



**ANKARA İLİ YENİMAHALLE İLÇESİ'NDEKİ  
ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK  
SAĞLAMLIK DÜZEYLERİ, ALGILANAN SOSYAL  
DESTEK DÜZEYLERİ VE İKİ DEĞİŞKEN  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YENİMAHALLE REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ REHBERLİK VE  
PSİKOLOJİK HİZMETLER BÖLÜMÜ ARAŞTIRMASI**

**Kurum Müdürü  
Semra APAKKAN EŞ**

**Ankara  
Haziran, 2021**

## GİRİŞ

Bireyin karşılaştığı olumsuz yaşam olaylarında dirençli olabilmesi ve yeni durumlara uyum sağlayabilmesi aile, arkadaş veya hayatındaki önemseddiği birinden aldığı destekle ilişkili olabilmektedir. Son yıllarda birçok bilim dalı tarafından araştırılan bir kavram olan psikolojik sağlık, bireyin olumsuz durumları başarıyla aşabilme ve oluşan yeni koşullara uyum sağlayabilme yeteneği olarak tanımlanabilir (Doğan, 2015).

Bireylerden bazıları karşılaştıkları stresli durumlar, travmatik yaşantılar gibi olumsuz yaşam olaylarında psikolojik sorunlar yaşayarak hayatın normal akışına dönmekte güçlük yaşarken, bazıları ise bu olumsuz yaşam durumlarının yarattığı psikolojik sıkıntılardan daha kolay kurtularak yeni yaşam koşullarına hızlıca adapte olabilmektedir. Bireyden bireye değişen bu durum psikolojik sağlık kavramına işaret etmektedir (Doğan, 2015).

Yapılan çalışmalar psikolojik sağlamlığın çeşitli değişkenlerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Araştırmalar incelendiğinde psikolojik sağlamlığın benlik saygısı (Güloğlu ve Kararımak, 2010), mutluluk (Açıkgöz, 2016; Can, 2018; Yıldırım, 2019), yaşam doyumu (Alibekiroğlu, Akbaş, Ateş ve Kırdök, 2018), iyilik hali (Korkut-Owen, Demirbaş-Çelik ve Doğan, 2017; Saticı ve Deniz, 2017) ve öz anlayış (Alibekiroğlu ve diğerleri 2018) ile pozitif yönlü; yalnızlık (Güloğlu ve Kararımak, 2010), çocukluk çağı travmaları (Aydın, 2018), ile negatif yönlü ilişki olduğu görülmektedir.

Ayrıca psikolojik sağlık ile ilişkili görülen sosyal destek, bireyin zor veya stres verici durumlarda yararlanabileceği kaynak çevresinden sağladığı sosyal ve psikolojik destek şeklinde tanımlanmaktadır (Yıldırım, 1997). Birey toplum içinde yaşaması ve sosyal bir varlık olması nedeniyle sosyal desteğe ihtiyaç duymakta ve bu ihtiyacı yaşamın her döneminde devam etmektedir (Çavuş ve Pekkan, 2017). Bireyin sosyal destek kaynaklarını ailesi, akrabaları, aile çevresi, arkadaşları, iş arkadaşları, öğretmenleri, aidiyetleri ile bireyin içinde bulunduğu toplum gibi etmenler oluşturmaktadır (Yıldırım, 1997). Sosyal destek kaynaklarının bireye farklı biçimlerde destek sağladığı ve bu destek türlerinden en yaygın olanlarının maddi, duygusal ve zihinsel destek olduğu belirtilmektedir (Terzi, 2008). Sosyal destek, sağlık ve iyi oluş hali ile doğrudan alakalı olmasının yanı sıra, stres yaratan durumların olumsuz

etkisini azaltma yönünden de sağlık ve iyi oluş hali ile dolaylı olarak ilişkilidir (Eşkisü, 2009).

Günlük hayatın olumsuz yaşantıları karşısında koruyucu bir işleve sahip olan psikolojik sağlamlık, çeşitli kaynaklardan beslenebilmektedir. Bireyin ihtiyaç hissettiği zaman yanında birilerinin olacağını bilmesi bu kaynaklardan biridir. Sosyal destek, son derece değerli bir başa çıkma kaynağı olarak değerlendirilmektedir. Bireyin tutum, davranış ve duygu dünyası üzerinde önemli etkileri olan psikolojik sağlamlığın ve ilişkili olduğu değişkenlerin araştırılması, bireyin ruh sağlığı açısından önemlidir. Bu bağlamda, araştırmada Yenimahalle İlçesinde bulunan ortaokul öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişki incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın amacı doğrultusunda oluşturulan hipotezler aşağıda sıralanmıştır:

H<sub>1</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>2</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>3</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin cinsiyetlerine göre algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>4</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>5</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre aileden algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>6</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre aileden algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>7</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>8</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>9</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre öğretmenlerden algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>10</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre öğretmenlerden algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H<sub>11</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyleri ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>12</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyleri ile aileden algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>13</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyleri ile arkadaşlardan algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>14</sub>: Yenimahalle İlçesi ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyleri ile öğretmenlerden algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

## **YÖNTEM**

### **Araştırmanın Modeli**

Ankara İli Yenimahalle İlçesindeki ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeyleri ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanan bu çalışmada betimsel araştırma yöntemi kullanılmıştır.

### **Araştırma Evreni**

Bu araştırmanın evrenini 2020-2021 eğitim öğretim yılı Ankara ili Yenimahalle ilçesinde eğitim gören kamu ortaöğretim kurumlarının 7. ve 8. sınıf düzeylerindeki öğrenciler oluşturmaktadır.

### **Araştırmanın Örnekleme**

Bu araştırmanın örneklemini 2020-2021 eğitim öğretim yılı Ankara ili Yenimahalle ilçesinde eğitim gören kamu ortaöğretim kurumlarının farklı sosyo-ekonomik çevrede bulunan dokuz ortaokuldaki 7. ve 8. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Sonuç olarak 1254 öğrenciden oluşan örneklem oluşturulmuştur.

## Demografik Bilgiler

Araştırmanın örneklemini oluşturan 1254 bireyin doldurduğu Kişisel Bilgi Formu'ndan elde edilen cinsiyet ve sınıf düzeyi ile ilgili veriler Tablo 1'de gösterilmektedir.

**Tablo 1. Demografik Bulgular**

<i>Kişisel Bilgilerin Dağılımı</i>		<i>Frekans</i>	<i>%</i>
1. Cinsiyet	Kız	747	59,6
	Erkek	507	40,4
2. Sınıf Düzeyi	7. Sınıf	718	57,3
	8. Sınıf	536	42,7

Analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılanların %59,6'sı kız, %40,4'ü erkektir. Katılımcıların sınıf düzeylerine göre dağılımları incelendiğinde; %57,3'ünün 7. sınıf, %42,7'sinin 8. sınıf öğrencisi oldukları görülmektedir.

## Verilerin Toplanma Araçları

Bu araştırmada veri toplama araçları olarak Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-R ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

**Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12):** Bu ölçeğin uzun formu Liebenberg, Ungar ve Vijver (2012) tarafından çocuk ve ergenlerin psikolojik sağlamlığı ile ilgili bilgi toplanmak için geliştirilmiş bir ölçme aracıdır. Ölçeğin kısa form çalışması ise Liebenberg, Ungar ve LeBlanc (2013) tarafından yapılarak 12 maddelik bir yapı elde edilmiştir. Beşli Likert tipi bir ölçme aracı olup "Beni tamamen tanımlıyor (5)" ile "Hiç tanımlamıyor (1)" arasında derecelendirilmektedir. Kısa form ölçeğinin Türkçe uyarlaması Arslan (2015) tarafından yapılmıştır. Çocuk ve Genç

Psikolojik Sağlamlık leği'nin on iki maddesinin faktör yüklerinin .54 ile .81 arasında değiştiği görülmüş olup Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Ölçekte tersten puanlanan herhangi bir madde olmayıp alınan puanlar yükseldikçe psikolojik sağlamlık düzeyi yükselmektedir.

**Algılanan Sosyal Destek leği-R (ASD-R):** Yıldırım (2004) tarafından revize edilen ölçek, 50 maddeden oluşmaktadır. Bireylerin ailesinden, arkadaş ve öğretmenlerinden algıladığı sosyal destek düzeyini belirtmektedir. Ölçeğin; cronbach alpha güvenirlik katsayısı; .93; aile desteği boyutu için .94; arkadaş desteği boyutu için .91 ve ğretmen desteği boyutu için .93 olarak bulunmuştur. Ölçeğin aile desteği alt ölçeğinde 20, arkadaş desteği alt ölçeğinde 13, ğretmen desteği alt ölçeğinde 17 madde bulunmaktadır. Her alt ölçekte birer tane ters madde yer almaktadır. Ölçekteki her ifade "Bana uygun=3", "Bana kısmen uygun=2", "Bana uygun değil=1" şeklinde işaretlenmektedir. Düz maddeler, oldukları gibi, tersine çevrilmiş maddeler ise tersinden puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan, bireyin yüksek sosyal destek algıladığı, düşük puan ise bireyin düşük sosyal destek algıladığı anlamına gelir.

**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmada katılımcıların cinsiyeti, sınıf düzeyi, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve kardeş sayısı hakkında bilgi edinmek amacıyla hazırlanılmış bir formdur.

## **Verilerin Analizi**

Araştırma verileri SPSS(23) programında analiz edilmiştir. Öncelikle verilerin normallik ölçütünü karşılayıp karşılamadığına bakılmıştır. Verilerin normal dağılmaması nedeniyle nonparametrik testler uygulanmıştır. İki kategorili bağımsız değişkenler için Mann Whitney U, üç ve daha fazla kategoriye sahip bağımsız değişkenler için Kruskal Wallis H-Testi, korelasyon hesaplamasında Sperman Brown Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı'ndan yararlanılmıştır. Analizlerin yorumlanmasında  $p=0.05$  anlamlılık düzeyi esas alınmıştır.

## BULGULAR

Bu bölümde öncelikle verilerin normal dağılımına ilişkin bulgulara daha sonra ise araştırma hipotezlerine yönelik bulgulara yer verilmiştir.

### Normal Dağılıma İlişkin Bulgular

Grup büyüklüğünün 50'den büyük olduğu durumlarda Kolmogorov-Smirnov (K-S) testi puanların normalliğe uygunluğunu incelemek için kullanılmaktadır (Büyüköztürk, 2019). Aşağıda Tablo 2'de normallik testi sonuçları verilmiştir.

**Tablo 2.** *Normallik Testi Bulguları*

	N	Ortalama	Standart Sapma	p
Psikolojik Sağlık Ölçeği Puanları	1254	4,24	0,66	0,000
Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Puanları	1254	2,67	0,30	0,000
Aileden Algılanan Sosyal Destek Boyutu Puanları	1254	2,74	0,33	0,000
Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek Boyutu Puanları	1254	2,60	0,43	0,000
Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek Boyutu Puanları	1254	2,64	0,42	0,000

Analiz sonuçlarına göre yukarıdaki ölçek puanları normal dağılım göstermemektedir ( $p < 0,05$ ). Bu nedenle iki kategorili bağımsız değişkenler için Mann Whitney U, üç ve daha fazla kategoriye sahip bağımsız değişkenler için Kruskal Wallis H-Testi, korelasyon hesaplamasında Sperman Brown Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı'ndan yararlanılmıştır.

## Psikolojik Sağlamlıkla İle İlgili Bulgular

**Tablo 3.** *Cinsiyete Göre Psikolojik Sağlamlık Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kız	747	630,60	471060,00	187047,000	,712
Erkek	507	622,93	315825,00		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde cinsiyete göre psikolojik sağlamlık puanları arasında anlamlı fark yoktur ( $U=187047$ ;  $p=0,712>0,05$ ). Grupların Tablo 3'deki sıra ortalamaları dikkate alındığında kız öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu fakat bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir.

**Tablo 4.** *Sınıf Düzeyine Göre Psikolojik Sağlamlık Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
7. Sınıf	718	666,74	478717,00	164252,000	,000
8. Sınıf	536	574,94	308168,00		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde sınıf düzeyine göre psikolojik sağlamlık puanları arasında anlamlı fark vardır ( $U=164252$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Grupların Tablo 4'deki sıra ortalamaları dikkate alındığında 7. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin 8. sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir.



## Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Bulgular

**Tablo 5.** *Cinsiyete Göre Algılanan Sosyal Destek Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kız	747	653,01	487799,00	170308,000	,002
Erkek	507	589,91	299086,00		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde cinsiyete göre algılanan sosyal destek puanları arasında anlamlı fark vardır ( $U=170308$ ;  $p=0,002<0,05$  ). Grupların Tablo 5'deki sıra ortalamaları dikkate alındığında kız öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir.

**Tablo 6.** *Sınıf Düzeyine Göre Algılanan Sosyal Destek Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
7. Sınıf	718	659,07	473209,50	169759,500	,000
8. Sınıf	536	585,22	313675,50		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde sınıf düzeyine göre psikolojik sağlık puanları arasında anlamlı fark vardır ( $U=169759,5$ ;  $p=0,000<0,05$  ). Grupların Tablo 6'daki sıra ortalamaları dikkate alındığında 7. sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeylerinin 8. sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

**Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Alt Boyutları İle İlgili Bulgular**  
**Aileden Algılanan Sosyal Destek Boyutu İle İlgili Bulgular**

**Tablo 7.** *Cinsiyete Göre Aileden Algılanan Sosyal Destek Boyutu Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kız	747	636,36	475362,50	182744,500	,289
Erkek	507	614,44	311522,50		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde cinsiyete göre aileden algılanan sosyal destek puanları arasında anlamlı fark yoktur ( $U=182744,5$ ;  $p=0,289>0,05$ ). Grupların Tablo 7'deki sıra ortalamaları dikkate alındığında kız öğrencilerinin aileden algılanan sosyal destek düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu fakat bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir.

**Tablo 8.** *Sınıf Düzeyine Göre Aileden Algılanan Sosyal Destek Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
7. Sınıf	718	660,58	474297,00	168672,000	,000
8. Sınıf	536	583,19	312588,00		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde sınıf düzeyine göre aileden algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı fark vardır ( $U=168672$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Grupların Tablo 8'deki sıra ortalamaları dikkate alındığında 7. sınıf öğrencilerinin aileden algılanan sosyal destek düzeylerinin 8. sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

## Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek Boyutu İle İlgili Bulgular

**Tablo 9.** *Cinsiyete Göre Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek Boyutu Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kız	747	675,27	504429,00	153678,000	,000
Erkek	507	557,11	282456,00		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde cinsiyete göre arkadaşta algılanan sosyal destek puanları arasında anlamlı fark vardır ( $U=153678$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Grupların Tablo 9'daki sıra ortalamaları dikkate alındığında kız öğrencilerinin arkadaşta algılanan sosyal destek düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir.

**Tablo 10.** *Sınıf Düzeyine Göre Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
7. Sınıf	718	619,28	444644,50	186523,500	,349
8. Sınıf	536	638,51	342240,50		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde sınıf düzeyine göre arkadaşta algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı fark yoktur ( $U=186523,5$ ;  $p=0,349>0,05$ ). Grupların Tablo 10'daki sıra ortalamaları dikkate alındığında 8. sınıf öğrencilerinin arkadaşta algılanan sosyal destek düzeylerinin 7. sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu fakat bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir.

## Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek Boyutu İle İlgili Bulgular

**Tablo 11.** *Cinsiyete Göre Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek Boyutu Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kız	747	648,94	484757,50	173349,500	,010
Erkek	507	595,91	302127,50		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde cinsiyete göre öğretmenden algılanan sosyal destek puanları arasında anlamlı fark vardır ( $U=173349,5$ ;  $p=0,010<0,05$ ). Grupların Tablo 11'deki sıra ortalamaları dikkate alındığında kız öğrencilerinin öğretmenden algılanan sosyal destek düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir.

**Tablo 12.** *Sınıf Düzeyine Göre Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları*

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
7. Sınıf	718	667,39	479189,50	163779,500	,000
8. Sınıf	536	574,06	307695,50		

Analiz sonuçlarına incelendiğinde sınıf düzeyine göre öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı fark vardır ( $U=163779,5$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Grupların Tablo 12'deki sıra ortalamaları dikkate alındığında 7. sınıf öğrencilerinin öğretmenden algılanan sosyal destek düzeylerinin 8. sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir.

## Değişkenler Arasındaki İlişki İle İlgili Bulgular

**Tablo 13.** Psikolojik Sağlık düzeyi ile Algılanan Sosyal Destek Düzeyi ve Alt Boyutları Arasındaki Serman Brown Sıra Farkları Korelasyon Katsayıları

		<b>Algılanan Sosyal Destek</b>	<b>Aileden Algılanan Sosyal Destek</b>	<b>Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek</b>	<b>Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek</b>
Psikolojik Sağlık	Korelasyon Katsayısı	,719	,661	,437	,607
	p	,000	,000	,000	,000
	N	1254	1254	1254	1254

Analiz sonuçları incelendiğinde psikolojik sağlık düzeyi ile algılanan sosyal destek düzeyi arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ( $r_s(N=1254)=-,719$ ,  $p<0,001$ ).

Psikolojik sağlık düzeyi ile aileden algılanan sosyal destek düzeyi arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ( $r_s(N=1254)=-,661$ ,  $p<0,001$ ).

Psikolojik sağlık düzeyi ile arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyi arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ( $r_s(N=1254)=-,437$ ,  $p<0,001$ ).

Psikolojik sağlık düzeyi ile öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyi arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ( $r_s(N=1254)=-,607$ ,  $p<0,001$ ).

## SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyi ve algılanan sosyal destek düzeyinin; cinsiyet, sınıf düzeyi değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadıklarının ve psikolojik sağlamlık ile algılanan sosyal destek düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının incelendiği bu betimsel araştırmada Yenimahalle İlçesi ortaokulda 1254 kişiden veri toplanmıştır.

Araştırmada öncelikle psikolojik sağlamlık düzeyinin; cinsiyet ve sınıf düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre; kız öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu fakat bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir. Kızların, kendilerine daha güvenli oldukları, daha fazla empati kurabildikleri, daha kolay yardım aldıkları, daha kolay güvenli ilişkiler kurdukları, iletişimde daha güvenilir oldukları, diğerlerini daha iyi anladıkları ve problem çözmeye daha başarılı olmaları sebebiyle psikolojik sağlamlıkları daha yüksektir (Bahadır, 2009). Alan yazın incelendiğinde birbirinden farklı sonuçlara rastlanmıştır. Bazı araştırmalarda (Hoşoğlu, Kodaz, Bingöl ve Batık, 2018; Sarwar, Inamullah, Khan ve Anwar, 2010; Erbiçer, 2017) erkek olmanın psikolojik sağlamlığı arttırdığını görülürken; bazı araştırmalarda da bizim araştırma sonuçlarımızla benzer şekilde (Kararımak ve Güloğlu, 2014; Tümlü ve Reçepoğlu, 2013; Yöndem ve Bahtıyar, 2016; Şahin, 2018) psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmektedir.

Araştırma bulgularına göre; 7. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin 8. sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. 8.sınıf öğrencilerin üst öğrenim kurumlarına hazırlık ve karar vermede yaşadıkları zorluklarının psikolojik sağlamlıklarını etkilediği düşünülmektedir. Bu araştırma bulgularını desteklemeyen araştırmalarda mevcuttur. Sınıf düzeyleri ve kademeleri arttıkça bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. (Şahin, 2018; Turgut, 2015).

Araştırmada algılanan sosyal desteğin ve alt boyutlarının; cinsiyet ve sınıf düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre; kız öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeylerinin ve alt boyutları olan aileden, arkadaşan ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek görülmektedir. Kızların aile içinde daha erken sorumluluk

almaktalar, aile ile daha yakın ilişkiler kurmaktalar ve sorunlarıyla başa çıkabilmede daha açık bir tavır sergilemekte sosyal destek sağlamada daha becerikli olmaktadır (Bahadır, 2009). Araştırma bulgularına göre; 7.sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeylerinin ve alt boyutları olan aileden ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeylerinin 8. sınıf öğrencilere göre daha yüksek görülmektedir. İlgili literatür incelendiğinde de (Karataş, 2012; Kartal ve Çetinkaya, 2009) algılanan sosyal desteğin sınıf düzeylerine göre anlamlı derecede farklılaştığı görülmüştür.

Araştırmanın diğer alt problemi sosyal desteğin psikolojik sağlamlığı ilişkisini üzerinedir. Buna göre psikolojik sağlamlık ile algılanan sosyal destek arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Benzer şekilde; psikolojik sağlamlık ile aile ve öğretmenden algılanan sosyal destek arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki, arkadaştan algılanan sosyal destek arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Alan yazında araştırmanın bu bulgusunu destekleyen araştırmalar (Kwag, 2013; Terzi, 2008; Yu ve diğerleri, 2014) bulunmaktadır. Araştırmalar her iki değişkenin birbiri ile pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir. Sosyal destek bireyin zorlu, stresli yaşam olayları karşısında alacağı yardım olarak tanımlandığından (Sarason ve Sarason, 1982), sosyal desteğin psikolojik sağlamlık üzerinde etkili olacağı söylenebilir. Ayrıca bireylerin kendilerine saygı duyulduğunu, kendileri ile ilgilenildiğini ve karşılıklı destekleyici sosyal destek ağının bir parçası olduklarını hissetmelerinin onların psikolojik sağlıkları üzerinde olumlu etkiler bıraktığı (Taylor, 2011) söylenebilir.

Daha sonra yapılacak çalışmalarda hem psikolojik sağlamlık ilgili hem de algılanan sosyal destek ile ilgili boylamsal, deneysel ve nitel araştırma türlerine ağırlık verilerek bu yapılar hakkında daha ayrıntılı bilgi edinilmesi sağlanabilir.

## KAYNAKÇA

- Açıkgöz, M. (2016). Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Alibekiroğlu, P. B., Akbaş, T., Ateş, F. B., ve Kırdök, O. (2018). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkide öz-anlayışın aracı etkisi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 27(2), 1-17.
- Aydın, E. (2018). Çocukluk çağı travmatik yaşantılarının psikolojik sağlık ve depresyon belirtileri üzerine etkisi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bahadır, E. (2009). Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Can, M. (2018). Üniversite öğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlık ve öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çavuş, M. F. ve Pekkan N. Ü. (2017). Algılanan sosyal desteğin sosyal girişimciliğe etkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. Business and Economics Research Journal, 8(3), 519-532.
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlık ölçeğinin Türkçe'ye uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. The Journal of Happiness & Well-Being, 3(1), 93-102.
- Ekşi, H., Sayın, M. ve Liman, M. (2019). Otantikliğin yaşamın anlamı üzerindeki etkisinin incelenmesi: Amaç bilincinin aracı rolü. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 12(65), 795-803.



- Erbıçer, S. E. (2017). Üniversite öğrencilerinin siber zorbalık ve siber mağduriyet düzeylerinin sosyal uyuma ve bazı kişisel değişkenlere göre incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Hoşoğlu, R., Kodaz, A. F., Bingöl, T. Y. ve Batık, M. V. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlık. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 8(14), 217-239.
- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. Ege Eğitim Dergisi, 11(2), 73-88.
- Kararımak, Ö. ve Güloğlu, B. (2014). Deprem deneyimi yaşamış yetişkinlerde bağlanma modeline göre psikolojik sağlamlığın açıklanması. Cukurova University Faculty of Education Journal, 43(2), 1-18.
- Karataş, Z. (2012). "Ergenlerin algılanan sosyal destek ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi". Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 9, 19, 257-271.
- Kartal, A., & Çetinkaya, B. (2009). "Yüksekokul Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek Durumları ve Sosyal Desteği Etkileyen Faktörler". Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 4(12), 3-20.
- Korkut-Owen, F., Demirbaş-Çelik, N. ve Doğan, T. (2017). Üniversite öğrencilerinde iyilik halinin yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 16(64), 1461-1479.
- Kwag, Y. K. (2013). Effect of self-esteem, ego-resilience, social support on nursing student's adjustment to college. Journal of the Korea Academia-Industrial, 14(5),178-2186.
- Satıcı, S. A. ve Deniz, M. E. (2017). Mizahla başa çıkma ve iyilik hali: Psikolojik sağlamlık ve iyimserliğin aracılık rolünün incelenmesi. İlköğretim Online, 16(3), 1343-1356.
- Sarwar, M., Inamullah, H., Khan, N. ve Anwar, N. (2010). Resilience and academic achievement of male and female secondary level students in Pakistan. Journal of College Teaching & Learning, 7(8), 19-24.

- Taylor, S. E. (2011). Social support: A review. In H. S. Friedman (Ed.), *The Oxford handbook of health psychology* (pp. 189–214). New York, NY: Oxford University Press.
- Terzi, Ş. (2008). The relationship between psychological hardiness and perceived social support of university students. *Hacettepe University Journal of Education*, 35, 297-306.
- Turgut, Ö. (2015). Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Tümlü, G. Ü. ve Recepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 205-213.
- Şahin, H. (2018). Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve hayat amaçları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi güvenilirliği ve geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81-87.
- Yıldırım, E. (2019). Ailesinin yanında yaşayan ve ailesinin yanında yaşamayan üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının yordayıcısı olarak algılanan sosyal destek ve mutluluk düzeylerinin karşılaştırılması (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yu, Y., Peng, L., Chen, L., Long, L., He, W., Li, M. ve Wang, T. (2014). Resilience and social support promote posttraumatic growth of women with infertility: The mediating role of positive coping. *Psychiatry Research*, 215(2), 401-405.
- Yöndem, Z. D., & Bahtiyar, M. (2016). Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık Ve Stresle Baş Etme. *The Journal Of Academic Social Science Studies*, 45, 53-62.