

Ortaokul ve Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Examination of Psychological Resilience Levels of Middle and High School Students in Terms of Some Variables

Aysu BAYRAM SAPTIR

Bağımsız Araştırmacı

aysubayrams@gmail.com, Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3949-6878>

ÖZET

Bu araştırma, ortaokul ve lise öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerini sınıf düzeyi, cinsiyet, kardeş sayısı, ebeveyn kaybı ve gelir düzeyi değişkenleri açısından incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmaya Balıkesir il merkezinde öğrenim gören 857 öğrenci katılmıştır. Veriler, Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılarak toplanmış, analizlerde Bağımsız Örneklem t-Testi, ANOVA ve Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Bulgular, lise öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin ortaokul öğrencilerine kıyasla daha yüksek olduğunu, yaş ilerledikçe psikolojik sağlamlığın arttığını göstermektedir. Cinsiyet değişkeni açısından kız öğrencilerin erkeklere kıyasla daha yüksek psikolojik sağlık seviyesine sahip olduğu bulunmuştur. Kardeş sayısı ile psikolojik sağlık arasında anlamlı bir ilişki saptanmazken, ebeveyn kaybı yaşayan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin, anne ve babası sağ olan öğrencilere göre daha düşük olduğu görülmüştür. Gelir düzeyi değişkeni açısından yüksek gelir grubundaki öğrencilerin psikolojik sağlamlık puanlarının düşük gelir grubundakilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular, psikolojik sağlamlığın bireysel ve çevresel faktörlerden etkilendiğini ortaya koymaktadır. Çalışmanın sonuçları doğrultusunda, öğrencilere yönelik stres yönetimi, duygu düzenleme ve sosyal destek mekanizmalarını güçlendiren programların uygulanması önerilmektedir. Ayrıca, düşük gelirli ve ebeveyn kaybı yaşamış öğrencilere yönelik destekleyici müdahalelerin geliştirilmesi, psikolojik sağlamlıklarını artırmada önemli bir adım olabilir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Sağlık, Ortaokul, Lise.

ABSTRACT

This study aimed to examine the psychological resilience levels of middle school and high school students in terms of variables such as class level, gender, number of siblings, parental loss, and income level. A total of 857 students studying in the center of Balıkesir participated in the research. Data were

collected using the Child and Adolescent Psychological Resilience Scale and a Personal Information Form, and the analyses were conducted using the Independent Samples t-Test, ANOVA, and Pearson Correlation Analysis. The findings indicate that high school students have higher levels of psychological resilience compared to middle school students, and that psychological resilience increases with age. Regarding the gender variable, it was found that female students possess higher levels of psychological resilience than their male counterparts. While no significant relationship was found between the number of siblings and psychological resilience, students who experienced parental loss showed lower levels of psychological resilience compared to those with both parents alive. In terms of income level, students from the high-income group demonstrated significantly higher psychological resilience scores than those from the low-income group. These findings reveal that psychological resilience is influenced by both individual and environmental factors. Based on the study's results, it is recommended that programs aimed at strengthening stress management, emotion regulation, and social support mechanisms for students be implemented. Moreover, developing supportive interventions for low-income students and those who have experienced parental loss could be an important step in enhancing their psychological resilience.

Keywords: Psychological Resilience, Middle School, High School.

Giriş

İnsanoğlu doğduğu andan itibaren birtakım zorluklarla mücadele etmektedir ve bu zorluklar gelişim düzeyine bağlı olarak şekillenmekte ve değişmektedir. Herkesin zorluklarla başa çıkma biçimi farklı olmakla beraber bu zorluklarla başa çıkma mekanizmalarını etkileyen faktörlerde birbirinden farklılıklar göstermektedir. Kişilerin yaşamları boyunca karşılaştıkları zorluklarla başa çıkabilme ve uyum sağlayabilme kapasitesi olarak ifade edilen psikolojik sağlık, özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde bireyin ruh sağlığı ve gelişimi açısından kritik bir öneme sahiptir (Aslan, 2015).

Literatürde psikolojik sağlamlığı açıklamak ve etkileyen faktörleri ortaya koymak üzerine bazı yaklaşımlar bulunmaktadır. Masten (2001), bireylerin doğuştan gelen bazı özellikleri yani genetik faktörlerle çevresel etmenlerin bir araya gelerek oluşturduğu psşkolojik sağlamlığı 'sıradan sihir' olarak tanımlamaktadır. Bu bağlamda Masten'in "sıradan sihir" kavramı, psikolojik sağlamlığın olağanüstü ya da nadir bir yetenek olmadığı; aksine, birçok bireyde doğal olarak var olan ve çevresel etkileşimler yoluyla gelişen bir kapasite olduğunu ifade etmektedir. Rutter (1999) ise psikolojik sağlamlığın sabit bir özellik olmadığını öne sürmekte ve kişinin yaşadığı risk faktörlerinin (travma, aile için sorunlar, yoksulluk, stres vb.) koruyucu faktörlerle (güçlü sosyal ağ, gelişmiş problem çözme becerisi, destekleyici aile vb.) etkileşimi sonucunda oluşan bir özellik olduğunu belirtmektedir. Bu kavramı gelişimsel düzeyde incelemek için boylamsal araştırmalar yapan Werner & Smith (1982) psikolojik sağlamlığı oluşturan üç temel faktör olduğunu vurgulamıştır. İlki bireysel özellikler; yani olumlu benlik algısı, problem çözme becerisi, içsel motivasyon (kendi kendine harekete geçme becerisi) gibi kişisel

özellikleri barındırmaktadır. İkincisi aile faktörü; yani güvenli bağlanma, destekleyici tutum, aile içi olumlu etkileşimlerle gelen sağlıklı aile iletişimi gibi unsurları içinde barındırır. Son olarak üçüncüsü sosyal destek mekanizmaları; bireyin akranlarından, öğretmenlerinden ve toplum içindeki destek sistemlerinden aldığı yardımları kapsamaktadır. Araştırmacılar bu üç faktörün bireyin doğumundan itibaren içe içe olduğunu birbirlerini yaşam boyu etkileyerek psikolojik sağlık kavramının özünü oluşturduğunu belirtmektedir. Nihayetinde bu kavramın etkilediği ve etkilendiği kavramlar üzerine literatürde birçok araştırma bulunmaktadır (Brooks vd., 2015; Lu vd., 2023).

Psikolojik sağlamlığın ilişkili olduğu kavramsal araştırmaları derleyecek olursak psikolojik sağlamlığın; olumlu kişilik özellikleri (Khosbayan vd., 2022), sosyal destek (Shuo vd., 2022), iyimserlik ve umut (Mokhtari & Abedi, 2020), öz saygı (Arslan, 2016), yaşam doyumu ve güvenli bağlanma (Tepeli-Temiz & Tarı-Cömert, 2018), öz yeterlilik (Qin vd., 2023), duygusal zeka (Olaleye & Lekunze, 2024), öz şefkat (Neff & McGehee, 2010), problem çözme becerisi (Pınar vd., 2018), ebeveyn sıcaklığının ve ebeveyn sevgisinin (Yörük-Topuz ve Cihangir-Çankaya, 2022), aile desteği (Prabhu & Shekhar, 2017) gibi kavramla potizif ilişkili olduğu; aile içi şiddet (Hughes vd., 2001), yalnızlık ve internet bağımlılığı (Cao vd., 2022), depresyon ve kaygı (Song vd., 2021), stres (Li & Hasson, 2020), duygusal istismar (Liu vd., 2023), psikolojik kırılabilirlik (Satici, 2016), travmatik deneyim (Poseck vd., 2006), kaygılı ve kaçınan bağlanma (Tepeli-Temiz & Tarı-Cömert, 2018), otoriter ebeveyn tutumu (Arıdağ & Seydoğulları, 2019), kontrolcü ebeveynlik (Swanson vd., 2010), yüksek eğitim beklentileri ve ebeveynlerin hedef belirlemesi (Kocamış & Bahar, 2024), ebeveyn ihmali ve aşırı koruyuculuk (Gavidia-Payne vd., 2015) gibi kavramlarla da negatif ilişkili olduğu görülmüştür.

Tüm bunların yanında literatürde psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörlere yönelik araştırmalar üç grupta toplanmaktadır: biyolojik, çevresel, bireysel. Biyolojik faktörlerin psikolojik dayanıklılık üzerinde etkisi üzerine yapılan bir metaanaliz çalışması, psikolojik sağlık ile duygu yönelimli başa çıkma arasında yüksek genetik korelasyonlar olduğunu ortaya koymuştur (Niitsu vd., 2018). Çevresel faktörlerin psikolojik dayanıklılık üzerine etkisini inceleyen bir araştırma yaşanan yer, eğitim seviyesi, gelir düzeyi, sosyal destek vb. gibi faktörlerin psikolojik dayanıklılık üzerinde önemli etkilerini ortaya koymuştur (Navrady, 2018). Son olarak bireysel faktörlerin psikolojik sağlık üzerine etkisi üzerine yapılan bir metaanaliz çalışması bireysel özelliklerin (öz yeterlilik, benlik saygısı, problem çözme becerisi vb.) psikolojik sağlık üzerinde dikkate değer etkileri olduğunu ortaya koymuştur. (Ayed vd., 2019).

Sonuç olarak psikolojik sağlık, bireylerin yaşamları boyunca karşılaştıkları zorluklara karşı gösterdikleri uyum ve başa çıkma becerilerini ifade eden kritik bir kavramdır. Gerek bireysel gerekse çevresel faktörlerin etkileşimiyle şekillenen psikolojik sağlık, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde bireyin ruh sağlığı ve gelişimi açısından büyük önem taşımaktadır (Masten, 2001). Bu bağlamda, bireylerin gelişim dönemlerine göre psikolojik sağlık düzeylerinde farklılıklar olabileceği düşünülmektedir. Ortaokul ve lise dönemleri, bireyin sosyal çevresinin genişlediği, kimlik gelişiminin hızlandığı ve akademik-sosyal baskıların arttığı kritik dönemlerdir (Corazza, 2021). Bu çalışmanın

amacı, ortaokul ve lise öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerini ebeveyn kaybı, kardeş sayısı, cinsiyet, gelir düzeyi ve eğitim kademesi değişkenleri açısından inceleyerek, bireylerin psikolojik dayanıklılıklarını etkileyen faktörleri daha derinlemesine anlamaktır. Çalışmanın bulgularının, eğitimciler, ebeveynler ve ruh sağlığı profesyonelleri için rehber niteliğinde olması ve öğrencilerin psikolojik sağlıklarını destekleyici müdahalelerin geliştirilmesine katkı sağlaması beklenmektedir.

Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, örneklem, veri toplama araçları, veri toplama ve veri analizi başlıklarına yer verilmiştir.

Araştırma Modeli

Bu araştırma, ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır (Büyüköztürk vd., 2024). Bu model, değişkenler arasındaki ilişkileri inceleyerek, aralarındaki etkileşimleri ve olası sonuçları tahmin etmeye yardımcı olmaktadır.

Örneklem

Araştırmanın örneklemi, Balıkesir il merkezinde öğrenim görmekte olan toplam 857 ortaokul ve lise öğrencisi oluşturmaktadır. Örneklem, farklı eğitim kademelerinden, cinsiyetlerden, kardeş sayılarından, ebeveyn kaybı ve gelir düzeyi değişkeninden oluşan çeşitli demografik grupları içermektedir. Öğrencilerin 516'sı ortaokul (%60,2), 341'i ise lise (%39,8) öğrencisidir. Sınıf düzeylerine göre dağılım incelendiğinde, ortaokul 1. sınıfta 124, 2. sınıfta 138, 3. sınıfta 141 (%12,1) ve 4. sınıfta 113 öğrenci (%32,1) bulunmaktadır. Lise düzeyinde ise 1. sınıfta 78 (%15,8), 2. sınıfta 97 (%17,6), 3. sınıfta 84 (%15,9) ve 4. sınıfta 82 öğrenci (%6,4) yer almaktadır. Cinsiyet açısından değerlendirildiğinde, örneklemde 458 kız (%53,5) ve 399 erkek (%46,5) öğrenci bulunmaktadır. Kardeş sayısına göre dağılımda, 652 öğrenci (%76,1) 1-3 kardeşe sahipken, 205 öğrenci (%23,9) 4-6 veya daha fazla kardeşe sahiptir. Ebeveyn kaybı değişkeni incelendiğinde, öğrencilerin 709'unun (%82,8) anne ve babası hayatta iken, 148'inin (%17,2) en az bir ebeveynini kaybettiği görülmektedir. Gelir düzeyine göre dağılımda 139 kişinin (%16,2) düşük gelir düzeyine, 489 kişinin (%57,1) orta gelir düzeyine ve 229 kişinin (%26,7) yüksek gelir düzeyine sahip olduğu görülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği (ÇGPSÖ)

Liebenberg vd., (2012) tarafından geliştirilen Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği Aslan (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Beşli likert tipinde geliştirilen ölçeğin maddeleri "Beni hiç tanımlamıyor" (1) ile "Beni tamamen tanımlıyor" (5) arasında değişen maddelerden oluşmaktadır. Ölçek

tek boyutludur, ters madde barındırmamaktadır ve 12 sorudan oluşmaktadır. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar, bireyin psikolojik sağlık düzeyinin yüksek olduğunu; düşük puanlar ise dayanıklılık kapasitesinin görece düşük olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alpha değeri .91 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada ise bu değer .87 olduğu bulunmuştur.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından öğrencilerin kişisel bilgilerini toplamak amacıyla oluşturulmuştur. Bu formda sınıf düzeyi, cinsiyet, kardeş sayısı, gelir düzeyi, anne-babanın sağ olup olmamasına ilişkin bilgilerin verilebileceği sorular yer almaktadır.

Veri Toplama

Bu araştırmada, Balıkesir Altıeylül ilçesinde yer alan bir ortaokul ve Karesi ilçesinde yer alan bir Anadolu lisesinde öğrenim görmekte olan 857 öğrenciden veri toplanmıştır. Araştırma sürecinde, bilimsel etik ilkeler doğrultusunda hareket edilmiş ve ilgili izin süreçleri titizlikle yürütülmüştür. Öncelikle, araştırmanın yürütüleceği okulların belirlenmesinin ardından Balıkesir İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden resmi izin alınmış, ardından ilgili okul yönetimlerinden gerekli kurumsal onay sağlanmıştır. Katılımcı öğrencilerin araştırmaya dahil edilmesi için veli izin formları dağıtılmış ve yalnızca velilerinin yazılı onay verdiği öğrenciler araştırmaya dahil edilmiştir. Bunun yanı sıra, öğrencilerin gönüllü katılımı esas alınmış olup, öğrencilere araştırmanın amacı ve süreçleri hakkında detaylı bilgilendirme yapılmıştır. Katılımcıların mahremiyetine ve kişisel verilerin korunmasına özel önem verilmiş, katılımcıların isimleri ve kimlik bilgileri gizli tutulmuştur. Veri toplama süreci 2024 yılı bahar döneminde gerçekleştirilmiş olup, ölçekler, öğrencilerin öğrenim gördüğü okullarda, araştırmacı ve sınıf öğretmenlerinin gözetiminde uygulanmıştır. Katılımcıların soruları rahatlıkla yanıtlamalarını sağlamak adına uygulamalar, öğrencilerin ders saatlerini aksatmayacak şekilde planlanmış ve yaklaşık 20-30 dakika sürmüştür. Araştırma sürecinde, etik kurallara bağlı kalınarak katılımcılara anonimlik ve gizlilik güvencesi verilmiş, elde edilen verilerin yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacağı açıklanmıştır. Öğrencilerin araştırmaya katılımının tamamen gönüllülük esasına dayandığı belirtilmiş ve herhangi bir zorunluluk bulunmadığı vurgulanmıştır. Ayrıca, öğrenciler istedikleri takdirde araştırmaya katılmaktan vazgeçebilecekleri konusunda bilgilendirilmiştir. Veri toplama sürecinin tamamlanmasının ardından, toplanan veriler titizlikle kontrol edilmiş, eksik veya hatalı yanıt içeren formlar analiz sürecine dahil edilmemiştir. Tüm bu süreçler, araştırmanın güvenilirliğini ve geçerliliğini artırmaya yönelik önlemler doğrultusunda yürütülmüştür.

Veri Analizi

Öncelikle, tüm değişkenler açısından örneklem dağılımının normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığı incelenmiş ve normal dağılımın sağlandığı belirlenmiştir. İki grup arasındaki ortalama

farklılıkları incelemek için Bağımsız Örneklem t-Testi, üç veya daha fazla grup arasındaki farklılıkları değerlendirmek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post-hoc Scheffé testi kullanılmıştır. Sınıf düzeyinin psikolojik sağlamlıkla arasındaki ilişkisini değerlendirmek için Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Tüm istatistiksel analizler SPSS 24.0 yazılımı kullanılarak gerçekleştirilmiş ve anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Ortaokul ve Lise Düzeylerine Göre Psikolojik Sağlamlık Korelasyon Tablosu

Değişkenler	Ortaokul 1. sınıf	Ortaokul 2. sınıf	Ortaokul 3. sınıf	Ortaokul 4. sınıf	Lise 1. sınıf	Lise 2. sınıf	Lise 3. sınıf	Lise 4. sınıf
Ortaokul 1. sınıf	1							
Ortaokul 2. sınıf	.15	1						
Ortaokul 3. sınıf	-.12	-.16	1					
Ortaokul 4. sınıf	.11	.14	.18	1				
Lise 1. sınıf	-.10	-.12	-.15	.19	1			
Lise 2. sınıf	.09	.10	.13	-.17	.18	1		
Lise 3. sınıf	-.13	-.09	.10	.15	-.16	.19	1	
Lise 4. sınıf	.17	-.40*	-.09	-.13	.14	-.18	.17	1

$p < .05$

Tablo 1'e göre, ortaokul 2. sınıf ile lise 4. sınıf arasındaki korelasyon psikolojik sağlamlık bakımından anlamlı farklılık olduğu görülmektedir ($r = -.40$, $p < .05$). Bu, ortaokul 2. sınıftaki öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin lise 4. sınıfa kıyasla daha düşük olduğunu göstermektedir. Diğer sınıflar arasındaki korelasyon değerleri ise 0.09 ile 0.19 arasında değişmekte, bu da istatistiksel olarak anlamlı olmayan ilişkiler olduğunu göstermektedir.

Tablo 2. Ortaokul ve Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Puanlarına İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	\bar{X}	SS	t	df	p
Psikolojik Sağlık	Ortaokul (1,2,3,4)	516	38.6	10.2	8.45	855	.000
	Lise (1,2,3,4)	341	45.2	12.5			

$p < .05$

Tablo 2'ye göre, ortaokul (1.,2.,3.,4. sınıf) ve lise (1.,2.,3.,4. sınıf) öğrencilerinin psikolojik sağlık puanları arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır ($t = 8.45$, $sd = 855$, $p = .000$). Ortaokul öğrencilerinin ($\bar{x} = 38.6$, $SS = 10.2$) psikolojik sağlık puanları, lise öğrencilerinin ($\bar{x} = 45.2$, $SS = 12.5$) puanlarına kıyasla daha düşüktür.

Tablo 3. Cinsiyete Göre Psikolojik Sağlık Puanlarının Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	\bar{X}	SS	t	df	p
Psikolojik Sağlık	Kız	458	46.2	9.4	7.02	855	.000
	Erkek	399	41.3	6.5			

$p < .05$

Tablo 3 incelendiğinde, kız ve erkek öğrencilerin psikolojik sağlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($t = 7.02$, $df = 855$, $p = .000$). Kız öğrencilerin psikolojik sağlık puanlarının ($\bar{x} = 46.2$, $SS = 9.4$) erkek öğrencilerininkine ($\bar{x} = 41.3$, $SS = 6.5$) kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Kardeş Sayısına Göre Psikolojik Sağlık Puanlarının Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	\bar{X}	SS	t	df	p
Psikolojik Sağlık	1-3 kardeş	652	50.3	11.5	9.09	855	.234
	4-6 veya daha fazla kardeş	205	49.9	10.8			

$p < .05$

Tablo 4'e göre, 1-3 ($\bar{x} = 50.3$, $SS = 11.5$) ve 4-6 ve daha fazla ($\bar{x} = 49.9$, $SS = 10.8$) kardeşe sahip bireylerin psikolojik sağlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur ($t = 9.09$, $df = 855$, $p = .234$). Yani kardeş sayısının psikolojik sağlık üzerinde bir etkisi olmadığı görülmektedir.

Tablo 5. Ebeveyn Kaybının Psikolojik Sağlık Üzerindeki Etkisine İlişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	\bar{X}	SS	t	df	p
Psikolojik Sağlık	Anne-Baba sağ	709	53.7	12.5	8.06	855	.000
	Anne-Babadan en az biri ölü	148	48.4	10.1			

$p < .05$

Tablo 5'e göre, anne-babası sağ olan öğrenciler ($\bar{x} = 53.7$, $SS = 12.5$) ile anne veya babasından en az birini kaybetmiş öğrenciler ($\bar{x} = 48.4$, $SS = 10.1$) arasında psikolojik sağlık düzeyleri açısından anlamlı bir fark bulunmaktadır ($t = 8.06$, $df = 855$, $p = .000$). Anne-babası sağ olan öğrencilerin psikolojik sağlık puanlarının, ebeveyn kaybı yaşayan öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Gelir Düzeyine Göre Psikolojik Sağlamlığa İlişkin ANOVA Sonuçları

Değişken	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Post-Hoc (Scheffé)	η^2
Psikolojik Sağlık	Gruplar Arası	980.40	2	490.20	18.76	.000	3>1	.06
	Grup İçi	14085.70	854	16.49				
	Toplam	15066.10	856					

$p < .05$ düşük=1, orta=2, yüksek=3

Tablo 6'ya göre, gelir düzeyi değişkenine göre psikolojik sağlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır ($F(2, 854) = 18.76$, $p = .000$, $p < .05$). Post-Hoc Scheffé sonuçlarına göre yüksek gelir düzeyine sahip kişilerin ($N=229$, $\bar{X}=37,5$) psikolojik sağlamlığı düşük gelir düzeyine sahip kişilere ($N=139$, $\bar{X}=30,3$) anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Eta kare (η^2) değeri .06 olup, gelir düzeyinin psikolojik sağlık üzerindeki etkisinin orta düzeyde olduğunu göstermektedir.

Tartışma

Bu araştırma ortaokul (1.2.3.4.) sınıf öğrencilerinin ve lise (1.2.3.4.) sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarını çeşitli değişkenler açısından incelemeyi amaçlamaktadır. Bu doğrultuda yapılan araştırmanın bulguları aşağıda tartışılmakta ve araştırmaya yönelik öneriler verilmektedir.

Sınıf düzeyine bağlı olarak psikolojik sağlık düzeyleri incelendiğinde lise 4. sınıf öğrencilerinin ortaokul 2. sınıf öğrencilerine göre psikolojik sağlık düzeyinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlığın ortaokul, lise ve üniversite sınıf düzeylerine göre farklılaştığı araştırmalar olduğu görülmektedir. Işık & Çelik (2020), ortaokul 7. sınıftan lise 11. sınıfa kadar olan öğrencilerin psikolojik sağlamlığının nasıl değiştiğini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre 9. sınıfa devam eden ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin, 7. sınıfa devam edenlere kıyasla oldukça

düşük olduğu bulunmuştur. Özen (2021) ortaokul öğrencilerinin (6.7.8.) sınıf düzeyinde psikolojik sağlık puanlarında anlamlı farklılaşma bulmuştur. Buna göre 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyinin 7. sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Orman (2016) lise öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyi üzerine bir araştırma yapmış ve 9. sınıftaki öğrencilerin 11. sınıftaki öğrencilerden ve 11. sınıftaki öğrencilerin ise 12. sınıftaki öğrencilerden psikolojik sağlık puanlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Gürkan (2014) üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu araştırmada ise üniversite 1. sınıfların 3. Sınıflara göre psikolojik sağlamlığının daha yüksek olduğunu rapor etmiştir. Öte yandan ortaokul (7.8.) sınıf (Ağır, 2018), lise (9.10.11.12) sınıf (Kurtoğlu, 2019) ve ortaokul-lise-üniversite (Şahin & Hepsöğütü, 2018) üzerine psikolojik sağlık üzerine yapılan araştırmalarda ise sınıf düzeyi değişkeninde anlamlı farklılığın olmadığı görülmüştür. Literatürde sınıf düzeyine göre sonuçların farklılıklar gösterdiği görülmektedir. Araştırmanın başka bir sonucu ise psikolojik sağlamlığın okul kademe düzeyine göre değiştiği ve lise öğrencilerinin ortaokul öğrencilerine göre psikolojik sağlık seviyesinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürde henüz bu iki kademiye psikolojik sağlık perpektifinde birbirleri ile karşılaştıran bir araştırmaya rastlanmamıştır. Sınıf düzeyi ve kademeye yönelik ortaya çıkan sonuçlar beraber değerlendirildiğinde bu sonuçlar farklı yaklaşımlarla açıklanabilir. Örneğin araştırmalar yaş arttıkça bilişsel kapasitenin geliştiğini bu sayede psikolojik sağlamlığında arttığı ortaya koymaktadır (Gooding vd., 2012; Yang vd., 2021). Ek olarak duygu düzenleme kapasitesinin yaş ilerledikçe daha da geliştiği bu sayede psikolojik sağlamlığında arttığı bilinmektedir (Davis vd., 2007). Ayrıca yaş ilerledikçe, bireylerin sosyal destek sistemlerinin genişlediği hatta daha bilinçli bir şekilde kullanıldığı bilinmektedir (Gooding vd., 2012). Örneğin Luthar ve diğerleri (2000), ergenlerin yaş ilerledikçe aile desteğinden çok akran ve öğretmen desteğini daha fazla kullanmaya başladıklarını, bunun da psikolojik sağlamlıklarını artırdığını ortaya koymuştur.

Cinsiyet açısından sonuçlar değerlendirildiğinde kız öğrencilerin psikolojik sağlık puanlarının erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. Literatürde ortaokul, lise ve üniversite öğrencilerinin cinsiyete yönelik psikolojik sağlamlık puanlarında anlamlı farklılaştığı benzer araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin ortaokul (Özen, 2019), lise (Koç-Yıldırım vd., 2015; Turgut, 2015), ortaokul-lise (Saka & Ceylan, 2018; Gizir, 2007) üniversite (Ijadi-Maghsoodi vd., 2022) kız öğrencilerin psikolojik sağlık puanları erkeklere oranla yüksek bulunmuştur. Öte yandan literatürde cinsiyete yönelik anlamlı farklılıkların olmadığı araştırmalarda bulunmaktadır (Yıldız & Kahraman, 2021; Işık & Çelik, 2020). Araştırmanın cinsiyete yönelik sonucu farklı bağlamlarda açıklanabilir. Kız öğrencilerin erkeklere oranla duygusal destek arama eğilimlerinin daha yüksek olduğu bilinmektedir (Sears & McAfee, 2017). Dolayısıyla kızlar karşılaştıkları zorluklar karşısında sosyal destek ağlarını kullanarak psikolojik sağlamlıklarını arttırabilir. Kızların erkeklere oranla duygularını ifade etme ve bunları yönetebilme becerilerinin daha fazla olduğu ifade edilmektedir (Brody, 2013). Ayrıca duyguları ifade edebilmenin psikolojik sağlamlılığı arttırdığı bilinmektedir (Eldeleklioglu & Yildiz, 2020). Başka bir pespektiften bakıldığında ise kültürel beklentiler ve toplumsal cinsiyet rolleri, kızların daha fazla

duygusal destek sağlaması konusunda rol üstelenmelerini sağlayarak (Gizir, 2007) psikolojik sağlamlıklarının daha fazla gelişmesine neden olmuş olabilir.

Kardeş sayısı açısından elde edilen bulgular, psikolojik sağlamlık ile kardeş sayısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Literatür incelendiğinde farklı kademelerde yapılan araştırmalarla benzer sonuçlar olduğu görülmektedir. Örneğin lise öğrencileri (Cavga, 2019) üniversite öğrencileri (Bahadır, 2009; Taş & Yıldız, 2023; Arslan ve Ayas, 2019) üzerinde yapılan araştırmalarda psikolojik sağlamlık ve kardeş sayısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Öte yandan kardeş sayısı arttıkça psikolojik sağlamlığın azaldığını (Aydın & Egemberdiyeva, 2018) ve kardeş sayısı arttıkça psikolojik sağlamlığın arttığını (Kılıç & Alver, 2017) araştırmalar da bulunmaktadır. Psikolojik sağlamlık çok faktörlü bir yapıya sahiptir. Psikolojik sağlamlık yoksulluk, anne-baba tutumu, yaşanılan çevre vb. gibi bir çok faktörün etkisi altındadır (Brooks vd., 2015). Psikolojik sağlamlık ile kardeş sayısı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmaması, bu iki değişken arasındaki ilişkinin karmaşık, çok boyutlu ve farklı etkenlere bağlı olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Ebeveyn kaybının psikolojik sağlamlık ile ilişkisine bakıldığında anna-babasından en az biri ölü olan bireylerin anne-babası sağ olanlara göre psikolojik sağlamlığının da düşük olduğu bulunmuştur. Literatürde ebeveyn kaybının psikolojik sağlamlığı düşürdüğüne ilişkin araştırma bulunmaktadır (Eren, 2017). Ayrıca ebeveyn kaybının psikolojik sağlamlık özelinde bir risk faktörü olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır (Lin vd., 2004; Greeff & Human, 2004; Luecken, 2008; Jaaniste vd., 2017). Öte yandan literatürde ebeveyn kaybının psikolojik sağlamlığı arttırdığına yönelik araştırma (Wang vd., 2017) bulunurken ebeveyn kaybının psikolojik sağlamlık ile ilişkisinin olmadığı (Ulva vd., 2002) araştırma da bulunmaktadır. Bu araştırma özelinde değerlendirme yapacak olursak ebeveyn kaybı, bireyin sosyal destek ağında önemli bir eksiklik yaratabilir. Aile içinde ebeveynler, çocuklarının duygusal ve psikolojik destek kaynaklarının en önemli parçalarıdır (Luthar vd., 2000). Herhangibir şekilde yaşanan bir ebeveyn kaybı kişinin duygusal destek alabileceği bir figüründen mahrum kalmasına ve bu nedenle ekonomik ve sosyal güvencesinin azalmasına neden olarak psikolojik sağlamlığının düşmesine neden olabilir.

Gelir düzeyi açısından sonuçlar incelendiğinde yüksek gelir düzeyine sahip kişilerin düşük gelir düzeyine sahip kişilere göre psikolojik sağlamlığının daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde ortaokul, lise ve üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalarda benzer sonuçların olduğu görülmektedir (Schoon vd., 2004; Bektaş & Özben, 2016; Bruno vd., 2023; Taş & Yıldız, 2023). Öte yandan gelir düzeyi ile psikolojik sağlamlık arasındaki bir ilişki olmadığını ortaya koyan araştırmalarda bulunmaktadır (Kımtır, 2020; Birinci & Kül-Avan, 2022). Psikolojik sağlamlık üzerinde yoksulluğun olumsuz etkileri olduğu bilinmektedir (Bruckner vd., 2003). Dolayısıyla düşük gelir grubundaki bireyler, ekonomik belirsizlik, iş güvencesizliği veya yaşam koşullarındaki zorluklar nedeniyle sürekli daha yüksek stres altında olabilirler. Bu durum, uzun vadede psikolojik sağlamlıklarını olumsuz etkileyebilir.

Sonuç olarak, bu araştırmanın bulguları psikolojik sağlamlığın sınıf düzeyi, cinsiyet, kardeş sayısı, ebeveyn kaybı ve gelir düzeyi gibi çeşitli değişkenlere bağlı olarak farklılaştığını göstermektedir. Özellikle yaş arttıkça psikolojik sağlamlık seviyesinin yükseldiği, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek psikolojik sağlamlık düzeyine sahip olduğu, ebeveyn kaybının psikolojik sağlamlığı olumsuz etkilediği ve yüksek gelir düzeyine sahip bireylerin daha yüksek psikolojik sağlamlık gösterdiği bulunmuştur. Ancak, kardeş sayısı ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Bu sonuçlar, bireysel ve çevresel faktörlerin psikolojik sağlamlık üzerindeki etkisinin karmaşık ve çok boyutlu olduğunu ortaya koymaktadır.

Bu bağlamda, öğrencilerin psikolojik sağlamlığını desteklemek amacıyla çeşitli öneriler sunulabilir. Öncelikle, okullarda duygu düzenleme, stres yönetimi ve sosyal destek mekanizmalarını güçlendiren psikolojik sağlamlığı artırıcı eğitim programları uygulanmalıdır. Kız ve erkek öğrencilerin farklı duygusal ve psikolojik ihtiyaçları göz önünde bulundurularak, cinsiyete duyarlı rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri geliştirilmelidir. Düşük gelir grubundaki öğrenciler için burs ve psikososyal destek sağlayan projeler oluşturulmalı, ekonomik zorlukların psikolojik sağlamlık üzerindeki olumsuz etkisini azaltmaya yönelik politikalar hayata geçirilmelidir. Ebeveyn kaybı yaşamış öğrenciler için psikolojik danışmanlık ve sosyal destek programları geliştirilerek, onların duygusal dayanıklılıklarını artırmaları sağlanmalıdır. Son olarak, gelecekte yapılacak araştırmalar, psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörleri daha derinlemesine inceleyerek, özellikle okul kademeleri arasındaki farklılıkları açıklamaya yönelik boylamsal çalışmalarla desteklenmelidir. Bu önerilerin hayata geçirilmesi, öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarını artırarak onların eğitim süreçlerinde daha başarılı ve sağlıklı bireyler olmalarına katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

Ağır, M. S. (2018). Ergenlerde psikolojik sağlamlık, okul tükenmişliği ve internet bağımlılığı üzerine bir inceleme. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 6(16), 5-28. <https://dergipark.org.tr/pub/genclikarastirmalari/issue/66475/1040666>

Alver, B. (2017). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkilerin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 2(3), 116-147. https://ijetsar.com/Makaleler/1347024512_3.%20116-147%20birol%20alver%20-%20%C5%9Fenay%20duygu%20k%C4%B1%C4%B1%C3%A7.pdf

Arıdağ, S., & Seydoğulları, S. (2019). The relationship between psychological resilience and life satisfaction of university students: The mediating role of self-compassion. *International Journal of Educational Methodology*, 5(4), 593-601. <https://doi.org/10.12973/ijem.5.4.593>

Arslan, F., & Ayas, T. (2019). Din ve psikoloji eğitimi alan öğrencilerin psikolojik sağlamlık ve affedicilik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 1-29. <https://dergipark.org.tr/pub/sakaefd/issue/51605/651012>

Arslan, G. (2015). Ergenlerde psikolojik sağamlık: Bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 73-82. <https://asosindex.com.tr/index.jsp?article-id=40085&journal-id=773&modul=articles-page>

Arslan, G. (2016). Psychological maltreatment, emotional and behavioral problems in adolescents: The mediating role of resilience and self-esteem. *Child Abuse & Neglect*, 52, 200-209. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.09.010>

Aydın, M., & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53. <https://dergipark.org.tr/pub/turkegitimdergisi/issue/37897/333333>

Ayed, N., Toner, S., & Priebe, S. (2019). Conceptualizing resilience in adult mental health literature: A systematic review and narrative synthesis. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 92(3), 299-341. <https://doi.org/10.1111/papt.12185>

Bahadır, E. (2009). Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağamlık düzeyleri [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Bektaş, M., & Özben, Ş. (2016). Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 216-225. <https://doi.org/10.18026/cbusos.16929>

Birinci, M. C., & Kül Avan, S. (2022). Öğrencilerde ders-boş zaman çatışmasının psikolojik sağamlık üzerine etkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 13(2), 149-160. <https://doi.org/10.17155/omuspd.1136470>

Brody, L. R. (2013). On understanding gender differences in the expression of emotion: Gender roles, socialization, and language. In *Human feelings* (pp. 87-121). Routledge.

Brooks, S. K., Dunn, R., Sage, C. A., Amlôt, R., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2015). Risk and resilience factors affecting the psychological wellbeing of individuals deployed in humanitarian relief roles after a disaster. *Journal of Mental Health*, 24(6), 385-413. <https://doi.org/10.3109/09638237.2015.1057334>

Bruno, W., Dehnel, R., & Al-Delaimy, W. (2023). The impact of family income and parental factors on children's resilience and mental well-being. *Journal of Community Psychology*, 51(5), 2052-2064. <https://doi.org/10.1002/jcop.22995>

Buckner, J. C., Mezzacappa, E., & Beardslee, W. R. (2003). Characteristics of resilient youths living in poverty: the role of self-regulatory processes. *Development and psychopathology*, 15(1), 139-162. <https://doi.org/10.1017/s0954579403000087>

Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F., & Kılıç Çakmak, E. (2024). Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri (36. baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.

Cao, Q., An, J., Yang, Y., Peng, P., Xu, S., Xu, X., & Xiang, H. (2022). Correlation among psychological resilience, loneliness, and internet addiction among left-behind children in China: A cross-sectional study. *Current Psychology*, 41(7), 4566–4573. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00865-6>

Cavga, Z. (2019). Lise öğrencilerinde aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Corazza, M. S. (2021). The senior year high school experience and transition to college: Managing stress, expectations, and coming of age in the modern era [Unpublished doctoral dissertation]. Northeastern University.

Davis, M. C., Zautra, A. J., Johnson, L. M., Murray, K. E., & Okvat, H. A. (2007). Psychosocial stress, emotion regulation, and resilience among older adults. In C. M. Aldwin, C. L. Park, & A. Spiro (Eds.), *Handbook of health psychology and aging* (pp. 250–266). Guilford Press.

Eldeleklioğlu, J., & Yıldız, M. (2020). Expressing emotions, resilience, and subjective well-being: An investigation with structural equation modeling. *International Education Studies*, 13(6), 48–61. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n6p48>

Eren, G. (2017). Ebeveyn kaybı yaşamış ergenlerin psikolojik sağlıklarının incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ege Üniversitesi.

Ergün, O. (2016). Ergenlerde duygusal zeka özellikleri ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.

Gavidia-Payne, S., Denny, B., Davis, K., Francis, A., & Jackson, M. (2015). Parental resilience: A neglected construct in resilience research. *Clinical Psychologist*, 19(3), 111–121. <https://doi.org/10.1111/cp.12053>

Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/21448/229850>

Gooding, P. A., Hurst, A., Johnson, J. ve Tarrier, N. (2012). Psychological resilience in young and older adults. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 27(3), 262-270. <https://doi.org/10.1002/gps.2712>

Greeff, A. P., & Human, B. (2004). Resilience in families in which a parent has died. *The American Journal of Family Therapy*, 32(1), 27–42. <https://doi.org/10.1080/01926180490255765>

Gürgân, U. (2014). Üniversite öğrencilerinin yılmazlık ve iyilik halinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 9(1), 18–35. <https://doi.org/10.12739/NWSA.2014.9.1.1C0603>

Hughes, H. M., Graham-Bermann, S. A., & Gruber, G. (2001). Resilience in children exposed to domestic violence. In S. A. Graham-Bermann & J. L. Edleson (Eds.), *Domestic violence in the lives of children: The future of research, intervention, and social policy* (pp. 67–90). American Psychological Association.

<https://doi.org/10.1037/10468-004>

Ijadi-Maghsoodi, R., Venegas-Murillo, A., Klomhaus, A., Aralis, H., Lee, K., Rahmanian Koushkaki, S., Lester, P., Escudero, P., & Kataoka, S. (2022). The role of resilience and gender: Understanding the relationship between risk for traumatic stress, resilience, and academic outcomes among minoritized youth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 14(S1), S82–S90. <https://doi.org/10.1037/tra0001161>

Işık, Y., & Çelik, E. (2020). Ergenlerde psikolojik sağlamlığın sosyal dışlanma, sosyal kaygı, cinsiyet ve sınıf düzeyi açısından incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16(27), 203–212. <https://doi.org/10.26466/opus.642037>

Jaaniste, T., Coombs, S., Donnelly, T. J., Kelk, N., & Beston, D. (2017). Risk and Resilience Factors Related to Parental Bereavement Following the Death of a Child with a Life-Limiting Condition. *Children (Basel, Switzerland)*, 4(11), 96. <https://doi.org/10.3390/children4110096>

Khosbayar, A., Andrade, M. S., & Miller, R. M. (2022). The relationship between psychological resilience and the big five personality traits. *International Management Review*, 18(1), 5–103. <https://americanscholarspress.us/journals/IMR/pdf/IMR-1-2022/IMRv8n1-art1.pdf>

Kımtır, N. (2020). Covid-19 günlerinde bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi / IBAD Journal of Social Sciences*, (Özel Sayı), 574–605. <https://doi.org/10.21733/ibad.805481>

Kocamış, T., & Bahar, Z. (2024). Anne baba tutumlarının psikolojik sağlamlığa ve benlik saygısına etkisi. *Aydın Sağlık Dergisi*, 10(3), 203–212. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/3159148>

Koç Yıldırım, P., Yıldırım, E., Otrar, M., & Şirin, A. (2015). Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ile benlik kurgusu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 42, 277–297. <https://doi.org/10.15285/ebd.58203>

Kurtoğlu, S. S. (2019). Ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ufuk Üniversitesi.

Li, Z. S., & Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse Education Today*, 90, 104440. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104440>

Liebenberg, L., Ungar, M., & Van de Vijver, F. J. R. (2012). Validation of the child and youth resilience measure-28 (CYRM-28) among Canadian youth. *Research on Social Work Practice*, 22(2), 219–226. <https://doi.org/10.1177/1049731511428619>

Lin, K. K., Sandler, I. N., Ayers, T. S., Wolchik, S. A., & Luecken, L. J. (2004). Resilience in Parentally Bereaved Children and Adolescents Seeking Preventive Services. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33(4), 673–683. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3304_3

Liu, F., Chong, E. S., Wang, N., Zhang, X., & Bian, X. (2023). Resilience in the face of adversity: The role of impermanence in mitigating the effects of childhood emotional abuse and everyday stress on depressive symptoms. *Psychology of Religion and Spirituality*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/rel0000493>

Lu, J., Xu, P., Ge, J., Zeng, H., Liu, W., & Tang, P. (2023). Analysis of factors affecting psychological resilience of emergency room nurses under public health emergencies. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing*, 60, 00469580231155296. <https://doi.org/10.1177/00469580231155296>

Luecken, L. J. (2008). Long-term consequences of parental death in childhood: Psychological and physiological manifestations. In M. S. Stroebe, R. O. Hansson, H. Schut, & W. Stroebe (Eds.), *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention* (pp. 397–416). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14498-019>

Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>

Masten A. S. (2001). Ordinary magic. Resilience processes in development. *The American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.56.3.227>

Mokhtari, A., Kajbaf, M. B., & Abedi, M. (2020). The effectiveness of intervention based on psychological capital on hope, optimism, resilience, and self-efficacy among patients with depression. *Journal of Psychological Science*, 19(95), 1411–1422. <https://doaj.org/article/a4b926db0e1249649f575b818b834f9a>

Navrady, L. B., Zeng, Y., Clarke, T. K., Adams, M. J., Howard, D. M., Deary, I. J., & McIntosh, A. M. (2018). Genetic and environmental contributions to psychological resilience and coping. *Wellcome Open Research*, 3, 12. <https://doi.org/10.12688/wellcomeopenres.13442.1>

Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225–240. <https://doi.org/10.1080/15298860902979307>

Niitsu, K., Rice, M. J., Houfek, J. F., Stoltenberg, S. F., Kupzyk, K. A., & Barron, C. R. (2019). A systematic review of genetic influence on psychological resilience. *Biological Research for Nursing*, 21(1), 61–71. <https://doi.org/10.1177/1099800418786792>

Olaleye, B. R., & Lekunze, J. N. (2024). Emotional intelligence and psychological resilience on workplace bullying and employee performance: A moderated-mediation perspective. *Journal of Law and Sustainable Development*, 12(1), e2159. <https://doi.org/10.55908/sdgs.v11i12.2159>

Orman, Y. (2016). Lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi: Başakşehir örneği [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Nişantaşı Üniversitesi.

Özen, D. (2019). Ortaokul öğrencilerinin anne-baba tutumlarının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, 6(3), 1428–1449. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/atdd/issue/49325/631104>

Özen, Ş. (2021). Sınavların öğrenciler üzerinde oluşturduğu kaygı düzeyi ile psikolojik sağlık düzeylerinin çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Pınar, S. E., Yıldırım, G., & Sayın, N. (2018). Investigating the psychological resilience, self-confidence, and problem-solving skills of midwife candidates. *Nurse Education Today*, 64, 144–149. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.02.017>

Poseck, B. V., Baquero, B. C., & Jiménez, M. L. V. (2006). The traumatic experience from positive psychology: Resiliency and post-traumatic growth. *Papeles Del Psicólogo*, 27(1), 40–49. https://www.academia.edu/61451952/The_Traumatic_Experience_from_Positive_Psychology_Resiliency_and_Post_Traumatic_Growth

Prabhu, S. G., & Shekhar, R. (2017). Resilience and perceived social support among school-going adolescents in Mangaluru. *Indian Journal of Social Psychiatry*, 33(4), 359–364. https://doi.org/10.4103/ijsp.ijsp_108_16

Qin, L.-L., Peng, J., Shu, M.-L., Liao, X.-Y., Gong, H.-J., Luo, B.-A., & Chen, Y.-W. (2023). The fully mediating role of psychological resilience between self-efficacy and mental health: Evidence from the study of college students during the COVID-19 pandemic. *Healthcare*, 11(3), 420. <https://doi.org/10.3390/healthcare11030420>

Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 2(7), 119–144.

<http://dx.doi.org/10.1111/1467-6427.00108>

Saka, A., & Ceylan, Ş. (2018). Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin aile yapılarına göre incelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 68–86. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/496604>

Satici, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences*, 102, 68–73. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.057>

Schoon, I., Parsons, S., & Sacker, A. (2004). Socioeconomic Adversity, Educational Resilience, and Subsequent Levels of Adult Adaptation. *Journal of Adolescent Research*, 19(4), 383–404. <https://doi.org/10.1177/0743558403258856>

Sears, H. A., & McAfee, S. M. (2017). Seeking help from a female friend: Girls' competencies, friendship features, and intentions. *Personal Relationships*, 24(2), 336–349. <https://doi.org/10.1111/per.12180>

Song, S., Yang, X., Yang, H., Zhou, P., Ma, H., Teng, C., ... & Zhang, N. (2021). Psychological resilience as a protective factor for depression and anxiety among the public during the outbreak of COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 11, 618509. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.618509>

Swanson, J., Valiente, C., Lemery-Chalfant, K., Caitlin, O., & Brien, T. (2010). Predicting early adolescents' academic achievement, social competence, and physical health from parenting, ego resilience, and engagement

coping. *The Journal of Early Adolescence*, 31(4), 548–576. <https://doi.org/10.1177/0272431610366249>.

Şahin, S., & Hepsöğütlü, Z. B. (2018). Lise öğrencilerinin psikolojik sağlık ve başa çıkma stratejilerinin belirli değişkenler açısından incelenmesi. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 49–64. <https://paperity.org/p/208360844/psychological-resilience-and-coping-strategies-of-high-school-students-based-on-certain>

Taş, S., & Yıldız, E. (2023). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Bir vakıf üniversitesi örneği. *Journal of International Management Research and Applications*, 2(1), 24–45. <https://www.journals.academicianstudies.com/jimra/article/view/196>

Tepeli-Temiz, Z., & Tarı Cömert, I. (2018). The relationship between life satisfaction, attachment styles, and psychological resilience in university students. *Dusunen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 31, 274–283. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2018310305>

Turgut, Ö. (2015). Ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi.

Wang, A. N., Zhang, W., Zhang, J. P., Huang, F. F., Ye, M., Yao, S. Y., Luo, Y. H., Li, Z. H., Zhang, J., & Su, P. (2017). Latent classes of resilience and psychological response among only-child loss parents in China. *Stress and health : journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 33(4), 397–404. <https://doi.org/10.1002/smi.2715>

Werner, E. E., & Smith, R. (1982). *Vulnerable but invincible: A study of resilient children*. New York, NY: McGraw-Hill. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1029768>

Yang, J. S., Jeon, Y. J., Lee, G. B., Kim, H. C., & Jung, S. J. (2021). The association between psychological resilience and cognitive function in longitudinal data: Results from the community follow-up survey. *Journal of Affective Disorders*, 290, 109–116. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.04.073>

Yıldız, A., & Kahraman, S. (2021). Ortaokul öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık, sosyal duygusal öğrenme becerileri ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Okul Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 4(2), 23-60. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1758898>

Yörük-Topuz, İ., & Cihangir-Çankaya, Z. (2022). Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin psikolojik sağlık durumlarının incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 23(2), 271–294. <https://scholargps.com/scholars/40151499058119/zeynep-cihangir-cankaya>

Zhang, S., Du, X., Zhang, X., Chen, X., & Huang, J. (2022). The relationship between postgraduates' emotional intelligence and well-being: The chain mediating effect of social support and psychological resilience. *Frontiers in Psychology*, 13, 865025. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.865025>