -,02$, $p = ,386$), kabul/yeniden yapılandırma ($r = ,05$, $p = ,218$), eylemsel kaçma ($r = -,03$, $p = ,313$); temel ihtiyaçlar ile öfke ve saldırganlık ($r = -,00$, $p = ,496$), duygusal kaçma ($r = -,04$, $p = ,252$), kabul/yeniden yapılandırma ($r = -,03$, $p = ,341$); öfke ve saldırganlık ile dış yardım arama ($r = -,01$, $p = ,416$), aktif planlama ($r = ,08$, $p = ,09$) ve duygusal kaçma ($r = ,10$, $p = ,057$) arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür.

Tablo 2. Yılmazlığı Yordamaya İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

	B	Standart Hata	Beta	t	R ²	ΔR ²
<i>Blok 1</i>						
Aile gelir düzeyi	4,677	2,163	,131	2,163*	,068	
Okul dışı aktivite (evet)	1,783	2,050	,051	,870		
Yaş	-3,783	1,055	-,213	-3,587***		
Anne eğitim düzeyi	-1,072	,943	-,069	-1,137		
<i>Blok 2</i>						
Aile gelir düzeyi	4,257	2,133	,119	1,996*	,10	,032
Okul dışı aktivite (evet)	2,682	2,038	,077	1,316		
Yaş	-3,724	1,038	-,210	-3,587***		
Anne eğitim düzeyi	-,992	,929	-,064	-,068		
Akademik başarı	3,095	,991	,182	3,123**		
<i>Blok 3</i>						

Aile gelir düzeyi	5,184	1,619	,145	3,201**		
Okul dışı aktivite (evet)	5,144	1,591	,148	3,234**		
Yaş	-2,307	,790	-,130	-2,920**		
Anne eğitim düzeyi	-1,133	,702	-,073	-1,613		
Akademik başarı	1,058	,786	,062	1,346		
Temel ihtiyaçlar	,616	,063	,494	9,769***	,508	,408
Öfke ve saldırganlık	-,391	,261	-,077	-1,498		
Dış yardım arama	1,218	,242	,250	5,025***		
Duygusal kaçma	-,254	,249	-,049	-1,018		
Kabul/yeniden yapılandırma	,714	,293	,120	2,435*		
Eylemsel kaçma	-,314	,284	-,053	-1,107		
Aktif planlama	,373	,308	,060	1,211		

Bağımlı değişken: Yılmazlık $p^{***} < ,001$; $p^{**} < ,01$; $p^* < ,05$

Yukarıda Tablo-2'de de görüleceği üzere, yılmazlığı yordamada demografik değişkenlerin, akademik başarı, temel ihtiyaçlar ve çocuklarda stresle başa çıkma faktörlerinin rolünü belirlemek amacıyla yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizinde, ilk blokta modele alınan aile gelir düzeyi, okul dışı aktivite yapma (sanat/spor) [evet], yaş ve anne eğitim düzeyi yılmazlığı anlamlı bir biçimde yordadığı görülmüştür ($F_{(4-272)} = 4,925$, $p < ,01$, $R = ,260$, $R^2 = ,068$, $R_{adj} = ,054$). Birinci bloka eklenen tüm değişkenlerin toplam varyansa katkısı yaklaşık olarak %7'dir. Aile gelir düzeyi ($\beta = ,131$, $t = 2,163$, $p < ,05$) ve yaş değişkenlerin ($\beta = -,213$, $t = -3,587$, $p < ,001$) toplam varyansa katkısının anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür. Diğer taraftan, okul dışı aktivite yaptığını belirtenlerle ($\beta = ,051$, $t = ,870$, $p = ,385$) birlikte anne eğitim düzeyinin ($\beta = -,069$, $t = -1,137$, $p = ,256$) yılmazlık üzerinde yordayıcılık etkisinin olmadığı tespit edilmiştir.

İkinci blokta aile gelir düzeyi, okul dışı aktivite, yaş ve anne eğitim düzeyi değişkenlerinin etkisi kontrol altına alındıktan sonra akademik başarının toplam varyansa katkısının yaklaşık %3 olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte, aile gelir düzeyi ($\beta = ,119$, $t = 1,996$, $p < ,05$), yaş ($\beta = -,210$, $t = -3,587$, $p < ,001$) ve akademik başarı ($\beta = ,182$, $t = 3,123$, $p < ,01$) yılmazlığı anlamlı düzeyde yordamaktadır ($\beta = ,182$, $t = 3,123$, $p < ,01$). Fakat okul dışı aktivite yaptığını belirtenlerle beraber ($\beta = ,077$, $t = 1,316$, $p = ,189$) anne eğitim düzeyinin ($\beta = -,064$, $t = -,068$, $p = ,286$) yılmazlık üzerinde yordayıcılık etkisi mevcut değildir. Yine aynı şekilde ikinci bloktaki değişkenlerin tümünün toplama varyansa katkısının %8 olduğu ve yılmazlığı anlamlı biçimde yordadığı da görülmüştür ($F_{(5-271)} = 6,017$, $p < ,001$, $R = ,316$, $R^2 = ,10$, $R_{adj} = ,083$).

Üçüncü blokta, daha önce ilk iki modele eklenen aile gelir düzeyi, okul dışı aktivite, yaş ve anne eğitim düzeyinin yanı sıra temel ihtiyaçlar, öfke ve saldırganlık, dış yardım arama, duygusal kaçma, kabul/yeniden yapılandırma, eylemsel kaçma ve aktif planlama değişkenleri de modele ilave edilmiştir. Söz konusu değişkenlerden temel ihtiyaçlar ($\beta = ,494$, $t = 9,769$, $p < ,001$), dış yardım arama ($\beta = ,250$, $t = 5,025$, $p < ,001$) ve kabul/yeniden yapılandırma ($\beta = ,120$, $t = 2,435$, $p < ,05$) değişkenleri yılmazlığı anlamlı düzeyde yordarken; bunun aksine öfke ve saldırganlık ($\beta = -,077$, $t = -1,498$, $p = ,135$), duygusal kaçma ($\beta = -,049$, $t = -1,018$, $p = ,310$), eylemsel kaçma ($\beta = -,053$, $t = -1,107$, $p = ,269$) ve aktif planlama ($\beta = ,060$, $t = 1,211$, $p = ,227$) değişkenlerinin yılmazlığı anlamlı düzeyde yordamadığı da görülmüştür. Üçüncü blokta modele eklenen aile gelir düzeyi, okul dışı aktivite, yaş, anne eğitim düzeyi ve akademik başarı değişkenlerinin etkisi kontrol altına alındığının akabinde diğer değişkenlerin modele katkısının yaklaşık %41 olduğu görülmüştür. Son olarak üçüncü bloktaki değişkenlerin tümünün toplamda varyansa

katkısının yaklaşık %49 olduğu ve aynı şekilde yılmazlığı anlamlı biçimde yordadığı da ortaya konmuştur ($F_{(12-264)} = 22,698$, $p < .001$, $R = ,713$, $R^2 = ,508$, $R_{adj} = ,485$).

Sonuç

Çalışmaya aldığımız bütün bu araştırmamızın sonucunda bazı sosyo-demografik faktörler, stresle başa çıkma ve temel ihtiyaçların karşılanmasının yılmazlık üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmamız ayrıca, dezavantajlı bölgelerden biri olan değerlendirilen Siverek ilçesinde ikamet eden İmam-Hatip lisesi öğrencileri özelinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma dikkatle incelendiği zaman ortaya çıkan verilerin analiz edilmesinde birbiriyle ilişkisel olduğu belirlenen değişkenler arasında korelasyon tekniği kullanılmıştır. Bunun yanı sıra araştırmada sırasıyla bazı sosyo-demografik faktörler, stresle başa çıkma ve temel ihtiyaçların karşılanmasının yılmazlığı yordamasını belirlemeye yönelik hiyerarşik çoklu regresyon analizinden faydalanılmıştır.

Araştırmada elde edilen verilere göre öğrencilerin yaş düzeyleri ile yılmazlık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Açık şekilde ifade edersek, görülen iki değişken arasındaki ilişki doğrusal bir hat çizmiş; yani katılımcıların yaş düzeyi arttıkça yılmazlık düzeylerinde bir düşüş yaşanmıştır. Bu itibarla, yaş düzeyleri on dört (14) olan katılımcıların yılmazlık düzeyleri en yüksek iken, yaş düzeyleri on yedi (17) olan katılımcıların yılmazlık puan ortalamaları en düşüktür. İlk ergenlik dönemi 11-15 yaş arasındadır ve bu dönem kimlik oluşumunun başladığı döneme tekabül etmektedir.²⁰ Fakat, orta ergenlik dönemi olarak kabul edilen 15-18 yaşlarının ergenliğin en çalkantılı dönemi olduğu, ergenin kendisiyle ve çevresiyle en fazla çatışma yaşadığı dönem olduğu gözden kaçmamalıdır.²¹ Nitekim orta ergenlik dönemi stres, depresyon, kaygı ve endişenin en yoğun yaşandığı dönem olarak bilinmektedir.²² Belirtilen bu tür olumsuz psikolojik durumlarla başa çıkmak ergen için daha zor olabilmektedir. Bu yönüyle araştırmanın sonucunda, katılımcıların yaş düzeyleri yükseldikçe yılmazlık düzeylerinde bir düşüş yaşandığı bulgusuna ulaşılmıştır. Zira Stanley Hall'ın *Fırtına ve Stres Teorisi*'ne göre ergenlik döneminin, bireyin içsel çatışmayı en fazla yaşadığı ve bunu sosyal krize dönüştürdüğü bir dönem olduğu malumdur.²³

Araştırmanın amaçlarından biri de öğrencilerin aile gelir düzeyleriyle yılmazlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi tespit edebilmek; bunun akabinde oluşan verileri okuyucuya ulaştırmaktır. Elde edilen bulgularda, öğrencilerin aile gelir düzeyleri arttıkça yılmazlık düzeylerinde bir artışın olduğu gözlemlenmiştir. Ailelerin gelir düzeyinde baş rol oynayan ekonomik gelir, mutluluk eşliğinin aşılması ile ulaşılması mümkün olan önemli bir değişkendir. Öyle ki, kişinin gelir düzeyi arttıkça mutluluk düzeyinde bir artış olmakta ve bu artış belirli bir seviyeye kadar yükseldikten sonra stabil hal almaktadır.²⁴ Ayrıca, kişi başına düşen milli gelir seviyesi yüksek olan ülkelerin, mutluluk düzeylerinin de daha yüksek olduğu bilinen bir gerçektir.²⁵ Maddi yeterliliğe sahip olan ailelerin çocukları için daha iyi ortamlar oluşturacağından dolayı bireyde hem özsaygı hem de özgüven gibi iki önemli kişilik

²⁰ Kim Gale Dolgin, *Ergenlik Psikolojisi: Gelişim, İlişkiler ve Kültür*, çev. Duygu Özen (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2014), 35.

²¹ Michael Argyle - Benjamin Beit-Hallahmi, *The Social Psychology of Religion* (London: Routledge and Paul, 1975), 323; Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi* (Ankara: Diyanet Vakfı Yayınları, 2013), 270.

²² Laurence Steinberg - Amanda Sheffield Morris, "Adolescent Development", *Annual Review of Psychology* 52 (2001), 83-110.

²³ John W. Santrock, *Ergenlik*, çev. Sema Özcan (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2014), 3.

²⁴ Lars Carlsen, "Happiness as a Sustainability Factor. The World Happiness Index: A Posetic-Based Data Analysis", *Sustainability Science* 13/2 (2018), 549-571.

²⁵ Fatma Alkan - Neslihan Çilesiz, "Mutluluk Ekonomisinin G7 Ülkeleri ve Türkiye Açısından Değerlendirilmesi", *Dumlupınar Üniversitesi İİBF Dergisi* 10 (2022), 70-81.

algısı gelişir. Bu kazanım, bireye olumsuz psikolojik durumlara karşı baş etmede ruhsal bir metanet bahşeder.

Bulgularında, kişinin aile gelir düzeyi kadar anne-baba akademik düzeylerinin de yılmazlık üzerinde etkili bir faktör olduğunu ön plana çıkarmaktadır. Katılımcıların anne eğitim düzeyi ile yılmazlık düzeyi arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır. Çünkü çocuğun ilk öğretmeni olarak kabul edilen annenin eğitim düzeyi, kişiye entelektüellik katma hususunda önemli bir etken olduğu unutulmamalıdır. Anne eğitim durumunun kişide duygusal iyileştirme ile beraber psikolojik sağlamlık kazandırmada da önemli bir etki sağladığı dikkat edilmesi gereken bir husustur.²⁶

Yılmazlık ile temel ihtiyaçlar değişkenleri arasında 0,59 oranında pozitif yönde bir ilişki mevcuttur. Yaşamımızın bir parçası hali olan yeme, içme, uyuma gibi temel ihtiyaçların karşılanması bireyi, kendini gerçekleştirmeye götüren piramidin ilk basamağı konumuna getirmektedir.²⁷ Bu anlamda temel ihtiyaçlar zamanında ve yeterli düzeyde karşılanırsa, olumsuz durumlara karşı psikolojik anlamda kişi daha fazla dayanıklılık gösterir. Bütün bunlarla beraber bireyin aile ilişkileri, onlarla sağladığı iletişim, kendisinin psikolojik anlamda desteklenmesi, yaptığı fiziksel aktiviteler, yaşadığı din ve inanç gibi birçok faktör de temel ihtiyaçlardan bağımsız değildir ve bahse konu ihtiyaçlar tümüyle yılmazlığı pozitif yönde etkilemektedir.²⁸ Elde edilen verilere göre, katılımcıların psikolojik anlamda temel ihtiyaçlarının büyük oranda karşılandığı söylenebilir. Siverek ilçesi bölge olarak her ne kadar dezavantajlı konum olarak mülâhaza edilse de katılımcıların, içinde bulunduğu şartları kendi lehlerine çevirerek olumsuz durumlara karşı psikolojik bir sağlamlık elde ettikleri çıkarımı yapılabilir.

Araştırmada, katılımcıların *yılmazlık* ile stresle başa çıkmanın alt faktörleri olan *dış yardım arama* ve *aktif planlama* değişkenleri arasındaki pozitif yönlü ilişkinin tespit edildiği bulunmuştur. Kişinin stresle başa çıkması için kendisine destekte bulunmak ve sosyal yardım sağlamak önemli bir etkidir. Ayrıca, kişinin bir sıra kararlar alması noktasında aile ve sosyal çevreden aldığı destekler, kendisi üzerindeki ruhsal baskıyı daha da azaltır. Bu meyânda, informal anlamda aldığı konsültasyon hizmetleri kişiye daha sağlıklı karar alma yeteneklerini sağladığı gibi, aldığı kararların doğruluğuna yönelik inancında bir artış meydana getirdiği düşünülebilir ve görülen bu artışın, kendisine ruhsal anlamda rahatlama ve iyileştirmeyi sağladığını kaydedebiliriz. Bunun haricinde, kişinin geleceğe yönelik planlar yapması ve hedefe yönelik birtakım kararlar alması, onun stres düzeyinin azalmasına etki edebilir.

Araştırmada elde edilen bulgulardan bir tanesi de yılmazlığı yordadığı düşünülen bazı değişkenlerle alakalıdır. Hedeflerimizin arasında, stresle başa çıkmanın ve temel ihtiyaçların karşılanmasının yılmazlığı önemli oranda yordadığı bulgusu da vardır. Bu yoldan hareket edilecek olursa, kişinin stresle başa çıkma tekniklerini geliştirmesi ve temel ihtiyaçlarının karşılanması, o kişinin psikolojik anlamda daha sağlıklı olmasını ortaya çıkarır.²⁹ Araştırmanın yürütüldüğü İmam-Hatip lisesi öğrencilerinin yoğun olarak din dersleri aldıkları

²⁶ Demet Seban - Berna Perdecı, "Alt Sosyoekonomik Düzey Bir Ailede Yetişen Çocukların Akademik Başarıları İle Yılmazlıkları Arasındaki İlişki: Bir Vaka İncelemesi", *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi* 4/3 (2016), 2.

²⁷ Francis Heylighen, "A Cognitive-Systemic Reconstruction of Maslow's Theory of Self-Actualization", *Behavioral Science* 37/1 (1992), 39-58.

²⁸ Shanshan Xu vd., "Physical Activity and Resilience among College Students: The Mediating Effects of Basic Psychological Needs", *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18/7 (Ocak 2021), 3722.

²⁹ Karol Konaszewski vd., "Resilience and Mental Health Among Juveniles: Role of Strategies for Coping with Stress", *Health and Quality of Life Outcomes* 19/1 (18 Şubat 2021), 7.

görülmektedir. Din ve inanç, işlevsel olarak kişiye hem psikolojik destek sağlamakta³⁰ hem de zor zamanlarda sığınabilecek güvenli bir liman olma fonksiyonunu yerine getirmektedir.³¹ Ayrıca din, kişinin ihtiyaç duyduğu sevgi, sosyal destek, kendini ifade etme, kişisel gerçeklik ve farkındalığı ortaya koyma ve kendini kanıtlayabilme çevresini oluşturması açısından toplumda karşılaşılabilecek travma, stres, kaygı gibi bireysel durumları kolayca atlatacağı bir unsur haline dönüşebilmektedir. Bu manada güçlü şahsiyet ve benlikler edinmiş kişiler, beklenmeyen durum ve dönemlerde ortaya çıkacak krizlerle mücadele etme konusunda daha başarılı sayılırlar.

Araştırmamızda ayrıca İmam-Hatip lisesi öğrencilerinin sahip oldukları yılmazlık puanlarının ortalamasının üstünde olması, onların olumsuz psikolojik durumlara karşı ruhsal anlamda dayanıklı olduklarına işaret etmektedir. Diğer taraftan, araştırmanın yapıldığı çalışma ortamındaki katılımcıların dinî motiflerle içe içe yaşamaları, söz konusu bu durumu açıklayan bir etken olabilir. Çünkü dini inanışın, önemli bir sosyal sermaye aracı olarak kişinin psikolojik sağlığına olumlu katkılar sağladığı bilinmektedir.³² İlave olarak, kişinin psikolojik ihtiyaçları zamanında ve yeterli oranda karşılandığı zaman psikolojik anlamda daha sağlıklı olacağı ve kendisinin olumsuz psikolojik durumlara kıyasla göre daha güçlü durabileceği bulgularla ifade edilmektedir. Diğer taraftan, kişiye ekonomik anlamda destek sağlandığı ve aynı şekilde pozitif ortamlar oluşturulduğu vakit, onların karşılaştıkları strese karşı psikolojik anlamda daha fazla dayanıklılık gösterdikleri de elde edilen araştırmalarda tespit edilmiştir.³³

Bu araştırmanın bulgularına dikkatlice bakıldığında, katılımcıların okul ortamında psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması aldıkları puan ortalamasının üstündedir ve bu veri, öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının büyük oranda karşılandığına işaret etmektedir. Ayrıca, katılımcıların hem *stresle başa çıkma* hem de *psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması* değişkenlerinin yılmazlığı yaklaşık olarak %41 oranında yordadığı dikkati celp etmektedir. Bu yönüyle eğitim kurumları, dezavantajlı bölgelerde eğitim-öğretim gören öğrencilerin stresle başa çıkabilmeleri için psikolojik stratejiler geliştirme ve ihtiyaçlarının zamanında ve yeterli ölçüde karşılanmasına önem vermelidir.

Kaynakça

- Akay, Buğra vd. "Boş Zaman Yoluyla Stresle Baş Etme Stratejisi ve Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişki". *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi* 8/2 (2022), 593-607.
- Alkan, Fatma - Çilesiz, Neslihan. "Mutluluk Ekonomisinin G7 Ülkeleri ve Türkiye Açısından Değerlendirilmesi". *Dumlupınar Üniversitesi İİBF Dergisi* 10 (2022), 70-81.
- Arastaman, Gökhan - Balcı, Ali. "Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Algılarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi". *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri* 13/2 (2013), 915-928.
- Argyle, Michael - Beit-Hallahmi, Benjamin. *The Social Psychology of Religion*. London: Routledge and Paul, 1975.

³⁰ Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*.

³¹ Hökelekli, *Din Psikolojisi*.

³² Ryan McKay - Harvey Whitehouse, "Religion and Morality", *Psychological Bulletin* 141/2 (2015), 447-473; Thorleif Pettersson, "Religion and Criminality: Structural Relationships between Church Involvement and Crime Rates in Contemporary Sweden", *Journal for the Scientific Study of Religion* 30/3 (1991), 279-291.

³³ Bengt B. Arnetz vd., "Trauma Resilience Training for Police: Psychophysiological and Performance Effects", *Journal of Police and Criminal Psychology* 24/1 (2009), 1-9; Stephen Bacchi - Julio Licinio, "Resilience and Psychological Distress in Psychology and Medical Students", *Academic Psychiatry* 41/2 (01 Nisan 2017), 185-188.

- Arnetz, Bengt B. vd. "Trauma Resilience Training for Police: Psychophysiological and Performance Effects". *Journal of Police and Criminal Psychology* 24/1 (2009), 1-9. <https://doi.org/10.1007/s11896-008-9030-y>
- Aydoğın, Didem vd. "Validation of Resilience Scale for Turkish Youth and Adults". Mallorca, Spain, 2012.
- Bacchi, Stephen - Licinio, Julio. "Resilience and Psychological Distress in Psychology and Medical Students". *Academic Psychiatry* 41/2 (01 Nisan 2017), 185-188. <https://doi.org/10.1007/s40596-016-0488-0>
- Beck, Ulrich. *Risk Toplumuna Başka Bir Modernliği Doğru*. İthaki Yayınları, 2019.
- Carlsen, Lars. "Happiness as a Sustainability Factor. The World Happiness Index: A Posetic-Based Data Analysis". *Sustainability Science* 13/2 (2018), 549-571. <https://doi.org/10.1007/s11625-017-0482-9>
- Çalhan, Merve. "Ulusal Kalkınma ve Bölge Planları Çerçevesinde Dezavantajlı Gruplar". *Bölgesel Kalkınma Dergisi* 1/3 (2023), 332-348. <https://doi.org/10.61138/bolgeselkalkinmadergisi.1270926>
- Dolgin, Kim Gale. *Ergenlik Psikolojisi: Gelişim, İlişkiler ve Kültür*. çev. Duygu Özen. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2014.
- Folke, Carl. "Resilience (Republished)". *Ecology and Society* 21/4 (2016). <https://www.jstor.org/stable/26269991>
- Güneş, Bayram vd. "Türkiye'de İllerin Mutluluğu". *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi* 75/2 (2020), 747-774.
- Heylighen, Francis. "A Cognitive-Systemic Reconstruction of Maslow's Theory of Self-Actualization". *Behavioral Science* 37/1 (1992), 39-58. <https://doi.org/10.1002/bs.3830370105>
- Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisi*. Ankara: Diyanet Vakfı Yayınları, 2013.
- İkinci, Mehmet. *Ergenlerde Temel İhtiyaçların Karşılanma Düzeyi ile Başa Çıkma Davranışları Arasındaki İlişki*. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2003.
- Kalgı, Mehmet Emin. "Geleneğin Ötesinde: Dinin Sosyal Sermayeye veya Piyasa Ekonomisine Yönelik Radikal Evrimi Üzerine Bir Çalışma". *Genç Mütefekkirler Dergisi* 5/1 (2024), 1-16.
- Kereci, Nurullah vd. "Dezavantajlı Bölgelerde Görev Yapan Sınıf Öğretmenlerinin Karşılaştığı Güçlükler: Ordu İli Örneği". *Fen, Matematik, Girişimcilik ve Teknoloji Eğitimi Dergisi* 6/2 (2023), 145-159.
- Konaszewski, Karol vd. "Resilience and Mental Health Among Juveniles: Role of Strategies for Coping with Stress". *Health and Quality of Life Outcomes* 19/1 (18 Şubat 2021), 58. <https://doi.org/10.1186/s12955-021-01701-3>
- McKay, Ryan - Whitehouse, Harvey. "Religion and Morality". *Psychological Bulletin* 141/2 (2015), 447-473. <https://doi.org/10.1037/a0038455>
- Moljord, Inger Elise Opheim vd. "Stress and Happiness among Adolescents with Varying Frequency of Physical Activity". *Perceptual and Motor Skills* 113/2 (2011), 631-646. <https://doi.org/10.2466/02.06.10.13.PMS.113.5.631-646>

- Özbay, Yaşar vd. *11-14 Yaş Özel Sağlık Bakım İhtiyacı Olan Çocuklar Üzerinde Yaşam Kalitesini Yükseltmeye Dayalı Disiplinler Arası Destek Eğitiminin (DADE) Etkililiğinin Araştırılması*. Ankara: TÜBİTAK, 2009.
- Pettersson, Thorleif. "Religion and Criminality: Structural Relationships between Church Involvement and Crime Rates in Contemporary Sweden". *Journal for the Scientific Study of Religion* 30/3 (1991), 279-291. <https://doi.org/10.2307/1386973>
- Schiffrin, Holly H. - Nelson, S. Katherine. "Stressed and Happy? Investigating the Relationship Between Happiness and Perceived Stress". *Journal of Happiness Studies* 11/1 (2010), 33-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9104-7>
- Seban, Demet - Perdeci, Berna. "Alt Sosyoekonomik Düzey Bir Ailede Yetişen Çocukların Akademik Başarıları İle Yılmazlıkları Arasındaki İlişki: Bir Vaka İncelemesi". *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi* 4/3 (2016), 106-126.
- Silva, Rute Gonçalves - Figueiredo-Braga, Margarida. "Evaluation of the Relationships Among Happiness, Stress, Anxiety, and Depression in Pharmacy Students". *Currents in Pharmacy Teaching and Learning* 10/7 (2018), 903-910. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2018.04.002>
- Steinberg, Laurence - Morris, Amanda Sheffield. "Adolescent Development". *Annual Review of Psychology* 52 (2001), 83-110. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.83>
- Tabachnick, Barbara G. - Fidell, Linda S. *Using Multivariate Statistics, 5th Ed.* Boston, MA: Allyn & Bacon/Pearson Education, 2007.
- Ungar, Michael - Liebenberg, Linda. "Assessing Resilience Across Cultures Using Mixed Methods: Construction of the Child and Youth Resilience Measure". *Journal of Mixed Methods Research* 5/2 (2011), 126-149. <https://doi.org/10.1177/1558689811400607>
- VanBreda, Adrian DuPlessis. *Resilience Theory: A Literature Review*. Pretoria: South Africa: South African Military Health Service, 2001.
- W. Santrock, John. *Ergenlik*. çev. Sema Özan. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2014.
- Wu, Gang vd. "Understanding Resilience". *Frontiers in Behavioral Neuroscience* 7 (2013), 1-15. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2013.00010>
- Xu, Shanshan vd. "Physical Activity and Resilience among College Students: The Mediating Effects of Basic Psychological Needs". *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18/7 (Ocak 2021), 3722. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073722>
- Yapıcı, Asım. *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Yayınevi, 2013.
- TÜİK, *Yaşam Memnuniyeti Araştırması*. Ankara: Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), 2022.