

## Türkiye’de Wellness (İyilik Hali) Kavramına İlişkin Lisansüstü Araştırmaların Bibliyometrik Analizi

*Bibliometric Analysis of Postgraduate Studies on the Concept of Wellness in Turkey*

Mehmet ARMAĞAN<sup>1</sup>, Batuhan KAYAHAN<sup>2</sup>, Aysel YILDIZ ÖZER<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Öğretim Görevlisi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Reşadiye Meslek Yüksekokulu, Fizyoterapi Bölümü, Tokat, 0000-0001-7443-511X

<sup>2</sup>Araştırma Görevlisi, Yeditepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul, 0000-0002-6111-8817

<sup>3</sup>Doçent Doktor, Marmara Üniversitesi-Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul, 0000-0003-0739-6143

### ÖZET

**Amaç:** Wellness, “sadece hastalığın olmaması değil, fiziksel, zihinsel ve sosyal olarak tam bir iyilik hali” olarak tanımlanır. Bu betimsel çalışmanın primer amacı Türkçe karşılığı iyilik hali olan wellness kavramı ile ilgili lisansüstü çalışmaların incelenmesi, analizi ve sınıflandırılmasıdır.

**Yöntem:** Temmuz 2023 tarihine kadar Ulusal tez merkezine yüklenen iyilik hali temalı tezler araştırmaya dahil edildi. Çalışmalar tanımlayıcı istatistik analiz yöntemleri ile irdelendi.

**Bulgular:** Kriterlere uygun 1458 tez belirlendi. Lisansüstü tezlerin 1097 tanesi 2018 yılı sonrasına aitti. Bu çalışmaların 264 tanesi doktora tezi, 1163 tanesi yüksek lisans tezi, 31 tanesini ise tıpta uzmanlık tezi idi. Kategori bakımından tezlerin 828 tanesi ruhsal, 125 tanesi fiziksel, 58 tanesi duygusal, 163 tanesi sosyal, 172 tanesi mesleki iyilik hali alt boyutunu ele almıştı. Araştırma tipine göre 551 tez tanımlayıcı, 713 tez korelasyon, 194 tez deneysel araştırma olarak planlanmıştı. Tezlerde kullanılan değerlendirme yöntemlerinde ölçekler ilk sırada idi.

**Sonuç:** Araştırmamız iyilik halinin, ülkemizdeki lisansüstü çalışmalarda da farklı boyutlarda ele alındığını göstermiştir. İyilik hali-wellness programları olan merkezlere talep her geçen gün artmaktadır. Sağlıkla ilgili uygulamalarda iyilik hali yaygın olarak kullanılmasına rağmen bu çalışmaların literatüre yeterince yansımadağı saptanmıştır. Sağlık turizmi ve ekonomiye katkıları da göz önüne alınarak iyilik hali konusu alanında bilginin geliştirilmesine yönelik daha çok lisansüstü araştırmalara ihtiyaç vardır.

**Anahtar kelimeler:** Bibliyometrik Analiz, Sağlık Bilimleri, İyilik Hali

### ABSTRACT

**Purpose:** Wellness is defined as "not just the absence of illness, but a state of complete physical, mental, and social wellness." The primary aim of this descriptive study is to examine, analyze and classify postgraduate studies related to wellness, which means "iyilik hali" in Turkish.

**Method:** Theses on the topic of wellness uploaded to the National Thesis Center until July 2023, were included to study. The studies were analyzed using descriptive statistical analysis methods.

**Results:** A total of 1458 theses were determined according to the criteria. 1097 of the postgraduate theses were from 2018 onwards. Out of these studies, 264 were doctoral theses, 1163 were master's theses, and 31 were medical specialization theses. In categories, 828 theses addressed the mental, 125 the physical, 58 the emotional, 163 the social, and 172 the occupational wellness dimensions. Based on the research type, 551 theses were descriptive, 713 theses were correlational, and 194 theses were designed as experimental research. Scales were the most frequently used assessment methods in the theses.

**Conclusion:** Wellness is a multidimensional concept that encompasses not only the treatment of sick individuals but also the maintenance of well-being in various dimensions. The demand for centers with wellness programs is increasing day by day. Despite being widely used in health-related practices, studies related with the wellness are not adequately reflected in the literature. Considering the contributions to health tourism and the economy, more postgraduate research is needed to develop knowledge in wellness.

**Keywords:** Bibliometrics Analysis, Health Sciences, Wellness

### Sorumlu yazar:

Mehmet ARMAĞAN, Öğretim Görevlisi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi-Reşadiye MYO, Fizyoterapi Bölümü, Tokat, mehmet.armagan@gop.edu.tr

**Başvuru/Submitted:** 21.02.2023 **Kabul/Accepted:** 23.08.2023

**Cite this article as:** Armağan M, Kayahan B, Yıldız-Özer A. Türkiye’de Wellness (İyilik Hali) Kavramına İlişkin Lisansüstü Araştırmaların Bibliyometrik Analizi. J TOGU Heal Sci. 2023;3(3):281-294.

## GİRİŞ

Wellness, Dünya Sağlık Örgütü tarafından “sadece hastalığın olmaması değil, fiziksel, zihinsel ve sosyal olarak tam bir iyilik hali” olarak tanımlanır (1). Dunn, bu kavramı “sağlık ve bireyin potansiyelini en üst düzeye çıkarma yolu olarak” ifade etmiştir (2). İyilik halinin çok boyutlu bir kavram olduğu konusunda fikir birliği olsa da iyilik hali kavramının önceki tanımları ve ele alınış şekilleri, alt boyut sayısı, türleri ve ayrıca değerlendirmelerin psikometrik yeterliliği farklılık göstermektedir (3). Literatürde iyilik hali alt boyutlarının sayısı 3 ila 12 arasında değişmektedir (4,5).

Çoğu teorisyen iyilik hali kavramının birincil olarak sosyal, duygusal, fiziksel, entelektüel, manevi ve mesleki olmak üzere beş veya altı boyut içerdiğini söylemektedir (5). Roscoe (4), iyilik hali alt boyutlarının bir listesini derlemiş ve şöyle sıralamıştır:

1. Sosyal iyilik hali: Başkalarıyla etkileşimin kalitesi ve kapsamı ile birey, diğerleri, topluluk ve doğa arasındaki karşılıklı bağımlılık
2. Duygusal iyilik hali: Duyguların farkındalığı ve kontrolü ile benliğe, çatışmaya ve yaşam koşullarına ilişkin gerçekçi, olumlu ve gelişimsel görüş
3. Fiziksel iyilik hali: Optimum düzeyde fiziksel aktiviteyi sürdürmek ve beslenmenin yanı sıra öz bakım ve sağlıklı yaşam tarzı seçimlerini sürdürmek için aktif ve sürekli çaba
4. Entelektüel iyilik hali: Kişinin optimal düzeyde uyarıcı entelektüel aktiviteye yönelik algı ve motivasyonu
5. Ruhsal iyilik hali: Karmaşık ve birbiriyle ilişkili şekilde evrendeki yerini kabul eden bireyin doğuştan gelen ve devam eden yaşam sürecinin diğer bireyler, doğa ve evrenle paylaşım ve bağlantı içinde olması
6. Mesleki iyilik hali: Bireysel değerleri ifade edebilme ve ücretli ve ücretsiz işten kişisel tatmin ve zenginleşme derecesi
7. Finansal iyilik hali: Bireylerin finansal durumlarından memnuniyeti.

Spiritüel iyilik hali ise literatürde sekizinci madde olarak ele alınan bir diğer kavramdır. Spiritüel iyilik hali, insanların hayatın anlamı, amacını ve ihtiyaçlarını anlamayı kapsar. Bir yandan karşılaşılan problemlerle dini yollarla baş edebilme uygulamalarını kullanırken diğer yandan sosyal destek sağlayan topluluklara katılımı içerir (6).

Konservatif bir tedavi yöntemi olan fizyoterapi uygulamaları masaj, manuel terapi ve hidroterapiyi tekniklerini kullanan Hipokrat ve Galen'e kadar uzanır. Fizyoterapide çağdaş yaklaşımlar “fiziksel kapasiteyi ve yaşam kalitesini en üst seviyeye taşıma” hedefini bildirirken

bu hedef kanıta dayalı güncel pek çok program ve uygulamalarda gösterilmiştir (7-13). İyilik hali kavramı literatürde fizyoterapi ve rehabilitasyon alanında da yer bulmakta, sağlıklı yaşam tarzını koruma, geliştirme ve sürdürülebilirliğini sağlama hedefi iyilik hali uygulamaları kapsamında ele alınmaktadır (14, 15).

Bibliyometri kavramı; “Belirli bir alanda belirli bir dönemde ve belirli bir bölgede kişiler ya da kurumlar tarafından üretilmiş yayınların ve bu yayınlar arasındaki ilişkilerin sayısal olarak analizi” olarak tanımlanmıştır (16). Bibliyometri, inceleme alanı sayım yapmaya dayalı olan, akademik olarak yayınlanmış kitap, dergi, makale gibi verilerin matematiksel ve istatistiksel yöntemlerle analiz edilmesidir (17, 18). Bibliyometrik analizler vasıtasıyla çalışma yapılacak alandaki araştırmalar yıl, konu, değerlendirme türleri, türü vb. açılarından ele alınarak istatistiksel olarak değerlendirilir ve araştırması ele alınan konunun kavramsal, entelektüel ve sosyal yapıları ortaya konur (19, 20). Bu çalışma, öncelikle iyilik hali konusunda ülkemizde Şubat 2023 tarihine kadar yapılmış lisansüstü tezlerin incelenmesi, analizi ve sınıflandırılmasını amaçlamaktadır. Bu noktadan hareketle lisansüstü tezlerinin yıllara, enstitülere dağılımı, tezlerin türü, kullanılan araştırma ve değerlendirme yöntemleri ile değerlendirilen iyilik hali alt boyutlarının irdelenmesi hedeflenmiştir. İkinci amacımız ise fizyoterapi ve rehabilitasyon alanında iyilik hali kavramının lisansüstü çalışma düzeyinde irdelenip irdelenmediğini saptamaktır.

## **YÖNTEM**

### **Araştırma Modeli**

Bu çalışmada nitel araştırma türlerinden olan betimsel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Türkiye Yüksek Öğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’ne Temmuz 2023 tarihine kadar yüklenen iyilik hali temalı lisansüstü çalışmalar incelenmiştir. Çalışmanın bibliyometrik kapsamını oluşturan temalar; “tezlerin yazılış yılları”, “bağlı olduğu enstitü”, “tezlerde kullanılan değerlendirme yöntemleri”, “tezlerde işlenen iyilik hali alt boyutları”, “kullanılan araştırma yöntemleri” olarak belirlenmiştir.

### **Verilerin Analizi**

Veriler öncelikle Microsoft Excel programına aktarılmıştır. Veri analiz aracı olarak Jamovi 2.3.12 paket programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistik analiz yöntemlerinden olan yüzde (%) ve frekans (n) analiziyle elde edilen sonuçlar değerlendirmeye alınmıştır.

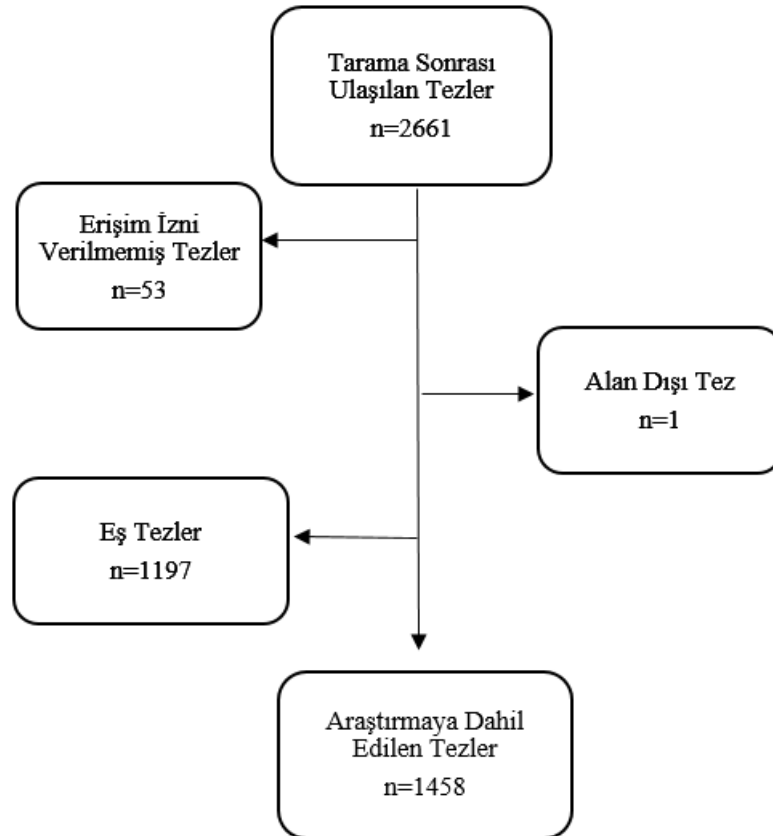
## Çalışmanın Örneklem Seçimi

Çalışmanın örneklemini Yüksek Öğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nde yer alan iyilik hali konusunu içeren, insanlar üzerinde yapılmış ve yazar tarafından erişim ve tam metin için ambargo konulmayarak okuyucunun erişimine açık olan lisansüstü tezler oluşturmaktadır. Buna bağlı olarak örneklem boyutunu oluşturan lisansüstü tezlere ulaşmak için Yüksek Öğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi sayfasındaki tez başlıkları tarama terimi kısmına “wellness, well being, iyi oluş, iyilik hali, iyi olma, esenlik hali” anahtar kelimeleri yazılarak arama yapılmıştır.

## BULGULAR

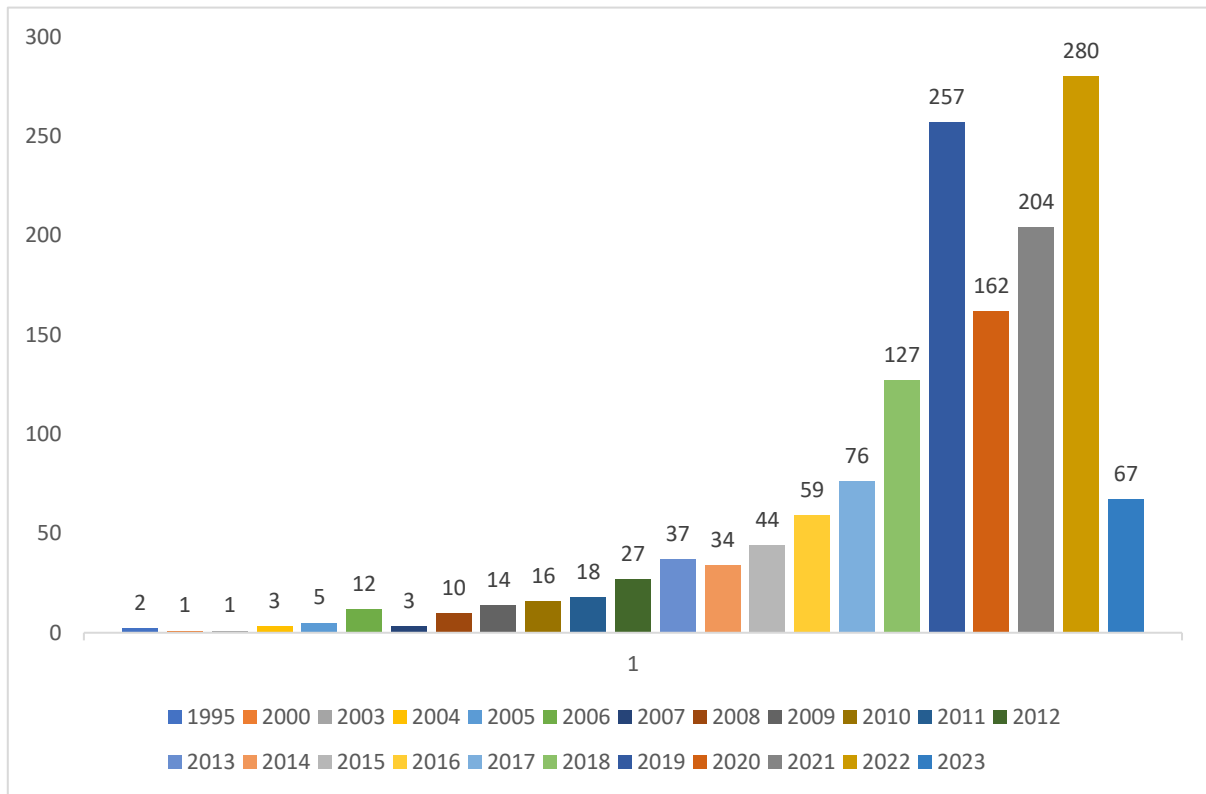
Yüksek Öğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi arama motoruna yazılan anahtar kelimeler sonrası toplamda 2661 adet lisansüstü tez çalışması belirlenmiştir. Bu lisansüstü tezlerden 53 tanesine erişim izni verilmediği tespit edilmiştir. 1149 lisansüstü çalışmanın eş tez olduğu saptanmıştır. Geriye kalan 1459 adet lisansüstü tezden 1 (bir) tanesi veterinerlik alanında olduğu için çalışmadan dışlanmıştır. Bu verilere bağlı olarak toplamda 1458 adet lisansüstü teze erişim sağlanmış ve analizi yapılmıştır (Şekil 1 Akış Şeması).

Şekil 1. Araştırma Akış Şeması

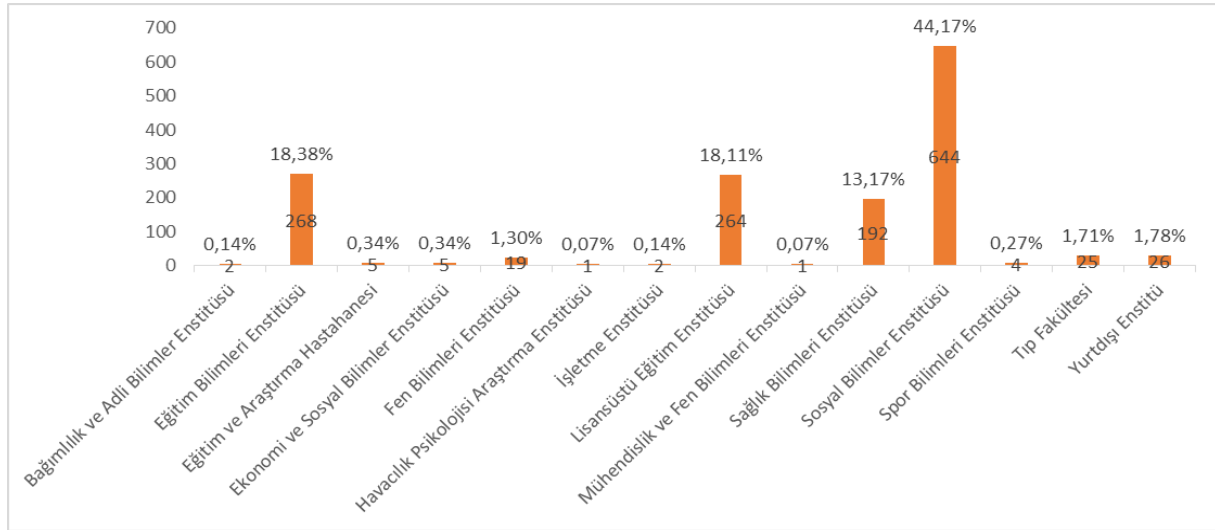


Yüksek Öğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden elde edilen verilere göre iyilik hali konulu 1458 lisansüstü çalışmanın 1995 yılı itibariyle bibliyografiye girdiği ve %75,1'inin 2018 yılı sonrasında tamamlandığı gözlemlendi. Bu tezlerin 127 tanesinin (%8,7) 2018 yılında, 257 tanesinin (%17,6) 2019 yılında, 162 tanesinin (%11,1) 2020 yılında, 203 tanesinin (%13,9) 2021 yılında, 280 tanesinin (%19,2) 2022 yılında, 67 tanesinin (%4,6) 2023 yılında tamamlandığı belirlendi (Grafik 1). Araştırmaların yazım dili olarak Türkçe'nin 1254 adet (%86) ile ilk sırada olduğu, bunu 203 adet (%13,9) ile İngilizce ve 1 adet (%0,07) ile İtalyanca'nın izlediği görüldü.

**Grafik 1.** İyilik Hali Konulu Lisansüstü Çalışmaların Yıllara Göre Dağılımı

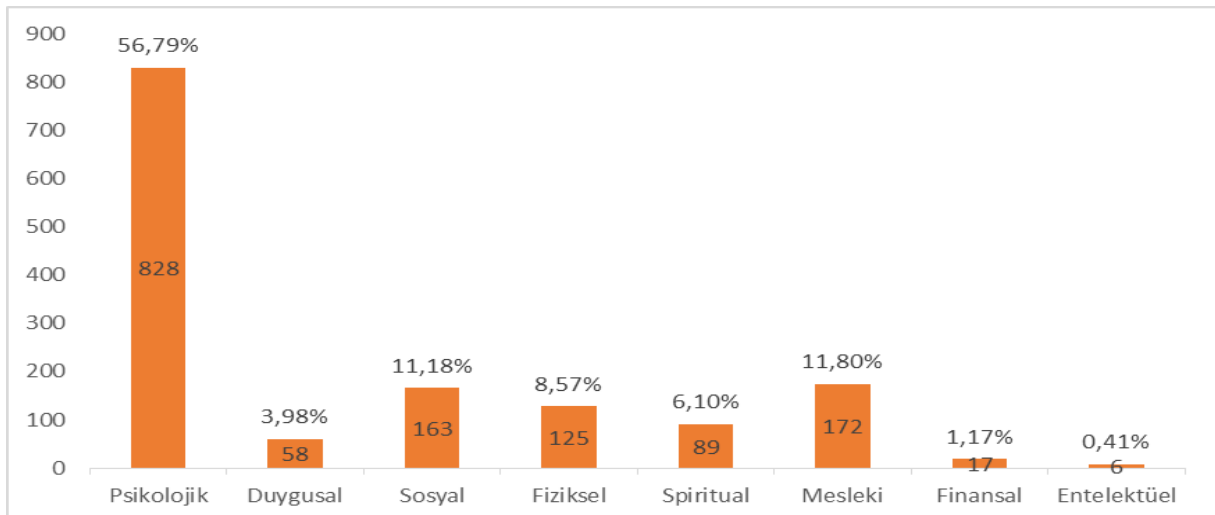


Lisansüstü araştırmaların 264'ü (%18,1) doktora tezi, 1163'ü (%79,8) yüksek lisans ve 31'i (%2,1) tıpta uzmanlık tezi idi. Bu çalışmaların 644 tanesi (%44,2) Sosyal Bilimler Enstitüsü, 268 tanesi (%18,4) Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 264 tanesi (%18,1) Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 192 tanesi (%13,2) Sağlık Bilimleri Enstitüsü bünyesinde tamamlanmıştı (Grafik 2).

**Grafik 2.** İyilik Hali Konusu İçeren Tezlerin Yazıldığı Enstitülere Göre Dağılımı

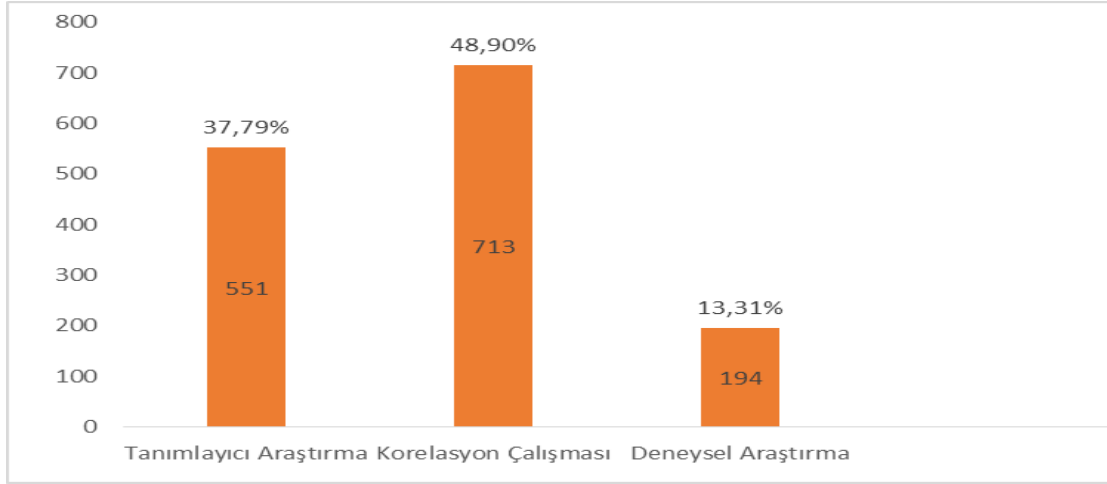
Sağlık Bilimleri alanında tamamlanan 192 (%13,2) araştırmanın 12 tanesi (%6,25) Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı; 17 tanesi (%8,85) Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı ve 151 tanesi (%78,65) Hemşirelik Anabilim Dalı; toplam 12 tezin (%6,25) ise Halk Sağlığı, Gerontoloji, Dil ve Konuşma Terapisi, Sağlık yönetimi ve Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalları bünyesinde yürütüldüğü saptandı. Fizyoterapi ve Rehabilitasyon alanında iyilik hali kavramı yüksek lisans tezi kapsamında 1 (%0,52) adet araştırmada çalışılmıştı.

Araştırmalarda ele alınan iyilik hali alt boyutu açısından tezler irdelendiğinde lisansüstü araştırmaların 828 tanesinin (%56,8) ruhsal, 58 tanesinin (%4) duygusal, 163 tanesinin (%11,2) sosyal, 125 tanesinin (%8,6) fiziksel, 89 tanesinin (%6,1) spiritüel, 172 tanesinin (%11,7) mesleki, 17 tanesinin (%1,6) finansal ve 6 tanesinin (%0,5) entelektüel iyilik hali alt boyutunu kapsadığı saptandı (Grafik 3).

**Grafik 3.** Lisansüstü Araştırmaların İyilik Hali Alt Boyutlarına Göre Dağılımı

İyilik Hali konulu lisansüstü çalışmalardan 551 tanesi (%37,8) tanımlayıcı araştırma; 713 tanesi (%48,9) korelasyon çalışması ve 194 tanesi (%13,3) deneysel araştırma kategorisinde planlanmıştı (Grafik 4).

**Grafik 4.** Lisansüstü Çalışmalarda Kullanılan Araştırma Yöntemi Dağılımı



Lisansüstü çalışmalarda kullanılan değerlendirme yöntemlerinde 427 adet değerlendirme ölçeği kullanıldığı görülmüştür. Değerlendirme kriterlerine uyan tezlerde değerlendirme ölçeklerinden 196 tanesi (%45,9) psikolojik alt boyuta, 93 tanesi (%21,8) sosyal alt boyuta, 63 tanesi (%14,75) duygusal alt boyuta, 29 tanesi (%6,8) spiritüel alt boyuta, 16 tanesi (%3,8) mesleki alt boyuta, 13 tanesi (%3) fiziksel alt boyuta, 4 tanesi (%1) finansal alt boyuta, 1 tanesi (%0,2) entelektüel alt boyuta ve 12 tanesi (%2,8) ise diğer değerlendirme ölçeklerine ait idi.

## TARTIŞMA

Ulusal Tez Merkezi'nde yer alan iyilik hali konulu lisansüstü çalışmaların bibliyometrik analiz yöntemi ile araştırıldığı bu çalışmada, insanlar üzerinde gerçekleştirilmiş ve açık erişim olarak sisteme yüklenmiş 1458 lisansüstü tez incelenmiştir.

Sağlık ve iyilik halinin sürdürülmesi kaliteli yaşamın korunması hedefleri ulusal ve uluslararası boyutta güncelliğini korumaktadır. Toplumsal yaşamın her alanına yönelik planlama, yapılandırma ve düzenlemeler bu bağlamda gerçekleştirilmektedir. Sağlık turizminin yaygınlaşması ve ülkelerin ekonomik gelirlerine olan katkısındaki farkındalık da giderek artmaktadır (21,22). Ülkemizdeki lisansüstü çalışma sayısının özellikle 2017 yılı sonrasındaki artışı, bu durum ile uyumlu görünmektedir. Tez merkezinde yüksek lisans tezlerinin yoğunluğu

göze çarparken bu alanda tamamlanmış 264 doktora tezinin bulunması iyilik haline yönelik yeni projelerin ortaya konulması ve yenilikçi kavramların desteklendiğini düşündürmektedir.

İyilik hali kavramı fiziksel, mental, psikolojik, sosyal, entelektüel ve duygusal olarak dengede olmayı ifade ederken eğitimden, spora, sağlığa ve turizme kadar geniş bir alanı etkileyebilmektedir. Bu alanlardan biri olan wellness turizmi sağlık durumlarını iyi hale getirmek amacıyla turistlere uygun ürün ve hizmetleri eğitici, eğlendirici ve boş zaman değerlendirici aktivitelerle sunan rekreasyonel bir turizm çeşidi olup geniş bir hizmet yelpazesi sunmaktadır (23, 24). Bu hizmetler içinde sportif faaliyetler, özel programlar yer almaktadır. Konuya ilişkin lisansüstü araştırmalarda bu alandaki engellerin belirlenmesi, kalite ve sürdürülebilirlik konularına odaklanıldığı göze çarpmaktadır (25-27). Bu araştırmalardan 2019 yılında tamamlanan bir yüksek lisans tezi “Türkiye wellness turizmi pazarlama stratejilerinin belirlenmesinde beslenme programlarının rolü ve önemi”ni irdelemiştir. Araştırma sahadaki eksiklikleri vurgulaması, pazarlama stratejilerinde uluslararası standartlarda beslenme programlarını uygulayan tesislere yönelik bir durum raporu sunması bakımından alana katkı sağlamıştır (27). Yükseköğrenim bünyesinde tamamlanmış diğer araştırmaların uygulama alanları da bu konu ile tutarlılık göstermiştir. Sonuçlarımızda Sosyal Bilimler ve Spor Bilimleri alanında yapılmış 648 araştırma bu ilgiyi desteklemektedir. Sosyal Bilimler alanında gerçekleştirilmiş ve üniversite öğrencilerine uygulanan Sanat Etkinlikleriyle Zenginleştirilmiş İyilik-Hali Programının etkinliğini araştıran randomize kontrollü bir çalışma haftada 2,5 saatlik 8 haftalık programın etkilerini ortaya koymuştur. İyilik Hali Envanteri, Rosenberg Benlik-Saygısı Ölçeği, Fiziksel Semptom Tarama Listesi ve Sanat Benlik-Kavramı Ölçeğinin kullanıldığı çalışmanın sonunda programın Bilişsel-Duygusal iyilik hali ve yaşam hedefi parametrelerini anlamlı olarak arttırdığı saptanmıştır (28). Randomize kontrollü araştırma olarak planlanmış yakın tarihli bir tıpta uzmanlık tezinde ise haftada 2 gün online yoga çalışmasına ek her gün meditasyon yapan; yalnızca meditasyon yapan; son olarak herhangi bir müdahale yapılmayan hekimlerin iyilik hali, stres ve anksiyete düzeyi karşılaştırılmıştır. 6 haftalık programı tamamlayan acil tıp asistanlarının yoga, nefes egzersizleri ve rehberli meditasyon programı sonrası anksiyete ve stres düzeylerinin azaldığı, iyilik ve esenlik durumlarının arttığı tespit edilmiştir (29). Sağlık bilimlerinde yapılan çalışmalarda ise özellikle bireyin performansı, esenlik hali ve sağlıkla ilgili yaşam kalitesine odaklanıldığı göze çarpmaktadır. Bu çalışmalardan Fizyoterapi ve Rehabilitasyon alanında gerçekleştirilmiş tek çalışmada lisans öğrencilerinin iyilik hali, fiziksel aktiviteye katılımı, tutum ve davranış düzeyleri araştırılmış ve bu parametrelerin birbiri ile ilişkisi irdelenmiştir. Araştırma sonucunda



öğrencilerin fiziksel aktiviteye karşı olumlu tutumları ve aktivite seviyesindeki artışın iyilik halini de arttırdığı vurgulanmıştır (30). Bu alanda yapılmış lisansüstü tez sayısının oldukça sınırlı oluşu araştırma başlıklarında Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bilim alanındaki çalışmaların ele aldığı tıbbi parametrelere öncelik verilmesi, iyilik hali alt boyutlarının spesifik olarak incelenmemesine bağlanabilir.

Bireyin duygu durumu stresi, depresyonu, umutsuzluğu azaltıp, iyilik halini arttırarak yaşam sürecinin olumlu yönde evrilmesine katkı sağlamaktadır (31). Literatürde yer alan lisansüstü araştırmaların özellikle psikolojik ve ruhsal boyutta olması bu savı desteklemektedir. Araştırmaların son yıllarda gösterdiği artış trendinin biyopsikososyal bakış açısı yönünden bu konunun önemini destekleyen bir diğer unsurdur. Fiziksel iyilik haline ilişkin çalışmalarda sıklıkla aktivite katılımı, egzersize alışkanlığı ve bakış açısına ilişkin yaklaşımların iyilik haline etkisi araştırılırken (32,33); psikolojik iyilik haline ilişkin araştırmalarda stres, duygu durumu, tutum, davranış, başa çıkma ve kişilik özellikleri gibi farklı faktörlerin iyilik haline etkileri üzerinde durulmuştur (34,35). Spritüel iyilik haline ilişkin çalışmalar sıklıkla kaygı, başa çıkma ve inanç üzerine kurgulanmıştır (36,37).

İyilik hali kavramının çok boyutluluğu; her bir alt boyutun farklı pek çok sektör ve bilim alanı ile ilişkisi ülkemizde bu alanlarda yürütülebilecek sınırsız sayıda araştırma hipotezine imkân vermektedir. Tez çalışmaları araştırma yöntemlerine göre kategorize edildiğinde farklı parametreler ile iyilik halinin ilişkisel analizlerinin yapıldığı korelasyon çalışmalarının ilk sırada yer aldığı saptandı. Bunu sırasıyla hedef kitle üzerinde istatistiksel çıkarım yapmak için kullanabilen tanımlayıcı çalışmalar ile farklı değişkenlerin iyilik hali üzerine etkisinin araştırıldığı ve/veya karşılaştırıldığı randomize kontrollü çalışmalar takip ediyordu. Randomize kontrollü araştırmalar kanıt piramidinde diğer çalışmalara göre meta analiz ve sistematik derlemelerden sonra ikinci sırada yer almaktadır ve kanıt seviyesi yüksek olarak gruplandırılır (38). Çalışmamız sonuçları da randomize kontrollü çalışmaların sayısındaki artış trendini göstermektedir. Çalışmalarda sıklıkla birden fazla gruba uygulanan farklı müdahalelerin değerlendirme parametreleri ve iyilik haline etkilerinin karşılaştırıldığı dikkat çekicidir (28,29). Toplumun farklı kesimleri ve bilim alanları bünyesinde iyilik hali kavramına ilişkin farkındalık düzeyinin değişkenlik göstermesi araştırma metodolojisinde karşılaştığımız farklılıkları ve çeşitliliği açıklayabilir.

Lisansüstü çalışmalarda kullanılan değerlendirme yöntemleri incelendiğinde; her çalışmada birden fazla değerlendirme yöntemine yer verildiği göze çarpmaktadır. İncelemeye alınan lisansüstü çalışmalar kapsamında 427 farklı değerlendirme yöntemi kullanıldığı

saptanmıştır. Bu durum iyilik hali alt boyutları ve araştırılan hipoteze ilişkin yararlanılabilecek değerlendirme araçlarının çeşitliliğini göstermektedir. Kullanılan değerlendirme yöntemleri arasında primer kullanım amacı iyilik hali ve alt boyutlarını değerlendirme olan ölçeklere ek olarak iyilik hali bileşenlerini değerlendirme yolu ile katkı sağlayan araçlar da yer almakta idi. İrdelenen lisansüstü tezlerde en çok kullanılan değerlendirme yöntemleri iyilik haline yoğunlaşmıştır. Özellikle iyilik hali, mental iyilik, sosyal destek, aktivite seviyesi ve uyku kalitesinin irdelenmektedir. İyilik hali alt boyutları açısından en fazla psikolojik alt boyut için 196 adet ölçeğin kullanıldığı bunu sırasıyla sosyal, duygusal, spiritüel, mesleki, fiziksel, finansal ve entelektüel alt boyut ölçekleri takip etmektedir. Kullanılan ölçeklerin geçerli ve güvenilir oluşu da elde edilen sonuçların güvenilirliğine katkı sağlamaktadır. Kullanılabilecek ölçek yelpazesinin geniş oluşu farklı bakış açıları ve farklı bilim alanlarında yeni araştırmalara imkân sağlaması bakımından önemlidir.

Kalite ve iyilik halinin yaşamın her alanında arttırılması günümüz yaşam standartlarının yükseltilmesine katkı sağlamaktadır. Fizyoterapi ve Rehabilitasyon sağlığın korunması ve tedavi kapsamında iyilik hali ile yakından ilişkilidir. İyilik halini destekleyici uygulamalara multidisipliner bakış açısı ile fizyoterapi müdahaleleri kapsamında yer vermek başarıyı arttırmaktadır (39). Fiziksel sağlık (örneğin, fiziksel aktivite, performans, fonksiyonelliği arttırma gibi), öncelikli olmakla birlikte, sağlığın tüm boyutlarını ele almaktadır. Zira duyguların, sosyal desteğin, maneviyatın ve diğer faktörlerin, genel sağlığı ve zindeliği geliştirmede bireysel Fizyoterapi ve Rehabilitasyon planları oluşturma noktasında önemli rolü bulunmaktadır (40, 41). Biyopsikososyal bakış açısı temelinde uygulamalar içermesine karşın Fizyoterapi ve Rehabilitasyon alanında yapılmış ulusal tez çalışmaları sınırlı düzeydedir. Aslında Fizyoterapi bilim alanındaki araştırmalar aktivite, egzersiz yaşam kalitesi ve iyilik haline odaklanmaktadır (42-44)

Sonuçlarımız tez başlığının seçiminde iyilik hali kavramından ziyade hedeflenen primer sonuç ölçütlerine odaklanıldığı ve içerik olarak çalışılsa da konu başlığı kapsamına alınma için henüz tercih edilmediğini düşündürmüştür. Fizyoterapi ve Rehabilitasyon yaklaşımlarının iyilik hali ve alt boyutlarına etkisinin irdeleneceği araştırmalar literatüre katkı sağlayabilir.

Çok boyutlu bir kavram olan iyilik hali bireyin potansiyelini yansıtması açısından günümüzde koruma, önleme ve tedavi kapsamında ele alınmaktadır. Çalışmamız ülkemizde iyilik hali kavramına akademik bakış açısını yansıtması açısından özgün değer taşımaktadır. Bu çalışma ile farklı bilim alanlarında iyilik halini konu alan akademik literatür irdelenmiştir. Sonuçlarımız gelişen teknoloji ve kaliteli yaşam koşulları ile paralel olarak iyilik hali

kavramının farklı birçok bilim alanı bünyesinde ele alındığını ve son yıllarda akademik çalışmalar kapsamında da artan oranlarda araştırıldığını göstermektedir. Randomize kontrollü çalışmaların arttırılması ve bu konuda yapılacak meta analiz çalışmaları ile ülkemizde iyilik hali ile ilgili yaklaşımların etkinliğinin daha detaylı olarak sunulabileceğini düşünmekteyiz.

**Teşekkür:** Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü'ne teşekkür ederiz.

**Finansal Destek:** Araştırmada herhangi bir finansal destek kullanılmamıştır.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

**Etik Onay:** Bu araştırma etik komite onayı gerektirmediğinden etik kurul izni alınmamıştır.

**Yazar Katkıları:** Araştırma ve yazım MA; İngilizce çeviri BK; Yazım denetleme AYÖ

**Açıklamalar:** Bu araştırma daha önce herhangi bir yerde sunulmamış ve basılmamıştır.

**KAYNAKLAR**

1. Pascual JSG, Ignacio KHD, Khu KJO. Paving the path to wellness: a systematic review of wellness programs for neurosurgery trainees. *World Neurosurgery*. 2021;157(5):206-213  
<https://doi.org/10.1016/j.wneu.2021.06.047>
2. Dunn HL. What high-level wellness means. *Canadian Journal of Public Health/Revue Canadienne de Sante'e Publique*. 1959;50(11): 447-457.
3. Hooker SA, Masters KS, Ross KM, Jackson KH, Peters JC. Multiple dimensions of wellness: development and psychometric properties of the Anschutz wellness evaluation 360 (AWE 360). *Journal of Well-Being Assessment*. 2020;4(2):95-119.
4. Roscoe LJ. Wellness: A review of theory and measurement for counselors. *Journal of Counseling & Development*. 2009;87(2):216-226.
5. Eraslan A, Alvurdu S, Bıyıklı T. Fitness ve wellness eğitmenliği: kavramsal bir yaklaşım. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2020;25(2):127-139.
6. Fullen, M. C. (2019). Defining wellness in older adulthood: Toward a comprehensive framework. *Journal of Counseling & Development*, 97(1), 62-74.
7. Can F. Fizyoterapi ve rehabilitasyonun mesleki gelişim tarihçesi. *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 2016;1(3):1-6.
8. Sharma K. Exploration of the History of Physiotherapy. *Scientific Research Journal of India*.2012;1(1):19-22.
9. World Confederation for Physical Therapy. Policy Statement: Description of Physical Therapy [Internet]. 2019 (güncelleme tarihi belirtilmemiş, erişim tarihi 29.10.2022). Erişim Adresi: <https://world.physio/sites/default/files/2020-07/PS-2019-Description-of-physicaltherapy.pdf>
10. Phokontsia L. Preprints.org (internet). 2020 (güncelleme tarihi 30.04.2020, erişim tarihi 30.10.2022) A Systematic Review of the Role of Physiotherapy Interventions in Palliative Care. Preprints. Erişim Adresi: <https://www.preprints.org/manuscript/202004.0519/v1>.
11. Ashton H. Sports physiotherapy advancing in New Zealand. *British Journal of Sports Medicine*. 2015;49(14):903.
12. Fransen M. When is physiotherapy appropriate?. *Best Practice & Research Clinical Rheumatology*. 2004; 18(4): 477-489.
13. Kuru Çolak T, Kavlak B, Aydoğdu O, Şahin E, Acar G, Demirbüken İ ve diğ. The effects of therapeutic exercises on pain, muscle strength, functional capacity, balance and hemodynamic parameters in knee osteoarthritis patients: a randomized controlled study of supervised versus home exercises. *Rheumatology international*, 2017;37:399-407.
14. Bernabeu-Wittel M, Moreno-Gaviño L, Nieto-Martín D, Lanseros-Tenllado J, Sáenz-Santamaría A, Martínez-Pérez, O. ve diğ. Physiotherapy in palliative medicine: patient and caregiver wellness. *BMJ Supportive & Palliative Care*. 2021, doi: 10.1136/bmjspcare-2020-002826
15. Chwialkowska A, Bhatti WA, Arslan A, Glowik M. Co-creating value and well-being experiences in physiotherapy services. *Journal of Services Marketing*. 2023;37(1):12-24.
16. Cahit Arf Bilgi Merkezi. Bibliyometrik Analiz Sıkça Sorulan Sorular (internet). 2021(son güncelleme belirtilmemiş, 02.01.2021 tarihinde erişildi). Erişim Adresi: <https://cabim.ulakbim.gov.tr/bibliyometrik-analiz/bibliyometrik-analiz-sikca-sorulan-sorular/>.
17. Ayaz N, Türkmen BM. Yöresel yiyecekleri konu alan lisansüstü tezlerin bibliyometrik analizi. *Gastroia: Journal of Gastronomy and Travel Research*. 2018;2(1):22-38.
18. Barca M, Hızıroğlu M. 2000'li yıllarda Türkiye'de stratejik yönetim alanının entelektüel yapısı. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*. 2009;4(1):113-148.

19. Erkan İ. Dijital pazarlamanın dünü, bugünü, geleceği: bibliyometrik bir analiz. Akademik Hassasiyetler. 2020;7(13):149-168.
20. Darıcı M. Kamu yönetimi alanında stratejik yönetim temalı tezlerin bibliyometrik analizi: ulusal tez merkezi örneği. Stratejik Yönetim Araştırmaları Dergisi. 2021;4(1):21-39.
21. Siner G, Torun N. Sağlık turizminde termal turizm ve Spa-Wellness turizminin yeri ve önemi. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2020;(48):517-533.
22. Bölüktaş RP. Türkiye'nin yaşlı sağlığı turizmi için fırsatları. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 2020;8(16):1-15.
23. Chen PT, Kung RH, Huang MY, Chen FD, Pei L. Exploring the medical tourism development barriers and participation willingness in taiwan: an example of mainland tourist. International Journal of Humanities and Social Sciences. 2012;6(8):2132- 2137
24. Costa C, Quintela J, Mendes J. Health and Wellness Tourism: A Strategic Plan for Tourism and Thermalism Valorization of São Pedro do Sul. Health and Wellness Tourism (electronic resource). Ed: Peris-Ortiz M. and AlvarezGarcia J. Londra:Springer;2015; 21- 31.
25. Polat N. Wellness turizminde sürdürülebilirlik uygulamalarının tespitine yönelik nitel bir araştırma ve bir model önerisi: Afyon ili örneği [Doktora Tezi]. Afyon: Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2010.
26. Ayhan S. Wellness turizm destinasyonu olarak Eskişehir: Kaynaklar, çeşitler, sorunlar ve çözümler [Yüksek Lisans Tezi]. Kırklareli: Kırklareli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2021.
27. Devravut Ö.-Türkiye wellness turizmi pazarlama stratejilerinin belirlenmesinde beslenme programlarının rolü ve önemi [Yüksek Lisans Tezi]. Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2019.
28. Duran Oğuz N. Üniversite öğrencilerinin iyilik-hali: Kavramın incelenmesi ve sanat etkinlikleriyle zenginleştirilmiş iyilik-hali programının etkinliğinin test edilmesi [Doktora Tezi]. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2006.
29. Oğrak ÖE. Düzenli yoga ve nefes egzersizleri ile rehberli meditasyon uygulamalarının hekimlerin iyilik hali, stres ve anksiyete düzeyleri üzerine etkilerinin karşılaştırılması: Randomize kontrollü çalışma [Tıpta Uzmanlık]. İstanbul: Sağlık Bilimleri Üniversitesi İstanbul Fatih Sultan Mehmet Eğitim ve Araştırma Hastanesi; 2022.
30. Tokmak NN. Fizyoterapi öğrencilerinin iyilik hali, fiziksel aktivite seviyesi, sedanter davranış seviyesi, fiziksel aktiviteye karşı tutum ve davranış düzeylerinin belirlenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2022.
31. Weiss HM, Cropanzano R. Affective Events Theory: A Theoretical Discussion of the Structure, Causes and Consequences of Affective Experiences at Work. Research in Organizational Behavior. Elsevier Science/JAI Press. 1996;18(1):1-74.
32. Hayırlı Ş. Online fiziksel egzersizin yetişkin kadınlarda öz yeterlik ve iyilik haline etkisi [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2022.
33. Aral S. Egzersiz katılımcılarının özyeterlik, umut ve iyilik halinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2020.
34. Kardeşahin Bİ. Ekran maruz kalmanın çocukların iyilik hali üzerindeki etkisi: Duygu düzenleme ve aile işlevselliğinin rolü [Doktora Tezi]. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2021.
35. Aykotalp Börklü Ö. Üniversite öğrencilerinde COVID-19 dönemindeki sosyal izolasyon ve sosyal destek algısı ile siber mağduriyetle başa çıkma düzeyi ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkiler [Yüksek Lisans Tezi]. Ankara: Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2021.
36. Görücü S. Yoğun bakımda hastası olan bireylerin ölüm anksiyetesi ve spiritüel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. İzmir. Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2019.
37. Gözen NG. Covid 19 sürecinde salgın hastalık kaygısı, dini başa çıkma, spiritüel iyi oluş ve huzurun incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. Ankara: Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2022.
38. Yılmaz E, Çöl M. Kanıta dayalı tıp. Journal of Clinical and Analytical Medicine. 2014;5(6):537-42.

39. Gray N, Savage B, Scher S, Kozłowska K. Psychologically informed physical therapy for children and adolescents with functional neurological symptoms: the wellness approach. *The Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences*, 2020;32(4):389-395.
40. Yıldız A, Tarakcı D, Hajebrahimi F, Mutluay F. Disabled children's functionality and maternal quality of life and psychological status. *Pediatrics International*. 2016;58(12):1291-1296.
41. Ozer AY, Karaca S, Senocak E, Oguz S, Polat MG. Does kinesiophobia limit physical activity and quality of life in asthmatic patients?. *International Journal of Rehabilitation Research*. 2022;45(3):230-236.
42. Gündede E, Şenocak E, Özer AY. Serebral Palsili Çocuđu Olan Ebeveynlerde Bakım Yükü, Psikolojik Durum ve Yaşam Kalitesi İlişkisi. *Ahi Evran Medical Journal* 2022;6(3):290-296.
43. Gur K, Erol S, Gunes FE, Cırcılı S, Calık KB, Ozer AY. ve diğ. Health behavior and health needs of first-year medical and health sciences students. *Marmara Medical Journal*. 2023;36(1):113-125.
44. O'Donoghue G, Cusack T, Doody C. Contemporary undergraduate physiotherapy education in terms of physical activity and exercise prescription: practice tutors' knowledge, attitudes and beliefs. *Physiotherapy*. 2012;98(2):167-173.