



**SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN TEMEL KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ
İLE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Bahar Güler

DOKTORA TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

MART, 2021

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren 12 (on iki) ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı :Bahar

Soyadı : Güler

Bölümü : Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

İmza :

Teslim tarihi :

TEZİN

Türkçe Adı: Spor Lisesi Öğrencilerinin Temel Kişilik Özellikleri İle Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.

İngilizce Adı: Investigation of the Relationship Between Basic Personality Traits and Psychological Resilience Levels of Sports High School Students.

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı : Bahar Güler

İmza :

JÜRİ ONAY SAYFASI

Bahar Güler tarafından hazırlanan “Spor Lisesi Öğrencilerinin Temel Kişilik Özellikleri İle Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı’nda Doktora tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: (Prof. Dr. Mehmet GÜNAY)

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği A.B.D., Gazi Üniversitesi)

Başkan: Prof. Dr. Erdal ZORBA

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği A.B.D., Gazi Üniversitesi)

Üye: Doç. Dr. Emre BAĞCI

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği A.B.D., Gazi Üniversitesi)

Üye: Prof. Dr. Metin YAMAN

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği A.B.D., Gazi Üniversitesi)

Üye: Doç. Dr. Sürhat MÜNİROĞLU

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği A.B.D., Gazi Üniversitesi)

Tez Savunma Tarihi: / /2021

Bu tezin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı’nda Doktora tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Yücel Gelişli

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın yürütülmesi sırasında desteğini esirgemeyen çok değerli danışmanım Prof. Dr. Mehmet GÜNAY'a, tez sürecime fikir ve görüşleri ile ışık tutan kıymetli hocalarım Prof. Dr. Erdal ZORBA'ya, Prof Dr. Metin YAMAN'a ve Doç.Dr. Recep Sürhat MÜNİROĞLU'na, her zaman her daim omuz omuza yürüdüğüm can dostum Mücahit DURSUN'a, yoğun çalışmalarım sırasında sabır ve desteğini esirgemeyen eşim A. Hamid GÜLER'e, sürekli çalışmama izin verdikleri için kızım Çağla GÜLER'e ve oğlum Teoman GÜLER'e ve çalışmam sırasında yardımlarını esirgemeyen sevgili arkadaşlarıma teşekkür ederim.

SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN TEMEL KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Doktora Tezi

Bahar Güler

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Mart, 2021

ÖZ

Bu araştırmada spor lisesi öğrencilerinin temel kişilik özellikleri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu araştırmanın örneklemi kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Araştırmaya 2019-2020 eğitim-öğretim yılında Mardin, Kars, Kırıkkale, İzmir, Bolu, Antalya ve Amasya illerinde spor liselerinde öğrenim gören 204'ü kız öğrenci ve 465'i ise erkek öğrenci olmak üzere toplam 669 öğrenciden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu”, “Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Ölçeği” ve “Temel Kişilik Özelliği Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmanın amacına uygun olarak toplanan verilerin analizinde, SPSS-22 paket programı aracılığıyla frekans, yüzde dağılım, aritmetik ortalama, mod, medyan gibi betimsel istatistikler; iki ölçek arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon testi; T-test, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Araştırma bulgularında cinsiyet değişkeni ile temel kişilik özellikleri ile arasında anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiş, yaş, aile aylık gelir durumu, aile durumu değişkenleri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri ve temel kişilik özellikleri arasında anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca psikolojik sağlamlık düzeyleri ile temel kişilik özellikleri arasında pozitif yönlü ilişki tespit edilmiş ve temel kişilik özelliklerinin bağımsız, psikolojik sağlamlık düzeylerinin bağımlı değişken olarak alındığı regresyon modeli kurulmuştur. Model testi sonuçlarına göre kurulan regresyon

modeli anlamlı bulunmuştur. Temel kişilik özellikleri ölçeğinin duygusal dengesizlik ve negatif değer alt boyutlarının psikolojik sağlamlık düzeyini negatif yönlü etkilediği görülürken, sorumluluk, nezaket ve deneyime açıklık alt boyutlarının psikolojik sağlamlık düzeyini pozitif olarak etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.



Anahtar Kelimeler : Spor, Spor Lisesi, Psikolojik Sağlamlık, Temel Kişilik Özellikleri.
Sayfa : 89
Danışman : Prof. Dr. Mehmet Günay

**INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE BASIC
PERSONAL FEATURES OF SPORTS HIGH SCHOOL STUDENTS
AND THE PSYCHOLOGICAL STABILITY LEVEL**

Doctoral Thesis

Bahar Güler

GAZİ UNIVERSITY

INSTITUTE OF EDUCATIONAL SCIENCES

March, 2021

ABSTRACT

In this study, it was aimed to examine the relationship between the basic personality traits of sports high school students and their psychological resilience. Relational scanning model was used in the research. The sample of this study was determined by the convenience sampling method. The study consists of a total of 669 students, 204 of whom are female students and 465 of whom are male students, studying in sports high schools in the provinces of Mardin, Kars, Kırkkale, İzmir, Bolu, Antalya and Amasya in the 2019-2020 academic year. "Personal Information Form", "Psychological Resilience Levels Scale" and "Basic Personality Trait Scale" were used as data collection tools. Descriptive statistics such as frequency, percentage distribution, arithmetic mean, mode, median are used in the analysis of data collected in accordance with the purpose of the study; Pearson Correlation test to examine the relationship between the two scales; T-test, one-way analysis of variance (ANOVA) and Multiple Regression Analysis were used. In the findings of the study, a significant difference was found between the gender variable and the basic personality traits, and a significant difference was found between the variables of age, family monthly income, family status, psychological resilience and basic personality traits. In addition, a positive relationship was found between psychological resilience levels and basic personality traits, and a regression model was established in which basic personality traits were taken as independent variables and psychological resilience levels

as dependent variables. The regression model established according to the model test results was found to be significant. While the emotional imbalance and negative value sub-dimensions of the basic personality traits scale negatively affected the psychological resilience level, it was concluded that the responsibility, kindness and openness to experience sub-dimensions positively affected the psychological resilience level.



Keywords : Sports, Sports High School, Psychological Resilience, Basic Personality Traits.

Page Number : 89

Supervisor : Prof. Dr. Mehmet Günay

İÇİNDEKİLER

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
JÜRİ ONAY SAYFASI.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZ.....	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar LİSTESİ	xii
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Alt Problemler.....	2
1.2. Araştırmanın Önemi.....	3
1.3. Sayıtlar.....	3
1.4. Sınırlılıklar.....	3
1.5. Tanımlar	4
BÖLÜM II.....	5
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	5
2.1. Psikolojik Sağlamlık	5
2.1.1. Psikolojik Sağlamlığın Tanımı.....	7
2.1.2. Psikolojik Sağlamlığın Tarihçesi	9
2.2. Psikolojik Sağlamlığı Yüksek Bireylerin Özellikleri	12
2.2.1. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler	12
2.2.2. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Risk ve Koruyucu Faktörler	13
2.2.2.1. Bireysel Risk ve Koruyucu Faktörler	13
2.2.2.2. Ailesel Risk ve Koruyucu Faktörleri	14

2.2.2.3. Çevresel Risk ve Koruyucu Faktörler	14
2.2.3. Yetişkinlik Dönemindeki Psikolojik Sağlamlılık.....	15
2.2.4. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yapılmış Araştırmalar	16
2.3. Kişilik	20
2.3.1. Kişilik Kavramı.....	20
2.3.2. Kişiliği Oluşturan Faktörler	21
2.3.3. Biyolojik ve Genetik (Kalıtsal) Faktörler.....	21
2.3.4. Ailesel Faktörler.....	21
2.3.5. Sosyal ve Kültürel Faktörler	22
2.3.6. Coğrafi ve Fiziki Faktörler	22
2.4. Kişilik Teorileri	23
2.4.1. Psikodinamik Kuramlar (Psikanalizci-Psikoanalitik).....	23
2.4.1.1. Sigmund Freud'un Kişilik Teorisi.....	24
2.4.1.2. Eric Berne'nin Kişilik Teorisi.....	24
2.4.1.3. Alfred Adler'in Kişilik Teorisi	25
2.4.1.4. Gustav Jung'un Kişilik Teorisi.....	26
2.4.1.5. Karen Horney'in Kişilik Teorisi	26
2.4.1.6. İnsancıl Yaklaşım.....	27
2.4.1.7. Biyolojik Yaklaşım	28
2.4.1.8. Ayırıcı Özellikler Yaklaşımı	29
2.4.1.9. Bilişsel Yaklaşım	32
2.4.1.10. Davranışsal/Sosyal Öğrenme Yaklaşımı	32
BÖLÜM III	34
YÖNTEM.....	34
3.1. Araştırmanın Modeli	34
3.2. Çalışma Grubu	35
3.3. Veri Toplama Araçları	37
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu (Ek.1).....	37
3.3.2. Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (Ek.2).....	37
3.3.3. Temel Kişilik Özellikleri Ölçeği (Ek.3)	38
3.4. Verilerin Analizi.....	39
BÖLÜM IV.....	41
BULGULAR.....	41

BÖLÜM V	48
TARTIŞMA VE SONUÇ	48
5.1. Öneriler.....	52
KAYNAKLAR.....	54
EKLER	71
Ek1. Kişisel Bilgi Formu.....	72
Ek 2. Psikolojik Sağlamlık Ölçeği.....	73
EK 3. Türk kültüründe geliştirilmiş temel kişilik özellikleri ölçeği	74



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	35
Tablo 2. Kullanılan Ölçeklerin ve Alt Faktörlerine İlişkin Cronbach Alpha Güvenirlik Analizi Sonuçları.....	38
Tablo 3. Öğrencilerin Ölçme Araçlarından Aldıkları Puanların Normalliğine İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	39
Tablo 4. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Temel Kişilik Özellikleri Ölçekleri ile Alt Boyutlarının Dağılımları.....	42
Tablo 5. Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Temel Kişilik Özellikleri ile Alt Boyutlarının Dağılımları	43
Tablo 6. Öğrenci Ailelerinin Aylık Gelir Durumuna Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Temel Kişilik Özellikleri Ölçekleri ile Alt Boyutlarının Dağılımları	44
Tablo 7. Öğrenci Aile Durumuna Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Temel Kişilik Özellikleri Ölçekleri ile Alt Boyutlarının Dağılımları	45
Tablo 8. Öğrencilerin Psikolojik Sağlamlık ve Temel Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki	46
Tablo 9. Öğrencilerin Temel Kişilik Özelliklerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerine Etkisi	47

BÖLÜM I

GİRİŞ

İngilizce bir kavram olan “resilience” psikolojik sağlamlık kelimesinin Türkçesi olarak geçmektedir. Living English Dictionary’nde (2013) resilience kelimesi sıfırlama, esneklik, çabuk iyileşme kabiliyeti şeklinde Türkçeye çevrilmiştir. Redhouse’da (2008) ise “resilience” kelimesi direnç, dirençlilik, zorlukları yenme gücü, çabuk iyileşme gücü ve esneklik olarak Türkçeye çevrilmiştir. Psikolojik sağlamlık kavramı ilk defa “İllions Bell Telephone” isimli şirkette 1975-1986 yılları arasında şirket yöneticileri üzerinde yapılan bir çalışmada psikolog “Suzanne Kobasa” tarafından kullanılmıştır. Bu çalışmada yöneticilere her yıl belirli psikolojik testler uygulanıp, çalışmanın sonunda bu kişilerin yaşanan problemler ve stresli yaşam koşulları karşısında başa çıkma becerisi gösterebilmiş ortak kişilik özelliklerine sahip oldukları ifade edilmiştir (Durak, 2002).

Psikolojik sağlamlık kavramının dünya üzerinde çalışılması son elli yılda olmuştur ve ilk zamanlar hem içerik hem de sayı bakımından çok fazla bilimsel çalışma ortaya konmamıştır (Ergün, 2016). Bu durum, Michael Rutter’in (1987) psikolojik sağlamlık konusu üzerine yaptığı çalışmalardan sonra değişmiş ve dünya üzerinde çeşitli araştırmacılar tarafından araştırılmaya başlanmıştır. Evrensel olarak kabul gören “psikolojik sağlamlık” artan ilgiye rağmen kuramsal bir temeli bulunmamaktadır (Kararımak, 2016). Psikolojik sağlamlık kavramıyla ilgili yapılan çalışmalarda, yapılandırılmış ve ampirik çalışmalara yol gösterebilecek kuramsal temellerin eksik olması göze çarpan en önemli problem olarak karşımıza çıkmaktadır (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000).

Kişilik, insanların doğuştan edindikleri donanımları ile yaşamları boyunca edinmiş oldukları donanımları kapsayan bir özelliktir. Diğer bir deyişle kişilik; sosyal, kalıtsal, bilinç ya da bilinçdışı faktörlerin aracılığı ile sürekli gelişen dinamik bir yapı olarak ifade

edilebilir (Akyıldız, 2006, s. 3). Bireyin kişisel çevresi ve davranış örüntülerini temsil eden kişilik, insanların çevresiyle kurmuş olduğu bir ilişki biçimidir (Barakat ve Othman, 2015, s. 156)

Çevrenin ve kalıtsal özelliklerinin ortak bir ürünü olarak kabul edilen (Şentepe ve Güven, 2015, s. 28) kişilik; insanları diğer insanlardan ayırt eden ve kendine özgün davranışlar bütünü olarak (Keskin ve Yapıcı, 2008, s. 21) insanların bilinç ve bilinç dışı hafızalarını içermekte ve çevre koşullarının etkisi altında şekillenmektedir (Akyıldız, 2006: 3). Bu bilgiler ışığında çalışmanın problem cümlesi, spor lisesi öğrencilerinin temel kişilik özelliklerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine etkisi var mıdır? Şeklinde oluşturulmuştur.

1.1. Alt Problemler

Araştırmanın problem cümlesi çerçevesinde aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır.

1. Spor lisesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puanları cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
2. Spor lisesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puanları ile yaş değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
3. Spor lisesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puanları ile aile gelir durumlarına göre farklılık göstermekte midir?
4. Spor lisesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puanları ile aile yapısına göre farklılık göstermekte midir?
5. Spor lisesi öğrencilerinin kişilik puanları cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
6. Spor lisesi öğrencilerinin kişilik puanları yaş değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
7. Spor lisesi öğrencilerinin kişilik puanları aile gelir durumuna göre farklılık göstermekte midir?
8. Spor lisesi öğrencilerinin kişilik puanları aile yapısına göre farklılık göstermekte midir?
9. Spor lisesi öğrencilerin kişilik özelliklerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine bir etkisi var mıdır?

1.2. Araştırmanın Önemi

Modern psikoloji bilimi git gide çalışmalarını bireylerin olumlu yönlerini araştırmaya yöneltmiştir. Bu olumlu yönler arasında gösterilen konular arasında olan kişilik ve psikolojik sağlıkla pozitif psikoloji içerisinde kendilerine yer bulmaktadırlar. Sporun sosyalleştirici ve birleştirici yönü düşünüldüğünde ve bireyin psikolojisine olumlu etkiler sağladığı göz önüne alındığında bu değişkenlerin spor bilimleri üzerinde araştırılması kaçınılmaz bir hal almıştır. Multidisipliner olan spor bilimleri üzerinde yapılan araştırmalar dikkate alındığında spor lisesi öğrencilerinde bu iki değişkenin bir arada ilişki özelliğinin araştırıldığı araştırmaya yerli literatürde rastlanmamıştır.

Bu nedenle pozitif psikolojinin önemli konuları arasında yer alan kişilik ve psikolojik sağlıkla konulu bu araştırmanın yapılmasının spor bilimleri ve psikoloji ile uğraşan bilim dalları açısından önemli olduğu, literatüre katkı sağlayacağı ve bundan sonraki araştırmalara kaynak sağlayacağı düşünülmektedir.

1.3. Sayıtlar

Bu araştırmanın sayıtları aşağıdaki gibidir,

- Psikolojik sağlıkla ve kişilik özellikleri ölçeğinin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.
- Spor lisesi öğrencilerinin psikolojik sağlıkla ve kişilik özellikleri ölçeğine içtenlikle ve doğru olarak cevap verdikleri varsayılmıştır.
- Araştırma kapsamında seçilen örneklem grubunun evreni yeterli düzeyde temsil ettiği varsayılmıştır.

1.4. Sınırlılıklar

Bu araştırma,

1. 2019-2020 akademik yılıyla sınırlıdır.
2. 7 bölgeden 7 farklı spor lisesinin 9, 10, 11 ve 12. sınıflar ile sınırlı tutulmuştur.
3. Araştırmadaki veriler ise 7 farklı spor lisesi öğrencilerine uygulanacak olan psikolojik sağlıkla ve Türk kültüründe geliştirilmiş olan temel kişilik özellikleri ölçeklerinin ölçümleri ile sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Spor: Hergüner (2015) sporu; “çeşitli amaçlarla, farklı alanlar kullanılarak, ferdi veya takım halinde, araçlı veya araçsız yapılan, planlı çalışmayı ve kurallara uymayı gerektiren, ağırlık, metre, zaman ölçü birimleri ve sayı ile değerlendirilen, mental ve fiziki rekabete dayalı, performans arttırıcı, sosyalleştirici ve eğitici psiko-motor faaliyetlerdir” şeklinde tanımlamaktadır.

Kişilik: Bireyin içindeki tutarlı davranış kalıpları ve kişilerarası süreçler olarak tanımlanabilir (Burger, 2010, s. 4).

Psikolojik Sağlamlık: “psikolojik sağlamlık, kişinin olumsuz koşulların üstesinden başarıyla gelebilme ve yeni duruma uyum sağlayabilme yeteneği” olarak ifade edilmiştir (Doğan, 2015, s. 94).

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Psikolojik Sağlamlık

Sosyal bilimler alanıyla ilgilenen bilim insanları, durumsal ve bireysel özellikleri farklı örneklerle beraber ele alınarak; iyi olmanın yapısını daha iyi kavramak adına emek sarf etmişlerdir. Bireyin iyi olma durumunu ifade eden pek çok kelime ve kavramın mevcut olduğu bilinmektedir. Sağlık kavramının tanımının ilgi çekilen iyilik durumunun iyi oluş, olumlu-olumsuz duygulanım, yaşam kalitesi, yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş gibi anlamları birbirleriyle tamamen aynı olmamakla beraber ciddi düzeyde bağlantılı olan terimleri de kapsamaktadır. Zira bu terimlerin her biri kişinin pozitif fonksiyonelliği ve iyi oluşunu sağlayan şartlarla bağlantılıdır (Özen, 2010, s. 48).

Ruh sağlığının korunmasında psikolojik dayanıklılık dikkat çeken bir terim olarak değerlendirilmektedir (Kılıç vd., 2018, s. 2). Dolayısıyla psikolojik sağlamlık, özellikle önleme ve teşhis kavramları birlikte gün geçtikçe eğitim alanında önemini artırmaktadır. Kişinin sağlıklı olarak varlığını sürdürebilmesi, yaşamı süresince çeşitli gelişim süreçlerinde gelişimsel rolünü sağlıklı biçimde gerçekleştirebilmesi ve sosyal rollerine uygun davranış sergileyebilmesi, pozitif ve sağlıklı bir benlik ve kişilik gelişimi ile açıklanabilir. Kişi, hayatı boyunca devam eden var olan düzenini bozan ve hayatını olumsuz şekilde etkileyen bir dolu olaylarla karşılaşmaktadır.

Kişinin baş etmek zorunda olduğu bu şekilde var olan durumlarla ilgili olarak ortaya koyduğu bir takım fonksiyonel ve fonksiyonel olmayan davranış durumları mevcuttur. Bu durumları kullanabilme ve hayatın ortaya koyduğu zorluklara uyum sağlama, karşısına çıkan güçlüklerle baş edebilme gücü olarak ifade etmektedir (Bolat, 2013, s. 8).

Kişiler yaşam boyu stresli, sarsıcı ve örseleyici pek çok olumsuz durumla başa çıkabilmektedir. Bu olumsuz yaşamları deneyimleyen kişilerin, bu durumda verdikleri tepkileri ya da bu durumlarla karşılaşma taktikleri birbirinden farklıdır. Bazı bireyler yaşamakta olan stresli ve travmatik durumlarla karşılaştıklarında anksiyete ve depresyon gibi çeşitli zorluklar yaşayabilmekte ve olumsuz ruh hali oldukça fazla görülebilmektedir. Bazı bireyler ise, bu tür olumsuz yaşamların yarattığı ruh halinden kısa sürede kendini kurtarabilmekte ve normal yaşamlarına doğru ilerleyebilmektedirler (Doğan, 2015, s. 93). Bu kişiler genellikle psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek bireyler olarak nitelendirilmektedir. Psikolojik sağlamlık bazı bileşenlerden meydana gelmektedir. Bunlar; kişilerin sergiledikleri yeterlikle ve psikolojik işleyişleri ile değerlendirilen gelişim süreci ya da öyküsü, kişinin karşılaştığı güçlüklerin doğası, bireysel ve toplumsal değerler ve riskler, bireysel incinebilirlik nitelikleri ya da koruyucu etkenler, çevrenin yüklediği sorumluluklar ya da sağlığı koruyucu unsurlar ve uyum durumudur. Söz konusu bileşenler yönünde kişinin uyum sağlayıp sağlamadığı sağlıklı bir şekilde değerlendirilebilir (Bahadır, 2009, s. 7-8).

Psikolojik sağlamlık ile psikolojik uyum yakından ilişkili kavramlardır. Psikolojik uyumun iki ana unsuru vardır. Bunlar dışsal davranışlar ve zihinsel fonksiyonlardır. Psikolojik iyilik, içsel denge, ego gücü ve içsel sağlık kavramlarıyla açıklanmıştır. İçsel sıkıntılar ise psikolojik sorunlar kaygı ve bozulma terimleri ile açıklanmıştır. Dışsal, davranışsal olarak “iyi” psikolojik uyum, sosyal uyum ve yeterliliği anlatır. Öte yandan “zayıf” psikolojik uyum ise dışsal belirtileri, anti-sosyal tutumları ve toplumsal uyumsuzluklar anlamına gelmektedir (Bolat, 2013, s. 5).

Bu kapsamda psikolojik sağlamlıktan söz edilebilmesi için bireyin stresli bir yaşamsal olayla karşılaşması ve bu stresli şartların olumsuz etkileri ile sağlıklı şekilde baş ederek bio-psiko-sosyal alanlarda yeterlik sergilemesi öneme sahiptir. Kişinin yeterlik sergilemesi yalnızca içsel uyum evresini kapsamamakta beraberinde dışsal uyumu da gerekli kılmaktadır. Gerek içsel gerekse dışsal uyum sağlanmasında, buna bağlı olarak psikolojik sağlamlığın ortaya çıkmasında, kişinin mevcut bireysel nitelikleri kadar ailesel ve toplumsal özellikleri de öneme sahiptir. Bu nedenle kişinin psikolojik sağlamlık seviyesine etki eden unsurların farkında olunması, psikolojik sağlamlığın kavranması ve iyileştirmesi adına yapılan dikkat çeken bir durumdur (Bahadır, 2009, s. 8).

Psikolojik sağlamlık ilişkili yapılan araştırmalarda, psikolojik sağlamlık düzeyleri çok olan bireylerin, karşı karşıya kaldıkları hastalık, şiddet, yoksulluk ve pek çok stres yaratan

durumlarıyla, oldukça başarılı şekilde mücadele ettikleri bilinmektedir. Bu bireylerin, aynı süreç içerisinde problem çözebilme ve bireyler arasında etkileşim kurabilme becerileri gibi olumlu özellikleri içerdiklerinin üzerinde durulmaktadır. Benzer olumsuz durumlar yaşayıp da başarı sergileyememiş bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin geliştirilmesi üzerine odaklanarak, karşı karşıya geldikleri sorunlarla oldukça kolay başa çıkabilecekleri ya da bu stres yaratan durumlardan minimum zararla sıyrılacakları yapılan çalışmalar sonucunda ortaya çıkmıştır (Öz ve Bahadır-Yılmaz, 2009, s. 82).

2.1.1. Psikolojik Sağlamlığın Tanımı

Bugün içinde yer aldığımız dünya yalnızca olumlu durum ve olaylardan ibaret değildir. Birey; öncelikle ölüm olmak üzere işsizlik, göç, ayrılık, yoksulluk, hastalık, depresyon, savaş gibi çeşitli olumsuz durumlarla karşı karşıya kalmaktadır. İnsanların bu durumlara yüklediği anlam ve tepkiler veya kişiyi bu durumların olumsuz yansımalarından koruyan unsurlar da insanların yaşam sürecinin kapsamını belirlemektedir. Psikoloji alanı da bireylerin tutumlarını ve zihinsel işleme süreçlerini ele alan bilim dalı olarak bireylerin hayatlarındaki güçlükleri ve bunlarla nasıl baş edebileceğini ve daha sonra normal yaşamına nasıl adapte olabileceğini konu almaktadır (Sezgin, 2016, s. 1).

Bugün hızla ilerleyen teknoloji ve yaşam koşullarının geçmiş zamanlara kıyasla her geçen gün artması, bir yandan insanların yaşamını kolay hale getirirken öte yandan bireyin psikolojik sağlığı bakımından olumsuzluklara neden olabilmektedir. Son dönemlerde kişinin ruh sağlığını bozan unsurlarla beraber; psikolojik sağlığı korumakla görevli ve güçlendirici kavramlar üzerinde duran bilim insanları ile oldukça fazla yapı ve kavramlar ortaya çıkmaktadır. Psikolojik dayanıklılık terimi de bunlardan birisidir. Psikolojik dayanıklılık teriminin açıklanması üzerinde, alan yazında hala bir görüş birliği sağlanamamıştır. Çeşitli araştırmacılarla beraber savunulan çeşitli açıklamalarla karşılaşılmaktadır (Kararımak, 2006, s. 130).

Bugün sosyoloji, eğitim, psikoloji ve psikiyatri alanlarında; insanların stresten, travmadan ve olumsuz yaşam şartlarından kurtulabileceklerine ve bu güçlüklerin üstesinden geldikçe daha da güçleneceklerine dair fikirler “sağlamlık” (resilience) kavramı çevresinde toplanmaktadır (Özer, 2013:2).

Yukarıda yer alan tanımlardan da çıkarılabileceği üzere psikolojik sağlamlıkla alakalı ortak bir tanıma yer verilmemiştir (Açıkgöz, 2016, s. 12; Uysal, 2019, s. 11). Ancak

araştırmacılar tarafından ortaya atılan farklı tanımlarla karşılaşmaktadır (Bolat, 2013, s. 12). Bireylerin problemler karşısında kendine gelme ve hızlı bir şekilde normal yaşamlarına dönme güçleri, olumlu psikolojiye göre, psikolojik dayanıklılık kelimesi ile açıklanmaktadır (Doğan, 2015, s. 93).

Bir başka deyişle psikolojik sağlamlık kişinin kendi özelliklerini ortaya çıkardığı davranış halleri ve bu çerçevede tanımlamalarıdır. Psikolojik sağlamlık genellikle bireysel özellikler olarak açıklanmaktadır. Ama bireyin kendisi dışında var olan psikolojik sağlamlık durumları da mevcuttur. Bu durum kişilerin krizler karşısında mücadele etmesi durumunda destek olan dışsal bağlantılardır. Bazı kişiler hem psikolojik sağlamlık durumu hem de koruyucu hallerde olabilir (Bolat, 2013, s. 5). Bir başka tanıma göre de psikolojik sağlamlık, ortaya çıkacak risk durumlarına karşı koruyucu etkenlerin ve pozitif sonuçların, etkileşimiyle gelişen uyum sürecini belirtmektedir (Eraslan-Çapan ve Arıcıoğlu, 2014, s. 70).

Farklı bir çalışmada psikolojik sağlamlık “olumsuz deneyimler karşısında kişinin adapte olabilme ve gelişim evresini devam ettirebilme kapasitesi” olarak açıklanmaktadır (Arslan, 2015, s. 3). Bu kavram, başka kültürlerde yıllarca çalışmalara konusu olmuş olsa da Türkiye’de hemen hemen 2000’li yılların başından itibaren araştırılmaya başlayan daha yeni bir konu durumundadır (Azaklı, 2017, s. 52). Bu kavramın birtakım araştırmacılar bireyin kişilik özelliği olarak tanımlamakta, kimi araştırmacılar da kişilik özelliğinin dışında bir durum olarak tanımlamaktadırlar (Gündaş, 2013, s. 2). The Random House Sözlüğü’ne (1967) göre psikolojik dayanıklılık “esnetilme veya sıkıştırılmanın ardından orijinal biçimine ya da haline dönüşebilme yetisi” olarak açıklanmaktadır. Webster Yeni Yirminci Yüzyıl İngilizce Sözlüğü’ne (1958) göre ise psikolojik dayanıklılık “sıkıştırıldıktan sonra eski durumuna kavuşmak/ dönmek ve güç, enerji, cesaret kazanmak” şeklinde ifade edilmektedir. Amerikan Heritage Sözlüğü’nde (1973) bu kavram “değişkenlik, sağlık sorunları ve kötü hallerden kısa süreli kurtulma, iyileşme” şeklinde ifade edilmektedir (Gizir, 2007, s. 114). Özer (2013, s. 7) ise, bu kavram “kötü hal, sıkıntı bir durumu ile karşılaşıldığında, risk unsurları ve koruyucu unsurların etkileşimi neticesinde oluşan, kişinin yaşamındaki farklılığa uyum sağlaması” olarak açıklamıştır.

Bu kavramının tanımlanmasında fikir birliğinin sağlanmasını zorlaştıran bir başka sebep, psikolojik sağlamlıkla ilgili ampirik çalışmalarda kullanılan yaklaşımların farklılaşmasıdır. Söz gelimi bu çalışmalarda değerlendirilen olumsuz şartlar savaşa uğrama gibi yalnızca bir tek stres yaratan yaşam olayından, yaşam olayları kontrol listeleri tarafından ölçülen çoklu

yaşam olaylarına kadar değişebilmiştir. Aynı şekilde, bazı araştırmacılara göre psikolojik sağlamlık etiketinin elde edilebilmesi durumunda risk kapsamındaki çocukların farklı ortamlar da çoklu olan alanlarında başarılı olması gerekirken başka araştırmacılar ise belirli dalda üstünlüğün önemli olduğu konusunda karar kılıp diğer dallarda da orta düzeyde bir performansın bulunmasını yeterli görmüştür. Psikolojik sağlamlık konusunda araştırma yapanlar ayrıca risk durumlarıyla takip edilen yeterlik arasındaki ilişkiyi de çeşitli şekillerde kavramsallaştırmıştır (Bolat, 2013, s. 19).

Psikolojik sağlamlık konusunda yapılan açıklamalar dikkate alındığında ifadelerin bazı benzer özellikleri şu şekilde sıralanmıştır; bu kavram geliştirilebilir nitelikleri kapsamaktadır. Bireyde dünyaya gelişle birlikte mevcut olan ve sadece bazı kişilere has bir nitelik değildir. Yine bu kavram dinamik bir gelişim süreci içindedir. Travma, zorlu hayat şartları veya açık bir risk durumunda başarılı bir başa çıkma, sağlıklı uyum gösterme veya yeterli düzeyde gelişme süreçlerini kapsamaktadır. Psikolojik sağlamlık durumunun gelişebilir olması için bireyin bir şekilde risk veya zorlukla karşılaşması ve bu durumun karşısında, karşılaştığı bu duruma uyumlu olarak kendisinde var olan olumsuz durumların karşısında hayatının farklı alanlarında başarılı olması gerekmektedir.

Psikolojik sağlamlığın oluşmasında koruyucu faktörlerin önemi oldukça fazladır. Psikolojik sağlamlık kavramı ilk olarak hastalık kaynaklı olarak ele alınmış bugün ise hasta olmayan bireylerle yapılan çalışmalarla geliştirilebileceği ortaya çıkarılmıştır. Psikolojik sağlamlık güçlüklerle başa çıkabilme ve yeni şartlar adapte olmayı kapsamaktadır. Yılmaz kişilerin içten kontrol odaklı, problem çözme yetilerine sahip, iyi bireylerarası etkileşim kurabilen, öz saygısı yüksek, güvenilir, güçlükle karşılaşması durumunda yılmayan, içsel yüklemeler yaparak kendini geliştiren, olumlu benlik tasarımına sahip, pes etmeyen, mücadeleci, empati kurabilen bir yapısı olduğu üzerinde durulmaktadır (Bolat, 2013, s. 17).

2.1.2. Psikolojik Sağlamlığın Tarihçesi

İnsan hayatındaki olumsuz deneyimlerin etkisinin azaltılması konusunda gerçekleştirilen araştırmalar, her zaman yoğun ilgi görmüştür. Bireyler; sevdikleri birinin kaybı, iş kaybı, önemli hastalık ve diğer travmatik deneyimler gibi yaşamlarının ilerleyişini değiştiren zor olaylarla nasıl başa çıkmaktadır? Zorlayıcı ve riskli hayat şartlarında büyüyen çocuk ve ergen kişilerin; gelişim düzeylerini ve bu süreçte ilerleyişlerine engel olan bütün olumsuz koşullara karşın, daha farklı nasıl yeterli ve başarılı olabildikleri, durumlarla nasıl baş

edebildikleri ve nasıl sağlam kalabildiklerini öğrenmek birçok araştırmacının dikkatini çekmiştir ve çekmektedir. Kişinin sıkıntılı durumdan kurtulması, olumsuz şartlara sahip çevre ve risk unsurlarına karşın kendinde mevcut ve gelişen yeteneğinin farkına varması, tanımlanması ve analiz edilmesi amacıyla, davranış bilimleri “Psikolojik Sağlamlık” yapısını ortaya atmış ve üzerinde çalışmalar yapmışlardır (Özer, 2013, s. 1).

Psikolojik sağlamlık konusunda ilk çalışmalar önemli düzeyde zihinsel problemi olan hastaların, uyumsuzluklarını anlamak ve sorunların ortaya çıkış sebepleri ile bu hastalıkların ortaya çıkmasına uygun ortam yarattığı düşünülen risk unsurlarını bulmak için yapılmıştır. Diğer hastalara kıyasla daha uyumlu tutumlarda bulunan kimi hastaların da anormal olduğu kabul edilmiştir (Bolat, 2013, s. 21). Ayrıca psikolojik sağlamlığı oluşturan faktörlerin teorik bilgisi, psikopatoloji riskine sahip çocukların gelişiminde, çevresel veya genetik şartlarla ilgili sorunların/risk unsurlarının (ebeveynlere ait bir ruh hastalığı, yoksulluk veya bu risk unsurlarının bileşimi) araştırılmasıyla gelişmiştir (Masten, 2001, s. 227).

Kobasa (1979) kişilerin karşı karşıya kaldıkları stres unsurlu yaşam olayları ya da fizyolojik hastalık başlangıcı ile karşı karşıya kaldığında canlılar adına bir direnç unsuru olarak çalışan kişilik niteliğine “psikolojik sağlamlık” (psychological hardiness) ismini vermiştir. Bu tanımla beraber literatürde yer alan psikolojik sağlamlık zaman içinde pek çok çalışmaya konu olmuştur (Can, 2018, s. 18). Richardson, sağlamlık kuramının ortaya atılışını ve gelişim sürecini, üç dalga şeklinde açıklamaktadır.

I. Birinci Dalga: İçsel ve dışsal koruyucu unsurların açıklanması, güçlüklerle başa çıkmaya yardımcı unsurların belirlenmesini kapsamaktadır ve kişisel ve toplumsal başarının yordanması adına sağlamlığın görüngübilimsel açıklamasının yapılması ve sağlamlık özelliklerinin belirlenmesine önem verilmiştir.

Yapılan araştırmalarda, sağlamlık unsurlarının gelişimi ve yaşanan güçlük karşısındaki koruyucu rolü ele almış, benlik saygısı, öz-yeterlik, destek sistemleri gibi, “psikolojik sağlamlık nitelikleri” veya “değerleri” şeklinde ifade edilen, riskten koruyucu unsurlar açıklanmıştır.

II. İkinci Dalga: Psikolojik Sağlamlık Süreci: Bu araştırmalarda, sağlamlık süreci ve koruyucu unsurların gelişimi açıklanmıştır. Ayrıca sağlamlık özelliklerinin tespiti merkezi olmuştur. Sağlamlık; stres, zorluk faktörleri ve değişikliklerle başa çıkma bağlamında açıklanmıştır.

III. Üçüncü Dalga: Üçüncü ve son boyutta, bireyin travmatik tecrübeden sonra kendi gizil güçlerini yarattığı büyüme veya gelişme yaşadığı, bu tecrübe ile kendini gerçekleştirmeye yönelik bir adım attığı konusundaki “farkındalığı” ve “doğuştan gelen sağlamlık” terimine dikkat çekilmektedir. Üçüncü dalga sağlamlık çalışmaları motivasyon, disiplinlerarası ve post-modern incelemelerini kapsamaktadır (Richardson, 2002, s. 307).

Psikolojik sağlamlık konusundaki araştırmaların beklenmedik olumlu sonucu, güçlülere karşın psikolojik sağlamlıkla alakalı bireysel değişimleri algılama konusunda deneysel araştırmaların yapılmasına yol açmasıdır. Yine bu konuya ilişkin araştırmalar risk unsurları ve ortaya çıkan olumsuz neticeleri ayrıca değerlendirmekte idi. Bu araştırmalarda, geri plana atılan birtakım unsurların sonradan farkına varılmasıyla psikolojik sağlamlık kavramı tartışılmaya başlanmıştır. Farklı bir ifadeyle ilk psikolojik sağlamlık çalışmaları, risk altındaki çocukların hayatlarına ilişkin değişiklik yaratan önleyici, koruyucu ve önlemler almayı sağlayan unsurların öğrenilmesini muhtemel kılmıştır (Masten, 2001, s. 230).

Türkiye’de bu konuda ilk araştırma 2004 yılında Gizir tarafından gerçekleştirilmiştir. Yoksul çocuklarla ilgili, psikolojik sağlamlığın akademik yanı olan akademik sağlamlık seviyesi ve bunu etkileyen koruyucu unsurlar ele alınmıştır. Çalışma sonucunda akademik sağlamlığı olumlu yönden etkilediği öngörülen çevresel, ailesel ve bireysel koruyucu unsurlar ortaya konulmuştur. Türkiye’de yeni olan bu terim pek çok yönden ele alınması gereken dikkat çeken bir terimdir. Psikolojik sağlamlık yalnızca betimsel açıdan değil aynı zamanda deneysel açıdan da üzerinde araştırma yapılmaya uygundur (Uysal, 2019, s. 14).

Psikolojik sağlamlık ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında, çocukların olumsuz durumlarla başa çıkma yeteneğinin psikolojik, biyolojik ve çevresel faktörlerin birbirlerini etkilemesine bağlı olarak zamanla değiştiğini göstermekle birlikte biyolojik faktörler; çocuğun mizacını, strese yatkınlık ve kaygı düzeyini kapsamaktadır (Cerit ve Şimşek, 2007). Psikolojik faktörler, çocuğun gelişme yeteneği ile ilgili olan kişisel değer ve yetkinlik, sosyal desteğe ilişkin beklentiler ve yaşadıkları dünyadaki inançlar hakkında düşünceleri de dahil olmak üzere olumsuz koşullarda yapıcı düşünceleri sürdürme gibi kavramları içerirken çevresel faktörler; barınma, sevilme, beslenme vb. durumları içermektedir (Folostinaa vd., 2015).

2.2. Psikolojik Sağlamlığı Yüksek Bireylerin Özellikleri

Psikolojik sağlamlık ile ilişki içerisinde olan birçok kişilik özelliği bulunmaktadır. Özsaygı (Dumont ve Provost, 1999), öğrenilmiş iyimserlik ve umut (Seligman, 1990), yaşam doyumu (Fredrickson, Tugade, Waugh ve Larkin, 2003), iyimserlik (Kumpfer, 1999) ve olumlu duygusallık (Tugade ve Frederickson, 2004) psikolojik sağlamlıkla ilişkili bulunmuş bazı kişilik özellikleri olarak literatürde göze çarpmaktadır. Ayrıca Rutter (1985), öz güveni yüksek bireylerin daha başarılı başa çıkma yöntemleri geliştirdiklerini ifade etmektedir (Aktaran Kararırmak, 2016). Yapılan birtakım araştırma sonuçlarına göre, bazı kişilik özellikleri psikolojik olarak sağlam bireyleri, daha savunmasız olan bireylerden ayırt edici özelliğe sahiptir (Kararırmak, 2016).

Ruh hali sakinliği, duyarlılık, esnek olma, uyumlu olma durumu, iç kontrol odağı, mizah anlayışı, alternatif bakış açılarına sahiplilik, entellektüel beceriye sahip olma ve dini inaç bunlardan bazıları olarak görülmektedir (Masten, 1986; Werner ve Smith, 1982). Ev ve aile yaşantısı olmayan ergenlerle yapılan bir çalışmada, psikolojik sağlamlık ile umutsuzluk, yalnızlık ve yaşamı tehdit eden davranışlar arasında negatif bir ilişki olduğu görülmüştür (Rew, Taylor-Seehafer, Thomas ve Yockey, 2001). Başka bir çalışmada, psikolojik yönden sağlam bireylerin genel olarak sosyal becerilerinin ve problem çözme becerilerinin daha yüksek olduğu, dahaiyimser oldukları ve yaşam amaçlarının farkında oldukları bulunmuştur (Penick ve Jepsen, 1992; Rutter, 1989). Psikolojik sağlam bireylerin gösterdiği özellikler arasında, iyi arkadaşlık ilişkileri kurabilme ve dostluğu uzun yıllar sürdürebilme gibi olumlu özellikler de yer almaktadır (Werner, 1996).

2.2.1. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler

Psikolojik sağlamlık konusunda gerçekleştirilen tanımlar incelendiğinde, psikolojik sağlamlığın bireyin bir takım risk faktörlerine iyi adapte olunduğunda veya olağan gelişimsel sonuçlara ulaşıldığında ortaya çıktığından söz edilmektedir. Dolayısıyla, psikolojik sağlamlığı ifade etmek için koruyucu etkenlerin ve riskin yansımalarının kavranması konunun daha iyi kavranmasını sağlayacaktır (Bahadır, 2009, s. 8). Dolayısıyla uzun yıllardır gerçekleştirilen araştırmalar neticesinde, psikolojik sağlamlık farklı şekillerde açıklanmış ve kişilerdeki psikolojik sağlamlığı destekleyen faktörler incelenmiştir. Psikolojik sağlamlık, bir olumsuzluk durumu; taşınma, şehir değiştirme, bozuk aile yapısı, yoksulluk, doğal afetler, terör, boşanma gibi durumlarla karşılaşıldığında, koruyucu unsurlarla risk unsurlarının etkileşimi neticesinde gelişen aktif

süreç kapsamında, bireyin yaşamındaki değişikliğe uyum sağlamasını kapsamaktadır (Özer, 2013, s. 16). Psikolojik sağlamlık genel olarak bireysel bir nitelik şeklinde ifade edilir. Ancak kişinin kendisi dışında mevcut psikolojik sağlamlık unsurları da vardır. Bunlar kişinin kriz anları ile başa çıkmasına katkıda bulunacak olan dışsal unsurlardır. Bazıları gerek psikolojik sağlamlık unsuru gerekse koruyucu faktör olabilir (Bolat, 2013, s. 5).

Psikolojik sağlamlık konusundaki tanımlar incelendiğinde psikolojik dayanıklılığın bireyin bazı risk unsurlarına maruz kaldıktan sonra, koruyucu unsurlar vasıtası ile risk teşkil eden durumların olumsuz yansımalarına iyi adaptasyonu veya normal gelişimsel sonuçlara ulaştığı durumların sonucunda oluştuğundan bahsedilmiştir. Dolayısıyla, psikolojik sağlamlığı açıklamak için risk unsurlarının, koruyucu unsurların ve olumlu sonuçların kavranmasına gereksinim duyulmaktadır (Şar, 2016, s. 27).

2.2.2. Psikolojik Sağlamlıkla İlgili Risk ve Koruyucu Faktörler

Bireyin psikolojik sağlamlığının gelişmesinde, maruz kalınan riskler ve bu risk faktörlerinin azaltılmasında ya da tamamen ortadan kaldırılmasında koruyucu faktörler bulunmaktadır (Öz ve Yılmaz, 2009). Stout ve Kipling'e (2003) göre; risk, olumsuz bir sonuç görülme olasılığını artıran bir ya da daha fazla etmenin ya da etkinin varlığıdır. Fraser ve Jenson'e (2008) göre de herhangi bir problemin oluşması, devam etmesi ya da daha kötüye gitme olasılığını artıran herhangi bir olay, durum ya da deneyim anlamına gelmektedir. Koruyucu faktörler ise risklerin ve olumsuz koşulların negatif etkilerini azaltan ya da tamamen ortadan kaldıran faktörlerdir (Ramirez, 2007).

Yapılan çalışmalarda, bazı ortak faktörler üzerinde durulmuştur. Bunlardan bir kısmı risk faktörleri (Fraser ve Jenson, 2008; Vance, Sanchez, Creating, 1998), bir kısmı ise koruyucu faktörlerdir (Fraser ve Jenson, 2008; Gizir, 2007; Hetherington ve Stanley-Hagan, 1999; Pienaar, 2008; Vance ve Sanchez, 1998; Howard ve Johnson, 2008). Bu çalışmalar sonucunda hem koruyucu hem de risk faktörler bireysel, ailesel ve çevresel olmak üzere üç başlıkta toplanmıştır (Aktaran Öz ve Yılmaz 2009).

2.2.2.1. Bireysel Risk ve Koruyucu Faktörler

Bireysel risk faktörleri; ilaç ve fetal alkol kullanımı, prematüre doğum, madde kullanımı, adolesan gebelik, düşük IQ seviyesi, akademik başarısızlık, kronik ya da ruhsal bir

hastalık, utangaç ya da geçimsiz bir mizaca sahip olma ve etnik bir gruba mensup olmadır. Bireysel koruyucu faktörler ise bireysel risk faktörlerine karşı stresle karşılaştığında bireyi koruyan ve kökenini bireyden alan koruyucu faktörlerdir. Bunlar; empati, gelecek için plan yapma, sorumluluk, iyi düzeyde bilişsel yetenek, yüksek benlik saygısı, kendi yaşamı üzerinde kontrol sahibi olma, akademik yeterliliğin olumlu algılanması, mizah duygusuna sahiplik, iyimserlik, etkili problem çözme becerilerine sahip olma ve yardımseverlik duygusudur.

2.2.2.2. Ailesel Risk ve Koruyucu Faktörleri

En az dört çocuklu kalabalık bir aileye sahip olma, iki çocuk arasındaki sürenin iki yıldan az olması, ruhsal veya kronik bir hastalığı olan ebeveyne sahip olma, ailesel şiddete maruz kalma ailesel risk faktörlerindendir. Bununla beraber madde kullanan ya da suç işlemiş anne babaya sahip olma, evlat edinilmiş olma, anne-babanın boşanmış olması, ölmüş ya da tek ebeveyne sahip olma gibi faktörlerden de söz edilebilir. Ailesel koruyucu faktörler ise aileyle birlikte yaşama, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi, iyi eğitilmiş anne ve babaya sahip olma, çocukların geleceği için ailenin olumlu beklentiler içerisinde olması gibi özelliklerdir (Öz ve Yılmaz, 2009).

2.2.2.3. Çevresel Risk ve Koruyucu Faktörler

Çevresel risk faktörleri, fiziksel ve cinsel yönden suistimal, yoksulluk, düşük sosyo-ekonomik durum, evsizlik, yetersiz beslenme, çocuk ihmali, toplumsal şiddete maruz kalma ve akran zorbalığı gibi faktörlerdir. Çevresel koruyucu faktörler ise olumlu toplumsal destek, olumlu okul ilişkileri, bir yetişkinle olumlu ilişkiye sahip olma, olumlu arkadaş desteği ve olumlu bir rol modelinin olması gibi özelliklerdir (Öz ve Yılmaz, 2009). Buradaki risk ve koruyucu faktörlere bakıldığında kişinin psikolojik sağlamlığının düşük ya da yüksek olması bireysel, çevresel ve ailesel etkinin önemini ortaya koymaktadır.

Risk faktörlerine karşın koruyucu faktörlerin ön planda olması psikolojik sağlamlığın yükselmesine, koruyucu faktörlerden ziyade risk faktörlerinin ön planda olması ise psikolojik sağlamlığın düşmesine sebep olmaktadır. Werner'in (1955) Kauai'de yaptığı çalışma, psikolojik sağlamlığın risk ve koruyucu faktörler ile ilgili yapılmış en önemli araştırmalardan biridir. 40 sene kadar süren çalışmada; doğum komplikasyonu gelişmiş, anne babaları arasında anlaşmazlık olan, ailesinde psikopatoloji öyküsüne sahip olan ya da

kronik yoksulluk içinde yetişmiş çocukların biyolojik, psikolojik ve sosyal risk faktörlerinden nasıl etkilendikleri araştırılmıştır. Özellikle de erkeklerde, ebeveynlerinin alkolizmin veya 38 ruhsal bir hastalığın olmasının 40 yaşlarına gelindiğinde, olumsuz sonuçlar doğurmaya yatkınlığı artırdığı tespit edilmiştir.

Aynı çalışmada yaşı küçük olan ve çocukluk döneminde mental retardasyon tanısı alan kişilerin önemli boyutta sağlık sorunu geliştirme ve daha yoğun stresli yaşam olayı ile karşılaşanların daha fazla sağlık problemi yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Masten ve Powell'in (2003) aktardığına göre, Garmezy ve diğerlerinin 1970'li yıllarda yeterlik üzerine on yıldan fazla bir süre yaptıkları bir çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmada da ruhsal hastalığı olan anne babaya sahip olma, yoksulluk ve stresli yaşam olayları gibi etmenler açısından riskte olan çocukların psikolojik sağlamlığın koruyucu faktörlerinden en önemli göstergelerinden biri olarak kabul edilen yeterlik düzeyleri üzerinde çalışılmıştır.

Yine bu çalışmada gelişim dönemlerine özgü gelişimsel olarak yeterlik gösteren çocukların geçmişte ve gelecekte de yeterlik düzeylerinin pozitif olduğu ve yeterlik düzeyinin etkili ebeveynlik, entelektüel beceriler ve sosyo-ekonomik avantajlarla güçlü bir ilişkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Ülkemizde ise koruyucu ve risk faktörlerine yönelik ilk çalışma yoksul çocuklar üzerinde yapılmıştır. Gizir (2004) tarafından yapılmış olan bu çalışmada psikolojik sağlamlığın akademik boyutu olan akademik sağlamlık düzeyi ile birlikte bu akademik düzeyi etkileyen koruyucu faktörler konusu araştırılmıştır. Yapılmış olan çalışmanın sonucunda akademik sağlamlığı pozitif yönde etkilediği düşünülen bireysel, ailesel ve çevresel koruyucu faktörler ortaya konmuştur.

Gizir'in (2004) çalışmasını Özcan'ın (2005) çalışması takip etmiştir. Bu çalışmada da ebeveyni birlikte yaşayan ve boşanmış ebeveyne sahip çocuklar üzerinde durulmuştur. Özcan'ın anne- babası boşanmış çocuklarla yaptığı bu çalışmasında, anne-babası birlikte yaşayan çocukların, anne babası boşanmış çocuklara göre psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bunun yanı sıra psikolojik sağlamlık düzeylerine katkıda bulunan koruyucu faktörlerin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.2.3. Yetişkinlik Dönemindeki Psikolojik Sağlamlılık

Bir çocuğun bir felaket sonrası kaygı ve endişeleri, yıllar içinde bir yetişkinden farklı olabilir (Bonanno ve Mancini, 2008). Benzer bir şekilde ergenin ve gencin potansiyel

yaşama dair tehdit algıları, ilerleyen hayatta bir yetişkininkinden farklılık gösterebilir. Duygusal karmaşıklık yetişkinlerde daha olasıdır (Ong, Bergeman ve Boker, 2009). Daha öncede belirtildiği gibi, psikolojik sağlamlığın biyolojik, çevresel ve kişisel faktörler arasındaki etkileşimlerin sonucu olması nedeniyle, psikolojik sağlamlığın gelişiminin bir ömür boyu sürebileceği iddia edilmektedir (Masten, 2001). Psikolojik sağlamlık bir kişinin toplumdan soyutlanması durumunda değil, etkileşimli bir süreç olması sebebiyle kişilerle ilişkiye geçmesi durumunda ortaya çıkar (Bektaş, 2018). Masten'e (2001) göre psikolojik sağlamlık, olumsuz stresörler karşısında aktive olan koruyucu bir mekanizma olarak görülmektedir. Çoğu zaman, desteğe en fazla ihtiyacı olan birey ya da gruplara en az desteğin verildiği bilinen bir gerçektir (Schoon ve Bartley, 2008).

Üstelik birçok birey, sürekli bir sıkıntıyla karşı karşıya kalmakta ve bazen de kronik yoksulluk ve dezavantajları tecrübe etmektedir. Göreceli olarak dezavantajlı ailelerde dünyaya gelen çocuklar, avantajlı ailelerde dünyaya gelen çocuklara kıyasla hayatları boyunca bu dezavantaj ile ilişkili olan birtakım risklerle karşılaşmaya daha fazla eğilimlidirler. Bu birikim, hayatın erken dönemlerinde yani çocukluk döneminde başlamakta ve sonuçları yetişkinliğe ve hatta bazı uç örneklerde olduğu gibi sonraki kuşaklara da aktarılabilir (Bektaş, 2018). Çocukluktaki erken sıkıntı deneyimleri, bireysel uyumu zayıflatmakla birlikte bu zararlı etki daha sonra geleceğe taşınmaktadır. Yaşamın daha sonraki dönemlerindeki olumsuz deneyimler, zaten azalmış ve yetersiz olan kaynakların daha da bozulmasına yol açmaktadır (Schoon, 2006)

2.2.4. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Bu başlık altında psikolojik sağlamlık ile ilgili yapılmış araştırmalara yer verilmiştir.

Kararırmak ve Siviş-Çetinkaya'nın (2009) yaptığı bir araştırmada, psikolojik sağlamlığın benlik saygısı ve kontrol odağı ile ilişkisi incelenmiştir. 1999 Marmara depremini yaşamış olan 17-58 yaşlarında bireylerle gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucuna göre kontrol odağı, dış faktörlere bağlandıkça psikolojik sağlamlık azalmaktadır. Sonuçlar, iç kontrol odağı yüksek olan bireylerin daha yüksek düzeyde sağlamlığa sahip olduğunu göstermiştir. Bunun yanında araştırma sonucunda elde edilen bir diğer bulgu da öz-saygı düzeyinin artması, psikolojik sağlamlığın da artmasını sağlamaktadır.

Tekin'in (2011) Ankara'da bir hastanede çalışan hemşire ile yaptığı çalışmada, psikolojik sağlamlık ve tükenmişlik ele alınmıştır. Çalışmaya 519 (312 evli, 207 bekâr) kişi

katılmıştır. Sonuçlara göre çalışmaya katılan katılımcıların eğitim düzeylerinin ve aylık gelirlerinin artması ile toplam psikolojik sağlık puanlarında da anlamlı bir artış olduğu görülmektedir. Araştırmada ayrıca, katılımcıların psikolojik sağlık puanlarının yaşa göre anlamlı bir biçimde farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Uçar (2014) tarafından yapılan araştırma, İstanbul'da çalışan 202 (142 kadın, 60 erkek) özel eğitim öğretmeni ile gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada katılımcıların psikolojik sağlık düzeyleri ve işyerindeki sosyal destek düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre psikolojik sağlık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Öte yandan, katılımcıların psikolojik sağlık puanlarının eğitim durumu ve kurum türü değişkenleri açısından farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Küçük ve Sarıçam (2015) tarafından mental retardasyonlu çocuğa sahip olan ebeveynler üzerinde yapılmış olan diğer bir çalışmanın amacı, normal çocuğa sahip ebeveynler ile zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik sağlık düzeylerini karşılaştırmaktır. Araştırma Kütahya ilinde ikamet eden ve bu ilde özel eğitim okullarına devam eden 180 ebeveyn ile yapılmıştır. Bu ebeveynlerin 90'ı zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip 90'ı ise normal çocuğa sahiptir. Araştırma sonucunda zihinsel yetersizliği olan çocuğun ebeveynlerinin psikolojik sağlık düzeyleri, normal çocuğa sahip ebeveynlerinkinden anlamlı bir şekilde düşük çıkmıştır.

Arslan (2015) tarafından 211'i kadın, 109'u erkek olmak üzere 320 kişiye yapılan bir çalışmada ise, psikolojik sağlamlığın çocukluk döneminde algılanan psikolojik istismar, düşük benlik saygısı ve depresyon arasındaki ilişkide aracılık rolü araştırılmıştır. Isparta'da yapılan bu çalışmada elde edilen bulgulara göre çocukluk döneminde yaşanan psikolojik istismar; yetişkinlikteki depresyonu, düşük benlik saygısını ve psikolojik sağlamlığı doğrudan yordamaktadır. Bunun yanı sıra çocuklukta psikolojik istismarın psikolojik sağlamlık aracılığıyla düşük benlik saygısı ve depresyonu dolaylı bir biçimde yordadığı belirlenmiştir. Bulgular incelendiğinde psikolojik sağlamlığın çocukluk dönemindeki psikolojik istismar, depresyon ve düşük benlik saygısı arasındaki ilişkide kısmi aracı bir role sahip olduğu görülmüştür.

Tagay, Karataş, Bayar ve Savi-Çakar (2016) tarafından yapılan başka bir çalışmada, orta yaşta bireylerin genel öz-yeterlikleri, psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiler ele alınmıştır. Araştırmaya yaş ortalaması 40 olan 195'i kadın, 115'i erkek olmak üzere 310 kişi katılmıştır. Bu çalışmada psikolojik sağlamlık ve yaşam

doyumunu değişkenlerinin genel öz-yeterliği yordama güçleri üzerinde durulmuştur. Burdur’da gerçekleştirilen çalışmadaki analizler sonucunda, genel öz-yeterlik, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler görölmüştür. Sonuçlarına göre, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumunun genel öz-yeterliği yordadıkları sonucuna ulaşlmıştır.

Yılmaz (2017), çalışmasını Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Medikal Bölümünde tedavi gören 107 kanser hastası ile yapmıştır. Bu araştırmada, kanser hastalarında depresyon ve psikolojik sağlamlık arasındaki üstbilişsel işlevlerin rolünü incelenmiştir. Araştırma sonucunda; üstbilişsel işlevlerin alt boyutları olan kontrol edilemezlik, tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı, olumlu inançlar, bilişsel güven, bilişsel farkındalık ile depresyon seviyeleri arasında ilişkiler bulunmuştur. Ortaya çıkan sonuca göre, üstbilişsel işlevlerin rolünde artış görünürken psikolojik sağlamlık düzeyi azalmakta ve bu doğrultuda depresyon seviyesi artmaktadır.

Çapan’ın (2018) yaptığı çalışmaya 293 üniversite öğrencisi katılmış olup, üniversite öğrencilerinde güvenli bağlanma ve affedicilik arasında psikolojik sağlamlığın aracılık rolü üzerinde durulmuştur. Araştırmanın hipotezi olan güvenli bağlanma ve affedicilik arasında psikolojik sağlamlığın aracılık rolü yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre üniversiteye devam eden öğrencilerde psikolojik sağlamlığın güvenli bağlanma ve affedicilik arasında aracı rolü olduğu bulunmuştur.

Hoşoğlu, Kodaz, Bingöl ve Batık (2018), araştırmalarını Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesinde ve Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğretmen adayları ile yapmışlardır. Çalışmaya 423 gönüllü öğretmen adayı katılmıştır. Çalışmada öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin aile gelir durumuna, cinsiyete, algılanan ebeveyn tutumuna ve yaşamın büyük kısmının geçirildiği yere göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırmanın sonucuna göre, öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyete ve aile gelir durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği, algılanan ebeveyn tutumu ve yaşamın büyük kısmının geçirildiği yere göre ise anlamlı bir farklılık oluşturmadığı sonucuna varılmıştır.

Psikolojik sağlamlık ile ilgili yurt dışında yapılmış araştırmalar ise şunlardır: Özel eğitime muhtaç çocuklara sahip ebeveynlerin psikolojik sağlamlık ve iyimserlik arasındaki ilişkisini inceleyen Heiman (2002), araştırmasında bu ebeveynlerin çocuklarının özel gereksinimli olduğunu fark ettikleri anda öncelikle olumsuz duygular yaşadıklarını fakat zamanla çocuklarını yetiştirirken daha iyimser bir bakış açısına sahip olduklarını

belirlemiştir. Bu araştırmaya katılan özel eğitime muhtaç çocuklara sahip olan ebeveynler, iyimser bakış açılarının çocuklarını yetiştirirken kendilerini güçlendirdiğini vurgulamışlardır.

Ong, Bergaman, Bisconti ve Wallace (2006) tarafından yakınıni kaybeden ileri yaştaki yetişkinler üzerinde psikolojik sağlamlık ve pozitif duygular ile ilgili bir çalışma yapılmıştır. Bu çalışmada elde edilen bulgular, pozitif duyguların günlük stresi azaltmada psikolojik sağlamlığa katkı sağladığını göstermektedir. Bunun yanı sıra, aynı çalışmada psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksek olan ileri yaştaki bireylerin stres ve negatif duygular karşısında daha fazla pozitif duygu deneyimlerine başvurdıkları görülmüştür.

Quale ve Schanke'nin (2010) ağır fiziksel bir hasara uğramış hastalarla yaptıkları başka bir araştırmada, psikolojik sağlamlık ve iyileşme arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu araştırmayı yapanlar rehabilitasyon sırasında sosyal açıdan kendine güvensizlik ve stres duyulmasının sağlam olarak nitelenmeyen hastalar arasında sık görülen bir özellik olduğunu öne sürmektedirler. Bu hastaların aşırı derecede seçici tavırları, yüksek standartlara sahip olmaları ve özellikle rehabilitasyon merkezinin sağladığı sosyal desteğe karşı güçlü derecede itici duygular besledikleri rapor edilmiş olmasından dolayı yapılan araştırmada, psikolojik sağlamlığı düşük olan hastaların iyileşme sürecine daha kötümser bir şekilde devam ederken psikolojik sağlamlığı yüksek hastaların daha iyimser bir bakış açısına sahip oldukları görülmüştür.

Psikolojik sağlamlığı düşük olan ya da hiç psikolojik sağlamlığı bulunmayan hastaların sosyal destekle ilgili beklentilerinin daha yüksek olduğu, bu yüzden de standartları karşılanmadığında daha büyük bir tatminsizlik hissettikleri görülmüştür. Araştırmacılar, psikolojik sağlamlığın pozitif duygular için kritik bir destekleyici gibi görüldüğünü fakat aynısının duyguların psikolojik sağlamlık üzerindeki etkisi için de söylenip söylenemeyeceğini tartışmaya açmışlardır.

Keye ve Pidgeon (2013), üniversite öğrencilerinden 39 erkek, 102 kadın ile yaptıkları çalışmada, farkındalığın ve akademik öz-yeterliğin psikolojik sağlamlığı yordama gücü belirlenmeye çalışmışlardır. Yaptıkları çalışmada, farkındalığın ve akademik öz-yeterliğin üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının yordanmasında anlamlı bir etkisi olduğunu görmüşlerdir.

2.3.Kişilik

2.3.1.Kişilik Kavramı

Kişilik kavramının Latince'deki kişi "persona" kelimesinden geldiği varsayılmaktadır (Durna, 2005, s. 276). Buna göre, Roma tiyatrosundaki oyuncular sahnede temsil ettikleri kişilerin özelliklerini yansıtan maskeleri yüzlerine takarak oyunlarını oynamakta ve bu maske "persona" olarak adlandırılmaktadır (Soysal, 2008, s. 6).

Kişilik kavramı, yüzyıllar boyunca sosyal hayatın bir parçası olarak yer almasına karşın 1930'lu yıllarla birlikte kişilik psikolojisinin diğer bilim dallarından ayrılarak ayrı bir alan olarak ortaya çıkmasıyla bilimsel gelişimine başlamıştır (Yelboğa, 2006, s. 198).

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, bazı yazarlara göre kişiliğin gelişiminde genetik faktörler ve çocukluk döneminde yaşanan deneyimler etkili iken; bazı yazarlara göre ise çevresel ve toplumsal faktörler kişiliğin gelişmesinde etkili olmaktadır. Bu bakış açıları kişiliğin tek bir tanımının yapılmasını zorlaştırmıştır (Dal ve Eroğlu, 2015, s. 262). Bu nedenle farklı kişilik tanımları ortaya çıkmıştır. Buna göre kişilik; bireylerin davranışlarını etkileyen içsel ve dışsal özellikleri (Abdullah vd., 2016, s. 178), insanların doğuştan getirmiş oldukları biyolojik (kalıtsal) ve psikolojik özellikleri ile (Gökdeniz ve Merdan, 2011, s. 24) çocukluk döneminin ve bireyin karakteristiklerinin birleşiminden oluşan, ömür boyunca geliştirilen (Pizur vd., 2009: 158), insanları birbirinden farklı kılan (Çarıkçı vd., 2010, s. 42), insan davranışlarını etkileyen tutarlı özellikler (Sıgır ve Gürbüz, 2011, s. 31; Deniz, 2011, s. 99), belirli davranış biçimleri, bilişler ve duygular gösteren kararlı bireysel özellik veya özellikler (Abdullah vd., 2016, s. 178; Moldasheva ve Monowar, 2014, s. 344) olarak tanımlanmaktadır.

Kişilik özellikleri genellikle bir bireyin diğerlerinden farklı olduğu düşüncelerin, duyguların ve eylemlerin nispeten sabit kalıpları olarak da tanımlanabilmektedir (Kandler ve Bleidorn, 2017, s. 2). Bu doğrultuda bireyin duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını etkileyen faktörlerin kişiye özel yansıması olan kişilik; içsel ve dışsal etkenlerin sürekli etkisi altındadır ve fiziksel, entelektüel, ruhsal, içgüdüler, duygular, arzular, alışkanlıklar, düşünme biçimi, algı ve dikkat gibi her türlü davranıştan oluşmaktadır (İrengün ve Arıkboğa, 2015, s. 1187).

2.3.2. Kişiliği Oluşturan Faktörler

Kişilik; bir bireyi diğerinden ayıran, düşünce, duygu ve davranış modeli, kişinin çevresel uyaranlara özgün tepkilerini oluşturan biyolojik temelli ve öğrenilmiş davranışların (Heinström, 2003, s. 4; Özdevecioğlu vd., 2013, s. 26; Kandler ve Bleidorn, 2017, s. 2) toplamı, doğuştan gelen ve sonradan kazanılan özellikler, sosyal ortam içerisinde sergilenen davranış, zihinsel ve bedensel özelliklerin toplamı, davranışları yönlendiren ve bireysel dengeyi oluşturan bir bütün (Abdioğlu vd., 2015, s. 86) olarak ifade edilmektedir. Kişilik, bireyin konuşmasını, davranış biçimini, duruşunu ve girilen ortama kadar her şeyini (Dilek ve Taşkıran, 2016, s. 404) etkilemekte ve bireylerdeki fiziksel ve zihinsel farklılıklar kişilerin tutum, davranış ve düşünceleri üzerinde etkili olmaktadır (Sarıtaş, 1997, s. 528).

2.3.3. Biyolojik ve Genetik (Kalıtsal) Faktörler

Bireylerin biyolojik yapı ve özellikleri kişiliğin oluşmasında etkili olmaktadır. Kişilik ile ilgili yapılan çalışmalarda bireyin bedensel yapısı, yaşı, kadın ya da erkek olması ile kişiliği arasında ilişki olduğu, ancak bunların kişiliği etkileme derecesinin bireyden bireye değiştiği görülmüştür (Abdioğlu vd., 2015, s. 90). Ayrıca bireylerin dış görünüşünün de diğer insanlar üzerinde bir etkisinin olmasından dolayı bireylerin tutum ve davranışlarını da etkilediği (Kazaferoğlu, 2017, s. 10) sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre insanların kişilik özelliklerinin çoğu kalıtsal özelliklerinden oluşmaktadır. Bu nedenle kalıtsal özellikler kişiliğin oluşmasında önemli bir etken olarak görülmüştür. Bireyler ailelerinden aldıkları genler yoluyla anne ve babalarının pek çok özelliğini taşımakta ve bu genetik özellikler çevreyle etkileşim oluşturdudan sonra kişilik şekillenmeye başlamaktadır (Gülücü, 2017, s. 14).

2.3.4. Ailesel Faktörler

Bireyler, çevrelerinde önem verdikleri insanların duygu, düşünce ve davranışlarından etkilenmektedir. Bireyin en yakın çevresi ailesi olduğundan aile kişiliğin oluşumunda önemli (Tekin vd., 2012, s. 4615) bir etkiye sahiptir. Çünkü sosyokültürel değerlerin ilk öğrenilmeye başlanıldığı yer aile ortamıdır. Bu nedenle aile ortamı çocukların kişilik özelliklerinin oluşmasında ayrı bir öneme sahiptir (Abdioğlu vd., 2015, s. 90).

Çevresel ve toplumsal etmenlerin kişilik üzerindeki etkilerinin en yoğun olduğu aile ortamındaki (Yeşilyaprak, 1993, s. 3) ilişkiler, kişilerin beklentilerini, duygularını ifade etme biçimlerini ve çatışmaları çözme yöntemleri gibi birçok kişilik özelliği üzerinde etkili olmaktadır (Yıldızoğlu, 2013, s. 49). Ayrıca ailenin çocukla olan ilişkisi, kardeşler arası ilişkiler, ailedeki çocuk sayısı vb. diğer psiko-sosyal faaliyetler ve kültürel ihtiyaçların karşılanma düzeyleri bireylerin kişiliğinin oluşumunu etkileyen aile içi faktörlerden bazılarıdır (Gülücü, 2017, s. 15).

2.3.5. Sosyal ve Kültürel Faktörler

Kültür; bir dili, tarihi bir dönemi ve coğrafi konumu paylaşanlar arasında algılama, inanma, değerlendirme, iletişim kurma ve hareket etme standartlarını sağlayan ortak anlam sistemlerinden oluşmaktadır (Martinez ve Oishi, 2003, s. 542).

Kültürel faktörler bireyin kişiliği üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Örneğin, yemek yeme, giyinme vb. faaliyetlerde kişilik ve kültür arasındaki ilişki net bir şekilde ortaya çıkmaktadır ve farklı alt kültürler farklı kişilik tiplerinin oluşmasına neden olmaktadır (Abdioğlu vd., 2015, s. 90; Rossier ve Bollmann, 2017, s. 2).

Sosyologlar, bireyin kişiliğinin sosyal bir ortamda geliştiğini vurgulamaktadır. Buna göre bireyler; sosyal çevrede ahlaki fikirlere, toplumsal tutumlara ve ilgi alanlarına sahip olmaktadır (Kuravatti ve Malipatil, 2017, s. 608). Böylece kişilerin içinde yetiştiği çevre veya sonradan dâhil olmuş olduğu sosyal sınıflar bireylerin düşünce, eğilim ve davranışlarını ve kişisel özelliklerini etkilemektedir (Tekin vd., 2012, s. 4615). Bu doğrultuda bireyin üyesi oldukları gruplar, yaşam biçimi, eğilim ve düşünceleri kişilik üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Yıldızoğlu, 2013, s. 47).

2.3.6. Coğrafi ve Fiziki Faktörler

Antik çağdan günümüze kadar insanların kişilik özelliklerinin coğrafi bölgelere göre değiştiği varsayılmaktadır. Yakın coğrafi bölgelerde yaşayan insanların benzer kişilik özelliklerine sahip olduğu görülmektedir. Bu durumun oluşmasında paylaşılan kültür, paylaşılan genler ve paylaşılan fiziksel ortamın etkili olduğu öne sürülmektedir. (Allık ve McCrae, 2004, s. 14; McGue ve Bouchard, 1998, s. 2). Buna göre bireyin yaşadığı coğrafya kişilik üzerinde doğrudan etkide bulunmaktadır. Örneğin, soğuk iklimde büyüyen insanların daha donuk mizaçlı ve sert olmalarına karşın; sıcak iklimde büyüyen insanların

daha yumuşak ve daha çok değişime uyum sağladıkları görülmüştür (Tekin vd., 2012, s. 4616; Yıldızoğlu, 2013, s. 49).

2.4. Kişilik Teorileri

Kişiliğin oluşum süreci ile ilgili birçok teori ortaya çıkmıştır. Bu teoriler farklı bakış açılarına sahip olsalar da birbirleriyle ilişkilidirler ve bu karmaşık süreci açıklamak amacıyla ortaya çıkmışlardır. Her bir kişilik teorisi, bireylerin gelişiminin bir alanını odak noktası olarak kabul etmekte ve diğer alanlarla bütünleşecek biçimde ortaya çıkmaktadır (Özdemir vd., 2012, s. 569; Isır, 2006, s. 49). Böylece kişilik ile ilgili yapılan çalışmalarda farklı ölçme metotları ve yaklaşımlar kullanılmıştır. Bu farklı metotlar araştırmalarda benzer ve farklı ilişkilerin ortaya çıkmasına neden olmuştur (Yalçın, 2015, s. 25).

Kişilik teorisindeki her kuram kuramcının yaşamının, kişisel hayatının, dünyaya bakış açısının etkisi altında oluşmuştur. Bu nedenle gözlemcinin bakış açısı gözlenen şeyin yorumunu kaçınılmaz olarak etkilediğinden dolayı farklı kişilik teorileri ortaya çıkmıştır (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2008, s. 6).

Kişilik kuramları genel olarak psikodinamik kuram, insancıl yaklaşım, biyolojik yaklaşım, ayırıcı özellikler yaklaşımı, bilişsel yaklaşım ve davranışsal/sosyal öğrenme yaklaşımı olarak sınıflandırılmaktadır.

2.4.1. Psikodinamik Kuramlar (Psikanalizci-Psikoanalitik)

Psikodinamik kuramlar, davranışı yönlendiren bilinçdışı güdüler ile kişiliğin nasıl geliştiğini incelemektedir. Kişiliğin psikolojik süreçlerine odaklanan bu kuramın iki önemli özelliği bulunmaktadır. Bu kurama göre kişiliğin şekillenmesinde en önemli faktörler bilinçaltı tarafından sağlanan motivasyon ve karşıt motivasyonları önleyen savunma mekanizmalarıdır (Isır, 2006, s. 49; İyigün, 2011, s. 77).

Psikodinamik kuramlar; Sigmund Freud'un Kişilik Teorisi, Eric Berne'nin Kişilik Teorisi, Alfred Adler'in Kişilik Teorisi, Gustav Jung'un Kişilik Teorisi ve Karen Horney'in Kişilik Teorisi olarak ele alınmaktadır.

2.4.1.1. Sigmund Freud'un Kişilik Teorisi

Kişilik, ilk olarak Freud'un etkisinde kalan psikodinamik yaklaşımla birlikte ifade edilmeye başlamıştır (Taşdöven vd., 2012, s. 167). Sigmund Freud bireylerde kişiliğin oluşumunu, insanların çocukluk yıllarına dayandırmıştır. Freud'a göre id (alt benlik), ego (benlik) ve süperegounun (üst benlik) birleşimiyle kişilik meydana gelmektedir. İd; içgüdü kişiliğin esasıdır, bireylerin en kâba ve en ilkel hallerini ifade etmekte ve doğuştan sahip olunan tüm dürtülerin kaynağı olmaktadır. Ego ise kişiliğin uyum ve denge sağlayıcı parçasıdır. Son olarak süpereo, insanların fren mekanizmasıdır. Süpereo; insanların ahlak, gelenek, yasak mantığı ve hükümlerinden oluşmakta ve kişiye engeller koymaktadır. Süpereo, çocukluk döneminde bireyin ailesi ve toplum tarafından aktarılan değerlerin oluşumundan meydana gelmektedir (Akyıldız, 2006, s. 3; Konakay ve Çelik, 2018, s. 702; Lapsley ve Stey, 2011, s. 1; Özdemir vd., 2012, s. 570). Süpereo (Üst benlik) oluştuktan sonra birey davranış, eğilim ve düşüncelerini kontrol altına almaktadır. Buna göre sağlıklı bir bireyde benlik, alt ve üst benliği kontrol etmekte ve dengelemektedir. Eğer bu dengeleme sağlanmazsa bireylerde zihinsel gerginlik ve iç çekişme durumu başlamaktadır (İrengün, 2014, s. 70).

İnsanın akılcı ve bilinçli bir varlık olduğunu yönündeki genel görüşün aksine Freud, güçlü bilinçdışı etkenlerin insanı yönlendirdiğini varsaydığından fizyolojik laboratuvar çalışmaları yerine klinik gözlemi (vaka çalışmaları) tercih etmiştir. Bu yüzden, Freud kendisinden önce kişiliğin doğası ile ilgili birçok çalışma olmasına rağmen ilk kapsamlı kişilik kuramının sahibi olarak kabul edilmektedir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2008, s. 9).

2.4.1.2. Eric Berne'nin Kişilik Teorisi

Eric Berne'nin kişilik teorisi Freud'un teorisine en yakın olan teoridir. Berne kişiliğin duygusal yönünü açıklamış ve kişiliğin üç yönü olduğunu varsaymıştır. Buna göre kişilik çocukluk (olgun olmayan kısım), ebeveyn (öğüt verici kısım) ve olgun (yetişkin kısım) olmak üzere üç boyuttan oluşmaktadır. Berne'ye göre bütün insanlar kısmen de olsa çocuk olmanın getirdiği özellikleri taşımakta ve bazen bir çocuk gibi bencil ve sorumsuz olabilmektedir. Bu durum teorinin çocukluk yönünü göstermektedir. Kişiliğin ebeveyn yönü ise tüm insanların anne ve baba olduğunu ifade etmesidir. Buna göre bireyler ailelerinden hareket ederek kendi içinde bir ebeveynlik biçimi oluşturmakta ve bunun sonucunda sorumluluk anlayışları yükselmektedir. Son olarak kişiliğin olgunluk yönünü

ise bireyin gerçeği objektif olarak değerlendirmesi ve çocukluluk isteklerini bastırmasını sağlayan unsuru (İrengün, 2014, s. 57; Aktaş- Alan, 2011, s. 13) oluşturmaktadır.

2.4.1.3. Alfred Adler'in Kişilik Teorisi

Adler'in kişilik yaklaşımına göre, insanlar doğuştan sahip oldukları içgüdülerle davranışta bulunmakta ve yaşamlarında karşılaştıkları durumlara ilişkin kaygılarını sahip oldukları savunma mekanizmaları ile gidermektedirler. Adler davranışın sebebinden çok, insanların davranış anındaki durumunu anlamaya ve saptamaya yönelmiştir. Bu yaklaşımın temel öncülü, kişiliğin devamlı ve bütün olması ve başarıya ulaşma endeksli olmasıdır Adler'e göre kişilik ve davranışlar toplumsal hayatın getirdiği zorunluluğun bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Buna göre kişilik, insanların diğer insanlarla ve toplumlarla ilişki ve etkileşime girmesi sonucu gelişmektedir. Burada esas olan toplum ile birey arasındaki uyumdur. Bu bağlamda bireyin davranışlarının toplumun kabul ettiği yönde olması gerekmektedir (Eker, 2012, s. 168-169; Özgün, 2007, s. 22).

Alfred Adler doğum sırasının kişiliğin gelişiminde önemini vurgulayan ilk psikologdur. Buna göre ailedeki ilk çocuk ile ortanca doğan ya da daha sonra doğan çocuklar arasında farklı özellikler gelişmektedir. Adler'e göre ilk doğan çocuklar ailelerinden aşırı ilgi görmekte ve bu nedenle şımartılmaktadır. Ancak ikinci çocuğun dünyaya gelmesiyle birlikte ailenin ilgisi yeni çocuğa yönelmekte ve böylece ilk doğan çocukta aşağılık duygusu gelişmektedir. Öte yandan ortanca çocuklar şımartılma lüksüne sahip olmamaktadırlar. Böylece ortanca çocuklar güçlü bir üstünlük çabası göstermektedir. Ortanca çocuk kardeşi, ablası-ağabeyi kadar akıllı, güçlü ya da hızlı olmadığından ortanca çocukta, sürekli bir adım geride oldukları duygusu yetişkinlikte de devam etmektedir. Bu nedenle ortanca çocuklar okulda ya da iş yerlerinde kendilerinden önceki insanlara bakarak aralarındaki farkı kapatmak için daha fazla çaba harcamakta ve böylece ortanca kardeşler gayet başarılı bireyler olarak (Aktaş Alan, 2011, s. 11) olarak yetişmektedirler.

Adler'e göre ailedeki en küçük çocuk ise en büyük çocuğun yaşadığı tahtını yitirme durumunu yaşamamakta ve ebeveyn ve diğer aile üyelerinin sevgi ve ilgisine sahip olmaktadır. En küçük çocuk her zaman ailenin en küçüğü olarak kalmakta ve diğer çocuklardan daha çok şımartılmaktadır. En küçük çocuk pek çok uyarıcıyla karşı karşıya kaldığı ve rekabet konusunda sayısız olanak kendisini beklediğinden dolayı genellikle olağanüstü denilecek kadar iyi gelişmekte ve önüne çıkan engelleri diğer kardeşlerine göre daha kısa zamanda aşarak ve kardeşlerinin hepsini geride bırakarak öne geçmektedir.

Böylece en küçük çocuk genellikle ailedeki en hırslı öğrenci, en iyi sanatçı vb. olmaktadır. Ancak ailedeki sorunlu çocukların büyük bir çoğunluğu en küçük çocuklardır. Bunun nedeni ise tüm ailenin en küçük çocuğu şımartmalarıdır. Eğer ailede tek bir çocuk varsa, bu tek çocuğun kendisi ile yarışacak bir kardeşi olmadığı için çocuk babasını rakip olarak görmeye başlamakta ve bu çocuk hep bir kardeşi olacağı korkusu yaşamaktadır. Son olarak Adler, doğum sırasıyla ilgili görüşlerinde katı ve sarsılmaz kuralların olmadığını, çocuğun aile içindeki durumunun da önemli olduğunu belirtmiştir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2008, s. 55-56). Adler'in bu varsayımları sonraki dönemlerde çokça tartışmalara yol açmıştır.

2.4.1.4. Gustav Jung'un Kişilik Teorisi

Jung yapmış olduğu gözlem ve çalışmalar sonucunda içedönük ve dışadönük olmak üzere iki farklı tutum ortaya koymuştur. Ayrıca kişilerin deneyimlerinde duyu, duygu, düşünme ve sezgi olmak üzere dört ana işlev olduğunu belirtmiştir (İrengün, 2014, s. 58). Jung'a kişilik; bilinç ve bilinçdışından oluşmaktadır ve ortada "ben" bulunmaktadır (Özgün, 2007, s. 21). Jung, "*İnsan ve Simgeleri*" adlı kitabında bu dört işlevi şöyle tanımlamıştır: Duyum bize bir şeyin var olduğunu, düşünme onun ne olduğunu, hissetme onun hoş olup olmadığını, sezgi ise onun nereden gelip nereye gittiğini söylemektedir. Buna göre her insanın bu dört fonksiyonu kullanma kapasitesi birbirinden farklıdır. Jung'a göre bu dört işlevden hangisinin baskın olacağına büyük oranda doğuştan getirilen bir eğilimin etkili olduğu, fakat sosyal etkenler tarafından biçimlendirilmesinin de mümkün olacağını (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2008, s. 82) varsaymaktadır.

2.4.1.5. Karen Horney'in Kişilik Teorisi

İnsanların iyi ya da kötü olarak doğmadıklarını kişinin davranışını diğer insanlarla olan ilişkisinin etkilediğini varsayan (İyigün, 2011, s. 82) Horney, doğuştan gelen özelliklere daha az atıfta bulunarak, sosyal faktörlere bağlı bir kişilik modeli ortaya koymuştur (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2008, s. 108).

Horney insan davranışlarının fizyolojik olaylardan (içgüdü) kaynaklandığı yönündeki Freud'cu görüşe karşı çıkmıştır. Horney, aile içindeki problemlerin davranış bozukluklarına neden olduğunu ve sosyokültürel nedenlerin de bu öğrenme sürecini etkilediğini savunmuştur. Buna göre davranışlar, bireylerin çevresiyle olan ilişkiler içerisinde

geliştirdiği tepkilerdir. Bu tepkiler yaşamın ilk zamanlarında sınırlıyken giderek karmaşık tepkilere dönüşmektedir. Bu nedenle insan davranışlarının belirleyicileri algılar, duyu, düşünce, değer yargıları, amaçlar ve bunların karşılıklı etkileşimleridir (Kavut, 2018, s. 514).

Horney'e göre kişiliği iki temel eğilim yönetmektedir. Bunlar; doyum ve güven duygusudur. Bu doğrultuda her insanın korku ve endişelerden kurtulmak için bazı taktikler geliştirdiğini varsaymaktadır. Bu taktikler şunlardır (Özgün, 2007, s. 24):

- İnsanlara sevgi ve saygı duyma yoluyla korku ve endişelerini giderme taktikleri,
- İnsanlardan uzak durarak korku ve endişelerini giderme taktikleri,
- İnsanlarla mücadele ederek, güçlü olduğunu gösterme ve böylece korku ve endişelerinden kurtulma taktikleridir.

2.4.1.6. İnsancıl Yaklaşım

İnsancıl yaklaşım, doğuştan gelen potansiyeller üzerine odaklanmanın sağlıklı gelişme ve ilerlemeyi sağladığını (Sudak, 2011, s. 7) varsaymaktadır. Bu yaklaşımın öncülerinden biri Abraham Maslow'dur. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi, 1943 tarihli "*İnsan Motivasyonu Teorisi*" adlı makale Abraham Maslow'un öngördüğü psikolojide bir teoridir (Jerome, 2013, s. 39). Maslow'a göre motivasyon insan davranışlarının kaynağıdır. Bu yaklaşıma göre insanların ihtiyaçlarını, amaçlarını ve başarı isteklerini harekete geçiren motivasyonları vardır ve bu motivasyonlar davranışın temelini oluşturmaktadır.

Maslow'a göre her davranışın arkasında giderilmesi gereken bir ihtiyaç ve bu ihtiyaçların da bir hiyerarşisi bulunmaktadır (Yalçın, 2015, s. 32). Maslow insanların beş tür ihtiyacı olduğunu ve bunların hiyerarşik bir biçimde yer aldığını varsaymaktadır. Maslow'a göre bu ihtiyaçlar en düşükten en yükseğe doğru belirli bir hiyerarşide yer almakta ve bir ihtiyaç diğer bir ihtiyacı tetiklemektedir. Ancak Maslow'a göre bir ihtiyaç asla tam olarak karşılanmamaktadır (Kaur, 2013, s. 1062). Abraham Maslow'a göre ihtiyaçlar hiyerarşisi teorisi ile insanların ihtiyaçları beş seviyede motive edilmektedir.

Bunlar:

- (1) Temel ihtiyaçlar,
- (2) Korunma ihtiyaçları,
- (3) Sosyal ihtiyaçlar,

(4) Saygınlık ihtiyaçları ve

(5) Kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarıdır (Aruma ve Hanachor, 2017, s. 15).

İnsancıl yaklaşımın öncülerinden biri de Carl Rogers'dır. Rogers'e göre bireyler bir engelle karşılaştığında başarıya ulaşmak için daha fazla çaba harcamaktadır (Behrem, 2017, s. 23). Rogers'e göre her insan kendisi için faydalı olacak bir motivasyona ve bu değişimi sağlayacak yeteneğe sahiptir. Bireyler için bir ideal ve öz kimlik bulunmaktadır. İdeal kimlik, olmak istenilen; öz kimlik ise deneyim sonucunda oluşan kimliktir. Rogers'e göre bireyler öz kimliklerinin farkındadırlar; ancak öz kimlikler bilinçaltındadır. Bu nedenle bireylerin öz kimlikleri ile deneyimleri birbirleriyle uyusmayabilir. Bunun sonucunda öz kimlik ile gerçek kimlik arasında bir tutarsızlık meydana gelmekte ve bu tutarsızlıklar kişinin psikolojik sağlığına zarar vermektedir (Özhan, 2015, s. 48).

İnsancıl kuramı diğerlerinden ayıran en temel nokta; insan doğasına iyimser bir bakış açısı ile bakması ve bireyin özgür iradesine inanarak nasıl davrandığından ve kim olduğundan bireyi sorumlu tutmasıdır (Sudak, 2011, s. 7). Son olarak bu yaklaşımın öncüleri, bireylerin kişilik yapılarının kişiliğe onların gözüyle bakmakla anlaşılabileceğini ileri sürmüşlerdir (Isır, 2006, s. 50).

2.4.1.7. Biyolojik Yaklaşım

Bu yaklaşımın savunucuları bireysel farklılıkların belirlenmesinde kalıtsal eğilimler üzerinde durmuşlardır. Bu yaklaşımın öncülerinden biri Hans J. Eysenck'dir. Eysenck kişiliğin büyük oranda biyolojik faktörler tarafından belirlendiğini varsaymaktadır. Eysenck tarafından geliştirilen kişilik teorisinde kişiliği oluşturan faktörler belirli bir hiyerarşi içinde sunulmakta ve Eysenck'in bu teorisi "*Hiyerarşik Kişilik Kuramı*" olarak da adlandırılmaktadır. Bu teoride kişilik dört düzeyde ele alınmaktadır. Birinci düzey, biyolojik olarak gösterilen belirli tepkiler ve bireyin kalıtsal özellikleri ile ilgilidir. İkinci düzey, bireylerin yaşadığı ortamda kazandığı alışkanlıklara dayalı özellikleri ile ilgilidir. Üçüncü düzey ise bireyin birçok alışılmış davranış arasında belirli eğilimler kazanmasıdır. Bu eğilimler sonucunda bireyin doğruluk, dengesizlik gibi özellikleri ortaya çıkmaktadır. Son olarak kişiliğin dördüncü düzeyi ise belirgin kişilik özelliklerinin ortaya çıktığı aşamadır. Eysenck, kişiliğin dörtte üçünün genetik değişkenlerce belirlendiğini belirtmiş ve çevresel ve durumsal faktörlerin insan davranışları üzerindeki etkisine önem vermemiştir (İrengün, 2014, s. 61; Özhan, 2015, s. 46-47).

Eysenck kişiliğin üç boyutta ele alınabileceğini varsaymıştır. Bunlar içe-dışa dönüklük, nevrotiklik ve psikotiklik. Buna göre içedönüklük ve dışadönüklük boyutu kalıtsal faktörlere göre belirlenmektedir. Nevrotiklik düzeyi yüksek olan bireylerin duygu değişimi sürekli değişiklik göstermekte; psikotiklik boyutu yüksek olan bireyler ise mesafeli, soğuk ve saldırganlık özelliği göstermektedirler (Behrem, 2017, s. 22).

2.4.1.8. Ayırıcı Özellikler Yaklaşımı

Özellikler, kişilerarası farklılıkları belirlemek amacıyla kullanılan bir ifadedir. Bu yaklaşıma göre bireyin kişiliği temel özelliklerinin bir karmasıdır. Bu nedenle bireylerin bu özellikleri bilinebilir ise kişiliği de öğrenilmiş olacaktır. Bu yaklaşımın öncülerinden biri Gordon Allport'tur. Allport'un özellikler ile ilgili teorik varsayımları şunlardır (Özhan, 2015, s. 52-53):

- Özellikler, davranışı belirler ve dinamiktir.
- Özellikler, alışkanlıklardan daha fazla bulunmaktadır.
- Özellikler, bireyde bulunan diğer özelliklerden bağımsızdır.
- Özellikler sosyal ya da ahlaki değerlerle eş anlamlı değildir.
- Özellik ve eylemin tutarsız olması, o özelliğin olmadığı anlamına gelmemektedir.

Ayırıcı özellikleri yaklaşımının diğer araştırmacıları Freidman ve Rosnman'dır. Bu araştırmacılar; kişiliği örgüt içerisindeki stresle ilişkilendirerek A ve B tipi kişilik kuramını ortaya çıkarmışlardır (Yalçın, 2015, s. 30). Buna göre A tipi kişilerin; çalışmaları hızlıdır, açık ve çok hızlı konuşurlar ve sorulara kısa ve güçlü cevaplar verirler, soru sorma ile cevaplar arasındaki boşluğu doldururlar, işlerinden memnun değildirler ve daha yüksek pozisyon almaya çalışırlar, iddialıdırlar, zaman yönetimi önemlidir ve her zaman bir koşuşturma içindedirler. A tipi kişilerin en büyük problemi strestir ve genellikle yapmaları gereken görevlerin çokluğu nedeniyle bunalmaktadırlar. Çok rekabetçi bir ruha sahiptirler. A tipi bireyler çoklu görevlerde uyum sağlarlar, ancak çok sabırsız olma eğilimindedirler (Ansari vd., 2013, s. 1004; Fretwell vd., 2013, s. 60; Hussein, 2014, s. 2; Pradhan ve Kaur, 2016, s. 18-19). A tipi bireylerin aksine, B tipi bireyler sakin ve kolay bir tutum sergilerler. Eğlenceyi severler ve nispeten daha az rekabetçidirler. B tipi kişilikteki bireyler A tipi

kişilikteki bireylerin tam tersi özelliklere sahiptirler (Hussein, 2014: 2; Moqaddam ve Hatami, 2017: 256).

Ayırıcı özellikler yaklaşımının literatürde en çok kullanılan bir diğer örneği ise Beş Faktör Kişilik Özellikleri Yaklaşımıdır. "Büyük Beş" in ilk kökenleri, Francis Galton'un 1884 tarihli "*Karakter Ölçümü*" belgesine dayanmaktadır. 1930'lar ve 40'lar boyunca binlerce kişilik tanımlayıcısını sınıflandırmak amacıyla çeşitli dil araştırmaları yapılmıştır. Bu araştırmalarla birlikte, beş faktör kişilik özellikleri şekillenmeye başlamıştır. Bu araştırmaların sonucunda, beş faktörün kişilikteki bireysel farklılıkları tutarlı ve evrensel olarak hesaba katabildiğine yakın bir fikir birliğinin (Dale ve Harrison, 2017, s. 4) oluşmasına neden olmuştur.

Robert McCrea ve Paul Costa kişiliğin ilk olarak nevrotiklik ve dışadönüklük boyutlarına odaklanmış, daha sonra deneyime açıklık boyutunu keşfetmişlerdir. 1985 yılına kadar kişiliğin bu üç boyutu üzerine odaklanılmışken daha sonraki dönemlerde kişiliğin beş boyutlu olduğu üzerinde çalışmalar yapılmıştır (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2008, s. 286-287).

Kişiliğin beş faktörlü boyutu araştırmacı Warren Norman tarafından ortaya çıkarılmıştır. Norman 1963 yılında yapmış olduğu çalışmada kişilik özelliklerinin dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge ve yeniliklere açıklık olarak sınıflandırmıştır. 1980'li yılların sonlarında ise anlamlı bir sınıflandırma sağlayan "Beş Faktör Modeli" üzerinde uzlaşmaya varılmıştır (Deniz ve Erçiş, 2008: 303). Böylece 1990'lı yıllarda beş faktör kişilik özellikleri modelinin ortaya çıkışı ile birlikte kişilik ölçümünde genel bir çerçeve sağlanmıştır (Caballero vd., 2013, s. 7).

Kişilik özellikleri ile ilgili farklı görüşler ve sınıflandırmaların ortaya atılması farklı görüşlerin bir arada toplanmasını sağlamıştır (Bacanlı vd., 2009, s. 262).

Literatürde "*Büyük Beş*" olarak da bilinen kişilik özelliklerinin dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, deneyime açıklık ve duygusal denge boyutlarından oluştuğu (Heaven ve Ciarrochi, 2012, s. 519; John ve Srivastava, 1999; Dal ve Dal, 2014, s. 148; Çarıkçı vd., 2010, s. 43; Just, 2011, s. 765; Komarraju vd., 2009, s. 47; Sıgır ve Gürbüz, 2011, s. 31; Bacanlı vd., 2009: 262; Çivitçi ve Arıcıoğlu, 2012: 82) kabul edilmektedir.

Dışadönüklük; konuşkan, girişken, kendine güvenen (Sıgır ve Gürbüz, 2011, s. 32; Kerr vd., 2017, s. 10), iddialı ve sosyal olmaya meyilli (Javan, 2014, s. 113), insanlarla birlikte olmayı seven, liderlik gibi kişilik özelliklerini temsil etmektedir (Dal ve Dal 2014, s. 148).

Dışadönüklük düzeyi yüksek olan bireyler daha büyük bir sosyal ağlara sahiptirler (Wehrli, 2008, s. 5) ve çalışma çevresi ve iş ortamını, içedönük insanlara göre daha olumlu algırlarlar. Dışadönük insanlar aynı zamanda iş ortamında çalışma arkadaşlarından pozitif tepkiler almaktadırlar (Bitlisli vd., 2013, s. 463). Dışadönüklük düzeyi düşük olan bireyler ise içe kapanık, insanlara karşı mesafeli, sosyalleşmeyi sevmeyen (Ulama, 2016, s. 743), yalnız kalmayı seven (Wehrli, 2008, s. 5) sessiz ve bağımsız bireyler olarak nitelendirilmektedir. Girişimciler ortaklar, çalışanlar ve müşteriler de dâhil olmak üzere çeşitli birey ve kurumlarla iletişim halinde bulunmaktadır. Bu nedenle, girişimcilik faaliyeti sosyal etkileşim gerektirdiği için girişimcilerin dışadönüklük özelliğinin diğer bireylere göre daha fazla olması beklenmektedir (Zhao ve Seibert, 2006, s. 260-261).

Uyumluluk; başka insanlarla uyumlu ve geçimli olma (Sıgri ve Gürbüz, 2011, s. 32; Deniz, 2011, s. 99), başkalarına yardım etmekte isteklilik, fedakâr ve başkaları tarafından sempatik karşılanan (Rorthman ve Coetzer, 2003, s. 69), anlayışlı, kibar, esnek, güven verici, iş birliğine meyilli, şefkatli, nazik, olumlu insan ilişkilerini tercih eden, saygılı, alçakgönüllü (Abdullah vd., 2016, s. 178; Kerr vd., 2017, s. 10; Javan, 2014, s. 113; Liang vd., 2015, s. 167; Wehrli, 2008, s. 5) kişilik özelliklerini temsil etmektedir. Uyumluluk düzeyi yüksek olan insanlar sosyal etkileşime büyük önem verdiklerinden sosyal ağları güçlü olan bireylerdir (Wehrli, 2008, s. 5). Uyumluluk bir kişinin güvenilir olarak görülmesine ve olumlu, iş birliğine dayalı çalışma ilişkilerinin oluşturulmasına yardımcı olsa bile, yüksek düzeyde uyumluluk özelliği, kişinin sıkı pazarlık yapma isteğini engelleyebilmekte ve başkalarının yararı için kendi yararını olumsuz etkileyebilmektedir (Zhao ve Seibert, 2006, s. 261).

Sorumluluk boyutu; bireysel sorumluluğu, programlı çalışmayı, ayrıntı odaklılığı (Dal ve Dal, 2014, s. 149) disiplinli, dikkatli ve düzenliliği (Deniz, 2011, s. 99), güvenilir, özenli (Wehrli, 2008, s. 5), görev ve amaç odaklı davranışa (Kerr vd., 2017, s. 10) sahip olma gibi kişilik özelliklerini ifade etmektedir. Sorumluluk, bireyin hedefe ulaşma derecesini, devamlılığını, çalışkanlığını ve motivasyonunu göstermektedir. Bazı araştırmacılar bu yapıyı iradenin bir göstergesi ya da çok çalışabilme yeteneği olarak görmektedir (Zhao ve Seibert, 2006, s. 261). Sorumluluk düzeyi yüksek olan insanlar, diğer insanlara göre daha dikkatli, mantıklı ve hedef (Abdullah vd., 2016, s. 178) odaklıdırlar. Sorumluluk düzeyi düşük olan bireylerin ise sorumluluk bilinci düşüktür ve dikkatleri kolay dağılmaktadır (Javan, 2014, s. 113).

Deneyime açıklık boyutu; yeni duygu ve düşüncelere açık olma, geleneksel olmayan tutum, esneklik, estetik duyarlılık, merak, duyarlılık, entelektüel, yaratıcı (Çivitçi ve Arıcıoğlu, 2012, s. 82), her şeyi öğrenmek istemek, yenilikçilik (Gökdeniz ve Merdan, 2011, s. 25; Javan, 2014, s. 113), zihinsel ve deneysel yaşamının genişliğini, derinliğini, özgünlüğünü ve karmaşıklığı (Kerr vd., 2017, s. 10) gibi kişilik özelliklerini temsil etmektedir (Abdullah vd., 2016, s. 178). Deneyime açıklık boyutu sosyal ve kişilerarası ilişkilerde güçlü bir etkiye sahiptir (Wehrli, 2008, s. 5). Bu nedenle, yüksek düzeyde deneyime açıklık özelliği olan insanlar, yeni fikirler ve deneyimlere açıktırlar ve geleneksel olmayan yeni yöntemleri denemek istemektedirler (Liang vd., 2015, s. 167).

Olumsuz duygular yaşama eğilimi (Ulama, 2016, s. 743) olarak ifade edilen **Nevrotizm (duygusal dengesizlik)** üzüntü, kırılganlık, depresyon, suçluluk (Wehrli, 2008: 5; Liang vd., 2015, s. 167), kaygılı (Lenton, 2014, s. 5), özgüven ve saygıdan yoksun olma (Judge ve Bono, 2000, s. 753), düşük duygusal kararlılık, acı çekmeye meyilli, duygusal olarak güvensiz ve dengesiz (Abdullah vd., 2016, s. 178) kişilik özelliklerini ifade etmekte kullanılmaktadır. Yüksek düzeyde duygusal dengesizlik yaşayan kişiler, stresli durumlarda (Liang vd., 2015, s. 167) gergin, endişeli, depresif ve güvensiz olma özelliğine sahip olmaktadır. Duyusal dengeli bireyler ise sakin, güven verici ve strese karşı koyma yeteneğine sahiptirler. Bu kişiler, olumsuz duygulardan uzak durarak istikrarlı bir yaklaşım sergilemektedirler (Javan, 2014, s. 113).

2.4.1.9. Bilişsel Yaklaşım

Bu yaklaşım, insan davranışlarındaki farklılıkları anlayabilmek için insanların bilgiyi işleme tekniklerindeki farklılıkları incelemektedir. Bu kuramın öncülerinden biri George Kelly'dir. Kelly bilişsel yapıları kişisel yapılar olarak tanımlamıştır. Kelly'e göre kaygı psikolojik sorunlara neden olmaktadır. Kelly'e göre bu kaygının sebebi de kişinin olayların sonuncunu kestirememesidir. Kelly "herkes tarafından sevilmem gerekir" ve "her şeyi mükemmel yapmalıyım" gibi bazı inançların duygusal bozukluğa neden olduğu varsaymaktadır (Behrem, 2017, s. 25; Özhan, 2015, s. 51).

2.4.1.10. Davranışsal/Sosyal Öğrenme Yaklaşımı

Davranışsal/sosyal öğrenme yaklaşımı, 1920'li yıllarda John B. Watson ve daha sonra Skinner, Rotter ve Bandura gibi bilim adamlarının katkıları ile gelişmiştir. Bu yaklaşımda

kişilik; klasik, edimsel koşullanma ve model almanın bir sonucu olarak kabul görmektedir. Buna göre zihinsel ve bedensel özellikler uygun olduğu takdirde, birey herhangi bir ortamda birçok davranış sergileyebilme özelliğine sahip olmaktadır. Ancak birey ödül, ceza ve alınan modele göre bazen sınırlandırılmaktadır. Buna göre bireyler hayatı boyunca karşılaştığı ceza ve ödüller karşısında belirli davranış kalıpları oluşturmakta ve bu davranış kalıpları bireyin herhangi bir ortamdaki davranışlarını etkilemektedir (Özhan, 2015, s. 49).

Edimsel Koşullanma, Skinner tarafından geliştirilmiştir. Buna göre bireylerin bir davranış sonucunda cezalandırılması ya da ödüllendirilmesi istenen davranış tekrarlamaktadır (Aydın, 2000, s. 185). Bu nedenle Skinner'e göre kişilik gelişimi, öğrenme sonucu tepki eğilimlerinin oluşumu ile açıklanmaktadır. Aynı şekilde Rotter'a göre beklentiler de değiştiğinden ödül ve cezaya göre bir davranış gösterme olasılığının da değiştiğini varsaymaktadır. Albert Bandura'ya göre ise kişilik, başkalarının davranışlarını gözlemle ve taklit ile öğrenilmiş davranış örüntüsüdür (Özhan, 2015, s. 50).

Özetle, bu yaklaşım psikolojinin gözlenebilir ve ölçülebilir yanının araştırılmasının önemini savunmakta ve özellikle davranış ve toplumsal kişilik üzerinde durmaktadır (Isır, 2006, s. 50).

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde; araştırmanın modeli, evreni ve örnekleme, çalışma grubunun özellikleri, veri toplama araçları ve toplanan verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemler hakkında bilgi verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, Spor lisesi öğrencilerin Psikolojik sağlamlık ve Temel Kişilik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda spor lisesi öğrencilerinin Psikolojik sağlamlık ve Kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin yordacısı etkisini belirlemek için bir model kurulmuş ve kurulan bu modele cevap aranmıştır.

Öğrencilerin demografik özelliklerine göre Psikolojik sağlamlık ve Temel kişilik özellikleri arasında anlamlı farklılık olup olmadığı tespit edilmiştir. Bu araştırma genel tarama modellerinden, ilişkisel tarama türünde bir araştırmadır. Genel tarama modelleri; çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 1991). İlişkisel tarama, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek ve neden-sonuç ile ilgili ipuçlarına ulaşmak amacıyla yapılan araştırma modelidir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012; Karasar, 2009). İlişkisel taramada değişkenler keşfedici ve yordayıcı olabilir (Mertens, 1998; aktaran Karakaya, 2009).

3.2. Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubu; Mardin, Kars, Kırıkkale, İzmir, Bolu, Antalya ve Amasya ilindeki spor liselerinde öğrenimlerine devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Katılımcılar, 204'ü kız öğrenci ve 465'i ise erkek öğrenci olmak üzere toplam 669 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma grubunun diğer özelliklerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1

Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

		n	%
İl	Mardin	63	9,4
	Kars	92	13,8
	Kırıkkale	110	16,4
	İzmir	91	13,6
	Bolu	94	14,1
	Antalya	117	17,5
	Amasya	102	15,2
	Toplam	669	100,0
Cinsiyet	Kız	204	30,5
	Erkek	465	69,5
	Toplam	669	100,0
Yaş	14	102	15,2
	15	191	28,6
	16	169	25,3
	17	148	22,1
	18	57	8,5
	19	2	,3
	Toplam	669	100,0
Okul türü	Spor Lisesi	669	100,0
Okulu İsteyerek Seçme	Evet	633	94,6
	Hayır	36	5,4
	Toplam	669	100,0
Aile Gelir Durumu	2000 TL altı	182	27,2
	2000-4000 TL	309	46,2
	4001-6000 TL	121	18,1
	6001-8000 TL	22	3,3
	8000 TL üstü	35	5,2
	Toplam	669	100,0
Anne Eğitimi Düzeyi	İlkokul	284	42,5
	Ortaokul	185	42,5
	Lise	163	27,7
	Üniversite	29	24,4

	Yüksek Lisans	5	4,3
	Doktora	3	,7
	Toplam	669	,4
Baba Eğitimi Düzeyi	İlkokul	173	25,9
	Ortaokul	203	30,3
	Lise	224	33,5
	Üniversite	58	8,7
	Yüksek Lisans	9	1,3
	Doktora	2	,3
	Toplam	669	100,0
Anne Sağlık Durumu	Sağlıklı	641	95,8
	Sağlıklı değil	28	4,2
	Toplam	669	100,0
Baba Sağlık Durumu	Sağlıklı	639	95,5
	Sağlıklı değil	30	4,5
	Toplam	669	100,0
Aile Durumu	Beraber	587	87,7
	Boşanmış	82	12,3
	Total	669	100,0

Katılımcılara ait demografik bilgilerin dağılımı frekans analizi ile incelenmiş ve sonuçları verilmiştir. Katılımcıların ilçe göre dağılımı incelendiğinde; Mardin %9,4, Kars %13,8, Kırıkkale %16,4, İzmir %13,6, Bolu %14,1, Antalya %17,5 olup Amasya oranı %15,2'dir. Cinsiyete göre dağılım incelendiğinde kızların oranı %30,5, erkeklerin oranı ise %69,5'tir. Yaşlara göre dağılım incelendiğinde 14 yaş oranı %15,2, 15 yaş oranı %28,6, 16 yaş oranı %25,3, 17 yaş oranı %22,1 olup 18 ve 19 yaş oranı %8,8'dir. Katılımcıların tamamı spor lisesindendir. Okulu isteyerek seçme durumuna göre dağılım incelendiğinde; %94,6'sı okulu isteyerek seçtiğini belirtirken %5,4'ü isteyerek seçmemiştir. Aile ekonomik durumuna göre dağılımı incelendiğinde %27,2'sinin geliri 2000 TL'nin altında, %46,2'sinin geliri 2000-4000 TL arasında, %18,1'i geliri 4001-6000 TL arasında, %3,3'ünün geliri 6001-8000 TL geliri olanların %3,3 olup geliri 8000 TL'den fazla geliri olanların oranı %5,2'dir. Anne eğitim düzeyi dağılımı incelendiğinde ilköğretim mezunu olanların oranı %42,5, ortaokul mezunu olanların oranı %27,7, lise mezunu olanların oranı %24,4 olup üniversite mezunu olanların oranı %4,3, yüksek lisans ve doktora mezunu olanların oranı %1,1'dir. Baba eğitim düzeyi dağılımı incelendiğinde ilköğretim mezunu olanların oranı %25,9, ortaokul mezunu olanların oranı %30,3, lise mezunu olanların oranı %33,5 olup üniversite mezunu olanların oranı %8,7, yüksek lisans ve doktora mezunu olanların oranı %1,6'dır. Anne ve baba sağlık durumuna göre dağılım incelendiğinde

annesi sağlıklı olanların oranı %95,8, babası sağlıklı olanların oranı %95,5'tir. Katılımcıların %87,7'sinin ailesi beraberken %12,3'ünün ailesi boşanmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, psikolojik sağlamlığı belirleyebilmek amacı ile “Psikolojik Sağlamlılık Ölçeği”, kişisel özellikleri belirlemek için “Temel Kişilik Özelliği Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçme araçlarına ilişkin detaylı bilgi aşağıda verilmektedir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu (Ek.1)

Araştırmacı tarafından oluşturulmuş kişisel bilgi formunda Spor liselerinde eğitim alan öğrencilerin il, cinsiyet, yaş, okul türü, okulu isteyerek seçme, aile gelir durumu, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, anne sağlık durumu, baba sağlık durumu ve aile durumuna ilişkin sorular hazırlanmıştır.

3.3.2. Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (Ek.2)

On bir farklı ülkeden toplanan veriler ışığında geliştirilen ölçeğin 28 maddelik orijinal formu, üç alt ölçek ve sekiz alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçme aracı sosyoekolojik bakış açısıyla, nicel ve nitel yöntemler kullanılarak geliştirilmiştir (Liebenberg, Ungar ve Van de Vijver, 2012). Ölçeğin kısa form çalışması Liebenberg, Ungar ve LeBlanc (2013) tarafından yapılmış ve iki farklı çalışma sonucunda 12 maddelik bir yapı elde edilmiştir. Ölçeğin faktör yük değerleri .39 ile .88 arasında değişmekte ve iç tutarlılık katsayısı .84 bulunmuştur. Beşli likert yapıda olan ölçme aracı “Beni tamamen tanımlıyor (5)” ile “Hiç tanımlamıyor (1)” arasında derecelendirilmektedir. Yüksek puan yüksek sağlamlık düzeyini belirtmektedir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Alınabilecek toplam puan 60'tır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması ve güvenilirlik-geçerlilik çalışması Arslan (2015) tarafından yapılmıştır. Güvenirlik çalışması kapsamında ölçeğin tamamı için Cronbach α güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Birinci örneklem için iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. On iki maddelik bir ölçme aracı için elde edilen bu değerlerin oldukça iyi olduğu söylenebilir. Ayrıca ölçeğin madde-toplam korelasyon değerleri .45 ve .79 arasında değişmektedir. Elde edilen değerler bu ölçeğin çocuk ve ergenlerde psikolojik sağlamlığı ölçmek için güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

3.3.3. Temel Kişilik Özellikleri Ölçeği (Ek.3)

Türk Kültüründe Geliştirilmiş Temel Kişilik Özellikleri Ölçeği Gençöz ve Öncül (2012) tarafından beş faktörlü kişilik modeli temel alınarak hazırlanmıştır. Ölçeğin geliştirilmesi süreci üç aşamada gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan farklı kişileri hangi sıfatlar ile tanımladıklarını belirtmeleri istenmiştir. Üniversite öğrencilerinden ve yetişkinlerden oluşan çalışma grubuna her bir kişilik özelliğinin kendilerine uygun olup olmadığını Likert tipi ölçekte 1’den 5’e kadar derecelendirmeleri istenmiştir. Böylece temsil gücü en yüksek olan kişilik özelliklerinin ortaya çıkması hedeflenmiştir. Yapılan çalışmalar neticesinde Temel Kişilik Özellikleri Ölçeği’nin Türk kültüründe geçerli ve güvenilir sonuçlar verdiği görülmüştür (Gençöz ve Öncül, 2012). Temel Kişilik Özellikleri Ölçeği 45 madde ve altı alt boyuttan oluşmaktadır. Her bir maddede bir kişilik özelliğini ifade edilmektedir. Maddeler 1 (Hiç Uygun Değil)’ den 5 (Bana Çok Uygun)’e kadar derecelendirilir. Ölçekte 6, 7, 21, 22, 24, 32, 38, 39 nolu maddeler ters maddelerdir (Gençöz ve Öncül, 2012). Ölçeğin ergenlik döneminde bulunan gençler için güvenilirlik ve geçerlilik çalışmalarında alt boyutların iç tutarlıkları dışadönüklük alt boyutu için .76; sorumluluk alt boyutu için .80; geçimlik/uyumluluk alt boyutu için .82; duygusal tutarsızlık alt boyutu için .81; gelişime açıklık alt boyutu için .76; negatif değerlik alt boyutu için .56 olarak belirlenmiştir.

Tablo 2

Kullanılan Ölçeklerin ve Alt Faktörlerine İlişkin Cronbach Alpha Güvenirlik Analizi Sonuçları

	Chronbach Alfa
Psikolojik Sağlamlık	0,884
Temel Kişilik Özellikleri	0,789
<i>Dışadönüklük</i>	0,825
<i>Sorumluluk</i>	0,808
<i>Nezaket</i>	0,745
<i>Duygusal Dengesizlik</i>	0,812
<i>Deneyime Açıklık</i>	0,848
<i>Negatif Değer</i>	0,743

Tablo 2’de öğrencilere uygulanan Psikolojik Sağlamlık ve Temel Kişilik Özellikleri ile alt faktörlerine ilişkin Cronbach Alpha güvenirlilik katsayılarının dağılımları görülmektedir. Psikolojik Sağlamlık ölçeği Cronbach Alpha güvenirlilik katsayısı 0,88, toplam Temel Kişilik Özellikleri ölçeği Cronbach Alpha güvenirlilik katsayısı 0,78, Dışadönüklük alt faktöründe Cronbach Alpha güvenirlilik katsayısı 0,82, Sorumluluk alt faktöründe Cronbach

Alpha güvenilirlik katsayısı 0,80, Duygusal Dengesizlik alt faktöründe Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,81, Deneyime Açıklık alt faktöründe Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,84 ve Negatif Değer alt faktöründe Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,74 olarak hesaplanmıştır. Cronbach's Alfa Katsayısının değerlendirilmesinde uyulan değerlendirme ölçütü;

$0.00 \leq \alpha < 0.40$ ise ölçek güvenilir değildir.

$0.40 \leq \alpha < 0.60$ ise ölçek düşük güvenilirliktedir.

$0.60 \leq \alpha < 0.80$ ise ölçek oldukça güvenilirdir.

$0.80 \leq \alpha < 1.00$ ise ölçek yüksek derecede güvenilirdir (Alpar, 2013; Tavşancıl, 2002).

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmanın amacına uygun olarak toplanan veriler SPSS-22 paket programında işleme alınmıştır. Psikolojik sağlamlık düzeyleri ve kişilik özellikleri ölçeği ve alt faktörlerinden elde edilen ortalama puanların çarpıklık değerlerinin +1 ile -1 aralığında değiştiği görülmektedir. Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları ortalama puanlar arasındaki farklılığa ve ölçekler arasındaki ilişkiye bakmadan önce veri dağılımının parametrik veya nonparametrik olup olmadığına karar vermek için normallik testler yapılmıştır. Bu bağlamda veri setinin çarpıklık ve basıklık değerleri normallik varsayımının sınanmasında dikkate alınmıştır. Ölçme araçlarından elde edilen puanlara ilişkin test sonuçları, çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 3'te görülmektedir.

Tablo 3

Öğrencilerin Ölçme Araçlarından Aldıkları Puanların Normalliğine İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik Sağlamlık	-0,51	0,74
Dışadönüklük	-0,09	-0,65
Sorumluluk	-0,33	0,92
Nezaket	0,19	0,89
Duygusal Dengesizlik	0,10	-0,48
Deneyime Açıklık	-0,75	0,21
Negatif Değer	0,64	0,85

Tablo 3'te ölçek ve alt boyutlarına ait ortalama ve standart sapma gibi tanımlayıcı istatistikler verilmiştir. Ölçek alt boyutlarının normal dağılıma uygunluk gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık ve basıklık katsayıları saptanmıştır. Çarpıklık ve

basıklık katsayıları +1 ile -1 arasında olduğu için ölçek ve alt boyutlarının normal dağılıma uygun olduğu söylenir (Büyüköztürk, 2019; Hair, Hult, Ringle ve Sarstedt, 2013; Morgan, Leech, Gloeckner ve Barrett, 2004).

Öğrencilerin Psikolojik sağlamlık düzeyleri ve Temel kişilik özellikleri ölçeği arasındaki ilişkiye Pearson Korelasyon analizi ile bakılmış, kişilik özelliklerinin psikolojik sağlamlık durumuna etkisine Çoklu Regresyon analizi ile bakılmıştır. Araştırma kapsamında regresyon varsayım kriterleri olan modele dahil edilen değişkenler arasında korelasyon değerlerinin 0.70'in altında olduğu belirlendikten sonra varyans artış faktörünün (VIF) 10'un altında olduğu, tolerance değerinin ise 0.2'nin üstünde olduğu bu doğrultuda çoklu bağlantı (multicollinearity) probleminin olmadığı saptanmıştır (Tabachnick & Fidell, 2013). Öğrencilerin cinsiyet ve aile durumu değişkenlerine göre ölçme araçlarından elde edilen verilere ait puan dağılımları arasında anlamlı farklılık olup olmadığının tespiti için T-test, yaş, aile gelir durumu değişkenleri için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. İki den fazla grup olan değişkenler bağlamında anlamlı farklılık çıkması durumunda grupların karşılaştırılması için çoklu karşılaştırma (Post Hoc) testlerinden Tukey testi uygulanmıştır (Can, 2014). Kullanılan ölçeklerin güvenilirliğini test etmek amacı ile Cronbach Alpha güvenirlik analizi yapılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilmiş bulgular araştırmanın alt problemlerine göre sunulmuştur. Spor lisesinde eğitim alan öğrencilerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Temel Kişilik Özellikleri ile, cinsiyet, yaş, aile gelir durumu ve aile durumuna ilişkin değişkenlerine göre araştırmanın problemleri doğrultusunda incelenmiştir. Öğrencilerin “Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Ölçeği” ve “Temel Kişilik Özellikleri Ölçeği”ne verdikleri cevapların çarpıklık ve basıklık katsayılarının +1 ile -1 aralığında olduğu sonucuna ulaşılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilerek analizlere devam edilmiştir. Bulgular alt problemler doğrultusunda sunulmuştur.

Araştırmanın alt problemi olan Psikolojik sağlamlık ve Temel kişilik özelliklerinin cinsiyete göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplarda T-test ile incelenmiş ve sonuçları Tablo 4’te gösterilmektedir.

Tablo 4

Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Temel Kişilik Özellikleri Ölçekleri ile Alt Boyutlarının Dağılımları

Cinsiyet		N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Psikolojik Sağlamlık	Kız	204	48,41	8,88	-1,082	0,28
	Erkek	465	49,15	7,87		
Temel Kişilik Özellikleri	Kız	204	3,4	0,77	1,513	0,131
	Erkek	465	3,49	0,72		
Sorumluluk	Kız	204	3,68	0,64	-0,607	0,544
	Erkek	465	3,71	0,57		
Nezaket	Kız	204	4,48	0,76	2,391	0,017*
	Erkek	465	4,34	0,63		
Duygusal Dengesizlik	Kız	204	3,07	0,81	4,372	0,000*
	Erkek	465	2,77	0,82		
Deneyime Açıklık	Kız	204	3,98	0,71	-2,059	0,040*
	Erkek	465	4,1	0,63		
Negatif Değer	Kız	204	1,83	0,61	-4,675	0,000*
	Erkek	465	2,1	0,72		

*p<0,05

Tablo 4’de Psikolojik sağlamlık düzeyleri ve Temel kişilik ölçekleri ile alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre ortalamaları görülmektedir. Bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığının tespiti için yapılan T-test analizi sonucuna göre; Psikolojik sağlamlılık düzeyleri ölçeğinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Temel kişilik özellikleri ölçeği nezaket, duygusal dengesizlik, deneyime açıklık ve negatif değer alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu tespit edilirken ($p<0,05$) diğer alt boyutları ile arasında anlamlı düzeyde farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 5

Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Temel Kişilik Özellikleri ile Alt Boyutlarının Dağılımları

Yaş		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Psikolojik Sağlamlık	14	102	49,87	7,35	0,936	0,442
	15	191	49,44	7,25		
	16	169	48,37	7,70		
	17	148	48,55	9,61		
	18-19	59	48,15	9,78		
	Toplam	669	48,92	8,19		
Temel Kişilik Özellikleri Dışadönüklük	14	102	3,46	0,75	1,312	0,264
	15	191	3,54	0,72		
	16	169	3,37	0,74		
	17	148	3,49	0,77		
	18-19	59	3,48	0,66		
	Toplam	669	3,47	0,73		
Sorumluluk	14	102	3,70	0,55	0,213	0,931
	15	191	3,73	0,61		
	16	169	3,71	0,58		
	17	148	3,67	0,61		
	18-19	59	3,73	0,61		
	Toplam	669	3,71	0,59		
Nezaket	14	102	4,37	0,88	0,178	0,950
	15	191	4,37	0,55		
	16	169	4,38	0,66		
	17	148	4,38	0,69		
	18-19	59	4,45	0,69		
	Toplam	669	4,38	0,68		
Duygusal Dengesizlik	14	102	2,79	0,74	2,048	0,086
	15	191	2,75	0,79		
	16	169	2,93	0,85		
	17	148	2,94	0,87		
	18-19	59	2,98	0,92		
	Toplam	669	2,87	0,83		
Deneyime Açıklık	14	102	4,09	0,57	0,802	0,524
	15	191	4,05	0,64		
	16	169	4,06	0,70		
	17	148	4,01	0,70		
	18-19	59	4,19	0,66		
	Toplam	669	4,06	0,66		
Negatif Değer	14	102	1,92	0,56	1,743	0,139
	15	191	1,95	0,61		
	16	169	2,07	0,71		
	17	148	2,05	0,79		
	18-19	59	2,15	0,85		
	Toplam	669	2,01	0,70		

Tablo 5'te Psikolojik sağlamlık düzeyleri ve Temel kişilik özellikleri ölçekleri ile alt boyutlarının yaş değişkenine göre ortalamaları görülmektedir. Bu ortalamalar arasındaki

farkın anlamlı olup olmadığının tespiti için yapılan Tek Yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucuna göre; Psikolojik sağlık düzeyleri ve Temel kişilik özelliklerinin yaş değişkeni ile arasında anlamlı düzeyde farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 6

Öğrenci Ailelerinin Aylık Gelir Durumuna Göre Psikolojik Sağlık Düzeyleri ve Temel Kişilik Özellikleri Ölçekleri ile Alt Boyutlarının Dağılımları

Aile aylık gelir durumu	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Psikolojik Sağlık	2000 TL altı	182	49,22	7,42	4,001 0,003*
	2000-4000 TL	309	49,55	7,06	
	4001-6000 TL	121	47,91	9,68	
	6001-8000 TL	22	50,55	7,39	
	8000 TL üstü	35	44,34	13,30	
	Toplam	669	48,92	8,19	
Temel Kişilik Özellikleri Dışadönüklük	2000 TL altı	182	3,34	0,70	2,039 0,087
	2000-4000 TL	309	3,53	0,72	
	4001-6000 TL	121	3,49	0,78	
	6001-8000 TL	22	3,44	0,74	
	8000 TL üstü	35	3,50	0,83	
	Toplam	669	3,47	0,73	
Sorumluluk	2000 TL altı	182	3,79	0,51	1,671 0,155
	2000-4000 TL	309	3,70	0,63	
	4001-6000 TL	121	3,61	0,60	
	6001-8000 TL	22	3,71	0,45	
	8000 TL üstü	35	3,65	0,67	
	Toplam	669	3,71	0,59	
Nezaket	2000 TL altı	182	4,50	0,79	2,466 0,044*
	2000-4000 TL	309	4,35	0,57	
	4001-6000 TL	121	4,37	0,55	
	6001-8000 TL	22	4,20	0,62	
	8000 TL üstü	35	4,21	1,16	
	Toplam	669	4,38	0,68	
Duygusal Dengesizlik	2000 TL altı	182	2,90	0,84	1,516 0,196
	2000-4000 TL	309	2,80	0,79	
	4001-6000 TL	121	2,90	0,80	
	6001-8000 TL	22	2,90	0,94	
	8000 TL üstü	35	3,13	1,07	
	Toplam	669	2,87	0,83	
Deneyime Açıklık	2000 TL altı	182	4,03	0,69	0,161 0,958
	2000-4000 TL	309	4,07	0,62	
	4001-6000 TL	121	4,07	0,64	
	6001-8000 TL	22	4,13	0,45	
	8000 TL üstü	35	4,09	1,01	
	Toplam	669	4,06	0,66	
Negatif Değer	2000 TL altı	182	1,99	0,71	8,026 0,000*
	2000-4000 TL	309	1,94	0,61	
	4001-6000 TL	121	2,03	0,61	
	6001-8000 TL	22	2,31	0,82	
	8000 TL üstü	35	2,58	1,14	
	Toplam	669	2,01	0,70	

* $p<0,05$

Tablo 6’da Psikolojik sağamlık düzeyleri ve Temel kişilik özellikleri ölçekleri ile alt boyutlarının ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre ortalamaları görölmektedir. Bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığının tespiti için yapılan Tek Yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucuna göre; Psikolojik sağamlık düzeylerinin anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görölmüştür ($p<0,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY Testi sonuçlarına göre; 6001- 8000 TL arası geliri olanların psikolojik sağamlık düzeyi diğer gelir düzeylerinin psikolojik sağamlık düzeylerinden anlamlı derecede daha yüksektir.

Temel kişilik özelliklerinin ailenin aylık gelir durumuna göre değişimi incelendiğinde; Nezaket ve Negatif Değer alt boyutlarının ailenin aylık gelir durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görölürken ($p<0,05$), diğer alt boyutların anlamlı farklılık göstermediği görölmüştür ($p>0,05$). Anlamlı farklılık gösteren alt boyutlar için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY Testi sonuçlarına göre; Nezaket alt boyutu için, geliri 2000 TL altında olanların nezaket düzeyi geliri 6001-8000 TL olanlardan anlamlı derecede daha yüksektir. Negatif değer alt boyutu için; geliri 8000 TL üzeri olanların negatif değer düzeyi geliri 2000 TL altı olanlar, 2000-4000 TL geliri olanlar ve 4001-6000 TL geliri olanlardan anlamlı derecede daha yüksektir.

Tablo 7

Öğrenci Aile Durumuna Göre Psikolojik Sağamlık Düzeyleri ve Temel Kişilik Özellikleri Ölçekleri ile Alt Boyutlarının Dağılımları

Aile Durumu		N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Psikolojik Sağamlık	Beraber	587	49,27	7,96	2,936	0,003*
	Boşanmış	82	46,45	9,33		
Temel Kişilik Özellikleri	Beraber	587	3,46	0,73	-0,138	0,890
	Boşanmış	82	3,48	0,80		
Dışadönüklük	Beraber	587	3,72	0,60	1,274	0,203
	Boşanmış	82	3,63	0,56		
Sorumluluk	Beraber	587	4,39	0,69	0,941	0,347
	Boşanmış	82	4,32	0,60		
Nezaket	Beraber	587	2,84	0,83	-2,365	0,018*
	Boşanmış	82	3,07	0,82		
Duygusal Dengesizlik	Beraber	587	4,08	0,66	2,166	0,031*
	Boşanmış	82	3,91	0,68		
Deneyime Açıklık	Beraber	587	2,00	0,69	-1,662	0,097
	Boşanmış	82	2,13	0,76		

* $p<0,05$

Tablo 7’de Psikolojik sağlamlık düzeyleri ve Temel kişilik özellikleri ölçekleri ile alt boyutlarının ailelerinin aylık gelir durumu değişkenine göre ortalamaları görülmektedir. Bu ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığının tespiti için yapılan T-test analizi sonucuna göre; psikolojik sağlamlık düzeyinin aile durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür ($p<0,05$). Ailesi beraber yaşayanların psikolojik sağlamlık düzeyinin ailesi boşanmış olanlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Temel kişilik özellikleri alt boyutlarından duygusal dengesizlik ve deneyime açıklık düzeyinin aile durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken ($p<0,05$), diğer alt boyutların aile durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür ($p>0,05$).

Tablo 8

Öğrencilerin Psikolojik Sağlamlık ve Temel Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki

	Psikoloji Sağlamlık	Temel Kişilik Özellikleri Dışadönüklük	Sorumluluk	Nezaket	Duygusal Dengesizlik	Deneyim e Açıklık	Negatif Değer
Psikolojik Sağlamlık	$r = 1$ $p = ,000$	$,187^{**}$ $,000$	$,323^{**}$ $,000$	$,357^{**}$ $,000$	$-,207^{**}$ $,000$	$,328^{**}$ $,000$	$-,184^{**}$ $,000$
Temel Kişilik Özellikleri Dışadönüklük	$,187^{**}$ $,000$	1	$,120^{**}$ $,002$	$,090^{*}$ $,020$	$-,405^{**}$ $,000$	$,217^{**}$ $,000$	$-,269^{**}$ $,000$
Sorumluluk	$,323^{**}$ $,000$	$,120^{**}$ $,002$	1	$,463^{**}$ $,000$	$-,194^{**}$ $,000$	$,415^{**}$ $,000$	$-,149^{**}$ $,000$
Nezaket	$,357^{**}$ $,000$	$,090^{*}$ $,020$	$,463^{**}$ $,000$	1	$-,036$ $,347$	$,481^{**}$ $,000$	$-,177^{**}$ $,000$
Duygusal Dengesizlik	$-,207^{**}$ $,000$	$-,405^{**}$ $,000$	$-,194^{**}$ $,000$	$-,036$ $,347$	1	$,042$ $,281$	$,394^{**}$ $,000$
Deneyime Açıklık	$,328^{**}$ $,000$	$,217^{**}$ $,000$	$,415^{**}$ $,000$	$,481^{**}$ $,000$	$,042$ $,281$	1	$,069$ $,074$
Negatif Değer	$-,184^{**}$ $,000$	$-,269^{**}$ $,000$	$-,149^{**}$ $,000$	$-,177^{**}$ $,000$	$,394^{**}$ $,000$	$,069$ $,074$	1

Tablo 8’de öğrencilerin Psikolojik sağlamlık düzeyleri ve Temel kişilik özellikleri arasında ilişki olup olmadığını belirlemek için Pearson Korelasyon analizi sonuçları verilmiştir. Pearson Korelasyon analizi sonuçlarına göre; psikolojik sağlamlık düzeyleri ölçeğinin kişilik özelliklerinden dışa dönüklük alt boyutu ile %18,7, sorumluluk alt boyutu ile %32,3, nezaket alt boyutu ile %35,7, deneyime açıklık alt boyutu ile %32,8 pozitif yönlü

duygusal dengesizlik alt boyutu ile %20,7, negatif değer alt boyutu ile %18,4 düzeyinde negatif yönlü ilişki bulunmaktadır ($p<0,05$).

Tablo 9

Öğrencilerin Temel Kişilik Özelliklerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerine Etkisi

Model		Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p
		B	Std. Hata			
Psikolojik Sağlamlık F=30,785 ; R ² =0,218	Sabit	27,993	3,176		8,813	0,000
	Dışadönüklük	0,388	0,441	0,035	0,881	0,379
	Sorumluluk	1,530	0,569	0,111	2,689	0,007*
	Nezaket	2,283	0,514	0,189	4,438	0,000*
	Duygusal Dengesizlik	-1,384	0,404	-0,140	-3,427	0,001*
	Deneyime Açıklık	2,423	0,534	0,195	4,535	0,000*
	Negatif Değer	-0,975	0,459	-0,083	-2,123	0,034*

* $p<0,05$

Tablo 9’da Temel kişilik özelliklerinin psikolojik sağlamlık düzeyine etkisinin belirlenmesi amacıyla psikolojik sağlamlık düzeyinin bağımlı, kişilik özelliklerinin ise bağımsız değişken olarak alındığı regresyon modeli kurulmuş ve test edilmiştir. Model testi sonuçlarına göre kurulan regresyon modeli anlamlı bulunmuştur ($F=30,785$; $p<0,001$). Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı %21,8’dir. Modelde bulunan parametrelerin anlamlılık düzeyleri incelendiğinde; sorumluluk, nezaket, duygusal dengesizlik, deneyime açıklık ve negatif değer alt boyutlarının psikolojik sağlamlık düzeyini anlamlı yönde etkilediği tespit edilirken ($p<0,05$), Dışadönüklük alt boyutunun psikolojik sağlamlık düzeyini anlamlı olarak etkilemediği tespit edilmiştir. Duygusal dengesizlik ve negatif değer alt boyutlarının psikolojik sağlamlık düzeyini negatif yönlü etkilediği görülürken, sorumluluk, nezaket ve deneyime açıklık alt boyutlarının psikolojik sağlamlık düzeyini pozitif olarak etkilediği görülmüştür.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE SONUÇ

Spor lisesi öğrencilerinin spor lisesi öğrencilerinin temel kişilik özellikleri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesinin amaçlandığı bu çalışmaya 204 kız ve 465 erkek olmak üzere toplam 669 kişi katılmıştır.

Araştırmanın birinci alt problemi olan psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyete göre puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda, psikolojik sağlamlık düzeyi cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Başka bir ifadeyle kız ve erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeyleri aynı seviyededir. Alanyazın incelendiğinde, farklı örneklem gruplarıyla yapılan çalışmalarda psikolojik sağlamlık düzeyinin cinsiyete farklılaşmadığı çalışmalara rastlamak mümkündür. Aydoğdu (2013) tarafından eğitim fakültesi öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada psikolojik sağlamlık düzeyinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı ifade edilmiştir. Gökmen (2014) tarafından yapılan çalışmada, okul yöneticilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelendiği çalışmada kadın ve erkek yöneticilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin farklılaşmadığı saptanmıştır. Sezgin (2012) tarafından ilköğretim okulu öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Rew, Taylor, Thomas ve Yockey (2001) tarafından yapılan çalışmada, cinsiyetin evsiz ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını etkilemediği tespit edilmiştir. Çıkan bu sonuçlar araştırma sonucumuzla örtüşmektedir.

Öğrencilerin kişilik özelliklerinin cinsiyete göre değişimi incelendiğinde; nezaket, duygusal dengesizlik, deneyime açıklık ve negatif değer alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür. Kızların nezaket ve duygusal dengesizlik düzeyi erkeklerden daha yüksek iken erkeklerin deneyime açıklık ve negatif değer

düzeyleri kızlardan anlamlı derecede daha yüksektir. Alanyazında, Tatar (2009) tarafından yapılan beş faktör kişilik modeline dayalı olarak sporcu kadın ve erkeklerin kişilik profillerinin karşılaştırılmasının amaçlandığı çalışmada, kadınların duygusal dengesizlik puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Tekin (2012) tarafından yabancılaşma ve beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmada, duygusal tutarsızlık kişilik özelliğinde kadınların puan ortalamalarının daha yüksek olduğu, açıklık kişilik özelliğinde ise erkeklerin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu araştırmalardan çıkan sonuç çalışma sonucumuzla benzerlik göstermektedir.

Katılımcıların psikolojik sağlamlık ölçeğinden almış oldukları puanlarla yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Diğer bir ifadeyle farklı yaş grubunda bulunan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin aynı seviyede oldukları bulunmuştur. Alanyazında benzer şekilde, Duygun (2017) tarafından üniversite öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, psikolojik sağlamlık düzeyi yaşa göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Gönen (2020) tarafından özel okullarda çalışan öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, yaş değişkeni ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında farklılaşma bulunmamıştır. Alanyazında çalışma sonucumuzla örtüşen farklı çalışmalarda bulunmaktadır (Nernekli, 2017; Kılınç, 2014; Ülker ve Recepoğlu, 2013; Yılmaz, 2017).

Katılımcıların kişilik özelliklerinin yaşa göre değişimi incelendiğinde yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Diğer bir ifade ile farklı yaşlarda bunun kişilerin kişilik özellikleri aynı düzeydedir denilebilir. Alanyazın incelendiğinde, Abbas ve Raja (2015) tarafından Pakistan’da çalışanlar üzerine yapılan çalışmada, çalışanların kişilik özelliklerinin yaşa göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Avey ve ark. (2010) tarafından çalışanlar üzerine yapılan çalışmada, çalışanların kişilik özellikleri ile yaşları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Söğüt (2014) tarafından ilköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelendiği çalışmada, öğretmenlerin yaşları ile kişilik özellikleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Literatürdeki bu çalışmalardan çıkan sonuçlar çalışmamız sonucuyla örtüşmektedir.

Öğrencilerin aile gelir durumları ile psikolojik sağlamlık ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Ailesinin geliri 6001- 8000 TL olan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin ailesinin geliri 4001- 6000 TL olan

öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinden daha düşük olduğu saptanmıştır. Literatürde, Shetgiri ve ark. (2009) tarafından düşük gelirli ailelerden gelen ergenlerin psikolojik sağlık düzeylerinin incelendiği çalışma sonucunda, düşük gelirli ailelerin çocuklarına vermiş oldukları desteklerin onların psikolojik sağlık düzeylerini arttırdıkları tespit edilmiştir. Ergün (2012)'ün üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları çalışmada, düşük gelirli ailelerden gelen öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Literatürdeki bu çalışmaların sonuçları çalışmamızı destekler niteliktedir.

Öğrencilerin kişilik özelliklerinin aile gelir durumuna göre değişimi incelendiğinde; nezaket ve negatif değer alt boyutlarının gelire göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken, diğer alt boyutların anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Nezaket alt boyutu için; geliri 2000 TL altında olanların nezaket düzeyi geliri 6001-8000 TL olanlardan anlamlı derecede daha yüksektir. Negatif değer alt boyutu için; geliri 8000 TL üzeri olanların negatif değer düzeyi geliri 2000 TL altı olanlar, 2000-4000 TL geliri olanlar ve 4001-6000 TL geliri olanlardan anlamlı derecede daha yüksektir. Alanyazında, Arslan (2017) tarafından otel işletmelerinde çalışanların kişilik özelliklerini incelemek amacıyla yapılan çalışmada kişilerin gelir düzeyleri arttıkça daha fazla dışadönüklük, sorunluluk ve gelişime açık olduğu ve daha az nevrotiklik kişilik özelliği sergilediği saptanmıştır. Turhan (2019) tarafından yapılan çalışmada da kişilerin gelir seviyeleri arttıkça daha fazla dışadönüklük ve gelişime açık kişilik özelliği sergilediği tespit edilmiştir. Bu durum kişilerin aile gelir düzeylerinin kişilikleri üzerinde etkili olabileceği ile ilişkilendirilebilir.

Spor lisesi öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyinin aile durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür. Ailesi beraber yaşayanların psikolojik sağlık düzeyinin ailesi boşanmış olanlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatürde, Özcan (2005) tarafından anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması amacıyla yapılan çalışma sonucuna göre, anne babası ayrı yaşayan bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin anne babası birlikte yaşayanlara göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bream ve Buchanan (2003) tarafından ailelerinden ayrı kalan çocuklar üzerine yapılan çalışmada, ailelerinden ayrı yaşayan çocukların psikolojik sağlık düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır. Literatürdeki bu sonuçlar çalışmamızla örtüşmektedir. Kelly ve Emery (2003) tarafından anne babası boşanmış çocuklar üzerine yapılan çalışmada ise

anne babası ayrı olan çocukların psikolojik sağamlık düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuç ise çalışma sonucumuzla farklılık göstermektedir.

Öğrencilerin kişilik özelliklerinin aile durumuna göre değişimi incelendiğinde; duygusal dengesizlik ve deneyime açıklık düzeyinin aile durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken, diğer alt boyutların aile durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Çocukların içinde büyüdükleri aile tipleri onların toplumdaki yerlerini ve diğer inşalarla ilişkilerini büyük ölçüde belirlemektedir (Bandura, 1977; Gander ve Gardiner, 1998). Bu ilişkiler sırasında hem kişilik gelişimi hem de toplumsal davranış etkilenecektir. Literatürde, Tatlıoğlu (2014) tarafından üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramına göre kişilik özellikleri alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların kişilik özellikleri ölçeğinin deneyime açıklık alt boyutunda anlamlı farklılık bulunduğu, sorumluluk, duygusal dengesizlik ve yumuşak başlılık alt boyutlarında ise anlamlı olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışmadan çıkan sonuç çalışmamızla örtüşmektedir.

Spor lisesi öğrencilerin kişilik özelliklerinin psikolojik sağamlık durumuna etkisinin belirlenmesi amacıyla psikolojik sağamlık düzeyinin bağımlı, kişilik özelliklerinin ise bağımsız değişken olarak alındığı regresyon modeli kurulmuş ve test edilmiştir. Buna göre kurulan regresyon modeli anlamlı bulunmuştur. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranı %21,8'dir. Modelde bulunan parametrelerin anlamlılık düzeyleri incelendiğinde; sorumluluk, nezaket, duygusal dengesizlik, deneyime açıklık ve negatif değer alt boyutlarının psikolojik sağamlık düzeyini anlamlı olarak etkilediği görülürken, dışadönüklük özelliğinin psikolojik sağamlık düzeyini anlamlı olarak etkilemediği görülmüştür. Duygusal dengesizlik ve negatif değer özelliklerinin psikolojik sağamlık düzeyini negatif yönlü etkilediği görülürken, sorumluluk, nezaket ve deneyime açıklık düzeyinin psikolojik sağamlık düzeyini pozitif olarak etkilediği görülmüştür.

Duygusal dengesizlik ve negatif değer kişilik özelliği taşıyan kişilerin stresle başa çıkma konularında yetersiz oldukları, herhangi bir olumsuz durumda hemen hayal kırıklığı yaşadıkları ve günlük, normal yaşanan olaylardan bile olumsuz etkilendikleri belirtilmektedir (Hettema, Neale, Myers, Prescott ve Kendler, 2006). Bu sebeple duygusal dengesizlik ve negatif değer kişilik özelliklerinin psikolojik sağamlığı negatif yönde etkilemesi beklenen bir sonuçtur. Sorumluluk kişilik özelliği yüksek olan bireyler daha sistemli, planlı ve düzenli çalışan, istekleri doğrultusunda değil planları doğrultusunda hareket eden bireylerdir (McCrae ve Costa, 1997). Ayrıca, bu kişilerin sorumluk sahibi ve

başarıyı amaçlayan bir yapıda oldukları bilinmektedir (Werner ve Smith, 1992). Nezaket ve deneyime açık kişilik özelliği taşıyanlarda empati, sıcakkanlılık, işbirlikçilik ve güvenilirlik düzeylerinin yüksek olanların olumsuz bir psikosyal durumla karşılaştıklarında, bu sorunun üstesinden gelecek geniş bir sosyal ağa sahip oldukları bilinmektedir (Friborg vd., 2005). Bu sebeple sorumluluk, nezaket ve deneyime açıklık alt boyutlarının psikolojik sağlamlığı pozitif yönde etkilemesi beklenen bir sonuçtur. Topçu (2017) tarafından üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde beş faktör kişilik özelliklerinin yordayıcı etkisinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, psikolojik sağlamlıkla kişilik ölçeğinin deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki; nevrotizm alt boyutu arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Literatürde çalışma bulgularının desteklendiği çeşitli çalışmalar olduğu görülmektedir (Campbell-Sills vd., 2006; Çetin vd., 2015; Davey, Eaker ve Walters, 2003; Hsieh vd., 2017; Nakaya ve Oshio, 2006).

5.1. Öneriler

Spor lisesi öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ve kişilik ile ilişkili değişkenlerin ele alındığı bu çalışmada ulaşılan bulgular dâhilinde aşağıdaki önerilerde bulunulabilir.

1. Yapılan bu çalışmada öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmakla beraber, kişilik ve psikolojik sağlamlık düzeyi üzerinde demografik değişkenlerin önemli birer belirleyici olmadığı görülmüştür. Bu kapsamda kişilik ve psikolojik sağlamlık düzeyini etkileyebilecek farklı demografik değişkenlerin ele alındığı çalışmalar yapılabilir.
2. Psikolojik sağlamlık ve kişilik ilişkisinin ele alındığı birçok çalışma bulunmasına rağmen, farklı psikolojik özelliklerinin, psikolojik sağlamlık ve kişilik ile ilişkisinin ortaya konulduğu çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Bu kapsamda yapılacak olan çalışmalarda farklı psikolojik özellikler ile psikolojik sağlamlık ve kişilik arasındaki ilişkiler incelenebilir.
3. Literatürde, farklı yaş gruplarında yer alan bireylerde olduğu gibi spor lisesi öğrencilerinde de spora katılımın psikolojik sağlığı koruduğu ve geliştirdiği bilinmektedir. Bu kapsamda öğrencilerde psikolojik yapıyı güçlendirmek için spora katılımı arttırmaya yönelik önlemler alınabilir.

4. Kişilik özelliklerin psikolojik sağlamlık üzerindeki etkilerine ilişkin daha geniş kapsamlı bulgulara ulaşılabilmesi için farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler üzerinde benzer çalışmalar yapılabilir.



KAYNAKLAR

- Abbas, M., & Raja, U. (2015). Impact of psychological capital on innovative performance and job stress. *Canadian Journal Of Administrative Sciences/Revue Canadienne Des Sciences De L'administration*, 32(2), 128- 138.
- Abdioğlu, H., Kılıç, R., & Çalış, N. (2015). Öğrencilerin ders başarısı üzerinde kişilik özelliklerinin etkisi: Üniversite öğrencilerine yönelik bir araştırma. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 83-109.
- Abdullah, I., Omar, R., & Panatik, S. A. (2016). Literature review on personality, creativity and innovative behavior. *International Review of Management and Marketing*, 6(1),177-182.
- Aktaş Alan, A. (2011). *Amaç karşısı iş davranışları ile kişilik ve iş tatmini arasındaki ilişkinin yapısal eşitlik modeli ile incelenmesi*. Doktora Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Akyıldız, H. (2006). Freud'çu, liberal ve marksist kişilik kuramlarının türevi olarak toplum, iktisat ve siyaset teorileri. *Akdeniz University Faculty of Economics & Administrative Sciences Faculty Journal/Akdeniz Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 6(11), 1-23.
- Allard, G., & Martinez, C. A. (2008, March). *The influence of government policy and NGOs on capturing private investment*. In VII OECD Global Forum on International Investment.
- Allik, J., & McCrae, R. R. (2004). Toward a geography of personality traits: Patterns of profiles across 36 cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35(1), 13-28.
- Alpar, R. (2013). *Uygulamalı çok değişkenli istatistik yöntemler* (4. Baskı). Ankara: Detay.

- Ansari, N., Homapour, M., Azaditalap, H., Sadatmazloomi, S. M., Shomali, A., R., & Vakilian, R. (2013). Reviewing personality types of a, b, c, d and its effect on performance of managers of organizations. *Interdisciplinary Journal Of Contemporary Research In Business*, 5(1), 1002-1006.
- Arslan, E. (2017). *Otel işletmelerinde çalışanların kişilik özelliklerinin örgütsel bağlılık ve iş tatmini üzerine etkisi*. (Doktora tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Arslan, G. (2015). Çocuk ve genç psikolojik sağlamlık ölçeği'nin (ÇGPSÖ) psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12.
- Aruma, E. O. and Hanachor, M. E. (2017). Abraham Maslow's hierarchy of needs and assessment of needs in community development. *International Journal of Development and Economic Sustainability*, 5(7), 15-27.
- Avey, J. B., Luthans, F., Smith, R. M., & Palmer, N. F. (2010). Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. *Journal Of Occupational Health Psychology*, 15(1), 17-28.
- Aydın, C. H. (2000). Öğrenme ve öğretme kuramlarının eğitim iletişimine katkısı. *Kurgu Dergisi*, 17, 183-197
- Aydoğdu, T. (2013). *Bağlanma stilleri, başa çıkma stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Azaklı, A. (2017). *Liseli ergenlerde psikolojik sağlamlığın duygusal zekâ ve bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bacanlı, H., İlhan, T. & Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: sıfatlara dayalı kişilik testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.
- Bahadır, E. (2009). *Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191.

- Barakat, A., & Othman, A. (2015). The Five-Factor Model of Personality and Its Relationship to Cognitive Style (Rush and Prudence) and Academic Achievement among a Sample of Students. *Journal of Education and Practice*, 6(35), 156-165.
- Behrem, Ü. (2017). *Beş faktör kişilik özelliklerinin örgütsel adalet algısı aracılığıyla üretkenlik karşıtı davranışlar üzerine etkisinin incelenmesine yönelik bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bektaş, M. (2018). *Evli bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin yordanması*. (Doktora tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Bitlisli, F., Dinç, M., Çetinceli, E., & Kaygısız, Ü. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ile akademik güdülenme ilişkisi: Süleyman Demirel Üniversitesi Isparta Meslek Yüksekokulu öğrencilerine yönelik bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 18(2), 459- 480.
- Bolat, Z. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık ve öz-anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Bonanno, G. A. & Mancini, A. D. (2008). The human capacity to thrive in the face of potential trauma. *Pediatrics*, 121(2), 369-375.
- Bream, V. & Buchanan, A. (2003). Distress among children whose separated or divorced parents cannot agree arrangements for them. *British Journal of Social Work*, 33, 227-38.
- Burger, J. M. (2010). *Personality belmont*, (8th ed.), CA: Wadsworth.
- Büyüköztürk, Ş. (2019). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: istatistik, araştırma deseni, spss uygulamaları ve yorum* (25. Baskı). Ankara: Pegem.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E, Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Caballero, S. Fuchs, R. M. & Priale, M. A. (2013). *The influence of personality traits on social enterprise start-up: the case of Peruvian social entrepreneurs*, 4th EMES International Research Conference on Social Enterprise – Liege: 1-18.

- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L. & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585-599.
- Can, A. (2014). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi* (2. Baskı). Ankara: Pegem.
- Can, M. (2018). *Üniversite öğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlamlık ve öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cerit, E. & Şimşek, N. (2017). *Çocuğun içindeki gizli güç: Psikolojik sağlamlık*. Uluslararası Çocuk Hakları Kongresi, 177-181
- Çapan, B. E. (2018). Güvenli bağlanma ve affedicilik: Psikolojik sağlamlığın aracılık rolü. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(2), 280-292.
- Çarıkçı, İ., Kanten, S., & Kanten, P. (2010). Kişilik, duygusal zekâ ve örgütsel vatandaşlık davranışları arasındaki ilişkileri belirlemeye yönelik bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11, 41-65.
- Çetin, F., Yeloglu, H. O. ve Basim, H. N. (2015). Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında beş faktör kişilik özelliklerinin rolü: Bir kanonik ilişki analizi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 81-95.
- Çivitçi, N. & Arıcıoğlu, A.(2012). Beş faktör kuramına dayalı kişilik özellikleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 78 – 96.
- Dal, N. E. & Dal, V. (2014). *Kişilik özellikleri ve sosyal ağ sitesi kullanım alışkanlıkları: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. *Mehmet Akif Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(11), 144 162.
- Dal, V. & Eroğlu, A. E. (2015). Farklı kişilik özelliklerine sahip bireylerin risk algılarının tüketici davranışı açısından incelenmesi: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 20(2),361-385.
- Dale, L. & Harrison, D. (2017). How the Big Five personality traits in CPSQ increase its potential to predict academic and work outcomes. *Cambridge Assessment Admissions Testing*, 1, 1-24.

- Davey, M., Eaker, D. G. & Walters, L. H. (2003). Resilience processes in adolescents: Personality profiles, self-worth, and coping. *Journal of Adolescent Research*, 18(4), 347-362.
- Deniz, M. E. (2011). Karar verme stilleri ve beş faktör kişilik özelliklerinin bağlanma stilleri açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 1, 97-113.
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Dumont, M. & Povost, M. A. (1999). Reilience in adolescents: protective role of coping starategies, self-esteem and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(3), 343-356.
- Durak, M. (2002). *Deprem yaşamış üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri yordamada psikolojik dayanıklılığın rolü.* (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Durna, U. (2005). A tipi ve b tipi kişilik yapıları ve bu kişilik yapılarını etkileyen faktörlerle ilgili bir araştırma. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 19, 275-290.
- Duygun, B. T. (2017). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık ve beden imgesi algısının internet bağımlılığı ile ilişkisinin araştırılması.* (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Eker, S.(2012). Alfred Adler'in kişilik kuramı'nın demokrasi düşüncesi açısından önemi. *Fen-Edebiyat Fakültesi, Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(22), 157- 180.
- Eraslan-Çapan, B. & Arıcıoğlu, A. (2014). Psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak affedicilik/forgiveness as predictor of psychological resiliency. *euluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 70-82.
- Ergün- Başak, B.(2012). *Düşük gelirli ailelerden gelen üniversite öğrencilerinin öz duyarlık, sosyal bağlılık ve iyimserlik ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiler.* (Doktora tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Ergün, O. (2016). *Ergenlerde duygusal zeka özellikleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.

- Folostinaa, R., Tudorachea, L., Michela, T., Erzsebeta, B., Agheanaa, V. & Hocaoglu, H. (2015). Using play and drama in developing resilience in children at risk. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 197, 2362-2368.
- Fraser, M. & Jenson, J. M. (2008). *A risk and resilience framework for child, youth and family policy*. www.sagepub.com/upmdata/5975_Chapter_1_Jenson_Fraser_I_Proof.pdf. sayfasından erişilmiştir.
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E. & Larkin, G. R. (2003). What food are positive emotions in crises? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 365-376.
- Fretwell, C. E., Lewis, C. C. & Hannay, M. (2013). Myers-briggs type indicator, a/b personality types, and locus of control: where do they intersect?, *American Journal of Management*, 13(3), 57-66.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H. ve Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(2), 65-76
- Gander, M. & Gardiner, H. VV. (1988). *Çocuk ve ergen gelişimi*. Ankara: İmge.
- Gençöz, T., & Öncül, Ö. (2012). Examination of personality characteristics in a Turkish sample: Development of basic personality traits inventory. *The Journal of General Psychology*, 139(3), 194-216.
- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113- 128.
- Gökdeniz, İ., & Merdan, E. (2011). Kişilik ile kariyer seçimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Aksaray Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 3(2), 23-36.
- Gökmen, B. (2014). *Özel eğitim okulu yöneticilerinin psikolojik dayanıklılık ve iş doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (İstanbul örneği)*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.

- Gönen, T. (2020). *Özel okullarda çalışan öğretmenlerin psikolojik sağlamlıkları ve iş doyumlarının mesleki tükenmişlik düzeylerine etkisi: Mardin ili örneği*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Gülücü, H. (2017). *Üniversite öğrencilerinin meslek ve kariyer seçimi ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki: İktisadi ve idari bilimler fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Gündaş, A. (2013). *Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu ve bağlanma stilleri*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M. & Sarstedt, M. (2013). *A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM)*. Thousand Oaks: Sage.
- Heaven, P.C . & Ciarrochi J. (2012). When IQ is not everything: Intelligence, personality and academic performance at school. *Personality and Individual Differences*, 53, 518–522.
- Heiman, T. (2002). Parents of children with disabilities: resilience, coping and future expectations. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 14(2), 159-171.
- Heinström, J. (2003). Five personality dimensions and their influence on information behaviour. *Information Research*, 9(1), 1-24.
- Hergüner, B. (2015). Examining the legacy of large-scale sports events as a governance issue: A case study from Trabzon, Turkey. *Karadeniz Araştırmaları*, 1(47), 151-161.
- Hetherington, E. M. & Stanley-Hagan, M. (1999). The adjustment of children with divorced parents: a risk and resiliency perspective. *Child Psychol Psychiat*, 40, 129- 140.
- Hettema, J. M., Neale, M. C., Myers, J. M., Prescott, C. A. & Kendler, K. S. (2006). A population-based twin study of the relationship between neuroticism and internalizing disorders. *American Journal of Psychiatry*, 163(5), 857-864.
- Hoşoğlu, R., Kodaz, A. F., Bingöl, T. Y. & Batık, M. V. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlık. *Uluslararası Toplum Araştırma Dergisi*, 21(1), 8- 14.

- Howard, S. ve Johnson, B. (2008). Young adolescents displaying resilient and nonresilient behaviour: insights from a qualitative study-can schools make a difference? www.aare.edu.au/00pap/how00387.htm. Sayfasından erişilmiştir.
- Hsieh, H. F., Chang, S. C. & Wang, H. H. (2017). The relationships among personality, social support, and resilience of abused nurses at emergency rooms and psychiatric wards in Taiwan. *Women & Health*, 57(1), 40-51
- Hussein, B. A. (2014). Relationship between personality types A and B and creativity level of secondary school students' In Kwara State, Nigeria. *IOSR Journal Of Humanities And Social Science (IOSR-JHSS)*, 19(8), 58-63.
- Ip, C .Y., Wu, S. C., Liu, H. C. & Liang, C. (2017). Social Entrepreneurial Intentions of Students from Hong Kong. *The Journal of Entrepreneurship*,27(1), 47–64.
- Isır, T.(2006). *Örgütlerde personel seçim süreci: bir kamu kuruluşundaki yönetici personelin kişilik özelliklerinin tespit edilerek personel seçim sürecinin iyileştirilmesi üzerine bir araştırma*. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- İrengün, O & Arıkboğa, Ş. (2015). The effect of personality traits on social entrepreneurship intentions: A field research. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 195, 1186 – 1195.
- İrengün, O.(2014). *Beş faktör kişilik kuramının sosyal girişimcilik yönelimine etkisi ve bir alan araştırması*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- İyigün, N. Ö. (2011). *Psikolojik kontratın örgütsel sapma üzerindeki etkisinde kişilik özelliklerinin rolü ve bir araştırma*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Javan, R.M. (2014). The relationship between personality traits and entrepreneurial intentions. *Research on Humanities and Social Sciences*, 4(22), 112-117.
- Jerome, N. (2013). Application of the Maslow's hierarchy of need theory; impacts and implications on organizational culture, human resource and employee's performance. *International Journal of Business and Management Invention*, 2(3), 39-45.

- John, P. & Srivastava, S. (1999). *The Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives*, http://moityca.com.br/pdfs/bigfive_John.pdf, sayfasından erişilmiştir.
- Just, C. (2011). A review of literature on the general factor of personality. *Personality And Individual Differences*, 50, 765–771.
- Kandler, C. & Bleidorn, W. (2017). *The genetic and environmental contributions to personality differences and development*. 2nd Edition: (1-16). The International Encyclopedia of Social and Behavioral Sciences.
- Karaırmak, Ö. (2016). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26) 129-139.
- Karakaya, İ. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. A. Tanrıöğen (Ed.), *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Anı.
- Karasar, N. (1991). *Bilimsel araştırma teknikleri* (4.Basım). Ankara: Sanem.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Kaur, A. (2013). Maslow's need hierarchy theory: Applications and criticisms. *Global Journal of Management and Business Studies*, 3(10), 1061-1064.
- Kavut, S. (2018). Karen horney ve nevrotik kişilik üzerine bir araştırma: Blue Jasmine örneği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(5), 512- 524.
- Kazaferoğlu, E. (2017). *Kişilik özellikleri ile girişimcilik eğilimi ilişkisi: Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencileri üzerine bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Kelly, J.B. & Emery, R.E. (2003). Children's adjustment following divorce: risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52(4), 352-62.
- Keskin, H.K., & Yapıcı, Ş. (2008). Başarılı ve başarısız öğrencilerin kişilik özellikleri ile ilgili öğretmen ve veli görüşleri. *Kuramsal Eğitimbilim*, 1(1), 20-32.
- Keye, M. D. & Pidgeon, A. (2013). Investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. *Open Journal of Social Sciences*, 1(6), 1-4.

- Kılıç, N., Mammadov, M., Koçhan, K. & Aypay, A. (2018). Üniversite öğrencilerinde genel öz yeterlik inancı ve beden imajının psikolojik sağlık düzeyini yordama gücü. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1, 1-13.
- Kılınç, A. Ç. (2014). Examining psychological hardiness levels of primary school teachers according to demographic variables. *Turkish Journal of Education*, 3(1), 70-79.
- Kobasa, S. (1979). Stressful Life events, personality and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Komarraju, M., Karau, S. J. & Schmeck, R.R. (2009). Role of the big five personality traits in predicting college students' academic motivation and achievement. *Learning and Individual Differences*, 19, 47-52.
- Konakay, G., & Çelik, F. (2018). Kişilik kuramları ve psikolojik sözleşme etkileşiminin işletmelere yansması. *Journal of Human Sciences*, 15(1), 697- 706.
- Kumpfer, K. L. (1999). Factors and process contributing to resilience: The resilience framework. *Resilience and Development: Positive Life Adaptations*. <https://www.semanticscholar.org/paper/Factors-and-processes-contributing-to-resilience%3A-Kumpfer/a78996950a693ca754aecc422a80dfc8e4812edc>, sayfasından erişilmiştir.
- Küçük, A. A. & Sarıçam, H. (2015). Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler ile normal çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik sağlık düzeylerinin karşılaştırılması. 25. Ulusal Özel Eğitim Kongresi, 12-20.
- Lenton, P. (2014). Personality Characteristics, Educational Attainment and Wages: An Economic Analysis Using the British Cohort Study, Department of Economics: 1-33.
- Liang, C. T., Chia, T. L. & Liang, C. (2015). Effect of personality differences in shaping entrepreneurial intention. *International Journal of Business and Social Science Vol.* 6(4), 166-176.
- Liebenberg, L., Ungar, M., & Vijver, F. V. D. (2012). Validation of the child and youth resilience measure-28 (CYRM-28) among Canadian youth. *Research on Social Work Practice*, 22(2), 219-226.
- Living English Dictionary. (2013). *Reslient*. İstanbul: Kılavuz.

- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000b). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–560
- Masten, A. S. & Powell, J. L. (2003). *A resilience framework for research, policy, and practice. Resilience and vulnerability: adaptation in the context of childhood adversities*. <https://www.semanticscholar.org/paper/1-A-Resilience-Framework-for-Research-%2C-Policy-%2C-Masten-Powell/a2a0b4cb9b19b8e2786a1ae8d6be79c324635659>, sayfasından erişilmiştir.
- Masten, A. S. (1986). Humor and competence in school-aged children. *Child Development*, 57, 461- 473.
- Masten, A.S. (2001). Sıradan büyü: Gelişimdeki esneklik süreçleri. *Amerikalı Psikolog*, 56 (3), 227-228.
- McCrae, R. R. & Costa, P.T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52(5), 509-516
- Moldasheva, G. & Monowar, M. (2014). Personality, learning strategies, and academic performance: Evidence from post-Soviet Kazakhstan. *Education + Training*, 5(4), 343-359.
- Moqaddam, F. R., & Hatami, S. (2017). The Relationship between Personality Types A and B in stress and stress-causing characteristics of mother and child. *Bioscience, Biotechnology, Research Communications*, 1, 255-259.
- Morgan, G.A., Leech, N.L., Gloeckner, G.W. & Barrett, K.C. (2004). *SPSS for introductory statistics: Use and interpretation*. New York: Psychology.
- Nakaya, M., Oshio, A. & Kaneko, H. (2006). Correlations for adolescent resilience scale with big five personality traits. *Psychological Reports*, 98(3), 927- 930
- Nernekli, M. (2017). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık, beden imajı ve emosyonel yeme arasındaki ilişki*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Ong, A.D., Bergeman, C.S. & Boker, S. M. (2009). Resilience comes of age: Defining features in later adulthood. *Journal of Personality*, 77, 1777-1804.

- Ong, A.D., Bergeman, C.S., Bisconti, T.L. & Wallace, K. A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 730–749.
- Öz, F. & Bahadır-Yılmaz, E. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özcan, B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Özdemir, O, Özdemir, P. G., Kadak, M. T. & Nasıroğlu, S. (2012). Kişilik gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 566-589.
- Özdevecioğlu, M., Kaya, Y. & Dedeoğlu, T.(2013). Kişilik özelliklerinin izleyici etkisi (bystander effect) üzerindeki etkisinde kontrol odağının rolü. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 42, 25-40.
- Özen, Y. (2010). Kişisel sorumluluk bağlamında öznel ve psikolojik iyi oluş (sosyal psikolojik bir değerlendirme). *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 4, 46-58.
- Özer, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zeka ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. Doktora Tezi, Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Özgün, M. S. (2007). *Okul psikolojik danışmanlarının kişilik özellikleri ile mesleki yetkinlik beklentileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Özhan, Ş. (2015). *Kişilik özellikleri ve nostalji eğiliminin marka sadakatine etkisi üzerine ampirik bir araştırma*. Doktora Tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Pekkala Kerr, S., Kerr, W., & Xu, T. (2017). Personality traits of entrepreneurs: a review of recent literature. https://www.hbs.edu/faculty/Publication%20Files/18-047_b0074a64-5428-479b-8c83-16f2a0e97eb6.pdf, sayfasından erişilmiştir.
- Penick, N. I. & Jepsen, D. A. (1992). Family functioning and adolescent career development. *The Career Development Quarterly*, 40, 208-222

- Pienaar, A. (2008). *Exploring psychological resilience among pre-adolescents orphaned by AIDS: a case study*. etd.uovs.ac.za/ETD-db// theses/submitted/etd-12112007-141614/unrestricted/PienaarA.pdf, sayfasından erişilmiştir.
- Pizur, B.K. & Knutson, J. (2009). A comparison of the personality dimensions and behavior changes that occur during solitary and cooccupation. *Journal of Occupational Science*, 16(3), 157-162.
- Pradhan, P., & Kaur, T. (2016). Personality (type a and type b) in relation to organizational citizenship behaviour (OCB) among female nursing professionals. *Journal of Indian Psychology*, 4(1), 15-31.
- Quale, A. J. & Schanke, A. K. (2010). Resilience in the face of coping with a severe physical injury: A study of trajectories of adjustment in a rehabilitation setting. *Rehabilitation Psychology*, 55(1), 12-22.
- Ramirez, E.R. (2007). Resilience: a concept analysis. *Nursing Forum*, 42, 73-82
- Redhouse. (2008). *Resimli sözlük*. İstanbul: SEV.
- Rew, L., Taylor-Seehafer, M., Thomas, N. Y. & Yockey, R. D. (2001). Correlates of Resilience in homeless adolescents. *Journal of Nursing Scholarship*, 33(1), 33 – 40.
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of clinical Psychology*, 58(3), 307-321.
- Rossier, J. & Bollmann, G.(2017). *The SAGE Encyclopedia of Abnormal and Clinical Psychology Personality, Cultural Factors and*. London: Contact SAGE.
- Rothmann, S., & Coetzer, E. P. (2003). The big five personality dimensions and job performance. *SA Journal of Industrial Psychology*, 29(1), 68-74.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Sarıtaş, M. (1997). Yönetimde kişilik faktörü. *Eğitim Yönetimi*, 1, 527-548.
- Schoon, I. & Bartley, M. (2008). The role of human capability and resilience. *Psychologist*, 21(1), 24-27.
- Seligman, M. (1990). *Learned optimism*. New York: Random House
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.

- Sezgin, K. (2016). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık ve dindarlık düzeylerinin incelenmesi (Dicle Üniversitesi örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- Shetgiri, R., Kataoka, S. H., Ryan, G. W., Askew, L. M., Chung, P. J. & Schuster, M.A. (2009). Risk and Resilience in Latinos. A community-based participatory study. *American Journal of Preventive Medicine*, 37, 217 –224.
- Sıgır, Ü., & Gürbüz, S. (2011). Akademik başarı ve kişilik ilişkisi: üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Savunma Bilimleri Dergisi*, 10(1), 30-48.
- Soysal, A. (2008). Çalışma yaşamında kişilik tipleri: bir literatür taraması. *Çimento İşveren Dergisi*, 22(1), 4-19.
- Stout, M. D. & Kipling, G. (2003). *Aboriginal people, resilience and the residential school legacy*. Ottawa: Aboriginal Healing Foundation.
- Sudak, M. K. (2011). *Kişilik tipleri, duygusal zeka, iş tatmini ve örgütsel vatandaşlık davranışı ilişkisi üzerine bir araştırma*. Doktora Tezi, Gebze Yüksek Teknoloji Enstitüsü, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sünkür, M. (2014). *İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin olumlu psikolojik sermaye algılarının iş doyumları ve örgütsel bağlılıkları üzerindeki etkisi* (Doktora tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Şar, N.Ş. (2016). *Spor yapan ve yapmayan bireylerin psikolojik dayanıklılık ve kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Şentepe, A., & Güven, M. (2015). Kişilik özellikleri ve dindarlık ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, XVII(31), 27-44.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). (2013). *Using multivariate statistics* (sixth ed.) Boston: Pearson.
- Tagay, O., Karataş, Z., Bayar, O., & Savi-Çakar, F. (2016). Resilience and life satisfaction as the predictors of general self-efficacy. *Global Journal of Counseling and Guidance in Schools: Current Perspectives*, 6(1),11-17.
- Taşdöven, H., Emhan, A. & Dönmez, M. (2012). Liderlik tarzı ve mizaç-karakter ilişkisi: Polis teşkilatında bir uygulama. *Yönetim ve Ekonomi*, 19(2), 165-177

- Tatar, A. (2009). Beş faktör kişilik modeline dayalı olarak sporcu kadın ve erkeklerin kişilik profillerinin karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 20(2), 70-79.
- Tathlıoğlu, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramı'na göre kişilik özellikleri alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 2014(XVII), 939-971.
- Tavşancıl, E. (2002). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Ankara: Nobel.
- Tekin, E. (2011). *Askeri hastanelerde çalışan hemşirelerin psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Tekin, Ö. A. (2012). *Yabancılaşma ve beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler: Antalya Kemer'deki beş yıldızlı otel işletmeleri çalışanları üzerine bir uygulama*. (Doktora tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Topçu, F. (2017). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde beş faktör kişilik özelliklerinin yordayıcı etkisinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Tugade, M. M. & Frederickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320-333
- Turhan, Ö. (2019). Beş faktör kişilik özelliklerinin iş tatmini üzerindeki etkisinde depresyonun aracılık rolü. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 5, 9-21.
- Uçar, T. (2014). *Özel eğitim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve mesleki sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Ulama, S. (2016). *Turizm lisans öğrencilerinin girişimcilik eğilimleri üzerine bir araştırma: Sakarya Üniversitesi örneği*. International Conference On Eurasian Economies, 741-751.
- Uysal, M. (2019). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası çatışma çözme becerilerinin psikolojik sağlık, öz anlayış açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Ülker-Tümlü, G. ve Recepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 205-213.
- Vance, E. ve Sanchez, H. (1998). *Creating a service system that builds resiliency. The curriculum in action*. www.dhhs.state.nc.us/mhddsas/childandfamily/technicalassistance/riskresilien.sayfasından erişilmiştir.
- Wehrli, S. (2008). Personality on social network Sites: An application of the five factor model. *ETH Zurich Sociology Working Paper*, 7, 1-17.
- Werner, E.E. & Smith, R. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: Adams, Bannister and Cox.
- Werner, E.E. & Smith, R.S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. New York: Cornell University.
- Werner, E.E. (1955). Journeys from childhood to midlife: risk, resilience and recovery. *Pediatrics*, 114(2), 492-499.
- Werner, E.E. (1996). How kids become resilient: Observations and cautions. *Resiliency in Action*, 1(1), 18-28.
- Yalçın, O. (2015). *Kişilik özelliklerinin ve risk algısının karar verme stillerine etkisi: pilotlar üzerinde bir araştırma*. Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Yazgan-İnanç, B.. & Yerlikaya, E .E. (2008). *Kişilik kuramları*. Akara: Pegem Akademi.
- Yelboğa, A. (2006). Kişilik özellikleri ve iş performansı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İş, Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 8(2), 196-211.
- Yeşilyaprak, B. (1993). Kişilik gelişiminde ailesel faktörlerin etkisine ilişkin bir araştırma. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 3(3), 3-16.
- Yıldızoğlu, H. (2013). *Okul yöneticilerinin beş faktör kişilik özellikleriyle çatışma yönetimi stili tercihleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Yılmaz, B. (2017). *Kanser hastalarında depresyon ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide üstbilişsel işlevlerin rolü*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Yılmaz, F. (2017). *Kamu Personeli Seçme Sınavına (KPSS) hazırlanan öğretmen adaylarının sınav kaygısına bağlı olarak tükenmişlik düzeyi ve psikolojik dayanıklılıkları*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Zhao, H., & Seibert, S. E. (2006). The big five personality dimensions and entrepreneurial status: A meta-analytical review. *Journal of Applied Psychology*, 91(2), 259.



EKLER



Ek1. Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyet

() Kız () Erkek

2. Yaşınız (.....)

3. Okul türü

() Spor lisesi () Güzel Sanatlar lisesi () Fen lisesi () Sosyal bilimler lisesi

4. Ailenizin ekonomik durumu nedir?

() 2000 t1 altı () 2000-4000 () 4001-6000 () 6001-8000 () 8000 ve üstü

5. Anne baba durumu?

() Beraber () Boşanmış

Ek 2. Psikolojik Sağlamlık Ölçeği

		Beni hiç Tanımlamıyor	Ço kaztanımlıyor	Biraz tanımlıyor	Oldukça tanımlıyor	Beni tamamen tanımlıyor
1.	Hayatımda saygı duyabileceğim insanlar var.	1	2	3	4	5
2.	Eğitim almak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
3.	Ailem benim hakkımda birçok şeyi bilir (örneğin, arkadaşlarımın kim olduğunu, nelerden hoşlandığını) .	1	2	3	4	5
4.	Başladığım faaliyetleri/işleri bitirmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
5.	Bir şeyleri istediğim şekilde gitmediğinde, diğer insanlar ve kendime zarar vermeden budurumu çözebilirim (örneğin, şiddetle başvurmadan veya kötü şeyleri söylemeden)	1	2	3	4	5
6.	Yardıma ihtiyacım olursa, nereden yardım alabileceğimi bilirim.	1	2	3	4	5
7.	Kendimi okulumda aithissediyorum.	1	2	3	4	5
8.	Ailem zor zamanlarımda yanımdadır (örneğin hasta olduğumda veya başımsıkıştığında).	1	2	3	4	5
9.	Arkadaşlarım zor zamanlarımda yanımdadır.	1	2	3	4	5
10.	Yaşadığım toplumda bana adil bir şekilde davranılır.	1	2	3	4	5
11.	Hayatımda gelecekte kullanacağım yeteneklerimi geliştireceğim fırsatlar sahibim.	1	2	3	4	5
12.	Ailemin aile geleneklerini ve kültürünü seviyorum.	1	2	3	4	5

EK 3. Türk kültüründe geliştirilmiş temel kişilik özellikleri ölçeği

YÖNERGE:

Aşağıda size uyan ya da uymayan pek çok kişilik özelliği bulunmaktadır. Bu özelliklerden her birinin sizin için ne kadar uygun olduğunu ilgili rakamı daire içine alarak belirtiniz.

Örneğin;

Kendimi biri olarak görüyorum.

Hiç uygun değil Uygun değil Kararsızım Uygun Çok
uygun

1	2	3	4	5
Hiç uygun değil	Uygun değil	Kararsızım	Uygun	Çok uygun
1 Aceleci	1 2 3 4 5	24 Pasif	1 2 3 4 5	
2 Yapmacık	1 2 3 4 5	25 Disiplinli	1 2 3 4 5	
3 Duyarlı	1 2 3 4 5	26 Açgözlü	1 2 3 4 5	
4 Konuşkan	1 2 3 4 5	27 Sinirli	1 2 3 4 5	
5 Kendine güvenen	1 2 3 4 5	28 Canayakın	1 2 3 4 5	
6 Soğuk	1 2 3 4 5	29 Kızgın	1 2 3 4 5	
7 Utangaç	1 2 3 4 5	30 Sabit fikirli	1 2 3 4 5	
8 Paylaşımçı	1 2 3 4 5	31 Görgüsüz	1 2 3 4 5	
9 Geniş / rahat	1 2 3 4 5	32 Durgun	1 2 3 4 5	
10 Cesur	1 2 3 4 5	33 Kaygılı	1 2 3 4 5	
11 Agresif(Saldırgan)	1 2 3 4 5	34 Terbiyesiz	1 2 3 4 5	
12 Çalışkan	1 2 3 4 5	35 Sabırsız	1 2 3 4 5	
		Yaratıcı		
13 İçten pazarlıklı	1 2 3 4 5	36 (Üretken)	1 2 3 4 5	
14 Girişken	1 2 3 4 5	37 Kاپrisli	1 2 3 4 5	
15 İyi niyetli	1 2 3 4 5	38 İçine kapanık	1 2 3 4 5	
16 İçten	1 2 3 4 5	39 Çekingen	1 2 3 4 5	
17 Kendinden emin	1 2 3 4 5	40 Alıngan	1 2 3 4 5	
18 Huysuz	1 2 3 4 5	41 Hoşgörölü	1 2 3 4 5	
19 Yardımsever	1 2 3 4 5	42 Düzenli	1 2 3 4 5	
20 Kabiliyetli	1 2 3 4 5	43 Titiz	1 2 3 4 5	
21 Üşengeç	1 2 3 4 5	44 Tedbirli	1 2 3 4 5	
22 Sorumsuz	1 2 3 4 5	45 Azimli	1 2 3 4 5	
23 Sevecen	1 2 3 4 5			



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..