



SAĞLIK BAKANLIĞI
Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü
Hasta Hakları ve Tıbbi Sosyal Hizmetler Dairesi Başkanlığı
Bakanlık Yayın No:963

ULAKBİM TR Dizinde Taranmaktadır

Hakemli Dergi
TSHD
Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi

ISSN: 2149-309X-Biannually
<https://tibbisosyalhizmetdergisi.saglik.gov.tr>
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/tshd>
Yıl/Year: 2022 Aralık/December
Sayı/Issue: 20

BELİRLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ VE SOSYAL DESTEĞİN İNCELENMESİ

Sevde KÖKSAL¹
Melek ZUBAROĞLU YANARDAĞ²

Makale Bilgileri/ Article info

Makalenin Türü/Article Type: Araştırma
Geliş Tarihi / Date Received: 05.08.2022
Revizyon Tarihi/Date Revised: 27.09.2022
Kabul Tarihi / Date Accepted: 24.10.2022
Yayın Tarihi / Date Published: 30.12.2022
DOI: <https://doi.org/10.46218/tshd.1156461>

Makale Künyesi/To cite this article: Köksal, S. ve Zubaroğlu-Yanardağ, M. (2022, Aralık) Belirli değişkenlere göre üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluş ve sosyal desteğin incelenmesi. Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi, 20: 1-25. Doi: 10.46218/tshd.1156461

Sorumlu Yazar/Corresponding Author: Sevde Köksal, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Hizmet Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi, SHU, Psikolog, koksal1sevde@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1714-5391

Öz

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş ve sosyal destek düzeylerinin sosyodemografik değişkenlere göre değerlendirilmesidir. Çalışma 305'i (%74,9) kadın, 102'si (%25,1) erkek öğrenci olmak üzere 407 katılımcıyla gerçekleştirilerek ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. Sosyodemografik Bilgi Formu, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği uygulanarak veriler, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis H ve Sperman Korelasyon analizleri yapılmıştır. Sonuçlar psikolojik iyi oluşun algılanan sosyal desteğin aile alt boyutuyla pozitif yönde orta ($r=.311;p<.05$), arkadaş alt boyutu pozitif yönde düşük ($r=.298;p<.05$), özel kişi alt boyutuyla pozitif yönde orta ($r=.336;p<.05$) düzeyde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden anlamlı düzeyde ailelerinden daha yüksek düzeyde sosyal destek algıladıkları; gelir düzeylerini, aileyle ilişkilerini ve sosyal ilişkilerini değerlendirme düzeylerine göre psikolojik iyi oluş ve sosyal destek düzeylerinin anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Sonuçlar alanda yapılan çalışmalarla tartışılarak; sosyal politika ve sosyal hizmet uygulamalarına yönelik önerilerle desteklenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik iyi oluş, Çok boyutlu algılanan sosyal destek, Üniversite öğrencileri, Psikososyal hizmetler

INVESTIGATION OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND SOCIAL SUPPORT IN UNIVERSITY STUDENTS ACCORDING TO CERTAIN VARIABLES

Abstract

The aim of this study is to evaluate the psychological well-being and social support levels of university students according to sociodemographic variables. The study was carried out with 407 participants, 305 (74.9%) female and 102 (25.1%) male students, relational model was used. The data collected by applying The Sociodemographic Information Form, The Psychological Well-Being Scale, The Multidimensional Scale of Perceived Social Support; Mann-Whitney U, Kruskal Wallis H, Sperman Correlation analyzes were performed. The results were positive with the family sub-dimension of psychological well-being and perceived social support ($r=.311;p<.05$) the friend sub-dimension low ($r=.298;p<.05$) the private person sub-dimension moderate ($r=.336;p<.05$) level there was a significant relationship. It was found that female students perceived a significantly higher level of social support from their families than male students; it was observed that psychological well-being and social support levels differed significantly according to the level of evaluation of income levels, family relations, social relations.

Keywords: Psychological well-being, Multidimensional perceived social support, University students, Psychosocial services

¹Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Hizmet Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi, SHU, Psikolog, ORCID: 0000-0002-1714-5391

²Doç. Dr., Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, İİBF Sosyal Hizmet Bölümü, ORCID: 0000-0002-3425-483X

1.Giriş

Üniversite eğitimi süreci gençlerin hayatını önemli düzeyde etkileyebilen ve geleceklerini bireysel olarak şekillendirebilmeleri açısından kritik bir dönem olarak ifade edilebilir. Bu süreçten, gencin ailesinden daha bireysel olarak kendini gerçekleştirme girişimlerinde bulunduğu bir dönem olarak bahsetmek mümkündür. Genç olarak yetişkinliğe geçiş sürecinin inşa edildiği bu dönem, genç birey açısından sosyal desteğinin niteliği ve algılanış biçimi de önemli bir etki olarak kendini göstermektedir. Algılanan sosyal destek ile bireylerin psikolojik iyi oluşlarını pozitif yönde birbirini etkileyebilecekleri öngörülmektedir. Psikolojik iyi oluş bütünsel olarak özerklik, çevreye yönelik hakimiyet, kişisel gelişim, olumlu sosyal ilişkiler, kendini kabul ve yaşamın anlamı boyutlarından oluşan (Ryff ve Keyes, 1995), varoluşsal süreçler olarak değerlendirilmektedir (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002). Sosyal destek kavramına bakıldığında ise alıcı ve sağlayıcı olarak iki kaynak tarafından, alıcı kişinin iyilik halini arttırmaya yönelik etkileşim olarak değerlendirilmekte olduğu görülmektedir (Shumaker ve Brownell, 1984). Sosyal desteğin, stresi tampolama ve stresten bağımsız olarak işlevini ele alan modeller ile psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi görülmektedir (Sarı, Şanal ve Kaya, 2019). Bu anlamda psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal desteğin hem ayrı ayrı hem de bütünsel olarak bireylerin psikolojik sağlıkları için koruyucu bir etken olduğundan bahsetmek mümkündür.

Psikoloji yalnızca hastalık ve klinik süreci değil aynı zamanda bireyler için iyi bir yaşamı inşa edebilme potansiyelindedir (Seligman, 2001). Literatürdeki psikolojik iyi oluş çalışmalarındaki amacın da yalnızca bozukluğun sağaltımı ve önlenmesine odaklanmanın yanında psikolojik zorlanmalara ilişkin yapılabilecek başka çözüm yollarına odaklanabilmeyi içermektedir (Huppert, 2009, s. 138). Bu yaklaşım ile psikolojik iyi oluşun yaşam kalitesine etki etme düzeyi son dönemlerde sosyal politika açısından önemli görülmüştür (Tay, Kuykendall ve Diener, 2016). Bu anlamda üniversite eğitimi alan genç yetişkinlerin psikolojik iyi oluş ve sosyal destek düzeylerinin belirlenmesi öncelikle psikososyal sağlık politikalarını ve tamamlayıcı diğer politikaları şekillendirmesi açısından önemlidir. Sağlık ve sosyal bilimler alanında psikolojik iyi oluş ve sosyal destek ilişkilendirilerek oldukça fazla çalışmanın birçok gruplar üzerinden yapıldığı görülmektedir. Bu çalışmanın bu çerçevede alana katısındaki hedef ise gençlerin psikososyal ihtiyaçlarına yönelik sosyal politika önerilerini sıralamaktır. Toplumsal açıdan sosyal adaleti sağlayıcı ve sürdürücü bir gelecek için iyilik halinin varlığı ve gençlere yönelik sosyal politika inşası önemli görülmektedir.

Bu bağlamda çalışmanın amacı kapsamında Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi'nde eğitim gören öğrencilerin psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki belirli değişkenler ele alınarak ilişki modeline göre tasarlanmıştır. Bu amaç kapsamında;

- Öğrencilerin psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki, bu ilişkinin yönü ve düzeyi,
- Belirli sosyodemografik özelliklerin psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek düzeyleri açısından farklılaşma sağlamakta olup olmadığı sorularına yanıt aranmıştır.

1.2. Psikolojik İyi Oluş

İyi oluş olgusuna ilişkin yapılan çalışmaların iki ayrı gelenekte şekillendirildiği görülmektedir. Hedonistik gelenek çerçevesinde iyi oluş, olumlu duygunun varlığı ve olumsuz duygunun olmayışı olarak ifadelendirilen mutluluk duygusu üzerinden yürütülmektedir. Diğer bir gelenek olarak ise eudaimonik gelenek kapsamında yaşama ilişkin tatmin ediciliği tam ve derinden hissedebilmek anlamında çerçeveselendirildiği görülmektedir (Deci ve Ryan, 2008, s. 1). Eudaimonik yaklaşım kişisel olarak bireyin beceri, yetenek ve yaşamdaki amaçlarının geliştirilmesiyle potansiyelini açığa çıkararak kendini gerçekleştirme deneyimlediği faaliyetler olarak ifade edilmektedir (Waterman, 1993, s. 679). İyi oluş çalışmalarında psikolojik iyi oluşun eudaimonik yaklaşım çerçevesinde şekillendiği görülmektedir.

Ryff (1989, s. 1071) tarafından psikolojik iyi oluş kavramı, psikoloji biliminin önde gelen kuramcılarının yaklaşımlarından esinlenerek 6 alt boyutta ele alınmıştır. Bunlardan ilki bireyin öz varoluşunu kabul edebilme potansiyeli kapsamında ele alınan kendini kabul boyutudur. Bireyin güçlü empati ve şefkat duygusu geliştirebilme becerisiyle başkalarıyla olumlu sosyal ilişkiler kurabilmesi psikolojik iyi oluşun bir diğer alt boyutu olarak incelenmiştir. Kişinin kendi kaderini tayin edebilme ve sosyalizasyon sürecinde bireyselleşme potansiyeli de psikolojik iyi oluş kavramının özerklik alt boyutuyla değerlendirilmiştir. Kişinin kendine uygun ortamları seçme, yaratma, kontrol etme ve aktif olarak katılım sağlayabilmesi ise çevresel hakimiyet olarak psikolojik iyi oluşun bir diğer boyutu olarak değerlendirilmiştir. Yaşama ilişkin bir anlam geliştirebilme becerisi altında amaçlara sahip olma ve kişisel niyetlerin varlığı psikolojik iyi oluş açısından önemli bir tamamlayıcı boyut olarak yaşamdaki amaç kapsamında ele alınmıştır. Son olarak ele alınan alt boyut ise kişisel gelişim olarak bireyin potansiyelini geliştirme motivasyonunu koruyabilmesidir. Kişinin yaşamsal dönemlerde sabit bir noktada kalmayarak, yaşam deneyimlerinde zorluklarla yüzleşebilme ve gelişebilme yönüne vurgunun, bu boyut çerçevesinde ele alındığı görülmektedir.

Sonuç olarak psikolojik iyi oluş, yalnızca mutlu olabilmek ya da olumlu duygular deneyimlemekten daha fazlasını ifade ederek bireyin yaşam karşısındaki bütüncül gelişimini ön planda tutarak birçok boyutuyla kişinin psikolojik yönüne ilişkin önemli bileşenlerden oluşan bir bütünü ifade etmektedir. Bu bileşenlerin yapısı incelendiğinde ise sosyal teması barındırmakta olduğu da görülmektedir. Bu anlamda psikolojik iyi oluşun, sosyal destek olgusuyla bir arada anılmasının önemli bir gerekçesi olarak değerlendirilmek mümkündür.

1.3.Sosyal Destek

Sosyal destek, bir kişinin başkalarından aldığı çeşitli maddi ve duygusal desteği ifade etmektedir. Sosyal destek düzeyi yüksek olan kişiler genellikle geniş bir sosyal ağa ve birçok sosyal ilişkiye sahip oldukları görülmektedir (Brannon, Feist ve Updegraff, 2013, s. 108). Sosyal destek bireylerin fizyolojik, mental sağlık (Holahan ve Moos, 1982, s. 404; Heitzmann ve Kaplan, 1988, s. 77), sağaltım süreci ve stresörlere yönelik koruyucu işlevi açısından önemli görülmektedir (Sarason ve Sarason, 2009, s. 114). Sosyal destek araştırmalarının son yıllarda artan bir ilgiyle sürdürülmekte olduğu klinik, toplum ve sağlık psikolojisi alanında önemli çıkarımlar sağlamakta olduğu görülmektedir (Schracile ve Dougher, 1985, s. 641).

Sosyal destek, sağlayıcı tarafından alıcı kişinin iyi oluşunu geliştirici, en az iki kişi arasında sağlanan kaynak alışverişi olarak değerlendirilmektedir (Shumaker ve Brownell, 1984, s. 13). Psikososyal kaynaklar açısından oldukça hayati boyutta olan sosyal destek kişinin sevgi, saygı, değer görme ve önemsenme etkileşim ağında var olabilmesi olarak da ifade edilmektedir (Taylor, 2018, s. 151). Kısaca sosyal desteğin, bireyin varlığının kabul edilerek sağlıklı ve tutarlı bir etkileşim sürecini ifade etmekte olduğu söylenebilir.

Sosyal desteğe ilişkin doğrudan etkiler hipotezi sosyal desteğin hem stresli hem de stresli olunmayan dönemlerde etkisinin olduğunu savunmaktadır (Taylor, 2018, s. 154). Bir diğer hipotez tamplama modelinde, sosyal desteğin bireyin stresli olduğu süreçte koruyucu bir işlev sağladığı vurgulamaktadır (Cohen ve Wills, 1985, s. 310). Temel etki hipotezi kapsamında ise sosyal desteğin stresörün etkisini azaltarak ya da sosyal desteğin olmaması durumunun stresör olarak kendini göstererek stres ve patoloji ilişkine yönelik aracı rol olarak kendini gösterdiği varsayılmaktadır. Stres ve destek hipotezi kapsamında sosyal destek ise sosyal karşılaştırma kuramından faydalanarak diğer insan gruplarıyla var olan bir arada olma halinin bireylere yeni baş etme yöntemleri kazanmasını sağlayarak sosyal desteğin etkisinden bahsetmektedir (Odgen, 2019, s. 330).

Cohen (2004, s. 674) sosyal desteğin türlerinin üç çerçevede ele alındığı görülmektedir. Araçsal destek, maddi ya da günlük işlerdeki bireyin edindiği destek olarak ele alınmıştır. Bilgi desteği, bireyin içinde bulunduğu duruma ilişkin ihtiyacı olan ve başa çıkmada etkili olan rehberlik sürecini sağlamaktadır. Duygusal destek ise bireyin karşı kaynaktan edindiği şefkat, empati ve güven gibi ifadeleri sağlamaktadır. Ergenler için sosyal destek ağları ebeveynler, benzer ya da farklı özelliklere sahip olan akran grupları, okul ve sağlık sistemdeki kişiler hatta evcil hayvanlar olarak değerlendirilmektedir. Aynı zamanda gelişen sosyal medya iletişim araçlarının sosyal destek sağlayıcı işlevleri göz önünde bulundurulmaktadır (Brannon, Feist ve Updegraff, 2013, s. 66). Eğitim seviyesindeki yükselmeye paralel olarak ergenlik döneminin ileri yaşlara doğru uzadığı bilinmektedir. Bu çerçevede üniversite eğitimi dönemindeki öğrenciler açısından da sosyal desteği bu bağlamda değerlendirmek mümkündür denilebilir.

Algılanan sosyal destek kavramıyla ise sosyal desteğin alıcı kişi tarafından nasıl anlamlandırıldığına odaklanılmaktadır. Bireyin desteği değerlendirme biçiminin desteğin işlevini şekillendireceği üzerinde durulmaktadır. Bilişsel anlamlandırma sonucunda destek kaynağının birey için gerçek anlamda bir kaynak olup olmadığı belirginleşmektedir.

2.Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemi benimsenerek, genel tarama modeli kapsamında ilişkisel tarama desenine göre tasarlanmıştır. Çalışmanın evrenini Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi'nde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Fakülte'deki öğrenci sayısının toplamda 2426 kişi olduğu bilgisi elde edilmiştir. Çalışmanın örnekleme kota örnekleme yöntemiyle oluşturulmuştur. Kota örnekleme yönteminde evren araştırmacı tarafından belirli kategorilere ayrıştırılarak tasarlanmaktadır (Christensen, Johson ve Turner, 2020). Betimsel araştırmalar çerçevesinde evrenin en az %10'unu karşılayabilecek düzeyde örneklem oluşturulmasının gerekliliği ifade edilmektedir (Özen ve Gül, 2007). Bu çalışma kapsamında da evrenin en az %10'unu karşılayacak düzeyde minimum 242 kişiye ulaşılması hedeflenmektedir. Bunun yanında bu araştırma sonuçlarının evreni temsil edebilirliği açısından farklı örneklem hesaplama tabloları da incelenmiş olup Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004)'in örneklem hesaplama tablosu uyarınca 0.05 örnekleme hatası ve %95 güven düzeyinde en az 333 katılımcıya ulaşılması hedeflenmiştir.

Çalışma kapsamında hedeflenen sayıya ulaşılmış olup Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi'nde öğrenim gören 2426 öğrenci arasından 407 gönüllü öğrencinin çalışmaya katılımı sağlanmıştır.

2.1.Veri Toplama Araçları

2.1.1.Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyodemografik özellikleri hakkındaki verileri elde edebilmek amacıyla araştırmacılar tarafından 10 soru olarak oluşturulan sosyodemografik bilgi formu kullanılmıştır.

2.1.2.Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Araştırma kapsamında öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerini ölçmek amacıyla Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİÖÖ) kullanılmıştır. Diener, Wirtz, Tov, Kim-Prieto, Choi, Oishi ve Biswas-Diener (2010) tarafından geliştirilen ölçekte açıklanan toplam varyans %53 ve güvenirlik kat sayısı .87 olarak belirlenmiştir. Türkçe'ye uyarlama çalışması Telef (2013) tarafından kazandırılmıştır. Çalışmada toplam varyansın %42 olarak ve cronbach alpha katsayısı .80 olarak tespit edilmiştir. Ölçek 7'li likert tipli maddelerden oluşarak, katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (7) arasındaki değerlerde cevaplanmaktadır. Ölçek kapsamında toplam puan 8 ve 56 puan aralığındadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar kişinin psikolojik kaynak ve güce sahip olduğunu yansıtmaktadır.

2.1.3.Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Çalışma kapsamında öğrencilerin sosyal destek düzeylerini ölçmek amacıyla Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) kullanılmıştır. Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley (1988) tarafından geliştirilen ölçek 12 sorudan oluşmaktadır. Aile, arkadaşlar ve özel kişi olmak üzere üç alt boyuttan oluşarak cronbach alpha katsayıları sırasıyla; .87, .85 ve .91 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin genel güvenilirliği .88 olarak tespit edilmiştir. Test tekrar test bulgularıyla aile, arkadaşlar ve özel kişi alt ölçeklerinde sırasıyla .85, .75 ve .72 olarak tespit edilmiştir. Test tekrar test sonucunda ölçeğin genelinden elde edilen güvenilirlik katsayısı .85 olmuştur. Bu değerler ölçeğin yüksek bir iç tutarlılık sağladığını göstermektedir.

Türkçe'ye uyarlama çalışması Eker, Arkar ve Yıldız (2001) tarafından gerçekleştirilen ölçeğin faktör analizinde maddeler, ilgili 3 faktör altında yer alarak kümülatif olarak toplam varyansın %75'ini açıkladığı tespit edilmiştir. İç tutarlılık güvenilirliği kapsamında cronbach alpha katsayısı değerleri 0.80 ile 0.95 arasındadır. Ölçek ve alt ölçeklerin kabul edilebilir düzeyde iç tutarlılık gösterdiği görülmüştür. 7'li likert tipli ölçek aile alt boyutu (3, 4, 8, 11), arkadaş alt boyutu (6, 7, 9, 12) ve özel kişi (1, 2, 5, 10) alt boyutu olarak 12 maddeden oluşarak en düşük 12 puan ve en yüksek puan olarak da 84 alınabileceğini ve elde edilen skorun yüksek olmasının algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu gösterdiği belirlenmiştir.

2.2.Verilerin Toplanması

Veriler internet ortamında Google Form ile oluşturulmuş olan anket yöntemiyle toplanmıştır. Çalışmaya yalnızca gönüllü olan ve bilgilendirilmiş onam kapsamında katılmayı kabul eden öğrenciler kabul edilmiştir. Bu kapsamda araştırmacılar İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi sınıflarını ziyaret ederek sınıftaki gönüllü öğrencilerle form bağlantısını paylaşmışlardır.

2.3.Verilerin Analizi

Bilgisayar ortamında elde edilen veriler sırasıyla SPSS 26 programına işlenerek analiz edilmiştir. Psikolojik iyi oluş ve çok boyutlu algılanan sosyal destek değişkenlerinin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık basıklık değerleri incelenmiştir. Analiz sonucunda verilerin normal dağılım göstermediği belirlenerek Mann-Whitney U testi, Kruskal Wallis H testi ve Sperman Korelasyon analizi yapılmıştır.

3.Bulgular

Tablo 1'deki bulgular incelendiğinde çalışmaya toplamda 407 öğrenci katılmıştır. Bu öğrencilerin cinsiyet dağılımı %74,9 kadın öğrenciler iken %25,1'i ise erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilerden yaş ortalaması 21,24'tür. Katılımcıların %59,2'si 18-21 yaş aralığında iken, %40,8'i 21-30 aralığındadır. Bölümlere göre araştırmaya katılım sağlama durumları incelendiğinde, Sosyal Hizmet bölümü öğrencileri tarafından %45,9, Sağlık Yönetimi bölümü öğrencileri %17,2, Bankacılık ve Finans bölümü öğrencileri %10,3, Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi bölümü öğrencileri %10,1, Maliye bölümü öğrencileri

%9,8, İktisat bölümü öğrencileri %3,9 ve İşletme bölümü öğrencileri %2,7 katılım sağlamıştır. Katılımcıların %28,3'ünün gelir düzeylerini düşük, %68,3'ünün orta ve %3,4'ü yüksek olarak tanımlamıştır. %4,7'inin kardeşinin olmadığı, %35,9'ünün bir kardeşi, %28,5'inin iki kardeşi ve %31'inin üç ve üçten fazla kardeşinin olduğu belirtilmiştir. Öğrencilerin %11,1'i ailesinin yanında eğitimini sürdürmekte iken %88,2'si ailesinden uzakta eğitimini sürdürmektedir. %1,2'si ailesiyle ilişkisinin kötü, %26,8'inin orta ve %72'sinin iyi olduğunu belirtmiştir. %8,6'sı akademik başarılarını düşük, %77,6'sı orta düzeyde ve %13,8'i ise yüksek düzeyde değerlendirmiştir. Sosyal ilişkilerini %4,2'si kötü, %39,8 orta ve %56'sı iyi olarak tanımlamıştır. Psikososyal veya psikiyatrik destek alanlar ise %14,3 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilere İlişkin Tanımlayıcı Değişkenler

Tanımlayıcı Değişkenler	Frekans	Yüzde
Cinsiyet		
Kız	305	%74,9
Erkek	102	%25,1
Yaş		
18-21	241	%59,2
22-30	166	%40,8
Bölüm		
Bankacılık ve Finans	42	%10,3
İktisat	16	%3,9
İşletme	11	%2,7
Maliye	40	%9,8
Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi	41	%10,1
Sağlık Yönetimi	70	%17,2
Sosyal Hizmet	187	%45,9
Gelir Düzeyi Değerlendirmesi		
Düşük	115	%28,3
Orta	278	%68,3
Yüksek	14	%3,4
Kardeş Sayısı		
Kardeşi olmayanlar	19	%4,7
Bir kardeşi olanlar	146	%35,9
İki kardeşi olanlar	116	%28,5
Üç ve daha fazla kardeşi olanlar	126	%31,0
Eğitim sürecinde aile yanında olma durumu		

Eğitimini ailelerinin yanında sürdürenler	45	%11,1
Eğitimini ailelerinin yanında sürdürmeyenler	359	%88,9
Aileyle ilişki değerlendirme düzeyleri		
Kötü	5	%1,2
Orta	109	%26,8
İyi	293	%72,0
Akademik başarıyı değerlendirme düzeyleri		
Düşük	35	%8,6
Orta	316	%77,6
İyi	56	%13,8
Sosyal ilişkilerini değerlendirme düzeyleri		
Kötü	17	4,2
Orta	162	39,8
İyi	228	56,0
Psikiyatrik ve psikososyal destek alma durumu		
Evet	58	14,3
Hayır	349	85,7

Araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik iyi oluş ortalama puanları $5,06 \pm 1,00$; çok boyutlu algılanan sosyal destek ortalama puanları $5,39 \pm 1,18$; çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin alt boyutlarının puan ortalamaları aile $5,32 \pm 1,27$, arkadaş $5,19 \pm 1,46$ ve özel kişi $5,67 \pm 1,18$ olarak bulunmuştur.

Tablo 4. Psikolojik İyi Oluş ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Ort.	Ss	1	2	3	4	5
1.Psikolojik İyi Oluş	40,5504	8,03115	1	,344**	,311**	,298**	,336**
2.Sosyal Destek	64,7862	14,26218	,344**	1	,898**	,956**	,885**
3.Aile Boyutu	21,2948	5,08708	,311**	,898**	1	,802**	,657**
4.Arkadaş Boyutu	20,7813	5,87588	,298**	,956**	,802**	1	,813**

5.Özel Kişi Boyutu	22,7101	4,75244	,336**	,885**	,657**	,813**	1
--------------------	---------	---------	--------	--------	--------	--------	---

** p<,01 düzeyinde anlamlılık (2 uçlu)

Çalışma kapsamında boyutlar arasında ilişkinin incelendiği Sperman Korelasyon analizinde aşağıdaki bulgular elde edilmiştir:

Tablo 4 incelendiğinde psikolojik iyi oluş ve çok boyutlu algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde orta düzeyde ($r = ,344$; $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Psikolojik iyi oluş ve çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden aile alt boyutuyla pozitif yönde orta düzeyde ($r = ,311$; $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Psikolojik iyi oluş ve çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden arkadaş alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde ($r = ,298$; $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Psikolojik iyi oluş ve çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden özel kişi alt boyutu arasında pozitif yönde orta düzeyde ($r = ,336$; $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir.

Tablo 2. Öğrencilerin Psikolojik İyi Oluş ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre Mann-Whitney-U Testi Sonuçları

Demografik Özellikler	N	Psikolojik İyi Oluş		Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek		
		Sıra Ort.	Sıra Top.	Aile Alt Boyutu	Arkadaş Alt Boyutu	Özel Kişi Alt Boyutu
Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	Sıra Ort.		
				Sıra Top.		
Kadın	305	202,97	61906,00	<u>210,76</u> 64280,50	<u>208,46</u> 63579,00	<u>208,90</u> 63714,00
Erkek	102	207,08	21122,00	<u>183,80</u> 18747,50	<u>190,68</u> 19449,00	<u>189,35</u> 19314,00
		U=15241,000 p=,760		U=13494,500 p=,045*	U=14196,000 p=,185	U=14061,000 p=,144
Yaş	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	Sıra Ort.		
				Sıra Top.		
18-21	241	200,80	48393,00	<u>199,38</u> 48050,00	<u>202,89</u> 48896,50	<u>205,31</u> 49480,50
22-30	166	208,64	34635,00	<u>210,71</u> 34978,00	<u>205,61</u> 34131,50	<u>202,09</u> 33547,50

		U =19232,00 p=,508	U=18889,000 p=,338	U=19735,500 p=,818	U=19686,500 p=,785	
Aile yanında ya da uzakta olma	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	Sıra Ort. Sıra Top.		
Uzakta	362	204,43	74005,00	<u>206,21</u> 74647,00	<u>204,72</u> 74109,50	<u>204,22</u> 73927,50
Yanında	45	200,51	9023,00	<u>186,24</u> 8381,00	<u>198,19</u> 8918,50	<u>202,23</u> 9100,50
		U=7988,000 p=,833	U=7346,000 p=,282	U=7883,500 p=,725	U=8065,500 p=,914	
Psikiyatrik ve psikososyal destek alma	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	Sıra Ort. Sıra Top.		
Evet	58	187,83	10894,00	<u>191,84</u> 11127,00	<u>186,45</u> 10814,00	<u>174,47</u> 10119,50
Hayır	349	206,69	72134,00	<u>206,02</u> 71901,00	<u>206,92</u> 72214,00	<u>208,91</u> 72908,50
		U=9183,000 p=,258	U=9416,000 p=,394	U=9103,000 p=,218	U=8408,500 p=,038*	

* p< ,05

Çalışma kapsamında yapılan Mann-Whitney U Testi analizi sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir: Tablo 2'deki bulgular incelendiğinde öğrencilerin cinsiyetleri ve psikolojik iyi oluş düzeyleri (U=15241,000; p>.05) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre çok boyutlu algılanan sosyal desteğin aile alt boyutu (U=13494,500; p<.05) değişkeni için istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermekte olduğu sonucu elde edilmiştir. Tablo 2'de görüldüğü üzere kadın öğrencilerin aile alt boyutuna ilişkin daha yüksek düzeyde sosyal destek algılamakta oldukları görülmektedir. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre çok boyutlu algılanan sosyal desteğin arkadaş alt boyutu (U=14196,000; p>.05) ve özel kişi alt boyutu (U=14061,000; p>.05) değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir.

Öğrencilerin yaşlarıyla; psikolojik iyi oluş düzeyleri (U=19232,00; p>.05), çok boyutlu algılanan sosyal desteğin aile (U=18889,000; p>.05), arkadaş (U=19735,500; p>.05) ve özel kişi alt boyutu (U=19686,500; p>.05) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir.

Öğrencilerin eğitimlerini ailelerinden uzakta sürdürme durumuyla; psikolojik iyi oluş ($U=7988,000$; $p>.05$), çok boyutlu algılanan sosyal desteğin aile ($U=7346,000$; $p>.05$), arkadaş ($U=7883,500$; $p>.05$) ve özel kişi alt boyutu ($U=8065,500$; $p>.05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmektedir.

Öğrencilerin psikiyatrik ya da psikososyal destek alma durumuyla; psikolojik iyi oluş ($U=9183,000$; $p>.05$), çok boyutlu algılanan sosyal desteğin aile ($U=9416,000$; $p>.05$) ve arkadaş alt boyutu ($U=9103,000$; $p>.05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmektedir. Psikiyatrik ya da psikososyal destek alma durumuyla sosyal desteğin özel kişi alt boyutu ($U=8408,500$; $p<.05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermekte olduğu görülmektedir. Psikiyatrik ya da psikososyal destek almayan öğrencilerin özel kişiler tarafından daha yüksek düzeyde sosyal destek algıladıkları görülmektedir.

Tablo 3. Öğrencilerin Bazı Demografik Değişkenlere Göre Psikolojik İyi Oluş ve Algılanan Düzeylerine İlişkin Kruskal Wallis Test Sonucu

Değişken	Gelir Düzeyi Değ.	N	Sıra Ort.	Sd	Kruskal Wallis H		Gruplar arası anlamlılık	
					χ^2	P		
Psikolojik İyi Oluş			171,34		12,617	,002*	A-B	
			216,12					
			231,64					
ÇBASD			173,41	2	10,923	,004*	A-B	
	Aile Alt Boyutu	Düşük ^A	115					216,31
		Orta ^B	278					210,71
ÇBASD	Yüksek ^C	14	171,67	13,033	,001*	A-B		
Arkadaş Alt Boyutu			215,31		12,236	,002*	A-C	
			245,04					
			171,85					
ÇBASD			216,13		12,236	,002*	A-B	
			227,32					
			227,32					
Psikolojik İyi Oluş	Kardeş Sayısı	N	243,24	3,718	,294			
			201,88					
			211,82					
			193,33					
			246,18					
ÇBASD			214,95	5,584	,134			

	0	19	196,90	3		
	1	146	191,49			
ÇBASD	2	116	231,45		6,437	,092
Arkadaş Alt Boyutu	3+	126	216,83			
			205,01			
			184,06			
ÇBASD			223,11		5,442	,142
Özel Kişi Alt Boyutu			215,71			
			206,98			
			184,80			
	Bölüm	N				
Psikolojik İyi Oluş			229,51		11,829	,066
			210,94			
			135,41			
			161,53			
			218,73			
			209,24			
			205,60			
ÇBASD	BankFin	42	194,54		5,581	,472
Aile Alt Boyutu	İktisat	16	205,97	6		
	İşletme	11	170,59			
	Maliye	40	172,79			
	Siyaset	41	197,22			
	Sağ.Yön	70	212,56			
	Shz	187	212,88			
ÇBASD			213,45		6,681	,351
Arkadaş Alt Boyutu			223,09			
			146,45			
			173,44			
			206,27			
			214,53			
			205,73			
ÇBASD			233,01		10,398	,109
Özel Kişi Alt Boyutu			193,81			
			152,68			

			177,93			
			233,99			
			211,76			
			197,47			
	Aile ile ilişki değ.	N				
Psikolojik İyi Oluş			44,60	28,873	,000*	B-C
			163,49			
			221,79			
ÇBASD			143,80	24,182	,000*	B-C
Aile Alt Boyutu			158,89			
	Kötü ^A	5	221,81	2		
ÇBASD	Orta ^B	109	119,90	29,236	,000*	B-C
Arkadaş Alt Boyutu	İyi ^C	293	155,55			
			223,46			
ÇBASD			49,40	73,046	,000*	B-C
Özel Kişi Alt Boyutu			129,29			
			234,43			
	Başarı değ.	N				
Psikolojik İyi Oluş			132,43	20,188	,000*	A-B
			204,46			A-C
			246,13			
ÇBASD			189,13	1,451	,484	
Aile Alt Boyutu	Düşük ^A	35	203,06	2		
	Orta ^B	316	218,61			
ÇBASD	Yüksek ^C	56	208,44	,919	,632	
Arkadaş Alt Boyutu			201,20			
			217,01			
ÇBASD			180,26	2,879	,237	
Özel Kişi Alt Boyutu			203,32			
			222,66			
	Sosyal ilişki değ.	N				
Psikolojik İyi Oluş			66,35	56,468	,000*	A-B
			169,99			A-C

			238,43			B-C	
ÇBASD			73,79		38,384	,000*	A-B
Aile Alt Boyutu			181,01				A-C
	Kötü ^A	17	230,04	2			B-C
ÇBASD	Orta ^B	162	92,03		24,193	,000*	A-B
Arkadaş Alt Boyutu	İyi ^C	228	188,92				A-C
			223,06				B-C
ÇBASD			90,71		24,900	,000*	A-B
Özel Kişi Alt Boyutu			188,76				A-C
			223,28				B-C

* p<,05

Çalışma kapsamında yapılan Kruskal Wallis Testi analizi sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir:

Tablo 3'teki bulgular incelendiğinde katılımcıların gelir düzeylerini değerlendirme ve psikolojik iyi oluşları (H=12,61; p<,05) arasında anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir. Gelir durumunu orta düzeyde değerlendiren öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri, düşük düzeyde değerlendirenlerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Katılımcıların gelir düzeylerini değerlendirme değişkenleriyle çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeyinin aile alt boyutu (H= 10,92; p<,05) ile anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere gelir durumu orta düzeyde değerlendiren öğrencilerin aile tarafından algılanan sosyal destek düzeyleri, düşük düzeyde değerlendirenlerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden arkadaş alt boyutu (H= 13,03; p<,05) ile gelir düzeyini değerlendirme değişkeni arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere gelir düzeyini orta ve yüksek düzeyde değerlendiren öğrencilerin arkadaş tarafından algılanan sosyal destek düzeyleri, düşük düzeyde değerlendiren öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden özel kişi alt boyutu (H=12,23; p<,05) ve gelir düzeyini değerlendirme arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere gelir düzeyini orta ve yüksek düzeyde değerlendiren katılımcıların özel kişi tarafından algılanan sosyal destek düzeylerinin, düşük olarak değerlendiren öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların aileleriyle ilişkilerini değerlendirme düzeyleri ve psikolojik iyi oluşları (H=28,87; p<,05) arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere aileleriyle ilişkilerini iyi düzeyde değerlendiren katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin, orta düzeyde değerlendiren katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden aile alt boyutu (H=24,18; p<,05) ile aileyle ilişkileri değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere aileyle ilişkilerini iyi düzeyde değerlendiren öğrencilerin aileleri tarafından algılanan sosyal destek düzeylerinin, aileleriyle ilişkilerini orta düzeyde değerlendiren

öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden arkadaş alt boyutu ($H=29,23$; $p<,05$) ile aile ilişkilerini değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere arkadaş tarafından algılanan sosyal destek düzeyi aileleriyle ilişkilerini iyi düzeyde değerlendiren öğrencilerin, orta düzeyde değerlendiren öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden özel kişi alt boyutu ($H=73,04$; $p<,05$) ile aileyle ilişkilerini değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılık görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere özel kişi tarafından algılanan sosyal destek düzeylerinin aileyle ilişkilerini iyi düzeyde değerlendiren öğrencilerin, orta düzeyde değerlendiren öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların akademik başarılarını değerlendirme ve psikolojik iyi oluş ($H=20,188$; $p<,05$) düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere akademik başarısını iyi ve orta düzeyde değerlendiren öğrencilerin kötü düzeyde değerlendiren öğrencilerden psikolojik iyi oluş düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden aile ($H=1,451$; $p>,05$), arkadaş ($H=,919$; $p>,05$) ve özel kişi alt boyutlarının ($H=2,879$; $p>,05$) akademik başarıyı değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir.

Katılımcıların sosyal ilişkilerini değerlendirme ve psikolojik iyi oluş ($H=56,468$; $p<,05$) düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere sosyal ilişkilerini iyi düzeyde değerlendiren öğrencilerin orta ve kötü düzeyde değerlendiren öğrencilerden; orta düzeyde değerlendiren öğrencilerin kötü düzeyde değerlendiren öğrencilerden psikolojik iyi oluş düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden aile alt boyutu ($H=38,384$; $p<,05$) ve sosyal ilişkileri değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılıklar görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere sosyal ilişkilerini orta düzeyde değerlendiren öğrencilerin kötü düzeyde değerlendirenlerden; iyi düzeyde değerlendiren öğrencilerin orta ve kötü düzeyde değerlendiren öğrencilerden, aile tarafından algıladıkları sosyal destek düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden arkadaş alt boyutu ($H=24,193$; $p<,05$) ve sosyal ilişkileri değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılıklar görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere sosyal ilişkilerini orta düzeyde değerlendiren öğrencilerin kötü düzeyde değerlendirenlerden; iyi düzeyde değerlendiren öğrencilerin orta ve kötü düzeyde değerlendiren öğrencilerden, arkadaş tarafından algılanan sosyal destek düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinden özel kişi alt boyutuyla ($H=24,900$; $p<,05$) katılımcıların sosyal ilişkilerini değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılık görülmektedir. Tablo 3'te görüldüğü üzere sosyal ilişkilerini orta düzeyde değerlendiren öğrencilerin kötü düzeyde değerlendirenlerden; iyi düzeyde değerlendirenlerin orta ve kötü düzeyde değerlendiren öğrencilerden, özel kişi tarafından algılanan sosyal destek düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir.

4. Tartışma

Üniversite öğrencilerin psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek düzeylerinin sosyodemografik değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada toplamda 407 öğrenciye ulaşılmış olup; öğrencilerin psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki ve bu ilişkinin sosyodemografik özellikler açısından farklılaşma sağlamakta olup olmadığına yönelik araştırma kapsamındaki problemlere ilişkin önemli sonuçlar elde edilmiştir.

Çalışma kapsamında psikolojik iyi oluş ve çok boyutlu algılanan sosyal desteğin aile alt boyutuyla pozitif yönde orta düzeyde, arkadaş alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde ve özel kişi alt boyutu arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal desteğin ilişkisini ortaya koyan bu bulgunun literatürdeki diğer bulguları destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Rani (2016) tarafından yapılan çalışmada psikolojik iyi oluş ile sosyal destek değişkenlerin tüm alt boyutlarda pozitif yönde düşük ve orta düzeyde anlamlı ilişkili olduğu bulunmuştur. Emadpoor, Lavasani ve Shahcheraghi (2015) tarafından yapılan çalışmada psikolojik iyi oluşun alt boyutlarıyla sosyal desteğin alt boyutları arasında pozitif yönde orta ve yüksek düzeyde anlamlı ilişki görülmektedir. Aydın, Kahraman ve Hiçdurmaz (2017) tarafından yapılan çalışmada psikolojik iyi oluş ve sosyal destek alt boyutları arasında farklılaşarak pozitif yönde düşük ve orta düzeyde anlamlı ilişkili olduğu görülmüştür. Malkoç ve Yalçın (2015) tarafından yapılan çalışmada psikolojik iyi oluş ile algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki bulgulanmıştır. Yalçın (2015) tarafından meta analiz yöntemiyle yapılan çalışmada iyi oluş ve sosyal destek alanındaki çalışmaların etki büyüklüğü incelenerek, iyi oluş ve sosyal destek değişkenleri arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Literatür bilgisiyle karşılaştırılmış olan bu bulgular psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal desteğin birbirini beslemekte olan değişkenler olduğunu göstermektedir. Bu anlamda sosyal destek düzeyinin ve kaynaklarının arttırılması psikolojik iyi oluş düzeyini de olumlu düzeyde etkileyebileceğinden bahsedilebilir.

Çalışma kapsamında sosyal destek değişkenleri genel olarak değerlendirildiğinde öğrencilerin en fazla özel kişi kaynağından, en az da arkadaşları tarafından sosyal desteği algıladıkları görülmektedir. Aydın, Kahraman ve Hiçdurmaz (2017) tarafından yapılan çalışmada da en fazla özel kişi kaynağından destek alındığı görülürken diğer çalışmalar incelendiğinde; öğrencilerin en fazla ailelerinden sosyal destek algıladıkları sonucu elde edilmiştir (Zubaroğlu-Yanardağ, 2017; Yılmaz, Yılmaz ve Karaca, 2008; Dikmen, Yılmaz, ve Yıldırım, 2017). Yalçın (2015) tarafından meta analiz yöntemiyle iyi oluş ve sosyal destek kaynakları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada en yüksek etki büyüklüğünün sırasıyla aile, özel kişi, arkadaş ve öğretmen kaynaklarından algılanan sosyal destek olduğu görülmüştür. Erkan, Özbay, Cihangir ve Terzi (2012) tarafından geniş bir örneklem ile yapılan çalışmada da üniversite öğrencilerinin bir problem ile karşı karşıya kaldıklarında sırasıyla en çok aile ve arkadaşlarından yardım almaya yatkın oldukları sonucu elde edilmiştir. Bu sonuçlar ailenin sosyal destek kaynağı olarak önemli boyutlardan biri olduğunu

göstermektedir. Çalışmada ise öğrencilerin özel kişi tarafından algıladıkları sosyal destek düzeylerinin yüksek olması katılımcıların çoğunluğunun okul nedeniyle ailelerinden uzakta olmalarıyla ilişkilendirilebilir. Çalışmada öğrenciler arasında sosyal ilişkilerini olumlu düzeyde değerlendirenlerin, psikolojik iyi oluş ve sosyal destek düzeylerinin tüm boyutlarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. İraz, Arıbaş ve Özşahin (2021) tarafından yapılan çalışmada aileleriyle ilişkilerini değerlendirme düzeyleri, sosyal aktivite durumu, arkadaş grubunun varlığı ve arkadaş ilişkileri yüksek olan öğrencilerin anlamlı düzeyde psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Gencer, Obuz ve Babahanoğlu (2021) tarafından iyi oluşun spiritüel boyutunun incelendiği çalışmada demokratik aile tutumuna sahip öğrencilerin spiritüel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Yılmaz, Yılmaz ve Karaca (2008) tarafından yapılan çalışmada sosyal ilişkilerinden memnun olan öğrencilerin aile ve arkadaş kaynağından algıladıkları sosyal destek düzeyinin yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Ünsar, Kurt-Sadrlı, Demir ve Erol (2009) çalışmalarında aile ilişkilerini olumlu düzeyde değerlendirenlerin aile kaynağından algıladıkları sosyal destek düzeyinin; arkadaşlarıyla ilişkileri olumlu değerlendirenlerin arkadaş ve özel insan kaynağından algıladıkları sosyal destek düzeyinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar bireylerin kişilerarası ilişkilerinin ve bu ilişkilerin sosyal desteği anlamlandırma açısından işlevsel olduğunu göstermekte olduğu söylenebilir. Yakın ilişkiler başta olmak üzere sosyal ilişkiler psikolojik zenginlik ve bireysel gelişimin önemli parçası olarak değerlendirilmektedir (Diener ve Biswas-Diener, 2008). Bu açıdan yakın ve sosyal ilişkilerin varlığının birbirine yakın kavramlar olan öznel, psikolojik iyi oluş ve iyi oluşun diğer boyutları için önemli olduğu söylenebilir.

Çalışmada öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve çok boyutlu algılanan sosyal desteğin yaşa bağlı olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir. Siedlecki, Salthouse, Oishi ve Jeswani (2013) tarafından yapılan çalışmada benzer biçimde yaşa bağlı olarak öznel iyi oluş ve sosyal desteğin farklılaşmasının anlamlı düzeyde olmadığı görülmektedir. Dikmen, Yılmaz ve Yıldırım-Usta (2017) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin yaşlarına bağlı olarak sosyal destek düzeylerinde anlamlı farklılaşma görülmemektedir. İraz, Arıbaş ve Özşahin (2021) tarafından yapılan çalışmada ise yaşları daha büyük olan öğrencilerin psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek düzeyinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Gencer (2018) yaş ve öznel iyi oluş çalışmalarının ortaya koymuş olduğu sonuçlar çerçevesinde bu değişkenler arasında tutarlı bir ilişki sergilenmediğini belirtmektedir. Bu çalışma bünyesinde elde edilen sonucun ise öğrencilerinin yaşlarının birbirine yakın olması nedeniyle anlamlı bir farklılaşma elde edilemediği söylenebilir.

Çalışma kapsamında öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin cinsiyete bağlı olarak anlamlı bir farklılık göstermediği elde edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşuna ilişkin yapılan diğer çalışmalarda benzer sonuçlar elde edildiği görülmektedir (Rani, 2016; Göller ve Gürbüz, 2022). Öznel iyi oluş alanında yapılan araştırmaların incelendiği çalışmada, kadın ve erkeklerin iyi oluş düzeylerinin önemli düzeyde

farklılaşmadığı belirlenmiştir (Gencer, 2018). Gencer, Obuz ve Babahanoğlu (2021) tarafından yapılan iyi oluşun spiritüel boyutunun incelendiği çalışmada ise kadın öğrencilerin erkeklere göre spiritüel iyi oluş düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Bu anlamda psikolojik ve öznel iyi oluş için cinsiyet değişkeninin anlamlı bir etki sunmadığı görülürken, iyi oluşun başka boyutları açısından cinsiyet faktörünün önemli olduğu görülebilmektedir. Çalışma kapsamında sosyal destek düzeylerinden cinsiyete bağlı olarak yalnızca aile alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu ve kadın öğrencilerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Sosyal destek alanında yapılan çalışmalar incelendiğinde kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden sosyal desteği tüm alt boyutlarda daha yüksek düzeyde algıladıkları görülmektedir (Zubaroglu-Yanardağ, 2017; Dikmen, Yılmaz ve Yıldırım-Usta, 2017; Baran, Küçükakça ve Gülsün, 2014). Alanda yapılan birçok çalışmada kadın öğrencilerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu (Aydınoğlu ve Yılmaz, 2018; Kim, 2001), genç kadınların aile ve arkadaş tarafından algıladıkları sosyal destek düzeylerinin genç erkeklerden daha yüksek olduğu görülmektedir (Rani, 2016). Çalışma kapsamında elde edilen bu bulgunun literatür bilgisiyle uyumlu olması toplumsal cinsiyete bağlı olarak erkek bireylerin ailelerinden, kadın bireyler kadar desteğe ihtiyaç duymayacağı algısı nedeniyle ortaya çıkan bir farklılaşma olarak yorumlanabilir.

Çalışma kapsamında öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin gelir durumuna bağlı olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Gelir durumunu orta düzeyde değerlendiren öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri, düşük düzeyde değerlendirenlerden daha yüksek olduğu görülmektedir. İşgör (2017) tarafından yapılan çalışmada da benzer biçimde sosyoekonomik düzeyleri yüksek olan öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri düşük olan öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Kaplan, Shema ve Leite (2008) tarafından yapılan 30 yıllık bir kohort çalışması olarak yürütülen araştırma, ekonomik durum ve bireyin statüsündeki yükselmenin psikolojik iyi oluş düzeyini olumlu yönde etkilediği sonucu elde edilmiştir. Çalışmalardan elde edilen bu sonuçlar bireylerin kaynaklara erişim anlamındaki avantajların psikolojik boyuta etkisini ortaya koyarak, insana yönelik bütüncül yaklaşımı göz önüne sermekte olduğu söylenebilir. Çalışma kapsamında gelir durumunu yüksek düzeyde değerlendiren öğrencilerin arkadaş ve özel kişi kaynağından algıladıkları sosyal destek düzeylerinin düşük olarak değerlendiren öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucu görülmektedir. Sosyal destek alanında yapılan benzer çalışmalarda ekonomik durumu iyi olan öğrencilerin arkadaş kaynağından aldıkları sosyal destek düzeyleri daha yüksek bulunmuştur (Kaşıkçı, Çoban, Ünsal ve Avşar, 2009; Dikmen, Yılmaz ve Yıldırım-Usta, 2017; Ünsar, Kurt-Sadırlı, Demir ve Erol, 2009). Bu sonuçların ekonomik refahın, bireyin çevresindeki sosyal destek kaynaklarını şekillendirebileceğini düşündürmektedir.

Öğrencilerden psikiyatrik ya da psikososyal destek alma durumunun psikolojik iyi oluş açısından anlamlı bir farklılık sağlamadığı görülmektedir. Yalnızca destek almayan öğrencilerin özel kişiler tarafından daha yüksek düzeyde sosyal destek algıladıkları görülmektedir. Göller ve Gürbüz (2022) tarafından yapılan çalışmada ise

üniversite öğrencilerinin psikolojik bir tanıya sahip olma durumunun psikolojik iyi oluş düzeyleriyle anlamlı bir farklılık ortaya koymadığı görülmektedir. Bu sonuçların psikolojik iyi oluş kavramının yalnızca psikolojik anlamda zorlanmalar yaşayan bireylerde olumsuz düzeyde olamayacağını göstermekte olduğu söylenebilir. Pozitif psikolojinin önemli yaklaşımlarından olan psikolojinin, yalnızca patoloji odaklı klinik bir düzlemi ifade etmediği ve Dünya Sağlık Örgütü'nün sağlığın biyopsikososyal anlamda tam bir iyilik haline (WHO, 2020) olan vurgusu bu sonuçlar ile öne çıkmaktadır.

Öğrencilerin eğitim sürecinde aile yanında ya da uzakta olma durumunun psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek düzeyleri açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucu elde edilmiştir. Bu sonucun nedeni, araştırma kapsamında ailesiyle yaşayan yalnızca 45 öğrenciye erişilmiş olması olarak açıklanabilir. Aynı zamanda öğrencilerin ailelerinden uzakta eğitimlerini sürdürmekte olsalar dahi ilişkilerini sosyal destek açısından fayda sağlayıcı düzeyde sürdürmekte oldukları söylenebilir. Bore, Pittolo, Kirby, Dluzewska ve Marlin (2016) tarafından yapılan bir çalışmada öğrencilerin konaklama durumlarının farklılaşmasının psikolojik iyi oluşlarına yönelik anlamlı bir farklılık sağlamadığı sonucu elde edilmiştir. Baran, Küçükakça ve Gülsün (2014) tarafından yapılan çalışmada benzer biçimde öğrencilerin ikamet durumlarının sosyal destek açısından anlamlı bir fark ortaya koymadığı sonucu elde edilmiştir. Sosyal destek alanında yapılan bazı çalışmalarda ailesiyle yaşayan öğrencilerin; özel kişi tarafından (Aydınoğmuş ve Yılmaz, 2018), aile kaynağından (Kaşıkçı, Çoban, Ünsal ve Avşar, 2009) ve arkadaş kaynağından (Aydın, Kahraman ve Hiçdurmaz, 2017) algıladıkları sosyal destek düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Bu anlamda öğrencilerin öğrenim süreçlerinde yaşadıkları yer ve sosyal destek düzeylerinin farklılaşmasının tespit edilmesi için yapılacak olan yeni araştırmalar ile daha detaylı bulgulara ihtiyaç olduğu görülmektedir.

Çalışma kapsamında akademik başarısını olumlu düzeyde değerlendiren öğrencilerin olumsuz düzeyde değerlendiren öğrencilere göre psikolojik oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu durumun psikolojik iyi oluş olgusunun bireyin, beceri ve yeteneğine odaklanarak kişisel olarak kendini gerçekleştirme (Waterman, 1993) idealinin entelektüel yönüyle ilişkilendirilebilir.

Araştırmanın sınırlılıkları değerlendirildiğinde; çalışmanın yalnızca Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi kapsamında yapılması tüm üniversite öğrencileri popülasyonuna yönelik genelleme sağlaması konusunda kısıtlılığını göstermektedir. Benzer çalışmaların örnekleminin arttırılarak, diğer üniversiteler ile karşılaştırmalı düzeyde ve bölümler arasındaki öğrenci sayıları denk tutularak sağlanacak çalışmalarla tekrarlanmasının daha önemli bulguları ortaya koyacağı öngörülmektedir.

5.Sonuç ve Öneriler

Bu araştırma kapsamında üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasından anlamlı ilişki elde edilmiştir. Elde edilen bu sonuç ile algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş değişkenlerinin birbirini beslemekte olduğu söylenebilir. Psikolojik iyi oluş ve sosyal desteğin akademik başarı ve strese yönelik tampon sağlayıcı etkisi göz önünde bulundurulduğunda öğrencilere yönelik

sağlanacak psikososyal anlamda kapsayıcı hizmetlerin öğrencilerin psikolojik sağlık ve iyi oluşlarını olumlu yönde etkileyebileceği öngörülmektedir. Bu çerçevede araştırma sonucunda genel anlamda üniversitelerde öğrencilere yönelik sağlanan sağlık, kültür ve spor birimleri kapsamında sağlanan danışmanlık hizmetlerinin yaygınlaştırılarak psikososyal danışmanlık kapsamında çerçeveselendirilmesine ihtiyaç vardır. Psikolojik iyi oluş kavramının varoluşsal ve kendini gerçekleştirme temelli bir boyutu ele aldığı bilirse de bireylerin bu yönlerinin güçlendirilmesi için psikososyal kaynaklarına erişebilir olabilmeleri önemlidir.

Dünya Sağlık Örgütü'nün sağlığı tam bir iyilik hali olarak tanımlamasıyla (WHO, 2020), bu yaklaşım sağlık otoriteleri tarafından zamanla benimsenerek insana yönelik değerlendirme ve müdahale aşamalarında biyopsikososyal yaklaşım yaygınlaşmıştır. Bu bakış açısı, üniversite öğrencilerine yönelik çevrildiğinde yükseköğretim süreçlerinin yalnızca akademik gelişim için kaynak sağlamanın yetersiz kalacağı açıktır. Yükseköğretim kurumları üniversite öğrencisi yaş grubunun, en fazla zaman geçirdiği ve sosyalleşme sağladığı ortam olarak değerlendirilebilir. Bu anlamda yükseköğretim kurumlarının öğrencilerin biyopsikososyal ihtiyaçlarına yönelik desteklenmesi önemlidir. Üniversitelerde sağlanan danışmanlık hizmetlerinin öğrencilerinin psikososyal ihtiyaçlarına duyarlı bir hizmet modeliyle psikososyal danışmanlık perspektifinde sunulması gerekmektedir. Bütüncül bir model ile ele alınan bireyin psikososyal süreçleri birbirini etkilemektedir. Bu anlamda yükseköğretim kurumlarındaki danışmanlık hizmetlerinin öğrencilerin yalnızca psikolojik süreçleriyle ilgili hizmet vermek ile kalmayarak sosyal ve çevresel ihtiyaçları göz önünde bulundurularak sosyal hizmet uygulamalarıyla desteklenmesine yönelik planlanması gerekmektedir.

Yükseköğretim kurumlarındaki sağlanan danışmanlık hizmetlerinin talep yoğunluğundan erişim sağlanamaması da bu hizmetlerin yetersizliğini ve/veya yeterli meslek elemanlarının istihdamının sağlanmamasını ortaya koymaktadır. Danışmanlık birim hizmetlerinin psikososyal ihtiyaçlara dönüşümün sağlanması için tek bir meslek grubunun hizmet sunumuyla değil, multidisipliner bir ekip ile oluşturulması gereklidir. Bu nedenle yükseköğretim psikososyal danışmanlık birimlerinde profesyonel hizmet sağlamak adına psikolog, sosyal hizmet uzmanı, psikolojik danışman ve psikiyatrist istihdamının artırılması önemli bulunmaktadır.

Çalışma kapsamında öğrencilerin sosyal ilişkilerini değerlendirme düzeyleriyle psikolojik iyi oluş ve sosyal destek düzeylerinin anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Bu bağlamda psikososyal danışmanlık ve psikoterapi hizmetlerinin yalnızca bireysel hizmet sağlamayarak aynı zamanda üniversite öğrencilerini ortak temada buluşturacak grup danışmanlığı, grup psikoterapisi ve gruplarla sosyal çalışma uygulamalarının da sağlanması üniversite öğrencilerinin sosyal destek kaynaklarını arttırma ve psikolojik iyi oluşlarını etkileyebilecek müdahale uygulamaları olacaktır.

Aynı zamanda yükseköğretim kurumları çerçevesinde öğrencilerin ruh sağlığı okuryazarlığının arttırılarak, eğitim sistemlerinde sosyal desteğin stres ile başa çıkmaya yönelik etkisi ve psikolojik iyi oluş konularında psikoeğitimlerin ve güçlendirici koruyucu çalışmalarının yaygınlaştırılması bireylere yönelik pozitif psikoloji

bakış açısıyla fayda sağlayacağı savunulabilir. Yükseköğretim kurumlarında gençlerin akran dayanışması sağlayabileceği, birçok anlamda sosyalleşmelerini gerçekleştirebilecekleri öğrenci toplulukları ve kulüpleriyle paydaş olarak bir araya gelinerek öğrencilerin ruh sağlığı ve psikolojik iyi oluşlarını ve arkadaş gruplarından algılanan sosyal desteği arttırıcı ortak faaliyetlerin yürütülmesi faydalı görülmektedir. Bu faaliyetler çerçevesinde öğrencilerin akademik süreçlerinde karşı karşıya kalabildikleri depresif süreçler, kaygı durumları ve kendilerine yönelik zarar verme davranışlarına karşın başvurabilecekleri kaynaklar ve bu kaynakların yeni baş etme becerileri kazanmaya ilişkin işlevlerine yönelik bilgilendirici toplantıların oluşturulması sağlanabilir. Pakrosnis ve Cepukiene (2015) yükseköğretim danışmanlık birimlerinin erişilebilirlik anlamında yetersiz olması nedeniyle üniversite öğrencilerine yönelik video materyali, kitap, bilgisayar ve öz bildirim çalışma envanterleriyle kendine yardım uygulamalarının sağlanabileceğini vurgulamaktadır.

Aynı zamanda gençlerin ihtiyaç duydukları noktada psikolojik iyi oluşlarını destekleyebilecek ruh sağlığı hizmeti alabileceği yerel kurumlar yaygınlaştırılarak, bu kurumların niteliğinin yalnızca psikolojik danışmanlık çerçevesine sığdırılmayarak, sosyal faktörlerin de etkisinin göz ardı edilemeyecek nitelikte kurumlar olmasına özen gösterilmesine ihtiyaç vardır. Yerel yönetimler, sivil toplum oluşumları ve yükseköğretim kurumlarının ortaklaşa faaliyetleriyle gençlerin psikolojik iyi oluşlarını arttırıcı ve birçok anlamda faydalanabilecekleri kaynakların oluşturulabilmesi önemli görülmektedir. Bu anlamda yerel düzeyde gençlik merkezlerinin yaygınlaştırılarak genç nüfusun kaynaklarının sosyal politikalar çerçevesinde arttırılması öğrencilerin birçok anlamda refahını arttırabilecek düzeyde uygulamalar olabilecektir. Zubaroğlu-Yanardağ (2016) tarafından sosyal politika uygulamaları açısından Türkiye’de çocuk, kadın ve yaşlılara yönelik verilen hizmetlere benzer biçimde gençlere yönelik hizmetlerin de geliştirilmesinin ve gençlerin refah düzeyini arttırıcı spesifik “Gençlik Politikası” sunumu önemli bir ihtiyaç olarak değerlendirilmiştir.

Çalışmanın bulgularıyla elde edilen bir sonuç olarak kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden aile kaynağından daha yüksek düzeyde sosyal destek algılamalarına bağlı olarak, toplumsal cinsiyete dayalı farklılaşma nedeniyle erkek bireylerin sosyal destek ihtiyacının vurgulanması ve sosyal destek kaynaklarının arttırılabilmesine yönelik toplumsal cinsiyet, toplumsal bilinçlenme ve farkındalık gelişiminin sağlanmasının etkili olabileceği söylenebilir.

Çalışma kapsamında elde edilen bir başka sonuç da gelir durumunu değerlendirme düzeylerinin aile tarafından algılanan destek düzeyi açısından farklılık göstermesidir. Bu çerçevede ailelere ve öğrencilere yönelik sunulan sosyal politikaların ekonomik boyutunun daha da güçlendirilmesinin sosyal desteği arttırabileceği söylenebilir.

Son olarak Türkiye, Anadolu bölgelerinde birçok üniversite bulunduran bir ülkedir. Bu bölgelerdeki birçok hizmetin büyük şehirlerdeki sunulan hizmetlerden daha zayıf düzeyde olduğu görülmektedir. Bu durumdan

bu bölgelerde eğitim sürdüren üniversite öğrencileri de etkilenecek yoksunluk yaşayabilmektedirler. Bu nedenle Yükseköğretim Kurumu'nun bu bölgelerdeki üniversite öğrencilerinin psikososyal ihtiyaçlarına yönelik ayrıca faaliyetler geliştirmesi gerekmektedir.

Yaşamın ilerleyen süreçlerini sosyal açıdan birçok anlamda etkileyici düzeyde olan üniversite eğitim döneminde, genç yetişkinlerin akademik ihtiyaçlarının yanında psikososyal gereksinimlerine de duyarlı bir sosyal politikalar sunumu, ülkelerin gelişmişlik ve refah düzeyini birçok boyutuyla etkileyebilecek bir çıktıdır.

Araştırmaya İlişkin Etik Bilgiler

Araştırmanın etik açıdan uygunluğun sağlanabilmesi adına Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul Başkanlığı'nın (Karar No: GO 2022/663, Tarih: 11.05.2022, Toplantı No: 2022/05) yazılı onayı alınmıştır. Veri toplama aşamasında çalışmanın örneklemini oluşturan katılımcılara bilgilendirilmiş onam sağlanarak gönüllülük esasıyla katılım sağlanmıştır. Veriler gizlilik esasına göre toplanarak işlenmiştir.

Kaynakça

- Aydın, A., Kahraman, N. ve Hiçdurmaz, D. (2017). Determining the perceived social support and psychological well-being levels of nursing students. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(1), 40-47.
- Aydınoğmuş, A. ve Yılmaz, M. (2018). Sağlık alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin ruhsal durumları ile sosyal destekleri arasındaki ilişki. *Researcher: Social Science Studies*, 6(4), 28-47.
- Baran, M., Küçükakça, G. ve Gülsün, A. (2014). Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinde algılanan sosyal destek düzeyinin sigara kullanımını üzerine etkisi. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 15(1), 9-15.
- Bore, M., Pittolo, C., Kirby, D., Dluzewska, T. ve Marlin, S. (2016). Predictors of psychological distress and well-being in a sample of Australian undergraduate students. *Higher Education Research & Development*, 35(5), 869-880.
- Brannon, L., Feist, J. ve Updegraff, J. A. (2013). *Health psychology: An introduction to behavior and health*. Cengage: CA.
- Christensen, L. B., Johson, R. B. ve Turner, L. A. (2020). *Araştırma yöntemleri desen ve analiz*. (A. Alpay, Çev.) Ankara: Anı Yayıncılık.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59(8), 676-684.
- Cohen, S. ve Wills, T. A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11.
- Diener, E., E. ve Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Malden: Blackwell Publishing.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D.-w., Oishi, S. ve Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143-156.
- Dikmen, Y., Yılmaz, D. ve Yıldırım, Y. (2017). Hemşirelik öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile boyun eğici davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *European Journal of Therapeutics*, 23(1), 12-18.
- Eker, D., Arkar, H. ve Yıldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 17-25.
- Emadpoor, L., Lavasani, M. G. ve Shahcheraghi, S. M. (2015). Relationship between perceived social support and psychological well-being among students based on mediating role of academic motivation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(3), 284-290.
- Erkan, S., Özbay, Y., Cihangir, Z. Ç. ve Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 94-107.
- Gencer, N. (Çeviren) (2018). Öznel iyi oluş: Genel bir bakış. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 2621-2638.
- Gencer, N., Obuz, A. T. ve Babahanoğlu, R. (2021). Üniversite öğrencilerinde spiritüel iyi oluş ve toplumsal cinsiyet algısı. *Hitit İlahiyat Dergisi*, 20(2), 718-749.
- Göller, L. ve Gürbüz, F. (2022). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları ile üstbilişsel (metakognitif) düşünme ve ruminatif düşünceleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 4(1), 64-81.
- Heitzmann, C. A. ve Kaplan, R. M. (1988). Assessment of methods for measuring social support. *Health Psychology*, 7(1), 75-109.

- Holahan, C. J. ve Moos, R. H. (1982). Social support and adjustment: Predictive benefits of social climate indices. *American Journal of Community Psychology*, 10(4), 403-415.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137-164.
- İraz, R., Arıbaş, A. N. ve Özşahin, F. (2021). Algılanan Sosyal destek ve psikolojik iyi oluş ilişkisi: Üniversite Öğrencileri örneği. *Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 363-376.
- İşgör, İ. Y. (2017). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 6(1), 494-508.
- Kaplan, G. A., Shema, S. J. ve Leite, C. M. (2008). Socioeconomic determinants of psychological well-being: The role of income, income change, and income sources during the course of 29 years. *Annals of Epidemiology*, 18(7), 531-537.
- Kaşıkçı, M., Çoban, G. İ., Ünsal, A. ve Avşar, G. (2009). Üniversite son sınıf öğrencilerinde aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek ve benlik saygısı. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 17(3), 158-165.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D. ve Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Kim, O. (2001). Sex differences in social support, loneliness, and depression among Korean college students. *Psychological Reports*, 88(2), 521-526.
- Malkoç, A. ve Yalçın, İ. (2015). Relationships among resilience, social support, coping, and psychological well-being among university students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 35-43.
- Odgen, J. (2019). *Sağlık psikolojisi*. (G. Dirik, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Özen, Y. ve Gül, A. (2007). Sosyal ve eğitim bilimleri araştırmalarında evren örneklem sorunu. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi* (15), 394-422.
- Pakrosnis, R. ve Cepukiene, V. (2015). Solution-focused self-help for improving university students' well-being. *Innovations in Education and Teaching International*, 52(4), 437-447.
- Rani, K. (2016). Perceived social support and psychological well-being: Testing the unique association and gender differences among young working adults. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(2), 98-113.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. ve Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-27.
- Sarason, I. G. ve Sarason, B. R. (2009). Social support: Mapping the construct. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(1), 113-120.
- Sarı, E., Şanal, M. ve Kaya, C. (2019). Explaining social support and its effect on psychological well-being. *OPUS-International Journal of Society Researches*, 10(17), 1752-1761.
- Schraile, S. B. ve Dougher, M. J. (1985). Social support as a mediator of stress: Theoretical and empirical issues. *Clinical Psychology Review*, 5(6), 641-661.
- Seligman, M. E. (2001). Positive psychology, positive prevention and positive therapy. C. R. Snyder, ve S. J. Lopez (Ed.), *Handbook of Positive Psychology* (s. 3-9) içinde. New York: Oxford University Press.
- Shumaker, S. A. ve Brownell, A. (1984). Toward a theory of social support: Closing conceptual gaps. *Journal of Social Issues*, 40(4), 11-36.

- Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S. ve Jeswani, S. (2013). The relationship between social support and subjective well-being across age. *Social Indicators Research*, 117(2), 561-576.
- Tay, L., Kuykendall, L. ve Diener, E. (2016). Satisfaction and happiness – the bright side of quality of life. W. Glatzer, L. Camfield ve V. Møller (Ed.), *Global Handbook of Quality of Life* (s. 839–853) içinde. Springer.
- Taylor, S. E. (2018). *Health psychology*. New York: McGrawHill.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Ünsar, S., Kurt-Sadırlı, S., Demir, M. ve Erol, Ö. (2009). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek düzeyleri ve etkileyen etmenler. *DEUHYO ED*, 1(1), 17-29.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678-691.
- WHO. (2020). *Governance*. Erişim tarihi: 01 Haziran 2022, https://apps.who.int/gb/bd/pdf_files/BD_49th-en.pdf
- Yalçın, İ. (2015). İyi oluş ve sosyal destek arasındaki ilişkiler: Türkiye’de yapılmış çalışmaların meta analizi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(1), 21-32.
- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S. (2004). *Spss uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yılmaz, E., Yılmaz, E. ve Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18(2), 71-79.
- Zimet, G., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. ve Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.
- Zubaroglu-Yanardağ, M. (2016). Çözüm odaklı kısa terapiye dayalı bireylerle sosyal hizmet müdahalesinin üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve stres düzeylerine etkisi. *(Yayınlanmamış Doktora Tezi)*. Ankara Üniversitesi.
- Zubaroglu-Yanardağ, M. (2017). Üniversite öğrencilerinde pozitif - negatif duygu ve sosyal desteğin incelenmesi: Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(22), 728-294.