

ARAŞTIRMA RESEARCH

Farklı Görelî Yoksunluk Seviyelerinde Başa Çıkma Stratejileri ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişki

Relationship between Coping Strategies and Subjective Well-Being at Different Levels of Relative Deprivation

Fatih Özdemir¹ 

Öz

Bu araştırmanın amacı demografik değişkenleri (cinsiyet, yaş ve algılanan sosyo-ekonomik statü) kontrol ederek, düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklerde, başa çıkma stratejileri (çözümüne dönük başa çıkma, duygusal başa çıkma ve kaçınmacı başa çıkma) ve öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal boyutları (sırasıyla, yaşam doyumu ve algılanan stres) arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırma verisi, yaşları 18 ile 26 arasında değişen 218 düşük seviyede yoksun ve 193 yüksek seviyede yoksun bireyden toplanmıştır. Temel araştırma hipotezleri hiyerarşik regresyon analizleriyle test edilmiştir. Hipotezlerle tutarlı olarak, görelî yoksunluk seviyesine bakmaksızın, çözüm odaklı başa çıkma stratejisi öznel iyi oluşla olumlu yönde ilişkililikten, duygusal başa çıkma stratejisi olumsuz yönde ilişkililik bulunmuştur. Kaçınmacı başa çıkma stratejisi ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin anlamlılığı ise algılanan yoksunluk seviyesine bağlıdır. Bu araştırma yoksunluk gibi olumsuz bir durumla başa çıkma sürecinde doğru bilişsel tepkilerin verilmesinin önemini göstermiştir. Bulgular başa çıkma stratejisinin etkinliğinin olumsuz durumun ciddiyeti ve bireyin bilişsel ve duygusal ihtiyaçlarıyla ilişkililik olduğunu desteklemiştir.

Anahtar sözcükler: Öznel iyi oluş, yaşam doyumu, algılanan stres, görelî yoksunluk kuramı.

Abstract

The aim of this study is to control the demographic variables (age, gender and perceived social-economic status) and investigate the relationships between coping strategies (task-oriented coping, emotion-oriented coping, and avoidance-oriented coping) and cognitive and affective dimensions of subjective well-being (life satisfaction and perceived stress, respectively) in low-level and high-level deprived samples. The research data were collected from 218 low-level deprived and 193 high-level deprived individuals aged between 18 and 26 years. Basic research hypotheses were tested with hierarchical regression analysis. Consistent with the hypothesis, regardless of the relative deprivation level, task-oriented coping strategy was positively associated with subjective well-being, whereas emotion-oriented coping strategy was negatively associated. The significance of the relationship between avoidance-oriented coping strategy and subjective well-being depended on the perceived deprivation level. This research has demonstrated the importance of providing the correct cognitive responses in the process of coping with a negative situation such as deprivation. Results supported that the effectiveness of the coping strategy is related to the severity of the negative situation and the cognitive and affective needs of the individual.

Keywords: Subjective well-being, life satisfaction, perceived stress, relative deprivation theory.

¹ Uludağ Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, Bursa

✉ Fatih Özdemir, Uludağ Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, Bursa, Turkey
psyfatihozdemir@gmail.com

Geliş tarihi/Submission date: 07.09.2019 | Kabul tarihi/Accepted: 08.11.2019 | Çevrimiçi yayın/Online published: 28.12.2019

BİREY düzeyinde görelî yoksunluk kişiler tarafından sıklıkla deneyimlenen ve öznel iyi oluşu olumsuz olarak etkileyen durumlardan biridir (Schmitt ve ark. 2010, Smith ve ark. 2012, Osborne ve Sibley 2013). Ancak yoksunluk ve öznel iyi oluş arasındaki ilişki her bireyde benzer şekilde gerçekleşmemektedir. Algısal süreçler, kişiler-arası öznel karşılaştırmalar ve yoksunluğu hissedilen çıktıya yönelik yapılan değerlendirmeler kişilerin yoksunluk seviyesini belirlerken, yoksunlukla başa çıkmak amacıyla kullanılan farklı stratejiler öznel iyi oluşu etkileyebilmektedir. Bu bağlamda, mevcut araştırma düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksunluğa sahip örneklerde, demografik değişkenlerin kontrolünün ardından, farklı başa çıkma stratejilerinin öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal boyutlarıyla ne yönde ilişkili olduğunu incelemektedir.

Öznel iyi oluş bireyin kendi yaşam doyumuna ilişkin bilişsel değerlendirmelerini ve algıladığı duygu durumunu içeren kapsayıcı bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Diener 1984, Lyubomirsky ve ark. 2005, Diener ve Ryan 2009). Bir diğer ifadeyle, yüksek seviyede öznel iyi oluş bireyin sahip olduğu yaşam koşullarından ve hayat kalitesinden memnun olmayı (örn. "Eğer hayatımı yeniden yaşasaydım, hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim"), olumlu duygu durumunun varlığını ve olumsuz duygu durumunun yokluğunu ifade etmektedir (Satici 2019). Mutlulukla sık sık ilişkilendirilen bu kavram kişinin hayatı algılama ve yorumlama sürecini etkilemektedir ve bu sebeple sosyal bilimlerin temel araştırma konularından biri olmuştur (Helliwell ve ark. 2012). İlgili çalışmalar öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal boyutlarını açıklamak amacıyla kişilik, cinsiyet, yaş, eğitim seviyesi, sosyo-ekonomik statü ve sosyal destek gibi farklı değişkenlere odaklanmışlar (Diener ve Ryan 2009, Carver ve ark. 2010, Forgeard ve Seligman 2012) ve nesnel şartlara ya da özelliklere kıyasla kişi-temelli algısal süreçlerin öznel iyi oluşu daha iyi açıkladığını bulgulamışlardır.

Mevcut araştırmanın kuramsal arka-planını oluşturan Birey Düzeyinde Görelî Yoksunluk Kuramı (Egoistic Relative Deprivation Theory; Runciman 1966, Crosby 1976) nesnel koşullardan ziyade birey tarafından yapılan kişiler-arası öznel karşılaştırmalar ve değerlendirmelerin bireyde kendi dezavantajlı konumuna ilişkin bilişsel bir farkındalığa sebep olduğunu önermektedir. Fakat bu bilişsel farkındalık yoksunluğun oluşması için yeterli olmayabilmektedir. Özellikle kişiler fark ettikleri bu dezavantajı sosyo-kültürel, ideolojik ya da varoluşsal gerekçeler sebebiyle adil ya da meşru olarak değerlendirdiklerinde, yoksunluk ortaya çıkmayabilir (Jost ve Thompson 2000, Göregenli 2015). Crosby makalesinde (1976) yoksunluğun oluşması için beş farklı önkoşuldan bahsetmiştir. Bunlar (i) öznel kıyaslamalar sonucu bireyin, yoksunluğu hissedilen çıktıya diğer kişilerin sahip olduğunu fark etmesi, (ii) bireyin yoksunluğu hissedilen çıktıya sahip olmayı istemesi, (iii) bireyin yoksunluğu hissedilen çıktıyı hak ettiğini düşünmesi, (iv) bireyin yoksunluğu hissedilen çıktıyı ulaşılabilir algılaması ve (v) bireyin yoksunluğu hissedilen çıktıya sahip olmama nedenini kendinde değil diğer insanlarda ya da mevcut sistemde görmesi şeklinde sıralanmaktadır. Beş önkoşuldan anlaşılacağı üzere görelî yoksunluk algısal süreçler ve öznel değerlendirmelerle şekillenen bilişsel ve adalet-temelli duygusal boyutlar içermektedir. İlgili çalışmaların bulgularına göre (Walker 1999, Schmitt ve ark. 2010, Osborne ve Sibley 2013), kişiler-arası kıyaslamalara dayanan birey düzeyinde görelî yoksunluk yaşam doyumunu, öz-saygı ve olumlu duygu durumu değişkenleriyle negatif yönde ilişkiler göstermektedir. Fakat önemli olan husus şudur ki birey düzeyinde görelî yoksunluk ve öznel iyi oluş arasındaki negatif ilişkiyi incelerken sadece direkt olan ilişkilere odaklanmak yeterli olmayabilir. Bir diğer ifadeyle görelî yoksunluk ve

öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin anlamlılığını etkileyebilecek başa çıkma stratejileri gibi diğer değişkenleri netleştirmek değişkenler arası ilişkilere yönelik daha geçerli ve güvenilir bilgiler sağlayabilir.

Algılanan yoksunluğun kişilerde sahip oldukları hayat koşullarına yönelik memnuniyet seviyesini düşürdüğü ve depresif belirtiler, stres, utanç ve endişe gibi olumsuzlukları artırdığı ve bu yönleriyle öznel iyi oluşu olumsuz etkilediği önceki çalışmalarda sıklıkla bulgulanmıştır (Lyubomirsky 2001). Önemli olan husus ise sıklıkla deneyimlenen yoksunlukla bireyin nasıl başa çıktığıdır. Kişiler stresli durumlarla başa çıkmak amacıyla farklı bilinçli tepkiler göstermektedir (Suls ve Fletcher 1985, Endler ve Parker 1990, 1994). Çözüme dönük başa çıkma stratejisi problemi çözme odaklı aktif bir tepki olarak tanımlanırken (örn. "Probleme odaklanıp nasıl çözebileceğime bakarım," "Probleme yönelik birkaç farklı çözüm üretirim"), duygusal başa çıkma stratejisi düşük öz-şefkat-temelli bir yaklaşımla hissedilen duygusal sıkıntıyı düzenleme eğilimini içermektedir (örn. "Bu duruma düştüğüm için kendimi suçlarım," "Kendi yetersizliklerime odaklanırım"). Kaçınmacı başa çıkma stratejisi ise stresli durumla yüzleşmemek amacıyla sosyal saptırma, reddetme ve dağıtma (oyalama)-temelli bir eğilimdir (örn. "Televizyon izlerim," "Diğer insanlarla zaman geçiririm"). Endler ve Parker'ın (1994) çalışmasında çözüme dönük başa çıkma endişe, depresyon, sosyal içedönüklük ve kişiler arası sorunlar gibi iyi oluşu olumsuz olarak etkileyen değişkenlerle negatif yönde ilişkiliyken duygusal başa çıkma bu değişkenlerle pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Türkiye ve Fransa'da yürütülen çalışmalarda ise problemin çözümüne odaklanan başa çıkma stratejisini kullanan üniversite öğrencilerinin stres ve depresyon değerlerinin kaçınmacı başa çıkma stratejisini kullanan öğrencilerin değerlerine kıyasla daha düşük olduğu saptanmıştır (Bostancı ve ark. 2005, Verger ve ark. 2010). Fakat öznel iyi oluş ve kaçınmacı başa çıkma stratejisi arasındaki ilişki hakkında tutarsız bulgular mevcuttur (Suls ve Fletcher 1985, Endler ve Parker 1994); örneğin, kaçınmacı başa çıkma endişe ve kişiler arası sorunlarla olumlu yönde ilişkiliyken depresyonla ilişkisiz bulunmuştur. Bir başka çalışma olan Boysan'ın araştırmasında (2012) ise çözüme dönük başa çıkma yaşam doyumu ve pozitif duygu durumuyla olumlu yönde, negatif duygu durumuyla olumsuz yönde; duygusal başa çıkma yaşam doyumu ve pozitif duygu durumuyla olumsuz yönde, negatif duygu durumuyla olumlu yönde; ve kaçınmacı başa çıkma yaşam doyumu ve pozitif duygu durumuyla olumlu yönde ilişkili saptanmıştır. Mevcut çalışma ise literatürdeki bu tutarsız bulguları anlamlandırmaya çalışmakta ve istenmeyen durumun ciddiyet seviyesine bağlı olarak (örn. algılanan yoksunluk seviyesi) başa çıkma stratejileri ve öznel iyi oluşla ilgili değişkenler arasındaki ilişkilerin farklılık gösterebileceğini önermektedir.

Kişiler olumsuz durumlarla karşılaştıklarında (örn. görelî yoksunluk) çözüme dönük başa çıkma, duygusal başa çıkma ve kaçınmacı başa çıkma şekliyle isimlendirilen farklı bilinçli tepkiler göstermektedir. Bu araştırma ise cinsiyet, yaş ve algılanan sosyo-ekonomik statü demografik değişkenlerini kontrol etmeyi ve bu tepkiler ve öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal boyutları arasındaki olası ilişkileri düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklemelerde incelemeyi amaçlamaktadır. İyi oluşun bilişsel boyutunu ölçmek amacıyla yaşam doyumu değişkeni, duygusal boyutunu ölçmek için ise algılanan stres değişkeni kullanılmaktadır. Bu bağlamda araştırmanın ilk amacı demografik değişkenlerin kontrolünün ardından farklı başa çıkma stratejileri ve öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal boyutları arasındaki ilişkileri test etmektir. İkinci amaç, hissedilen yok-

sunluk seviyesine bağılı olarak bu ilişkilerin değişip değişmeyeceğini araştırmaktır. Son olarak ise mevcut çalışma, yoksunluk seviyesi-temelli test edilen değişkenler üzerindeki olası anlamlı grup farklarını inceleyecektir. Demografik değişkenlerin kontrolünün ardından (cinsiyet, yaş ve algılanan sosyo-ekonomik statü), araştırmanın beklenen bulguları şu şekildedir:

Düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklemelerde, çözüme dönük başa çıkma stratejisi yaşam doyumuyla pozitif yönde, algılanan stresle ise negatif yönde ilişkili olacaktır (Hipotez 1). Ayrıca her iki örnekleme, duygusal başa çıkma stratejisi yaşam doyumuyla negatif yönde, algılanan stresle ise pozitif yönde ilişkili olacaktır (Hipotez 2). Ek olarak düşük seviyede yoksun örnekleme kaçınmacı başa çıkma stratejisi yaşam doyumuyla pozitif yönde, algılanan stresle ise negatif yönde ilişkili olacaktır, fakat yüksek seviyede yoksun örnekleme bu ilişkiler anlamlılığını kaybedecektir (Hipotez 3). Temel hipotezlerin yanında, beklenen ek bulgu yoksunluk seviyesine bağılı olarak araştırma değişkenlerinde anlamlı grup farklarının görülmesidir. Düşük seviyede yoksun bireyler yüksek seviyede yoksun bireylere kıyasla daha fazla yaşam doyumunu gösterecek ve daha az stres algılayacaktır.

Yöntem

Örnekleme

Araştırmaya lisans düzeyinde eğitim gören 411 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların 264'ü kadın (%64.2) ve 147'si erkektir (%35.8). Yaşları 18 ve 26 arasında değişen kişilerden oluşan örneklemin yaş ortalaması 21.05 (S = 1.70) yıldır. Araştırmaya katılan kişilerin sosyo-ekonomik statü ortalaması "1 = en alt statü" ve "7 = en üst statü" arasında değişen 7'li Likert ölçeğinde 4.23 (S = .87) olarak saptanmıştır. Katılımcıların yoksunluk seviyesi ise birey düzeyinde görelî yoksunluk ölçeği kullanılarak ölçülmüş ve katılımcılar ortanca-bölme (median-split) yöntemiyle düşük seviyede yoksun ve yüksek seviyede yoksun kişiler olarak iki gruba ayrılmıştır. Katılımcıların 218'i (133 kadın, 85 erkek) düşük seviyede yoksun kişiler grubunda yer alırken, yüksek seviyede yoksun kişiler grubunda 193 kişi (131 kadın, 62 erkek) bulunmaktadır.

Ölçekler

Yaşam Doyumu Ölçeği

Diener ve arkadaşları (1985) tarafından .87 iç-tutarlılık güvenilirliğiyle geliştirilen 5 maddeli ölçek, kişilerin kendi yaşamlarına yönelik yaptıkları bilişsel değerlendirmeleri içermektedir. Öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu ölçmek amacıyla sıklıkla kullanılan bu ölçek .89 iç-tutarlılık güvenilirliğiyle Köker (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçeğin örnek maddeleri "Birçok bakımdan hayatım idealime yakın," "Şimdiye kadar hayatımda istediğim önemli şeyleri elde ettim" şeklindedir. Mevcut çalışmada katılımcılar ölçek maddelerini "1 = hiç katılmıyorum" ve "5 = tamamen katılıyorum" arasında değişen 5'li Likert ölçümünde değerlendirmiştir. Düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklemelerde ölçeğin iç-tutarlılık katsayıları sırasıyla .82 ve .80 olarak bulunmuştur. Ölçekte yüksek değerler kişilerin kendi yaşam koşullarından memnuniyet duyduklarını ve yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip olduklarını ifade etmektedir.

Algılanan Stres Ölçeği

Cohen ve arkadaşları (1983) tarafından .84 ve .86 aralığında iç-tutarlılık güvenilirliğiyle

geliştirilen 14 maddeli ölçek, kişilerde algıladıkları stres seviyelerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Öznel iyi oluşun duygusal boyutunu değerlendirecek olan bu ölçeğin 10 maddelik kısa formu Eskin ve ark. (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Kısa form stres algısı (6 madde, iç-tutarlılık katsayısı: .80) ve yetersiz öz-yeterlik algısı (4 madde, iç-tutarlılık katsayısı: .69) alt-boyutlarını içermektedir. Mevcut çalışmada kişilerin son üç hafta içerisinde ne derece kendilerini stresli algıladıkları ölçülmek istenmiş ve bu sebeple ölçümün sadece stres algısı alt-boyutu kullanılmıştır. Alt-boyutun örnek maddeleri "Son üç hafta içerisinde, ne sıklıkla hayatınızdaki önemli şeyleri kontrol edemediğinizi hissettiniz," "Son üç hafta içerisinde, ne sıklıkla kendinizi sinirli ve stresli hissettiniz" şeklindedir. Katılımcılar ölçek maddelerini "1 = çok az veya hiç" ve "5 = çok fazla" arasında değişen 5'li Likert ölçümünde değerlendirmiş ve algıladıkları stres seviyesini belirtmişlerdir. Düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklemelerde ölçeğin iç-tutarlılık katsayıları sırasıyla .86 ve .88 olarak saptanmıştır. Ölçekte edinilen yüksek değerler algılanan stresin yüksek seviyelerde olduğu anlamına gelmektedir.

Birey Düzeyinde Görelî Yoksunluk Ölçeği

Özdemir ve arkadaşları (2019) tarafından .71 iç-tutarlılık güvenilirliğiyle Türk örnekleme geliştirilen 5 maddeli ölçek, kişiler arası öznel karşılaştırmalar sonucu oluşan görelî yoksunluğu test etmektedir. Ölçeğin örnek maddeleri "Kendimi başkalarıyla karşılaştırdığımda, ...i hak ettiğimi düşünürüm," "Kendimi başkalarıyla karşılaştırdığımda, ...e sahip olma derecem beni tatmin etmiyor" şeklindedir. Mevcut çalışmada ölçek maddelerinden önce katılımcılara, görelî yoksunluk kavramının tanımı sunulmuş ve yoksunluk ifadesiyle neyin kastedildiği netleştirilmeye çalışılmıştır. Katılımcılar yoksunluğunu hissettikleri çıktıyı ölçek maddelerinde boş bırakılan kısma yazmışlar ve maddeleri "1 = hiç katılmıyorum" ve "5 = tamamen katılıyorum" arasında değişen 5'li Likert ölçümünde değerlendirmişlerdir. Düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklemelerde ölçeğin iç-tutarlılık değerleri sırasıyla .73 ve .75 olarak bulunmuştur. Ölçekte edinilen yüksek değerler birey düzeyinde algılanan yoksunluğun yüksek seviyelerde olduğunu ifade etmektedir.

Stresli Durumlarla Başa Çıkma Envanteri

Endler ve Parker (1994) tarafından .76 ve .92 aralığında değişen iç-tutarlılık güvenilirliğiyle geliştirilen 21 maddeli ölçek, kişilerin stresli ya da olumsuz durumlar karşısında gösterdikleri bilinçli tepkileri (başta çıkma stratejilerini) ölçmektedir. Çözüme dönük başa çıkma (7 madde), duygusal başa çıkma (7 madde) ve kaçınmacı başa çıkma (7 madde) olarak isimlendirilen üç alt-boyut içeren ölçek Boysan (2012) tarafından .72 ve .77 aralığında değişen iç-tutarlılık güvenilirliğiyle Türkçe'ye uyarlanmıştır. Çözüme dönük başa çıkma alt-boyutunun örnek maddeleri "Benzer problemleri nasıl çözdüğümü düşünürüm," "Tepki vermeden önce problemi analiz ederim"; duygusal başa çıkma alt-boyutunun örnek maddeleri "Ne yapacağımı bilmediğim için kendimi suçlarım," "Baş edemeyeceğim kaygısı yaşarım"; ve kaçınmacı başa çıkma alt-boyutunun örnek maddeleri "Bir şeyler atıştırmak veya yemek yemek için dışarı çıkarım," "Bir arkadaşına telefon ederim" şeklindedir. Mevcut çalışmada katılımcılar ölçek maddelerini "1 = hiç katılmıyorum" ve "5 = tamamen katılıyorum" arasında değişen 5'li Likert ölçümünde değerlendirmiştir. Çözüme dönük başa çıkma, duygusal başa çıkma ve kaçınmacı başa çıkma alt-boyutlarının düşük seviyede yoksun örnekleme iç-tutarlılık değerleri sırasıyla .82, .83 ve .78 şeklindeyken, yüksek seviyede yoksun örnekleme sırasıyla .80, .86 ve .72 olarak saptanmıştır. Alt-boyutlarda edinilen yüksek değerler karşılaşılan olumsuz du-

rumlarla başa çıkmak amacıyla kişilerin daha fazla çözüme dönük, duygusal ya da kaçınmacı tepkiler gösterdiği anlamına gelmektedir.

İşlem

Mevcut araştırma kapsamında gerçekleştirilen veri toplama süreci Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Uygulamalı Etik Araştırma Merkezi'nden alınan etik onayının ardından başlamıştır. Araştırma verisi Amerikan Psikologlar Derneği tarafından belirlenen etik standartlara uygun olarak lisans öğrencilerinin gönüllü katılımı ve tesadüfî örnekleme yöntemiyle sınıf ortamında toplanmıştır. Veri toplama sürecinin başında araştırmanın içeriği, amacı ve veri toplama sürecinde katılımcılardan beklenenlere ilişkin bilgiler bilgilendirme ve gönüllü katılım formları aracılığıyla kişilere açıklanmıştır. Ölçüm araçlarının yanıtlanması ortalama 25 dakika sürmüştür. Örneklem büyüklüğü belirlenirken "araştırma ölçümündeki her bir maddeye en az 10 katılımcı düşmeli kuralı (Tinsley ve Tinsley 1987)" dikkate alınmış ve araştırmanın en az 370 katılımcıyla yürütülmesi hedeflenmiştir. Araştırmaya katılımı teşvik etmek amacıyla katılımcılara yılsonu notlarına eklenmek üzere ekstra puan verilmiştir.

Tablo 1. Düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklerde tanımlayıcı istatistikler ve korelasyon değerleri

Değişkenler Ort (S)	Düşük Seviye (N = 218)	Yüksek Seviye (N = 193)	Korelasyonlar							
			1	2	3	4	5	6	7	8
1. Yaşam doyumu	3.31 (.77) _a	3.11 (.80) _b	----	-.34**	.32**	-.29**	-.01	-.02	-.08	.32**
2. Algılanan stres	3.14 (.86) _a	3.44 (.94) _b	-.38**	----	-.30**	.50**	.16*	-.08	-.14*	-.09
3. Çözüme dönük başa çıkma	3.65 (.60) _a	3.63 (.63) _a	.33**	-.26**	----	-.43**	.06	.12	-.07	.10
4. Duygusal başa çıkma	3.06 (.80) _a	3.31 (.88) _b	-.31**	.53**	-.26**	----	.26**	-.13	-.09	-.03
5. Kaçınmacı başa çıkma	3.06 (.77) _a	3.06 (.74) _a	.20**	.06	.04	.15*	----	-.35**	-.17*	.08
6. Cinsiyet	1.39 (.49) _a	1.32 (.47) _a	-.18**	-.12	-.13*	-.12	-.35**	----	.24**	.02
7. Yaş	21.18 (1.73) _a	20.90 (1.66) _a	-.12	-.03	.05	-.02	-.14*	.20**	----	-.06
8. Algılanan sosyo-ekonomik statü	4.27 (.89) _a	4.19 (.85) _a	.38**	-.13*	.18**	-.11	.12	-.10	.03	----
9. Görelî yoksunluk	3.71 (.24) _a	4.56 (.26) _b								

Not. Yoksunluk seviyesi-temelli karşılaştırmalar her bir satırdaki alt-simgelerle (_{a,b}) gösterilmiştir. Farklı alt-simgeler anlamlı ortalama farkını ($p < .01$) belirtmektedir. Düşük seviyede yoksun bireylerin korelasyon değerleri alt-köşegende gösterilirken, yüksek seviyede yoksun bireylerin korelasyon değerleri üst-köşegindedir. Cinsiyet değişkeni 1: kadın, 2: erkek şeklinde kodlanmıştır; ** $p < .01$; * $p < .05$

İstatistiksel Analiz

Yaşam doyumu, algılanan stres, çözüme dönük başa çıkma, duygusal başa çıkma, kaçınmacı başa çıkma, cinsiyet, yaş, algılanan sosyo-ekonomik statü ve görelî yoksunluk değişkenleri bağlamında düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklerde arası farkları incelemek amacıyla çok değişkenli varyans analizi kullanılmıştır. Ayrıca her iki örnekleme değişkenler arası ilişkileri değerlendirmek için sıfır-sıralı korelasyon analizi uygulanmıştır. Son olarak, her iki örnekleme demografik değişkenlerin kontrolünün ardından (cinsiyet, yaş ve algılanan sosyo-ekonomik statü) çözüme dönük başa çıkma,

duygusal başa çıkma ve kaçınmacı başa çıkma değişkenlerinin yaşam doyumunu ve algılanan stresi ne yönde yordadığını test etmek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular

Düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklem arası, araştırma değişkenleri bağlamında olası grup farkları çok değişkenli varyans analizi uygulanarak test edilmiş ve yoksunluk seviyesinin araştırma değişkenleriyle olan genel ilişkisi anlamlı bulunmuştur $F(9, 401) = 129.76, p < .001, Wilks' \lambda = .26$ (Tablo 1). Yaşam doyumunu ($F(1, 409) = 6.67, p < .05, \eta^2 = .02$), algılanan stres ($F(1, 409) = 11.54, p < .01, \eta^2 = .03$), duygusal başa çıkma ($F(1, 409) = 9.42, p < .01, \eta^2 = .02$) ve göreceli yoksunluk ($F(1, 409) = 1171.61, p < .001, \eta^2 = .74$) değişkenlerinde örneklem arası anlamlı grup farkları saptanmıştır. Bir diğer ifadeyle düşük seviyede yoksun kişiler yüksek seviyede yoksun kişilere kıyasla yaşam doyumunu değişkeninde daha yüksek değerlere sahipken, algılanan stres, duygusal başa çıkma ve göreceli yoksunluk değişkenlerinde daha düşük değerlere sahiptir.

Tablo 2. Düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklerde hiyerarşik regresyon bulguları

Düşük Seviyede Yoksun Bireyler N = 218	Yaşam Doyumu						Algılanan Stres					
	Model 1			Model 2			Model 1			Model 2		
	B	SEB	β	B	SEB	β	B	SEB	β	B	SEB	β
Değişkenler												
Cinsiyet	-.19	.10	-.12	-.13	.10	-.08	-.23	.12	-.13	-.16	.11	-.09
Yaş	-.05	.03	-.10	-.05	.03	-.10	.00	.03	.01	.01	.03	.01
Algılanan sosyo-ekonomik statü	.32	.05	.37**	.25	.05	.29**	-.14	.07	-.15*	-.06	.06	-.06
Çözüme dönük başa çıkma				.26	.08	.20**				-.20	.09	-.14*
Duygusal başa çıkma				-.25	.06	-.26**				.51	.07	.48**
Kaçınmacı başa çıkma				.15	.06	.15*				-.03	.07	-.02
	$F(3, 214) = 14.85$ $R^2 = .17^{***}$			$F(6, 211) = 15.85$ $R^2 = .31^{***}; \Delta R^2 = .14^{***}$			$F(3, 214) = 2.58$ $R^2 = .04$			$F(6, 211) = 15.57$ $R^2 = .31^{***}; \Delta R^2 = .27^{***}$		
Yüksek Seviyede Yoksun Bireyler N = 193	Yaşam Doyumu						Algılanan Stres					
	Model 1			Model 2			Model 1			Model 2		
	B	SEB	β	B	SEB	β	B	SEB	β	B	SEB	β
Değişkenler												
Cinsiyet	-.02	.12	-.01	-.12	.12	-.07	-.09	.15	-.04	.08	.14	.04
Yaş	-.03	.03	-.06	-.03	.03	-.06	-.08	.04	-.14	-.07	.04	-.12
Algılanan sosyo-ekonomik statü	.30	.07	.31**	.27	.06	.29**	-.11	.08	-.10	-.09	.07	-.08
Çözüme dönük başa çıkma				.27	.10	.22**				-.19	.11	-.13
Duygusal başa çıkma				-.17	.07	-.19*				.45	.08	.42**
Kaçınmacı başa çıkma				-.04	.08	-.03				.07	.09	.06
	$F(3, 189) = 7.42$ $R^2 = .11^{***}$			$F(6, 186) = 8.85$ $R^2 = .22^{***}; \Delta R^2 = .11^{***}$			$F(3, 189) = 2.10$ $R^2 = .03$			$F(6, 186) = 11.95$ $R^2 = .28^{***}; \Delta R^2 = .25^{***}$		

Not. ** $p < .01$; * $p < .05$

Tablo 1 düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklerde değişkenler arası korelasyon değerlerini içermektedir. İki örnekte de yaşam doyumunu değişkeni çözüme dönük başa çıkma stratejisiyle pozitif yönde ilişkilirken, duygusal başa çıkma strate-

jisiyle negatif yönde ilişkilidir. Ek olarak algılanan stres değişkeni çözüme dönük başa çıkma stratejisiyle negatif yönde ilişkilirken, duygusal başa çıkma stratejisiyle pozitif yönde bir ilişki göstermiştir. Örneklem arası temel fark ise düşük seviyede yoksun örneklemde yaşam doyumu değişkeni kaçınmacı başa çıkma stratejisiyle pozitif yönde ilişkilirken, yüksek seviyede yoksun örneklemde algılanan stres kaçınmacı başa çıkma stratejisiyle pozitif yönde bir ilişkiye sahiptir. Tanımlayıcı bulgular ve korelasyon değerlerine ilişkin istatistikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 3. Beklenen ilişkiler ve çalışma bulguları

Değişkenler	Yaşam Doymumu			Algılanan Stres		
	Beklenen	Çalışma Bulguları		Beklenen	Çalışma Bulguları	
Düşük Seviye N = 218		Korelasyon	Regresyon		Korelasyon	Regresyon
Çözüme dönük başa çıkma	+	+	+	-	-	-
Duygusal başa çıkma	-	-	-	+	+	+
Kaçınmacı başa çıkma	+	+	+	-	x	x
Yüksek Seviye N = 193						
Çözüme dönük başa çıkma	+	+	+	-	-	x
Duygusal başa çıkma	-	-	-	+	+	+
Kaçınmacı başa çıkma	x	x	x	x	+	x

Not. Regresyon bulguları demografik değişkenlerin kontrolünün ardından (cinsiyet, yaş ve algılanan sosyo-ekonomik statü) edinilen bulgulardır. + = pozitif anlamlı ilişki; - = negatif anlamlı ilişki; x = anlamsız ilişki

Yoksunluk seviyesine bağlı olarak farklılaşan iki örneklemde, başa çıkma stratejileri ve öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal boyutları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizleri yürütülmüştür. Analizlerin ilk adımında demografik değişkenler (cinsiyet, yaş ve algılanan sosyo-ekonomik statü) kontrol edilirken, ikinci adımda başa çıkma stratejileri test edilmiştir (Tablo 2).

Öznel iyi oluşun bilişsel boyutu değerlendirildiğinde, düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklemelerde, demografik değişkenlerin kontrolünün ardından, çözüme dönük başa çıkma stratejisi yaşam doyumunu pozitif yönde yordarken (örneklem sırasıyla, $\beta = .20, p < .01$; $\beta = .22, p < .01$), duygusal başa çıkma stratejisi negatif yönde yordamıştır (örneklem sırasıyla, $\beta = -.26, p < .01$; $\beta = -.19, p < .05$). Kaçınmacı başa çıkma stratejisi ise düşük seviyede yoksun örneklemde yaşam doyumunun pozitif yordayıcısıdır ($\beta = .15, p < .05$). Bir diğer ifadeyle algılanan yoksunluk seviyesine bakmaksızın, yoksunluk durumuyla başa çıkma amacıyla çözüme dönük stratejiyi daha çok ve duygusal stratejiyi ise daha az tercih eden kişilerin yaşam doyumları daha yüksektir. Ek olarak, düşük seviyede yoksunluk durumunda kaçınmacı başa çıkma stratejisini benimseyen kişiler daha yüksek bir yaşam doyumuna sahiptir.

İkinci olarak, öznel iyi oluşun duygusal boyutu test edildiğinde, düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklemelerde, demografik değişkenlerin kontrolünün ardından, duygusal başa çıkma stratejisi algılanan stresle pozitif yönde ilişkilidir (örneklem sırasıyla, $\beta = .48, p < .01$; $\beta = .42, p < .01$). Çözüme dönük başa çıkma stratejisi ise düşük seviyede yoksun örneklemde algılanan stresin negatif yordayıcısıdır ($\beta = -.14, p < .05$). Bir diğer ifadeyle algılanan yoksunluk seviyesine bakmaksızın, yoksunluk duru-

muyla başa çıkma amacıyla duygusal stratejiyi tercih eden kişiler daha fazla stres algılamaktadır. Ek olarak, düşük seviyede yoksunluk durumunda çözüme dönük başa çıkma stratejisini kullanan kişilerin algıladıkları stres daha azdır. Hiyerarşik regresyon analizlerine ilişkin bulgular, Tablo 2'de detaylı bir şekilde sunulmuştur.

Tartışma

Görelî yoksunluk ve öznel iyi oluş arasındaki olumsuz ilişki ilgili alanda yürütülen çalışmalar tarafından sıklıkla bulgulanmaktadır (Jin 2016). Ancak olası diğer değişkenlerin bu olumsuz ilişkideki rolünü netleştirmek gerekmektedir. Bu bağlamda mevcut araştırma demografik değişkenleri (cinsiyet, yaş ve algılanan sosyo-ekonomik statü) kontrol ederek, düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklemelerde, başa çıkma stratejileri (çözüme dönük başa çıkma, duygusal başa çıkma ve kaçınımacı başa çıkma) ve öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal boyutları (sırasıyla, yaşam doyumu ve algılanan stres) arasındaki ilişkileri incelemiştir. Hipotez 1'deki beklentiyle tutarlı olarak çözüme dönük başa çıkma stratejisini tercih eden kişiler iki örnekleme de daha yüksek bir yaşam doyumuna sahiptir, düşük seviyede yoksun örnekleme ise bu kişiler daha düşük bir seviyede stres algılamışlardır. Ek olarak, beklendiği üzere, yüksek seviyede yoksun örnekleme, çözüme dönük başa çıkma stratejisi ve algılanan stres arasında negatif bir korelasyon bulunmuştur, fakat demografik değişkenlerin kontrolünün ardından bu ilişki anlamlılığını yitirmiştir. Bu bulgu belirtilen ilişkide demografik değişkenlerin rolünü dikkate alma gerekliliğini destekler niteliktedir. İkinci olarak, Hipotez 2'de önerildiği gibi duygusal başa çıkma stratejisini kullanan kişiler iki örnekleme de daha düşük bir yaşam doyumuna ve daha yüksek bir stres algısına sahiptir. Bu bulgu Hipotez 2'yi tamamen desteklemektedir. Son olarak, Hipotez 3'teki beklentiyle tutarlı olarak düşük seviyede yoksun örnekleme kaçınımacı başa çıkma stratejisini tercih eden kişiler daha yüksek bir yaşam doyumuna sahiptir, fakat yüksek seviyede yoksun örnekleme bu strateji öznel iyi oluşu yordayan anlamlı bir değişken değildir. Bu bulgu kaçınımacı başa çıkma stratejisinin anlamlılığının ya da işlevselliğinin karşılaşılan olumsuz durumun ciddiyetine (örn. algılanan yoksunluk seviyesine) bağlı olduğunu destekler niteliktedir. Bir diğer taraftan düşük seviyede yoksun örnekleme kaçınımacı başa çıkma stratejisi ve algılanan stres arasında beklenen olumsuz yöndeki ilişki anlamlı bulunmamıştır. Mevcut araştırmanın bulgularıyla tutarlı olarak literatürdeki ilgili araştırmalar (Dumont ve Provost 1999, Steinhardt ve Dolbier 2008) çözüme dönük başa çıkma stratejisinin öznel iyi oluşu olumlu bir şekilde desteklediğini belirtmekte, duygusal ve kaçınımacı başa çıkma stratejileri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi ise olumsuz olarak bulgulanmaktadır. Fakat literatürde duygusal ve kaçınımacı başa çıkma stratejilerine ilişkin tutarsız bulgular mevcuttur (Suls ve Fletcher 1985, DiPalma 1994, Endler ve Parker 1994, Bonanno ve ark. 2003, Bostanci ve ark. 2005, Boysan 2012). Bu çalışma başa çıkma stratejileri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi farklı karşılaşılan problemin ciddiyet seviyesine dayandırmıştır.

Literatür bulgularındaki tutarsızlığın bir diğer nedeni ise araştırmaların, öznel iyi oluşu farklı içeriklerle tanımlamaları olabilir. Pek çok çalışma öznel iyi oluşun sadece bilişsel boyutuna odaklanmakta ve bu kavramı yaşam doyumu değişkeniyle değerlendirmektedir. Ancak öznel iyi oluş bilişsel ve duygusal boyutları içermektedir ve karşılaşılan problemin ciddiyetine bağlı olarak, tercih edilen farklı başa çıkma stratejileri öznel iyi oluşun farklı boyutlarını farklı yönde destekliyor olabilir. Altını çizmek gerekirken-

dir ki bu araştırma kapsamında test edilen değişkenler arası ilişkileri netleştirilen daha fazla sayıda çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Değişkenler arası beklenen ilişkiler ve araştırma bulgularının anlamlılık-temelli özeti Tablo 3'te sunulmuştur.

Temel bulgulara ek olarak mevcut çalışma, düşük seviyede ve yüksek seviyede yoksun örneklem arası, araştırma değişkenleri bağlamında anlamlı grup farkları saptamıştır. Düşük seviyede yoksun kişiler yüksek seviyede yoksun kişilere kıyasla daha yüksek bir yaşam doyumuna sahipken, stres algıları daha düşüktür. Başa çıkma stratejilerine ilişkin farklılık ise sadece duygusal başa çıkma stratejisinde görülmüştür. Düşük seviyede yoksun kişiler duygusal başa çıkma stratejisini daha az kullanmaktadır.

Tekrar vurgulamak gerekirse, bu araştırma yoksunluk gibi olumsuz bir durumla başa çıkma sürecinde doğru bilişsel tepkilerin verilmesinin önemini göstermiştir ve bu tepkiler özel iyi oluşla güçlü bir şekilde ilişkilidir (Verger ve ark. 2010, Zammuner, 2019). Önemli husus şudur ki başa çıkma stratejisinin etkinliği olumsuz durumun ciddiyeti ve bireyin bilişsel ve duygusal ihtiyaçlarıyla ilgilidir. Edinilen bulgular özel iyi oluş ve psikolojik sağlık konularıyla ilgilenen araştırmacılara ve uygulayıcılara faydalı olma potansiyeline sahiptir. Ek olarak araştırma bulguları insanların öz-farkındalıklarını artırabilir ve kişilere olumsuz durumlara yönelik gösterdikleri bilinçli tepkileri düzenleme konusunda yardımcı olabilir.

Mevcut çalışmanın alanda çalışan araştırmacılara ve uygulayıcılara sağladığı katkıları ek olarak, araştırma sınırlılıklarının da altını çizmek gerekmektedir. İlk olarak araştırmanın örnekleminde bahsetmekte fayda vardır. Araştırmanın verisi lisans düzeyinde eğitim gören üniversite öğrencilerinden toplanmıştır. Gelecekte yürütülecek çalışmalar, üniversite öğrencileri dışındaki örneklemle yürütülmelidir. Mevcut hipotezlerin farklı demografik özelliklere sahip katılımcı profillerinde test edilmesi edinilen bulguların genellenirliğini ve güvenilirliğini artıracaktır. Örneğin öğrenci örneklemini dışına çıkıldığında katılımcıların demografik özelliklerindeki çeşitlilik artacaktır ve daha çeşitlilik araştırma bulgularını etkileyebilir. İkinci olarak, kullanılan araştırma deseninin ve yöntemlerin korelasyon-temelli yapısı vurgulanmalıdır. Araştırmanın bu özelliğinden ötürü okuyucular bulguları yorumlarken neden-sonuç ilişkilerine dayanan yargılara varmaktan kaçınmalıdır. Çünkü diğer korelasyon-temelli araştırmalarda olduğu gibi bu çalışmada da herhangi bir değişkenin manipüle edilmesi ve değişkenler arası neden-sonuç ilişkilerine dair bir çıkarımın yapılması söz konusu değildir. Araştırma sadece değişkenler arası ilişkilerin anlamlılığına, yönüne ve kuvvetine yönelik bilgi sağlamaktadır.

Özel iyi oluş psikolojik ve fiziksel sağlıkla ilişkili temel değişkenlerden biridir. Bu nedenle özel iyi oluşun ardında yatan süreci anlamlandıran teori-temelli ampirik çalışmaların sayısı artırılmalıdır. Ek olarak, sağlıklı olmanın anlamını netleştirmek ve hastalara sağlanan müdahale programlarının yeterliliğini artırmak amacıyla sosyal algı-temelli yaklaşımlar psikiyatri ve klinik psikoloji alanlarına daha fazla entegre edilmelidir.

Kaynaklar

- Bonanno GA, Noll JG, Putnam FW, O'Neill M, Trickett P (2003) Predicting the willingness to disclose childhood sexual abuse from measures of repressive coping and dissociative experiences. *Child Maltreat*, 8:1-17.
- Bostancı M, Özdel O, Oguzhanoglu NK, Özdel L, Ergin A, Ergin N et al. (2005) Depressive symptomatology among university students in Denizli, Turkey: Prevalence and socio-demographic correlates. *Croat Med J*, 46:96-100.
- Boysan M (2012) Stresli durumlara başa çıkma envanteri kısa formunun (SDBÇE-21) klinik dışı Türk örnekleminde geçerliliği.

- Dusunen Adam, 25:101-107.
- Carver CS, Scheier MF, Segerstrom SC (2010) Optimism. *Clin Psychol Rev*, 30:879-889.
- Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R (1983) A global measure of perceived stress. *J Health Soc Behav*, 24:385-396.
- Crosby F (1976) A model of egoistic relative deprivation. *Psychol Rev*, 83:85-113.
- Diener E (1984) Subjective well-being. *Psychol Bull*, 95:542-575.
- Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S (1985) The satisfaction with life scale. *J Pers Assess*, 49:71-75.
- Diener E, Ryan K (2009) Subjective well-being: A general overview. *S Afr J Psychol*, 39:391-406.
- DiPalma LM (1994) Patterns of coping and characteristics of high-functioning incest survivors. *Arch Psychiatr Nurs*, 8:82-90.
- Dumont M, Provost MA (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *J Youth Adolesc*, 28:343-353.
- Endler NS, Parker JDA (1990) The multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *J Pers Soc Psychol*, 58:844-854.
- Endler NS, Parker JDA (1994) Assessment of multidimensional coping: Task, emotion, and avoidance strategies. *Psychol Assess*, 6:50-60.
- Eskin M, Harlak H, Demirkıran F, Dereboy Ç (2013) Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Güvenirlik ve geçerlik analizi. *Yeni Symposium*, 51:132-140.
- Forgeard MJC, Seligman MEP (2012) Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Prat Psychologiques*, 18:107-120.
- Göregenli M (2015) From body politic to freedom of expression, the social psychology of conservatism. *Psychology Conferences: Political Psychology and Social Problems*, 19-20 February 2015 Ankara, Turkey.
- Helliwell JF, Layard R, Sachs J (2012) World happiness report. New York, UN Sustainable Development Solutions Network.
- Jin L (2016) Migration, relative deprivation and psychological well-being in China. *Am Behav Scientist*, 60:750-770.
- Just JT, Thompson EP (2000) Group-based dominance and opposition to equality as independent predictors of self-esteem, ethnocentrism, and social policy attitudes among African Americans and European Americans. *J Exp Soc Psychol*, 36:209-232.
- Köker S (1991) Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması (Yüksek lisans tezi). Ankara, Ankara Üniversitesi.
- Lyubomirsky S (2001) Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *Am Psychol*, 56:239-249.
- Lyubomirsky S, Sheldon KM, Schkade D (2005) Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Rev Gen Psychol*, 9:111-131.
- Osborne D, Sibley CG (2013) Through rose-colored glasses: System-justifying beliefs dampen the effects of relative deprivation on well-being and political mobilization. *Pers Soc Psychol Bull*, 39:991-1004.
- Özdemir F, Tekeş B, Öner-Özkan B (2019) Birey düzeyinde görelî yoksunluk ve özel esenlik arasındaki dolaylı ilişki. *Türk Psikoloji Dergisi*. doi: 10.31828/tpd1300443320180811m000009
- Runciman WG (1966) *Relative Deprivation and Social Justice*. London, Routledge.
- Satici B (2019) Testing a model of subjective well-being: The roles of optimism, psychological vulnerability, and shyness. *Health Psychol Open*. doi: 10.1177/2055102919884290
- Schmitt M, Maes J, Widaman K (2010) Longitudinal effects of egoistic and fraternal relative deprivation on well-being and protest. *Int J Psychol*, 45:122-130.
- Smith HJ, Pettigrew TF, Pippin GM, Bialosiewicz S (2012) Relative deprivation: A theoretical and meta-analytic review. *Pers Soc Psychol Rev*, 16:203-232.
- Steinhardt M, Dolbier C (2008) Evaluation of resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. *J Am Coll Health*, 56:445-453.
- Suls J, Fletcher B (1985) The relative efficacy of avoidance and nonavoidance coping strategies: A meta-analysis. *Health Psychol*, 4:249-288.
- Tinsley HE, Tinsley DJ (1987) Uses of factor analysis in counseling psychology research. *J Couns Psychol*, 34:414-424.
- Verger P, Guagliardo V, Gilbert F, Rouillon F, Kovess-Masfety V (2010) Psychiatric disorders in students in six French universities: 12-month prevalence, comorbidity, impairment, and help-seeking. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 45:189-199.
- Walker I (1999) Effects of personal and group relative deprivation on personal and collective self-esteem. *Group Process Intergroup Relat*, 2:365-380.
- Zammuner VL (2019) Adolescents' coping strategies influence their psychosocial well-being. *Curr J Appl Sci Technol*, 36:1-17..

Yazarların Katkıları: Yazar çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağladığını ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğunu kabul etmiştir.

Etik Onay: Çalışma Yerel Etik Kurul tarafından onaylanmıştır. Tüm katılımcılardan yazılı aydınlatılmış onam alınmıştır.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Yazar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmiştir.

Authors Contributions: *The author attest that he has made an important scientific contribution to the study and has assisted with the drafting or revising of the manuscript.*

Ethical Approval: *The study was approved by the Local Ethics Committee. Written informed consent was obtained from all participants.*

Peer-review: *Externally peer-reviewed.*

Conflict of Interest: *No conflict of interest was declared by the author.*

Financial Disclosure: *The author declared that this study has received no financial support.*
