



**Psikolojik Sağlamlık ve Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkiye
Yönelik Bir Alan Araştırması***

***A Field Study on the Relationship Between Psychological Resilience and
Achievement Motivation***

Volkan UÇAR¹, Gökhan CEYLAN², Bora BALUN³

Özet

Çalışma, Türkiye'deki bir devlet üniversitesinde lisans düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin beklenti ve değerleri ile başarıya yönelik inançlarını kapsayan başarı motivasyonları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın katılımcı grubu, kolayda örnekleme yöntemi ile çalışmaya dahil edilen 484 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak anket tekniği kullanılmıştır. Anket formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcıları tanımlayıcı dört soru, ikinci bölümde psikolojik sağlamlık ve başarı motivasyonu ölçeklerinde yer alan sorulara yer verilmiştir. Elde edilen veriler, SPSS programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Araştırmada, katılımcıların psikolojik sağlamlık ve başarı motivasyonları cinsiyetleri, yaşları, okudukları alan ve sınıfları açısından dikkate alındığında anlamlı düzeyde farklılık arz ettiğini göstermektedir. Ayrıca, katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeylerinin başarı motivasyonlarını, dersle ilgili beklentilerini ve başarıya yönelik inançlarını pozitif yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Psikolojik sağlamlık, Başarı motivasyonu, Üniversite, Öğrenci

Abstract

The study was conducted to examine the effect of psychological resilience levels on achievement motivation, expectations and values, and beliefs about achievement of undergraduate students at a state university in Turkey. The participant group of 484 university students who were included in the study by convenience sampling method. Questionnaire technique was used as a data collection tool. The questionnaire form consists of two parts. In the first part, four descriptive questions were asked to the participants, and in the second part, the questions in the psychological resilience and achievement motivation scales were included. The data obtained were analysed through SPSS software. In the study, it was determined that the psychological resilience and achievement motivation of the participants differed significantly in terms of their gender, age, field of study and grade. In addition, it was determined that the psychological resilience levels of the participants positively affected their achievement motivation, their expectations about the course and their beliefs about success.

Keywords: Psychological resilience, Achievement motivation, University, Student

^{1,2,3}Karabük Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, Karabük

ORCID:

V.U.: 0009-0009-7679-8403

G.C.: 0009-0000-8212-002X

B.B.: 0000-0002-4933-2271

Corresponding Author:

Bora BALUN

Email:

borabalun@karabuk.edu.tr

Citation: Uçar, V., Ceylan G. ve Balun, B. (2024). Psikolojik sağlamlık ve başarı motivasyonu arasındaki ilişkiye yönelik bir alan araştırması. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 14 (3), 344-355.

Submitted: 08.08.2024

Accepted: 16.09.2024

1. GİRİŞ

Uzun süreli etkilere neden olan sosyal ve psikolojik problemler karşısında güçlü kalabilme, başarılı olabilme ve hayata yeniden uyum sağlayabilme yeteneği oldukça önemlidir. Psikolojide bir kişinin kötü bir olaya veya strese yönelik kişisel kapasitesi direnç, esneklik, sağlık veya dayanıklılık olgusuyla açıklanmaktadır. Dayanıklılık, zorluklarla başa çıkma zorlukların üstesinden gelme yeteneğidir. Dayanıklılık, stresi sınırlamazken, sorunları tek başına ortadan kaldırmamaktadır. Ancak yaşanan zorlu durumla sağlıklı bir yüzleşme ve bu durumla başa çıkmaya yardımcı olurken aynı zamanda daha dirençli bir hareket motivasyonu yaratmaktadır (Çetin ve Anuk, 2020).

Stres yaratan olayların algılanmasında ve değerlendirmesinde, psikolojik sağlık düzeyi yüksek ve güçlü bireylerin olaylara daha iyimser baktıkları ve zorluklar karşısında pozitif düşünme eğiliminde oldukları görülmektedir. Bu özelliklere ve yapıya sahip insanların yaşadıkları olayları öğrenme sürecinin bir parçası şeklinde değerlendirdikleri belirtilmektedir. Dolayısıyla olaylardan pozitif bir anlam çıkarma çabası, dayanıklılığın tanımlanmasında kullanılan bir özelliğe dönüşmektedir (Saltık ve Kızıllırmak, 2020). Problemlerle kaçınılmaz bir gerçeklikle yüzleşilmesi durumunda, problemlerle durumdan güçlenerek çıkmak önemlidir. Bu noktada psikolojik dayanıklılık, stresin neden olduğu olumsuz sonuçları azaltan ve uyumu kolaylaştıran bir olguya dönüşebilmektedir (Basım ve Çetin, 2011; Yöndem ve Bahtiyar, 2016).

Stres ve olumsuz durumlar karşısında başa çıkma stratejileri bireysel düzeyde farklılıklar arz edebilmektedir. Bu noktada önemli olan, bireyin karşılaştığı olaylara yüklediği anlam ve bu olaylar karşısında ne tür davranışlar geliştirdiğidir. Bireyin sahip olduğu tepkinin türü yeteri kadar güçlü ve alternatiflere sahipse, olaylarla başa çıkması daha olası görünmektedir (Yağmur ve Türkmen, 2017). Bilişsel ve akademik özellikler açısından bu özelliklere sahip bireylerin, başarı motivasyonunun yüksek; geleceği düşünme ve planlama yetilerine sahip oldukları ifade edilmektedir. Nitekim psikolojik sağlık düzeyi yüksek bireyler, stresli ve travmatik olaylar karşısında diğer bireylere oranla daha güçlü bir tavır geliştiren, içsel yüklemeleri dışsal yüklemelerden yüksek bireylerdir. Dolayısıyla psikolojik sağlık, bireylerin sosyal problem karşısında daha kolay baş edebilmelerine yardımcı olan, bilişsel, duygusal ve sosyal özellikleri içerisinde barındıran ve sahip olunması avantaj yaratan bir özelliktir (Çapan ve Arıcıoğlu, 2014).

Lisans düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin başarı motivasyonları, beklenti ve değerleri ile başarıya yönelik inançları üzerindeki etkisinin incelendiği çalışma beş bölümden oluşmaktadır. Giriş bölümünde, çalışmaya dair genel bir perspektif sunulmuş, kavramsal çerçevenin ele alındığı ikinci bölümde psikolojik sağlık ve motivasyon kavramları ele alınmıştır. Üçüncü bölümde araştırmanın yöntemine dair bilgilere, dördüncü bölümde ise bulgulara yer verilmiştir. Sonuç ve değerlendirme bölümünde araştırmadan elde edilen çıkarımlar ve öneriler tartışılmıştır.

2. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ve MOTİVASYON

İnsanlar gelişim sürecinde birçok stres unsuruyla karşılaşmakta, yaşam döngüsünde farklı değişikliklere uyum sağlamaya çabalamaktadır. Bu süreçte insanların sahip olduğu bazı özellikler uyum çabalarını kolaylaştırmaktadır. Pozitif psikoloji bağlamında ele alınan psikolojik sağlık, insanların uyum sağlamalarını kolaylaştıran faktörler arasında yer almaktadır (Çapan ve Arıcıoğlu, 2014: 70). 1970'lerde bir grup psikoloğun öncülüğünde geliştirilen psikolojik sağlık olgusu, çevresel ve genetik etmenlerle bağlantılı şekilde psikopatolojinin ve dayanıklılığın sorgulanmaya başlamasına paralel gelişim göstermiş bir kavramdır (Topcu ve Demircioğlu, 2020: 127). Söz konusu kavram, olumsuz koşulların üstesinden başarıyla gelebilme ve çevresel şartlara uyum sağlayabilme yeteneği şeklinde tanımlanmaktadır (Öz ve Yılmaz, 2009: 89). Psikolojik

sağlamlık davranışsal ve sosyal beceriler olmak üzere iki önemli bileşenden oluşmaktadır (Akduman vd., 2018: 769). Travmaya bağlı psikolojik bozuklukların gelişimine karşı koruyucu bir işleve sahiptir ve işlevselliği gözlemleyen araştırmaların artışıyla ilgi görmeye başlamıştır (Arıcı ve Artan, 2022: 131).

Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek bireylerin problemler karşısında daha güçlü bir tavır sergiledikleri, kararlarında ise daha nesnel ölçütlerle davrandıkları ve diğer bireylere oranla daha pozitif ve doğru kararlar aldıkları sonucuna ulaşılmıştır (Lotfi ve Erkoç, 2021: 413). Bu doğrultuda gerçekleştirilen araştırmalar, yalnızlık, benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir. Örneğin, benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık değişkenlerinin üniversite öğrencilerinde yalnızlığı yordadığı tespit edilmiştir (Kararınak ve Güloğlu, 2010: 73; Aydın ve Egemberdiyeva, 2018: 47). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın, cinsiyet, aile ve arkadaş gibi çevreden algılanan sosyal destek ve hayata yüklenen anlam noktasında yordandığı; psikolojik sağlamlığın belirli bir oranda bu değişkenlerle açıklandığı görülmektedir ve başarı açısından önemli bir role sahip olduğu belirtilmektedir (Eker vd., 2020: 1192).

Motivasyon ise insanların önceden belirlenmiş bir hedefe varmak üzere kendi istek ve arzularıyla hareket etme sürecidir (Ünsar vd., 2010: 248). Başarı motivasyonunun, kişiden kişiye veya toplumdaki topluma farklılık gösterebileceği belirtilmektedir. Motivasyon, tek başına başarıyla ilgili davranışlara dair belirli yönde bir etkiye sahip değildir. Bireyin inançları, başarıya dair hedefleri şekillendiren önemli bir etmendir (Alparslan vd., 2017: 137). Başarı motivasyonu (güdü) ise "bir işi ustaca yapma, mükemmel olarak başarma, engellerin üstesinden gelme, diğerlerinden daha iyi yapma" şeklinde tanımlanmaktadır (Özgün vd., 2017: 85).

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın amacı ve önemi

Araştırmanın amacı, Türkiye'deki bir devlet üniversitesinde lisans düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin başarı motivasyonları, beklenti ve değerleri ile başarıya yönelik inançları üzerindeki etkisini incelemektir. Bununla birlikte araştırmadan elde edilen bilgilerin, psikolojik sağlamlık ve başarı arasındaki ilişkinin incelendiği literatüre katkı sunacağı düşünülmektedir. Nitekim psikolojik sağlamlığın başarı üzerindeki etkisinin, özellikle eğitim bağlamında daha fazla araştırılması gerekmektedir. Araştırma, bu alandaki bilgilerin zenginleştirilmesine ve psikolojik sağlamlık programlarının ve müdahalelerinin geliştirilmesine katkıyı hedeflemektedir. Ayrıca, araştırma bulgularının, öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarını geliştirmeye yönelik müdahaleler aracılığıyla akademik başarının nasıl artırabileceği noktasında yeni bilgiler sağlamaya yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

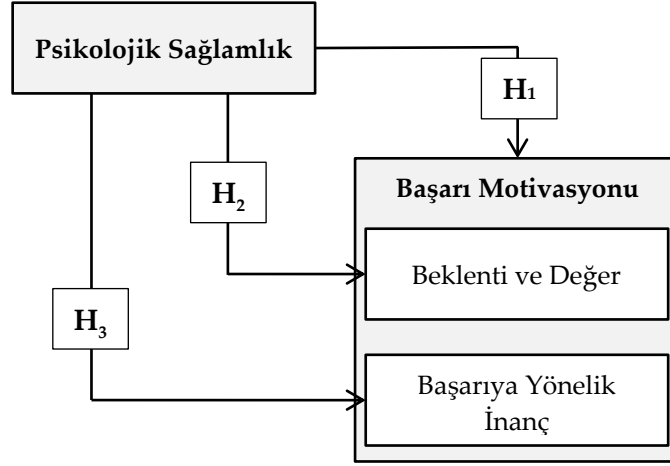
3.2. Araştırmanın evren ve örnekleme

Araştırmanın evreni, Türkiye'deki bir devlet üniversitesinde lisans düzeyinde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmanın gerçekleştirildiği dönemde ilgili devlet Üniversitesinde lisans düzeyinde eğitim gören öğrenci sayısı 27 bin 753'tür (Yükseköğretim Bilgi Yönetim Sistemi, 2024). Öğrencilerin tamamına ulaşmak mümkün olmadığından dolayı örneklem yoluna gidilmiştir. Bu çerçevede tesadüfi olmayan örneklem yöntemlerinden kolayda örnekleme yönteminin çalışmanın doğasına uygun olacağı değerlendirilmiştir. Örneklem yöntemine karar verildikten sonraki aşamada örnekleme alınacak birimler belirlenmiştir. Literatürde, örneklem büyüklüğüne karar vermek için çeşitli yöntemler geliştirilmiştir. Bu çalışmada, Krejcie ve Morgan'ın 1970 yılında geliştirdikleri örneklem büyüklüğü tablosu dikkate alınmış ve örneklem hacmine karar verilmiştir. Tabloda, 20.000-30.000 kişilik bir evrende $\alpha=0.05$ anlamlılık ve $\pm\%5$ hata payına göre ulaşılması gereken örneklem sayısının 378 kişi olması gerektiği belirtilmiştir (Yamane,

2001: 116-117; Davis ve Cosenza, 1998: 28). Fakat çalışma sonuçlarının daha güvenilir ve genellenebilir olması amacıyla çalışmaya 484 öğrencinin katılımı sağlanmıştır.

3.3. Araştırmanın modeli ve hipotezleri

Literatürde nitel, nicel ve karma yöntemlerle yürütülen araştırmalara dair pek çok model geliştirilmiştir. Çalışmada, incelenen değişkenler veya olgular dikkate alınmak suretiyle ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Bilindiği üzere ilişkisel tarama modeli, incelenen değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkisinin nasıl geliştiğinin anlaşılmasına yardımcı olmaktadır (Kırcaali-İftar, 1999: 8). Bu bağlamda geliştirilen araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri Şekil.1'deki modelde gösterilmiştir.



Şekil 1. Araştırmanın Modeli

Çalışmanın amacı kapsamında öngörülen hipotezler şu şekilde belirlenmiştir:

- H₁: Öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyi başarı motivasyonlarını pozitif yönde etkilemektedir.
- H₂: Öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyi beklenti ve değerlerini pozitif yönde etkilemektedir.
- H₃: Öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyi başarıya yönelik inançlarını pozitif yönde etkilemektedir.

3.4. Veri toplama yöntemi

Araştırma verilerini toplamak amacıyla yüz yüze anket tekniği tercih edilmiştir. Anket formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde öğrencileri tanımlayıcı dört adet soru, ikinci bölümde psikolojik sağlık ve başarı motivasyonu ölçeklerinde yer alan sorular yer almıştır. Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama çalışması Doğan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek tek boyut ve 6 maddeden oluşmaktadır. Yazar DFA sonucunda, uyum ölçeğin iyilik indekslerini ($X^2/sd=1,83$, $NFI=0,99$, $NNFI=0,99$, $CFI=0,99$, $IFI=0,99$, $RFI=0,97$, $GFI=0,99$, $AGFI=0,96$, $RMSEA=0,05$, $SRMR=0,03$) kabul edilir düzeyde bulmuştur. Başarı Motivasyonu Ölçeği ise Sarıtepeci (2018) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 9 madde ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. Yazar, uyum iyiliği değerlerini sırasıyla; $X^2/sd=2,51$, $RMSEA=0,08$, $GFI=0,95$, $CFI=0,97$, $NFI=0,96$, $NNFI=0,96$, $IFI=0,97$ ve $AGFI=0,91$ olarak bulmuştur. Araştırmada kullanılan ölçek ifadeleri 5'li Likertle puanlandırılmıştır.

3.5. Verilerin analizi

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizinde, SPSS-22 istatistik paket programından yararlanılmıştır. Nicel verilerin analizinde kullanılmış olan ölçüm araçlarının standart olup olmadıkları ya da daha sonraki araştırmalarda da uygun bilgileri üretme yeteneğine

sahip olup olmadıklarına karar vermek için ölçüm araçlarının “yapısal geçerlik” ve “güvenirlik” gibi iki özelliğine bakılması büyük önem taşımaktadır (Ercan ve Kan, 2004: 211). Araştırmada kullanılan ölçeklerin daha önce Doğrulayıcı Faktör Analizi yapıldığından dolayı bu çalışmada yapısal geçerliğin test edilmesinde sadece Açıklayıcı Faktör Analizi kullanılmıştır. Ölçek güvenilirliği için çoğunlukla Cronbach’s Alpha katsayılarına bakılmaktadır. Katsayılarının ne anlama geldiğine karar vermek için ise “güvenilir değil ($0.00 \leq \alpha < 0.40$), güvenilirlik düşük ($0.41 \leq \alpha < 0.60$), oldukça güvenilir ($0.61 \leq \alpha < 0.80$), güvenilirlik yüksek ($0.81 \leq \alpha < 1.00$)” değer aralıklarına bakılmaktadır (Kalaycı, 2010: 405). Yapısal geçerlik ve güvenilirlikle ilgili sonuçlar Tablo.3 ve Tablo.4’te paylaşılmıştır. Analizlerin diğer aşamalarına geçmeden önce verilerin parametrik test koşullarını sağlayıp sağlamadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Literatürde basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1,5-+1,5 değer aralıkları arasında olması gerektiği ifade edilmekte olup (Tabachnick ve Fidell, 2013), normallik testinden elde edilen sonuçlar Tablo.1’de yer almaktadır.

Tablo 1. Normallik Testine İlişkin Bulgular

Boyutlar	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik Sağlık	-0,008	-1,172
Başarı Motivasyonu	0,105	-1,099

Elde edilen verilerin parametrik test koşullarını sağladığı tespit edildikten sonra parametrik testler yapılmasına karar verilmiştir. Bu çerçevede, farklılık analizleri için Independent Sample T testi ve ANOVA testi kullanılmıştır. Farklılık analizlerinden sonra öğrencilerin psikolojik sağlık ve başarı motivasyonları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. İlişkinin test edilmesinde Pearson Korelasyon testi yapılmıştır. Pearson korelasyon katsayısı, -1 ve +1 arasında değer almakta olup, katsayı +1’e yaklaştıkça değişkenler arasındaki ilişki pozitif ve güçlü, -1’e yaklaştıkça ilişki negatif ve güçlüdür (Nakip, 2013: 439). Değişkenler arasındaki ilişkinin düzeyinde “çok zayıf (0,00-0,25), zayıf (0,26-0,49), orta (0,50-0,69), yüksek (0,70-0,89), çok yüksek (0,90-1,00)” değer aralıkları dikkate alınmıştır (Kalaycı, 2010: 116). Hipotezleri test etmek amacıyla basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

4. BULGULAR

Araştırmaya toplam 484 lisans öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin %39,3’ü kadın ve %60,7’si erkektir. Öğrencilerin %58,1’i 18-22 yaşları arasında, %41,9’u 22 yaşın üzerindedir. Öğrencilerin %49,8’i sosyal bilimler, %16,9’u fen bilimleri ve %33,3’ü sağlık bilimleri alanında okumaktadır. Öğrencilerin %25,8’i birinci sınıf, %38,2’si ikinci sınıf, %22,1’i üçüncü sınıf, %13,8’i de dördüncü sınıf öğrencisidir.

Tablo 2. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Cinsiyet	n	%
Kadın	190	39,3
Erkek	294	60,7
Yaş	n	%
18-22 Yaş	281	58,1
22 Yaş Üstü	203	41,9
Bölüm	n	%
Sosyal Bilimler	241	49,8
Fen Bilimleri	82	16,9
Sağlık Bilimleri	161	33,3
Sınıf	n	%
Birinci Sınıf	125	25,8
İkinci Sınıf	185	38,2
Üçüncü Sınıf	107	22,1
Dördüncü Sınıf	67	13,8
Genel Toplam	484	100

4.1. Ölçklere ait geçerlik ve güvenilirlik sonuçları

Katılımcılardan toplanan veriler doğrultusunda, psikolojik sağlık ölçeğine AFA uygulanmıştır. Sonuçlar, KMO değerinin $0,908 \geq 0,60$ ve Barlett küresellik testinin $p < 0,01$ oranında anlamlı çıktığını göstermektedir. Bu çerçevede 6 madde için 484 öğrenciden toplanan verilerin faktör analizi için uygun olduğu tespit edilmiştir. Ölçek tek faktörlü bir yapı göstermektedir ve %77,084 oranında varyansa sahiptir. Bu değer; ≥ 55 olmasından dolayı (Scherer vd., 1988) toplanan verilerin psikolojik sağlamlığı belirleyecek nitelikte olduğu söylenebilir. Ölçeğin faktör yük değerlerinin $\geq 0,35$ (Çokluk vd., 2016) olmasına dikkat edilmiştir. Buna göre faktör yük değerlerinin kabul edilir düzeyde ($0,869-0,901$) olduğu görülmüştür. Psikolojik sağlık ölçeği ile ilgili verilerin güvenilirliği $\alpha=0,940$ olarak bulunmuştur. Bu değer $\geq 0,70$ kuralına göre yüksek güvenilirlikte çıkmıştır (Akgül ve Çevik, 2003).

Tablo 3. Psikolojik Sağlık Ölçeği ile İlgili Geçerlik ve Güvenirlik Sonuçları

Boyutlar	Maddeler	Faktör Yüğü	α
Psikolojik Sağlık	P5	0,901	0,940
	P4	0,879	
	P6	0,876	
	P2	0,872	
	P1	0,870	
	P3	0,869	
Toplam Varyans Açıklama Oranı		77,084	
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)		0,908	
Bartlett testi: χ^2	2494,609	0,000	

AFA sonucuna göre KMO değeri $p < 0,01$ oranında anlamlı bulunmuş olup, verilerin AFA şartını sağlayacak yeterlilikte olduğu belirlenmiştir. Ölçek iki boyutlu bir yapı göstermektedir ve %78,143'lük varyans açıklama oranına sahiptir. Bu oran, $\geq 0,55$ (Yaşlıoğlu, 2017) şartını sağlamakla birlikte, toplanan verilerin başarı motivasyonunu ortaya koyacak nitelikte olduğu söylenebilir. Ölçek faktör yük değerleri $\geq 0,35$ (Tabachnick ve Fidell, 2013) olarak tespit edilmiş olup, faktör yük değerlerinin kabul edilir sınır üzerinde bulunmaktadır. Ayrıca ölçeğin güvenilirlik katsayısı $\geq 0,70$ olduğundan dolayı, yüksek düzeyde güvenilir olduğuna karar verilmiştir (Akgül ve Çevik, 2003).

Tablo 4. Başarı Motivasyonu Ölçeği ile İlgili Geçerlik ve Güvenirlik Sonuçları

Boyutlar	Maddeler	Faktör Yüğü	α
Beklenti ve Değer	B5	0,914	0,948
	B4	0,905	
	B6	0,885	
	B3	0,871	
	B1	0,863	
	B7	0,849	
	B2	0,823	
Başarıya Yönelik İnanç	B8	0,908	0,781
	B9	0,903	
Toplam Varyans Açıklama Oranı		78,143	
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)		0,893	0,898
Bartlett testi: χ^2		3544,121	0,000

4.2. Psikolojik sağlamlık ve başarı motivasyonuna yönelik bulgular

Analizlerin bu aşamasında, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ve başarı motivasyonlarını belirlemek için tanımlayıcı testlerden aritmetik ortalama değerleri hesaplanmıştır. Öğrencilerin psikolojik sağlamlık ve başarı motivasyonlarını yorumlamak için "1.00-1.80 = kesinlikle katılmıyorum; 1.81-2.60 = katılmıyorum; 2.61-3.40 = kısmen katılıyorum; 3.41-4.20 = katılıyorum ve 4.21-5.00 = kesinlikle katılıyorum" (Özdamar, 2001) değer aralıkları dikkate alınmıştır. Bu minvalde, öğrencilerin psikolojik yönden kısmen sağlam oldukları görülmektedir ($\bar{X}=3,02$). Derslerle ilgili olarak kısmen beklenti ($\bar{X}=2,85$) içinde olan öğrencilerin başarıya yönelik inançlarının ($\bar{X}=3,47$) tam olduğu görülebilmektedir. Ancak genel başarı motivasyonlarının ($\bar{X}=2,98$) orta düzeyde olduğu söylenebilir (Tablo.5)

Tablo 5. Aritmetik Ortalamalara İlişkin Sonuçlar

Değişkenler	n	Min.	Max.	\bar{X}	SS
Psikolojik Sağlamlık	484	1,00	5,00	3,024	1,268
Başarı Motivasyonu	484	1,00	5,00	2,989	1,007
Beklenti ve Değer	484	1,00	5,00	2,851	1,201
Başarıya Yönelik İnanç	484	1,00	5,00	3,470	1,164

4.3. Psikolojik sağlamlık ve başarı motivasyonuna ilişkin farklılık analizleri

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık ve başarı motivasyonları cinsiyetleri, yaşları, okudukları alan ve sınıfları açısından karşılaştırılmıştır. Bu kapsamda Independent Sample T testi ve One-Way ANOVA testi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetleri açısından psikolojik sağlamlık ($t=-2,217$; $p<0,05$) ve başarı motivasyonları ($t=-2,858$; $p<0,05$) anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Dolayısıyla erkek öğrencilerin kadın öğrencilere oranla hem psikolojik yönden sağlam oldukları hem de başarı motivasyonlarının yüksek olduğu belirlenmiştir (Tablo.6).

Tablo 6. Cinsiyete Göre Farklılık Analizi Sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	n	\bar{X}	SS	t	p
Psikolojik Sağlamlık	Kadın	190	2,866	1,249	-2,217	0,027*
	Erkek	294	3,126	1,272		
Başarı Motivasyonu	Kadın	190	2,830	,945	-2,858	0,004*
	Erkek	294	3,091	1,033		

* $p<0,05$

Öğrencilerin psikolojik sağlık ve başarı motivasyonları yaşlarına bağlı olarak değişkenlik göstermemektedir ($p>0,05$). Dolayısıyla hem 18-22 yaş hem de 22 yaşın üzerinde olan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri ve başarı motivasyonları birbirine yakın çıkmıştır (Tablo.7).

Tablo 7. Yaşa Göre Farklılık Analizi Sonuçları

Değişkenler	Yaş	n	X	SS	t	p
Psikolojik Sağlık	18-22 yaş	281	2,988	1,272	-0,741	0,459
	22 Yaş Üstü	203	3,074	1,265		
Başarı Motivasyonu	18-22 yaş	281	2,953	1,012	-0,918	0,359
	22 Yaş Üstü	203	3,038	1,000		

* $p<0,05$

Araştırmaya katılan öğrencilerin okudukları alanlara göre psikolojik sağlık düzeyleri anlamlı farklılık gösterirken ($F=4,435$; $p<0,05$); başarı motivasyonlarının birbirine yakın çıktığı görülebilmektedir ($p>0,05$). Tukey sonuçlarına göre; sosyal bilimler alanındaki herhangi bir bölümde okuyan öğrencilerin, sağlık bilimleri alanındaki herhangi bir bölümde okuyan öğrencilerden psikolojik yönden daha sağlam olduklarını söylemek mümkündür (Tablo.8).

Tablo 8. Okunan Alana Göre Farklılık Analizi Sonuçları

Değişken	Yaş	N	X	SS	F	p	Tukey
Psikolojik Sağlık	1. Sosyal Bilimler	241	3,168	1,289	4,435	0,012*	1>3
	2. Fen Bilimleri	82	3,063	1,313			
	3. Sağlık Bilimleri	161	2,788	1,185			
Başarı Motivasyonu	1. Sosyal Bilimler	241	3,047	1,024	1,096	0,335	-
	2. Fen Bilimleri	82	3,001	1,015			
	3. Sağlık Bilimleri	161	2,895	0,976			

* $p<0,05$

Araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik sağlık ($F=84,259$; $p<0,05$) ve başarı motivasyonları ($F=33,622$; $p<0,05$) okudukları sınıflar açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Tukey sonuçlarına göre, sınıf arttıkça öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin ve başarı motivasyonlarının da arttığı görülebilmektedir (Tablo.9).

Tablo 9. Öğrenim Düzeyine Göre Farklılık Analizi Sonuçları

Değişken	Sınıf	N	X	SS	F	p	Tukey
Psikolojik Sağlık	1. Birinci Sınıf	125	2,294	0,492	84,259	0,000*	2>1
	2. İkinci Sınıf	185	2,668	1,498			3>1,2
	3. Üçüncü Sınıf	107	3,565	0,547			4>1,2
	4. Dördüncü Sınıf	67	4,505	0,720			4>3
Başarı Motivasyonu	1. Birinci Sınıf	125	2,495	0,457	33,622	0,000*	2>1
	2. İkinci Sınıf	185	2,821	1,225			3>1,2
	3. Üçüncü Sınıf	107	3,508	0,430			4>1,2
	4. Dördüncü Sınıf	67	3,542	1,121			

* $p<0,05$

4.4. Psikolojik sağlamlığın başarı motivasyonu üzerindeki etkisi

Araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyleri, başarı motivasyonlarını %63,9 oranında etkilemektedir. Başka bir ifadeyle, öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinde meydana gelen bir birimlik artış, başarı motivasyonlarını $\beta=0,800$ birim artırmaktadır. Buna göre; "H₁: Öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyi başarı motivasyonlarını pozitif yönde etkilemektedir" hipotezi kabul edilmiştir (Tablo.10).

Tablo 10. Psikolojik Sağlamlığın Başarı Motivasyonu Üzerindeki Etkisi

Model	B	Std. Hata	Beta	t	p
Sabit	1,068	0,071		15,010	0,000*
Psikolojik Sağlamlık	0,635	0,022	0,800	29,253	0,000*
R			0,800		
R ²			0,640		
Düzeltilmiş R ²			0,639		
Standart Hata			0,605		
F			855,738		0,000*

*p<0,05

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri, dersle ilgili beklentilerini %66,5 oranında şekillendirmektedir. Bu sonuç, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinde meydana gelen bir birimlik artış, dersle ilgili beklentilerini $\beta=0,818$ birim arttırdığını göstermektedir. Buna göre; “H₂: Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyi beklenti ve değerlerini pozitif yönde etkilemektedir” hipotezi kabul edilmiştir (Tablo.11).

Tablo 11. Psikolojik Sağlamlığın Dersle İlgili Beklenti Üzerindeki Etkisi

Model	B	Std. Hata	Beta	t	p
Sabit	1,514	0,082		6,283	0,000*
Psikolojik Sağlamlık	0,773	0,025	0,816	31,014	0,000*
R			0,816		
R ²			0,666		
Düzeltilmiş R ²			0,665		
Standart Hata			0,694		
F			961,852		0,000*

*p<0,05

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri başarıya yönelik inançlarını %2,5 oranında etkilemektedir. Nitekim öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinde meydana gelen bir birimlik artış, başarıya yönelik inançlarını $\beta=0,165$ birim artırmaktadır. Buna göre; “H₃: Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyi başarıya yönelik inançlarını pozitif yönde etkilemektedir” hipotezi kabul edilmiştir (Tablo.12).

Tablo 12. Psikolojik Sağlamlığın Başarıya Yönelik İnanç Üzerindeki Etkisi

Model	B	Std. Hata	Beta	t	p
Sabit	3,011	0,135		22,261	0,000*
Psikolojik Sağlamlık	0,152	0,041	0,165	3,683	0,000*
R			0,165		
R ²			0,027		
Düzeltilmiş R ²			0,025		
Standart Hata			1,149		
F			13,568		0,000*

*p<0,05

SONUÇ ve DEĞERLENDİRME

Bu çalışmada, Türkiye'deki bir devlet üniversitesinde lisans düzeyinde öğrenim gören 484 öğrencinin katılımıyla, psikolojik sağlamlığın başarı motivasyonu üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmanın bulguları psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan öğrencilerin, başarı motivasyonlarının da yüksek olduğunu göstermiştir. Ayrıca psikolojik sağlamlık düzeyinin,

öğrencilerin dersle ilgili beklentilerini ve başarıya yönelik inançlarını da olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgular, literatürdeki önceki çalışmalarla tutarlılık göstermektedir. Örneğin; Lotfi ve Erkoç (2021) tarafından yapılan bir çalışmada psikolojik sağlık ile başarı motivasyonu arasında pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur. Güloğlu ve Kararımak, (2010) ve Eker vd., (2020) tarafından yapılan başka çalışmalarda ise psikolojik sağlamlığın, öğrencilerin akademik başarılarını da yordadığı gösterilmiştir.

Çalışmada, öğrencilerin psikolojik sağlık ve başarı motivasyonları cinsiyetleri, yaşları, okudukları alan ve sınıfları açısından karşılaştırılmıştır. Bu kapsamda erkek öğrencilerin kadın öğrencilere oranla hem psikolojik yönden daha dirençli oldukları hem de başarı motivasyonlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin okudukları alanlara göre psikolojik sağlık düzeyleri anlamlı düzeyde farklılık gösterirken, başarı motivasyonları birbirine yakın çıkmıştır. Örneğin sosyal bilimlerle ilgili bir bölümde okuyan öğrencilerin, sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerden psikolojik yönden daha dirençli oldukları söylenebilir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik sağlık ve başarı motivasyonları okudukları sınıflar açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermekte olup, bir üst sınıfa yükseldikçe öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin ve başarı motivasyonlarının da arttığı görülmüştür.

Çalışmada, öğrencilerin psikolojik sağlık düzeyinin başarı motivasyonlarını, dersle ilgili beklentilerini ve başarıya yönelik inançlarını pozitif yönde etkilediği tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, başarı için gerekli olan unsurlardan birinin psikolojik sağlık olduğunu göstermektedir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. En önemlisi, çalışmanın sadece belirli bir devlet üniversitesindeki öğrencilerle sınırlı olmasıdır. Bu nedenle, bulguların tüm Türkiye'deki lisans öğrencilerine genellenebilirliği sınırlıdır. Bir diğer sınırlılık ise araştırmanın sadece nicel bir yöntem esas alınarak yürütülmüş olmasıdır. Nitel araştırma yöntemlerinin de kullanılmasıyla, psikolojik sağlık ve başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin daha derinlemesine anlaşılması mümkün olabilir.

Bu çalışmanın bulguları, eğitimciler ve danışmanlar için önemli birtakım çıkarımlar sunmaktadır. Öğrencilerin başarı motivasyonlarını yükseltmek için psikolojik sağlamlıklarını geliştirmeye yönelik çalışmaların faydalı olabileceği düşünülmektedir. Bu amaçla, okullarda psikolojik sağlık becerilerini geliştirmeye yönelik eğitim programları düzenlenebilir.

Geleceğe yönelik araştırmalarda, farklı öğrenci grupları üzerinde ve farklı araştırma yöntemleriyle (örneğin karma yöntem) psikolojik sağlık ve başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi önerilmektedir. Ayrıca, psikolojik sağlık ve başarı motivasyonunu etkileyen diğer faktörlerinde araştırma konusu yapılabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akduman, G., Karahan, G., & Solmaz, M. S. (2018). İletişim becerileri üstünde empati ve psikolojik sağlamlığın etkisi. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(4), 765-775.
- Akgül, A. & Çevik, O. (2003). *İstatistiksel analiz teknikleri*, SPSS'te işletme yönetimi uygulamaları. Ankara: Emek Ofset Ltd. Şti.
- Alparslan, A. M., Yastoğlu, S., & Taş, M. A. (2017). Bireysel ve sosyal başarı motivasyonunu açıklayan temel değerler: Bir alan araştırması. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2), 133-151.

- Arıcı, A., & Artan, T. (2022). Psikolojik sağlamlığın gelişiminde aracı bir değişken olarak öz anlayış. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 6(2), 131-142.
- Aydın, M. & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Basım, H. N. & Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Çapan, E., B. & Arıcıoğlu, A. (2014). Psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak affedicilik. *e-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 70-82.
- Çetin, C. & Anuk, Ö. (2020). Covid-19 pandemi sürecinde yalnızlık ve psikolojik dayanıklılık: Bir kamu üniversitesi öğrencileri örnelemi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, (Covid-19 Özel Sayısı 2), 170-189.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. & Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Davis, D. & Cosenza, R. M. (1998) *Business Research for decision making*. Boston: Pws-Kent Publishing Company.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Eker, H., Taş, İ. & Anlı, G. (2020). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile yaşamın anlamı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(39), 1182-1199.
- Ercan, İ. & Kan, İ. (2004). Ölçeklerde güvenilirlik ve geçerlik. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 30(3), 211-216.
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım, 5. Baskı.
- Kararırmak, Ö. & Güloğlu, B. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-83.
- Kırcaali-İftar, G. (1999). *Bilim ve araştırma*. Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri, Ed.; A. A. Bir, ss.1-10, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını No: 1081.
- Krejcie, R., V. & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610.
- Lotfi, S. & Erkoç, B. (2021). Sosyal hizmet öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin etik ikilem karşısında tutumlarına etkisinin tespit edilmesine yönelik bir araştırma. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 11(2), 411-416.
- Nakip, M. (2013). *Pazarlama Araştırmalarına Giriş (SPSS Uygulamalı)*. Ankara: Seçkin Yayıncılık, Dördüncü Baskı.
- Öz, P., D., F. & Yılmaz, U., H., E., B. (2009). Ruh Sağlığının korunmasında önemli bir kavram: psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özdamar, K. (2001). *SPSS ile biyoistatistik*, 4. Basım, Eskişehir: Kaan Kitabevi.
- Özgün, A., Yaşartürk, F., Ayhan, B. & Bozkuş, T. (2017). Hentbolcuların spora özgü başarı motivasyonu ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3 (Special Issue 2), 83-94.
- Saltık, Z. & Kızıllırmak, İ. (2020). Profesyonel turist rehberlerinde stres yönetimi ve psikolojik dayanıklılığın ölçülmesi. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 17(1), 53-70.
- Sarıtepeci, M. (2018). Beklenti-değer teorisini temel alan başarı motivasyonu ölçeğini uyarlama çalışması. *Uluslararası Eğitim Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 4(1), 28-40.

Psikolojik Sağlamlık ve Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bir Alan Araştırması

- Scherer, R. F., Wiebe, F. A., Luther, D. C. & Adams, J. S. (1988). Dimensionality of coping: Factor stability using the ways of coping questionnaire. *Psychological Reports*, 62(3), 763-770.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. USA: Pearson Education Limited.
- Topcu, Z. & Demircioğlu, H. (2020). Ekolojik sistemler perspektifinden psikolojik sağlamlık. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi (GPD)*, 1(2), 125-147.
- Ünsar, S., İnan, A. & Yürük, P. (2010). Çalışma hayatında motivasyon ve kişiyi motive eden faktörler: Bir alan araştırması. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(1), 248-262.
- Yağmur, T. & Türkmen, N. S. (2017). Ruhsal hastalığı olan hastalara bakım veren aile üyelerinde algılanan stres ve psikolojik dayanıklılık. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 542-548.
- Yamane, T. (2001) *Temel örnekleme yöntemleri*, Çev. A. Esin, M. A. Bakır, C. Aydın ve E. Gürbüzsel. İstanbul: Literatür Yayıncılık.
- Yaşloğlu, M., M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46 (Özel Sayı), 74-85.
- Yöndem, Z., D. & Bahtiyar, M. (2016). Ergenlerde psikolojik dayanıklılık ve stresle başetme. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 45, 53-62.
- Yükseköğretim Bilgi Yönetim Sistemi. (2024). Öğrenci istatistikleri. Erişim adresi: <https://istatistik.yok.gov.tr/>, [Erişim tarihi: 01.02.2024].