



SSAD

Stratejik ve Sosyal Arařtırmalar Dergisi

ISSN 2587-2621

Volume 5 Issue 2, July 2021

sisaddergi@gmail.com

Makale Türü/Article Type: Araştırma/Research

Makale Gönderim Tarihi/Received Date: 30.04.2021

Makale Kabul Tarihi/Accepted Date: 20.06.2021

DOI: 10.30692/sisad.930302

**ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ İLİŞKİSİ:
ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ÖRNEĞİ**

The Relationship Between Perceived Social Support and Psychological Well-being: The Case of University Students

Rıfat İRAZ

Prof. Dr.

Selçuk Üniversitesi

İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Yönetim ve Organizasyon

ORCID ID: 0000-0002-2774-8428

rifat@selcuk.edu.tr

Ayşe Nihan ARIBAŞ

Öğr. Gör. Dr.

Aksaray Üniversitesi

Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik

ORCID ID: 0000-0002-5142-874X

nihan_dinc85@hotmail.com

Figen ÖZŞAHİN

Öğr. Gör.

Avrasya Üniversitesi

Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Diş Protez Teknolojileri

ORCID ID: 0000-0001-9227-4938

figen.ozsahin@avrasya.edu.tr

Atıf/Citation:(2021), Rifat Iraz vd. "Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Örneği", *Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, C.5, S.2 Temmuz 2021 s.363-376.

Öz: Bu araştırma, algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini 538 kişiden oluşmaktadır. Araştırma verileri, kartopu örneklem yöntemi kullanılarak toplanmış olup, araştırmada veri toplama aracı olarak Demografik Bilgi Formu, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, t testi, Anova testi ve Korelasyon analizi kullanılmıştır. Yapılan karşılaştırmalarda demografik değişkenlerden sosyal aktivitede bulunma durumu, arkadaş grubu, anne ve babanın demokratik olması, sınıf, mezun olunan lise, babanın mesleği, arkadaş ilişkileri ve aile içi ilişkilerin algılanan sosyal destek ölçek puanlarını etkilediği belirlenmiştir. Psikolojik iyi oluş ölçek puanlarını ise demografik değişkenlerden yaş, sosyal aktivite durumu, arkadaş grubu, anne ve babanın demokratik olması, sınıf, arkadaş ilişkileri ve aile içi ilişkilerin etkilediği belirlenmiştir. Sonuç olarak demografik değişkenlerin, algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş ölçek puanlarını etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Bunlara ek olarak algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Bu ilişki, bireylerin algıladıkları sosyal destek arttıkça, psikolojik iyi oluş düzeylerinin artmakta olduğunu ve bireyleri algıladıkları sosyal destek azaldıkça psikolojik iyi oluş düzeylerinin azalmakta olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Algılanan Sosyal Destek, Psikolojik İyi Oluş, Üniversite Öğrencisi

Abstract: This research was conducted as a descriptive study to determine the relationship between perceived social support and psychological well-being. The sample of the study consists of 538 people. Research data were collected using snowball sampling method, and Demographic Information Form, Perceived Social Support Scale and Psychological Well-Being Scale were used as data collection tools in the research. Descriptive statistics, t test, Anova test and correlation analysis were used in the analysis of the data. In the comparisons, it was determined that among the demographic variables, being in social activities, group of friends, being democratic of parents, class, graduated high school, father's profession, friendship relations and family relations affect perceived social support scale scores. It was determined that the psychological well-being scale scores were affected by demographic variables such as age, social activity status, friend group, democratic parents, class, friend relations and family relations. As a result, it was concluded that demographic variables affect perceived social support and psychological well-being scale scores. In addition, there is a positive relationship between perceived social support and psychological well-being. This relationship shows that as individuals' perceived social support increases, their psychological well-being levels increase and as individuals' perceived social support decreases, their psychological well-being levels decrease.

Keywords: Perceived Social Support, Psychological Well-being, University Student

GİRİŞ

Birey açısından bakıldığında zaman, sosyal etkileşimin başladığı yer aile olup, büyüme ve gelişme ile beraber bu sosyal etkileşim bireyin yakın çevresine doğru genişlemektedir. Gençlik dönemlerine bakıldığında ise aile etkileşimine ek olarak okul ve sosyal çevre de devreye girmektedir (Gülaçtı, 2010). Okul ve sosyal çevreden sonra ise iş hayatı dönemi başlamaktadır. Dolayısıyla hayatın her alanında diğer bireyler ile iletişim kurmak, gerektiğinde onlardan destek almak gerekmektedir. Bu destek yetersiz kalması çeşitli psikolojik sıkıntılara sebep oluyor ise psikolojik yardım almaktan da kaçınmamak gerekmektedir. Bireyin bu noktaya gelmeden önce kendi durumunun farkında olması ve bu duruma neden olan faktörlerin engellenmesi noktasında çaba sarf etmesi gerekmektedir.

Öznel ve psikolojik bakımdan iyi olmak ile ilgili yapılan tanımların daha açık ve anlaşılır olabilmesi için, durumsal ve bireysel özellikleri çeşitli modellerin beraber değerlendirilmesi ve iyi olmanın yapısının daha iyi anlaşılabilmesi gerekmektedir. Bu bağlamda, insanın iyilik durumunu karşılayan çok fazla kavram bulunmaktadır. Sağlığın tanımında vurgulanan iyilik hali kavramı iyi oluş, öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluş, yaşam tatmini ve kalitesi, olumlu ve olumsuz duygulanım gibi tamamen aynı anlamı taşımamakla beraber bireyin işlevselliği üzerinde olumlu etkisi olduğu için birbiri ile ilişkili kavramlar olarak değerlendirilebilmektedir (Özen, 2010, s. 48). Psikolojik iyi oluş, bireyin ruhsal sağlığı ile ilgili bir kavram olması ile birlikte, bireyin yaşamındaki bir çok sorun için de kaynak teşkil edebilmektedir (Sezer, 2013, s. 490).

Algılanan sosyal destek, yaşam kalitesi ile oldukça yakından ilişkili içinde olan bir kavram olup, bireyin çevresinde bulunan kişilerden çeşitli konular ile ilgili yardım alması olarak tanımlanmaktadır (Akçalı vd., 2009). Sosyal destek dendiği zaman ise, öncelikle aklımıza sosyal çevre gelmektedir. Sosyal destek aslında, kişinin sosyal çevresiyle bağlarının kopmaması ve kaliteli iletişim kurabilmesi olarak da tanımlanabilmektedir. Destek alındığı zaman kişinin

psikolojik olarak kendini iyi hissetmesi sağlanmaktadır. Ayrıca kişinin iyi hissetmesini sağlayacak olan unsurun, algıladığı sosyal desteğe bağlı olduğu düşünülmektedir. Geleceğimizi emanet edeceğimiz, çalışma hayatına henüz başlamamış ve ilerleyen zamanlarda topluma faydalı olması beklenen üniversite öğrencilerinin de bu konularda bilinçlenmesi ve farkındalık geliştirmesi gerekmektedir.

Bu çalışmada, öğrencilerin algıladıkları sosyal destek ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu kapsamda bir devlet üniversitesinin sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu ve sağlık bilimleri fakültesinde öğrenim görmekte olan 538 öğrenciden elde edilen veriler istatistiksel teknikler kullanılarak analiz edilecek ve bu iki kavram arasındaki ilişkiler ortaya konmaya çalışılacaktır.

Kavramsal Çerçeve

Algılanan Sosyal Destek

Son zamanlarda önemli kavramlardan biri haline gelmiş olan konu algılanan sosyal destektir. Sosyal destek, bireyin bütün çevresinden gerek sosyal gerek ise psikolojik olarak almış olduğu destek şeklinde ifade edilebilmektedir. Başka bir ifadeyle sosyal destek gereksinim duyan kişiye çevresinde yardımda bulunabilecek kişilerin sayısı olarak da ifade edilmektedir. (Yıldırım, 1997, s. 81). Sosyal destekle ilgili son görüşler ise, elde edilebilirlik algısı bakımından olmaktadır. Bu görüşe göre sosyal destek, kişi ilişkilerinin niceliği veya niteliğinden ziyade, kişinin ihtiyaç duyduğu anda kendisine yardım edebilecek insanların bulunduğunu bilmesidir. Tanım olarak sosyal destek üzerinde birçok görüş ayrılıkları bulunmaktadır. Ayrıca, sosyal destek çoğunlukla, kendini zor durumda veya stres altında hisseden bireye çevresi tarafından yardımcı olunmasıdır. (Ardahan, 2006, s. 69). Uzaktan eğitim sürecinde üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek birçok unsura bağlı olarak değişebilmektedir. Özellikle yaşa, bir arkadaş grubunun varlığına göre hatta anne babanın demokratik olup olmama durumuna göre değişkenlik gösterebilmektedir.

Algılanan destek; öğrencilerin hayatlarının farklı rol alanlarında kendilerine kıymet verilmesi, özen gösterilmesi, ihtiyaç anında, çevrelerinde başvurabilecekleri kişilerin olduğu ve kurdukları ilişkilerden doyum sağladıklarına olan inançtır (Şahin, 2011, s. 39). Bütün insanların başkalarından destek almaya ve başkaları ile paylaşımında bulunmaya ihtiyacı vardır. Küçük yaşlardan itibaren yalnız bırakılmamış ve kendisi ile ilgilenilmiş; gerek ailesinden gerek arkadaş çevresinden gerekli ve yeterli destek alarak büyümüş kişilerin psikolojik yönden daha iyi durumda olduğu ve hayata daha bağlı olduğu, buna bağlı olarak okul ve iş hayatlarında daha başarılı ve girişken olabildikleri görülmektedir.

Psikolojik İyi Oluş

1980'li yıllarda ortaya atılan psikolojik iyi oluş, hayat anlam ifade etmekte olan hedefleri devam ettirme, bireyin kendini geliştirmesi ve başka insanlar ile kurulan kaliteli ilişkiler manasına gelen pozitif hareketler sergileyen kişilerin nitelikleriyle ilgilenen kuramlar bütünü olup, kişisel bakımdan birçok olumlu çıktı elde edilmesi ile ilgidir (Keleş, 2017, s. 156).

Ryff (1989) psikolojik iyi oluşu altı maddede incelemektedir. Bunlar; yaşam amacı, özerklik, bireysel gelişim, çevresel hâkimiyet, diğerleriyle olumlu ilişkiler, öz kabuldür. Bu maddeler şu şekilde açıklanabilmektedir;

-*Yaşam amacı*; bireyin hayatının bir anlam içermesi ve hedeflerine ulaşma gayretidir.

-*Özerklik*; kişinin kendi kararlarını alabilmesi, standartlarını geliştirmesini, hayatını bu standartlar doğrultusunda düzenlemesidir.

-*Bireysel gelişim*; kişinin kabiliyetlerini artırması ve kendi yapabileceklerinin farkında olarak yeni durumlara açık olmasıdır.

-*Çevresel hâkimiyet*; bireyin istek, değer ve ihtiyaçlarına göre çevresini düzenleyip, çevresine adapte olması ve olanakları iyi değerlendirmesidir.

-*Diğerleriyle olumlu ilişkiler*; insanın ilişkilerinde samimi olması ve bu ilişkileri devam ettirmesidir.

-*Öz kabul*; bireyin kendisini olumlu algılamasını, kendisini iyi veya kötü bütün yönleriyle kabul etmesidir (Ryff ve Singer, 2008).

Tüm insanların, yaşamlarını mutlu bir şekilde devam ettirebilmeleri için psikolojik açıdan kendilerini iyi hissetmelidir çünkü kendini iyi hissetmeyen bireyler, önce okul hayatında ve daha sonrasında ise iş hayatında çeşitli sorunlarla karşılaşabilmektedir. Geleceğin öncüsü ve toplumların ışığı olan üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş durumlarının tespiti ve söz konusu durumu etkileyen unsurların ortaya konması açısından bu konu önem arz etmektedir.

Literatür Taraması

Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi

Literatür incelendiğinde algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği bir çok çalışmaya rastlanmıştır. Adyani vd. (2019)'nin eyaletler arası üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ve psikolojik iyi oluş ilişkisinin incelendiği araştırma sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Rendon vd. (2020)'nin yapmış oldukları araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin üniversite hayatlarının başlangıcında aldıkları desteğin genel iyilik hallerine ve psikolojik olarak sağlıklı olmalarına fayda sağladığı belirlenmiştir. Malezya'daki rehabilitasyon merkezlerinde bulunan suçlular ile ilgili yapılan araştırmanın sonuçları; söz konusu kişilerin çoğunluğunun yüksek düzeyde sosyal destek algıladıkları ve psikolojik iyi oluşlarının ise orta düzeyde olduğunu ve algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu göstermektedir (Mariani vd., 2017). Birinci sınıfta öğrenim görmekte olan üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada ise söz konusu öğrencilerin arkadaş ve ailelerinden gördükleri desteğin psikolojik iyi oluşları üzerinde önemli etkisi olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Awang vd., 2014).

Yöntem

Araştırmanın Problemi, Türü ve Amacı

Araştırmanın problemi öğrencilerin algıladıkları sosyal destek ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın alt problemi ise algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş değişkenlerinin, demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet, sınıf, program, mezun olunan lise, kardeş sayısı, sosyal aktivite, annenin eğitim durumu, annenin mesleği, babanın eğitim durumu, babanın mesleği, annenin tutumu, babanın tutumu, arkadaşlar ile ilişkiler, arkadaş grubu, aile içi ilişkiler ve aile tipi) bakımından istatistiksel olarak farklılık gösterip göstermediğini incelemektir.

Tanımlayıcı olarak yapılan çalışmada iki değişken arasındaki ilişkiyi belirlemede kullanılan ilişki tarama modeli kullanılmıştır. Bu çalışmada algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur;

H0: Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluş durumları arasında ilişki vardır.

H1: Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluş durumları arasında ilişki yoktur.

- H2: Yaş, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H3: Cinsiyet, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H4: Sınıf, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H5: Sosyal aktivitede bulunma, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H6: Arkadaş grubu, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H7: Anne ve babanın demokratik tutum sergilemesi, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H8: Baba mesleği, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H9: Arkadaş ilişkileri, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H10: Aile içi ilişkiler, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H11: Mezun olunan lise, sosyal destek algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H12: Yaş, psikolojik iyi oluş algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H13: Cinsiyet, psikolojik iyi oluş algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H14: Sosyal aktivite, psikolojik iyi oluş algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H15: Arkadaş grubu, psikolojik iyi oluş algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H16: Anne ve babanın demokratik tutum sergilemesi, psikolojik iyi oluş algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H17: Sınıf, psikolojik iyi oluş algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H18: Arkadaşlar ile ilişkiler, psikolojik iyi oluş algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.
- H19: Aile içi ilişkiler, psikolojik iyi oluş algılanmasında istatistiki olarak anlamlı farklar ortaya koymaktadır.

Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini, Türkiye’deki bir devlet üniversitesinin sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu ve sağlık bilimleri fakültesi ön lisans ve lisans programlarında öğrenim görmekte olan öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise araştırmaya katılmayı kabul eden 538 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Verilerin toplandığı Mart - Mayıs 2021 tarihlerinde araştırmaya katılmak için gönüllü olan, anket ve ölçekleri eksiksiz dolduran öğrenciler araştırma kapsamına alınmıştır.

Veri Toplama Araçları ve Verilerin Analizi

Araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda veri toplama aşamasında anket tekniği kullanılması tercih edilmiştir. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları 3 kısımdan oluşmaktadır. Birinci kısımda Öğrenci Bilgi Formu, ikinci kısımda çok boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve üçüncü kısımda ise Psikolojik İyi Oluş Ölçeği yer almaktadır. Öğrenci Bilgi Formu; öğrencilerin demografik, ve sosyo-ekonomik özelliklerini içeren 17 sorudan oluşmaktadır.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği: Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley tarafından 1988’de geliştirilen ölçek Likert tipinde 7 dereceli olup, 12 maddeden oluşmaktadır ve alt boyutlar 4 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan ise 84’tür. Alınan puanın yüksekliği, alınan sosyal desteğin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin geçerliliğini ve güvenilirlik çalışması Eker ve Arkar (1995) tarafından yapılmıştır (Hisoğlu, 2018). *Psikolojik İyi Oluş Ölçeği;* Diener, Scollon ve Lucas (2009) tarafından geliştirilen 8 maddeli ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Telef (2013) tarafından yapılmıştır. Ayrıca ölçekte olumlu ilişkiler, amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürme, yeterlik hissi gibi kişi hayatının önemli unsurları ile ilgili psikolojik iyi oluşun alt boyutlarını kapsayan sorulardan meydana gelmektedir. Ölçeğin maddeleri; kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (7) şeklinde cevaplanmaktadır. Alınabilecek en düşük puan 8 ve en yüksek puan 56’dır ve puanlar arttıkça kişinin daha çok psikolojik kaynağa ve güce sahip olduğu ortaya konmaktadır (Özyurt, 2020).

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 24 paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılım analizi sonuçlarına göre normal dağılmadığına karar verilmiştir ($p < 0.05$). Değerlendirmede öğrencilere ilişkin demografik özellikler bağımsız, Algılanan sosyal destek ve Psikolojik iyi oluş ölçeğinin toplam puan ortalamaları ise bağımlı değişkenler olarak ele alınmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzde, toplam puan, ortalama, bağımsız örneklem T-Testi ve ANOVA testi kullanılmıştır. Ölçek puanları arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Korelasyon analizi kullanılmıştır. Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin güvenilirliği .89 ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin güvenilirliği ise .86’dır.

Tablo 1. Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenirlik Analizi

Faktör/Madde	Özel bir insan	Aile	Arkadaş
Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.	0,920		
Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.	0,916		
Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.	0,906		
Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.	0,891		

Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.		0,860	
İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden (örneğin, annemden, babamdan, eşimden, çocuklarımdan, kardeşlerimden) alırım.		0,862	
Ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.		0,836	
Sorunlarımı ailemle (örneğin, annemle, babamla, eşimle, çocuklarımla, kardeşlerimle) konuşabilirim.		0,816	
Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.			0,858
İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.			0,839
Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.			0,833
Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.			0,818
Açıklanan Varyans	46,557	19,898	13,657
Toplam Açıklanan Varyans			80,112
KMO			0,877
Barlett Uygunluk Testi			5071,825
Cronbach Alpha			0,892

Gerçekleştirilen açıklayıcı faktör analizi sonucunda algılanan sosyal destek ile ilgili oluşan üç faktörlü yapı varyansın %80,112'sini açıklamaktadır. Ayrıca Özdeğerleri 1'den büyük olan maddelerin faktör yükleri 0,5'den büyük olduğu belirlenmiştir (Yaşlıoğlu, 2017). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin geçerlilik analizi için yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda, Barlett normal dağılım test sonucunun anlamlı ve güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p < 0.01$). Ölçeğe ilişkin ortaya konan yapı da Ergün & Nartgün (2017) tarafından ileri sürülen yapıya uyumlu olup, bu sonuçlara göre algılanan sosyal destek ölçeğinin yüksek derecede ($0,60 > \alpha > 0,80$) güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenirliği

Faktör/Madde	Faktör Yükleri
Ben iyi bir insanım ve iyi bir hayat yaşıyorum	0,801
Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum	0,800
Sosyal ilişkilerim destekleyici ve tatmin edicidir	0,770
Günlük aktivitelereime bağlı ve ilgiliyim	0,751
Geleceğim hakkında iyimserim	0,721
Benim için önemli olan etkinliklerde yetenekli ve yeterliyim	0,689
İnsanlar bana saygı duyar	0,661
Başkalarının mutlu ve iyi olmasına aktif olarak katkıda bulunurum	0,573
Toplam Açıklanan Varyans (%)	52,498
KMO	0,900
Barlett Uygunluk Testi	1698,338
Cronbach Alpha	0,869

Gerçekleştirilen analiz sonucunda, psikolojik iyi oluş ile ilgili oluşan tek faktörlü yapı varyansın %52,498'ini açıklamaktadır. Ayrıca Özdeğerleri 1'den büyük olan maddelerin faktör yükleri 0,5'den büyük olduğu belirlenmiştir (Yaşlıoğlu, 2017). Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin geçerlilik analizi için yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda, Barlett normal dağılım test sonucunun anlamlı ve güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p < 0.01$). Ergün & Nartgün (2017)'ün ortaya koyduğu yapıya, psikolojik iyi oluş ölçeği uyum göstermektedir. Bu sonuçlara göre algılanan sosyal destek ölçeğinin yüksek derecede ($0,60 > \alpha > 0,80$) güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın Etik Yönü: Araştırmanın yapılabilmesi için Aksaray Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan yazılı izin alınmıştır (Tarih: 22/02/2021 ve no: 2021/01-116).

Bulgular

Tablo 3: Katılımcıların Demografik Özellikleri (n=538)

Demografik Özellikler		Sayı	Yüzde (%)
Yaş	18-21	421	% 78,3
	21 ve üzeri	117	% 21,7
Cinsiyet	Kadın	431	% 80,1
	Erkek	107	% 19,9
Sınıf	1.sınıf	243	% 45,2
	2.sınıf	168	% 31,2
	3.sınıf	68	% 12,6
	4.sınıf	59	% 11,0
Program	Ön lisans	243	% 45,2
	Lisans	295	% 54,8
Mezun olunan lise	Temel lise	47	% 8,7
	Sağlık meslek lisesi	89	% 16,5
	Anadolu lisesi	282	% 52,4
	Meslek lisesi/İmam hatip lisesi	120	% 22,3
Kardeş sayısı	1-5 kardeş	502	% 93,3
	6-10 kardeş	36	% 6,7
Sosyal aktivite	Evet	216	% 40,1
	Hayır	322	% 59,9
Annenin eğitim durumu	Üniversite	44	% 8,2
	Lise	73	% 13,6
	Ortaokul	95	% 17,7
	İlkokul	273	% 50,7
	Okuryazar	15	% 2,8
	Okuryazar değil	38	% 7,1
Annenin mesleği	Ev hanımı	433	% 80,5
	Memur	28	% 5,2
	İşçi	31	% 5,8
	Emekli	12	% 2,2
	Serbest meslek	14	% 2,6
	Diğer	20	% 3,7
Babanın eğitim durumu	Üniversite	88	% 16,4
	Lise	108	% 20,1
	Ortaokul	141	% 26,2
	İlkokul	191	% 35,5
	Okuryazar	6	% 1,1
	Okuryazar değil	4	% 0,7
Babanın mesleği	Çalışmıyor	30	% 5,6
	Memur	78	% 14,5
	İşçi	89	% 16,5
	Emekli	116	% 21,6
	Serbest meslek	132	% 24,5
	Diğer	93	% 17,3
Aile tipi	Çekirdek	416	% 77,3
	Geniş	96	% 17,8
	Parçalanmış	26	% 4,8
Arkadaş grubu	Evet	486	% 90,3
	Hayır	52	% 9,7
Arkadaş ilişkileri	İyi	422	% 78,4
	Orta	107	% 19,9
	Kötü	9	% 1,7
Aile içi ilişkiler	İyi	338	% 62,8
	Orta	172	% 32,0
	Kötü	28	% 5,2

Annenin tutumu	Demokratik	405	% 75,3
	Demokratik değil	133	% 24,7
Babanın tutumu	Demokratik	376	% 69,9
	Demokratik değil	162	% 30,1

Katılımcıların %80,1'i kadın olup, %78'3'ü 18-21 yaş aralığındadır, %52,4'ü Anadolu lisesi mezunudur ve %54,8'i lisans programlarında öğrenim görmektedir. Katılımcıların %59,9'unun gerçekleştirdiği herhangi bir sosyal aktivite bulunmamakta olup, %90,3'ünün arkadaş grubu bulunmaktadır. Katılımcıların %62,8'i aile içi ilişkilerinin iyi olduğunu belirtmiş olup, %75,3'ü annesinin demokratik bir tutum sergilediğini ve %69,9'u babasının demokratik bir tutum sergilediğini belirtmiştir.

Tablo 4: Katılımcıların Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puan Ortalamaları

Ölçek	Ortalama \pm SS	Min, Max
Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	58,78 \pm 16,80	13-84
Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	39,36 \pm 9,26	8-56

Katılımcıların Algılanan Sosyal Destek ölçeği puan ortalaması 58,78 \pm 16,80 ve Psikolojik İyi Oluş ölçeği puan ortalaması 39,36 \pm 9,26'dır.

Tablo 5: Ölçeklerin Puan Ortalamaları Arasındaki İlişki

		1	2
1. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	r	1	
	p	-	
2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	r	0,436	1
	p	0,000	-

Korelasyon analizi sonucunda (Tablo 6), algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Bu bulguya göre; öğrencilerin algıladıkları sosyal destek puanı arttıkça, psikolojik olarak iyi olma puanları da artmaktadır.

Tablo 6: Katılımcıların Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puan Ortalamalarını Etkileyen Faktörler

Değişkenler	Algılanan Sosyal Destek Ölçeği		Psikolojik İyi Oluş Ölçeği		
	X	SS	X	SS	
Yaş	18-21 yaş	57,30	16,75	38,78	9,36
	22 yaş ve üzeri	64,11	15,94	41,42	8,62
	Z*	-3,920		-2,699	
	P	0,000		0,007	
Cinsiyet	Kadın	59,15	16,61	39,25	9,06
	Erkek	57,31	17,54	39,78	10,05
	Z*	-0,833		-1,007	
	P	0,405		0,314	
Sınıf	1.Sınıf	56,31	17,40	37,74	9,61
	2.Sınıf	58,60	16,04	40,41	8,98
	3.Sınıf	63,11	15,79	40,58	8,49
	4.Sınıf	64,47	15,53	41,59	8,48
	X ² *	16,310		13,147	
	p	0,001		0,004	
Program	Ön lisans	58,53	17,07	39,28	9,00
	Lisans	58,99	16,60	39,42	9,49
	Z*	-0,329		-0,222	

	p	0,742		0,824	
Mezun olunan lise	Temel lise	59,91	17,21	40,74	10,47
	Sağlık meslek	57,78	17,09	38,86	9,04
	Anadolu lisesi	57,29	16,35	39,29	9,01
	Meslek/İmam hat.	62,59	17,07	39,33	9,58
	X ^{2*}	9,005		1,814	
	p	0,029		0,612	
Kardeş sayısı	1-5 kardeş	58,51	16,67	39,35	9,19
	6-10 kardeş	62,61	18,40	39,47	10,34
	Z*	-1,503		-0,279	
	P	0,133		0,780	
Sosyal aktivite	Evet	61,60	16,06	42,36	8,97
	Hayır	56,89	17,04	37,34	8,91
	Z*	-3,118		-6,916	
	P	0,002		0,000	
Anne eğitimi	Üniversite	56,77	17,72	38,36	8,35
	Lise	59,76	15,61	40,58	9,27
	Ortaokul	61,28	15,98	40,37	8,60
	İlkokul	58,84	17,08	39,22	9,27
	Okuryazar	52,13	20,33	38,00	12,77
	Okuryazar değil	55,21	15,88	37,13	10,15
	X ^{2*}	6,803		6,145	
	P	0,236		0,292	
Anne mesleği	Ev hanımı	58,72	16,92	39,33	9,29
	Memur	52,57	19,22	37,35	6,95
	İşçi	60,61	16,47	40,35	9,11
	Emekli	65,33	13,42	37,83	13,95
	Serbest meslek	62,57	13,90	43,50	8,41
	Diğer	59,40	13,42	39,10	8,80
	X ^{2*}	5,974		5,793	
	P	0,309		0,327	
Baba eğitimi	Üniversite	57,50	16,93	39,93	8,66
	Lise	60,33	17,63	40,25	10,11
	Ortaokul	60,82	17,06	40,40	8,04
	İlkokul	57,17	16,11	37,91	9,73
	Okuryazar	52,33	14,61	34,00	8,98
	Okuryazar değil	60,25	12,94	43,25	9,06
	X ^{2*}	7,564		10,197	
	P	0,182		0,070	
Baba mesleği	Çalışmıyor	56,96	18,70	37,76	11,21
	Memur	58,34	17,46	39,91	10,31
	İşçi	55,42	14,54	38,96	8,61
	Emekli	57,76	18,14	39,41	8,67
	Serbest meslek	63,06	16,37	39,57	9,39
	Diğer	58,16	15,72	39,41	8,96
	X ^{2*}	14,823		1,676	
	P	0,011		0,892	
Aile tipi	Çekirdek	59,34	16,34	39,50	9,18
	Geniş	57,88	18,65	38,58	9,92
	Parçalanmış	53,19	16,37	39,96	8,19
	X ^{2*}	3,514		0,275	
	P	0,173		0,871	
Arkadaş grubu	Evet	60,41	15,72	40,06	8,88
	Hayır	43,55	18,95	32,78	10,21
	Z*	-5,973		-5,114	
	P	0,000		0,000	
Arkadaş ilişkileri	İyi	62,89	14,52	40,93	8,55
	Orta	45,41	15,26	33,97	9,49
	Kötü	25,22	14,74	29,44	9,22
	X ^{2*}	107,485		54,650	
	P	0,000		0,000	
Aile içi ilişkiler	İyi	64,13	14,66	41,53	8,30
	Orta	51,56	15,87	36,48	9,26
	Kötü	38,64	15,01	30,75	10,68

	X ² *	97,689		54,650	
	P	0,000		0,000	
Anne tutumu	Demokratik	61,60	15,63	40,50	8,92
	Dem. Değil	50,18	17,37	35,87	9,43
	Z*	-6,489		-5,097	
	P	0,000		0,000	
Baba tutumu	Demokratik	61,18	15,81	40,61	8,70
	Dem. Değil	53,20	17,74	36,45	9,88
	Z*	-4,737		-4,527	
	P	0,000		0,000	

Algılanan sosyal destek puanlarının (Tablo 4); yaşa, sosyal aktivite durumuna, arkadaş grubunun olmasına, anne ve babanın demokratik tutumlarına, sınıfa, mezun olunan liseye, baba mesleğine, arkadaş ilişkilerine ve aile içi ilişkilere göre istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır ($p<0,05$). Bu bulgulara dayanarak; algılanan sosyal destek puanlarının; cinsiyete, öğrenim görülen programa, kardeş sayısına, annenin eğitim ve mesleğine, babanın eğitim durumuna ve aile tipine göre ise anlamlı bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, öğrencilerin, algılanan sosyal destek toplam puan ortalaması $58,78\pm 16,80$ olarak hesaplanmıştır. Öğrencilerin algılanan sosyal desteklerinin orta düzeyde olduğu söylenebilmektedir. Psikolojik iyi oluş puan ortalaması ise $39,36\pm 9,26$ olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlara göre öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin de orta seviyede olduğu söylenebilmektedir.

Üniversiteye yeni başlayan öğrencilerin, son sınıflarda okuyan ve mezun olmak üzere olan öğrencilerden daha az destek görmeleri eğitim hayatına yeni adapte olmaları ve kendilerine daha fazla güveniyor olmaları ile açıklanabilmektedir. Sosyal aktivitede bulunan öğrencilerin bulunmayanlara göre sosyal ilişkileri daha kuvvetlidir. Bu nedenle aradıkları ve bekledikleri desteği sosyal ilişkileri dolayısıyla arkadaşları ile kurdukları iletişim sayesinde alabilmektedirler. Anne ve baba tutumlarını demokratik olarak belirten öğrencilerin, algılanan sosyal destek puanlarının yüksek olması; anne ve babaları ile ilişki kurabilme konusunda sıkıntı yaşamadıkları ve daha fazla sosyal desteğe gereksinim duymamaları ile açıklanabilmektedir.

Psikolojik iyi oluş puanları incelendiğinde ise (Tablo 6); öğrencilerin psikolojik iyi oluş durumlarının, yaşa, sosyal aktivite durumuna, arkadaş grubunun olmasına, anne ve babanın demokratik tutumuna, sınıfa, arkadaş ilişkilerine ve aile içi ilişkilere göre anlamlı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır ($p<0,05$). Bu bulgulara dayanarak; psikolojik iyi oluşun cinsiyete, öğrenim görülen programa, kardeş sayısına, mezun olunan liseye, anne ve babanın eğitim durumuna ve mesleklerine ve aile tipine göre anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yaş arttıkça ve sınıf arttıkça psikolojik iyi oluşun artması, öğrencilerin kendi benlikleri bulmaları ve belirli bir olgunluğa erişerek daha iyi analiz yapmaları ve kendilerini ruhsal olarak daha iyi hissetmeleri ile açıklanabilmektedir. Arkadaş ilişkilerinin iyi olması, öğrencilerin sosyal sağlıklarının olumlu düzeyde olduğunu göstermektedir ve dolayısıyla bu öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarının yüksek olması bu durum ile açıklanabilmektedir.

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal desteklerinin psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre öğrencilerin algılanan sosyal destek puanları arttıkça psikolojik iyi oluş durumlarında artış gözlenmektedir.

Ayrıca psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek bağlamında demografik değişkenlerin istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığının ortaya konması için hipotezler geliştirilmiştir. Yapılan karşılaştırma sonuçlarına göre algılanan sosyal destek puanlarını, sosyal aktivitede bulunma durumu, arkadaş grubu, anne ve babanın demokratik olması, sınıf, mezun olunan lise,

babanın mesleği, arkadaş ilişkileri ve aile içi ilişki demografik değişkenleri etkilemektedir. Psikolojik iyi oluş puanlarını ise yaş, sosyal aktivite durumu, arkadaş grubu, anne ve babanın demokratik olması, sınıf, arkadaş ilişkileri ve aile içi ilişkiler değişkenlerinin etkilediği belirlenmiştir. Sonuç olarak demografik değişkenlerin, algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş ölçek puanlarını etkilediği belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre H0, H4, H5, H6, H7, H8, H9, H10, H11, H12, H14, H15, H16, H17, H18 ve H19 hipotezleri kabul edilmiştir. Algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş puanlarının her ikisi de sınıf, arkadaş grubu, anne ve babanın demokratik olması, mezun olunan lise, aile içi ilişkiler, sosyal aktivitede bulunma durumu değişkenlerinden etkilenmektedir.

Çeşitli araştırmalardan elde edilen bulgulardan araştırmamıza benzer ve farklı sonuçlar ortaya konanlar bulunmaktadır. Çeçen (2008)'e göre çalışmamıza benzer şekilde cinsiyete göre sosyal destek düzeylerinin farklılaşmadığı ancak anne baba tutumlarına göre ise sosyal destek düzeylerinin anlamlı bir biçimde farklılaştığı ve ebeveynlerini demokratik olarak algılayan çocuklarının kendilerini daha az yalnız hissettikleri ve daha fazla arkadaşlarından ve ailelelerinden sosyal destek aldıkları görülmektedir. Çalışan genç yetişkinlerde algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş ilişkisini araştıran Rani (2016)'ye göre çalışmamıza benzer olarak algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı pozitif bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Ayrıca bu çalışmada, kadınların erkeklerden daha fazla sosyal destek aldıkları ve bu desteklerin aile ve arkadaşlardan geldiği bulgusuna ulaşılmıştır. Emadpoor vd. (2016)'nin çalışmasında da çalışmamıza benzer olarak psikolojik iyi oluş ile algılanan sosyal destek arasında pozitif ilişki saptanmıştır. Ayrıca öğrencilerin psikolojik yardım alması konusunun irdelendiği bir çalışma da öğrencilerin genellikle danışmanlardan yardım istemediklerini ortaya koymaktadır (Salim, 2010). Erkan vd. (2012) 'nin üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmanın sonuçları; öğrencilerin ve yardım arama konusunda gönüllü olma durumlarının cinsiyet açısından çalışmamızdan farklı olarak farklılaştığını, sosyoekonomik olarak daha iyi durumda olanların daha çok probleminin olduğu ve öğrencilerin duygusal, akademik ve ekonomik problemler ile daha fazla karşılaştıkları ve çalışmamıza benzer olarak aileler ve arkadaşlarından daha fazla destek gördükleri bulgusuna ulaşılmıştır. Aydın vd. (2017)'nin, hemşirelik öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmanın sonuçlarına göre; algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü bir ilişki olup sınıf demografik değişkeni ile öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek arasında fark olduğu görülmüştür. Soman vd. (2016)'nin çalışmasından elde edilen bulgular; çalışmamızdan farklı sonuçlar vermiştir. Bu çalışmaya göre, erkeklerin algılanan sosyal destek puanlarının kadınlardan daha fazla olduğunu ve erkeklerin kızlara göre, arkadaşlarından daha fazla destek aldıklarını göstermektedir. Talwar vd. (2013)'nin üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmanın sonuçları da çalışmamızdan farklı olarak kadınların erkeklere göre daha fazla sosyal destek aldıklarını göstermektedir.

Eğitim hayatının önemli süreçlerinden birisi olan üniversite öğrenimi esnasında üniversite öğrencilerinin yeni bir hayata atılmaları ile beraber bazı kaygılar ve korkular yaşaması normal görülmektedir. Bu kaygılar ile baş etme noktasında öğrencilerin arkadaş çevresi, ailesi ve bu kişiler ile kurdukları iletişimin düzeyi önem taşımaktadır. Çevresinden beklediği ilgiyi ve desteği göremeyen öğrencilerin psikolojik olarak bu durumdan olumsuz etkilenmesi beklenmektedir. Bu süreçte, çevresinden beklediği desteği göremeyen ve bu nedenle psikolojik açıdan kendini iyi hissetmeyen üniversite öğrencilerinin belirlenmesi ve söz konusu öğrencilerin desteklenerek topluma daha faydalı bireyler olarak yetişmeleri için gereken tedbirlerin alınması gerekmektedir. Bu konu geleceğimizi oluşturan öğrencilerin sorunlarına duyarlı olarak ve bu konuda farkındalık geliştirilmesini sağlamak açısından önem arz etmektedir. Bu araştırmanın sonuçlarının üniversite öğrencileri üzerinde çalışacak olan diğer araştırmacılara katkı sağlaması beklenmektedir.

KAYNAKÇA

- Adyani, L., Suzanna, E., Safuwan, S. and Muryali, M. (2018). Perceived Social Support And Psychological Well-Being Among Interstate Students At Malikussaleh University. *Jurnal Indigenous*, 3(2), 98-104.
- Ardahan, M. (2006). Sosyal Destek ve Hemşirelik. *Anadolu Hemşirelik Ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 68-75.
- Awang, M., M., Kutty, M. F. and Ahmad, R. A. (2014). Perceived Social Support and Well Being: First-Year Student Experience in University. *International Education Studies*, 7 (13), 261-270.
- Aydın, A., Kahraman, N. ve Hiçdurmaz, D. (2017). Determining The Perceived Social Support And Psychological Well-Being Levels Of Nursing Students, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(1), 40-47.
- Çeçen, A. R. (2008). Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Ve Anababa Tutum Algılarına Göre Yalnızlık Ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Emadpoor, L., Lavasani, M. G., & Shahcheraghi, S. M. (2016). Relationship Between Perceived Social Support And Psychological Well-Being Among Students Based On Mediating Role Of Academic Motivation. *International Journal Of Mental Health And Addiction*, 14 (3), 284-290.
- Ergün, E. ve Nartgün, Ş. S. (2017). Öğretmen Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Sakarya University Journal of Education*, 7(2), 385-397.
- Erkan, S., Özbay, Y., Çankaya, ZC. ve Terzi, Ş. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Problemler Ve Psikolojik Yardım Arama Gönüllükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37 (164).
- Gülaçtı, F. (2010). The Effect Of Perceived Social Support On Subjective Well-Being. *Procedia Social And Behavioral Sciences*, 2, 3844-3849.
- Hisoğlu, A. (2018). Otizm Spektrum Bozukluğu Tanılı Çocukların Evebeynlerinde Algılanan Sosyal Destek Ve Problem Çözme Becerilerinin Yaşam Doyumuna Etkisi (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Keleş, H. N. (2017). Anlamli İş İle Psikolojik İyi Oluş İlişkisi. *The Journal Of Happiness & Well-Being*, 5(1), 154-167.
- Mariani, M., Asnarulkhadi, A. S. and Nashua, F. A. Z. (2017). Social Support and Psychological Well-being among Delinquents in Rehabilitation Centers in Malaysia, *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, Human Resource Management Academic Research Society*, 7(8), 694-701.
- Özen, Y. (2010). Kişisel Sorumluluk Bağlamında Öznel Ve Psikolojik İyi Oluş (Sosyal Psikolojik Bir Değerlendirme). *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 2 (4), 46-58.
- Özyurt, B. (2020). Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Bilinçli Farkındalık Ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi). Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Rani, K. (2016). Perceived Social Support And Psychological Well-Being: Testing The Unique Association And Gender Differences Among Young Working Adults. *Int J Ind Psychol*, 3, 98-113.

- Rendon, C. R., Angulo, L. Y., Villalobos, P. V. M. and Mujica, D. A. (2020). Perceived Social Support and Its Effects on Changes in the Affective and Eudaimonic Well-Being of Chilean University Students. *Frontiers In Psychology*, 11, 1-12.
- Ryff, C. D., and Singer, B. H. (2008). Know Thyself And Become What You Are: A Eudaimonic Approach To Psychological Well-Being. *Journal Of Happiness Studies*, 9 (1), 13-39.
- Salim, S. (2010). Psychological Help Seeking Attitudes Among Malaysian College and University Students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 426-430.
- Sezer, F. (2013). Psikolojik İyi Olma Durumu Üzerine Etkili Faktörler. *E-Journal Of New World Sciences Academy*, 8 (4), 489-404.
- Soman, S., Bhat, S. M., Latha, K. S. And Praharaj, S. K. (2016). Gender Differences In Perceived Social Support And Stressful Life Events In Depressed Patients, *East Asian Arch Psychiatry*, 26 (1), 22-29.
- Şahin, N. G. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma, Öznel İyi Oluş Ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılması (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Talwar, P., Kumaraswamy, N. and Mohd F. A. (2013). Perceived Social Support, Stress and Gender Differences Among University Students : A Cross Sectional Study, *Malaysian Journal Of Psychiatry Ejournal*, 22, 2, 1-8.
- Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal Bilimlerde Faktör Analizi ve Geçerlilik : Keşfedici ve Doğrulayıcı Faktör Analizlerinin Kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74-85.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi, Güvenirliği ve Geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(13), 81-87.