

Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Stresle Başa Çıkma Stratejileri: Lise Öğrencileri Üzerinde Bir Çalışma

Strategies of Coping with Stress as a Predictive of Psychological Strength: A Study on High School Students

Şule OK TAŞ¹

Emrah KARATAŞ²

Talip ATAŞ³

Esat ŞANLI⁴

Atıf:

Şule, O., T., Karataş, E., Ataş, T., Şanlı, E. (2023). Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Stresle Başa Çıkma Stratejileri: Lise Öğrencileri Üzerinde Bir Çalışma, *Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(15), 182-201, DOI: 10.57135/jier. 1257879

Öz

Bu çalışmada lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini ne derecede yordadığını öğrenmek amaçlanmıştır. Ayrıca lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve stresle başa çıkma stratejilerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, kaldıkları yer (ev ya da okul pansiyonu), kardeş sayısı, okul türü ve maddi durum değişkenlerine göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu Samsun ili Çarşamba, Terme, Salıpazarı ve Ayvacık ilçelerinde bulunan; fen, anadolu, meslek ve imam hatip lise türlerinde öğrenim gören 945 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada ölçme aracı olarak Arslan (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Aydın (2005) tarafından geliştirilen G-Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (G-SBSÖ) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Toplanan verilerin analizinde SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde parametrik testler; bağımsız örneklem t testi, tek yönlü ANOVA testi ve Basit Regresyon analizi kullanılmıştır. Analizler sonucunda stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlığı anlamlı derecede yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlıktaki varyansının %42'sini açıklamıştır. Lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının maddi duruma göre anlamlı derecede farklılaşırken; cinsiyet, kalınan yer, kardeş sayısı, okul türü ve sınıf düzeyine göre anlamlı derecede farklılaşmadığı; stresle başa çıkma stratejilerinin cinsiyet, kardeş sayısı, maddi durum ve sınıf düzeyine göre anlamlı derecede farklılaşırken kalınan yer ve okul türüne göre anlamlı derecede farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan incelemelerde alanyazında bu araştırmanın değişkenleri ve hedef grubuyla yapılan çok fazla araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu araştırmanın alanyazına önemli derecede katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Lise öğrencileri, stresle başa çıkma stratejileri, psikolojik sağlamlık.

Abstract

In this study, it was aimed to find out to what extent high school students' coping strategies with stress predict their psychological resilience levels. In addition, it was examined whether the psychological resilience levels and coping strategies of high school students differ significantly according to gender, grade level, place of residence (home or school boarding house), number of siblings, school type and financial status variables. The study group consisted of 945 high school students studying in science,

¹ Uzm. Psikolojik Danışman, Çarşamba Hacı Yılmaz Rehberlik ve Araştırma Merkezi, suleokk28@gmail.com, orcid.org/0000-0002-2799-9681

² Uzm. Psikolojik Danışman, Çarşamba Hacı Yılmaz Rehberlik ve Araştırma Merkezi, emrahkaratas08@gmail.com, orcid.org/0000-0002-5363-1311

³ Uzm. Psikolojik Danışman, Çarşamba Hacı Yılmaz Rehberlik ve Araştırma Merkezi, talip-atas@hotmail.com, orcid.org/0009-0004-2213-4891

⁴ Dr. Öğr. Üyesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık A.B.D, esat.sanli@omu.edu.tr, orcid.org/0000-0001-8227-8097

Anatolian, vocational and imam hatip high schools in Çarşamba, Terme, Salıpazarı and Ayvacık districts of Samsun province. Child and Youth Resilience Measure (CYRM) adapted into Turkish by Arslan (2015), the R-Scale of Strategies for Coping with Stress (R-SSCS) developed by Aydın (2005) and personal information form were used as measurement tools in the study. SPSS 25 package programme was used to analyse the collected data. In the analysis of the data, parametric tests; independent sample t test, one-way ANOVA test and simple regression analysis were used. As a result of the analyses, it was concluded that stress coping strategies significantly predicted psychological resilience. Stress coping strategies explained 42% of the variance in psychological resilience. It was concluded that psychological resilience of high school students differed significantly according to financial status, but not significantly according to gender, place of residence, number of siblings, type of school and grade level; stress coping strategies differed significantly according to gender, number of siblings, financial status and grade level, but not significantly according to place of residence and type of school. In the literature review, there are not many studies conducted with the variables and target group of this study. For this reason, it is thought that this research will make a significant contribution to the literature.

Keywords: High school students, strategies for coping with stress, psychological resilience

GİRİŞ

Günümüzde psikoloji ekolleri bireylerin negatif özelliklerine odaklanmak yerine güçlü yönlerine odaklanmaya başlamışlardır. Psikolojik sağlamlık kavramı bu noktada karşımıza çıkmaktadır. (Kararımak ve Bugay, 2014). Psikolojik sağlamlıkla ilgili alanyazın incelendiğinde birden fazla tanımının olduğu görülmüştür. Söz konusu tanımlara değinmek gerekirse; travmatik deneyimler sonrasında insanların önceki durumlarına geri dönebilme kapasiteleri olarak ifade edilmektedir (Garmezy, 1991). Amerikan Psikoloji Derneği (2013) psikolojik sağlamlığı; insanların yakın çevresinde deneyimlediği sorunlar, mesleki hayatlarındaki olumsuzluklar, sağlık durumlarındaki bozulmalar ve zorlu yaşam olayları karşısında önceki durumlarına tekrar gelebilme becerisi olarak tanımlamıştır. Alan yazınındaki benzer tanımlar incelendiğinde olumsuz durumlara uyum sağlayabilme ve bu durumların üzerinden gelebilme süreçlerinin psikolojik sağlamlığın önemli bileşenlerinden olduğu görülmektedir.

Psikolojik sağlamlığın; olumsuz olaylar sonrasında yeni durumlara adapte olabilme, inişli çıkışlı süreçlerden oluşma, doğuştan olmama ve daha sonrasında da geliştirilebilme gibi özellikleri bulunmaktadır. Bunların yanı sıra ilgili alan yazınında psikolojik sağlamlığın bileşenleri olarak; koruyucu faktörler, risk faktörleri ve olumlu sonuçlar sıklıkla karşımıza çıkmaktadır. Koruyucu faktörler; insanların stresle başa çıkmalarında ve stresi yönetebilmelerinde etkili olan durumlar olarak ifade edilirken risk faktörleri ise tam tersine insanların zorlu yaşantılara maruz kaldıklarında uyum sağlama ve kötü durumlarla başa çıkmalarını olumsuz etkileyen faktörler olarak belirtilmiştir (Kefeli & Şanlı, 2022; Şanlı & Kefeli, 2021; Truffino, 2010). Koruyucu faktörleri üç boyutta incelediğimizde ilk olarak bireysel faktörlere değinilebilir. Etkileşimde bulunulan kişilerle sağlıklı iletişimin kurulması, uyum becerilerinin yüksek olması, kişinin kendisine olan güveninin ve saygısının yüksek olması ve belirli konularda donanımının olması bireysel faktörler ile açıklanmaktadır. Ailesel faktörler; aile içi iletişimin sağlıklı olması, etkili ebeveyn tutumlarının var olması ve sosyoekonomik düzeyin iyi olması olarak ifade edilirken çevresel faktörler ise kişinin temasta bulunduğu çevre ile iyi ilişkilerde bulunması olarak belirtilmiştir (Masten & Coasworth, 1998). Kararımak (2006) risk faktörlerini, insanların hayatlarını sağlıklı bir şekilde sürdürmelerinin olumsuz etkileyen güç yaşantılar ve travmatik olaylar olarak ifade etmiştir. Koruyucu faktörler ve risk faktörleri her insanı farklı düzeyde ve şekilde etkilemektedir. Bu noktada psikolojik sağlamlık alanında olumlu sonuçlar kavramı öne çıkmaktadır. Bireylerin zorlu yaşam olayları ve risk faktörlerine maruz kaldıklarında koruyucu faktörlerinde desteğiyle uyum sağlama becerilerini ve etkin başa çıkma stratejilerini kullandıklarında ortaya çıkan durum olumlu sonuç olarak belirtilmektedir. İnsanların koruyucu faktörlerinde varlığıyla risk faktörlerinin üzerinden gelebilmeleri olumlu sonuçlar olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bireylerin karşılaşmış oldukları zorlayıcı yaşam olayları sonucunda yaşadıkları stres; içinde buldukları gelişim dönemleri, yaşları, cinsiyetleri, toplumsal-sosyal çevreleri ve yaşadıkları döneme bağlı olarak değişkenlik gösterebilmektedir (Köknel, 1988). Ergenlik döneminin bireyin gelişimini ve değişimini etkileyen en önemli dönemlerden biri olduğu bilinmektedir. Bu nedenle ergenler için stres ve stresle başa çıkma kavramları önemli hale gelmektedir. Alan yazında stres ve başa çıkma kavramlarının farklı tanımlamalarla kullanıldığı görülmektedir. Ruh sağlığı alanında stres; organizmanın içsel ya da dış kaynaklı uyarıcılar karşısında kendisini savunması ve duruma uyum sağlaması amacıyla yaşamış olduğu gerginlik hali tanımlanmaktadır (Lazarus ve Folkman 1984; Baltas ve Baltas, 2013; Cüceloğlu, 1996). Başa çıkma ise, zorlayıcı durumlar ya da olaylar karşısında bireylerin maruz kaldıkları gerginliği azaltmak amacıyla ortaya koydukları bilişsel ve davranışsal çaba olarak ifade edilebilir (Folkman ve ark., 1986).

Eryılmaz (2009) ergenler için stres kaynaklarını “gelişimsel görevler, aile ve akranlarla ilişkiler, okul ve sınavlardan kaynaklanan sorunlar, önemli birinin ölümü, sağlık problemleri ve cinsellikle ilgili problemler olarak” özetlemektedir. Ergenler ergenlik döneminin ilk zamanlarında bu stresörlerle nasıl baş edebileceklerini tam olarak bilememektedirler; fakat ilerleyen süre içerisinde farklı yaşantılar ve tecrübeler sayesinde bazı baş etme stratejilerini geliştirmektedirler. Ayrıca bireylerin doğumlarından ilkökul döneminin sonuna kadar çevrelerindeki insanları modelleyerek problemlerini çözdükleri; çocukluk dönemi sonlarına doğru ve ergenlik döneminde ise duygu merkezli baş etme ve duygu yönetimi yeteneklerini geliştirdikleri düşünülmektedir (Compas ve ark., 1997; akt, Eryılmaz 2009).

Günümüzde ergenler gelişim görevleri açısından akademik başarı ve gelecek planlama noktalarında kaygı yaşamakta ve buna bağlı olarak akademik problemler yaşayabilmektedir. Yaşanan bu problemler sonrasında başarısızlık ve hayal kırıklığı gibi durumlarla karşılaşmaktadır. Bu durum ergenlerde stresle başa çıkmada etkili stratejilerin kullanılmasını çok daha önemli hale getirmektedir (Kara,2010).

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlıklarını hangi düzeyde yordadığı ve cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, maddi durum, kaldıkları yer ve okul türü gibi demografik değişkenlere göre psikolojik sağlık düzeyleri ve stresle başa çıkma stratejilerinin anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesidir. Bu amaçlar ışığında bu araştırma aşağıdaki sorulara cevap aramaktadır:

Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlıklarını hangi düzeyde yordamaktadır?

Lise öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?

Lise öğrencilerinin sınıf düzeyi değişkenine göre stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?

Lise öğrencilerinin kardeş sayısı değişkenine göre stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?

Lise öğrencilerinin maddi durum değişkenine göre stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?

Lise öğrencilerinin kaldıkları yer değişkenine göre stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?

Lise öğrencilerinin okul türü değişkenine göre stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlık düzeylerinin anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden korelasyonel araştırma modeli kullanılmıştır. Nicel araştırmalar; gerçekliğin araştırmacıdan bağımsız olduğunu ve gerçekliğin objektif olarak gözlenip ölçülerek nicel verilerin toplanıp analiz edilmesi esasına dayanmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2013). Bu çalışmada korelasyonel araştırma türlerinden tek faktörlü yordayıcı korelasyon deseni kullanılmıştır. Yordayıcı korelasyon desenlerinde değişkenler arasındaki ilişkiler incelenerek değişkenlerin birinden yola çıkılarak diğer değişken yordanmaya çalışılmaktadır (Büyüköztürk vd., 2013).

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu, Samsun ili Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı Çarşamba, Terme, Salıpazarı ve Ayvacık ilçelerinde; fen, anadolu, meslek ve imam hatip lise türlerinde öğrenim görmekte olan 945 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Bu araştırmanın çalışma grubu basit seçkisiz örnekleme yoluyla belirlenmiştir. Basit seçkisiz örnekleme yöntemi; her bir örneklem birimine eşit seçilme olasılığı verilerek seçilen birimlerin örneklem grubuna dahil edilmesi şeklinde açıklanabilir (Çıngı, 1994).

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. Kişisel bilgi formunda katılımcılardan cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, kardeş sayısı, kaldıkları yer ve maddi durum değişkenleri hakkında bilgi alınması amaçlanmıştır.

Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği: Liebenberg, Ungar ve Van de Vijver (2012) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinal formu 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin kısa form çalışması Liebenberg, Ungar ve LeBlanc (2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda 12 maddeden oluşan tek boyutlu bir yapıya ulaşılmıştır. Arslan (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir. Ölçme aracı beşli likert yapıdadır. "Beni tamamen tanımlıyor (5)" ile "Hiç tanımlamıyor (1)" arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan 12 ile 60 arasında değişmektedir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan daha yüksek puan daha yüksek psikolojik sağlamlık düzeyine işaret etmektedir. Arslan (2015) çalışmasında ÇGPSÖ'nün güvenilirlik katsayısını .91 bulmuştur. Bu araştırma verileri için ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı ise .84 bulunmuştur.

G-Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği: Aydın tarafından 2005 yılında akış kuramı temel alınarak geliştirilmiştir. Lise öğrencilerinin stresle baş çıkma stratejilerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. SBSÖ'de başlangıçta 48 madde yer alırken gözden geçirilmiş formu 43 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki maddelere 1 ile 5 arasında puan verilmektedir. Ölçekte "bana hiç uygun değil "1", bana biraz uygun "2", bana orta derecede uygun "3", bana büyük ölçüde uygun "4", bana tamamen uygun "5" biçiminde puanlanmaktadır. Ölçek mücadele, kişisel kontrol ve çevreyle etkin temas olacak şekilde üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte ters puanlanan 17 madde bulunmaktadır. Ölçeğin toplamından alınabilecek en yüksek puan 240, en düşük puan ise 48'dir. Tüm ölçekten alınan puan arttıkça, bireyin stresle etkin başa çıkma strateji düzeyinin daha yüksek olduğuna işaret etmektedir. Aydın (2005) çalışmasında ölçeğin tamamına ilişkin güvenilirlik katsayısını .87 bulmuştur. Bu araştırma G-SBSÖ'nün güvenilirlik katsayısı .90 bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Toplanan verilerin analizi için SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Verilerin çarpıklık-basıklık katsayılarına bakıldığında; katsayıların -1 ile +1 arasında değer aldığı tespit edilmiş ve ölçeklerin normalden aşırı sapma göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla bu araştırmada normal dağılım için verilerin çarpıklık-basıklık değerlerinin -2 ile +2 aralığında olması koşulu sağlanmıştır (George & Mallery, 2016; Tabachnick & Fidell, 2013). Buradan

hareketle tüm ölçeklerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Analiz aşamasında parametrik testler kullanılmıştır. Araştırma verilerinin güvenilirlik katsayıları Cronbach alpha katsayısı kullanılarak hesaplanmıştır. Araştırma verilerine ilişkin betimsel istatistikler yapılmıştır. Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyet ve kalınan yer değişkenine anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi tekniği kullanılmıştır. Örneklem grubunun sınıf düzeyi, kardeş sayısı, okul türü ve maddi durum değişkenlerine göre stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlamlık düzeylerini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) verileri ışığında grupların anlamlı olarak farklılaştığı durumlarda farklılaşmanın kaynağını belirlemek amacıyla Post Hoc Tukey ve LCD testleri kullanılmıştır. Ayrıca bu araştırmada stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlığı yarıdayıp yordamadığını belirlemek amacıyla Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde toplanan verilerin istatistiksel analizinde ortaya çıkan bulgular yer almaktadır. İlk olarak puan ortalamalarının dağılımlarına ilişkin betimsel istatistiklere ve çarpıklık-basıklık katsayılarına yer verilmiştir. Devamında lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlıklarına yordamadaki katkılarına ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Sonrasında lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle başa çıkma stratejilerinin cinsiyet, kalınan yer, kardeş sayısı, maddi durum, okul türü ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin sonuçlara yer verilmiştir.

Araştırma Verilerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Araştırmada kullanılan ölçeklerle ilgili betimsel istatistikler Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve G-Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçekler	N	Min	Max	X	SS
Psikolojik Sağlamlık	943	12	60	45.44	8.75
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	929	52	215	155.59	25.07

Tablo 2 incelendiğinde; psikolojik sağlamlık ölçeği için; en düşük 12, en büyük 60, ortalama 45.44 ve standart sapma 8.75 sayılarına ulaşılmıştır. Katılımcıların ölçek ortalamalarının (45.44) da alınabilecek en yüksek puana (60) yaklaştığı ve psikolojik sağlamlıklarının görece olarak yüksek olduğu değerlendirilebilir (Arslan, 2015). Stresle başa çıkma stratejileri ölçeği için en düşük 52, en büyük 215, ortalama 155.59 ve standart sapma 25.07 sayılarına ulaşılmıştır. Katılımcıların ölçek ortalamalarının (155.59) da alınabilecek en yüksek puana (215) yaklaştığı saptanmıştır. Buradan hareketle Aydın (2020)’a göre katılımcıların stresle başa çıkmada etkin stratejiler kullandıkları söylenebilir.

Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ortalamalarının Çarpıklık ve Basıklık Değerlerine İlişkin Bulgular

Araştırmada kullanılan ölçekler aracılığıyla ulaşılan verilerin normallik varsayımını yapmak amacıyla çarpıklık-basıklık katsayılarına bakılmıştır. Ölçeklerden elde edilen verilere ilişkin çarpıklık-basıklık değerlerine Tablo 3’te yer verilmiştir.

Tablo 3. Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ortalamalarının Çarpıklık ve Basıklık Değerleri Tablosu

Ölçekler	N	\bar{X}	SD	Min	Max	Skewness	Kurtosis
Psikolojik Sağlamlık	927	45.4908	8.77507	12.00	60.00	-.648	.663
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	927	155.6084	25.09354	52.00	215.00	.007	-.316

Tablo 3 incelendiğinde çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1 ve +1 arasında olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlarla birlikte verilerinin normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşabilmek için çarpıklık ve basıklık katsayılarının -2 ve +2 değerleri arasında olması şartı gerçekleşmiştir (George & Mallery, 2016;

Tabachnick & Fidell, 2013). Bu araştırmanın analizlerinde kullanılacak olan tüm verilerin normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde kullanılacak olan testlerin parametrik testlerden oluşmasına karar verilmiştir.

Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Etkisine İlişkin Bulgular

Araştırmada kullanılan değişkenler arasında anlamlı ilişkilerin tespit edilmesi amacıyla Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi sonuçları incelenmiştir. Sonrasında stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlığı yordayıp yordamadığının belirlenmesi için basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

Basit doğrusal regresyon analizi öncesinde bazı ön koşulların sağlanıp sağlanmadığına bakılmıştır. Öncelikle değişkenler arasında ilişkiye bakılarak çoklu eş doğrusallığı sorununun olmamasına dikkat edilmiştir. Bunun için değişkenlerin açıklayamadıkları varyans oranı olarak açıklanan tolerans değerine bakılmıştır. Tolerans değerinin .20'den daha büyük 1.00 olduğu görülmüştür. Sonrasında araştırmada kullanılan değişkenlerin varyans büyütme faktörü (VIF) değerine bakılmıştır. Varyans büyütme faktörü (VIF) değerinin 2.5 'den küçük , 1.00 olduğu görülmüştür. Bahsedilen değerler ışığında değişkenler arasında çoklu bağıntı sorununun olmadığı belirlenmiştir (Allison, 1999).

Stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlığı yordayıp yordamadığını belirlemeden önce aralarındaki ilişkiye bakmak amacıyla Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi sonuçları incelenmiştir.

Tablo 4. Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlıkları ve Stresle Başa çıkma Stratejileri Arasındaki İlişkiyi Belirlemek İçin Yapılan Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi

Değişkenler	N	\bar{X}	SD	r	P
Psikolojik Sağlamlık	927	45.49	8.77	.648	.000
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	927	155.60	25.09		

Tablo 4'de görüldüğü üzere psikolojik sağlamlık ve stresle başa çıkma stratejileri arasında ($r=.648$, $p<.05$) pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlığı yordama gücüne ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Lise Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Psikolojik Sağlıklarını Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Tablosu

Ölçekler	B	Standart Hata	β	t	P
Sabit	10.225	1.380		7.409	.000
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	.227	.009	.648	25.881	.000
R=.648	R ² =420	F=669.845	p=.000		

p<.01 *p<.001

Tablo 5 incelendiğinde; lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlıkları arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki saptanmış (R=.648, R²=420), lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlıklarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (F=669.845, p=.000). Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri, psikolojik sağlıklarında %42 oranındaki değişimi anlamlı derecede açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Ortalama, Standart Sapma, T ve P Değerlerine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin psikolojik sağlık ve stresle başa çıkma stratejileri ölçeklerinden aldıkları puan ortalamalarının cinsiyete göre dağılımları ile ilgili independent T testi sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlıklarının ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Ortalama, Standart Sapma, T ve P Değerleri

Ölçekler	Cinsiyet	N	\bar{X}	SD	t	P
Psikolojik Sağlık	Kadın	405	45.82	8.66	1.03	.303
	Erkek	521	45.22	8.86		
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	Kadın	405	159.96	26.02	4.73	.000
	Erkek	521	152.18	23.82		

Tablo 6 incelendiğinde lise öğrencilerinin psikolojik sağlıkları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermezken (p=.303, p>.05), stresle başa çıkma stratejileri cinsiyet değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır (p=.000, p<.05). Buradan hareketle kız öğrencilerin erkeklere göre stresle daha etkin ve işlevsel baş ettikleri sonucuna ulaşılabilir.

Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Kalınan Yer Değişkenine Göre Ortalama, Standart Sapma, T ve P Değerlerine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin psikolojik sağlık ve stresle başa çıkma stratejileri ölçeklerinden aldıkları puan ortalamalarının kalınan yere göre dağılımları ile ilgili independent T testi sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlıklarının ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Kalınan Yer Değişkenine Göre Ortalama, Standart Sapma, T ve P Değerleri

Ölçekler	Kalınan Yer	N	\bar{X}	SD	t	P
Psikolojik Sağlık	Ev	796	45.34	8.83	-1,21	,226
	Yurt/Pansiyon	131	46,35	8,41		
Stresle Başa Çıkma Stratejiler	Ev	796	155.21	25.31	-1.17	.242
	Yurt/Pansiyon	131	157.98	23.68		

Tablo 7 incelendiğinde lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları kaldıkları yere göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=.226$, $p>.05$). Aynı şekilde lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri kaldıkları yere göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=.242$, $p>.05$).

Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri ve ANOVA Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle başa çıkma stratejileri ölçeklerinden aldıkları puan ortalamalarının kardeş sayısına göre dağılımları ile ilgili betimsel istatistikler Tablo 8'de verilmiştir. Tablo 9'da Tek Yönlü ANOVA bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 8. Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

Ölçekler	Kardeş Sayısı	N	\bar{X}	SD
Psikolojik Sağlamlık	1	54	47.57	7.31
	2	254	46.19	7.85
	3	344	44.48	9.13
	4	171	45.49	9.47
	5+	119	45.73	8.58
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	1	54	162.85	3.28
	2	250	156.72	1.59
	3	340	153.01	1.38
	4	168	154.05	1.87
	5+	116	159.75	2.21

Tablo 8 incelendiğinde kardeş sayısı 1 olan lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının puan ortalamaları 47.57, 2 olanların 46.19, 3 olanların 44.48, 4 olanların 45.49, 5 ve üstü olanların ise 45.73 olarak belirlenmiştir. Stresle başa çıkma stratejileri puan ortalamaları kardeş sayısı 1 olan lise öğrencilerinin 162.85, 2 olanların 156.72, 3 olanların 153.01, 4 olanların 154.05 5 ve üstü olanların ise 159.75 olarak belirlenmiştir.

Tablo 9. Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ortalamalarının Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Psikolojik Sağlamlık	Gruplar Arası	715,452	4	178,863	2,359	,052	-
	Gruplar İçi	71030,961	937	75,807			
	Toplam	71746,413	941				
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	Gruplar Arası	7822,264	4	1955,566	3,139	,014	1 Kardeş > 3-4 Kardeş 3 Kardeş > 5 Kardeş
	Gruplar İçi	575014,933	923	622,985			
	Toplam	582837,197	927				

Tablo 9 incelendiğinde lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları kardeş sayısına göre ($p=.052$, $p>.05$) göre anlamlı bir fark göstermemektedir. Fakat lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri kardeş sayısına göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($p=.014$, $p<.05$). Gruplar arasında görülen farkın sebebini öğrenmek için Post-Hoc testlerinden Tukey analizi kullanılmıştır. Lise öğrencilerinin 1 kardeş sahibi olanlar ile 3 ve 4 kardeş sahibi olanlar, 3 kardeş sahibi olanlar ile 5 kardeş sahibi olanlar arasında anlamlı farklılıklar gözlenmektedir. Yani lise öğrencilerinin 1 kardeş sahibi olanların stresle başa çıkma stratejilerini 3 ve 4 kardeş sahibi olanlardan, 3 kardeş sahibi olanların stresle başa çıkma stratejilerini 5 kardeş sahibi olanlardan anlamlı olarak daha etkin kullandıkları belirlenmiştir.

Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Maddi Durum Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri ve ANOVA Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle başa çıkma stratejileri ölçeklerinden aldıkları puan ortalamalarının kardeş sayısına göre dağılımları ile ilgili betimsel istatistikler Tablo 10'da verilmiştir. Tablo 11'de Tek yönlü ANOVA bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 10. Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Maddi Durum Değişkenine Göre Betimsel İstatistikler

Ölçekler	Maddi Durum	N	\bar{X}	SD
Psikolojik Sağlamlık	0-2000 TL.	192	46.3438	8.87650
	2000-4000 TL.	259	45.0193	8.52150
	4000-6000 TL.	248	44.3710	8.79452
	6000-8000 TL.	126	47.3016	8.85101
	8000 TL. ve üzeri	117	45.1709	8.56345
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	0-2000 TL.	191	156.1099	28.28471
	2000-4000 TL.	255	156.5412	24.08771
	4000-6000 TL.	242	151.7810	24.19024
	6000-8000 TL.	126	161.6587	22.45784
	8000 TL. ve üzeri	114	153.8772	25.04479

Tablo 10 incelendiğinde maddi durumu 0-2000 TL. arasında lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puan ortalamaları 46.34, 2000-4000 arasında olanların 45.01, 4000-6000 arasında olanların 44.37, 6000-8000 TL. arasında olanların 47.30, 8000 TL. ve üzeri olanların ise 45.17 olarak belirlenmiştir. Stresle başa çıkma stratejileri puan ortalamaları maddi durumu 0-2000 TL. arasında lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık puan ortalamaları 156.10, 2000-4000 TL. arasında olanların 156.54, 4000-6000 TL. arasında olanların 151.78, 6000-8000 TL. arasında olanların 161.65, 8000 TL. ve üzeri olanların ise 153.87 olarak belirlenmiştir.

Tablo 11. Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ortalamalarının Maddi Durum Değişkenine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Psikolojik Sağlamlık	Gruplar Arası	931.197	4	232.799			
	Gruplar İçi	71187.208	937	75.974	3.064	.016	4000-6000 < 6000-8000
	Toplam	72118.404	941				
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	Gruplar Arası	8768.250	4	2192.063			
	Gruplar İçi	574328.007	923	622.241	3.523	.007	4000-6000 < 6000-8000
	Toplam	583096.258	927				

Tablo 11 incelendiğinde lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları maddi durum değişkenine göre ($p=.016$, $P<.05$) göre anlamlı bir fark göstermektedir. Gruplar arasında görülen farkın kaynağını belirlemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Tukey analizi uygulanmıştır. Lise öğrencilerinin maddi durumu 4000-6000 arasında olanlar 6000-8000 arasında olanlar arasında anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Bu sonuçlar Arslan (2015)'e göre lise öğrencilerinin maddi durumu 4000-6000 arasında olanların psikolojik sağlamlıklarının, maddi durumu 6000-8000 arası olanlardan anlamlı derece düşük olduğunu ortaya koymaktadır.

Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri maddi durum değişkenine göre anlamlı farklılık göstermektedir ($p=.007$, $p<.05$). Gruplar arasında görülen farkın sebebini öğrenmek

için Post-Hoc testlerinden Tukey analizi kullanılmıştır. Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri maddi durumu 4000-6000 arasında olanlar ile 6000-8000 arasında olanlar arasında anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Yani lise öğrencilerinin maddi durumu 6000-8000 arasında olanların stresle başa çıkma stratejilerini, maddi durumu 4000-6000 arası olanlardan anlamlı derece etkin kullandıkları belirlenmiştir.

Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Okul Türü Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri ve ANOVA Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle başa çıkma stratejileri ölçeklerinden aldıkları puan ortalamalarının okul türüne göre dağılımları ile ilgili betimsel istatistikler Tablo 12'de verilmiştir. Tablo 13'de Tek yönlü ANOVA bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 12. Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Okul Türü Değişkenine Göre Tek Yönlü ANOVA Analizi Sonuçları

Ölçekler	Okul Türü	N	\bar{X}	SD
Psikolojik Sağlamlık	Meslek Lisesi	183	46.39	9.19
	Anadolu Lisesi	283	44.77	7.84
	İmam Hatip Lisesi	351	45.53	9.41
	Fen Lisesi	126	45.33	8.03
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	Meslek Lisesi	183	152.14	25.06
	Anadolu Lisesi	277	155.25	25.17
	İmam Hatip Lisesi	343	156.73	25.26
	Fen Lisesi	126	158.23	24.03

Tablo 12 incelendiğinde meslek lisesinde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlamlık puan ortalamaları 46.39, Anadolu lisesinde öğrenim görenlerin 44.77, imam hatip lisesinde öğrenim görenlerin 45.53, fen lisesinde öğrenim görenlerin 45.33 olduğu belirlenmiştir. Stresle başa çıkma stratejileri incelendiğinde meslek lisesinde öğrenim gören öğrencilerin puan ortalamaları 152.14, anadolu lisesinde öğrenim görenlerin 155.25, imam hatip lisesinde öğrenim görenlerin 156.73, fen lisesinde öğrenim görenlerin 158.23 olduğu belirlenmiştir.

Tablo 13. Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ortalamalarının Okul Türü Değişkenine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	P
Psikolojik Sağlamlık	Gruplar Arası	296.366	3	98.789	1.291	.276
	Gruplar İçi	71828.572	939	76.495		
	Toplam	72124.937	942			
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	Gruplar Arası	3526.524	3	1175.508	1.875	.132
	Gruplar İçi	579777.484	925	626.786		
	Toplam	583304.009	928			

Tablo 13 incelendiğinde lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları okul türü değişkenine göre ($p=.276$, $P>.05$) göre anlamlı bir fark göstermemektedir. Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri okul türü değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p=.132$, $p>.05$).

Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri ve ANOVA Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle başa çıkma stratejileri ölçeklerinden aldıkları puan ortalamalarının kardeş sayısına göre dağılımları ile ilgili betimsel istatistikler Tablo 14'te verilmiştir. Tek yönlü ANOVA sonuçları ise Tablo 15'de verilmiştir.

Tablo 14. Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

Ölçekler	Sınıf Düzeyi	N	\bar{X}	SD
Psikolojik Sağlık	9	234	46.2393	8.44436
	10	258	45.4070	8.84195
	11	271	44.6937	9.24914
	12	180	45.6000	8.19293
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	9	229	157.8777	25.52111
	10	257	155.0973	24.42483
	11	266	152.0526	24.38692
	12	177	158.6836	25.91444

Tablo 14 incelendiğinde 9. Sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlık puan ortalamaları 46.23, 10. Sınıf düzeyinde öğrenim görenlerin 45.40, 11. Sınıf düzeyinde öğrenim görenlerin 44.69, 12. Sınıf düzeyinde öğrenim görenlerin 45.60 olduğu belirlenmiştir. Stresle başa çıkma stratejileri incelendiğinde 9. Sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin puan ortalamaları 157.87, 10. Sınıf düzeyinde öğrenim görenlerin 155.09, 11. Sınıf düzeyinde öğrenim görenlerin 152.05, 12. Sınıf düzeyinde öğrenim görenlerin 158.68 olduğu belirlenmiştir

Tablo 15. Psikolojik Sağlık ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ortalamalarının Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Psikolojik Sağlık	Gruplar Arası	305.292	3	101.764	1.331	.263	-
	Gruplar İçi	71819.645	939	76.485			
	Toplam	72124.937	942				
Stresle Başa Çıkma Stratejileri	Gruplar Arası	6283.318	3	2094.439	3.358	.018	9. Sınıf > 11. Sınıf 12. Sınıf > 11. Sınıf
	Gruplar İçi	577020.690	925	623.806			
	Toplam	583304.009	928				

Tablo 15 incelendiğinde lise öğrencilerinin psikolojik sağlıkları sınıf düzeyi değişkenine göre ($p=.263$, $P>.05$) göre anlamlı bir fark göstermemektedir. Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri okul türü değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır ($p=.018$, $p<.05$). Gruplar arasında görülen farkın sebebini öğrenmek için Post-Hoc testlerinden Tukey analizi kullanılmıştır. Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri 9. sınıfta öğrenim görenler ile 11. sınıfta öğrenim görenler arasında, 11. sınıfta öğrenim görenler ve 12. sınıfta öğrenim görenler arasında anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Yani lise öğrencilerinden 9. sınıfta ve 12. sınıfta öğrenim görenlerin stresle başa çıkma stratejilerini 11. sınıfta öğrenim görenlerden anlamlı derecede etkin kullandıkları ortaya konmuştur.

SONUÇLAR ve TARTIŞMA

Araştırmamızdan elde edilen verilerin analizleri sonucunda stresle başa çıkma stratejileri psikolojik sağlığı pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır. Araştırmanın örneklemini oluşturan liseli öğrenciler gelişimsel anlamda ergenlik döneminde yer almaktadır ve ergenlik döneminin, yaşamın genel stresörleri dışında spesifik stres kaynakları barındırdığı bilinmektedir. Genel olarak yaşamda anlam ve kimlik arayışı (Şanlı ve Ersanlı, 2021), kimlik denemeleri sürecinde aile içi çatışmalar, okul ve akademik başarı, arkadaş ilişkileri gibi bu döneme yoğunlaşan birçok stres kaynağının olduğu bilinmektedir (Smith ve Carlson, 1997). Bu

ve daha fazlası stres kaynaklarıyla etkin bir biçimde baş edememesi bireyin risk grubunda yer alması için zemin oluşturmaktadır (Smith ve Carlson, 1997). Bunun aksine etkin başa çıkma yolları mevcut araştırmamızın bulgularının da ortaya koyduğu şekliyle psikolojik sağlamlıklarının artması için altyapı oluşturmaktadır. Alan yazında lise öğrencileri üzerinde bir araştırmaya rastlanmamışken farklı gruplar üzerinde yapılan araştırmalar incelenmiştir. Bu araştırmalar stresle başa çıkmada aktif ve işlevsel başa çıkma stratejilerinin kullanımının psikolojik sağlamlığı arttırdığını ifade etmektedir (Gloria ve Steinhardt, 2014; Karstoft vd., 2015; Özer, 2016; Varıcıer, 2019; Fleishman, 1984; Kaya ve Demir, 2017). Yapılan araştırmalar genel olarak; pozitif duygular (Gloria ve Steinhardt, 2014; Öztürk ve Maçkalı, 2022), bilişsel esneklik (Beasley, Thompson ve Davidson, 2003), kabullenme ve davranışsal aksiyon (Polizzi, Lynn ve Perry, 2020), özsaygı (Rutter, 1987), sosyal destek (Rahim, 1996), duygusal zeka (Kökçam, Arslan ve Traş, 2022), duygu düzenleme becerisi (İşözen ve Kolay, 2022), öz kontrol (Kaçar, 2022) gibi faktörlerin stresle başa çıkmanın etkili bileşenleri olduğunu ve bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini olumlu yönde etkilediklerini ortaya koymuştur. Bütün bu araştırmalarla birlikte değerlendirildiğinde mevcut araştırmamızın lise öğrencilerinin daha gelişmiş stresle başa çıkma stratejilerine sahip olmalarının daha yüksek psikolojik bir dayanıklılığa yol açacağına yönelik bulgusunun tutarlı ve anlamlı bir sonuç olduğu anlaşılmaktadır.

Araştırmamızın verilerinin analizi sonucunda lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir. Alan yazın incelendiğinde; araştırmamızın bulgularını destekleyen çalışmaların olduğu gözlemlenmiştir. Örneğin; liseli ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada cinsiyet ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Lamiser Atik, 2013). Yine Akça (2012) tarafından genç yetişkinler üzerinde yapılan bir araştırmada cinsiyet ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ayrıca; Terzi (2008), Özcan (2005), Eryılmaz (2012) ve Sezgin (2012) yaptıkları araştırmalarda psikolojik sağlamlık ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını ortaya koymuşlardır. Bunların yanı sıra; ergenler üzerinde yapılan bir çalışmada kızların psikolojik sağlamlığının erkeklere göre daha yüksek olduğu ortaya konmuştur (Oktan, 2008). Önder ve Gülay (2008) araştırmalarında psikolojik sağlamlığın kızlarda daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Alan yazında psikolojik sağlamlığın erkeklerde daha yüksek olduğunu ortaya koyan araştırmalara da rastlanmıştır (Toprak, 2014; Boyraz ve Sayger, 2011; Bahadır, 2009).

Alan yazında araştırma sonuçları tutarlılık göstermemektedir. Kız ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olduğunu ortaya koyan araştırmaların sonuçları, kızların ergenliğe erken girmelerinden kaynaklanan problemleri daha çok bireysel çabalarıyla çözmeye çalışmalarına ve toplumumuzdaki ataerkil yapıdan kaynaklı beklentiler ve yüklenen sorumluluklardan kaynaklanan durumlarda güçlü durma çabalarına bağlanabilir. Araştırmalarda erkek ergenlerin psikolojik sağlamlığının yüksek bulunmasının yine toplumumuzun ataerkil yapısından kaynaklı olarak "erkekler ağlamaz" yargısından ve erkeklerin her zorluk karşısında güçlü olmaları gerektiği yargısından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen verilerinin analizi ile lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre stresle başa çıkma stratejilerinin anlamlı olarak farklılaştığı ve kız öğrencilerin erkeklere göre stresle daha etkin ve işlevsel baş ettikleri ortaya konmuştur. Türküm (2002) yaptığı araştırmada araştırmamızla benzer sonuçlara ulaşmış ve kız çocuklarının erkeklere göre etkin ve işlevsel başa çıkma stratejilerini daha fazla kullandıklarını ortaya koymuştur. Alan yazında araştırmamızın sonuçlarıyla benzerlik gösteren farklı araştırmalara da rastlanmıştır. Aydın (2003) stresle başa çıkmada kız ergenlerin erkeklere göre stresle başa çıkmada etkin ve işlevsel stratejileri kullandıkları ortaya konmuştur. Aynı şekilde Çankıroğlu (2007) araştırmasında erkek ergenlerin kızlara göre pasif başa çıkma yöntemlerini kullandıklarını belirlemiştir. Alan yazında araştırmamızdan farklı sonuçlara ulaşılan çalışmalara da

rastlanmıştır. Spor lisesinde okuyan öğrenciler üzerinde yapılan bir araştırmada stresle başa çıkma yöntemlerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı ortaya konmuştur (Kalkavan, Kadioğlu ve Kayhan, 2021). Ayrıca Çiftçi (2002) yaptığı araştırmada stresle başa çıkmada erkek ergenlerin kızlara göre etkin ve işlevsel yöntemleri kullandığını ifade etmiştir. Bu bulgulardan hareketle ergenlerin cinsiyetlerine göre ortaya koydukları stresle başa çıkma stratejilerinin net bir şekilde farklılaşmadığı düşünülebilir. Bu durumun ortaya çıkmasında; kız öğrencilerin ergenliğe erkeklere göre daha erken girmeleri, bu dönemde kız öğrencilerin kendilerini ifade etme noktasında erkeklerden daha girişken olmaları, sosyal kültürel faktörler, aile içi tutumlar, kişisel ve çevresel faktörler gibi etkenlerin etkili olduğu söylenebilir.

Araştırmayla lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının kaldıkları yere göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde araştırmamızın değişkenine yönelik farklı araştırmalara rastlanmamıştır. Bununla beraber aileleriyle ve yetiştirme yurtlarında kalan öğrencilerin psikolojik sağlamlığını araştıran bazı araştırmalara rastlanmıştır. Örneğin; Temel (2017) aileleriyle yaşayan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının yetiştirme yurtlarında yaşayan ergenlere göre; Özcan (2005) aileleriyle yaşayan ergenlerin ayrı olanlara göre psikolojik sağlamlıklarının daha fazla olduğu ortaya koyarken; Katyal (2015) ise yetiştirme yurtlarında kalan ergenlerin psikolojik sağlamlığının aileleriyle yaşayanlara göre daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Katyal (2015) tarafından yapılan araştırmada elde edilen bu sonucun araştırmanın gerçekleştirildiği yurdun gelişmiş özellikler taşıması, pozitif uyarıcılar barındırması ve gelişmiş bir çevrede yer almasına bağlanmaktadır. Aileleriyle yaşayan ergenlerin psikolojik sağlamlıkları; ebeveynlerinin rol model olması ve onların olumsuz yaşam olaylarına karşı göstermiş oldukları tepkilere göre değişkenlik gösterebilmektedir. Araştırmamızın sonucunun farklılaşmaması ise öğrencilerin okul pansiyonlarında kalmalarıyla ve hafta sonları ya da istedikleri zamanlarda aileleriyle görüşme imkanına sahip olmalarıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin kalınan yer değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu sonucun alan yazınla paralel olduğu söylenebilir. Alan yazın incelendiğinde araştırmamızın değişkenine yönelik az sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Fırat ve Kaya (2015) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada yaşanan yer ile stresle baş etme yöntemleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Özdemir (2013) aileleriyle ve ailelerinden ayrı yaşayan üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmada aileyle birlikte ya da aileden ayrı yaşamayla stresle baş etme yöntemleri arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur. Bununla beraber aileleriyle ve yetiştirme yurtlarında kalan öğrencilerin stresle baş etme yöntemlerini araştıran bir araştırmaya rastlanmıştır. Şahin Baltacı (2002) yaptığı araştırmada yetiştirme yurtlarında kalan ergenlerin aileleriyle yaşayanlara göre stresle baş etmede daha başarısız yöntemler kullandıkları belirlemiştir. Bu sonuçlar ışığında, ebeveynler tarafından sağlanan sosyal desteğin stresle başa çıkma stratejilerinin belirlenmesinde etkili olduğu ifade edilebilir.

Araştırmamızda ve araştırmamızın sonuçlarıyla aynı sonuca ulaşan diğer araştırmalarda stresle başa çıkma stratejilerinin kalınan yere göre farklılaşmaması; stresle başa çıkma stratejilerinin durumsal olarak değişebileceğiyle, öğrencilerin okul pansiyonlarında kalmalarıyla ve hafta sonları ya da istedikleri zamanlarda aileleriyle görüşme imkanına sahip olmalarıyla ilişkili olduğu söylenebilir.

Araştırmamızın bulgularından elde edilen veriler sonucunda lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının kardeş sayısına göre anlamlı olarak farklılaşmadığı ortaya konmuştur. Alan yazında araştırmamızın sonuçlarını destekleyen ve ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının kardeş sayısına göre farklılaşmadığını bulan araştırmaların olduğu görülmüştür (Açıkgöz, 2016; Altundağ, 2013; Gündaş, 2013; Onat, 2010; Şahin,2018; Topçu 2017). Araştırmamızın sonuçlarıyla farklılıklar gösteren araştırmalara da rastlanmıştır. Örneğin; Çiçek (2021) lise öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmada kardeş sayısı ile psikolojik sağlamlığın

doğrusal olan bir ilişkiye rastlamamıştır. Onat (2010) ise yaptığı araştırmada kardeş sayıları açısından dört-beş kardeşe sahip bireylerin psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bunlarla beraber kardeş sayısı azaldıkça psikolojik sağlamlığın arttığını ortaya koyan araştırmalara da rastlanmıştır (Aydın ve Egemerdiyeva, 2018; Çelikci, 2021; Kılıç, 2014). Araştırmalarda farklı sonuçların ortaya konmasında kültürel farklılıklar; kardeş sayısı fazla olması halinde ortaya çıkabilecek ilgi yetersizliği, ihmal ve yalnızlık hissi, kardeşlerin yaşları ve yaş farkları, içinde bulunulan dönem gibi etkenlerin etkili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmamızda lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin kardeş sayısı değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı belirlenmiştir. Veriler analiz edildiğinde tek çocuk olan lise öğrencilerinin 3 ve 4 kardeş olan öğrencilere göre etkin ve işlevsel baş etme yöntemlerini daha çok kullandığı; 5 ve daha fazla kardeş olan öğrencilerin ise 3 kardeş olan öğrencilere göre etkin ve işlevsel başa çıkma stratejilerini daha çok kullandığı belirlenmiştir.

Alan yazın incelendiğinde lise öğrencileri üzerinde yapılan ve stresle başa çıkma stratejilerini kardeş sayısı değişkenine göre araştıran farklı araştırmalara rastlanmıştır. Cerit (2019) stresle baş etme yöntemlerinin kardeş sayısına göre anlamlı olarak farklılaşmadığı ortaya koymuştur. Ayrıca Aydın (2003) ergenlerin stresle baş etmede kardeş sayısı arttıkça boyun eğici yaklaşımı daha çok kullandığını, 3 kardeşi olan ergenlerin de 2 kardeşi olan ergenlere göre iyimser yaklaşımı daha çok kullandığını ortaya koymuştur. Araştırmalardaki sonuçların farklılaşmasının kültürel dinamiklerin, içinde bulunulan dönemin ve aile içi iletişim ve tutumların farklılık göstermesiyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmamızın bulgularının analizleri sonucunda lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının maddi durum değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı belirlenmiştir. Buna göre maddi durumu 6000-8000 TL aralığında olan lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının maddi durumları 4000-6000 TL aralığında olanlara göre daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Buradan hareketle lise öğrencilerinin maddi durumunun artmasıyla psikolojik sağlamlığın yükseldiği sonucuna varılabilir. Alan yazın tarandığında araştırmamızın sonuçlarını destekleyecek nitelikte çalışmalara rastlanmıştır. Örneğin; Çelikci (2021) ergenlerin ekonomik düzeyi arttıkça psikolojik sağlamlıklarının arttığını ortaya koymuştur. Ayrıca Ezer (2017) ve Gizir (2007) yaptıkları araştırmalarda ekonomik yoksulluğun psikolojik sağlamlık için bir risk faktörü olduğunu belirtmişlerdir. Araştırmalar ve bulgular göz önünde bulundurulduğunda sosyo-ekonomik düzey ergenlerin koruyucu kaynaklarla etkileşimini arttırırken, psikolojik sağlamlığı desteklemeyen bir unsur olarak değerlendirilebilir.

Araştırmada lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin maddi durum değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı ve maddi durumu 6000-8000 TL aralığında olan lise öğrencilerinin, maddi durumları 4000-6000 TL aralığında olanlara göre daha etkin ve işlevsel başa çıkma stratejilerini kullandıkları belirlenmiştir. Buradan hareketle lise öğrencilerinin maddi durumunun artmasıyla daha etkin ve işlevsel başa çıkma stratejilerini kullandıkları düşünülebilir. Alan yazında araştırmamızı destekler nitelikte çalışmalarla beraber farklı sonuçlara ulaşan çalışmalara da rastlanmıştır. İncelenen bir araştırmada ekonomik düzeyin yüksek olan ergenlerin aktif ve etkin başa çıkma yöntemlerinin daha çok kullandıkları sonucuna varılmıştır (Çiftçi, 2002; Çankıroğlu, 2007). Yine Davison & Neale (2004) ve Çopur (1996) tarafından yapılan araştırmalarda ekonomik durumu düşük olan bireylerin yüksek olanlara göre etkin ve işlevsel baş etme yöntemlerini daha az kullandıkları ortaya konmuştur. İncelenen çalışmalardan farklı sonuçlara ulaşanlar da olmuştur. Örneğin; Yıldız (2021) ve Cerit (2019) araştırmalarında ergenlerin stresle baş etme yöntemlerinin ekonomik düzeye göre anlamlı olarak farklılaşmadığı belirtmişlerdir. Araştırmalarda ekonomik koşulların düşük olması ve bunun sonucunda ihtiyaçların karşılanamaması stres düzeyinin yüksek olmasına sebep olmaktadır. Ayrıca ekonomik yetersizlikler aile içi iletişimde kopukluğa, aile içi destek yetersizliğine, yaşam doyumunun düşmesine neden olmaktadır (Çankıroğlu, 2007). Buradan hareketle maddi durumdaki yetersizliklerin stresle başa çıkmada etkili olduğu söylenebilir.

Araştırmamız bulgularının analizleri sonucunda lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının okul türüne göre anlamlı olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir. Alan yazında araştırmamızın bulgularını destekler nitelikte çalışmalara ulaşılmıştır. Bu araştırmalarda lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının okul türüne göre farklılaşmadığı ortaya konmuştur (Akgün ve Uz Baş, 2020; Dayıoğlu, 2008). Ayrıca araştırmamızın sonuçlarıyla farklılık gösteren çalışmalar da mevcuttur. Çelicki (2021) ve Gürsu (2012) araştırmalarında yüksek başarı sıralaması ile öğrenci alan liselerdeki öğrencilerin, düşük başarı sıralaması ile öğrenci alanlara liselerdeki öğrencilere göre psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Araştırmalardaki bu farklılaşmanın okulların buldukları çevre, okullara ilişkin başarı algısı ve ergenlerin okullara yüklediği anlamlardaki değişkenlikten kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırmamızda lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin okul türü değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı ortaya konmuştur. Alan yazın tarandığında; Yıldız (2021) ve Binboğa (2002) tarafından yapılan araştırmalarda lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin okul türü değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı vurgulanmıştır. Bu sonuçlar araştırmamızı destekler niteliktedir. Ayrıca Yakınlar (2006) yaptığı çalışmada askeri lise öğrencilerinin diğer liselerdeki öğrencilere göre stresle başa çıkmada daha etkin ve işlevsel yöntemler kullandıklarını belirtmiştir. Yine Cerit (2019) yapmış olduğu araştırmada lise öğrencilerinin okul türüne göre sadece çaresiz yaklaşım alt boyutunda bir farklılaşma tespit etmiştir. Araştırmada sosyal bilimler liselerinin en yüksek çaresiz yaklaşıma sahip olduğu ve özel liselerde okuyan öğrencilerin ise çaresiz yaklaşımı en az kullandıkları ortay koyulmuştur. Araştırmalardaki bu farklılıkların lise türlerinin seçiminde ekonomik koşulların, ergenin kişilik özelliklerinin, aile yapısının ve gelecekle ilgili hedeflerin farklılaşmasıyla ilgili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmamızın bulguları ışığında lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının sınıf düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı ortaya konmuştur. Alan yazında araştırmamızı destekleyen birçok çalışmaya rastlanmıştır. Aslan (2018), Çiçek (2021), Kılıç (2019) ve Yöndem ve Bahtiyar (2016) araştırmalarında lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının sınıf kademesine göre farklılaşmadığını belirlemişlerdir. Bunun yanı sıra araştırmamız sonuçlarından farklı sonuçlara ulaşmış çalışmalar da incelenmiştir. Ergü (2009), Çelicki (2021), Cavga (2019), Onat (2010) ve Kurtoğlu (2019) araştırmalarında 9. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının diğer sınıf düzeyindeki öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarına göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Araştırmalarda farklılaşmanın nedeninin; öğrencilerin sosyal çevrelerinin farklılaşması, sosyo-kültürel yapılarındaki değişiklik ve yaş arttıkça zorlayıcı durumları algılama ve etkilenme düzeyinin artması olarak düşünülmektedir.

Araştırmamızın verilerinin analizleri sonucunda lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı ortaya konmuştur. Analizlere göre 9. sınıf öğrencilerinin 11. sınıf öğrencilerine göre stresle daha etkin ve işlevsel baş ettikleri; 12. sınıf öğrencilerinin ise 11. sınıf öğrencilerine göre stresle daha etkin ve işlevsel baş ettikleri belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin sınıf düzeyine göre doğrusallık göstermediği söylenebilir. Alan yazına bakıldığında araştırmamız sonuçlarından farklı sonuçlara ulaşan çalışmalara rastlanmıştır. Demircioğlu (2014) yapmış olduğu araştırmada 9. sınıf öğrencilerinin 12. sınıf öğrencilerine göre problem çözme yöntemlerini daha az kullandıkları; 12. sınıf öğrencilerinin ise 9. sınıf öğrencilerine göre sosyal destek arama alt boyutunu daha az kullandıkları ortaya konmuştur. Tan (2006) yapmış olduğu araştırmada 10 ve 11. sınıf öğrencilerinin 9. sınıf öğrencilerine göre stresle daha etkin ve işlevsel baş ettikleri belirtmiştir. Ayrıca Cerit (2019) lise öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada stresle başa çıkma stratejilerinin sınıf düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı ortaya konmuştur.

Bu sonuçlara bakıldığında üst sınıfların alt sınıflara göre daha etkin problem çözme yöntemlerini kullanmaları; yaş ilerledikçe bilişsel becerilerde, sorumluluk bilincinde ve

problem çözme becerilerindeki artışa bağlanabilir. Ayrıca liseden mezun olma, üniversite sınavı, geleceğe yönelik karara verme gibi sorumlulukların stresle baş etmede 12. sınıfları avantajlı duruma getirdiği söylenebilir. Bunlarla beraber 9. sınıflarda sosyal destek aramanın daha fazla kullanılmasının; yeni bir okula başlama ve yeni insanlarla tanışma, ilişki kurma noktasındaki ihtiyaçlardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olamaması ise kişisel, sosyal-kültürel farklılıkların ve bölgesel özelliklerin değişmesine bağlanabilir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu araştırmada çalışmanın değişkenleri ile alakalı bundan sonra yapılacak olan araştırmalara kaynaklık edebilecek sonuçlar elde edilmiştir. Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlıklarını anlamlı derecede yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejileri psikolojik sağlamlıklarındaki varyansın %42'sini anlamlı derece açıkladığı tespit edilmiştir. Demografik değişkenler açısından incelendiğinde; lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları maddi durum değişkenine göre anlamlı derece farklılaşırken cinsiyet, kalınan yer, kardeş sayısı, okul türü ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Stresle başa çıkma stratejileri de cinsiyet, kardeş sayısı, maddi durum, sınıf düzeyi değişkenlerine göre anlamlı derece farklılaşırken; kalınan yer ve okul türü değişkenlerine göre anlamlı derece farklılaşmadığı saptanmıştır.

Bu araştırma çerçevesinde sunulan önerilere, araştırma sonuçlarına dayalı öneriler ve ileride yapılabilecek araştırmalara yönelik öneriler şeklinde gruplandırılabilir. İlk olarak araştırma sonuçlarına dayalı öneriler açısından incelendiğinde; bu çalışmada lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlığını yordayan stresle başa çıkma stratejileri üzerinde çalışılmıştır. Stresle başa çıkma stratejileri dışında psikolojik sağlamlığı yordadığı tahmin edilen farklı değişkenlerle yapılacak araştırmanın ilgili literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ve stresle başa çıkma stratejilerinin kalınan yer değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç kalınan yer değişkeninin katılımcılar arasında eşit dağılmamasından kaynaklı olabilir. Katılımcıların kalınan yer değişkeninin birbirine yakın dağıldığı çalışmaların yapılması araştırma hakkında daha doğru sonuçlar verebilir. Bu çalışmada lise öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlığın oldukça güçlü bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarını yüksek olması için stresle başa çıkma stratejileri ile ilgili öğrencilere yönelik eğitimlerin veya yaratıcı etkinliklerin gerek yerel gerek bakanlık düzeyinde organize edilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. İleride yapılabilecek çalışmalara yönelik öneriler çerçevesinde düşünüldüğünde; bu çalışma lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının yordayıcısı olarak stresle başa çıkma stratejilerinin etkisini nicel araştırma yöntemi ve teknikleri kapsamında gerçekleştirilmiştir. İleride yapılacak çalışmalarda nitel araştırma yönteminden de faydalanılabilir. Ayrıca bu çalışma Samsun ili Çarşamba, Terme, Salıpazarı ve Ayvacık ilçeleri devlet liselerinde öğrenim görmekte olan öğrenciler üzerinde yapılmıştır. Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda örneklem farklı bölgelerde öğrenim görmekte olan öğrenciler ile yapılabilir. Bu çalışmada lise öğrencilerinin psikolojik sağlamlıklarının yordayıcısı olarak stresle başa çıkma stratejileri incelenmiştir. İleride yapılacak çalışmalarda psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak bilinçli farkındalık, kişilik, benlik vb. değişkenler kullanılabilir.

KAYNAKÇA

- Açıkgöz, M. (2016). *Çukurova üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Akça, Z. K. (2012). *Genç yetişkinlikte algılanan anne-baba tutumlarının, kendini toparlama gücü ve benlik saygısı arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akgün, Ü. & Uz Baş, A. (2020). Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcıları olarak güvengenlik ve mizah tarzları. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(3), 217-231.
- Allison, P. D. (1999). *Multiple regression: A primer*. Pine Forge Press.
- Altundağ, Y. (2013). *Anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Amerikan Psikiyatri Birliği [APA]. (2013). *Ruhsal bozuklukların tanısallık ve sayımsal el kitabı* (5. bs.). (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arslan, G. (2015). Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ) psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12.
- Aslan, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık düzeyinin kişinin mizaç özellikleri, çocukluk dönemi travma durumları, ebeveyn tutumları ve demografik özelliklerine göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.
- Aydın, A. S. (2003). *Ergenlerde stresle başa çıkma tarzları ile cinsiyet ve cinsiyet rolleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aydın, K. B. (2005). *Akış kuramına dayalı stres başa çıkma grup yönetimi ergenlerin stres başa çıkma hızına etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydın, K.B. (2020). *Psikolojik Ölçekler*. Ankara: Vize Yayıncılık
- Aydın, M. & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Bahadır, E. (2009). *Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Baltaş, A. & Baltaş, Z. (2013). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Beasley, M., Thompson, T., & Davidson, J. (2003). Resilience in response to life stress: the effects of coping style and cognitive hardiness. *Personality and Individual Differences*, 34(1), 77-95.
- Binboğa, D. (2002). *Osmangazi üniversitesi sağlık yüksek okulu öğrencilerinin stresle başa çıkma ve genel sağlık durumlarının incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Boyraz, G. & Sayger, T. V. (2011). Psychological well-being among fathers of children with and without disabilities: the role of family cohesion, adaptability and paternal self-efficacy. *American Journal of Meins Health*, 5(4), 286-296.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (15. bs.). Ankara: Pegem Akademi.
- Cavga, Z. (2019). *Lise öğrencilerinde aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cerit, H. (2019). *Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarıyla akademik erteleme ve genel erteleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Cüceloğlu, D. (1996). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çankıroğlu, S. B. (2007). *Üniversite adayı ergenlerin stresle başa çıkma ve sınav kaygılarının bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Çelicki, S. (2021). *Ergenlerde eylemlilik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çingir, H. (1994). *Örnekleme Kuramı*. (2. bs.). Ankara: Fen Fakültesi Basımevi.
- Çiçek, F. (2021). *Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile psikolojik sağlamlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Çiftci, M. P. (2002). *Bir grup lise öğrencisinin stresle başa çıkma yolları ile strese karşı dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Çopur, F. (1996). *Ana-Baba tutum algısının kız öğrencilerin kullandıkları stresle başa çıkma yollarına etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Davison, G. & Neale, J. (2004). *Anormal psikoloji*. (M. Şahin, Çeviri Ed.). Ankara: Nobel Akademik.
- Dayıoğlu, B. (2008). *Üniversite giriş sınavına hazırlanan adaylarda psikolojik sağlamlık: Öğrenilmiş güçlülük, algılanan sosyal destek ve cinsiyetin rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Demircioğlu, H. (2014). Lise öğrencilerinin stresle baş etme stratejileri. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(7), 385-392.
- Doğan, T. ve Ernur, Ö. (Ed.). *Afetler, krizleri travmalar ve psikolojik yardım içinde* (s. 75-109). Ankara: Türk PDR Derneği Yayınları.
- Ergü, S. (2009). *Öğretmen adaylarının öğrenme ortamlarındaki etkileşim tercihleri ve denetim odağı* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik Döneminde Stres ve Başa Çıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 20-37.
- Eryılmaz, A. (2012). Ergenler öznel iyi oluşlarını anne ve babaları ile ilişki kurmak aracılığıyla nasıl yükseltmektedirler? *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25(3), 252-257.
- Ezer, H. İ. (2017). *Ergenlik döneminde yaygın kullanılan savunma mekanizmaları ile psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişki: Hatay il merkezi örneği* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çaç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Fırat, N. & Kaya, F. (2015). Yurtta veya ailesinin yanında kalan öğrencilerin sosyal destek düzeyleri ve stresle başa çıkma stillerinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 10(7), 407-426.
- Fleishman, J. A. (1984). Personality characteristics and coping patterns. *Journal of Health and Social Behavior*, 25, 229-244.
- Folkman, S. & Lazarus R.S., Schetter, D.C., DeLongis, A. ve Gruen J.R. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 992- 1003.
- Garmezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416-430.
- George, D. & Mallery, P. (2016). *Frequencies. In IBM SPSS Statistics 23 Step by Step* (pp. 115-125). Routledge.
- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Gloria, C. T., & Steinhardt, M. A. (2016). Relationships Among Positive Emotions, Coping, Resilience and Mental Health. *Stress and Health*, 32(2), 145-156. <https://doi.org/10.1002/smi.2589>
- Gündaş, A. (2013). *Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu ve bağlanma stilleri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Gürsu, O. (2012). Ergenlerde psikolojik sağlamlığın demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 5(1), 110-130.
- İşözen, Ü. H., & Kolay, İ. (2022). 15-17 Yaş Arası Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık İle Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Journal of International Social Research*, 15(84).
- Kaçar, T. (2022). *Öğretmenlerin Psikolojik Sağlamlıkları, Yaşam Becerileri ve Öz-Kontrolleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kalkavan, A., Kadioğlu, H. C. ve Kayhan, R. F. (2021). Spor lisesindeki sporcuların stres başa çıkma düzeylerinin araştırılması. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 9(24), 124-137.
- Kara, D. (2010). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Verimlilik Dergisi*, (3), 179-194.
- Kararımk, Ö. & Bugay, B. (2014). Sağlıklı psikolojik işlerlik ve travma karşısında uyum sağlama yetisi olarak psikolojik sağlamlık.
- Kararımk, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 26(3), 129-142.

- Karstoft, KI, Armour, C., Elklit, A., & Solomon, Z. (2015). Savaşa maruz kaldıktan sonra boylamsal TSSB yörüngelerini tahmin etmede kontrol odağı ve başa çıkma tarzının rolü. *Anksiyete Bozuklukları Dergisi*, 32, 89-94.
- Katyal, S. (2015). A study of resilience in orphan and non-orphan children. *International Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 2(7), 323-327.
- Kaya, Ö. S., & Demir, E. (2017). Kendini toparlama gücü ve stresle başa çıkma stratejilerinin mutluluk düzeyini yordama gücü. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (33), 18-33.
- Kefeli, M. C., & Şanlı, E. (2022). Psychological reactions of different affective temperaments to the COVID-19 pandemic. *Journal of Experimental and Clinical Medicine*, 39(3).
- Kılıç, P. (2019). *Ergenlerde beden imgesi ile psikolojik sağlık ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kökçam B, Arslan C and Traş Z (2022) Do Psychological Resilience and Emotional Intelligence Vary Among Stress Profiles in University Students? A Latent Profile Analysis. *Front. Psychol.* 12:788506. doi: 10.3389/fpsyg.2021.788506
- Köknel, Ö. (1988). *Zorlanan İnsan*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kurtoğlu, S. S. (2019). *Ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Lamiser Atik, E. (2013). *Liseli ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkide öz-yansıtma ve içgörünün rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, And Coping*. New York: Siproinger Publisher.
- Masten, A. S. & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on succesful children. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Oktan, V. (2008). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Onat, G. (2010). *Demokratik ve otoriter olarak algılanan ana-baba tutumlarının lise birinci sınıf öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkilerinin araştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Önder, A. & Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 192-197.
- Özcan, B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, İ. (2013). *Aile yanında yaşayan ve ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek, stresle başa çıkma tarzları, kaygı düzeyleri ve psikolojik belirtiler açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özer, E. (2016). Temel benlik değerlendirmesi, başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlık. *Electronic Turkish Studies*, 11(14).
- Öztürk, Ö., & Maçkalı, Z. (2022). Umutsuzluk ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide problem odaklı baş etme stratejilerinin aracı rolü: umutsuzluk, psikolojik dayanıklılık ve stresle baş etme. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(1), 94-107.
- Polizzi, C., Lynn, S. J., & Perry, A. (2020). Stress and coping in the time of COVID-19: Pathways to resilience and recovery. *Clinical neuropsychiatry*, 17(2), 59.
- Rahim, A. (1996). Stress, strain and their moderator : An empirical comparison of entrepreneurs and managers. *Journal of Small Business Management*, 34(1), 46-58.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American journal of orthopsychiatry*, 57(3), 316-331.
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Şahin Baltacı, H (2002). Yetiştirme yurtlarında kalan ve aileleriyle yaşayan liseli gençlerin stresle başa çıkma stratejileri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 92 - 111.

- Şahin, H. (2018). *Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve hayat amaçları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şanlı, E., Ersanlı, K. The effects of psycho-education program based on logotherapy for the development of a healthy sense of identity in emerging adulthood. *Curr Psychol* 40, 4173-4188 (2021). <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01009-3>
- Şanlı, E., Kefeli, M. C. (2021). Research of the factors affecting depression, anxiety and stress levels of individuals in the Covid-19 pandemic process. *Asean Journal of Psychiatry*, 22(2).
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics (6th ed.)*. Boston, MA: Pearson.
- Tan, S. (2006). *Ergenlerde stresle başa çıkma tarzlarının atılgnlık düzeyleri ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Temel, A. (2017). *Yetiştirme yurtlarında kalan ergenlerle ailesi ile birlikte yaşayan ergenlerde topluluk hissi ve psikolojik sağlamlık* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 1-11.
- Topçu F. (2017). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde beş faktör kişilik özelliklerinin yordayıcı etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, İstanbul.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.
- Truffino, J. C. (2010). Resilience: An approach to the concept. *English Edition*, 3(4), 145-151.
- Türküm, A. S. (2002). Stresle başa çıkma ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(18), 25-34.
- Varırcıer, Ş. E. (2019). *Yetişkin psikolojik sağlamlığı üzerine bir inceleme: Algılanan ebeveyn tutumu, kontrol odağı, algılanan sosyal destek ve stresle başa çıkma stilleri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İbn Haldun Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yakınlar, C. İ. (2006). *Askeri lise öğrencilerinin ve yatılı okuyan erkek sivil lise öğrencilerinin stres yaşantısı ve ergenlik dönemi gelişimsel ödevler açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Kara Harp Okulu, Savunma Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yıldız, H. (2021). *Ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinin aile ilişkileri açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yöndem, Z. D. & Bahtiyar, M. (2016). Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ve stresle başetme. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 45, 53-62. doi:10.9761/JASSS3419

Strategies of Coping with Stress as a Predictive of Psychological Strength: A Study on High School Students

Şule OK TAŞ¹

Emrah KARATAŞ²

Talip ATAŞ³

Esat ŞANLI⁴

Cited:

Şule, O., T., Karataş, E., Ataş, T., Şanlı, E. (2023). Strategies of Coping with Stress as a Predictive of Psychological Strength: A Study on High School Students, Journal of Interdisciplinary Educational Research, 7(15), 182-201, DOI: 10.57135/jier.1257879

Abstract

In this study, it was aimed to find out to what extent high school students' coping strategies with stress predict their psychological resilience levels. In addition, it was examined whether the psychological resilience levels and coping strategies of high school students differ significantly according to gender, grade level, place of residence (home or school boarding house), number of siblings, school type and financial status variables. The study group consisted of 945 high school students studying in science, Anatolian, vocational and imam hatip high schools in Çarşamba, Terme, Salıpazarı and Ayvacık districts of Samsun province. Child and Youth Resilience Measure (CYRM) adapted into Turkish by Arslan (2015), the R-Scale of Strategies for Coping with Stress (R-SSCS) developed by Aydın (2005) and personal information form were used as measurement tools in the study. SPSS 25 package programme was used to analyse the collected data. In the analysis of the data, parametric tests; independent sample t test, one-way ANOVA test and simple regression analysis were used. As a result of the analyses, it was concluded that stress coping strategies significantly predicted psychological resilience. Stress coping strategies explained 42% of the variance in psychological resilience. It was concluded that psychological resilience of high school students differed significantly according to financial status, but not significantly according to gender, place of residence, number of siblings, type of school and grade level; stress coping strategies differed significantly according to gender, number of siblings, financial status and grade level, but not significantly according to place of residence and type of school. In the literature review, there are not many studies conducted with the variables and target group of this study. For this reason, it is thought that this research will make a significant contribution to the literature.

Keywords: High school students, strategies for coping with stress, psychological resilience

INTRODUCTION

Today, psychology schools have started to focus on the strengths of individuals instead of focusing on their negative characteristics. The concept of psychological resilience emerges at this point (Kararımak & Bugay, 2014). When the literature on psychological resilience was examined, it was seen that there are more than one definition. To mention these definitions; it is expressed as the capacity of people to return to their previous state after traumatic experiences (Garmezy, 1991). The American Psychological Association (2013) defined psychological resilience as the ability to return to their previous state in the face of problems experienced by people in their immediate

¹Psychological Counselor, Çarşamba Hacı Yılmaz Guidance and Research Center, suleokk28@gmail.com , orcid.org/0000-0002-2799-9681

²Psychological Counselor, Çarşamba Hacı Yılmaz Guidance and Research Center, emrahkaratas08@gmail.com , orcid.org/0000-0002-5363-1311

³Psychological Counselor, Çarşamba Hacı Yılmaz Guidance and Research Center, talip-atas@hotmail.com , orcid.org/0009-0004-2213-4891

⁴Assist. Prof. Dr., Ondokuz Mayıs University, Faculty of Education, Department of Guidance and Psychological Counseling, esat.sanli@omu.edu.tr , orcid.org/0000-0001-8227-8097

environment, negativities in their professional lives, deterioration in their health status and challenging life events. When similar definitions in the literature are examined, it is seen that the processes of adapting to negative situations and overcoming these situations are important components of psychological resilience.

Psychological resilience has features such as being able to adapt to new situations after negative events, being composed of ups and downs, not being innate and being able to be developed later. In addition to these, protective factors, risk factors and positive outcomes are frequently encountered as components of psychological resilience in the relevant literature. Protective factors are expressed as situations that are effective in helping people cope with and manage stress, while risk factors, on the contrary, are stated as factors that negatively affect people's ability to adapt and cope with bad situations when they are exposed to challenging experiences (Kefeli & Şanlı, 2022; Şanlı & Kefeli, 2021; Truffino, 2010). When we examine protective factors in three dimensions, first of all, individual factors can be mentioned. Establishing healthy communication with the people with whom one interacts, having high adaptation skills, having high self-confidence and respect for oneself, and being equipped in certain subjects are explained by individual factors. Familial factors are defined as healthy communication within the family, effective parental attitudes and good socioeconomic status, while environmental factors are defined as having good relations with the environment with which the person is in contact (Masten & Coasworth, 1998). Kararımak (2006) defined risk factors as difficult experiences and traumatic events that negatively affect people's ability to maintain their lives in a healthy way. Protective factors and risk factors affect each person at different levels and in different ways. At this point, the concept of positive outcomes in the field of psychological resilience comes to the fore. When individuals are exposed to challenging life events and risk factors, the situation that emerges when they use adaptation skills and effective coping strategies with the support of protective factors is stated as a positive outcome. The ability of people to overcome risk factors with the presence of protective factors emerges as positive outcomes.

The stress experienced by individuals as a result of challenging life events may vary depending on their developmental stages, age, gender, social environment and the period they live in (Köknel, 1988). It is known that adolescence is one of the most important periods affecting the development and change of the individual. Therefore, the concepts of stress and coping with stress become important for adolescents. In the literature, stress and coping concepts are used with different definitions. In the field of mental health, stress is defined as the state of tension experienced by the organism in order to defend itself against internal or external stimuli and adapt to the situation (Lazarus & Folkman 1984; Baltaş & Baltaş, 2013; Cüceloğlu, 1996). Coping, on the other hand, can be defined as the cognitive and behavioral efforts of individuals to reduce the tension they are exposed to in the face of challenging situations or events (Folkman et al., 1986).

Eryılmaz (2009) summarizes the sources of stress for adolescents as "developmental tasks, relationships with family and peers, problems arising from school and exams, death of someone important, health problems and sexual problems". Adolescents do not know exactly how to cope with these stressors in the early stages of adolescence; however, they develop some coping strategies over time through different experiences. In addition, it is thought that individuals solve their problems by modeling the people around them from birth until the end of the primary school period, and that they develop emotion-centered coping and emotion management skills towards the end of childhood and during adolescence (Compas et al., 1997; cited in Eryılmaz 2009).

Today, adolescents experience anxiety about academic success and future planning in terms of their developmental tasks and may experience academic problems accordingly. After these problems, situations such as failure and disappointment are encountered. This situation makes it much more important to use effective strategies to cope with stress in adolescents (Kara, 2010).

Aim of the Study

The aim of this study is to determine to what extent high school students' coping strategies with stress predict their psychological resilience and whether their psychological resilience levels and coping strategies with stress differ significantly according to demographic variables such as gender, grade level, number of siblings, financial status, place of residence and type of school. In the light of these aims, this research seeks answers to the following questions:

At what level do high school students' coping strategies with stress predict their psychological resilience?

Do stress coping strategies and psychological resilience levels of high school students differ significantly according to gender variable?

Do high school students' stress coping strategies and psychological resilience levels differ significantly according to the grade level variable?

Do the stress coping strategies and psychological resilience levels of high school students differ significantly according to the number of siblings variable?

Do the stress coping strategies and psychological resilience levels of high school students differ significantly according to the financial status variable?

Do high school students' coping strategies with stress and psychological resilience levels differ significantly according to the place of residence variable?

Do high school students' coping strategies and psychological resilience levels differ significantly according to the type of school?

METHOD

Model of the Research

In this study, correlational research model, one of the quantitative research methods, was used. Quantitative research is based on the principle that reality is independent of the researcher and reality is objectively observed and measured and quantitative data are collected and analyzed (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2013). In this study, one-factor predictive correlation design, one of the correlational research types, was used. In predictive correlation designs, the relationships between variables are examined and the other variable is tried to be predicted based on one of the variables (Büyüköztürk et al., 2013).

Study Group

The study group of this research consists of 945 high school students studying in science, Anatolian, vocational and imam hatip high schools in Çarşamba, Terme, Salıpazarı and Ayvacık districts of Samsun province under the Directorate of National Education. The study group of this research was determined by simple random sampling. Simple random sampling method can be explained as giving each sampling unit an equal probability of selection and including the selected units in the sample group (Çingi, 1994).

Data Collection Tools

Personal Information Form: It was created by the researchers. In the personal information form, it was aimed to obtain information from the participants about gender, grade level, school type, number of siblings, place of residence and financial status variables.

Child and Youth Resilience Scale: It was developed by Liebenberg, Ungar, and Van de Vijver (2012). The original form of the scale consists of 28 items. The short form study of the scale was conducted by Liebenberg, Ungar, and LeBlanc (2013). As a result of the study, a unidimensional structure consisting of 12 items was reached. Arslan (2015) conducted an adaptation study into Turkish. The measurement tool has a five-point Likert structure. It is scored between "It completely defines me (5)" and "It does not define me at all (1)". The score that can be obtained from the scale varies

between 12 and 60. There are no reverse items in the scale. A higher score on the scale indicates a higher level of psychological resilience. Arslan (2015) found the reliability coefficient of the CGPSS to be .91 in his study. The internal consistency reliability coefficient of the scale for this study was found to be .84.

G-Stress Coping Strategies Scale: It was developed by Aydın in 2005 based on flow theory. It was developed to determine high school students' coping strategies with stress. While the initial version of the SBSS included 48 items, the revised version consists of 43 items. Items in the scale are given a score between 1 and 5. The scale is scored as "not at all suitable for me "1", somewhat suitable for me "2", moderately suitable for me "3", largely suitable for me "4", completely suitable for me "5". The scale consists of three sub-dimensions: struggle, personal control and effective contact with the environment. There are 17 reverse-scored items in the scale. The highest score that can be obtained from the total scale is 240 and the lowest score is 48. The higher the score obtained from the whole scale, the higher the individual's level of effective coping strategy with stress. Aydın (2005) found the reliability coefficient for the whole scale to be .87. In this study, the reliability coefficient of the G-SBSS was found to be .90.

Analysis of the Data

SPSS 25 package program was used for the analysis of the collected data. When the skewness and kurtosis coefficients of the data were examined, it was found that the coefficients were between -1 and +1 and it was found that the scales did not deviate excessively from normal. Therefore, in this study, the condition that the skewness-skewness values of the data should be between -2 and +2 for normal distribution was met (George & Mallery, 2016; Tabachnick & Fidell, 2013). Therefore, it was determined that all scales were normally distributed. Parametric tests were used in the analysis phase. The reliability coefficients of the research data were calculated using Cronbach alpha coefficient. Descriptive statistics were made for the research data. Independent sample t-test technique was used to determine whether high school students' stress coping strategies and psychological resilience levels differed significantly according to gender and place of residence variables. One-Way Analysis of Variance (ANOVA) was used to determine the levels of stress coping strategies and psychological resilience of the sample group according to grade level, number of siblings, school type and financial status variables. In the light of the One-Way Analysis of Variance (ANOVA) data, Post Hoc Tukey and LCD tests were used to wait for the source of the difference in cases where the groups differed significantly. In addition, Simple Linear Regression Analysis was used in this study to determine whether stress coping strategies predict psychological resilience.

BULGULAR

This section presents the findings of the statistical analysis of the collected data. Firstly, descriptive statistics and skewness and kurtosis coefficients related to the distribution of mean scores are presented. Subsequently, the findings regarding the contribution of high school students' coping strategies to predict their psychological resilience are presented. Afterwards, the results regarding whether high school students' psychological resilience and coping strategies with stress differ significantly according to gender, place of residence, number of siblings, financial status, school type and grade level variables are presented.

Descriptive Statistics on Research Data

Descriptive statistics about the scales used in the study are presented in Table 2.

Table 2. Descriptive Statistics for the Child and Adolescent Resilience Scale and G-Strategies for Coping with Stress Scale

Scales	N	Min	Max	X	SS
Psychological Resilience	943	12	60	45.44	8.75
Coping Strategies	929	52	215	155.59	25.07

When Table 2 is examined; for the psychological resilience scale; the lowest score was 12, the highest score was 60, the mean was 45.44 and the standard deviation was 8.75. It can be evaluated that the participants' scale mean (45.44) is close to the highest score (60) and their psychological resilience is relatively high (Arslan, 2015). For the stress coping strategies scale, the lowest score was 52, the highest score was 215, the mean was 155.59 and the standard deviation was 25.07. It was also found that the participants' scale mean (155.59) was close to the highest possible score (215). Thus, according to Aydın (2020), it can be said that the participants use effective strategies to cope with stress.

Findings Related to Skewness and Kurtosis Values of the Means of Psychological Resilience and Stress Coping Strategies

In order to make the normality assumption of the data obtained through the scales used in the study, skewness and kurtosis coefficients were examined. The skewness and kurtosis values of the data obtained from the scales are given in Table 3.

Table 3. Table of Skewness and Kurtosis Values of the Means of Psychological Resilience and Stress Coping Strategies

Scales	N	\bar{X}	SD	Min	Max	Skewness	Kurtosis
Psychological Resilience	927	45.4908	8.77507	12.00	60.00	-.648	.663
Coping Strategies	927	155.6084	25.09354	52.00	215.00	.007	-.316

When Table 3 is examined, it is found that the skewness and kurtosis coefficients are between -1 and +1. With these results, the condition that the skewness and kurtosis coefficients must be between -2 and +2 values in order to reach the conclusion that the data are normally distributed (George & Mallery, 2016; Tabachnick & Fidell, 2013). It was concluded that all the data to be used in the analysis of this research showed normal distribution. It was decided that the tests to be used in the analysis of the research data would consist of parametric tests.

Findings on the Effect of Stress Coping Strategies as a Predictor of Psychological Resilience

Pearson Product Moment Correlation Analysis results were analyzed to determine the significant relationships between the variables used in the study. Afterwards, simple linear regression analysis was conducted to determine whether coping strategies with stress predict psychological resilience.

Before the simple linear regression analysis, it was checked whether some prerequisites were met. First of all, the relationship between the variables was examined and it was ensured that there was no problem of multiple collinearity. For this, the tolerance value explained as the ratio of the variance that the variables cannot explain was examined. It was seen that the tolerance value was 1.00, which is greater than .20. Then, the variance inflation factor (VIF) value of the variables used in the study was examined. It was seen that the variance inflation factor (VIF) value was less than 2.5 and 1.00. In the light of these values, it was determined that there was no multicollinearity problem between the variables (Allison, 1999).

Before determining whether stress coping strategies predict psychological resilience, the results of Pearson Product Moment Correlation Analysis were examined to examine the relationship between them.

Tablo 4. Pearson Product Moment Correlation Analysis to Determine the Relationship Between High School Students' Psychological Resilience and Stress Coping Strategies

Scales	N	\bar{X}	SD	r	P
Psychological Resilience	927	45.49	8.77	.648	.000
Coping Strategies	927	155.60	25.09		

Tablo 4'de görüldüğü üzere psikolojik sağlamlık ve stresle başa çıkma stratejileri arasında ($r=.648$, $p<.05$) pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Stresle başa çıkma stratejilerinin psikolojik sağlamlığı yordama gücüne ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Lise Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Psikolojik Sağlamlıklarını Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Tablosu

Scales	B	S.E	β	t	P
Constant	10.225	1.380		7.409	.000
Coping Strategies	.227	.009	.648	25.881	.000
R=.648 R ² =420 F=669.845 p=.000					

p<.01 *p<.001

When Table 5 is examined; a significant and positive relationship was found between high school students' stress coping strategies and their psychological resilience ($R=.648$, $R^2=420$), and it was concluded that high school students' stress coping strategies were a significant predictor of their psychological resilience ($F=669.845$, $p=.000$). It was concluded that stress coping strategies of high school students significantly explained the 42% change in their psychological resilience.

Findings Related to Mean, Standard Deviation, T and P Values of Psychological Resilience and Stress Coping Strategies of High School Students According to Gender Variable

Independent T test results related to the distribution of high school students' mean scores from the psychological resilience and coping strategies with stress scales according to gender are given in Table 6.

Table 6. Mean, Standard Deviation, T and P Values of High School Students' Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to Gender Variable

Scales	Gender	N	\bar{X}	SD	t	P
Psychological Resilience	Female	405	45.82	8.66	1.03	.303
	Male	521	45.22	8.86		
Coping Strategies	Female	405	159.96	26.02	4.73	.000
	Male	521	152.18	23.82		

When Table 6 is examined, while the psychological resilience of high school students does not differ significantly according to gender ($p=.303$, $p>.05$), their coping strategies with stress differ significantly according to gender ($p=.000$, $p<.05$). Therefore, it can be concluded that female students cope with stress more effectively and functionally than male students.

Findings Related to Mean, Standard Deviation, T and P Values of High School Students' Psychological Resilience and Coping Strategies with Stress According to Place of Residence Variable

Independent T test results related to the distribution of high school students' mean scores from the psychological resilience and coping strategies with stress scales according to the place of residence are given in Table 7.

Table 7. Mean, Standard Deviation, T and P Values of High School Students' Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to Place of Residence Variable

Scales	Place of Residence	N	\bar{X}	SD	t	P
Psychological Resilience	Home	796	45.34	8.83	-1,21	,226
	Dormitory/Pension	131	46,35	8,41		
Coping Strategies	Home	796	155.21	25.31	-1.17	.242
	Dormitory/Pension	131	157.98	23.68		

When Table 7 is examined, the psychological resilience of high school students does not differ significantly according to their place of residence ($p=.226$, $p>.05$). Likewise, high school students' coping strategies with stress do not differ significantly according to their place of residence ($p=.242$, $p>.05$).

Descriptive Statistics and ANOVA Results of High School Students' Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to Number of Siblings

Descriptive statistics related to the distribution of high school students' mean scores from the psychological resilience and coping strategies with stress scales according to the number of siblings are given in Table 8. One-way ANOVA findings are given in Table 9.

Table 8. Descriptive Statistics of High School Students' Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to Number of Siblings

Scales	Number of Siblings	N	\bar{X}	SD
Psychological Resilience	1	54	47.57	7.31
	2	254	46.19	7.85
	3	344	44.48	9.13
	4	171	45.49	9.47
	5+	119	45.73	8.58
Coping Strategies	1	54	162.85	3.28
	2	250	156.72	1.59
	3	340	153.01	1.38
	4	168	154.05	1.87
	5+	116	159.75	2.21

When Table 8 is examined, the mean scores of psychological resilience of high school students with 1 sibling were 47.57, 2 siblings were 46.19, 3 siblings were 44.48, 4 siblings were 45.49, and 5 and above siblings were 45.73. The mean scores of coping strategies with stress were 162.85 for high school students with 1 sibling, 156.72 for 2 siblings, 153.01 for 3 siblings, 154.05 for 4 siblings, and 159.75 for 5 and above siblings.

Table 9. One-Way ANOVA Results of Psychological Resilience and Stress Coping Strategies Means According to Number of Siblings Variable

Scales	Source of Variance	Sum of Squares	Df	Mean of Squares	F	P	Significant difference
Psychological Resilience	<i>Between Groups</i>	715,452	4	178,863	2,359	,052	-
	<i>Within Groups</i>	71030,961	937	75,807			
	<i>Total</i>	71746,413	941				
Coping Strategies	<i>Between Groups</i>	7822,264	4	1955,566	3,139	,014	1 Sibl.> 3-4 Sibl. 3 Sibl.> 5 Sibl.
	<i>Within Groups</i>	575014,933	923	622,985			
	<i>Total</i>	582837,197	927				

When Table 9 is examined, the psychological resilience of high school students does not show a significant difference according to the number of siblings ($p=.052$, $p>.05$). However, stress coping strategies of high school students differ significantly according to the number of siblings ($p=.014$, $p<.05$). Tukey analysis, one of the Post-Hoc tests, was used to find out the reason for the difference between the groups. Significant differences were observed between high school students with 1 sibling and those with 3 and 4 siblings, and between those with 3 siblings and those with 5 siblings. In other words, it was determined that high school students who had 1 sibling used stress coping strategies more effectively than those who had 3 and 4 siblings, and those who had 3 siblings used stress coping strategies more effectively than those who had 5 siblings.

Descriptive Statistics and ANOVA Results of High School Students' Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to Financial Status Variables

Descriptive statistics about the distribution of high school students' mean scores from the psychological resilience and coping strategies with stress scales according to the number of siblings are given in Table 10. One-way ANOVA findings are given in Table 11.

Table 10. Descriptive Statistics of High School Students' Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to Financial Status Variable

Scales	Income	N	\bar{X}	SD
Psychological Resilience	<i>0-2000 TL.</i>	192	46.3438	8.87650
	<i>2000-4000 TL.</i>	259	45.0193	8.52150
	<i>4000-6000 TL.</i>	248	44.3710	8.79452
	<i>6000-8000 TL.</i>	126	47.3016	8.85101
	<i>8000 TL. and over</i>	117	45.1709	8.56345
Coping Strategies	<i>0-2000 TL.</i>	191	156.1099	28.28471
	<i>2000-4000 TL.</i>	255	156.5412	24.08771
	<i>4000-6000 TL.</i>	242	151.7810	24.19024
	<i>6000-8000 TL.</i>	126	161.6587	22.45784
	<i>8000 TL. and over</i>	114	153.8772	25.04479

When Table 10 is examined, the mean psychological resilience scores of high school students with a financial status between 0-2000 TL. were 46.34, between 2000-4000 TL. were 45.01, between 4000-6000 TL. were 44.37, between 6000-8000 TL. were 47.30, and between 8000 TL. and above were 45.17. The mean scores of psychological resilience of high school students with financial status between 0-2000 TL. were 156.10, those between 2000-4000 TL. were 156.54, those between 4000-6000 TL. were 151.78, those between 6000-8000 TL. were 161.65, and those with 8000 TL. and above were 153.87.

Table 11. One-Way ANOVA Results of the Means of Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to Financial Status Variable

Scales	Source of Variance	Sum of Squares	Df	Mean of Squares	F	P	Significant difference
Psychological Resilience	<i>Between Groups</i>	931.197	4	232.799	3.064	.016	4000-6000 < 6000-8000
	<i>Within Groups</i>	71187.208	937	75.974			
	<i>Total</i>	72118.404	941				
Coping Strategies	<i>Between Groups</i>	8768.250	4	2192.063	3.523	.007	4000-6000 < 6000-8000
	<i>Within Groups</i>	574328.007	923	622.241			
	<i>Total</i>	583096.258	927				

When Table 11 is examined, the psychological resilience of high school students shows a significant difference according to the financial status variable ($p=.016$, $P<.05$). Tukey analysis, one of the Post-Hoc tests, was applied to determine the source of the difference between the groups. Significant differences were observed between high school students whose financial status was between 4000-6000 and those whose financial status was between 6000-8000. According to Arslan (2015), these results reveal that the psychological resilience of high school students whose financial status is between 4000-6000 is significantly lower than those whose financial status is between 6000-8000.

Stress coping strategies of high school students show a significant difference according to the financial status variable ($p=.007$, $p<.05$). Tukey analysis, one of the Post-Hoc tests, was used to find out the reason for the difference between the groups. Significant differences were observed between high school students' coping strategies with stress and those whose financial status was between 4000-6000 and those whose financial status was between 6000-8000. In other words, it was determined that high school students whose financial status was between 6000-8000 used stress coping strategies significantly more effectively than those whose financial status was between 4000-6000.

Descriptive Statistics and ANOVA Results of High School Students' Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to School Type Variable

Descriptive statistics about the distribution of high school students' mean scores from the psychological resilience and coping strategies with stress scales according to school type are given in Table 12. One-way ANOVA findings are given in Table 13.

Table 12. One-Way ANOVA Analysis Results of High School Students' Psychological Resilience and Coping Strategies with Stress Scales According to School Type Variable

Scales	School Type	N	\bar{X}	SD
Psychological Resilience	<i>Vocational High School</i>	183	46.39	9.19
	<i>Anatolian High School</i>	283	44.77	7.84
	<i>Imam Hatip High School</i>	351	45.53	9.41
	<i>Science High School</i>	126	45.33	8.03
Coping Strategies	<i>Vocational High School</i>	183	152.14	25.06
	<i>Anatolian High School</i>	277	155.25	25.17
	<i>Imam Hatip High School</i>	343	156.73	25.26
	<i>Science High School</i>	126	158.23	24.03

When Table 12 was examined, it was determined that the mean psychological resilience scores of the students studying in vocational high schools were 46.39, those studying in Anatolian high schools were 44.77, those studying in imam hatip high schools were 45.53, and those studying in

science high schools were 45.33. When stress coping strategies were examined, it was determined that the mean scores of the students studying at vocational high school were 152.14, those studying at Anatolian high school were 155.25, those studying at imam hatip high school were 156.73, and those studying at science high school were 158.23.

Table 13. One-Way ANOVA Results of Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to School Type Variable

Scales	Source of Variance	Sum of Squares	Df	Mean of Squares	F	P
Psychological Resilience	<i>Between Groups</i>	296.366	3	98.789	1.291	.276
	<i>Within Groups</i>	71828.572	939	76.495		
	<i>Total</i>	72124.937	942			
Coping Strategies	<i>Between Groups</i>	3526.524	3	1175.508	1.875	.132
	<i>Within Groups</i>	579777.484	925	626.786		
	<i>Total</i>	583304.009	928			

When Table 13 is examined, the psychological resilience of high school students does not show a significant difference according to the school type variable ($p=.276$, $P>.05$). Stress coping strategies of high school students do not show a significant difference according to school type variable ($p=.132$, $p>.05$).

Descriptive Statistics and ANOVA Results of High School Students' Psychological Resilience and Stress Coping Strategies According to Grade Level Variable

Descriptive statistics related to the distribution of high school students' mean scores from the psychological resilience and coping strategies with stress scales according to the number of siblings are given in Table 14. One-way ANOVA results are given in Table 15.

Table 14. Descriptive Statistics of High School Students' Psychological Resilience and Coping Strategies with Stress Scales According to Grade Level Variable

Scales	Grade Level	N	\bar{X}	SD
Psychological Resilience	9	234	46.2393	8.44436
	10	258	45.4070	8.84195
	11	271	44.6937	9.24914
	12	180	45.6000	8.19293
Coping Strategies	9	229	157.8777	25.52111
	10	257	155.0973	24.42483
	11	266	152.0526	24.38692
	12	177	158.6836	25.91444

When Table 14 was examined, it was determined that the mean psychological resilience scores of the students studying at the 9th grade level were 46.23, those studying at the 10th grade level were 45.40, those studying at the 11th grade level were 44.69, and those studying at the 12th grade level were 45.60. When stress coping strategies were analyzed, it was determined that the mean scores of the students studying at the 9th grade level were 157.87, those studying at the 10th grade level were 155.09, those studying at the 11th grade level were 152.05, and those studying at the 12th grade level were 158.68.

Table 15. One-Way ANOVA Results of Psychological Resilience and Stress Coping Strategies Means According to Grade Level Variable

Scales	Source of Variance	Sum of Squares	Df	Mean Squares	F	P	Significant difference
Psychological Resilience	Between Groups	305.292	3	101.764	1.331	.263	-
	Within Groups	71819.645	939	76.485			
	Total	72124.937	942				
Coping Strategies	Between Groups	6283.318	3	2094.439	3.358	.018	9. Grade > 11. Grade 12. Grade > 11. Grade
	Within Groups	577020.690	925	623.806			
	Total	583304.009	928				

When Table 15 is examined, the psychological resilience of high school students does not show a significant difference according to the grade level variable ($p=.263$, $P>.05$). High school students' coping strategies with stress differ significantly according to the school type variable ($p=.018$, $p<.05$). Tukey analysis, one of the Post-Hoc tests, was used to find out the reason for the difference between the groups. Significant differences were observed between 9th graders and 11th graders, and between 11th graders and 12th graders in high school students' coping strategies with stress. In other words, it was revealed that high school students studying in the 9th and 12th grades used stress coping strategies significantly more effectively than those studying in the 11th grade.

CONCLUSIONS and DISCUSSION

As a result of the analysis of the data obtained from our research, stress coping strategies predict psychological resilience positively and significantly. High school students, who constitute the sample of the study, are in adolescence in developmental terms and it is known that adolescence period contains specific stress sources other than the general stressors of life. In general, it is known that there are many stress sources that focus on this period such as the search for meaning and identity in life (Şanlı & Ersanlı, 2021), family conflicts in the process of identity experiments, school and academic success, and peer relationships (Smith & Carlson, 1997). The inability to cope effectively with these and more stress sources creates a basis for the individual to be in the risk group (Smith & Carlson, 1997). On the contrary, effective ways of coping create an infrastructure for increasing psychological resilience as revealed by the findings of our current study. While no research on high school students was found in the literature, studies on different groups were examined. These studies indicate that the use of active and functional coping strategies in coping with stress increases psychological resilience (Gloria & Steinhardt, 2014; Karstoft et al., 2015; Özer, 2016; Varicier, 2019; Fleishman, 1984; Kaya & Demir, 2017). In general, the researches conducted on positive emotions (Gloria & Steinhardt, 2014; Öztürk & Maçkalı, 2022), cognitive flexibility (Beasley, Thompson, & Davidson, 2003), acceptance and behavioral action (Polizzi, Lynn, & Perry, 2020), self-esteem (Rutter, 1987), social support (Rahim, 1996), emotional intelligence (Kökçam, Arslan, & Traş, 2022), (İşözen & Kolay, 2022), self-control (Kaçar, 2022) are effective components of coping with stress and positively affect individuals' psychological resilience levels. When evaluated together with all these studies, it is understood that the finding of our current study that high school students' having more advanced stress coping strategies will lead to a higher psychological resilience is a consistent and meaningful result.

As a result of the analysis of the data of our study, it was determined that the psychological resilience of high school students did not differ significantly according to gender. When the literature was examined, it was observed that there are studies supporting the findings of our research. For example, in a study conducted on high school adolescents, no significant relationship was found between gender and psychological resilience (Lamiser Atik, 2013). Again, in a study conducted by Akça (2012) on young adults, no significant relationship was found between gender and psychological resilience. In addition, Terzi (2008), Özcan (2005), Eryılmaz (2012) and Sezgin

(2012) revealed that there was no significant relationship between psychological resilience and gender in their studies. In addition to these; in a study conducted on adolescents, it was revealed that the psychological resilience of girls was higher than that of boys (Oktan, 2008). Önder and Gülay (2008) stated in their study that psychological resilience was higher in girls. In the literature, there are also studies showing that psychological resilience is higher in boys (Toprak, 2014; Boyraz & Sayger, 2011; Bahadır, 2009).

Research results are not consistent in the literature. The results of the studies showing that the psychological resilience of female adolescents is higher may be attributed to the fact that girls try to solve the problems arising from their early adolescence with their individual efforts and their efforts to stand strong in situations arising from the expectations and responsibilities arising from the patriarchal structure in our society. It is thought that the high psychological resilience of male adolescents in the studies may be due to the judgment that "boys do not cry" due to the patriarchal structure of our society and the judgment that boys should be strong in the face of every difficulty.

The analysis of the data obtained from the study revealed that the coping strategies of high school students differed significantly according to their gender and that female students coped with stress more effectively and functionally than male students. Türküm (2002) reached similar results with our research and revealed that females used effective and functional coping strategies more than males. In the literature, different studies similar to the results of our study were also found. Aydın (2003) found that female adolescents used effective and functional strategies in coping with stress more than male adolescents. Similarly, Çankıroğlu (2007) found that male adolescents used passive coping methods more than female adolescents. In the literature, studies with different results from our research were also found. In a study conducted on students studying in sports high school, it was revealed that coping methods for coping with stress did not differ according to gender (Kalkavan, Kadioğlu, & Kayhan, 2021). In addition, Çiftçi (2002) stated in his study that male adolescents used effective and functional methods in coping with stress compared to girls. Based on these findings, it can be thought that the stress coping strategies of adolescents do not clearly differentiate according to their gender. In the emergence of this situation; it can be said that factors such as the fact that female students enter adolescence earlier than males, the fact that female students are more sociable than males at the point of expressing themselves in this period, social cultural factors, family attitudes, personal and environmental factors are effective.

In the study, it was found that the psychological resilience of high school students did not differ significantly according to their place of residence. When the literature was examined, no different studies were found for the variable of our research. However, some studies investigating the psychological resilience of students living with their families and in orphanages were found. For example, Temel (2017) found that the psychological resilience of adolescents living with their families was higher than adolescents living in orphanages; Özcan (2005) found that adolescents living with their families had higher psychological resilience than those living separately; Katyal (2015) found that the psychological resilience of adolescents living in orphanages was higher than those living with their families. This result obtained in the research conducted by Katyal (2015) is attributed to the fact that the dormitory where the research was conducted has advanced features, contains positive stimuli and is located in a developed environment. The psychological resilience of adolescents living with their families may vary according to the role modeling of their parents and their reactions to negative life events. The fact that the results of our study did not differ is thought to be related to the fact that students stay in school hostels and have the opportunity to meet with their families on weekends or whenever they want.

In the study, it was determined that high school students' coping strategies with stress did not differ significantly according to the place of residence variable. It can be said that this result is in parallel with the literature. When the literature was examined, few studies were found for the variable of our research. In the study conducted by Firat and Kaya (2015) on high school students, no significant difference was found between the place of residence and methods of coping with stress. Özdemir (2013) conducted a study on university students living with their families and

separated from their families and found that there was no significant difference between living with or separated from the family and coping with stress. However, there was a study investigating the coping methods of students living with their families and in orphanages. Şahin Baltacı (2002) found that adolescents living in orphanages used less successful methods of coping with stress than those living with their families. In the light of these results, it can be stated that social support provided by parents is effective in determining coping strategies for stress.

The fact that coping strategies for coping with stress did not differ according to the place of residence in our study and other studies that reached the same results as the results of our study may be related to the fact that coping strategies for coping with stress may change situationally, students staying in school hostels and having the opportunity to meet with their families on weekends or whenever they want.

As a result of the data obtained from the findings of our research, it was revealed that the psychological resilience of high school students did not differ significantly according to the number of siblings. In the literature, it was seen that there are studies supporting the results of our research and finding that the psychological resilience of adolescents does not differ according to the number of siblings (Açıkgöz, 2016; Altundağ, 2013; Gündaş, 2013; Onat, 2010; Şahin, 2018; Topçu 2017). There are also studies that show differences with the results of our research. For example; Çiçek (2021) did not find a linear relationship between the number of siblings and psychological resilience in his study on high school students. Onat (2010), on the other hand, found that individuals with four or five siblings had higher psychological resilience in terms of the number of siblings. In addition to these, there are also studies showing that psychological resilience increases as the number of siblings decreases (Aydın & Egemerdiyeva, 2018; Çelikci, 2021; Kılıç, 2014). It is thought that factors such as cultural differences; lack of attention, neglect and feeling of loneliness that may arise if the number of siblings is high, the age of siblings and age differences, and the current period may be effective in revealing different results in the studies.

In our study, it was determined that high school students' coping strategies with stress differed significantly according to the number of siblings. When the data were analyzed, it was determined that high school students with only one child used effective and functional coping methods more than students with 3 and 4 siblings, while students with 5 or more siblings used effective and functional coping strategies more than students with 3 siblings.

When the literature was examined, different studies conducted on high school students investigating coping strategies with stress according to the number of siblings were found. Cerit (2019) found that coping with stress methods did not differ significantly according to the number of siblings. In addition, Aydın (2003) found that adolescents used the submissive approach more frequently in coping with stress as the number of siblings increased, and adolescents with 3 siblings used the optimistic approach more frequently than adolescents with 2 siblings. It is thought that the differentiation of the results in the studies may be related to the differences in cultural dynamics, the current period, and communication and attitudes within the family.

As a result of the analysis of the findings of our research, it was determined that the psychological resilience of high school students differed significantly according to the financial status variable. Accordingly, it was revealed that the psychological resilience of high school students whose financial status was between 6000-8000 TL was higher than those whose financial status was between 4000-6000 TL. From this point of view, it can be concluded that psychological resilience increases with the increase in the financial status of high school students. When the literature was reviewed, studies that support the results of our research were found. For example; Çelikci (2021) found that as the economic level of adolescents increases, their psychological resilience increases. In addition, Ezer (2017) and Gizir (2007) stated that economic poverty is a risk factor for psychological resilience. Considering the research and findings, while socio-economic level increases adolescents' interaction with protective resources, it can be considered as a factor that does not support psychological resilience.

In the study, it was determined that high school students' coping strategies with stress differed significantly according to the financial status variable and high school students with financial status between 6000-8000 TL used more effective and functional coping strategies than those with financial status between 4000-6000 TL. From this point of view, it can be thought that high school students use more effective and functional coping strategies with increasing financial status. In the literature, along with the studies that support our research, studies that reached different results were also found. In one of the studies, it was concluded that adolescents with high economic status use active and effective coping methods more (Çiftçi, 2002; Çankıroğlu, 2007). Again, Davison & Neale (2004) and Çopur (1996) found that individuals with low economic status used active and functional coping methods less than those with high economic status. There were also some studies that reached different results. For example, Yıldız (2021) and Cerit (2019) stated that adolescents' coping methods with stress did not differ significantly according to economic level. In the studies, low economic conditions and consequently the inability to meet the needs cause high levels of stress. In addition, economic inadequacies cause disconnection in family communication, insufficient support within the family, and decreased life satisfaction (Çankıroğlu, 2007). From this point of view, it can be said that financial inadequacies are effective in coping with stress.

As a result of the analysis of the findings of our research, it was determined that the psychological resilience of high school students did not differ significantly according to the type of school. Studies supporting the findings of our research were found in the literature. In these studies, it was revealed that the psychological resilience of high school students did not differ according to school type (Akgün & Uz Baş, 2020; Dayıoğlu, 2008). There are also studies that differ from the results of our study. Çelikci (2021) and Gürsu (2012) found that students in high schools with high achievement rankings had higher psychological resilience than students in high schools with low achievement rankings. It is thought that this differentiation in the studies is due to the environment in which the schools are located, the perception of success regarding schools, and the variability in the meanings that adolescents attribute to schools.

In our research, it was revealed that high school students' coping strategies with stress did not differ significantly according to the school type variable. When the literature is reviewed; Yıldız (2021) and Binboğa (2002) emphasized that the coping strategies of high school students do not differ significantly according to the type of school. These results support our research. In addition, Yakınlar (2006) stated in his study that military high school students use more effective and functional methods to cope with stress than students in other high schools. Again, Cerit (2019) found a differentiation only in the helpless approach sub-dimension of high school students according to the type of school. In the study, it was revealed that social sciences high schools had the highest helpless approach and students studying in private high schools used the helpless approach the least. It is thought that these differences in the studies are related to the differentiation of economic conditions, personality traits of adolescents, family structure and future goals in the selection of high school types.

In the light of the findings of our study, it was revealed that the psychological resilience of high school students did not differ significantly according to their grade level. Many studies supporting our research were found in the literature. Aslan (2018), Çiçek (2021), Kılıç (2019) and Yöndem and Bahtiyar (2016) determined that the psychological resilience of high school students did not differ according to grade level. In addition, studies that reached different results from the results of our research were also examined. Ergü (2009), Çelikci (2021), Cavga (2019), Onat (2010) and Kurtoğlu (2019) found that the psychological resilience of 9th grade students was higher than the psychological resilience of students at other grade levels. The reason for the differentiation in the studies is thought to be the differentiation of the social environment of the students, the change in their socio-cultural structures, and the increase in the level of perceiving and being affected by challenging situations as age increases.

As a result of the analysis of the data of our research, it was revealed that high school students' coping strategies with stress differed significantly according to the grade level variable. According

to the analysis, it was determined that 9th grade students coped with stress more effectively and functionally than 11th grade students; 12th grade students coped with stress more effectively and functionally than 11th grade students. According to these results, it can be said that high school students' coping strategies with stress do not show linearity according to grade level. When the literature is examined, studies that reached different results from the results of our research were found. Demircioğlu (2014) found that 9th grade students used problem solving methods less than 12th grade students; 12th grade students used the sub-dimension of seeking social support less than 9th grade students. Tan (2006) stated in his study that 10th and 11th grade students coped with stress more effectively and functionally than 9th grade students. In addition, Cerit (2019) conducted a study on high school students and found that coping strategies for coping with stress did not differ significantly according to grade level.

Considering these results, the fact that upper grades use problem solving methods more effectively than lower grades can be attributed to the increase in cognitive skills, awareness of responsibility and problem solving skills as age increases. In addition, it can be said that responsibilities such as graduating from high school, university exams, and making decisions about the future give 12th graders an advantage in coping with stress. In addition, it is thought that the higher use of seeking social support in 9th graders may be due to the need to start a new school, meet new people and establish relationships. The fact that there is no significant difference according to the grade level can be attributed to personal, social-cultural differences and regional characteristics.

CONCLUSION and RECOMMENDATIONS

In this study, results that can be a source for future researches related to the variables of the study were obtained. It was concluded that high school students' coping strategies with stress significantly predicted their psychological resilience. In addition, it was determined that high school students' coping strategies with stress significantly explained 42% of the variance in their psychological resilience. When analyzed in terms of demographic variables, it was concluded that the psychological resilience of high school students differed significantly according to the financial status variable, but did not differ significantly according to gender, place of residence, number of siblings, school type and grade level variables. Stress coping strategies also differed significantly according to the variables of gender, number of siblings, financial status, and grade level, but did not differ significantly according to the variables of place of residence and school type.

The suggestions presented within the framework of this research can be grouped as suggestions based on research results and suggestions for future research. First of all, when analyzed in terms of recommendations based on research results; in this study, stress coping strategies predicting psychological resilience of high school students were studied. It is thought that research with different variables that are predicted to predict psychological resilience other than stress coping strategies will contribute to the related literature. In this study, it was concluded that the psychological resilience and stress coping strategies of high school students did not differ significantly according to the place of residence variable. This result may be due to the fact that the place of residence variable is not equally distributed among the participants. Conducting studies in which the participants' place of residence variable is distributed close to each other may give more accurate results about the research. In this study, it was concluded that stress coping strategies of high school students were a very strong predictor of psychological resilience. In this context, it is thought that it is important to organize trainings or creative activities for students on stress coping strategies at both local and ministerial levels in order to increase the psychological resilience of high school students. When considered within the framework of suggestions for future studies; this study was conducted within the scope of quantitative research methods and techniques on the effect of coping strategies as a predictor of psychological resilience of high school students. Qualitative research method can also be utilized in future studies. In addition, this study was conducted on students studying in public high schools in Çarşamba, Terme, Salıpazarı and Ayvacık districts of Samsun province. In future studies, sampling can be done with students studying in different regions. In this study, stress coping strategies of high school

students were examined as predictors of their psychological resilience. In future studies, variables such as mindfulness, personality, self, etc. can be used as predictors of psychological resilience.

REFERENCES

- 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.
- Akça, Z. K. (2012). *Genç yetişkinlikte algılanan anne-baba tutumlarının, kendini toparlama gücü ve benlik saygısı arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akgün, Ü. & Uz Baş, A. (2020). Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcıları olarak güvengenlik ve mizah tarzları. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(3), 217-231.
- Allison, P. D. (1999). *Multiple regression: A primer*. Pine Forge Press.
- Altundağ, Y. (2013). *Anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Amerikan Psikiyatri Birliği [APA]. (2013). *Ruhsal bozuklukların tanılma ve sayımsal el kitabı* (5. bs.). (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arslan, G. (2015). Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ) psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12.
- Aslan, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlık düzeyinin kişinin mizaç özellikleri, çocukluk dönemi travma durumları, ebeveyn tutumları ve demografik özelliklerine göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.
- Aydın, A. S. (2003). *Ergenlerde stresle başa çıkma tarzları ile cinsiyet ve cinsiyet rolleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aydın, K. B. (2005). *Akış kuramına dayalı stres başa çıkma grup yönetimi ergenlerin stres başa çıkma hızına etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydın, K.B. (2020). *Psikolojik Ölçekler*. Ankara: Vize Yayıncılık
- Aydın, M. & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Bahadır, E. (2009). *Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Baltaş, A. & Baltas, Z. (2013). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Beasley, M., Thompson, T., & Davidson, J. (2003). Resilience in response to life stress: the effects of coping style and cognitive hardiness. *Personality and Individual Differences*, 34(1), 77-95.
- Binboğa, D. (2002). *Osmangazi üniversitesi sağlık yüksek okulu öğrencilerinin stresle başa çıkma ve genel sağlık durumlarının incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Boyraz, G. & Sayger, T. V. (2011). Psychological well-being among fathers of children with and without disabilities: the role of family cohesion, adaptability and paternal self-efficacy. *American Journal of Meins Health*, 5(4), 286-296.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (15. bs.). Ankara: Pegem Akademi.
- Cavga, Z. (2019). *Lise öğrencilerinde aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cerit, H. (2019). *Lise öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarıyla akademik erteleme ve genel erteleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Cüceloğlu, D. (1996). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çankıroğlu, S. B. (2007). *Üniversite adayı ergenlerin stresle başa çıkma ve sınav kaygılarının bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Çelicki, S. (2021). *Ergenlerde eylemlilik ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çingir, H. (1994). *Örnekleme Kuramı*. (2. bs.). Ankara: Fen Fakültesi Basımevi.
- Çiçek, F. (2021). *Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile psikolojik sağlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Çiftci, M. P. (2002). *Bir grup lise öğrencisinin stresle başa çıkma yolları ile strese karşı dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Çopur, F. (1996). *Ana-Baba tutum algısının kız öğrencilerin kullandıkları stresle başa çıkma yollarına etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Davison, G. & Neale, J. (2004). *Anormal psikoloji*. (M. Şahin, Çeviri Ed.). Ankara: Nobel Akademik.
- Dayioğlu, B. (2008). *Üniversite giriş sınavına hazırlanan adaylarda psikolojik sağlamlık: Öğrenilmiş güçlülük, algılanan sosyal destek ve cinsiyetin rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Demircioğlu, H. (2014). Lise öğrencilerinin stresle baş etme stratejileri. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(7), 385-392.
- Doğan, T. ve Ernur, Ö. (Ed.), *Afetler, krizleri travmalar ve psikolojik yardım içinde* (s. 75-109). Ankara: Türk PDR Derneği Yayınları.
- Ergü, S. (2009). *Öğretmen adaylarının öğrenme ortamlarındaki etkileşim tercihleri ve denetim odağı* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik Döneminde Stres ve Başa Çıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 20-37.
- Eryılmaz, A. (2012). Ergenler öznel iyi oluşlarını anne ve babaları ile ilişki kurmak aracılığıyla nasıl yükseltmektedirler? *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25(3), 252-257.
- Ezer, H. İ. (2017). *Ergenlik döneminde yaygın kullanılan savunma mekanizmaları ile psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişki: Hatay il merkezi örneği* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Fırat, N. & Kaya, F. (2015). Yurtta veya ailesinin yanında kalan öğrencilerin sosyal destek düzeyleri ve stresle başa çıkma stillerinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 10(7), 407-426.
- Fleishman, J. A. (1984). Personality characteristics and coping patterns. *Journal of Health and Social Behavior*, 25, 229-244.
- Folkman, S. & Lazarus R.S., Schetter, D.C., DeLongis, A. ve Gruen J.R. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 992- 1003.
- Garmez, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416-430.
- George, D. & Mallery, P. (2016). *Frequencies. In IBM SPSS Statistics 23 Step by Step* (pp. 115-125). Routledge.
- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Gloria, C. T., & Steinhardt, M. A. (2016). Relationships Among Positive Emotions, Coping, Resilience and Mental Health. *Stress and Health*, 32(2), 145-156. <https://doi.org/10.1002/smi.2589>
- Gündaş, A. (2013). *Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu ve bağlanma stilleri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Gürsu, O. (2012). Ergenlerde psikolojik sağlığın demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 5(1), 110-130.
- İşözen, Ü. H., & Kolay, İ. (2022). 15-17 Yaş Arası Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık İle Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Journal of International Social Research*, 15(84).
- Kaçar, T. (2022). *Öğretmenlerin Psikolojik Sağlamlıkları, Yaşam Becerileri ve Öz-Kontrolleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kalkavan, A., Kadioğlu, H. C. ve Kayhan, R. F. (2021). Spor lisesindeki sporcuların stres başa çıkma düzeylerinin araştırılması. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 9(24), 124-137.
- Kara, D. (2010). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Verimlilik Dergisi*, (3), 179-194.
- Kararımkar, Ö. & Bugay, B. (2014). Sağlıklı psikolojik işlerlik ve travma karşısında uyum sağlama yetisi olarak psikolojik sağlamlık.
- Kararımkar, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 26(3), 129-142.
- Karstoft, KI, Armour, C., Elklit, A., & Solomon, Z. (2015). Savaşa maruz kaldıktan sonra boylamsal TSSB yörüngelerini tahmin etmede kontrol odağı ve başa çıkma tarzının rolü. *Anksiyete Bozuklukları Dergisi*, 32, 89-94.
- Katyal, S. (2015). A study of resilience in orphan and non-orphan children. *International Journal of Multidisciplinary Research and Development*. 2(7), 323-327.

- Kaya, Ö. S., & Demir, E. (2017). Kendini toparlama gücü ve stresle başa çıkma stratejilerinin mutluluk düzeyini yordama gücü. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (33), 18-33.
- Kefeli, M. C., & Şanlı, E. (2022). Psychological reactions of different affective temperaments to the COVID-19 pandemic. *Journal of Experimental and Clinical Medicine*, 39(3).
- Kılıç, P. (2019). *Ergenlerde beden imgesi ile psikolojik sağlık ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kökçam B, Arslan C and Traş Z (2022) Do Psychological Resilience and Emotional Intelligence Vary Among Stress Profiles in University Students? A Latent Profile Analysis. *Front. Psychol.* 12:788506. doi: 10.3389/fpsyg.2021.788506
- Köknel, Ö. (1988). *Zorlanan İnsan*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kurtoğlu, S. S. (2019). *Ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Lamiser Atik, E. (2013). *Liseli ergenlerde bağlanma stilleri ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkide öz-yansıtma ve içgörünün rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, And Coping*. New York: Siproinger Publisher.
- Masten, A. S. & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on succesful children. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Oktan, V. (2008). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Onat, G. (2010). *Demokratik ve otoriter olarak algılanan ana-baba tutumlarının lise birinci sınıf öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkilerinin araştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Önder, A. & Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 192-197.
- Özcan, B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, İ. (2013). *Aile yanında yaşayan ve ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek, stresle başa çıkma tarzları, kaygı düzeyleri ve psikolojik belirtiler açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özer, E. (2016). Temel benlik değerlendirmesi, başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlık. *Electronic Turkish Studies*, 11(14).
- Öztürk, Ö., & Maçkalı, Z. (2022). Umutsuzluk ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkide problem odaklı baş etme stratejilerinin aracı rolü: umutsuzluk, psikolojik dayanıklılık ve stresle baş etme. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(1), 94-107.
- Polizzi, C., Lynn, S. J., & Perry, A. (2020). Stress and coping in the time of COVID-19: Pathways to resilience and recovery. *Clinical neuropsychiatry*, 17(2), 59.
- Rahim, A. (1996). Stress, strain and their moderator : An empirical comparison of entrepreneurs and managers. *Journal of Small Business Management*, 34(1), 46-58.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American journal of orthopsychiatry*, 57(3), 316-331.
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Şahin Baltacı, H (2002). Yetiştirme yurtlarında kalan ve aileleriyle yaşayan liseli gençlerin stresle başa çıkma stratejileri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 92 - 111.
- Şahin, H. (2018). *Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ve hayat amaçları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şanlı, E., Ersanlı, K. The effects of psycho-education program based on logotherapy for the development of a healthy sense of identity in emerging adulthoods. *Curr Psychol* 40, 4173-4188 (2021). <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01009-3>
- Şanlı, E., Kefeli, M. C. (2021). Research of the factors affecting depression, anxiety and stress levels of individuals in the Covid-19 pandemic process. *Asean Journal of Psychiatry*, 22(2).
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics (6th ed.)*. Boston, MA: Pearson.
- Tan, S. (2006). *Ergenlerde stresle başa çıkma tarzlarının atılganlık düzeyleri ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Temel, A. (2017). *Yetiştirme yurtlarında kalan ergenlerle ailesi ile birlikte yaşayan ergenlerde topluluk hissi ve psikolojik sağlamlık* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 1-11.
- Topçu F. (2017). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde beş faktör kişilik özelliklerinin yordayıcı etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, İstanbul.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.
- Truffino, J. C. (2010). Resilience: An approach to the concept. *English Edition*, 3(4), 145-151.
- Türküm, A. S. (2002). Stresle başa çıkma ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(18), 25-34.
- Varırcıer, Ş. E. (2019). *Yetişkin psikolojik sağlamlığı üzerine bir inceleme: Algılanan ebeveyn tutumu, kontrol odağı, algılanan sosyal destek ve stresle başa çıkma stilleri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İbn Haldun Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yakınlar, C. İ. (2006). *Askeri lise öğrencilerinin ve yatılı okuyan erkek sivil lise öğrencilerinin stres yaşantısı ve ergenlik dönemi gelişimsel ödevler açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Kara Harp Okulu, Savunma Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yıldız, H. (2021). *Ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinin aile ilişkileri açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yöndem, Z. D. & Bahtiyar, M. (2016). Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ve stresle başetme. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 45, 53-62. doi:10.9761/JASSS3419