

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK KIRILGANLIKLARI,  
PSİKOLOJİK İYİLİK HALLERİ VE SOSYAL GÜVEN  
VE MEMNUNİYET DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
KARDEŞ SAYISINA GÖRE İNCELENMESİ\***

Kasım TATLILIOĞLU\*\*

**Özet**

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin psikolojik kırılganlıkları, psikolojik iyilik halleri, sosyal güven ve memnuniyet düzeyleri arasındaki ilişki cinsiyet değişkenine göre incelenmiştir. Araştırmada, "*Psikolojik kırılganlık ölçeği*", "*Psikolojik iyilik ölçeği*", "*Sosyal güven ve memnuniyet düzeyi ölçeği*" olmak üzere 3 adet ölçek uygulanmıştır. ANOVA sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz teknikleri sonucunda, psikolojik kırılganlık ölçeğinde kardeş sayısının karşılaştırmasında 2 ölçekte tek anlamlı bir fark görülmekte, ANOVA- Kardeş Sayısı- psikolojik iyilik hâlindeki gruplar arasındaki farkta ölçeğin yarısında anlamlı bir farkın olduğu ve kalan diğer grupların kardeş sayılarına göre anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. ANOVA sonrası belirlenen post-hoc analiz sonucunda kardeş sayısı- psikolojik iyilik hâline göre karşılaştırmada sadece 2 maddede anlamlı bir fark var, geriye kalan maddelerin tümünde anlamsız bir fark ortaya çıkmıştır. ANOVA sosyal güven ve memnuniyet ölçeğinde kardeş sayısına göre belirlenen gruplar arasındaki farkta sadece 2 maddede anlamlı bir fark olduğu geriye kalan kısımda anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. ANOVA sonrası belirlenen post-hoc analiz sonucunda sosyal güven ve memnuniyet düzeyleri ölçeğinde kardeş sayısına göre ise tek bir maddede anlamlı bir fark var olduğu ve kalan diğer maddeler arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir.

**Anahtar sözcükler:** Üniversite öğrencisi, psikolojik kırılganlık, psikolojik iyi oluş, sosyal güven ve memnuniyet.

\* Bu çalışma, Bingöl Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Koordinasyon Birimi (BÜBAP) tarafından desteklenmiş olup, yürütücüsü olduğum BAP-FEF.2018.00.008 no'lu projemden türetilmiştir.

\*\* Doç. Dr., Bingöl Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, kasimtatli@hotmail.com.

ORCID: 0000-0001-5964-4343

(Makale Gönderim Tarihi: 31.05.2021-Makale Kabul Tarihi: 23.06.2021)

DOI: <https://doi.org/10.53440/bad.945414>

**A RESEARCH OF THE RELATIONSHIP AMONG THE  
UNDERGRADUATES' PSYCHOLOGICAL VULNERABILITY OF  
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, SOCIAL TRUST AND SATISFACTION  
LEVELS ACCORDING TO THE NUMBER OF SIBLINGS**

**Abstract**

In this study, some variables are analysed in terms of the relationships among the undergraduates' psychological vulnerability, psychological well-being, social trust and satisfaction levels according to the gender variable. Three scales; named as "Psychological vulnerability scale", "Psychological well-being scale", "Social trust and satisfaction level scale" are applied in the frame of the study. As a result of the complementary post-hoc analysis techniques in order to determine which groups caused the significant difference after ANOVA, it is seen that there is only one meaningful difference in 2 scales in the comparison of the number of siblings in the psychological fragility scale. It is also concluded that there is a meaningful difference in the half of the scale between groups in ANOVA - Number of Siblings - psychological well-being. It is concluded that there is no meaningful difference for the number of siblings in the remaining groups. As a result of the post-hoc analysis determined after ANOVA, there is a meaningful difference in only 2 themes when comparing the number of siblings-psychological well-being criteria, a meaningless difference is emerged in all of the remaining themes. It is found out that there is a meaningful difference in only 2 themes in the difference between the groups determined by the number of siblings in the ANOVA social trust and satisfaction scale and no significant difference was found in the rest of the themes in the rest of the themes. As a result of the post-hoc analysis determined after ANOVA, it is revealed that there is a meaningful difference in one theme according to the number of siblings in the social trust and satisfaction level scale, and there is no meaningful difference among the remaining themes.

**Key Words:** Undergraduate, gender, psychological vulnerability, psychological well-being, social trust and satisfaction.

**1. Giriş**

Psikolojik kırılma başarıya ya da dışsal onaya bağımlı olarak benlik değerine yönelik geliştirilen bilişsel inançları ifade etmektedir. Psikolojik kırılmanın operasyonel tanımında öne çıkan sosyal onay ve başarı kavramları ve bu kavramlarla ilişkili olabilecek yapılar düşünüldüğünde, bireyin içerisinde bulunduğu sosyal yapı kendisinin psikolojik kırılmasını etkileyebilmektedir (Sinclair & Wallston, 1999). Ayrıca, psikolojik açıdan kırılma bireyler sosyal anlamda kendilerini toplumda yetersiz görebilmektedirler (Ingram ve Price, 2010; Levine, 2004: 395; Akt: Sarıçalı & Satıcı, 2017: 657). Buna bağlı olarak da, kompleksli duygular geliştirebilmektedirler.

Tarihsel olarak psikoloji biliminde yapılan araştırmalarda, çoğunlukla bireyin psikolojik iyi olma düzeyini belirlemek için psikopatolojik ölçütlere başvurulmuş ve bu araştırmaların önemli bir bölümü patolojiye, mutsuzluğa ve bireysel sorunlara odaklanmıştır. Benzer biçimde, psikologlar sağlıklı yerine sağlıksız davranışlar, duygular ve düşüncelerle daha fazla ilgilenmiştir (Akın, 2008: 723-724). Ayrıca psikolojik iyi-oluş olumlu psikolojik sağlıklı ilgili iyi oluş durumudur. Psikolojik iyi oluşun insanların yaşamlarına getirdiği olumlu katkılar bulunmaktadır. Bu katkılar arasında sağlıklı ve daha uzun yaşam, sosyal ilişkiler, işte ve performansta başarının artması, gelirin artması sayılabilir (Diener & Chan 2011). Psikolojik bir yapı olarak mutluluk, bireylerin yaşam kalitesini artırmak için farklı kültür ve disiplinlerde yaygın olarak kullanılmaktadır. Özellikle mutluluk, sosyal ilişkiler, iş ve evlilik dâhil olmak üzere yaşamın farklı boyutlarında kişinin olumlu işleyişine katkıda bulunmaktadır (Lyubomirsky, King & Diener, 2005).

Bireyler arası ilişkilerde önemli yer tutan kavramlardan biri de güven-dir. Solomon & Flores'e (2011) göre insan yaşamı dostluklardan, ortaklıklardan, evliliklerden, birlikteliklerden, örgütlerden, kurumlardan ve tanıdıklardan oluşur. Bireyin iyi bir yaşama sahip olabilmesi için güvene dayalı insan ilişkilerinin taşıdığı önemi ve insanın sosyal yönünü hesaba katması gerekir. Sosyolojinin güçlü geleneğine göre birlikte yaşama, basit bencil çıkar hesaplarından başka şeylere dayanmalı ve toplumun varlığını sağlayan ve sosyal karmaşayı önleyen temel etkenlerden biri olan güven temelli olmalıdır (Weber, 1998; Akt: Akın, Uysal & Çitemel, 2013: 34-40). Bireyin kendini sosyal yönden güvende hissetmesinde ve buna bağlı olarak duygu durumlarının düzenlenmesinde sosyal ilişkileri ve bağlanma deneyimleri de önemlidir. Bireylerin sosyal ilişkilerinden elde ettikleri olumlu duygular onların olumlu ruh hâline sahip olmaları ve sosyal derecelerini görmeleri adına çok önemlidir.

Bu çalışmada, psikolojik kırılabilirlik, psikolojik iyilik ve sosyal güven ve memnuniyet düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Kapsamlı bir projemden türetilmiş olan bu makalede, psikolojik kırılabilirlik, psikolojik iyi oluş, sosyal güven ve memnuniyet düzeyleri ile kardeş sayısı arasındaki ilişki ele alınmıştır. Diğer değişkenleri de burada ele aldığımızda, çalışmanın kapsamı çok geniş olacağından dolayı, sadece kardeş sayısı değişkeni bu makalede ele alınmıştır.

## 2. Çalışmanın Amacı

Bu çalışmada, “üniversite öğrencilerinin psikolojik kırılganlıkları, psikolojik iyilik halleri, sosyal güven ve memnuniyet düzeyleri ile kardeş sayısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna cevap aranmıştır.

## 3. Çalışmanın Önemi

Yaşamın her evresinde var olan psikolojik kırılganlık, psikolojik iyilik ve sosyal güven ve memnuniyet düzeylerinin detaylı bir şekilde araştırılması önem arz etmektedir.

## 4. Literatür Taraması

**4.1. Psikolojik Kırılganlık:** Psikolojik kırılganlık, başarıya bağlılığı ya da bireyin öz-değer anlayışını dışa aktarım kaynaklarını yansıtan bir bilişsel inanç kalıbıdır. Bu durum, kişinin kendine olan hissini, başkalarının kötü davranışlarına veya hayatın üzücü hadiselerine karşı savunmasız hale getirmekte ve kişinin hedefe ulaşma kabiliyetine açık bir şekilde ket vurmaktadır (Akın & Eker, 2011). Psikolojik kırılganlığın tanımında öne çıkan sosyal onay ve başarı kavramları ve bu kavramlarla ilişkili olabilecek öğeler düşünüldüğünde, bireyin içinde bulunduğu sosyal yapı, kendisinin psikolojik kırılganlığını etkileyebilmektedir. Çünkü insan biyo-psişik özelliği gereği çok hassas ve kırılgan bir yapıya sahiptir (Alkayış, 2021: 234). Psikolojik açıdan kırılgan bireyler, sosyal anlamda kendilerini toplumda yetersiz, değersiz, sevilmeyen ve işe yaramayan bireyler olarak değerlendirmektedirler. Psikolojik kırılganlık, bireyin dışsal onay temelli geliştirdiği bilişsel süreçlerini de içermektedir. Bu yönüyle ele alındığında dışsal geribildirimlere aşırı duyarlı olan bireylerin psikolojik anlamda daha kırılgan olabilecekleri akla gelmektedir (Akın, Eroğlu, Kayış & Satıcı, 2013: 524; Satıcı, 2016: 71). Kırılganlık, psikolojik açıdan ele alındığında kaynağı ve düzeyi bireyin fonksiyonel olmayan öğrenmelerle, yaşantılarıyla ilişkili olup, stres, kaygı ve depresyon başta olmak üzere çok sayıda psikolojik rahatsızlığı tetiklemektedir. Psikolojik kırılganlık ve incinebilirlik bireyin kişilik özellikleri ile de ilgilidir (Tatlıhoğlu, 2015). Öz-saygıda artış ya da azalmaların sürekliliği kırılganlık duygularını da arttırabilmektedir. Öz-değerde ve öz-saygıda zayıflık durumunda ise bireyin yetersizlikleri ve değersizlikleri kırılganlığa yol açabilmektedir. Psikolojik kırılganlıklar, ruhsal bozuklukların asıl nedeni değil, daha çok risk oluşturan faktörlerdendir (Crocker, 2002; Ekşi, Erök-Özkapu & Ümmet, 2019: 185). Kırılganlık; psikolojik, sosyal ve fiziksel nitelikli olup, zarar veren etkilere karşılık bireyi doğrudan hedef alan bir durumdur (Scanlon & Lee, 2007).

**4.2. Psikolojik İyilik Hâli:** Keyes, Smotkin & Ryff (2002) psikolojik iyi oluş kavramını “*psikolojik, duygusal ve sosyal iyi oluş*” olarak ele almışlardır. Bu durum, kaygılı durumdan ya da diğer ruhsal problemlerin olmasından çok daha fazlasını ifade eder. Kaygının en büyük nedenlerinden biri, çoğu duruma olumsuz anlam yükleyerek sonucun kötü olacağına dair birtakım yanlış düşüncelerin zihninde yerleşmesine izin vermesidir. (Alkayış, 2020a: 3). Bu nedenle ruh sağlığı; problemlerin yokluğunun yanı sıra, olumlu psikolojik fonksiyonlara sahip olmanın, kendini iyi hissetmenin ve olaylara pozitif bakmanın da önemini ifade etmektedir. Ryff’a (1989) göre, psikolojik iyi olma; “*pozitif ve negatif duygu ile yaşam doyumunun basit bir birleşiminden çok, yaşam tutumlarından oluşan çok boyutlu bir kavram*” olarak tanımlanmıştır. Seligman’ın temsilci olduğu pozitif psikoloji, psikopatolojiye odaklanan geleneksel psikolojinin bakış açısına karşı çıkarak, psikolojik hizmetler alanında ön plana çıkmıştır (Eksi, Erök-Özkapu & Ümmet, 2019: 183). Yakın tarihli bir çalışmada, Beş Büyük Kişilik Modeli’nin (Büyük Beşli) kullanıldığı şekliyle, Donnellan & Lucas (2008), Dışadönüklük ve Deneyime açıklığın yaşla ters orantılı, Uyumluluğun ise yaşla pozitif ilişkili olduğuna dair bulgular elde etmişlerdir. Orta yaştaki bireylerin Vicdanlılık ile ilgili olarak anlamlı derecede yüksek puan aldıkları, Duygusalılık ise yaşa göre tutarsız sonuçlar gösterdiği bulunmuştur (Barmanpek & Steele, 2020). Belen & Barmanpek’in (2020) çalışmalarının bulgularına göre, mutluluk korkusu, minnettarlık ölçeğinin alt ölçekleri (basit takdir ve yoksunluk duygusu yokluğu) ve yaşam doyumunu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Yapısal eşitlik modeli analizlerinden elde edilen bulgulara ise minnettarlığın unsurlarından basit takdir ve yoksunluk duygusu yokluğunun, mutluluk korkusu ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide tam aracılık etkisi gösterdiği görülmüştür. Rogerian yaklaşımda, bireyin merkeze alındığı müdahale temelli uygulamalar iyi oluş da önemli bir etkiye sahiptir. Bu uygulamalarda bireyin tüm potansiyelini görmek için onu serbest bırakma ve benliğini güçlendirme, birincil hedeftir. Çünkü bireyin doğuştan sahip olduğu güçler, çeşitli sebeplerle ya kaybedilmiş ya da keşfedilmemiş olabilir (Rogers, 1995; Akt: Keskin, 2021). Tüm bu durumlar, bireyin psikolojik sağlığını olumsuz etkilediğinden, psikolojik iyilik halini de kötü etkilemektedir.

**4.3. Sosyal Güvende Hissetme ve Memnuniyet:** Kişinin memnuniyet ve hoşnutluk duygularına sahip olması, olumlu duygulanım, iyi olma, sakinlik ve dinginlik duyguları ile de ilişkilidir. Sosyal güvende hissetme farklı şekillerde tanımlanmıştır: “*Bireyin yaşadığı sosyal dünyayı, güvenli, huzur verici*

*ve rahatlatıcı olarak algılama derecesi*"; "bireyin çevresindeki diğer insanlara karşı bağlanma, ait olma duygularını ve sosyal durumlarda yaşadıkları memnuniyet" (Akın, Uysal & Çitemel, 2013: 34; Akın & Akın, 2015) olarak tanımlanabilir. Belli bir sosyal çevrede yaşayan, bireylerin ilişkilerinin temelini olumlu sosyal ilişkiler oluşturur. İnsan hayatındaki yenilikler ve değişimler onu olumlu anlamda etkiler (Alkayış, 2020a: 11). Bu bağlamda, insanın sosyal yönü, diğerleriyle kurduğu sağlıklı ilişkilerinin anlamlı olmasına bağlıdır. Özbek'e (2008) göre, kişilerin kendini sosyal yönden güvende hissetmesinde ve buna bağlı olarak duygu durumlarının düzenlenmesinde sosyal ilişkileri belirleyici bir işleve sahiptir. Güvenli sosyal ilişkilerin iyi oluş ve dayanıklılık üzerinde olumlu etkisinin olduğu; güvensiz sosyal ilişkilerin ise psikolojik kırılma ve psikolojik iyi olma üzerinde olumsuz yansımalarının olduğu yapılan çalışmalarla desteklenmiştir. Psikolojik iyilik hâli düşük olan bireylerin de sosyal güven düzeylerinin düşük olacağını çok rahat söyleyebiliriz. Memnuniyet duygularına sahip olmak, iyi olma ve sakinlik duyguları ile bağlantılı olduğu, bu alanda yapılan çok sayıda araştırma bulguları ile de kanıtlanmıştır. Bireylerin memnuniyet yaşaması, sakinlik, güven hislerini ortaya çıkarmakta, bireyin yaşadığı tehdit duygularını azalttığından, bireylerde bu durum psikolojik iyilik ve psikolojik dayanıklılık hâlinin de güçlenmesinde önemli bir faktördür. Kendini güvende hissetmeyen bireylerin korkulu, kaygılı ve saplantılı bağlanma tarzlarına sahip oldukları; düşmanlık, saldırganlık, utanç, boyun eğici davranışlar ve aşağılık kompleksine sahip oldukları yapılan çalışmalarla doğrulanmıştır (Gilbert, 2010; Kelly, Zuroff, Leybman & Gilbert, 2012; Akt: Berber-Çelik, 2018: 30). Minnettarlık, "genellikle hayırseverlere yardımları için teşekkür ederek diğer kaynaklara karşı ifade edilebilen, hayata karşı duyulan merak, şükran ve takdir duygusu" olarak tanımlanmaktadır (Emmons ve Shelton, 2002).

## 5. Yöntem

### 5.1. Araştırma modeli

Bu çalışma, nicel araştırma desenlerinden ilişkisel araştırma türünde bir çalışmadır. Betimleyici tarama modelleri geçmişte, bugün ya da belli bir süreçte var olan olayları, durumları ve olguları ortaya koymaya yönelik yaklaşımlardır. Var olanı değiştirmeye ya da etkilemeye çalışmadan olgunun bilimsel portresinin ortaya konulması sürecini içermekte; nelerden oluştuğunu ve neler ile ilişkili olduğunu sorgulamaktadır. (Karasar, 2005; Büyüköztürk, 2007).

## 5.2. Evren ve Örneklem

**Tablo: 1. Katılımcıların kardeş sayısına göre dağılımı**

| Değerler          | Frekans     | Oran         |
|-------------------|-------------|--------------|
| 1 Kardeş          | 62          | 4,6          |
| 2 Kardeş          | 141         | 10,5         |
| 3 Kardeş          | 236         | 17,5         |
| 4 Kardeş          | 224         | 16,6         |
| 5 Kardeş ve Üzeri | 685         | 50,8         |
| <b>Toplam</b>     | <b>1348</b> | <b>100,0</b> |

Tablo 1’de görüldüğü üzere katılımcılardan 62 kişi (%4.6) tek kardeşe, 141 kişi (%10.5) iki kardeşe, 236 kişi (% 17,5) 3 kardeşe, 224 kişi (%16,6) 4 kardeşe ve 685 kişi (%50,8) 5 ve üzeri kardeşe sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların yarısından fazlası 5 kardeş ve üzeri olduğu tespit edilmiştir. Bu verilerden hareketle, katılımcıların kalabalık ailelere sahip olduklarını söyleyebiliriz.

Araştırmaya 585’i (%44,4) kadın, 763’ü (%56,6) erkek olmak üzere toplam 1348 katılımcı dâhil olmuştur. Araştırmanın evreni Bingöl Üniversitesi’nin Fen-Edebiyat Fakültesi, İlahiyat Fakültesi, İktisadi İdari Bilimler Fakültesi, Veterinerlik Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ziraat Fakültesi ve Mühendislik Fakültelerinde öğrenim gören 8.000 öğrenci oluşturmaktadır. Ölçekler, toplam 7 fakülteden, 13 bölümden öğrenciye uygulanmıştır. Ölçekler, öğrencilere random (tesadüfi) örnekleme yöntemiyle uygulanmıştır. Araştırma evrenini ise 585 kız (%44,4), 763 (%56,6) erkek olmak üzere 1348 kişi oluşturmaktadır. Ölçekler 1500 öğrenciye uygulanmış, ancak 152 öğrencinin verdiği cevaplar dikkate alınmamıştır. Araştırmadan elde edilen nicel verilere ilişkin sayısal değerler bulgular başlığı altında verilmiştir. Alınan örneklem, istatistiksel analizlerin yapılması için yeterli olduğu düşünülmektedir.

## 5.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada; “Psikolojik kırılganlık ölçeği”, “Psikolojik iyilik hâli ölçeği” ve “Sosyal güven ve memnuniyet düzeyi ölçeği” ölçekleri kullanılmıştır. Ayrıca, demografik bilgilere ulaşmak için kullanılan, “Kişisel bilgi formunda”; yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, fakülte, bölüm, sınıf, yaşadıkları yer, gelir durumu, ebeveyn eğitimi, ebeveynin sağ ya da ölü, ayrı ya da beraber olup olmadığı, vb. değişkenlere yer verilmiştir. Tablolarda Psikolojik kırılganlık ölçeğinin maddeleri “a” sembolüyle; Psikolojik iyilik hâli ölçeğinin maddeleri “b”

sembolüyle; Sosyal güven ve memnuniyet düzeyi ölçeğinin maddeleri ise “c” sembolüyle gösterilmiştir. Tezbaşaran’a (1996) göre araştırmalarda kullanılacak ölçme araçları için öngörülen güvenilirlik düzeyi .70’tir. Bu seviyede ki ölçeklerin geçerli ve güvenilir oldukları kabul edilmektedir.

**5.3.a. Psikolojik Kırılğanlık Ölçeği (PKÖ):** Sinclair & Wallston (1999) tarafından geliştirilmiştir. Türk kültürüne uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları ise Akın & Eker (2011) tarafından yapılmıştır. Psikolojik Kırılğanlık Ölçeği yetişkin kişilerin psikolojik kırılğanlık düzeylerini belirlemeye yönelik toplam 6 maddeden oluşan, 5’li Likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınan yüksek puan yüksek psikolojik kırılğanlığa işaret etmektedir. Psikolojik kırılğanlık modelinin doğrulanması amacıyla 371 üniversite öğrencisinden elde edilen verilere göre, uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin orijinal formda olduğu gibi tek boyutta iyi uyum verdiği tespit edilmiştir ( $\chi^2=7.82$ ,  $sd=9$ ,  $RMSEA=.000$ ,  $NFI=.97$ ,  $CFI=1.00$ ,  $GFI=.99$ ,  $AGFI=.98$ ,  $RFI=.95$ ,  $SRMR=.025$ ). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .75 olup ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının .26 ile .44 arasında değiştiği bulunmuştur (Sarıçam, 2015: 195).

**5.3.b. Psikolojik İyi Olma Ölçeği (PiÖÖ):** Akın ve Fidan (2012) tarafından geliştirilmiş ve geçerlik ve güvenilirliği test edilmiştir. Ölçek katılımcıların psikolojik iyilik hâline ilişkin algılarını değerlendiren ve bireyin kendisi hakkında bilgi vermesine dayanan bir ölçme aracıdır. Toplam 8 maddeden oluşan bu ölçek, olumlu ilişkilerden yeterlik hislerine, anlamlı ve amaçlı bir yaşama sahip olmaya kadar insan bir dizi özelliği ölçmektedir. Psikolojik iyilik hâli ölçeği 8 maddeden oluşur ve 7’li likert tipi bir ölçektir. PiÖÖ’nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bulgulara göre, ölçeğin kullanıma hazır olduğu kabul edilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi, açıklanan toplam varyansın %41.94 olduğunu göstermiştir. Ölçek maddelerinin faktör yükleri .54 ile .76 arasında hesaplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi, uyum iyiliği indeks değerlerinin  $RMSEA=0.08$ ,  $SRMR=0.04$ ,  $GFI=0.96$ ,  $NFI=0.94$ ,  $RFI=0.92$ ,  $CFI=0.95$  ve  $IFI=0.95$  olduğunu göstermiştir. Psikolojik iyi oluş ya da gelişme ölçeği psikolojik iyi oluş ölçeklerinin alt boyutları ile farklı düzeylerde ilişkiye sahiptir: özerklik .30, çevresel kontrol .53, kişisel gelişim .29, başkalarıyla olumlu ilişkiler .41, yaşam amaçları .38, kendini kabul .56 ve toplam psikolojik iyi oluş .56. Ayrıca alt boyutlar olan özerklik ile .30 düzeyinde, yeterlilik ile .69 düzeyinde, ilişkili olma ile .57 düzeyinde ve toplam ihtiyaç doyumu ile .29 düzeyinde pozitif yönde ilişki vardır. ihtiyaç tatmin ölçeğinin ölçeğin güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alfa katsayısı .80 olarak hesaplanmıştır. Test tekrar test puanları, ölçeğin birinci ve ikinci uy-



gulamaları arasında yüksek düzeyde pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir ( $r= 0.86$ ,  $p<.001$ ). Psikolojik iyi oluş ölçeğinin madde-toplam korelasyonları .41 ile .63 arasında değişmekte olup t- değerleri anlamlıdır ( $p<.001$ ). Türkiye’de üniversite öğrencileri ile yapılan uyarlama çalışması sonucunda psikolojik iyi oluş ölçeğinin geçerli ve güvenilir bir araç olduğu, psikolojik iyi oluş ile ilgili araştırma yapmak isteyen araştırmacılar tarafından kullanılabilceği düşünülmektedir (Telef, 2001).

**5.3.c. Sosyal Güven ve Memnuniyet Ölçeği (SGHMÖ):** Gilbert ve diğerleri (2009) tarafından geliştirilmiştir. Akın, Uysal & Çitemel (2013) tarafından ise Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği, Hendek (Sakarya) ilçesinde, 350 lise son sınıf öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Ölçek formu toplam 11 maddeden oluşmaktadır. Ölçek tek boyuttan oluşmakta ve 5’li likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. Doğrulayıcı faktör analizinde, 11 maddeden oluşan tek boyutlu modelin iyi uyum verdiği tespit edilmiştir ( $\chi^2=71.82$ ,  $sd=40$ ,  $p=0.00149$ ,  $RMSEA=.048$ ,  $NFI=.96$ ,  $CFI=.98$ ,  $IFI=.98$ ,  $RFI=.95$ ,  $GFI=.96$ ,  $SRMR=.042$ ). Ölçeğin standartlaştırılmış regresyon ağırlıkları .41 ile .74 aralığında değişmektedir. Madde toplam korelasyon katsayıları ise .34 ile .61 arasında değişmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .82 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar SGHMÖ’nün Türkçe formundan elde edilen ölçümlerin yüksek düzeyde geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Ölçek, her sorunun karşısında bulunan; (0) Hiç Bir Zaman, (1) Nadiren, (2) Arada Sırada, (3) Genellikle ve (4) Her Zaman anlamına gelmektedir. Sosyal güven ve memnuniyet ölçeğinden, alınabilecek puanlar 0 ile 44 arasında sıralanmaktadır.

#### 5.4. İşlem

İlk olarak, ölçeği uyarlamak için elektronik posta yoluyla izin alınmıştır. Sonra ölçekleri uygulayacak kişilerin eğitimi sağlanmıştır. Yardımcı personelin eğitiminde öncelikle araştırma hakkında detaylı bilgi verilmiştir. Araştırmanın amacı, önemi ve araştırma soruları açıklanmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler ve ölçeklerin her bir maddesinin araştırmanın hangi amacı ve araştırma sorusu ile ilişkili olduğu, her bir maddenin seçenekleri, her bir soru maddesinde nasıl veri toplanması gerektiği ayrı ayrı açıklanmış ve her bir soru maddesi ve seçeneklerinin katılımcılar tarafından tam ve doğru anlaşılması sağlanmıştır. Daha sonra uygulayıcılara, öğrencilere uygulanacak ölçeklerin birer kopyası verilmiştir. Araştırmanın verileri Eylül 2019 tarihinde toplanmaya başlanmış olup bu süreç yaklaşık 6 ay sürmüştür. Araştırma kapsamında elde edilen veriler SPSS (23.00) ve AMOS istatistik programlar aracılığıyla analize tabi tutulmuştur.

## 6. Bulgular

**Tablo: 2. Psikolojik kırılgnlık ile kardeş sayısı ile ilişkisinin Anova sonuçları**

| Psikolojik kırılgnlık ölçeği maddeleri (a)   |                       | Kareler Toplamı | Df   | Ortalama Kare | F     | Sig. |
|--|-----------------------|-----------------|------|---------------|-------|------|
| SMEAN (a1):<br>Eğer hedeflerime ulaşamazsam, kendimi başarısız bir insan olarak görürüm.                               | Gruplar arası fark.   | 8,464           | 5    | 1,693         | ,786  | ,560 |
|  | Grup içi farklılıklar | 2890,080        | 1342 | 2,154         |       |      |
|  | Toplam                | 2898,544        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (a2):<br>İnsanların bana davrandıklarından daha iyi davranışları hak ettiğimi hissederim.                        | Gruplar arası fark.   | 25,137          | 5    | 5,027         | 2,581 | ,025 |
|  | Grup içi farklılıklar | 2614,031        | 1342 | 1,948         |       |      |
|  | Toplam                | 2639,167        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (a3):<br>Kendimi diğer insanlardan daha değersiz hissettiğimin çoğunlukla farkındayım.                           | Gruplar arası fark.   | 10,599          | 5    | 2,120         | 1,345 | ,243 |
|  | Grup içi farklılıklar | 2114,502        | 1342 | 1,576         |       |      |
|  | Toplam                | 2125,101        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (a4):<br>Kendimi iyi hissetmek için diğerleri tarafından onaylanmaya ihtiyaç duyarım.                            | Gruplar arası fark.   | 6,712           | 5    | 1,342         | ,714  | ,613 |
|  | Grup içi farklılıklar | 2524,225        | 1342 | 1,881         |       |      |
|  | Toplam                | 2530,936        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (a5):<br>Hedeflerimi çok yüksek belirleme eğilimindeyim ve onlara ulaşmaya çalışırken hayal kırıklığına uğrarım. | Gruplar arası fark.   | 6,804           | 5    | 1,361         | ,709  | ,616 |
|  | Grup içi farklılıklar | 2574,841        | 1342 | 1,919         |       |      |
|  | Toplam                | 2581,645        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (a6):<br>Diğer insanlar benden faydalandığı zaman çoğunlukla alıngan hissederim.                                 | Gruplar arası fark.   | 6,053           | 5    | 1,211         | ,512  | ,767 |
|  | Grup içi farklılıklar | 3169,944        | 1342 | 2,362         |       |      |
|  | Toplam                | 3175,997        | 1347 |               |       |      |

Tablo 2’de görülüşü üzere; psikolojik kırılgnlık ölçeğinin kardeş sayılarındaki değışkenliğe göre arada anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucu gruplar arasındaki fark sig değerine göre yorumlandığında psikolojik kırılgnlık ölçeğinin sadece 2. maddesinde; “*insanların bana davrandıklarından daha iyi davranışları hak ettiğimi hissedirim*” maddesinde  $0.025 < 0.05$  verilen aralıktan küçüktür

bundan dolayı 2. madde de psikolojik kırılmalık ölçeğinin kardeş sayısına göre değişkenliğinde anlamlı bir fark vardır. Bu yargı, tüm kardeş sayılarında anlamlı farklılık göstermiştir. Fakat, psikolojik kırılmalık ölçeğinin 1. maddesinde; “Eğer hedeflerime ulaşamazsam, kendimi başarısız bir insan olarak görürüm”, 3. maddesinde; “Kendimi diğer insanlardan daha değersiz hissettiğimin çoğunlukla farkındayım”, 4. maddesinde; “Kendimi iyi hissetmek için diğerleri tarafından onaylanmaya ihtiyaç duyarım”, 5. maddesinde; “Hedeflerimi çok yüksek belirleme eğilimindeyim ve onlara ulaşmaya çalışırken hayal kırıklığına uğrarım” ve 6. maddesinde; “Diğer insanlar benden faydalandığı zaman çoğunlukla alıngan hissederim” maddelerinde ise p değeri olarak belirtilen sig değerleri  $p > 0.05$  olduğu ve psikolojik kırılmalık ölçeğinin kardeş sayısının değişkenliğine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (Can, 2013).

ANOVA sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz teknikleri yapılmıştır. 2. madde: “İnsanların bana davrandıklarından daha iyi davranışları hak ettiğimi hissederim” maddesinin psikolojik kırılmalık ölçeğinde kardeş sayısının karşılaştırmasında kardeş sayısı 2 ve 4 olan kardeş sayısı ile 5 ve 2 olan kişiler arasında anlamlı bir fark görülmektedir. Kalan diğer grupların kardeş sayılarına göre anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

**Tablo: 3. Psikolojik iyilik hâli ile kardeş sayısı ilişkisinin Anova sonuçları**

| Psikolojik iyilik hâli ölçeği maddeleri (b)                                  |                       | Kareler Toplamı | Df   | Ortalama Kare | F     | Sig. |
|--|-----------------------|-----------------|------|---------------|-------|------|
| SMEAN (b1): Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum.                        | Gruplar arası fark.   | 61,629          | 5    | 12,326        | 3,494 | ,004 |
|  | Grup içi farklılıklar | 4734,420        | 1342 | 3,528         |       |      |
|  | Toplam                | 4796,049        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (b2): Sosyal ilişkilerim destekleyici ve mutluluk verici.              | Gruplar arası fark.   | 28,924          | 5    | 5,785         | 1,897 | ,092 |
|  | Grup içi farklılıklar | 4092,178        | 1342 | 3,049         |       |      |
|  | Toplam                | 4121,102        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (b3): Günlük aktivitelerimle meşgul oluyorum ve onlara ilgi duyuyorum. | Gruplar arası fark.   | 43,471          | 5    | 8,694         | 2,711 | ,019 |
|  | Grup içi farklılıklar | 4303,226        | 1342 | 3,207         |       |      |
|  | Toplam                | 4346,698        | 1347 |               |       |      |

|   |                          |          |      |       |       |      |
|---|--------------------------|----------|------|-------|-------|------|
| SMEAN (b4):<br>Diğer insanların<br>mutluluklarına ve<br>iyi olmalarına aktif<br>biçimde katkıda<br>bulunuyorum. | Gruplar<br>arası fark.   | 8,915    | 5    | 1,783 | ,645  | ,665 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 3710,436 | 1342 | 2,765 |       |      |
|   | Toplam                   | 3719,351 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (b5):<br>Benim için önemli<br>olan aktivitelerde<br>yeterli ve<br>yetenekliyim                            | Gruplar<br>arası fark.   | 25,382   | 5    | 5,076 | 1,988 | ,078 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 3426,698 | 1342 | 2,553 |       |      |
|   | Toplam                   | 3452,081 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (b6):<br>İyi bir insanım<br>ve iyi bir yaşam<br>sürüyorum   | Gruplar<br>arası fark.   | 34,598   | 5    | 6,920 | 2,398 | ,035 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 3871,807 | 1342 | 2,885 |       |      |
|   | Toplam                   | 3906,405 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (b7):<br>Geleceğim hakkında<br>iyimserim.   | Gruplar<br>arası fark.   | 21,620   | 5    | 4,324 | 1,190 | ,312 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 4878,120 | 1342 | 3,635 |       |      |
|   | Toplam                   | 4899,740 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (b8):<br>İnsanlar bana saygı<br>gösterir.   | Gruplar<br>arası fark.   | 30,711   | 5    | 6,142 | 2,369 | ,038 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 3480,170 | 1342 | 2,593 |       |      |
|   | Toplam                   | 3510,881 | 1347 |       |       |      |

Tablo 3'te görüldüğü üzere; gruplar arasında anlamlı bir fark olup olmadığına bakıldığında belirtilen kriterler p değeri (p),  $p > 0.05$  olduğunda gruplar arasında anlamlı bir farkın olmadığı, fakat  $p < 0.05$ 'ten küçük olduğunda ise gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu gözlemlenir (Can, 2013). Psikolojik iyilik hâli ölçeğinin kardeş sayısına göre belirlenen gruplar arasındaki fark; psikolojik iyilik ölçeğinin 1. maddesinde: *"Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum"* (,004); 3. maddesinde; *"Günlük aktivitelerimle meşgul oluyorum ve onlara ilgi duyuyorum"* (,019); 6. maddesinde; *"İyi bir insanım ve iyi bir yaşam sürüyorum"* (,035); 8. maddesinde, *"İnsanlar bana saygı gösterir"* (,038) maddeleri  $p < 0.05$ 'ten küçük olduğu için burada anlamlı bir fark olduğu görülür. Kalan diğer yargılarda ise anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Anlamlı farkın olmadığı diğer ölçek maddeleri; 2. madde: *"Sosyal ilişkilerim destekleyici ve mutluluk verici"*; 4. madde; *"Diğer insanların mutluluklarına ve iyi olmalarına aktif biçimde katkıda bulunuyorum"*; 5. madde; *"Benim için önemli olan aktivitelerde yeterli ve yetenekliyim"*; 7. madde; *"Geleceğim hakkında iyimserim"* maddelerde ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark çıkmadığı görülmektedir.

Anova testinden sonra sig değerine göre belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında var olup olmadığını belirlemek için post-hoc analiz yöntemine göre yorumlanmıştır (Can, 2013: 150). Psikolojik iyilik ölçeğinin 3. maddesinde; “Günlük aktivitelerimle meşgul oluyorum ve onlara ilgi duyuyorum” ve 6. maddesinde “İyi bir insanım ve iyi bir yaşam sürüyorum” sorularında kardeş sayısı 5 ve 3 olan kişiler arasında anlamlı bir farkın olduğu; devamında gelen 8. maddedeki “İnsanlar bana saygı gösterir” sorusunda kardeş sayısı 3 ile 5 olan kişiler arasında da anlamlı bir fark vardır. Kalan diğer yargılar arasında (1.2.4.5.7. maddeler arasında) anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Herhangi bir farkın olmadığı ölçek maddeleri; 1. maddeleri; “Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum”; 2. madde: “Sosyal ilişkilerim destekleyici ve mutluluk verici”, 4. madde: “Diğer insanların mutluluklarına ve iyi olmalarına aktif biçimde katkıda bulunuyorum”; 5. madde: “Benim için önemli olan aktivitelerde yeterli ve yetenekliyim”; 7. madde: “Geleceğim hakkında iyimserim” maddeleri arasında anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

**Tablo. 4. Sosyal güven ve memnuniyet düzeyi ile kardeş sayısı arasındaki ilişkinin Anova sonuçları**

| Sosyal güven ve memnuniyet düzeyi ölçeği (c)                        |                       | Kareler Toplamı | Df   | Ortalama Kare | F     | Sig. |
|---|-----------------------|-----------------|------|---------------|-------|------|
| SMEAN (c1): İlişkilerimden memnunum.                                | Gruplar arası fark.   | 9,937           | 5    | 1,987         | 1,947 | ,084 |
|   | Grup içi farklılıklar | 1369,613        | 1342 | 1,021         |       |      |
|   | Toplam                | 1379,550        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (c2): Etrafımdaki insanlar beni kolaylıkla sakınleştirebilir. | Gruplar arası fark.   | 18,011          | 5    | 3,602         | 2,540 | ,027 |
|   | Grup içi farklılıklar | 1902,929        | 1342 | 1,418         |       |      |
|   | Toplam                | 1920,939        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (c3): Kendimi diğer insanlarla bağlantılı hissediyorum.       | Gruplar arası fark.   | 7,801           | 5    | 1,560         | ,974  | ,432 |
|   | Grup içi farklılıklar | 2148,922        | 1342 | 1,601         |       |      |
|   | Toplam                | 2156,723        | 1347 |               |       |      |
| SMEAN (c4): Kendimi toplumun bir parçası hissediyorum.              | Gruplar arası fark.   | 9,418           | 5    | 1,884         | 1,506 | ,185 |
|   | Grup içi farklılıklar | 1678,430        | 1342 | 1,251         |       |      |
|   | Toplam                | 1687,847        | 1347 |               |       |      |

|   |                          |          |      |       |       |      |
|---|--------------------------|----------|------|-------|-------|------|
| SMEAN (c5):<br>Dünyada<br>dikkate alınan<br>biri olduğum<br>düşünüyorum                 | Gruplar arası<br>fark.   | 12,512   | 5    | 2,502 | 1,648 | ,144 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 2037,404 | 1342 | 1,518 |       |      |
|   | Toplam                   | 2049,916 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (c6):<br>Kendimi<br>güvende<br>ve önemli<br>hissediyorum.                         | Gruplar arası<br>fark.   | 9,221    | 5    | 1,844 | 1,429 | ,211 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 1732,115 | 1342 | 1,291 |       |      |
|   | Toplam                   | 1741,336 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (c7):<br>Ait olduğumu<br>hissediyorum.  | Gruplar arası<br>fark.   | 15,499   | 5    | 3,100 | 2,115 | ,061 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 1966,584 | 1342 | 1,465 |       |      |
|   | Toplam                   | 1982,082 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (c8):<br>İnsanlar<br>tarafından<br>kabul edilen<br>biri olduğumu<br>hissediyorum. | Gruplar arası<br>fark.   | 9,403    | 5    | 1,881 | 1,991 | ,077 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 1267,567 | 1342 | ,945  |       |      |
|   | Toplam                   | 1276,971 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (c9):<br>İnsanlar<br>tarafından<br>anlaşıldığımı<br>hissediyorum.                 | Gruplar arası<br>fark.   | 17,679   | 5    | 3,536 | 2,686 | ,020 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 1766,506 | 1342 | 1,316 |       |      |
|   | Toplam                   | 1784,185 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (c10):<br>İnsanlarla<br>sıcak ilişkiler<br>kurduğumu<br>hissediyorum.             | Gruplar arası<br>fark.   | 9,400    | 5    | 1,880 | 1,789 | ,112 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 1410,377 | 1342 | 1,051 |       |      |
|   | Toplam                   | 1419,778 | 1347 |       |       |      |
| SMEAN (c11):<br>Yakınlarım<br>sıkıntı<br>anlarımda beni<br>sakinleştirebilir.           | Gruplar arası<br>fark.   | 6,077    | 5    | 1,215 | ,783  | ,562 |
|   | Grup içi<br>farklılıklar | 2082,416 | 1342 | 1,552 |       |      |
|   | Toplam                   | 2088,493 | 1347 |       |       |      |

Tablo 4'te görüldüğü üzere, gruplar arasında anlamlı bir fark olup olmadığına bakıldığında belirtilen kriterler p değeri (sig),  $p > 0.05$  olduğunda gruplar arasında anlamlı bir farkın yok olduğu fakat  $p < 0.05$  olduğunda ise gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu gözlemlenir (Can, 2013). Sosyal güven ve memnuniyet ölçeğinde kardeş sayısına göre belirlenen gruplar arasındaki fark; 2. maddede; "*Etrafımdaki insanlar beni kolaylıkla sakinleştirebilir*"; (,027) ve 9. maddede; "*İnsanlar tarafından anlaşıldığımı hissediyorum*"; (,020)  $< 0.05$ 'ten küçük olduğu için burada istatistiksel olarak anlamlı bir fark

olduğu görülmektedir. Kalan diğer maddelerde ise istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Anlamlı bir farkın olmadığı maddeler: 1. madde; *“İlişkilerimden memnunum”*; 3. madde; *“Kendimi diğer insanlarla bağlantılı hissediyorum”*; 4. madde; *“Kendimi toplumun bir parçası hissediyorum”*; 5. madde; *“Dünyada dikkate alınan biri olduğum düşünüyorum”*; 6. madde, *“Kendimi güvende ve önemli hissediyorum”*; 7. madde; *“Ait olduğumu hissediyorum”*; 8. madde; *“İnsanlar tarafından kabul edilen biri olduğumu hissediyorum”*; 10. madde; *“İnsanlarla sıcak ilişkiler kurduğumu hissediyorum”* ve 11. madde; *“Yakınlarım sıkıntı anlarımda beni sakinleştirebilir”* maddelerinde ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

Anova testinden sonra sig değerine göre belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında var olup olmadığını belirlemek için post-hoc analiz yöntemine göre değerlendirilir. (Can, 2013:150). Sadece 9. madde; *“İnsanlar tarafından anlaşıldığımı hissediyorum”* maddesinde kardeş sayısı 3 ile 5 olan kişiler arasında anlamlı bir fark olduğu ve kalan diğer yargılar arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmiştir. Anlamlı farkın olmadığı diğer maddeler ise (1.2.3.4.5.6.7.8.10. ve 11.) şunlardır: 1. madde: *“İlişkilerimden memnunum”*; 2. madde: *“Etrafımdaki insanlar beni kolaylıkla sakinleştirebilir”*; 3. madde: *“Kendimi diğer insanlarla bağlantılı hissediyorum”*; 4. madde: *“Kendimi toplumun bir parçası hissediyorum”*; 5. madde: *“Dünyada dikkate alınan biri olduğum düşünüyorum”*; 6. madde: *“Kendimi güvende ve önemli hissediyorum”*; 7. madde: *“Ait olduğumu hissediyorum”*; 8. madde: *“İnsanlar tarafından kabul edilen biri olduğumu hissediyorum”*; 9. madde: *“İnsanlar tarafından anlaşıldığımı hissediyorum”*; 10. madde: *“İnsanlarla sıcak ilişkiler kurduğumu hissediyorum”* ve 11. madde: *“Yakınlarım sıkıntı anlarımda beni sakinleştirebilir”* maddelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

## 7. Tartışma

Yapılan bu araştırmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik kırılganlıkları, psikolojik iyilik halleri, sosyal güven ve memnuniyet düzeyleri bazı maddelerde farklılık gösterirken, bazılarında ise farklılık göstermemiştir. Buna göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik kırılganlıkları, psikolojik iyilik halleri, sosyal güven ve memnuniyet düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu söylenebilir. Psikolojik olarak dayanıklı bireylerin, psikolojik iyilik hallerinin de iyi olacağını, psikolojik iyilik hâli iyi olan bireylerin de sosyal güven ve memnuniyet düzeylerinin daha iyi olacağını ve buna bağlı olarak da daha sağlıklı, güvenilir ve kaliteli sosyal ilişkiler kuracakları söylenebilir.

Psikolojik kırılgnlık ölçeğinin kardeş sayılarındaki değişkenliğe göre, arada anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucu gruplar arasındaki fark sig değerine göre yorumlandığında psikolojik kırılgnlık ölçeğinin sadece 2. maddesinde; *“İnsanların bana davrandıklarından daha iyi davranışları hak ettiğimi hissedirim”* maddesinde p değeri  $0.025 < 0.05$  verilen aralıktan küçüktür, Bu yüzden, 2. madde de psikolojik kırılgnlık ölçeğinin kardeş sayısına göre değişkenliğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır. Bu yargı, tüm kardeş sayılarında anlamlı bir farklılık göstermiştir. Psikolojik kırılgnlık ölçeğinin, 1. maddesinde; *“Eğer hedeflerime ulaşamazsam, kendimi başarısız bir insan olarak görürüm”*, 3. maddesinde; *“Kendimi diğer insanlardan daha değersiz hissettiğimin çoğunlukla farkındayım”*, 4. maddesinde: *“Kendimi iyi hissetmek için diğerleri tarafından onaylanmaya ihtiyaç duyarım”*, 5. maddesinde: *“Hedeflerimi çok yüksek belirleme eğilimindeyim ve onlara ulaşmaya çalışırken hayal kırıklığına uğrarım”* ve 6. maddesinde: *“Diğer insanlar benden faydalandığı zaman çoğunlukla alıngan hissedirim”* maddelerinde ise p değeri olarak belirtilen sig değerleri  $p > 0.05$  olduğu ve psikolojik kırılgnlık ölçeğinin kardeş sayısının değişkenliğine göre anlamlı bir fark yoktur (Can, 2013). Psikolojik kırılgnlık ölçeğinin, 2. maddesinde; *“İnsanların bana davrandıklarından daha iyi davranışları hak ettiğimi hissedirim”* maddesinin psikolojik kırılgnlık ölçeğinde kardeş sayısının karşılaştırmasında kardeş sayısı 2 ve 4 olan kardeş sayısı ile 5 ve 2 olan kişiler arasında anlamlı bir fark görülmektedir. Kalan diğer grupların kardeş sayılarına göre anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Bireyin kırılgnlığı, onu psikolojik rahatsızlıklara taşıyacak duyarlılık geliştirmiş olmasına neden olmaktadır (Crocker, 2002; Sarıçam, 2015: 193). Ekşi, Erök-Özkapı & Ümmet’in (2019) yapmış olduğu *“üniversite öğrencilerinde psikolojik kırılgnlıkla öznel zindelik arasındaki ilişkide genel psikolojik sağlığın aracı rolü”* adlı araştırmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin iyi oluşları ile psikolojik kırılgnlıkları arasında negatif bir ilişkinin olduğu; genel psikolojik sağlığın psikolojik kırılgnlıkla ve öznel iyilik arasında bir aracı rolü olduğu sonucu elde edilmiştir. Satıcı’nın (2016) yapmış olduğu *“psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope”* adlı araştırma bulgularına göre, psikolojik kırılgnlığın psikolojik iyi oluşu yordadığı ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar, psikolojik kırılgnlık düzeyleri yüksek olan bireylerin, öznel zindelik düzeylerinin düşük olması bulgusunu desteklemektedir. Çelik & Topçuoğlu (2017) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmasında, olumlu bir kişilik özelliği olan ve psikolojik kırılgnlığı içermeyen proaktif kişilik özellikleri ile öznel



zindelik arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Bu araştırmalar ruhsal ve bedensel olarak iyilik hâlinde olmayan bireylerin öznel zindeliklerinin de düşük olmasını ifade etmektedir.

Psikolojik iyilik ölçeğinin kardeş sayılarındaki değişkenliğine göre; gruplar arasında anlamlı bir fark olup olmadığına bakıldığında belirtilen kriterler  $p$  değeri ( $p$ ),  $p > 0.05$  olduğunda gruplar arasında anlamlı bir farkın olmadığı, fakat  $p < 0.05$  olduğunda ise gruplar arasında anlamlı bir farkın olduğu gözlemlenir (Can, 2013). Psikolojik iyilik hâli ölçeğinin kardeş sayısına göre belirlenen gruplar arasında; 1. maddede; *“Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum”* (,004); 3. maddede; *“Günlük aktivitelerimle meşgul oluyorum ve onlara ilgi duyuyorum”* (,019); 6. maddede; *“İyi bir insanım ve iyi bir yaşam sürdürüyorum”* (,035); 8. maddede; *“İnsanlar bana saygı gösterir”* (,038)  $p < 0.05$ 'ten küçük olduğu için bu maddelerde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülür. Kalan diğer yargılarda ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır. İstatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı diğer maddeler ise şunlardır: Psikolojik iyilik ölçeğinin 2. maddesinde; *“Sosyal ilişkilerim destekleyici ve mutluluk verici”*; 4. maddesinde; *“Diğer insanların mutluluklarına ve iyi olmalarına aktif biçimde katkıda bulunuyorum”*; 5. maddede; *“Benim için önemli olan aktivitelerde yeterli ve yetenekliyim”*; 7. maddesinde; *“Geleceğim hakkında iyimserim”* maddelerinde ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark çıkmadığı görülmektedir. Anova testinden sonra sig. değerine göre belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında var olup olmadığını belirlemek için post-hoc analiz yöntemine göre yorumlanmıştır (Can, 2013: 150). Psikolojik iyilik ölçeğinin 3. maddesinde; *“Günlük aktivitelerimle meşgul oluyorum ve onlara ilgi duyuyorum”* ve 6. maddesinde; *“İyi bir insanım ve iyi bir yaşam sürdürüyorum”* maddelerinde, kardeş sayısı 5 ve 3 olan kişiler arasında anlamlı bir fark var olduğu; 8. maddedeki *“İnsanlar bana saygı gösterir”* sorusunda kardeş sayısı 3 ile 5 olan kişiler arasında da anlamlı bir fark vardır. Kalan diğer yargılar arasında (1.2.4.5.7. maddeler arasında) ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Bu maddeler; 1. madde: *“Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum”*; 2. madde: *“Sosyal ilişkilerim destekleyici ve mutluluk verici”*; 4. madde: *“Diğer insanların mutluluklarına ve iyi olmalarına aktif biçimde katkıda bulunuyorum”*; 5. madde: *“Benim için önemli olan aktivitelerde yeterli ve yetenekliyim”*; 7. madde: *“Geleceğim hakkında iyimserim”* maddeleri ile kardeş sayıları arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir.

Savcı & Aysan'ın (2016) yaptıkları araştırmada kişilik özellikleri ile bireylerin psikolojik iyi oluşlarının anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Çeçen & Cenkse-

ven'in (2007) "*üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcıları olarak psikolojik iyi olma*" adlı araştırma sonuçlarına göre, iyi oluşun boyutlarından biri olan diğerleriyle olumlu ilişkilerin yalnızlığı en fazla yordadığı görülmüştür. Tatlılıoğlu'nun (2015) "*üniversite öğrencilerinin aylık gelir düzeyi ile psikolojik iyilik hâli*" adlı yapmış olduğu araştırmanın bulgularına göre, harcanan para miktarı farklı olan üniversite öğrencilerinin "*Bireysel gelişim*" puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Gelir düzeyi ile psikolojik iyilik hâlinin diğer alt boyutları arasında ise anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ryff & Keyes'e (1995) göre, psikolojik iyi oluş, bireyin yaşama yönelik amaçlarının farkında olması, sağlıklı kişiler arası ilişkiler geliştirmesi ve sürdürmesiyle ilişkili iken; Keyes, Shmotkin & Ryff'a (2002) göre, bireyin benliğini olumlu algılaması, sınırlılıklarını kabul etmesi, kendisiyle bütünleşmesi, çevresini kişisel ihtiyaç ve isteklerine cevap verecek biçimde şekillendirmesi, bağımsız ve girişimci olması, yeteneklerinin farkında olması ve kendini geliştirmesi gibi özellikler psikolojik iyi olmayla doğrudan ilişkili durumlardır. Diener'e (1984) göre, bireyin öznel iyi oluşunu etkileyen faktörler; cinsiyet, yaş, biyolojik ve sosyal değişiklikler; öz saygı ve dışa dönüklük gibi kişilik değişkenleri ve aile, iş doyumu gibi sosyal destek değişkenleri olarak sıralanmıştır. Diener & Diener'e (1996) göre bireylerin sosyo-ekonomik durumları, yaşları ve cinsiyetleri öznel iyi oluşla güçlü ilişkiler göstermektedir. Öğrencilerin psikolojik iyi oluşları üzerinde (Bertocci ve diğ. 1992; Hayes, 1997; Humphrey & McCarthy, 1998; Monk & Mahmood, 1999; Tanhan, 2007: 78) çok sayıda araştırma yapılmıştır. Wilson'a (1967) göre yaş, öznel iyi oluşta önemli bir yordayıcıdır. Ona göre, yaş değişkeni mutluluk için önemli bir etmen olup, genç insanların yaşlı insanlardan daha mutlu olduğunu belirtmektedir. Ryff'ın (1989b) Psikolojik iyi oluş ile demografik veriler arasındaki ilişkiyi incelediği araştırma sonucuna göre, yaş ile psikolojik iyi oluş arasında doğrudan bir ilişki gözlememiş ancak, yaş ile psikolojik iyi oluşun alt boyutlarından "olumlu ilişkiler" ve "kişisel gelişim" boyutlarının ilişkili olduğunu bulunmuştur. Bu durum ayrıca Ryff'ın kuramını geliştirirken etkilendiği, "Yaşam Boyu Gelişim" kuramları ile de paralellik göstermektedir. Bu kurama göre, gelişim sadece çocukluk ve gençlik dönemi ile sınırlı olmadığından, "yaş" psikolojik işlevselliğin anlamlı bir yordayıcısı değildir (Tatlılıoğlu, 2012). Ingram & Price'e (2010) göre, psikolojik kırılma düzeyleri yüksek olan bireylerin, sosyal ilişkilerde başarısızlık yaşadıkları, sosyal ortamlarda kendilerini yetersiz olarak algıladıkları ve anti-sosyal davranışlar sergiledikleri görülmüştür.

Sosyal güven ve memnuniyet ölçeğinde kardeş sayısına göre belirlenen gruplar arasındaki fark; Sosyal güven ve memnuniyet ölçeğinin, 2. maddesinin

de; “Etrafımdaki insanlar beni kolaylıkla sakinleştirebilir” (,027) ve 9. maddesinde; “İnsanlar tarafından anlaşıldığımı hissediyorum” (,020)  $p < 0.05$ 'ten küçük olduğu için burada istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Kalan diğer maddelerde ise; 1. maddede, “İlişkilerimden memnunum”; 3. maddede, “Kendimi diğer insanlarla bağlantılı hissediyorum”; 4. maddede; “Kendimi toplumun bir parçası hissediyorum”; 5. maddede; “Dünyada dikkate alınan biri olduğum düşünüyorum”; 6. maddede: “Kendimi güvende ve önemli hissediyorum”; 7. maddede, “Ait olduğumu hissediyorum”; 8. maddede, “İnsanlar tarafından kabul edilen biri olduğumu hissediyorum”; 10. maddede, “İnsanlarla sıcak ilişkiler kurduğumu hissediyorum” ve 11. maddede, “Yakınlarım sıkıntı anlarımda beni sakinleştirebilir” maddelerinde ise gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır. Anova testinden sonra sig. değerine göre belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında var olup olmadığını belirlemek için post-hoc analiz yöntemine göre değerlendirilir. (Can, 2013:150). Sadece 9. maddede, “İnsanlar tarafından anlaşıldığımı hissediyorum” ifadesinde, kardeş sayısı 3 ile 5 olan kişiler arasında anlamlı bir fark olduğu ve kalan diğer yargular arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmiştir. Anlamlı farkın olmadığı diğer yargular (1.2.3.4.5.6.7.8.10. ve 11. ) ise şunlardır: 1. maddede, “İlişkilerimden memnunum”; 2. maddede, “Etrafımdaki insanlar beni kolaylıkla sakinleştirebilir”; 3. maddede, “Kendimi diğer insanlarla bağlantılı hissediyorum”; 4. maddede, “Kendimi toplumun bir parçası hissediyorum”; 5. maddede, “Dünyada dikkate alınan biri olduğum düşünüyorum”; 6. maddede, “Kendimi güvende ve önemli hissediyorum”; 7. maddede, “Ait olduğumu hissediyorum”; 8. maddede, “İnsanlar tarafından kabul edilen biri olduğumu hissediyorum”; 9. maddede, “İnsanlar tarafından anlaşıldığımı hissediyorum”; 10. maddede, “İnsanlarla sıcak ilişkiler kurduğumu hissediyorum” ve 11. maddede, “Yakınlarım sıkıntı anlarımda beni sakinleştirebilir” maddelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık çıkmamıştır.

Berber-Çelik'in (2018: 27) “bağlanma stilleri, psikolojik iyi oluş ve sosyal güvende hissetme: Aralarındaki ilişki ne?” adlı yapmış olduğu araştırmanın bulgularına göre, güvenli bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu; psikolojik iyi oluş ile saplantılı bağlanma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu; psikolojik iyi oluş ile sosyal güvende hissetme ve memnuniyet ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde etmiştir. Depue & Morrone-Strupinsky'e (2005) göre, “bir insanın memnuniyet duygularına sahip olması, olumlu duygulanım ve iyi olma ile bağlantılıdır”. Sinclair & Wallston'a (1999) çalışmalarına göre, psikolojik kırılgnlık düzeyi yüksek olan bireylerin diğer insanlara göre daha

fazla olumsuz duygu durumu içerisinde oldukları tespit edilmiştir. Sonuç olarak, psikolojik kırılgnlık, psikolojik iyi olma, sosyal güven ve memnuniyet ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu; olumsuz genel psikolojik sağlıkları ile psikolojik kırılgnlıkları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

### **Öneriler:**

Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyilik hallerinin, psikolojik dayanıklılıklarının, sosyal güven ve doyum düzeylerinin geliştirilmesinde, üniversitelerin medico-sosyal birimlerine büyük iş düşmektedir. Bunun için eğitimcilerle büyük bir iş düşmektedir. Çünkü öğrencilere, bireysel veya grup terapileri yapılarak, psikolojik iyi oluş, psikolojik dayanıklılık ve sosyal güven konularına psikolojik danışmanlık hizmetleri vermeleri faydalı olacaktır. Bireylerin bu ruh hâlini ve sosyal dokularını güçlendirecek terapötik yaklaşımlar faydalı olacaktır. Psikolojik iyi oluşu etkileyen değişkenlerin ortaya konması, negatif yönde etkileyen faktörlerin azaltılmasına yönelik önlemlerin alınması, bireylerin ileriki yaşamlarında daha mutlu bireyler olmalarını sağlayacaktır. Dinginlik, güven hislerini ortaya çıkarırken, bireyin yaşadığı tehdit duygularını ise azaltır. Bu durumda, terapötik yaklaşımlar faydalı olmakta ve psikolojik rahatsızlıklara olan kırılgnlığı azaltmaktadır (Carter, 1998; Gilbert, McEwan, Irons, Cheung, 2007 ; Gilbert & Procter, 2006, Mayhew & Gilbert, 2008; akt: Akın, Uysal & Çitemel: 2013: 35). Bireylerin kendini güvende hissetmesinde, duygu durumlarının düzenlenmesinde diğerleriyle ilişkileri belirleyicidir. Bireylerin sosyal ilişkilerinden elde ettikleri olumlu duygular onların olumlu ruh hâline sahip olmaları ve sosyal derecelerini görmeleri adına çok önemlidir. Alkayış (2020b) tarafından yapılan araştırmaya göre, bireylerin küçük yaşlarda yeteneklerini keşfetmeleriyle birlikte zamanla çevresini olumlu yönde değiştirecek bireyler olmasını sağlamaktadır. Araştırma dâhilinde elde edilen bulguların bundan sonraki çalışmalara ışık tutması beklenmektedir. Ne tür davranışların psikolojik kırılgnlığı azalttığı, psikolojik iyilik hâlini ve sosyal güven ve memnuniyet düzeyini arttırdığı tespit edilmesi gereken bir konudur. Bu konuda farkındalık oluşturulması önerilebilir. Gerek psikolojik danışma yoluyla gerekse rehberlik etkinlikleri aracılığı ile bireylere gelişimsel açıdan destekler ve imkânlar sunulmalı, rehabilite edici, önleyici, gelişimsel yaklaşım ve kapsayıcı psikolojik danışmanlık hizmetleri ilkeleri bağlamında, pozitif psikoloji temelinde bireylerin kapasitelerinin, terapötik becerilerinin, yeteneklerinin geliştirilmesi faydalı olacaktır (Eryılmaz, 2013: 10).

**Kaynakça**

- AKIN, A., Eroğlu Y., Kayış A. R. & Saticı S. A., "The Validity and Reliability of the Turkish Version of the Relational-İnterdependent Self-Construal Scale". *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, (2013), s. 579–584.
- AKIN, A., & Eker, H., "Turkish Version of the Psychological Vulnerability Scale: A Study of Validity and Reliability". Paper Presented at the 32<sup>th</sup> International Conference of the Stress and Anxiety Research Society (STAR), July, 18-20, Münster 2011.
- AKIN, A., "Scales of Psychological Well-Being: A Study of Validity and Reliability". *Educational Science: Theory & Practice*, 8(3), (2008), s. 721–750.
- AKIN, A., Uysal, R. & Çitemel, N., "Sosyal Güvende Hissetme ve Memnuniyet Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması". *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), (2013), s. 34-40.
- AKIN, A. & Akın, U., "Arkadaşlık Kalitesi ve Öznel Mutluluk: Öznel Zindeliğin Aracılık Rolü". *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 40(177), (2015), s. 233-241.
- ALKAYIŞ, A., *Psikolojik Açıdan Sınav Kaygısı ve Baş Etmenin Yolları*. (Genişletilmiş ve Gözden Geçirilmiş 2. Basım). Ankara 2020.
- ALKAYIŞ, A., "Eğitim Felsefesi Perspektifinden Dijitalleşme ve Eğitim 4.0." *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Sayı: 21, (2021), s. 221-238.
- ALKAYIŞ, A., *Çağdaş Sorunlar Karşısında İnsan ve Eğitim*. Ankara 2020.
- BARMANPEK, U., Steele, C., "Relationship Between Personality Traits and Vocational Interests: A Longitudinal Study". *Kafkas University Journal of the Institute of Social Sciences*, 26, (2020), s. 451-469.
- BELEN, H. & Barmanpek, U., "Fear of Happiness and Subjective Well-Being: Mediating Role of Gratitude", *Turkish Studies-Education*, 15(3), (2020), s. 1561-1571.
- BERBER-ÇELİK, Ç., "Bağlanma stilleri, psikolojik iyi oluş ve sosyal güvende hissetme: Aralarındaki ilişki ne?", *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(25), (2018), s. 27-40.
- BERTOCCI, D., Hirsch, E., Sommer, W. & Williams, A., "Student Mental Health Needs: Survey Results and Implications for Service". *Journal of American College Health*, 41, (1992), s. 3-12.
- BÜYÜKÖZTÜRK, Ş., *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*, (Geliştirilmiş 7. Baskı). Ankara 2007.
- CAN, A., *SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*, Ankara 2013.
- CLASON, D. L. & Dormody, T. J., "Analyzing Data Measured By Individual Likert-Type Items", *Journal of Agricultural Education*, 35(4), (1994), s. 31-35.
- COHEN, L., Manion, L. & Morrison, K., *Research Methods in Education*. London 2013.
- CROCKER, J., "Contingencies of Self-Worth: Implications for Self-Regulation and Psychological Vulnerability". *Self and Identity*, 1(2), (2002), s. 143-149.
- ÇEÇEN, A. R. & Cenkseven F., "Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcıları Olarak Psikolojik İyi Olma". *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(2), (2007), s. 109-118.

- ÇELİK, E. & Topçuoğlu, P. (2017)., "Proaktif Kişiliğin Öznel Zindelik ile Merak Arasındaki İlişkide Aracılık Etkisi". *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(3), s. 1221-1240.
- DEPUE, R.A. & Morrone-Strupinsky, J.V., "A Neurobehavioral Model of Affiliative Bonding: Implications for Conceptualizing a Human Trait of Affiliation". *Behavioural and Brain Sciences*, 28, (2005), s. 313-395.
- DİENER, E., "Subjective Well-Being". *Psychological Bulletin*, 95, 3, (1984), s. 542-575.
- DİENER, E., Diener, C., "Most People Are Happy". *Psychological Science*, 7, (1996), s. 181-185.
- DİENER, E. & Chan, M., "Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity". *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3, (2011), s. 1-43.
- EKŞİ, H., Erök-Özkapı, D. & Ümmet, D., "Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Kırılganlıkla Öznel Zindelik Arasındaki İlişkide Genel Psikolojik Sağlığın Aracı Rolü". *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(5) (2019), s. 185-190.
- EKŞİ, H., Bikeç, S. M. & Ümmet, D., "Öğretmen Adaylarında Kendini Sansürleme, Psikolojik Kırılganlık ve Koşullu Öz Değer". *Küreselleşen Dünyada Eğitim El Kitabı*. Ankara 2017.
- ERYILMAZ, A., "Ergen Özne İyi-Oluşu İle Olumlu Gelecek Beklentisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24, (2013). s. 209-215.
- EMMONS, R. A., & Shelton, C. M. (2002)., "Gratitude and the Science of Positive Psychology". In C. R. Synder & S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology* (s. 459-471). Oxford University Press, England.
- GİLBERT, P., McEwan, K., Mitra, R., Richter, A., Franks, L., Mills, A., Bellew, R. & Gale, C., "An Exploration of Different Types of Positive Affect in Students and Patients with Bipolar Disorder". *Clinical Neuropsychiatry*, 6, (2009), s. 135-143.
- HAYES, J.A., "What Does the Brief Symptom Inventory Measure in College and University Counseling Center Clients?". *Journal Of Counseling Psychology*, 44, (1997), s. 360-367.
- HUMPHREY, R. & Mccarthy, P., "Stress and the Contemporary Student", *Higher Education Quarterly*, 52, (1998), s. 221-242.
- INGRAM, R. E. & Price, J. M., "Understanding Psychopathology: The Role of Vulnerability". In R. E. Ingram and J. M. Price (Eds.) *Vulnerability to Psychopathology: Risk Across the Lifespan* (s. 3-17). New York 2010.
- JOSHANLOO, M., "The Influence of Fear of Happiness Beliefs on Responses to the Satisfaction with Life Scale". *Personality and Individual Differences*, 54(5), (2013), s. 647-651.
- KARASAR, N., Araştırmalarda Rapor Hazırlama. (13. Basım). Ankara 2005.
- KESER, A., "Çağrı Merkezi Çalışanlarında İş Yükü Düzeyi ile İş Doyumu İlişkinin Araştırılması". *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (2006), s. 100-119.

- KESKİN, O., "Macera Terapisinin Sosyal Hizmetteki Yeri ve Önemi". *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 32(1), (2021), s. 317-335.
- KEYES, M.L.C., Smotkin, D. & Ryff, D.C., "Opptimizing Well-Being: The Empirical of Two Tradition". *Journal of Personality and School Psychology*, 82 (6), (2002), s. 1007-1022.
- LYUBOMİRSKY, S., King, L., & Diener, E., "The Benefits of Frequent Positive affect: Does Happiness Lead to Success?". *Psychological Bulletin*, 131(6), (2005), s. 803-855.
- MONK, E.M. & Mahmood, Z., "Student Mental Health: A Pilot Study". *Counselling Psychology Quarterly*, 12, (1999), s. 199-210.
- ÖZBEK, M. F., "Güven, Belirsizlik ve Risk Alma Davranışı İlişkisi: Teorik Yaklaşım". *Akademik Bakış*, 15, (2008), s. 1-12.
- RYFF, C.D., "Psychological Well-Being in Adult Life". *Current Directions in Psychological Science*, 4 (4), (1995), s. 99-104.
- RYFF, C. D. & Keyes, C. L. M., "The Structure of Psychological Well-Being Revisited". *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, (1995), s. 719-727.
- RYFF, C.D., "Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being". *Journal of Personality and Social Psychology*, 578(6), (1989), s. 1069-1081.
- SARIÇALI, M. & Satıcı, S. A., "Shyness as Mediating Role Between Mindfulness and Psychological Vulnerability". *Hitit University Journal of Social Sciences Institute*, 10(1), (2017),s. 655-670.
- SARIÇAM, H., "Sosyal Kırılganlık Ölçeği Türkçe Formu: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". *International Online Journal of Educational Sciences*, 7(1), (2015), s. 190-202.
- SAVCI, M. & Aysan, F., "Kişilik Özelliklerinin Öznel Zindelik ve Psikolojik İyi Oluş Etkisi". *VII. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi Bildiri Kitabı*, 5-8 Mayıs 2016 Çanakkale 2016.
- SELİGMAN, M. E., Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy. *Handbook of Positive Psychology*, (2), (2002), s. 3-12.
- SATICI, S. A. Psychological Vulnerability, Resilience, and Subjective Well-Being: The Mediating Role of Hope. *Personality and Individual Differences*, 102, (2016), s. 68-73.
- SCANLON, A. & Lee, G. A. Theuse of the Term Vulnerability in Acutecare: Why Does it Differ Sand What Does It Mean?. *Australian Journal of Advanced Nursing*, 24(3), (2007), s. 54.
- SİNCLAİR, V. G. & Wallston, K. A., "The Development and Validation of the Psychological Vulnerability Scale". *Cognitive Therapy and Research*, 23(2), (1999), s. 119-129.
- TATLILIOĞLU, K., "Üniversite Öğrencilerinin Kardeş Sayıları ile Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Turkish Studies International Periodical For The Languages, Turkish and Turkic*, 7 (4), (2012), s. 2857-1133.

- TATLILIOĞLU, K., "A Research of Relation Between Undergraduates' Recognising Parent Attitudes With Psychological Well-Being". *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, Summer, Volume, 143 (2014), s. 463-470.
- TATLILIOĞLU, K., "Üniversite Öğrencilerinin Aylık Gelir ve Harcama Düzeyi ile Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Bingöl Üniversitesi Örneği)". *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(55), (2015), s. 1-15.
- TATLILIOĞLU, K., "Üniversite öğrencilerinin psikolojik kırılğanlıkları, psikolojik iyilik halleri, sosyal güven ve memnuniyet düzeyleri arasındaki ilişkinin doğrulayıcı faktör analizi sonuçları: Bingöl Üniversitesi örneği". *Turan-SAM Uluslararası Bilimsel Dergisi*, 12(48), (2020), s. 351-357.
- TATLILIOĞLU, K., A research on the relationship between psychological vulnerabilities psychological well-being, social faith and satisfaction levels of University students. *International Journal of Quality in Education*, (IJQE), 5(1), (2021), s. 56-75.
- TELEF, B. B., "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİOO): Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 11. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 3-5 Ekim, Selçuk- İzmir 2001.
- TANHAN, F., *Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitiminin Ölüm Kaygısı ve Psikolojik İyi Olma Düzeyine Etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara 2007.
- TEZBAŞARAN, A. A. *Likert Tipi Ölçek Geliştirme Kılavuzu*, Ankara 1996.
- TURAN, İ., Şimşek, Ü. & Aslan, H., "Eğitim Araştırmalarında Likert Ölçeği ve Likert-Tipi Soruların Kullanımı ve Analizi". *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, (2015), s. 186-203.