



**HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOLOJİK İYİ
OLUŞ İLE RUH SAĞLIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİLERDE
PSİKOLOJİK SERMAYENİN ARACI ROLÜ**

Sevilay SÖNMEZ
Psikiyatri Hemşireliği Ana Bilim Dalı

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Eda AY

Yüksek Lisans Tezi-2024



SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
Graduate School of Health Sciences

**HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ İLE RUH
SAĞLIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİLERDE PSİKOLOJİK SERMAYENİN
ARACI ROLÜ**

Sevilay SÖNMEZ

**Psikiyatri Hemşireliği Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi**

**Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Eda AY**

**ERZURUM
2024**

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	I
TEŞEKKÜR	IV
ÖZET	V
ABSTRACT.....	VII
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	IX
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	X
TABLolar DİZİNİ	XIX
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER.....	5
2.1. İyi Oluş Kavramı	5
2.2. Psikolojik İyi Oluş Kavramı	5
2.2.1. Psikolojik İyi Oluş Modeli.....	6
2.2.2. Psikolojik İyi Oluşta Alt Boyutlar	7
2.2.3. Psikolojik İyi Olmayı Etkileyen Faktörler.....	8
2.2.4. Hemşirelik Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Psikolojik İyi Oluşun Önemi. 10	
2.3. Ruh Sağlığı Kavramı	12
2.3.1. Ruh Sağlığını Etkileyen Değişkenler.....	13
2.3.1. Pozitif Psikoloji ve Ruh Sağlığı İlişkisi	16
2.4. Psikolojik Sermaye	18
2.4.1. Psikolojik Sermaye Kavramının Bileşenleri.....	20
3. MATERYAL VE METOD.....	24
3.1. Araştırmanın Amacı	24
3.2. Araştırmanın Türü.....	23
3.3. Araştırmanın Modeli	24

3.4. Araştırmanın Hipotezleri.....	25
3.5. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	25
3.6. Araştırmaya Alınma Kriterleri	26
3.7. Araştırmadan Çıkarılma Kriterleri	26
3.8. Veri Toplama Araçları ve Özellikleri	26
3.8.1. Kişisel Bilgi Formu	26
3.8.2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	26
3.8.3. Genel Sağlık Anketi-12.....	27
3.8.4. Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği	28
3.9. Verilerin Toplanması	29
3.10. Verilerin Değerlendirilmesi.....	29
3.11. Araştırmanın Etik Yönü	30
3.12. Araştırmanın Sınırlılıkları	30
4. BULGULAR.....	31
5. TARTIŞMA	40
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	53
KAYNAKLAR.....	55
EKLER	75
EK-1. Etik Bildirim ve İntihal Beyan Formu.....	75
EK-2. Etik Kurul Onay Formu	76
Ek-3. Kurum İzinleri	78
EK-4. Kişisel Bilgi Formu	81
Ek-5. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği.....	82
Ek-6. Genel Sağlık Anketi-12.....	83
Ek-7. Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği	84



TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca bana bilgisi ve deneyimleriyle her zaman destek olan ve öğrencisi olduğum için kendimi hep şanslı hissedeceğim, ihtiyaç duyduğum anlarda bir pusula gibi yol gösteren çok kıymetli ve değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Eda AY'a emekleri, paylaşımları ve rehberliği için bütün kalbimle teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecimde bilgileriyle bana ışık tutan, akademik gelişime katkıda bulunan, gerek deneyimlerini gerek bilgilerini paylaşmaktan kaçınmayan değerli hocalarım Prof. Dr. Sibel ASİ KARAKAŞ'a, Doç. Dr. Özlem ŞAHİN ALTUN'a, Doç. Dr. Hatice DURMAZ'a, Dr.Öğr. Üyesi Kübra GÖKALP'e ve Dr. Öğr. Üyesi Mine EKİNCİ'ye,

Yüksek lisans sürecim boyunca her zaman yanımda bulunan ve desteklerini esirgemeyen kıymetli yüksek lisans arkadaşlarıma ve iş arkadaşlarıma,

Araştırmamın uygulanması için izin veren Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi yönetimine ve araştırmama katılmayı kabul eden gelecekteki tüm meslektaşlarıma,

Eğitim hayatım boyunca benden destek ve yardımlarını esirgemeyen, beni en güzel şekilde yetiştiren, varlıklarını her zaman hissettiren,varlıklarıyla güç bulduğum değerli anneme vebabama,

Süreç boyunca beni yalnız bırakmayan, tez çalışmamı hazırlarken her aşamada bana yardımcı olan, bu çalışma sırasında moral motivasyonunu üzerimden eksik etmeyen, şefkati, anlayışı, sevgisi ile en büyük destekçim olan, manevi desteğini her an yanımda hissettiğim yol arkadaşım sevgili eşime,

Ve her zaman yanımda olan, varlıklarını ve desteklerini hissettiğim bana destek olan tüm aileme,

Sonsuz teşekkür ederim, iyi ki varsınız.

Sevilay SÖNMEZ

ÖZET

Hemşirelik Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkilerde Psikolojik Sermayenin Aracı Rolü

Amaç: Bu çalışma hemşirelik öğrencilerinde psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkide psikolojik sermayenin aracı rolünün araştırılması amacıyla yapılmıştır.

Materyal ve Metot: Tanımlayıcı, kesitsel türde, ilişki arayan ve yapısal eşitlik modeli kullanılarak gerçekleştirilen araştırmanın örneklemini, Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi'nde öğrenim gören toplam 943 öğrenci oluşturdu. Araştırma verileri “Kişisel Bilgi Formu”, “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği”(PIOÖ), “Genel Sağlık Anketi”(GSA) ve “Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği”(PSAÖ) kullanılarak toplanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler ve Pearson Korelasyon analizi için IBM SPSS 25 programı ve aracılık etkisini incelemek amacıyla kurulan yapısal eşitlik modeli için ise LISREL programı kullanılmıştır.

Bulgular: Ölçekler arasında yapılan korelasyon analizinde öğrencilerin ruh sağlığı düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları ($r:-0.458$; $p=0.001<0.05$) ve öğrencilerin ruh sağlığı düzeyleri ile psikolojik sermaye düzeyleri arasında ($r:-0.504$; $p=0.001<0.05$) negatif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca öğrencilerin psikolojik sermayeleri ile psikolojik iyi oluşları arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki vardır($r:0.617$; $p=0.001<0.05$).

Sonuç: Araştırma sonucunda hemşirelik öğrencilerinin ruh sağlığı sorunları açısından orta düzeyde riskli grupta yer aldıkları, psikolojik iyi oluş düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğu ve psikolojik sermaye düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Psikolojik iyi oluşun ve psikolojik sermayenin genel ruh sağlığı üzerinde orta düzeyde negatif bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Bu durum öğrencilerin psikolojik iyi oluş ve psikolojik sermaye düzeyleri arttığında ruh sağlığına yönelik sorunlarının orta düzeyde azaldığını göstermektedir. Ayrıca öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri arttığında psikolojik sermaye düzeylerinin de orta düzeyde arttığı bulunmuştur. Bu çalışma sonucunda, psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkide psikolojik sermayenin aracı rolü ile ilgili kurulmuş olan modelin geçerli olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Hemşirelik öğrencileri, psikiyatri hemşireliği, psikolojik iyi oluş, psikolojik sermaye, ruh sağlığı

ABSTRACT

The Mediating Role of Psychological Capital in Relations Between Psychological Well-Being and Mental Health Among Nursing Students

Aim: This study was conducted to investigate the mediating role of psychological capital in the relationship between psychological well-being and mental health in nursing students.

Material and Method: The sample of the descriptive, cross-sectional, relationship-seeking and structural equation modeling study was composed of 943 students studying at Atatürk University Faculty of Nursing. The research data were collected using the "Personal Information Form", "Psychological Well-Being Scale" (PWS), "General Health Questionnaire" (GSA) and "Psychological Capital Perception Scale" (PSCFS). In the statistical evaluation of the data obtained in the study, IBM SPSS 25 program was used for descriptive statistics and Pearson Correlation analysis, and LISREL program was used for the structural equation model established to examine the mediation effect.

Findings: In the correlation analysis between the scales, it was found that there was a negative moderate relationship between the students' mental health levels and psychological well-being ($r: -0.458; p=0.001<0.05$) and between the students' mental health levels and psychological capital levels ($r: -0.504; p=0.001<0.05$). In addition, there was a positive moderate relationship between the students' psychological capital and psychological well-being ($r: 0.617; p=0.001<0.05$).

Conclusion: As a result of the research, it was seen that nursing students were in the moderate risk group in terms of mental health problems, their psychological well-being levels were above average and their psychological capital levels were high. It was found that psychological well-being and psychological capital had a moderate negative effect on general mental health. This situation shows that when the psychological well-being and psychological capital levels of the students increased, their mental health problems decreased moderately. It was also found that when the psychological well-being levels of the students increased, their psychological capital levels also increased moderately. As a result of this study, it was determined that the model established regarding the mediating role of psychological capital in the relationship between psychological well-being and mental health was valid.

Keywords: Mental health, nursing students, psychiatric nursing, psychological capital, psychological well-being

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

APD	: Amerikan Psikiyatri Birliği
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
GSA-12	:Genel Sağlık Anketi
PİÖÖ	: Psikolojik İyi Oluş Ölçeği
PSAÖ	: Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği
YEM	: Yapısal eşitlik modeli



ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil No

Sayfa No

Şekil 2.1. Psikolojik iyi oluşun boyutları	7
Şekil 2.2. Psikolojik sermayenin boyutları	21
Şekil 3.1. Araştırmanın aracı rolünün belirlenmesi için kurulan model.....	24
Şekil 3.2. Araştırma modeli	25
Şekil 4.1. Araştırmanın birinci hipotezinin standartlaştırılmış parametre tahminlerine ait path diyagramı	34
Şekil 4.2. Araştırmanın İkinci Modelinin Standartlaştırılmış Parametre Tahminlerine Ait Path Diyagramı	36
Şekil 4.3. Aracı rolüne ait path diyagramı.....	38

TABLÖLAR DİZİNİ

<u>Tablo No</u>	<u>Sayfa No</u>
Tablo 4.1. Katılımcıların demografik özelliklerine ait bulgular.....	31
Tablo 4.2. Verilerin dağılımı ve ölçüm araçlarına ait betimsel bulgular	32
Tablo 4.3. Korelasyon analizine ilişkin bulgular.....	33
Tablo 4.4. Psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı üzerindeki etkisine ait model sonuçları.....	35
Tablo 4.5. Araştırmanın ikinci ve üçüncü hipotezlerine ait sonuçları.....	37
Tablo 4.6. Araştırmanın aracılık hipotezine ait etki katsayıları.....	39

1. GİRİŞ

Gençlik dönemi, bireyin sosyal, duygusal, cinsel ve akademik alanlarda önemli değişimler yaşadığı, kimlik ve bağımsızlık arayışlarının yoğunlaştığı, ekonomik ve toplumsal sorunlarla karşı karşıya kaldığı çelişkilerle dolu bir dönemdir. Üniversite eğitime başlayan gençler, bu dönemde hem kişisel gelişim süreçlerini tamamlamaya çalışırken hem de üniversite yaşamının getirdiği akademik yük, sosyal uyum ve bağımsızlık gibi konularda zorluklarla karşılaşır. Bu nedenle, üniversite gençliğinin fiziksel sağlığı kadar ruhsal sağlığının da korunması, bu dönemin sağlıklı ve verimli bir şekilde geçirilebilmesi için büyük önem taşımaktadır (Kaya ve ark., 2007; Topkaya ve Meydan, 2013). Hayatlarında bir geçiş dönemine giren ve yeni bir ortama adapte olma çabası içerisinde olan üniversite öğrencileri aileden ayrı olma, yeni bir çevrede bulunma ve arkadaş sahibi olma, tek başına kalma korkusu, maddi zorluklar, yurt/ ev yaşamına uyum sağlama, gelecekteki mesleği ve çalışma yaşamı gibi sorunlarla karşı karşıya kalırlar (Koç ve Sağlam, 2009).

Hemşirelik öğrencileri de her üniversite öğrencisi gibi, hem gençlerin karşılaştığı sorunlarla mücadele etmeye çalışıp hem de sağlık alanında öğrenci olmanın verdiği zorluklarla da başa çıkmak durumundadır (Yüksel ve Demirkıran, 2019). Hemşirelik eğitimi, teorik ve klinik uygulama bileşenlerinin yanında birden fazla sayıda stres yaratan durumları barındırmaktadır (Egelioğlu ve ark., 2019). Sağlıkla ilgili alanda çalışan meslek üyeleri diğer meslek gruplarına göre daha fazla iş yükü ve strese maruz kalırlar. Bu nedenle, psikolojik açıdan daha güçlü olmaları gerekmektedir (Kaynak ve Öztuna, 2020). Hastaların tedavi sürecini başından sonuna kadar yakından izleyen ve takip edenlerin başında hemşireler gelmektedir. Ayrıca hemşireler, hem hastalarla hem de hastaların yakınlarıyla sürekli iletişim halinde olduklarından dolayı önemli bir rol oynarlar (Karacaoğlu ve Köktaş, 2016). Bu süreç içerisinde hemşirelerin psikolojik olarak

iyi durumda olmaları hem bireysel hem de mesleki anlamda çok önemlidir (Özçetin ve ark., 2019).

Toplumun ve bireylerin ruh ve beden sağlığını korumak ve geliştirmek, insanların yaşamlarını iyileştirmek ve üstün yeteneklerini keşfedip ilerletmek ruh sağlığı alanında oldukça önemli bir rol oynayan psikiyatri hemşireliğinin temelini oluşturan önemli ana bileşenlerdir. Bu doğrultu da öğrencilerin, bireylerin gereksinimlerini ve sorunlarını fark etmesini, bunları anlamlandırmasını ve sorun çözme becerileri kazanmasını sağlamak önemlidir (Sunnqvist ve diğ., 2016). Bugünün hemşirelik öğrencileri, sağlık hizmetlerinin geliştirilmesi noktasında önemli bir role sahip olacak, geleceğin sağlık hizmeti sağlayıcıları ve sağlık geliştiricileri olarak görev alacaklardır (Mak ve ark., 2018). Hemşireler sağlık hizmetlerinde sağlığın korunması ve sürdürülmesi için çok önemli rollere sahiptir, geleceğin hemşire adaylarının ileride bu rollerini yerine getirebilmesi için ilk olarak kendilerinin ruhsal ve fiziksel olarak iyi olmalarını sağlayacak sağlıklı bir yaşam biçimine sahip olmaları gerekmektedir (Karaca ve Aslan, 2019).

Hemşirelik öğrencileri karşılaştıkları çeşitli sorunlarla mücadele ederken bir yandan da gelecekteki mesleklerinin getirmiş olduğu uygulama alanında hata yapma korkusu, kendilerini hazır hissetmeme durumu, farklı hasta profilleri ve klinik ortam gibi zorluklarla öğrencilik zamanlarında karşılaşmakta ve bu zor durumların üstesinden gelmeye çalışmaktadırlar (Aydın ve ark., 2017; Güngörmüş ve ark., 2015). Bu gibi durumlarda öğrenciler, başa çıkma mekanizmalarını yitirebilir, kendilerini yetersiz ve çaresiz hissedebilir ve sonuç olarak fiziksel ve psikolojik sağlık sorunlarıyla karşılaşabilirler. Bu geçiş sürecinde öğrencilerin psikolojik iyi oluşunu korumak ve geliştirmek için, kendilerini tanımalarına, olumlu bir benlik algısı oluşturmalarına ve etkili sorun çözme becerileri kazanmalarına yardımcı olacak koruyucu ruh sağlığı uygulamalarına ihtiyaç vardır (Abbasi ve ark., 2021; Kaya ve ark., 2021; Tunç ve ark.,

2020). Hemşirelik öğrencilerinin fiziksel ve ruhsal sağlıklarını koruyabilmeleri için, bu zorlu süreçlerde psikolojik olarak iyi olmaları önemlidir(Gizir, 2007).

Psikolojik iyi oluş, kişinin kendisini gözlemleyip güçlü ve zayıf yönlerinin farkında olması ve zorluklar ile karşılaştığında bu zorlukları dayanıklılığını artıran deneyimler olarak görmesi ve kendi içinde var olan gücü ortaya çıkarmak için çabalaması ile ilgilidir. Dış şartlar, iyi oluşumuz üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Psikolojik iyi oluş davranışlarımız ve tutumlarımızın daha fazla etkisi olduğunu vurgulayarak bireyi yaşam standartlarını arttırmak için ön sıraya koymaktadır. İnsanların hayatta karşı karşıya kaldıkları durumlarla baş edebilmelerinden ve bireysel olarak gelişimlerinden söz etmektedir (Huppert, 2009). Ryff (2013) tarafından olumlu, olumsuz duygular çerçevesinde dengeli olma olarak tanımlanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ise, psikolojik iyi oluşu, bireyin kendi yeteneklerinin farkında olarak bunları yaşamında kullanabilmesi, karşılaştığı zorlukların üstesinden gelebilmesi, iş yaşamında başarılı ve verimli olabilmesi ve topluma olumlu katkı sağlaması olarak tanımlamaktadır (WHO, 2004). Aynı zamanda psikolojik iyi oluşun korunmasında veya geliştirilmesinde bireyin psikolojik sermayesi önemli bir faktör olabilmektedir (Bozkurt, 2023).

Psikolojik sermaye bireylerin olumlu yönlerinin nasıl ortaya çıkarıldığı ve bu yönlerin nasıl geliştirileceğiyle ilişkili olarak eğitim ya da deneyim ile değişebilen özelliklerin bütünü olarak tanımlanmaktadır (Oruç ve Kutanis, 2015). En iyi olma ve gelecekte ne olacağımız ile ilgili kim olduğumuzdan öte bir kavramdır (Luthans ve ark., 2010). Psikolojik sermaye, bireyin sahip olduğu öz-yeterlilik, umut, iyimserlik ve dayanıklılık gibi özelliklerin bir araya gelmesiyle oluşan ve bu özelliklerin toplamından daha büyük bir anlam ifade eden bir kavramdır (Oruç ve Kutanis, 2014). İnsanları daha dirençli, uyumlu, geleceğe dair iyimser ve yeteneklerine güvenen bir hale getirmektedir. (Turliuc ve Candel 2021) Psikolojik sermaye çalışmalarının çoğu kurumsal çalışanlara

yönelik yapılmış olup çok azı akademik ortamdaki öğrencilerin psikolojik sermayelerini incelemiştir. Bunlardan birisi olarak psikolojik sermayenin hemşirelik öğrencilerinde olumsuz yaşam olayları ve okul uyumu arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiği (Liu ve ark., 2015) bulunmuştur. Başka bir çalışmada hemşirelik öğrencilerinin %50,7'sinin psikolojik sermayelerinin orta düzeyde olduğu, umudun en yüksek boyut olduğu ve yarısından fazlasının öğretim üyeleriyle yaşadıkları deneyimlerin en yüksek alan olduğu göz önüne alındığında yüksek düzeyde bağlılık yaşadıkları görülmüştür (Saleh ve ark., 2022). Ayrıca hemşirelerde psikolojik sermaye ile tükenmişlik arasında negatif, ruh sağlığı arasında pozitif ilişki olduğu aynı zamanda hemşirelerin iş stresi, tükenmişlik ve ruh sağlığı arasındaki ilişkide psikolojik sermayenin dolaylı bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur. (Asheghi ve ark., 2020)

Psikolojik sermaye ve psikolojik iyi oluş gibi koruyucu faktörlerin rolü, ruh sağlığının iyileştirilmesinde hayati önem arz etmektedir (Parviniannasab ve ark., 2022). Uluslararası ve ulusal çalışmalar incelendiğinde hemşirelik öğrencilerinde psikolojik sermaye ile manevi iyi oluşun incelendiği İran'da sadece bir çalışma yapıldığı (Parviniannasab ve ark., 2022), Türkiye'de ise hemşirelik öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun incelendiği tanımlayıcı çalışmaların olduğu, psikolojik sermayenin hemşirelerde incelendiği ancak hemşirelik öğrencilerinde incelendiği bir çalışmanın olmadığı görülmüştür. Hemşirelik öğrencilerinde daha inovatif girişimlerin yapılması için deneysel ya da model kullanımına ihtiyaç bulunmaktadır. Bu araştırma da ise model kullanıldığından sonuçlar genellenme açısından ya da hemşirelik adına girişimsel yapılacak deneysel çalışmalara yön verme açısından önemlidir. Bu nedenle bu araştırma literatürdeki bu boşluğu doldurmak amacıyla yapılmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. İyi Oluş Kavramı

İyi oluş, bireyin kendi yeteneklerinin farkında olması, bu yetenekleri kullanarak yaşamda başarılı olması, stresli durumlarla başa çıkabilmesi, olumlu duygular deneyimlemesi ve sosyal ilişkilerinde tatmin olması durumudur. Akıl sağlığının yerinde olması da iyi oluşun önemli bir göstergesidir. (Ryan ve Deci, 2001). Diener, iyi oluşu bireyin kendi yaşamına verdiği subjektif değerlendirme olarak görürken, Deci ve Ryan daha çok psikolojik deneyimlere odaklanır. İyi oluş, sadece mutluluktan ibaret değildir; mutlu olmak psikolojik olarak iyi olmak anlamına gelmemektedir. (Diener, 2000; Ryan ve Deci, 2001).

Psikoloji iyi oluş, öznel iyi oluş (hedonik) ve mutluluk (eudaimonic) olarak iki temel boyutta incelenmektedir (Nair ve ark., 2013; Keyes, 2002). Öznel iyi oluş, kişinin yaşamındaki olumlu ve olumsuz duyguları, yaşam doyumu ve genel olarak hayatına dair değerlendirmelerini kapsar. Bu, genellikle olumlu duyguların sıklığı, yaşamdan alınan zevk ve genel memnuniyet düzeyi ile ölçülür. Öznel iyi oluşta, bir deneyimin amacı veya anlamı yerine, o deneyimin kişiye ne kadar keyif verdiği önemlidir. Mutluluk, psikolojik iyi oluş hali olarak tanımlanır. Mutluluğun temel bileşenleri; hayatın anlamını kavrama, kişinin kendi gücünün farkında olması, kaderini belirleyebilme ve hedeflerine ulaşma çabasını içselleştirmesidir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen deneyimlerin amacı da büyük önem taşır (Robertson ve Cooper, 2009).

2.2. Psikolojik İyi Oluş Kavramı

Ruh sağlığı araştırmaları genellikle depresyon, stres gibi sorunlara odaklanırken, "mutluluk" bireylerin bu sorunlarla başa çıkmasında ve genel refahını artırmasında önemli bir rol oynayan pozitif bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Springer ve Hauser, 2006). Psikolojik iyi oluş, bireyin kendini geliştirmesine, potansiyelini en üst

düzeve çıkarmasına ve yaşamındaki zorluklarla daha sağlıklı bir şekilde başa çıkmasına olanak tanıyan bir durumdur (Kuyumcu, 2012). Psikolojik iyi oluş, bireyin fiziksel ve zihinsel sağlığını olumlu yönde etkileyen bir uyum yeteneğidir (Günay ve Çelik, 2019). Bu kavram, bireylerin yaşamlarındaki hedeflere ulaşabilmeleri için tutkulu ve otantik bir yaşam sürme, yaşamda anlam bulma, insanlarla olumlu ilişkiler kurma, neşe ve mutluluk gibi bilişsel, duygusal ve sosyal unsurlarla bağlantılıdır. Birçok araştırmacı, bu kavramı çok boyutlu bir psikolojik yapı olarak ele almıştır (Diener ve diğerleri, 2018; Schotanus-Dijkstra ve diğerleri, 2016; VanderWeele, 2017).

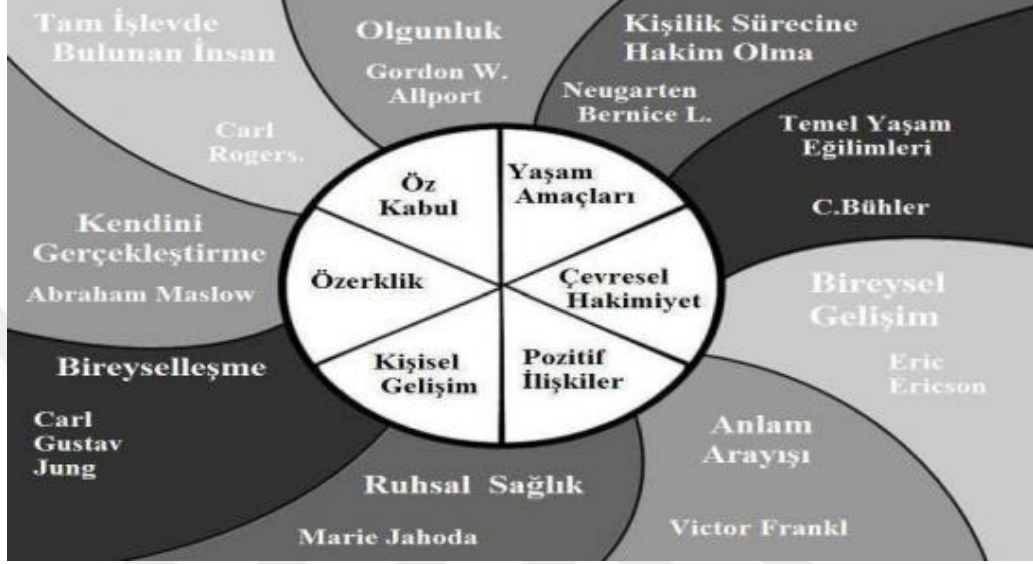
İyi olma kavramı pozitif psikolojinin önemli kavramlarından birisidir. Keyes ve arkadaşlarının da belirttiği gibi, iyi olma hali; mutluluk, yaşamdan memnuniyet, sürekli gelişim, hayata anlam katma, güçlü sosyal bağlar ve kendini kabul etme gibi çok boyutlu bir kavramdır (Keyes ve ark., 2002). Carol Ryff ve ark. ise, iyi olmayı, bireyin sahip olduğu tüm yetenek ve potansiyeli en iyi şekilde kullanması olarak tanımlar. Bu durum, kendini kabul etme, başkalarıyla sağlıklı ilişkiler kurma, özgürce karar verme, çevre üzerinde etkili olma, hayatta bir amaca sahip olma ve sürekli öğrenme ve gelişme gibi altı temel boyutu kapsar (Ryff ve ark., 2021).

Hefferon ve Boniwell (2018), gerçek mutluluğun sadece pozitif duyguları deneyimlemekle kalmayıp, aynı zamanda bu duyguları ifade etme ve yaşam amacımıza uygun eylemlerde bulunma ile mümkün olduğunu öne sürmektedir. Literatür incelendiğinde, Aristoteles'in insanlık için en büyük iyiliğin mutluluk, yani psikolojik iyi oluş, olduğunu belirttiği görülmektedir (Mason ve Tiberius 2009).

2.2.1. Psikolojik İyi Oluş Modeli

Psikolojik iyi oluş modeli, Carol Ryff tarafından, Maslow'un kendini gerçekleştirme, Rogers'ın tam işlevsel birey gibi kavramlarla birlikte, Birren, Jung, Neugarten, Alport, Jahoda ve Erikson gibi düşünürlerin insanın yaşam boyu gelişimi ve

ruh sağılığı üzerine yaptığı çalışmalardan esinlenerek oluşturulmuştur (Ryff, 1989). Carol Ryff ve Corey Keyes, psikolojik iyi oluş kavramını, özerklik, kişisel büyüme, öz-kabul, yaşam amacı, çevresel hâkimiyet ve olumlu ilişki olmak üzere altı temel boyut üzerinden ele almışlardır (Ryff ve Keyes,1995) (Şekil 2.1).



Şekil 2.1. Psikolojik iyi oluşun boyutları

2.2.2. Psikolojik İyi Oluşta Alt Boyutlar

Psikolojik iyi oluş ile ilgili çalışma yapan araştırmacılardan biri olan Ryff; psikolojik iyi oluş ile ilgili bir model ortaya atmıştır. Ortaya attığı bu modelde altı boyut bulunmaktadır. Bunlar; kişinin kendini kabul etmesi, yaşamın amacı olduğuna inanması, bir birey olarak gelişime açık olması, çevresiyle pozitif ilişkiler kurabilmesi, yaşamını ve çevresini yönetebilmesi, öz iradesinin olmasıdır (Ryff 2014; Ryff ve Keyes, 1995).

Kendini Kabul: Bireyin kendini her hali ile kabul etmesi, varlığını bilmesidir. Kendini kabul etmiş birey kendisi ve hayatı ile ilgili pozitif düşünebilen bireydir (Ryff 2014; Ryff ve Keyes, 1995).

Kişisel Gelişim: Bireyin içindeki potansiyeli bilerek kendini olumlu yönde geliştirmesi ve bunun için gerekli becerileri sağlayabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Ryff, 2014).

Özerklik: Özerklik, bireyin bağımlı olmayan ve güçlü bir iradeye sahip olması olarak tanımlanabilmektedir. Kişinin kendi belirlediği standartlar ile yaşaması çevrenin baskısı ile kolayca baş edebilmesi gerektiği öngörülmüştür. Özerk bir birey kendi karar alarak ve sonuçlarını kabullenerek hareket edebilmektedir (Ryff 2014; Ryff ve Keyes, 1995).

Çevresel Hakimiyet: Kişinin kendi psiko-sosyal ve fiziksel gereksinimlerine uyacak şekilde çevresine hakim olabilmesidir. Çevresine hakim olan bireyler günlük işlerini kendi istekleri doğrultusunda kontrol edebilmektedir (Ryff, 2014).

İnsanlarla Olumlu İlişki: Bireyin çevresindeki bireyler ile olumlu ilişki kurabilmesi hayattan zevk almasını arttırmaktadır. Diğer bireyleri anlayabilmek, samimi davranışlar sergilemek bireyin içinde sevgi olduğunun da göstergesi olarak kabul edilmiştir (Ryff ve Keyes,1995).

Hayatın Amacını Anlamak: Bireyin hayatın amacını ve neden var olduğunu anlaması, yaşamını olumlu etkilemekte ve onun daha sağlıklı birey olarak değerlendirilmesini sağlamaktadır (Ryff 2014, Ryff ve Keyes,1995).

2.2.3. Psikolojik İyi Olmayı Etkileyen Faktörler

Psikolojik iyi olmanın çeşitli faktörlerden etkilendiği ve bireyin psikolojik iyi olma düzeyinin çeşitli faktörlerin etkisiyle değişim gösterebileceği bilinmektedir. Bireyin kişilik özellikleri, sosyal destek düzeyi, sosyodemografik değişkenler, beden sağlığı, duygular, kurumsal, durumsal, çevresel ve ekonomik faktörler gibi etkenler psikolojik iyi oluşu etkileyen faktörler olarak değerlendirilmektedir(Austin, Saklofske ve Egan, 2005).

Literatür incelendiğinde, genç ve orta yaşlı bireylerin genel olarak daha yüksek bir psikolojik iyi oluş düzeyine sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, ileri yaşlardaki bireylerin kendilerini daha genç hissetmeleri, psikolojik iyi oluşlarını olumlu yönde etkilemektedir (Springer ve ark. 2011; Ward 2010; Saunders ve Kashubeck 2006).

Özgüven, özerklik, iyimserlik, zorluklarla başa çıkma becerisi, sosyal ilişkiler ve içsel denetim gibi kişisel özellikler, bireyin psikolojik iyi oluşunu olumlu yönde etkileyen önemli faktörlerdir (Carr 2016; Malinauskas ve Dumciene 2016; Ferguson ve Goodwin 2010). Nevrotiklik düzeyleri yüksek, içe kapanık, sorumluluk almakta veya uyum sağlamakta zorlanan kişilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri genellikle düşük olmaktadır. Bununla birlikte, psikolojik iyi oluşun zekayla doğrudan bir ilişkisi bulunmamaktadır. (Carr, 2016). Evli bireyler, bekar veya boşanmış kişilere kıyasla genellikle daha yüksek bir psikolojik iyi oluş düzeyine sahiptir. Evlilik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar, genellikle evli bireylerin eşleriyle paylaştıkları ekonomik kaynaklar ve duygusal destek sayesinde evlenmemiş kişilerle karşılaştırıldığında psikolojik iyi oluşlarının daha yüksek olma eğiliminde olduklarını ortaya koymaktadır (Kim ve McKenry, 2002; Tütüncü, 2012). Ayrıca, toplumsal eşitlik, gelişmişlik ve demokratiklik gibi faktörler psikolojik iyi oluşu olumlu yönde etkilerken, güzel hava, doğal ortamlar ve konforlu yaşam koşulları da iyi oluşu arttırmaktadır (Carr 2016).

Bireyin eğitim seviyesi ve çalışma durumu, iyi oluş üzerinde ılımlı bir etkiye sahiptir. Okul dönemindeki çocukların güçlü kişilik özellikleri, akış deneyimi, umut, iyimserlik, öz düzenleme, olumlu benlik kavramları, ustalık, yaratıcılık, empati ve olumlu akran ilişkileri, pozitif psikolojinin temel unsurlarını desteklemektedir (Ferguson ve Goodwin 2010). Dinlenme, rahatlama, güzel yemek ve eğlence etkinliklerinin kısa süreli pozitif etkileri vardır. Bireyin kendi sağlık durumu hakkındaki algısı, mutluluk düzeyi ile doğrudan ilişkilidir. Ancak, objektif sağlık ölçümleri ile mutluluk arasında net bir ilişki bulunamamıştır. (Carr 2016). Hedonik değirmen olarak adlandırılan hazlara alışma durumu, negatif sosyal karşılaştırmalar, kayıplar ve acı veren duygular gibi faktörler psikolojik iyi oluşu engelleyici etmenlerdir (Carr 2016).

2.2.4. Hemşirelik Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Psikolojik İyi Oluşun Önemi

Üniversite yaşamı, bireysel gelişimi desteklerken aynı zamanda çeşitli gelişimsel krizlere yol açabilmektedir. Bu krizlerin etkili bir şekilde yönetilememesi, bireyin biyo-psiko-sosyal bütünlüğünü tehdit etmektedir (Aydoğdu ve ark., 2012). Üniversite öğrencilerinin gelişimsel dönemlerinde yaşanan değişimler ve zorluklar, psikolojik iyi oluşlarını ve koşulsuz kendini kabul düzeylerini olumsuz yönde etkileyebilecek bir faktördür. Ergenliğin sonlarına doğru başlayan üniversite yaşamı, bireyin psikolojik iyi oluşu açısından değerlendirildiğinde, yetenek ve potansiyellerini keşfetmeye, yeni arkadaş gruplarına katılmaya ve kendisi için değerli olan kişilerle yakın ilişkiler kurmaya başladığı bir süreç olarak öne çıkmaktadır. Bireyin bu yeni gelişim sürecinde, gelişimsel rol ve sorumluluklarını yerine getirebilmesi, karşılaştığı problemlerin üstesinden gelebilmesi, problem çözme ve başa çıkma becerilerini kazanması, özerklik yolunda adımlar atabilmesi ve yaşam amaçları belirleyebilmesi için zaman zaman desteğe ihtiyaç duyması kaçınılmazdır (Aştı ve ark., 2005; Huang ve ark., 2018; Kaya ve ark., 2021; Tunç ve ark., 2020). Çünkü üniversite yaşamı bireyler için farklı deneyimler sunmasına rağmen, çoğu birey bu süreçte çeşitli zorluklarla karşılaşabilmektedir; bu zorluklar içselleştirildiğinde kronikleşerek ruhsal sorunların gelişmesi için zemin hazırlayabilmektedir (Faustino ve ark., 2020; Lee ve Kim, 2019; Tunç ve ark., 2020).

Sağlık çalışanları, diğer meslek gruplarına göre daha fazla iş yükü ve strese maruz kalırlar. Bu nedenle, psikolojik olarak daha güçlü olmalarını gerektirir (Kaynak ve Öztuna, 2020). Hastaların tedavi sürecini başından sonuna kadar yakından izleyen ve takip edenlerin başında hemşireler gelmektedir. Ayrıca hemşireler, hem hastalarla hem de hasta yakınlarıyla olan yakın etkileşimleri nedeniyle önemli bir rol üstlenirler (Karacaoğlu ve Köktaş, 2016). Bu süreçte hemşirelerin psikolojik olarak iyi olmaları, hem bireysel

hem de mesleki açıdan büyük önem taşır (Özçetin ve diğerleri, 2019). Hemşireler, hastaların 24 saat boyunca bakım ihtiyaçlarını karşılar ve onların ağrı, acı, tükenmişlik, ölüm kaygısı ve ruhsal problemler gibi deneyimlerinde destek olurlar. Bu bağlamda, hastalarla ve hasta yakınlarıyla olan etkileşimleri nedeniyle hemşireler önemli bir rol üstlenirler. Geleceğin hemşire adayları için psikolojik iyi oluş kavramı, hemşirelik mesleğinin zorlukları ve bu görevleri yerine getirirken üstlenilen iş yükü ve sorumluluklar dikkate alındığında büyük önem taşır. Hemşirelik öğrencileri, çeşitli problemlerle başa çıkmaya çalışırken, aynı zamanda hemşirelik mesleğinin getirdiği zorluklarla da karşılaşır. Bu zorluklar arasında uygulama alanındaki yanlış yapma korkusu, yetersizlik hissi, farklı hasta grupları ve klinik ortamlarla başa çıkma gibi durumlar bulunur ve öğrenciler bu zorlukları aşmaya çalışır (Aydın ve ark., 2017; Güngörmüş ve ark., 2015). Öğrenciler, bu gibi zorlu durumlarla başa çıkmakta zorlanabilir ve bu durum, fiziksel ve ruhsal sağlıklarını olumsuz etkileyerek kendilerini güçsüz ve çaresiz hissedebilmektedirler. Bu nedenle, hemşirelik öğrencilerinin bu zorluklarla başa çıkabilmeleri ve sağlıklarını koruyabilmeleri için psikolojik açıdan iyi olmaları büyük önem taşımaktadır (Gizir, 2007). Bu nedenle, öğrencilerin bu geçiş döneminde kendilerini ve yeteneklerini tanımaları, olumlu bir benlik algısı geliştirmeleri, sorun çözme becerileri kazanmaları ve psikolojik iyi oluşlarını sürdürebilmeleri için koruyucu ruh sağlığı uygulamalarına ihtiyaçları vardır (Abbasi ve ark., 2021; Kaya ve ark., 2021; Tunç ve ark., 2020).

Araştırmalar, psikolojik iyi oluşun hemşirelik öğrencilerinin ruh sağlığı ve kolej/üniversite yaşamına başarılı bir şekilde uyum sağlamaları için önemli olduğunu göstermiştir (Morales-Rodríguez ve ark., 2020; Zhou ve ark., 2022). Hemşirelik öğrencileri, karşılaşılan zorluklar nedeniyle diğer mesleklere göre psikolojik sıkıntıya karşı daha savunmasızdır (Morales-Rodríguez ve ark., 2020). Çin'de hemşirelik

öğrencilerinde anksiyete, depresyon ile anksiyete ve depresyonun bir arada görülmesinin yaygınlığı sırasıyla %55.0, %56.4 ve %31.6 olarak bulunmuştur (Zhu ve ark., 2021). Psikolojik iyi oluş ayrıca hemşirelik öğrencilerinin hemşirelik mesleğinde kalma kararlarını da etkilemektedir (Melnik ve ark., 2018). Özellikle COVID-19 sırasında hemşire işgücü eksikliği büyük bir küresel endişe kaynağı olmuştur (Lynch ve ark., 2021). Çinli hemşirelik öğrencilerinin yaklaşık yarısı (%49,1) bölüm değiştirmeyi planlamış ve neredeyse aynı sayıda öğrenci (%45,4) mezun olduktan sonra hemşire olmaya ilgi duymadıklarını söylemiştir (Lin ve ark., 2021). Geleceğin hemşire adaylarında psikolojik iyi oluş kavramı; hemşirelerin yerine getirdikleri görevlerin zorlukları ve bu görevleri yerine getirirken üstlendikleri iş yükleri, sorumlulukları göz önüne alındığında önemlidir (Çakmakçı, 2022).

2.3. Ruh Sağlığı Kavramı

DSÖ, ruh sağlığını “bireylerin kendi yeteneklerini fark ettiği ve stresle başa çıkabildiği bir iyilik hali” şeklinde belirtmektedir. Ruh sağlığının; “bireylerin işlevselliğini, üretkenliğini, toplum içindeki rollerini en verimli şekilde yerine getirmesi” tanımını en yaygın tanımlardan biridir. Bireylerin ruhsal ve sosyal iyilik halinin; topluma katkıda bulunmasına, toplumun değer yargılarını taşımasına, üretkenliğine ve yaşam kalitesine bağlı olduğu gösterilmektedir (Taycan ve Coşkun, 2020; WHO, 2022). Amerikan Psikiyatri Birliği'ne (APB) göre ruh sağlığı, yaşamın doğal bir parçası olan stresle başa çıkma, toplum içinde sağlıklı ilişkiler kurma ve duygusal-davranışsal açıdan dengeli bir yaşam sürme yeteneği ile yakından ilişkilidir (Özbaş ve Buzlu, 2011).

Ruh sağlığı, bireyin kendisini, çevresini ve toplumu anlamasına, onlarla sağlıklı ilişkiler kurmasına ve yaşamın zorluklarıyla başa çıkmasına olanak tanıyan bir durumdur. Ruh sağlığı, yaratıcı faaliyetlere katılmak, çevreleriyle sağlıklı ilişkiler kurmak, değişikliklere uyum sağlamak ve zorluklarla baş etmek gibi yetenekleri içermektedir.

Aynı zamanda bireyin hem içsel hem de dışsal stres kaynaklarına etkili bir şekilde uyum sağlayabilmesi, olumlu düşünce ve duyguları benimseyerek uygun davranışlar sergileyebilmesi ve bulunduğu toplumun kültürel normlarına uygun hareket edebilmesi de ruh sağlığının bir parçası olduğu belirtilmektedir(Taycan ve Coşkun, 2020; WHO, 2022). Ruh sağlığı bir hastalığın yokluğundan daha fazlası olarak ifade edilmektedir. Bireyin kendi becerilerini kullanarak elde ettiği ve bulunduğu topluluktan yararlanabildiği bir durum olarak ortaya çıkan iyilik hali olarak kavramsallaştırılmaktadır. Tanımlanması önemli olan diğer bir kavram, "genellikle anormal düşünceler, duygular, davranışlar ile karakterize edilen" çeşitli ruhsal sorunları kapsayan ruhsal bozukluklardır (Taycan ve Coşkun, 2020; WHO, 2022).

2.3.1. Ruh Sağlığını Etkileyen Değişkenler

Ruh sağlığı, biyolojik temelli (beyin yapısı, genetik yatkınlık) ve psiko-sosyal (çevresel faktörler, yaşam deneyimleri) olmak üzere iki farklı perspektifte ele alınan faktörlerden etkilenir. Organik etmenlerin ortaya çıktığı her durumda da psiko-sosyal durumun etkisinin olduğundan bahsedilmektedir. Örneğin; Alzheimer hastalığının, kişisel özelliklerle ilişkili olduğu bilinmektedir. Benzeri ruh sağlığı problemlerine ait semptomların ortaya çıkışında genetik yapının etkisi birincil kaynaktır ve bu durum organik sınıflandırmasında yer alır lakin birçok tanımlamada ruhsal sorunların varlığı psiko-sosyal etmenler üzerinden açıklanmaktadır. Bu durum ruhsal sorunlara sebep olabilecek değişkenlerin açıklanmasını zorunlu kılmaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2023; Tanrıverdi,2021).

- **Denge:** Doğal yaşamda yer alan her canlının kendi yaşamına endeksli ideal bir denge yakalama arayışı vardır. Bu dengenin oluşturulması ve sürekliliğinin sağlanması noktasında hem genetik altyapı hem de öğrenme yoluyla kazanılmış dürtü ve güdüler uyum içinde bir birliktelik sağlar.

Çevreyle uyum sağlama sürecinde yaşanan güçlükler, çeşitli ruhsal sorunların ortaya çıkmasına neden olabilir(Öztürk ve Uluşahin, 2023; Tanrıverdi, 2021).

- **Stres:** Dengenin sağlanması sürecine dış çevreden olumsuz etki yaratabilecek faktörler bu adı almaktadır. Bu etkiler, bireyin iç dengesiyle dış çevre arasındaki uyumu bozarak çeşitli sorunlara yol açar.Stres, psikolojik, biyolojik veya sosyolojik kaynaklı olabilir. Bireyin zorlayıcı durumlara karşı gösterdiği direnç ve uyum sağlama kapasitesi, stres toleransı olarak tanımlanır.Stresin şiddeti veya türü ne olursa olsun, bireyin denge durumunu koruyabilme kapasitesi, bu kavramla ifade edilir.Dayanıklılık düzeyi genetikle ilişkiliyken bireyin yaşam tecrübeleri de bu düzeyin gelişmesini sağlar (Öztürk ve Uluşahin, 2023; Tanrıverdi, 2021).
- **Yatkınlık:** Ruhsal sorunların ortaya çıkış hızı bireyden bireye farklılık gösterebilmektedir. Bireyin küçük yaşlarda karşılaşmış olduğu olumsuz davranış veya tutumların, gelecek yaşantısında bu bireyin ruhsal rahatsızlık yaşama ihtimalini artırması durumudur. Örneğin; çocukluğunda şiddete maruz kalmış bir bireyin ilerleyen dönemlerde şiddete meyilli olma ihtimali vardır ve bu bir ruhsal bozukluk olarak ele alınır (Öztürk ve Uluşahin, 2023; Tanrıverdi, 2021).

Ruh sağlığına dair kriterler için diğer bir bakış açısı da bireyin sosyal ilişkileri içerisinde uyumluluğu, verimli bir çalışma alışkanlığının bulunması, sevme ve sevilme duygusunu olumlu şekilde deneyimleyebilmesi, öz farkındalık düzeyinin yüksek olması ve başka insanların kendisine yönelik olumlu tutum ve davranışlar sergilemesini içermektedir. Ruhsal sağlığın iyi oluşuna dair şu başlıklara da göz atılmalıdır;

Kişisel farkındalık: Bireyin süregelen yaşam içerisinde öz farkındalığını destekleyen duygu, düşünce, tutum ve davranışlarını tanıyıp olması, kişisel özelliklerini olumlu veya olumsuz sınıflandırabiliyor olması, kendini sevme ve mutlu yaşayabilme gibi genel anlamda pozitif nitelikteki davranışlara sahip olmasıdır. Bu durumlara ek olarak stresle etkin şekilde başa çıkabilmek, güvensizlik hissettiği ortamlardan uzaklaşabilmek ve kötü alışkanlıklara mesafeli yaklaşmak da bu boyut altında ele alınan durumlardır (Danacı ve ark., 2005).

Kendini gerçekleştirme: Kişinin sahip olduğu öz güven bu boyutta değerlendirilmektedir. Bireyin, sahip olduğu özelliklerin, yeteneklerin ve sınırların farkında olması ve bu farkındalık doğrultusunda kendini geliştirmeye yönelik çaba göstermesidir. Bu noktalarda gelişim sağlayabilen bireyler özellikle stres kaynağı olan durumlar karşısında daha doğru davranışlar sergilemektedir (Bostancı, 2005).

Toplum ve yakın çevreyle ilişki: Bireyin ailesi, arkadaşları, akrabaları ve toplumda yer alan diğer kişilerle verimli ilişkiler geliştirebilmesi ve bu ilişkilerin sürekliliğini sağlaması bu boyutla ifade edilmektedir. Çevrelerindeki insanlarla sevgi ve saygı temelli ilişkiler kurarlar, toplumsal normlar ve değerlere özen göstererek uyumlu bir şekilde yaşarlar (Bostancı, 2005).

Uyum ve farklılıklara karşı tutum: Ortam ve durum değişikliklerinin sebep olduğu stresle başa çıkabilme ve bu değişikliklere uyum sağlayabilme becerisini ifade eder. Bulduğumuz ortamdaki farklılıklara duyarlı olma, hoşgörülü yaklaşabilme ve önyargılardan bağımsız yargılar geliştirebilme durumudur (Danacı ve ark., 2005).

Hayal ve gerçeğin ayırt edilmesi: Hayal ve gerçeğin farklılıklarını ortaya koyabilme ve bu iki kavramın ne olduğunu ayırt edebilme becerisini ifade eder. Toplumdaki diğer fertlerle empati kurabilmek de bu başlık altında değerlendirilir (Bostancı, 2005)

Ruhsal hastalıkların ortaya çıkmasında kişinin duygu, düşünce ve davranışlarındaki olağan dışılık göze çarpmaktadır. Ruhsal sağlığa dair problemler kişinin hayatını ileri derecede olumsuz etkileyebilen önemli sağlık sorunlarından birisi olarak ele alınmaktadır. Ruhsal sağlığın dengesini bozabilecek, doğrudan veya dolaylı bu dengeye etki edebilecek birçok kişisel veya çevresel etmen bulunmaktadır. Kişisel sebeplere bakıldığında; kişinin bedensel özelliklerine dayalı olarak şekillenen kalıtsal ve metabolizmaya dayalı faktörlerdir. Çevresel etmenler ise, yaşam ortamlarında tanık olunan fiziksel ve sosyal bağlam olaylarıdır. Kısaca ruh sağlığına dair açıklamalar yapılırken; toplumsal, ekonomik ve politik birçok olgunun birlikte değerlendirilmesi gereklidir (Bostancı, 2005).

2.3.1. Pozitif Psikoloji ve Ruh Sağlığı İlişkisi

İyi olma kavramı pozitif psikolojinin önemli kavramlarından birisidir. Pozitif psikoloji, iyi yaşamın tanımı, mutluluk kavramı, mutluluğa ulaşma yolları, iyimserlik ve umut gibi konular üzerine odaklanırken, aynı zamanda geçmişle barışma ve bireyin sahip olduğu güç ve erdemler gibi konuları da inceler. Bu bağlamda, geleneksel psikolojinin odaklandığı hastalık modelinin yerine sağlık modelini esas alır (Hefferon ve Boniwell, 2018). Psikolojinin genellikle göz ardı ettiği alanlara odaklanarak; mutlu olma, iyi olma, akış, yaratıcı olma, bilgelik, kişisel güçlü yönler ve hayal gücü gibi konuları ele alır. Bu duruma bağlı olarak bireydeki iyilik halinin pozitif yönde artış göstermesi çevresine de pozitif olarak yansımaktadır (Hefferon ve Boniwell, 2018).

Pozitifpsikolojinin ortaya çıkmasıyla birlikte, ruh sağlığı araştırmaları ve uygulamalarının odak noktasında önemli bir değişim yaşandı. Pozitif psikoloji, mutluluğu ve refahı “temel insan becerileri” olarak kabul eder (Davidson ve ark., 2005). Pozitif psikoloji akımı, bireylerin olumlu düşünme ve hissetme becerilerine odaklanmasının yanı sıra yaşamın stresli ve zorlayıcı yönleriyle ilgili zihinsel meşguliyeti azaltmanın veya

ortadan kaldırmanın, sağlık ve iyi yaşam için bir anahtar olduğunu söylemektedir (Lazarus,2003). Olumlu duyguların önemine vurgu yaparak, özellikle iyimserlik ve mutluluk gibi olumlu duyguların üzerine yoğunlaşmaktadır. Bu duyguların bireyin hayatında çeşitli faydaları olduğu pek çok araştırma ve çalışma ile gösterilmiştir. Örneğin, pozitif duyguların ilerideki amaçları oluşturmada ve ileride oluşabilecek sorunları tahmin edebilmede, yaşamsal sorunların üstesinden gelmede, psikolojik dayanıklılığı arttırmada ve buna bağlı olarak ruh sağlığını koruma da önemli bir rolü bulunmaktadır. Ayrıca, pozitif duyguların çevre ile etkileşimi arttırdığı, iletişimi güçlendirdiği ve sorunlara karşı esneklik sağladığı da bilinmektedir (Gilbert, 2012; Yoon ve ark., 2020). Bu yaklaşım, pozitif duyguların bireyin yaşamına uyumu ve katkısını ön plana çıkarırken, negatif duyguların da yaşamın bir parçası olduğunu kabul eder. (Ivtzan ve ark., 2014).

Pozitif psikoloji yaklaşımı, pozitif ruh sağlığı alanından ilham alarak gelişmiştir. Dünya Sağlık Örgütü, sağlığı sadece fiziksel ve ruhsal bir hastalığın olmaması olarak değil, fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden bir iyilik hali olarak ifade eder. Bu tanım, pozitif psikolojinin de ruh sağlığına benzer bir bakış açısına sahip olduğunu göstermektedir. Pozitif psikoloji, bireylerin ruhsal sorunları önlemeye yönelik olarak yaşamlarını anlamlı kılan, doyumlarını artıran faktörleri keşfetmeyi ve olumlu özelliklerini geliştirmeyi amaçlar. Diğer bir deyişle, psikolojinin patolojik bakış açısı negatif durumları iyileştirmeye odaklanırken, pozitif psikoloji bireyleri daha olumlu bir yönünü keşfetmeye ve geliştirmeye yönlendirerek olumlu yönelimli çalışmalara odaklanır (Gable ve Haidt, 2005).

Ruhsal sağlık teşviki, bireysel yeterlilikleri, kaynakları, psikolojik güçleri geliştirmeyi ve ruhsal bozuklukları önlemek, insanların ve toplumların refahını ve yaşam kalitesini artırmak için toplumsal varlıkları güçlendirmeyi amaçlar (Jané-Llopis ve ark., 2005; Barry ve Jenkins, 2007; Friedli,2009). Pozitif psikoloji, bu tür yeterliliklerin ve

kaynakların veya insanlarda “doğru” olanın, yani olumlu niteliklerinin, psikolojik varlıklarının ve güçlü yönlerinin incelenmesidir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Pozitif psikoloji, psikolojik dayanıklılığı güçlendirmek ve ruhsal sağlığı geliştirmek için yeni yaklaşımlar sunar ve böylece genel olarak sağlık teşviki ve özel olarak ruhsal sağlık teşviki çabalarını artırabilir (Jané-Llopis ve ark., 2005; Barry ve Jenkins, 2007; Friedli,2009; Resnick ve Rosenheck, 2006).

2.4. Psikolojik Sermaye

Psikolojik Sermaye terimini literatüre kazandıran isim Goldsmith, 1997'de psikolojik sermayeyi bireysel performansı geliştiren kişisel nitelikler olarak tanımlamıştır (Lehoczky, 2013). Sonrasında ise Fred Luthans, pozitif örgütsel davranış yaklaşımından esinlenerek psikolojik sermaye kavramını daha da geliştirip ortaya koymuştur. Bu kavramla ilgili birçok tanım yapılmıştır. Luthans, pozitif psikolojik sermayeyi; zorlu görevlerle başa çıkma yeteneği, hedeflere ulaşmak için kararlılık ve sabır, başarıya olan olumlu inançların içselleştirilmesi, zorluklarla başa çıkma ve her türlü engeli aşma gibi özelliklerle tanımlanan, bireyin gelişimine katkı sağlayan bir pozitif ruh hali olarak ifade etmektedir (Luthans ve ark., 2007). Buradaki ruh hali, her zaman sabit bir karakteristik özellik olmayıp aksine, duruma bağlı olarak değişen ve çeşitlenen bir özelliği temsil etmektedir. İnsanların psikolojik durumları, belirli niteliklere sahip olmanın ötesinde, değişen koşullara göre adapte olabilen, deneyim ve eğitimle şekillenebilen ve geliştirilebilen bir dizi nitelikler bütünüdür (Çetin ve ark., 2012). Luthans ve ekibi, yaptıkları uzun vadeli araştırmalar sonucunda, belirli bir eğitim sürecinin ardından psikolojik sermayenin geliştirilebileceğini göstermişlerdir (Luthans ve ark., 2010).

Luthans ve ark. (2006) nın yaptığı psikolojik sermayenin tanımına baktığımızda da, bireyin zorlukları aşmak için gösterdiği çaba ve bu zorlukları aşma konusundaki özgüveni, mevcut ve gelecekte başarı için olumlu tutumları, hedeflerini gerçekleştirmek

için gösterdiği kararlılık, bu hedeflere ulaşmak için gerektiğinde rotayı değiştirebilme yeteneği, sorunlarla başa çıkmak için sergilediği kararlı duruş olarak ifade etmişlerdir (Luthans ve ark., 2015) Basit bir ifadeyle, psikolojik sermaye, bireyin pozitif psikolojik gelişimini ifade eder ve "Ben kimim?" ve "Kim olacağım?" gibi temel soruları ele alır.

Psikolojik sermayenin özelliklerine bakacak olursak;

- Beşeri sermayenin ötesinde bir kavramı temsil eder.
- Sosyal sermayeden daha kapsamlı bir kavramı temsil eder.
- Durumsal temelli olduğundan geliştirilebilir niteliktedir.
- Kuramsal ve araştırmaya dayalı bir temele sahiptir.
- Olumlu bir niteliğe sahiptir.
- Ölçülebilir bir niteliğe sahiptir.
- İş performansını etkileyen bir faktördür.
- Benzersizdir (Polatçı, 2014).

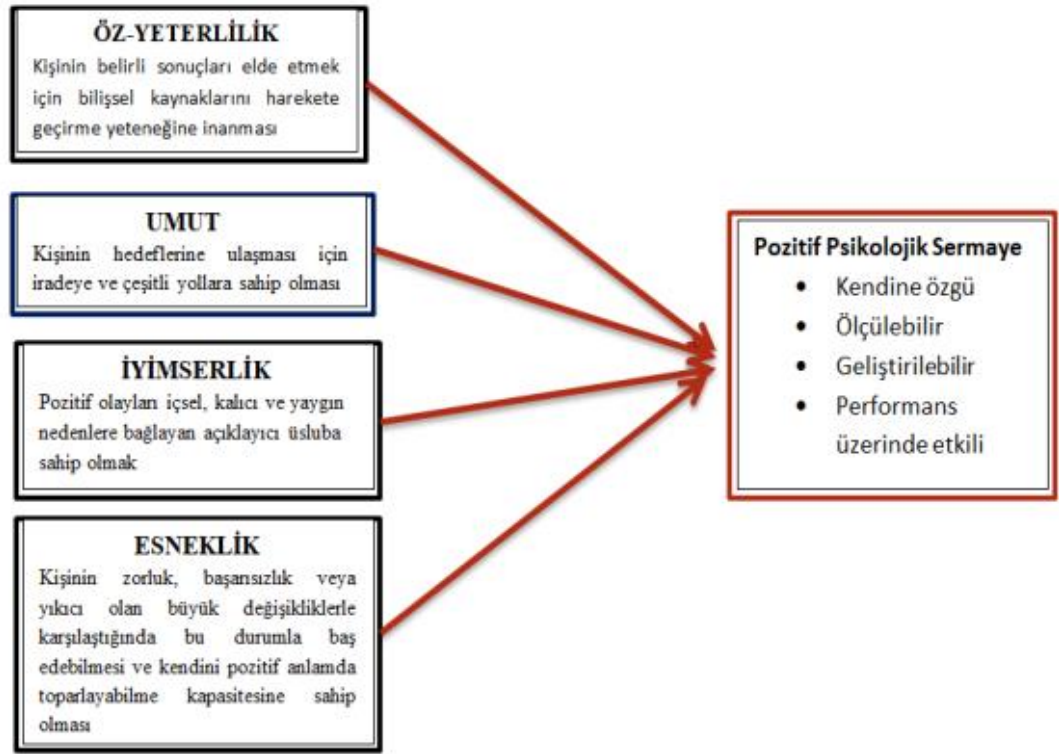
Psikolojik sermaye, üniversite öğrencilerinin öğrenme süreçlerinde, sosyal ilişkilerinde ve akademik başarılarını sürdürme de özverili bir şekilde yararlanmalarına olanak tanımaktadır. Ayrıca, öğrencilerin kişisel gelişimlerine olan isteklerini artırarak olumlu bir etki sağlamaktadır. Yüksek düzeyde psikolojik sermayeye sahip olan öğrenciler, öğrenme kapasitelerinin artmasıyla akademik başarılarını da artırma eğilimindedirler, aynı zamanda bu başarıyı sürdürmeyi tercih ederler. Araştırmalar, yüksek psikolojik sermayeye sahip öğrencilerin gelecekleri için yatırım yapma eğiliminde olduklarını ve kişisel gelişimleri için çaba sarf etme isteğinde olduklarını göstermektedir. Sonuç olarak, psikolojik sermaye kavramı, örgütler için giderek artan bir öneme sahip olmasının yanı sıra, öğrencilerin eğitim hayatlarında da son derece kritik bir rol oynamaktadır (İştar Işıklı, 2018).

Birey, başarı için olumlu bir bakış açısına sahip olmalı, hedeflerine doğru ilerlerken kendini yönlendirebilmeli ve karşılaştığı zorluklarla esneklikle başa çıkabilmelidir. Bu becerilerin hepsi, bireyin psikolojik sermayesi ile sağlanabilir (Luthans ve ark., 2015).

2.4.1. Psikolojik Sermaye Kavramının Bileşenleri

Psikolojik sermaye, bireylerin başarıya ulaşma inançları, zorluklarla başa çıkma yeteneği, zorlu görevleri yerine getirmede sahip oldukları güven duygusu, istikrarlı ve azimli olma gibi kavramlarla tanımlanan ruh halidir (Yalçın ve ark., 2018). Bunların yanı sıra bireyin öz yeterlilik, iyimserlik, umut ve dayanıklılık gibi kişisel gelişim açısından önemli özelliklerinin birleşmesiyle oluşan ve bu özelliklerin toplamından daha büyük bir değer taşıyan psikolojik sermaye, bireylerin bilişsel, duygusal ve sosyal kaynaklarını güçlendirirken işlevsel problem çözme becerilerini de kapsar (Luthans ve Youssef, 2004; Luthans ve ark., 2007; Luthans, 2011).

Psikolojik sermayenin boyutları Şekil 2.2.'de gösterilmiştir (Luthans ve Youssef, 2004).



Şekil 2.2. Psikolojik sermayenin boyutları

Psikolojik sermaye bileşenlerinin birbiriyle olan etkileşimleri şu şekildedir: Hedeflerine ulaşma konusunda planlarını belirleyen ve bu hedeflere kararlılıkla ulaşmayı amaçlayan umutlu bireyler, zorluklarla başa çıkmak için daha fazla motive olurlar ve bu nedenle daha fazla dayanıklılık sergilerler. Kendine güven duyan bireyler, umutlu ve iyimser yapılarını, dayanıklılıklarıyla birlikte yaşamlarının çeşitli alanlarına aktarabilir ve uygulayabilirler. Zorluklarla başa çıkmak için yüksek psikolojik dayanıklılığa sahip bireyler, olaylara iyimser bir perspektiften bakarak uyum sağlamada daha beceriklidirler. Özgüven, umut ve dayanıklılık gibi psikolojik sermaye bileşenleri, kişinin içselleştirdiği kontrol edilebilir durum algıları aracılığıyla iyimser bir bakış açısının gelişimine katkıda bulunur. Bunlar, psikolojik sermaye faktörlerinin etkileşiminden doğan bir dizi olumlu sonucun sadece bir örneğidir (Luthans, Youssef & Avolio, 2006).

Psikolojik sermaye, kişi kim olursa olsun gelecekte ne olacağı, en iyi olma kavramıdır (Zhao, & Hou, 2009). Konsept olarak; çok çalışmak, sorumluluk sahibi ve

kendinden emin bir şekilde zor görevleri yerine getirmek (öz yeterlilik), mevcut veya gelecekteki başarı hakkında olumlu yüklemeler (iyimserlik) yaratmaktır. Dört temel unsurdan oluşur: hedeflere bağlı kalmak, onlara ihtiyaç duyulduğunda ulaşmak için yeni yollar bulmak (umut), sorunlar ve zorluklarla çevriliyken başarılı olmak ve bunları ortadan kaldırmak “direnç” olarak ifade edilebilir (Di Maggio, Ginevra, & Nota, 2021; Luthans, Avolio, Avey, & Norman, 2007; Siu, Kong, & Ng, 2021; Tang, 2020).

Pozitif psikolojik sermaye, bireyin olumlu yönlerini güçlendirmeye odaklanır. Bu şekilde, olumsuz yönler arka planda tolere edilebilir. Bireyin bazı psikolojik yönlerinin geliştirilmesiyle, problem çözme becerilerinin artması beklenmektedir. Bu nedenle, bir bireyin çeşitli zorlukların üstesinden gelme ve çözüm bulma sürecinde, umut, öz yeterlilik, iyimserlik ve psikolojik dayanıklılığın önemli olduğu düşünülmektedir (Anık ve Tösten, 2019).

Hemşirelik alanında yapılan bazı çalışmalar (Van der Heijden ve ark., 2019) hemşirelerin psikolojik sermayesinin iş tükenmişliği ile negatif ilişkili olduğunu ve iş performansı (An ve ark., 2020), duygusal emek stratejisi (Peng ve ark., 2013), duygusal zeka (Gong ve ark., 2019) vb. gibi iş tükenmişliğiyle ilgili çeşitli etki faktörlerinde aracılık rolü oynadığını göstermiştir. Ayrıca psikolojik sermayesi yüksek olan hemşirelerin çalışmaya daha istekli oldukları (Flinkman ve ark., 2023 ; Grover ve ark., 2018; Lu ve ark., 2023 ; Tian ve ark., 2023); daha yüksek örgütsel bağlılık gösterdikleri (Huo ve ark., 2020), ve örgütte kalma konusunda daha yüksek niyet gösterdikleri (Luthans & Jensen, 2005) yapılan çalışmalarda ortaya konulmuştur.

Hemşirelik öğrencileri mesleklerinin doğası gereği zihinsel ve duygusal sorunlarla karşı karşıyadır. Psikolojik iyi oluş gibi koruyucu faktörlerin rolü, ruh sağlığını iyileştirmede hayati öneme sahiptir. Bu çalışma, psikolojik iyi oluş ve ruh sağlığı arasındaki ilişkilerde bir aracı olarak psikolojik sermayenin rolünü araştırmıştır. Bu

araştırmada, psikolojik sermayenin hemşirelik öğrencileri arasında psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkide aracı bir değişken olarak hareket edebileceğini önerilmiştir. Bildiğimiz kadarıyla, psikolojik iyi oluşun psikolojik sermaye üzerindeki potansiyel etkisi ve psikolojik sermaye ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiler hemşirelik öğrencileri arasında incelenmemiştir. Ek olarak, psikolojik sermayenin psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiye aracılık edip etmediği doğrulanmamıştır. Bu bağlamda mevcut çalışmanın hedefleri şunlardır:

- 1) Psikolojik iyi oluşla ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi incelemek*
- 2) Psikolojik iyi oluşla psikolojik sermaye arasındaki ilişkiyi incelemek*
- 3) Psikolojik sermaye ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi incelemek ve*
- 4) Hemşirelik ğrencilerinde psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkinin psikolojik sermaye tarafından aracılık edilip edilmediğini araştırmaktır.*

3. MATERYAL VE METOD

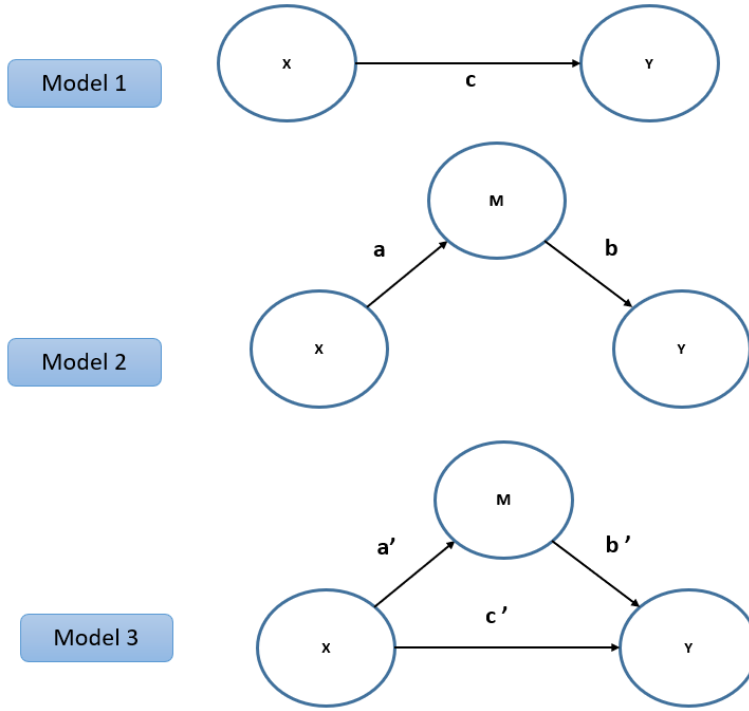
3.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı hemşirelik öğrencilerinde psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkilerde psikolojik sermayenin aracı rolünün araştırılmasıdır.

3.2. Araştırmanın Türü

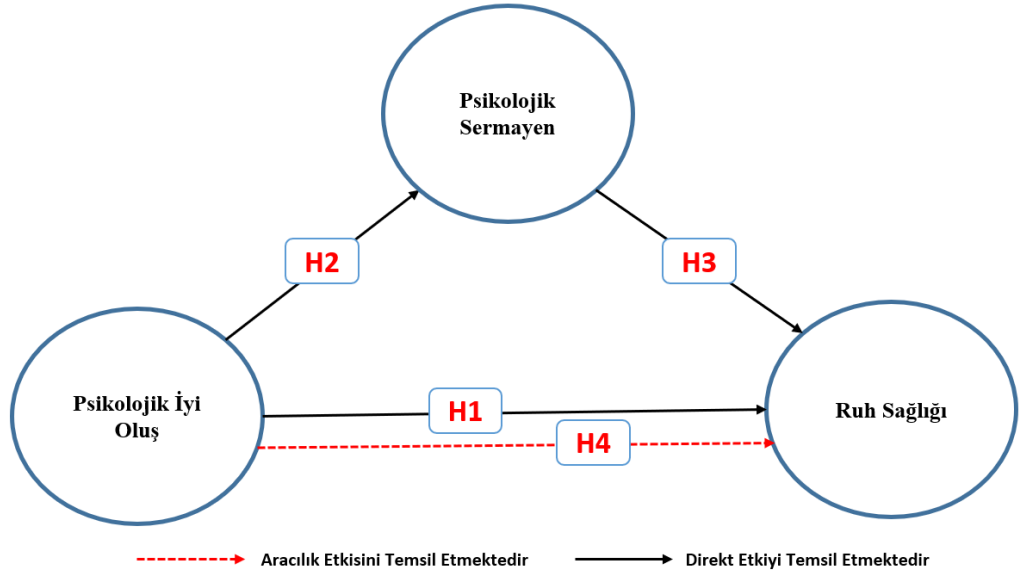
Araştırma tanımlayıcı, kesitsel türde, ilişki arayan yapısal eşitlik modeli kullanılan bir araştırmadır.

3.3. Araştırmanın Modeli



Şekil 3.1. Araştırmanın aracı rolünün belirlenmesi için kurulan model

Araştırmanın modeli oluşturulurken psikolojik iyi oluşun bağımsız (X) değişken, Ruh sağlığı (Sağlık anketi) değişkeninin bağımlı değişken (Y) ve psikolojik sermayenin aracı (M) değişken olarak ele alınmıştır. Araştırma modeline yönelik olarak araştırmacı tarafından oluşturulan model aşağıda yer alan Şekil 3.2.'de görülmektedir.



Şekil 3.2. Araştırma modeli

3.4. Araştırmanın Hipotezleri

Çalışmanın modeline uygun olarak araştırma amacına göre oluşturulan araştırmanın hipotezleri aşağıda sıralanmıştır:

H1: Psikolojik iyi oluş ruh sağlığı üzerinde etkilidir.

H2: Psikolojik iyi oluş psikolojik sermaye üzerinde etkilidir.

H3: Psikolojik sermayenin ruh sağlığı üzerinde etkisi vardır.

H4: Psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı üzerindeki etkisinde psikolojik sermayenin aracılık rolü vardır.

3.5. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma 30 Mart 2024- 6 Eylül 2024 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi'nde hemşirelik öğrencilerinden toplanmıştır. Araştırmanın evrenini 2023-2024 eğitim öğretim yılı bahar döneminde hemşirelik Türkçe ve İngilizce programda öğrenim gören (1.2.3 ve 4. Sınıf) 1277 hemşirelik öğrencisi oluşturmuştur (N=1277). Örneklem sayısının belirlenmesinde G-Power analizi kullanılmıştır. Örneklemde araştırma evreninin tamamına ulaşılması hedeflenmiş olup dahil edilme kriterlerine uyan ve gönüllü katılım gösteren öğrenciler

(n=943) araştırmaya alınmıştır. Araştırmaya katılım oranı %73.84'tür. Araştırmada yapılan G-Power analizine göre bu rakamın %95 güven aralığında 0,05 hata payı ile yeterli olduğu bulunmuştur.

3.6. Araştırmaya Alınma Kriterleri

- Araştırmaya katılmaya gönüllü olmak
- Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakóltesi'nde eğitim görüyor olmak
- Araştırma sorularının tamamına yanıt vermek

3.7. Araştırmadan Çıkarılma Kriterleri

- Veri toplama formlarının eksik/hatalı doldurmak
- Öğrencinin psikiyatrik bir tanısının bulunması
- İletişim kurmasını engelleyecek bir durumunun bulunması

3.8. Veri Toplama Araçları ve Özellikleri

Araştırmada verilerin toplanması için Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Genel Sağlık Anketi ve Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği kullanılmıştır.

3.8.1. Kişisel Bilgi Formu (Ek-4)

Araştırmacılar tarafından hazırlanan form yaş, cinsiyet gibi kişileri tanımaya yönelik toplam 10 sorudan oluşmaktadır.

3.8.2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Ek-5)

Diener ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, mevcut iyi oluş ölçümlerini tamamlayarak, sosyo-psikolojik iyi oluşu değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Telef (2013) tarafından yapılmıştır. Bu çalışma ile ölçek, Türk kólütürüne ve diline uygun hale getirilerek ölkemizde kullanılabilir hale gelmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklanan varyansın %42 olduğu bulunmuştur. Ölçek maddelerinin faktör yükleri .54ile .76 arasında hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenilirlik analizi sonucunda elde edilen Cronbach alfa iç

tutarlılık katsayısı, .80 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin faktör yük değerlerinin 0.59-0.77 arasında olduğu ve iç tutarlılık (güvenirlik) düzeyinin yüksek seviyede olduğu (Cronbach Alpha = 0.877) belirlenmiştir. Ölçekteki maddeler, katılımcıların görüşlerini 1'den (Kesinlikle Katılmıyorum) 7'ye (Kesinlikle Katılıyorum) kadar uzanan yedi noktalı bir Likert tipi değerlendirme ölçeği üzerinde belirtmelerini gerektirmektedir. Ölçekteki tüm maddeler tamamen olumlu ifadelerden oluşmaktadır. Ölçek, katılımcılardan aldığı cevaplara göre 8 ile 56 arasında değişen bir puanlama sistemine sahiptir. 8 puan, katılımcının hiçbir maddeye katılmadığını, yani psikolojik iyi oluş seviyesinin düşük olduğunu gösterirken; 56 puan, katılımcının tüm maddelere katıldığını, yani psikolojik iyi oluş seviyesinin yüksek olduğunu gösterir. Yüksek puanlar, bireyin çeşitli psikolojik kaynaklara ve güce sahip olduğunu işaret eder. Ölçek, iyi oluşun farklı yönlerini ayrıntılı olarak incelemese de, genel bir iyi oluş düzeyini belirlemek için kullanışlıdır. (Diener ve arkadaşları, 2010).

3.8.3. Genel Sağlık Anketi-12 (Ek-6)

Genel Sağlık Anketi (GSA), 1972'de Goldberg tarafından 60 maddeden oluşacak şekilde geliştirilmiştir. Genel Sağlık Anketi, kısa ve uygulaması kolay bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe'ye çevrilip geçerlik güvenirlik çalışması, Kılıç (1996) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin; duyarlılığı 0.74, özgüllüğü 0.84 ve Cronbach alfa kat sayısı 0.78 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin faktör yük değerlerinin 0.44-0.64 arasında olduğu; faktör yüklerinin %95 güven düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ve iç tutarlılık (güvenirlik) düzeyinin yüksek seviyede olduğu (Cronbach Alpha = 0.853) belirlenmiştir. Genel Sağlık Anketi, toplamda 12 sorudan oluşmaktadır. Toplumda sık rastlanılan, akut ve ruhsal hastalıkları belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin psikotik olmayan depresyon ve bunaltı belirtilerinin saptanmasında güvenle kullanılabileceği belirtilirken, psikotik ve manik hastalarda ve kronik ruhsal hastalıkların saptanmasında kullanılması

önerilmemektedir. Ölçeğin değerlendirilmesinde 4 ve üzeri puan alanlar riskli olarak kabul edilir (Kılıç 1996).

3.8.4. Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği (Ek-7)

Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği (PSAÖ), üniversite öğrencilerinin psikolojik sermayelerine yönelik algılarını belirlemek amacıyla Atila ve Dönmez (2022) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplam 17 maddeyi içermekte olup bu maddeler, özyeterlilik (4 madde), iyimserlik (4 madde), umut (4 madde) ve psikolojik dayanıklılık (5 madde) olmak üzere dört farklı boyutu ölçmektedir. Ölçeğin derecelendirilmesi Likert tipinde olup, her madde, puan değeri olarak “1 = Beni Hiç Tanımlamıyor”, “2 = Beni Az Tanımlıyor”, “3 = Beni Orta Derecede Tanımlıyor”, “4 = Beni İyi Tanımlıyor”, “5 = Beni Çok İyi Tanımlıyor” seçeneklerinden oluşur. Ölçeğin puanlama aralığı 17 ile 85 arasında değişmektedir. Ölçme aracındaki tüm sorular olumlu ifadeler içerdiğinden, puanların yükselmesi üniversite öğrencilerinin yüksek psikolojik sermaye algısına işaret ederken, azalması ise düşük psikolojik sermaye algısına sahip olduklarını gösterir. Alınan yüksek puan alt boyutlar açısından öğrencilerin; iyimserlik algılarının, umut algılarının, özyeterlilik algılarının, psikolojik dayanıklılık algılarının yüksek olduğunu gösterir. Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları, özyeterlilik boyutu için "0.77", dayanıklılık boyutu için "0.82", iyimserlik boyutu için "0.70" ve umut boyutu için "0.71" olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin tamamı için ise "0.88" olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada ölçeğin faktör yük değerlerinin 0.62-0.91 arasında olduğu ve bu değerlerin %95 güven düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları, özyeterlilik boyutu için "0.78", dayanıklılık boyutu için "0.84", iyimserlik boyutu için "0.90" ve umut boyutu için "0.93" olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin tamamı için iç tutarlılık (güvenirlilik) düzeyinin yüksek seviyede olduğu (Cronbach Alpha = 0.93) belirlenmiştir.

3.9. Verilerin Toplanması

Araştırma Mart 2024- Eylül 2024 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya kurumdan yazılı izin ve Etik Komisyondan onay aldıktan sonra başlanmıştır. Veri toplama araçları uygulanmadan önce dersin sorumlu öğretim elemanları ile görüşülerek araştırma hakkında bilgi verilmiştir. Öğrencilere araştırmacı tarafından araştırmanın amacı açıklanmış ve çalışmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilere sözlü onam formu alınmıştır. Veri toplama araçlarının uygulanması yaklaşık 15-20 dk sürmüştür.

3.10. Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırma kapsamında elde edilen veriler SPSS 25.0 ve LISREL 8.7 programları kullanılmıştır. Araştırmada;

- Katılımcıların demografik özelliklerinin belirlenmesi için SPSS programı ile frekans ve yüzde analizi yapılmıştır.
- Ölçüm araçlarına ait katılımcıların düzeylerinin incelenmesi için SPSS programı ile betimsel analizlerden ortalama, standart sapma değerleri incelenmiştir.
- Verilerin dağılımı, SPSS istatistik programı kullanılarak detaylı bir şekilde incelenmiştir. Bu inceleme kapsamında, merkezi eğilim ölçütlerinden ortalama ve medyan değerleri hesaplanmıştır. Ayrıca, verilerin dağılımının simetrik olup olmadığını belirlemek amacıyla basıklık ve çarpıklık değerleri analiz edilmiştir.
- Bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişki olup olmadığını belirlemek için SPSS programı kullanılarak Pearson korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir.
- İlişkilerin belirlenmesinde ve kurulan hipotezlerin test edilmesinde LISREL programı ile yapısal eşitlik modeli (YEM) kullanılmıştır.

3.11. Araştırmanın Etik Yönu

Araştırmanın etik ilkelerine uygunluğunu sağlamak amacıyla Atatürk Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan etik kurul onayı (Ek-2) ve ilgili fakólten kurum izni (Ek-3) alınmıştır. Hemşirelik öğrencilerine bilgilendirilmiş gönüllü onam okunduktan sonra araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilerin sözel onamları alınmıştır. Veri toplama aracı doldurulduktan sonra gelen veriler anonim olarak kalmış ve kilitli bir dolapta saklanmıştır.

3.12. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakóltesi'nde eğitim gören öğrenciler ile sınırlıdır.

4. BULGULAR

Çalışmanın bu kısmında anket formuna gönüllü olarak katılan bireylerin demografik değişkenlerine ilişkin istatistiki bilgiler yer almaktadır. Anket çalışmasına katılan bireylerin demografik bilgileri aşağıda **Tablo 4.1**'de verilmiştir.

Tablo 4.1. Katılımcıların demografik özelliklerine ait bulgular

Demografik	Grup	n	%
Yaş	19-20	339	35.95
	21-22	404	42.84
	23 +	200	21.21
Cinsiyet	Kadın	700	74.23
	Erkek	243	25.77
Medeni Durum	Evli	20	2.12
	Bekar	923	97.88
Sınıf	1. Sınıf	213	22.59
	2.Sınıf	270	28.63
	3.Sınıf	255	27.04
	4.Sınıf	205	21.74
Anne Eğitim	İlköğretim	703	74.55
	Lise	148	15.69
	Üniversite	92	9.76
Baba Eğitim	İlköğretim	509	53.98
	Lise	271	28.74
	Üniversite	163	17.29
Anne Çalışma Durumu	Çalışıyor	114	12.09
	Çalışmıyor	829	87.91
Baba Çalışma Durumu	Çalışıyor	732	77.62
	Çalışmıyor	211	22.38
Yaşanılan Kişi	Anne-Baba	566	60.02
	Akraba-Arkadaş	38	4.03%
	Yurtta	339	35.95%
Gelir Durumu	Gelir Gidere Eşit	538	57.05%
	Gelir Giderden Fazla	117	12.41%
	Gelir Giderden az	288	30.54%
	Toplam	943	100.00%

Araştırma kapsamında toplam 943 katılımcıya ulaşılmış olup katılımcıların %74.23'ünün kadın (n:700), %25.77'sinin erkek (n:243) olduğu belirlenirken katılımcıların çoğunlukla 21-22 yaş aralığında (%42.84; n:404), bekar (%97.88; n:923), 2. Sınıfta okudukları (%28.63; n:270), anne eğitiminin ilköğretim olduğu (%74.55; n:703), baba eğitiminin ilköğretim olduğu (%53.98; n:509), anne çalışmadığı (%87.91; n:829), babanın çalıştığı (%77.62; n:732), anne-babasıyla birlikte yaşadıkları (%60.02; n:566) ve gelir düzeylerinin gelir giderleri eşit olduğu (%57.05; n:538) belirlenmiştir.

Çalışmanın bu kısmında araştırma verilerinin dağılımı ve ölçümlere ait betimsel bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4.2. Verilerin dağılımı ve ölçüm araçlarına ait betimsel bulgular

Ölçekler	Merkezi Eğilim Ölçüleri			Basıklık-Çarpıklık	
	Ort.	Medyan	SS	Basıklık	Çarpıklık
Genel sağlık anketi	3.31	2.00	3.06	-0.945	0.167
Psikolojik İyi Oluş	40.66	42.00	9.07	-1.016	1.113
Psikolojik Sermaye	62.11	64.00	12.70	-0.665	0.713

Analiz sonucunda, verilerin basıklık değeri -2 ile +2 arasında olduğu tespit edilmiştir. Analizler sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiş ve bu nedenle, parametrik yöntemlerin non-parametrik ölçümlere göre daha güçlü olması nedeniyle, bu araştırmada parametrik yöntemleri içeren istatistik analiz tekniklerinin kullanılmasına karar verilmiştir (Ghasemi ve Zahediasl, 2012).

Genel Sağlık Anketinden (GSA) 2'den az puan alan katılımcılar düşük risk grubunda, 2 ile 3 arasında puan alanlar orta risk grubunda ve 4 ve üzeri puan alanlar ise yüksek risk grubunda değerlendirilmektedir (Kılıç 1996). Bu bilgiler ışığında katılımcıların GSA puanlarının 3.31 ± 3.06 ile orta düzeyde riskli olduğu belirlenmiştir.

Psikolojik sermaye ölçeğinden alınan puanlar (PSÖ) “1-1.80 aralığı çok düşük”, “1.81-2.6 aralığı düşük”, “2.61-3.4 aralığı orta”, “3.41-4.2 aralığı yüksek” ve “4.21-5.0

aralığı çok yüksek” düzeyi eğer ölçek toplam puan üzerinden hesaplanıyorsa bu aralıkların madde sayısı ile çarpılması gerekmektedir (Durmaz, 2020). Bu bilgiler ışığında katılımcıların psikolojik sermaye düzeylerinin 62.11 ± 12.70 ile yüksek düzeyde olduğunu belirlenmiştir. Katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeyleri 40.66 ± 9.07 olarak bulunmuştur. Bu değer öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin ortalamasının üzerinde olduğunu göstermektedir.

Tablo 4.3. Korelasyon analizine ilişkin bulgular

No	Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
1	Genel sağlık anketi	r	1	-0.458	-0.398	-0.433	-0.447	-0.391
		p		0.001*	0.001*	0.001*	0.001*	0.001*
2	Psikolojik İyi Oluş	r	1	0.514	0.534	0.517	0.483	0.617
		p		0.001*	0.001*	0.001*	0.001*	0.001*
3	Özerklik	r		1	0.568	0.678	0.509	0.809
		p			0.001*	0.001*	0.001*	0.001*
4	Umut	r			1	0.627	0.529	0.833
		p				0.001*	0.001*	0.001*
5	Psikolojik Dayanıklılık	r				1	0.602	0.878
		p					0.001*	0.001*
6	İyimserlik	r					1	0.798
		p						0.001*
7	Psikolojik Sermaye	r						1
		p						

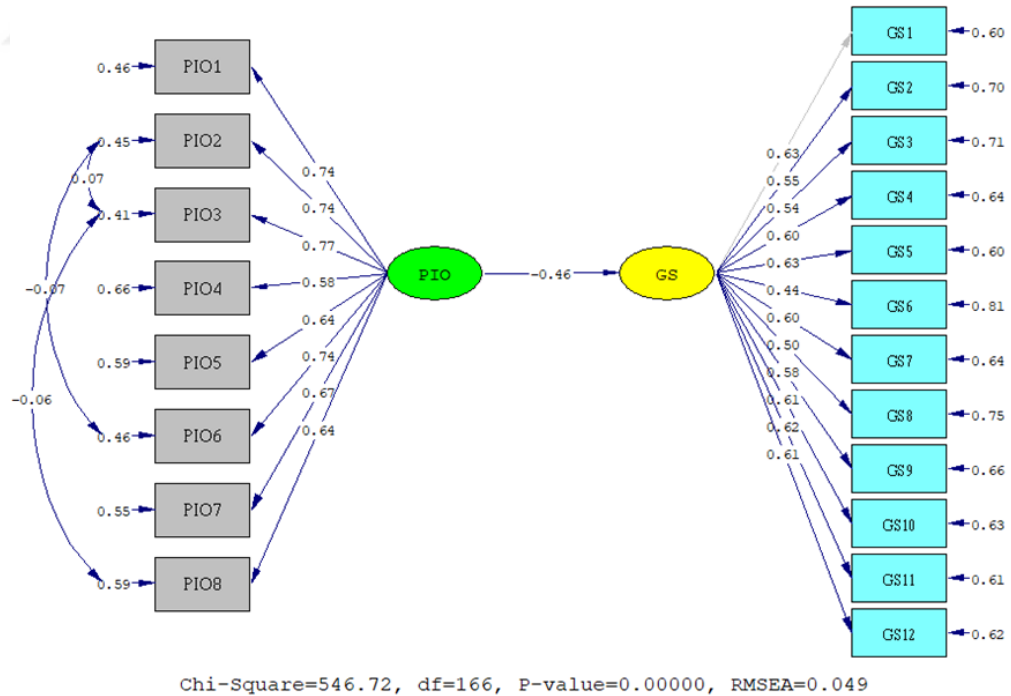
*p<0.05; r:Pearson Korelasyon Kat Sayısı

Bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasında yapılan korelasyon analizi sonuçları **Tablo 4.3**'te görülmektedir. Katılımcıların genel sağlıkları ile psikolojik iyi oluşları arasında negatif yönlü 0.458 düzeyinde anlamlı orta düzeyde bir ilişki vardır (r:-0.458; p=0.001<0.05). Bu sonuç öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri arttığında ruh sağlığına yönelik sorunlarının orta düzeyde azalacağı anlamına gelmektedir.

Katılımcıların genel sağlıkları ile psikolojik sermayeleri arasında negatif yönlü 0.504 kuvvetinde anlamlı orta düzeyde bir ilişki vardır ($r:-0.504$; $p=0.001<0.05$). Bu sonuç psikolojik sermayeleri arttığında ruh sağlığına ilişkin sorunlarının negatif yönde orta düzeyde azalacağı anlamına gelmektedir. Katılımcıların psikolojik sermayeleri ile psikolojik iyi oluşları arasında pozitif yönlü 0.617 kuvvetinde anlamlı orta düzeyde bir ilişki vardır ($r:0.617$; $p=0.001<0.05$). Bu sonuç psikolojik sermayeleri arttığında psikolojik iyi oluşların da pozitif yönde orta düzeyde artacağı anlamına gelmektedir.

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın amacına uygun olarak kurulan model sonucunda oluşan hipotezler yapısal eşitlik modeli ile test edilmiş araştırma hipotezleri sonuçları aşağıda verilmiştir.

Araştırmanın ilk modelinde psikolojik iyi oluş bağımsız değişken olarak ruh sağlığı değişkeni bağımlı değişken olarak incelenmiş ve bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisine bakılmıştır.



PIO: Psikolojik İyi Oluş, GS: Genel Sağlık (Ruh Sağlığı)

Şekil 4.1. Araştırmanın birinci hipotezinin standartlaştırılmış parametre tahminlerine ait path diyagramı

Şekil 4.1’deki model araştırmanın birinci hipotezinin test edilmesi için kurulan birinci model incelendiğinde, X^2/sd : 3.293 ile “kabul edilebilir uyumda”, diğer uyum indeksleri incelendiğinde “RMSEA:0.049, SRMR:0.041, NFI:0.97, NNFI: 0.98, CFI: 0.98, GFI:0.95, AGFI: 0.93, IFI:0.98 ve RFI:0.98” ile “mükemmel ve kabul edilebilir uyum” sınırları içerisinde oldukları belirlenmiştir. Bu sonuçlar araştırmadaki birinci modelde bulunan yol katsayısının yorumlanabilir hale getirmektedir. Araştırmanın birinci hipotezine ait sonuç aşağıda verilmiştir.

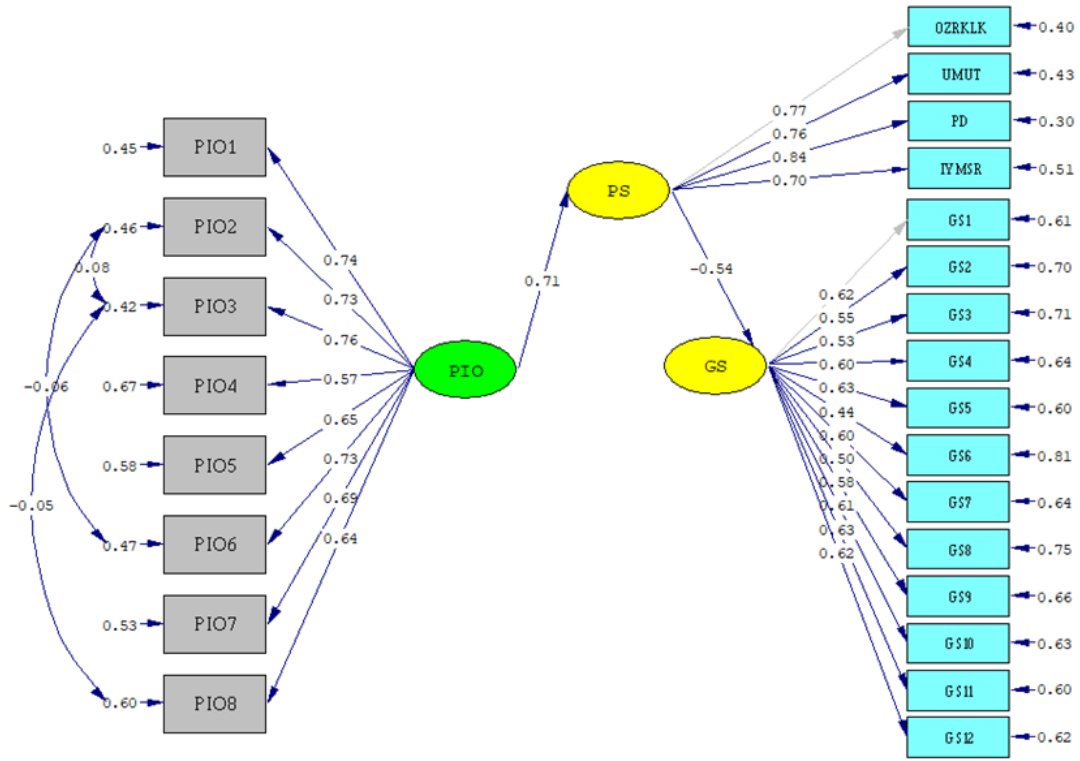
Tablo 4.4. Psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı üzerindeki etkisine ait model sonuçları

Hipotezler	Yollar	S.P.T	<i>t</i>	R ²	Sonuç
H ₁ : Psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.	(PIO)→(GS)	-0.46	-11.36*	0.21	Doğrulandı

*p<0.05

Tablo 4.4 incelendiğinde; Araştırmanın birinci hipotezi olan psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı üzerindeki etkisi istatistiksel %95 güven düzeyinde anlamlıdır ($\beta=-0.46$; $t=-11.36>1.96$). Bu sonuç, psikolojik iyi oluşun genel sağlık anketi üzerine -0.46 birimlik negatif bir etkiye sahip olduğu, psikolojik iyi oluş düzeylerinde bir birimlik iyileştirmenin genel sağlık anketi puan düzeylerinde -0.46 birimlik azalışa neden olacağı anlamına gelmektedir. Bu sonuç psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı düzeylerinde artışa neden olacağı anlamına gelmektedir. Psikolojik iyi oluşun tek başına ruh sağlığının %21 düzeyini açıkladığı belirlenmiştir (R²:0.21).

Araştırmanın ikinci modelinde araştırmanın ikinci ve üçüncü hipotezlerine ait sonuçlar incelenmiştir.



Chi-Square=880.64, df=247, P-value=0.00000, RMSEA=0.052

PIO: Psikolojik İyi Oluş, GS: Genel Sağlık (Ruh Sağlığı), PS: Psikolojik Sermaye

Şekil 4.2. Araştırmanın İkinci Modelinin Standartlaştırılmış Parametre Tahminlerine Ait Path Diyagramı

Şekil 4.2.'deki model araştırmanın ikinci ve üçüncü hipotezlerinin test edilmesi için kurulan ikinci model incelendiğinde, X^2/sd : 3.565 ile “kabul edilebilir uyumda”, diğer uyum indeksleri incelendiğinde “RMSEA:0.052, SRMR:0.045, NFI:0.97, NNFI: 0.97, CFI: 0.98, GFI:0.93, AGFI: 0.91, IFI:0.98 ve RFI:0.96” ile “mükemmel ve kabul edilebilir uyum” sınırları içerisinde oldukları belirlenmiştir. Bu sonuçlar araştırmadaki ikinci modelde bulunan yol katsayısının yorumlanabilir hale getirmektedir. Araştırmanın ikinci ve üçüncü hipotezlerine ait sonuç aşağıda verilmiştir.

Tablo 4.5. Araştırmanın ikinci ve üçüncü hipotezlerine ait sonuçları

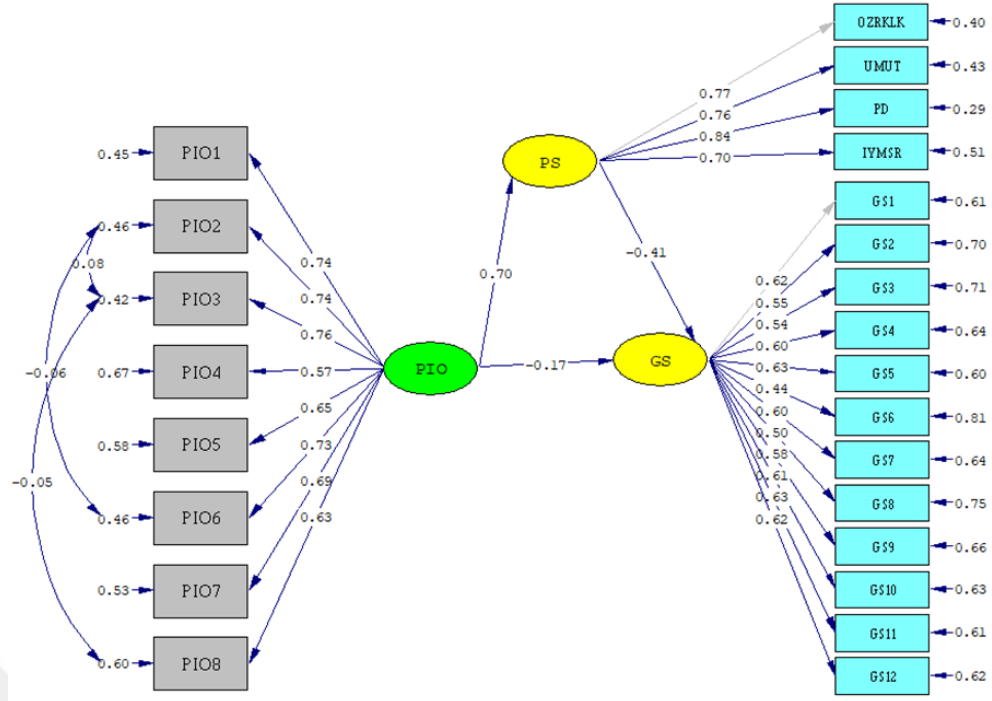
Hipotezler	Yollar	S.P.T	t	R ²	Sonuç
H ₂ : Psikolojik iyi oluşun psikolojik sermaye üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.	(PIO)→(PS)	0.71	18.89*	0.50	Doğrulandı
H ₃ : Psikolojik sermayenin ruh sağlığı üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.	(PS)→(GS)	-0.54	-12.66*	0.29	Doğrulandı

*p<0.05

Tablo 4.5 incelendiğinde; Araştırmanın ikinci hipotezi olan psikolojik iyi oluşun psikolojik sermaye üzerindeki etkisi istatistiksel %95 güven düzeyinde anlamlıdır ($\beta=0.71$; $t=18.89>1.96$). Bu sonuç, psikolojik iyi oluşun psikolojik sermaye üzerinde 0.71 birimlik pozitif bir etkiye sahip olduğu, psikolojik iyi oluş düzeylerinde bir birimlik iyileştirmenin psikolojik sermaye düzeyinde 0.71 birimlik artışa neden olacağı anlamına gelmektedir. Psikolojik iyi oluşun tek başına psikolojik sermayenin %50 düzeyini açıkladığı belirlenmiştir ($R^2:0.50$).

Araştırmanın üçüncü hipotezi olan psikolojik sermayenin ruh sağlığı üzerindeki etkisi istatistiksel %95 güven düzeyinde anlamlıdır ($\beta=-0.54$; $t=-12.66>1.96$). Bu sonuç, psikolojik sermayenin ruh sağlığı üzerinde 0.54 birimlik negatif bir etkiye sahip olduğu, psikolojik sermaye düzeylerinde bir birimlik iyileştirmenin ruh sağlığı düzeyinde 0.54 birimlik azalışa neden olacağı anlamına gelmektedir. Psikolojik sermayenin tek başına ruh sağlığının %29 düzeyinde açıkladığı belirlenmiştir ($R^2:0.29$).

Aracılık etkisi olup olmadığının belirlenmesi için son modele (Model 3'e) ait sonuçlar aşağıda verilmiştir.



Şekil 4.3. Aracı rolüne ait path diyagramı

Şekil 4.3.’deki model araştırmanın aracılık hipotezinin test edilmesi için kurulan üçüncü model incelendiğinde, X^2/sd : 3.543 ile “kabul edilebilir uyumda”, diğer uyum indeksleri incelendiğinde “RMSEA:0.052, SRMR:0.042, NFI:0.97, NNFI: 0.97, CFI: 0.98, GFI:0.93, AGFI: 0.91, IFI:0.98 ve RFI:0.98” ile “mükemmel ve kabul edilebilir uyum” sınırları içerisinde oldukları belirlenmiştir. Bu sonuçlar araştırmadaki üçüncü modelde bulunan yol katsayısının yorumlanabilir hale getirmektedir. Araştırmanın aracılık hipotezine ait sonuçlar aşağıda verilmiştir.

Tablo 4.6. Araştırmanın aracılık hipotezine ait etki katsayıları

Hipotezler	Yol	Etki Katsayıları		
		Standarize β	t	p
H₄: Psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı üzerindeki etkisinde psikolojik sermayenin aracılık rolü vardır.	PIO → PS→GS	-0.17	-3.37*	<0.05

Şekil 4.3. ve Tablo 4.6. incelendiğinde aracılık rollerinin incelenmesi için:

Araştırmanın ilk modelinde ve ikinci modelindeki tüm yol katsayılarının anlamlı olması aracılık modelinin incelenmesinde bir engel olmadığını göstermektedir. Psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı üzerindeki etki yolunun aracı değişken yokken -0.46'lık etkisi olduğu ve bu etkinin %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmişti (Şekil 4.3., Tablo 4.6). Aracı değişken modele dahil edildiğinde psikolojik iyi oluşun genel sağlık üzerindeki etkisinin -0.17'ye düştüğü ve anlamlılığını devam ettirdiği (t:-3.37; p<0.05) belirlenmiştir. Bu sonuç aracısız modelde 0.46'lık etkinin psikolojik sermaye aracılığıyla 0.17'ye düştüğünü göstermekte ve anlamlılığını yitirmediği için kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir.

5. TARTIŞMA

Hemşirelik öğrencilerinde psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkide psikolojik sermayenin aracı rolünün araştırılması amacıyla yapılan bu araştırmadan elde edilen bulgular literatür doğrultusunda tartışılmıştır. Bulgularımız, psikolojik iyi oluşun psikolojik sermaye ve ruh sağlığı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ve psikolojik sermayenin ruh sağlığı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Ayrıca psikolojik sermayenin hemşirelik öğrencilerinde psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkide kısmi bir aracı rol oynadığı belirlenmiştir. Kurulan ölçüm modelleri istatistiksel olarak doğrulanmıştır.

Tartışma dört bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde hemşirelik öğrencilerinin psikolojik iyi oluş ölçek puanları, ikinci bölümde genel sağlık anketi puanları, üçüncü bölümde psikolojik sermaye algıları ölçek puanları tartışılmıştır. Son bölümde ise araştırmada yapısal eşitlik modelinin kullanıldığı dört hipotez ayrı ayrı irdelenmiştir.

Tartışmanın ilk bölümünde hemşirelik öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puan ortalamaları tartışılmıştır.

Araştırmada hemşirelik öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİÖÖ) puan ortalaması 40.66 ± 9.07 olup, bu değer öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğunu göstermektedir (Tablo 4.2). Literatürde bizim çalışmamıza benzer şekilde sağlık çalışanları ve öğrenci hemşirelerin, zorlu çalışma koşullarına maruz kalmalarına rağmen, ortalamanın üzerinde bir psikolojik iyi oluş düzeyine sahip oldukları görülmüştür (Karacaoğlu ve Köktaş, 2016; Priesack ve Alcock, 2015; Ratanasiripong ve Wang, 2011). Ortaya çıkan bu benzerliğin sağlık çalışanları ve öğrenci hemşirelerin, başkalarına yardım etme ve iyilik yapma gibi güçlü içsel bir motivasyona sahip olabileceği ve bu motivasyonun, zorlu çalışma koşullarına rağmen psikolojik olarak daha iyi olmalarını sağlayabileceği düşünülmektedir. Ayrıca sağlık

alışanlarının ve ğrenci hemşirelerin psikolojik iyi oluşlarının olumlu olması, bu mesleğın doğası, bireysel özellikler ve organizasyonel faktörlerin bir araya gelmesiyle açıklanabilir. Bu durum, sağlık çalışanlarının zorlu koşullara rağmen mesleklerine devam etmelerinin ve hatta bu zorluklardan güç almalarının önemli bir göstergesi olabilir. Bazı çalışmalarda ise hemşirelik ğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur (He ve ark., 2018; Zhao ve ark., 2016). Literatürde ğrenci hemşirelerin psikolojik iyi oluşu hakkında farklı bulgulara rastlamak mümkündür. Bazı alışmalar yüksek, bazıları ise düşük düzeylerde psikolojik iyi oluş olduğunu göstermektedir. Bu farklılıkların birçok nedeni olabilir: Kullanılan ölçekler, soruların içeriği, ölçme yöntemleri, farklı istatistiksel analiz yöntemlerinin kullanılması, örneklem grubunun farklı olması ve çalışmanın yapıldığı dönem (örneğin; sınav dönemi, klinik uygulama dönemi) sonuçları etkileyebilir.

Aydın ve ark.'nın (2017) yaptığı bir çalışmada üst sınıflardaki öğrencilerin psikolojik iyilik hallerinin daha iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir (Aydın ve ark., 2017). Üst sınıflara gelindiğinde öğrenciler, daha önce karşılaştıkları stresli durumlarla başa çıkma konusunda daha deneyimli hale gelirler ve bu da onların psikolojik olarak daha güçlü olmalarını sağlayabilir. Ayrıca bu durum hemşirelik eğitiminin, öğrencilerin ruh sağlığını olumlu yönde etkileyerek psikolojik iyi oluşlarını artırabileceğini düşündürmektedir. Başka bir çalışma da hemşirelik ğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarının bazı sosyo-demografik değişkenlerden, algılanan ilişki durumundan, sorunlarla başa çıkma durumundan ve algılanan sağlık durumundan etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır (Yıldırım ve ark.,2021). Hemşirelik ğrencilerinin psikolojik iyi oluşunu etkileyen faktörler oldukça karmaşık bir yapıya sahiptir ve birçok değişkenin etkileşimi sonucu ortaya çıkabilir. Örneğin; hemşirelik öğrencileri, hem akademik yükü hem de klinik uygulamaları nedeniyle yoğun bir tempoda çalışırlar. Hem hastaların ölümüyle

karşılaşmak, öğrencilerde duygusal travmaya neden olabilir hem de hasta yakınlarıyla iletişim kurmak, öğrenciler için zorlayıcı bir durum olabilir. Bu durum, stres ve yorgunluğa neden olabilir. Bu da hemşirelik öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarını etkileyebilir. Hemşirelik öğrencileri, yaşadıkları zorluklar nedeniyle diğer meslek öğrencilerine göre psikolojik sıkıntıya karşı daha savunmasızdır (Morales-Rodríguez ve ark., 2020). Çin'de hemşirelik öğrencileri arasında yapılan bir çalışmada, katılımcıların %55'i anksiyete, %56.4'ü depresyon ve %31.6'sının ise hem anksiyete hem de depresyon yaşadığı bulunmuştur (Zhu ve ark., 2021). Psikolojik iyi oluş ayrıca hemşirelik öğrencilerinin ileride hemşire olarak çalışmaya devam etme kararlarını da etkilemektedir (Melnik ve ark., 2018). Özellikle COVID-19 sırasında hemşire işgücü eksikliği büyük bir küresel endişe kaynağı olmuştur (Lynch ve ark., 2021). Çinli hemşirelik öğrencilerinin %49.1'i bölüm değiştirmeyi planlarken, %45.4'ü mezuniyet sonrası hemşirelik yapmaya ilgi duymadığını belirtmiştir (Lin ve ark., 2021). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik iyi oluşu, hemşirelik mesleğinin geleceği ve hasta bakımı açısından oldukça önemli bir konu olduğu düşünülmektedir.

Tartışmanın ikinci bölümünde hemşirelik öğrencilerinin Genel Sağlık Anketi puan ortalamaları tartışılmıştır.

Araştırmada hemşirelik öğrencilerinin Genel Sağlık Anketi (GSA-12) puan ortalaması 3.31 ± 3.06 olup, bu değer öğrencilerin ruh sağlığı sorunları açısından orta düzeyde riskli grupta yer aldığını göstermektedir (Tablo 4.2). GSA-12 puanı ≥ 2 olanların ruhsal sorunlar geliştirme riski altında olduğu düşünüldüğünde, çalışmamıza katılanların çoğunluğunun ruhsal sorunlar geliştirme riski altında olduğu söylenebilir.

Uluslararası çalışmalar incelendiğinde McDermot ve ark. (2021) tarafından yapılan çalışmada, hemşirelik öğrencilerinin ruh sağlığı değerlendirildiğinde, yüksek stres belirtileri, reddedilme hissi ve kendilerini yetersiz hissetme gibi durumların

yaşandığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca, Hand ve ark.'nın (2022) hemşirelik öğrencilerinde yaptığı çalışmada, öğrencilerin dayanıklılık ve algılanan ruh sağlığı puanları genel nüfusa kıyasla daha düşük bulunmuştur. Çalışmada, ağır iş yükü, pes etme düşünceleri ve programda geçirilen süre gibi faktörlerin düşük dayanıklılığa katkıda bulunduğu belirtilmiştir. COVID-19 pandemisiyle ilgili yapılan bir araştırmada, üniversite öğrencilerinin %63'ü, 2020 sonbahar döneminden bu yana ruh sağlıklarının bozulduğunu belirtmiştir (Morton, 2022). Ruh sağlığının iyi olması, sadece psikiyatrik bir tanının olmaması anlamına gelmez. Zorluklara karşı dirençli olmak, sağlıklı başa çıkma mekanizmaları geliştirmek ve kendine şefkat göstermek de ruh sağlığının önemli bileşenleridir (Jenkins ve ark., 2019). Türkiye'de GSA-12 puanı kullanılarak yapılan araştırmaları incelediğimizde Demir (2017), çalışmasına katılan birinci ve dördüncü sınıf öğrencilerinin ortalama GSA-12 puanlarının sırasıyla 2.24 ± 2.49 ve 2.23 ± 2.70 olduğunu göstermiştir. Öğrenci hemşirelerin ruh sağlığını değerlendiren farklı çalışmalarda elde edilen verilere göre, son sınıftaki öğrencilerin genel sağlık anketi puanları 4.00 olarak belirlenmiştir. GSA-12'den 4.00 ve üzeri puan alan bireylerin, ruh sağlığı açısından yüksek risk altında olduğu belirtilmektedir (Öztürk ve Aktaş, 2010). Başka bir çalışmada hemşirelik öğrencilerinin GSA-12 puan ortalaması 3.61 bulunmuştur (Aynacı,2020). Günal ve ark. (2018) çalışmasında Genel Sağlık Skoru ortalaması 2.64 ± 2.66 bulunmuştur. Farklı bir çalışmada ise, hemşirelik öğrencilerinin %38.2'si GSA-28'den 5 ve üzeri puan alarak ruh sağlığı açısından riskli olarak bulunmuştur (Uysal ve Yenil, 2014). Hemşirelik öğrencileriyle yapılan başka bir çalışmada ise ruhsal olarak riskli bulunanların oranı bu çalışmaya benzer şekilde %62.6 olarak bulunmuştur (Nazik ve Dişli, 2022). Öğrencilerin büyük bir kısmının ruhsal yönden riskli bulunması ve yüksek GSA-12 puanları, öğrencilerde ruh sağlığı sorunlarının yaygın olabileceğini ortaya koymaktadır. Ortaya çıkan bu benzerliğin hemşirelik mesleğinin zorlayıcı doğası, eğitim

sürecindeki stres, kişisel faktörler ve çevresel koşullar gibi bir dizi etkenin bir araya gelmesiyle kaynaklandığı düşünülmektedir. Bingöl ve ark. (2012) tarafından yapılan bir çalışmada ise bu puan 1.93 olup ruh sağlığı sorunları açısından düşük risk olarak bulunmuştur. Ortaya çıkan bu farklılığın örneklemin demografik özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bingöl ve ark.'nın (2012) yaptığı çalışma da öğrencilerin %79.7'sinin gelir düzeyi orta, %16.9'unun ise gelir düşük olarak saptanmıştır. Bizim çalışmamızda ise %57.05'inin gelir gidere eşit, %30.54'ünün ise gelir giderden az olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.1) Düşük sosyoekonomik düzey ruh sağlığı sorunları riskini arttırabilir. Bu bilgiler ışığında, hemşirelik öğrencilerinde ruh sağlığı konusunda daha fazla araştırmanın yapılması ve bu alandaki çalışmaların çeşitlendirilmesi önemlidir. Daha geniş örneklem grupları ve farklı yöntemler kullanılarak yapılan araştırmalar, hemşirelik öğrencilerinin ruh sağlığı sorunları açısından daha iyi anlaşılmasına ve hemşirelik eğitim süreçlerinin geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

Tartışmanın üçüncü bölümünde hemşirelik öğrencilerinin Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği puan ortalamaları tartışılmıştır.

Araştırmada hemşirelik öğrencilerinin Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği (PSAÖ) puan ortalaması 62.11 ± 12.70 olup, bu değer öğrencilerin psikolojik sermaye düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir (Tablo 4.2).

Uluslararası literatür incelendiğinde, üniversite öğrencilerinde yüksek psikolojik sermayenin öğrenmeyi teşvik edebileceği, engelleri aşabileceği ve gelecekteki hedeflere ulaşmayı kolaylaştırabileceği ve akademik katılımı önemli ölçüde olumlu bir şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur (You, 2016). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sermayelerinin klinik staj dönemindeki geçiş şokuyla ilişkili olup olmadığını inceleyen bir çalışmada psikolojik sermayenin geçiş şokunu önemli ölçüde etkilediğini ortaya koymuştur. Aynı çalışma hemşirelik eğitimcilerinin psikoloji sermayeyi geliştirerek

hemşirelik öğrencilerinin okuldan gerçek dünya klinik ortamına başarılı bir şekilde geçişine odaklanması gerektiği vurgulanmıştır (Woo ve Kim, 2022). Hemşirelik alanında yapılan bazı çalışmalar (Van der Heijden ve ark., 2019) hemşirelerin psikolojik sermayesinin iş tükenmişliği ile negatif ilişkili olduğunu ve iş performansı (An ve ark., 2020), duygusal emek stratejisi (Peng ve ark., 2013), duygusal zeka (Gong ve ark., 2019) vb. gibi iş tükenmişliğiyle ilgili çeşitli etki faktörlerinde aracılık rolü oynadığını göstermiştir. Ayrıca psikolojik sermayesi yüksek olan hemşirelerin çalışmaya daha istekli oldukları (Flinkman ve ark., 2023; Grover ve ark., 2018; Lu ve ark., 2023; Tian ve ark., 2023); daha yüksek örgütsel bağlılık gösterdikleri (Huo ve ark., 2020), ve örgütte kalma konusunda daha yüksek niyet gösterdikleri (Luthans&Jensen, 2005) yapılan çalışmalarda ortaya konulmuştur.

Ülkemizde yapılan çalışmalar incelendiğinde hemşirelik öğrencilerinde psikolojik sermayenin alt boyutları olan öz yeterlilik, iyimserlik, umut ve psikolojik dayanıklılıkla ilgili ayrı ayrı çalışmalar vardır. Ancak alt boyutların toplamından daha büyük bir değer taşıyan psikolojik sermaye hemşirelik öğrencilerinde incelenmemiştir. Psikolojik sermayeyle yapılan çalışmalar daha çok kurumsal alanda çalışanlara yönelik yapılmıştır ve çok azı üniversite öğrencilerinin psikolojik sermayeleriyle ilgilidir. Bunları incelediğimizde; bir üniversitede öğrenim gören üniversitenin çeşitli fakültelerinden alınan örneklem içerisinde Sağlık Bilimleri Fakültesi'nin de olduğu üniversite öğrencilerinin yüksek düzeyde psikolojik sermaye algısına sahip oldukları (Atila,2019), farklı çalışmalarda ise bizim çalışmamızla benzer şekilde üniversite öğrencilerinin psikolojik sermaye düzeylerinin yüksek ve ortalamanın üzerinde olduğu (Çepik,2022; Yelboğa,2022; Kılınç ve Kanayran, 2020; Özen, 2022) bulunmuştur. Hemşirelik ve diğer üniversite öğrencilerinde psikolojik sermaye düzeylerinin benzer şekilde yüksek olması, üniversite ortamının sağladığı arkadaşlık ilişkileri, sosyalleşme imkanları,

akademik danışmanlık ve kişisel gelişim fırsatlarının bir araya gelerek öğrencilerin psikolojik sağlığını olumlu yönde etkilemesinden kaynaklanıyor olabilir.

Hemşirelerle ilgili yapılan araştırmalara göre, hemşirelerin çoğunlukla çalıştığı hastanelerde psikolojik sermaye düzeyleri genellikle yüksek bulunmuştur. Örneğin, Yıldız ve Örüçü (2016) çalışmasında, çalışanların %51.1'inin hemşire veya ebe olduğu bir hastanede pozitif psikolojik sermaye düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde, Güneş (2023), Arıkan (2023), Korana (2022) ve Kaya (2020) gibi diğer çalışmalarda da hemşirelerin psikolojik sermaye puanlarının yüksek veya orta düzeyin üzerinde olduğu görülmüştür. Çetin (2021) ise hemşirelerin psikolojik sermayesinin eğitim düzeyi, hizmet yılı ve görev gibi faktörlere göre farklılaşabileceğini belirtmiştir. Hemşirelik öğrencileri ve hemşirelerde psikolojik sermayenin yüksek çıkmasının benzer olması, hemşirelik mesleğinin kendine özgü dinamikleri ve bireysel özelliklerin bir araya gelmesinden kaynaklanan bir durum olabilir.

Tartışmanın dördüncü bölümünde araştırmada yapısal eşitlik modelinin kullanıldığı dört temel hipotez vardır. Bu bölümde dört hipotez ayrı ayrı tartışılmıştır.

Araştırmanın birinci hipotezinin test edilmesi için kurulan birinci model incelendiğinde, psikolojik iyilik hali ile ruh sağlığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirten ilk hipotezi doğrulanmaktadır. Psikolojik iyi oluş, genel sağlık anketi puanlarını negatif yönde etkilemektedir. Başka bir deyişle, öğrencilerin daha yüksek psikolojik iyilik halleri, genel sağlık anketi puanlarını düşürerek daha iyi ruhsal sağlıkları ile ilişkilidir. Bu sonuçlar önceki araştırmaların sonuçlarıyla uyumludur. Elde edilen bulgular, günlük ruhsal uygulamaların, manevi destek almanın ve kişinin kendi ruhsal değerlendirmesinin ruh sağlığı ve genel iyilik hali üzerindeki önemli etkisini vurgulayan mevcut literatürle paralellik göstermektedir (Bozek ve ark., 2020; Jafari ve ark., 2010; Mein-Woei, 2020). Ruhsal iyilik hali, bireyin çevreye uyum sağlama becerisini artırarak, iç dünyası ile dış

dünyası arasındaki dengeyi kurmasına yardımcı olur. Bu durum, psikolojik sağlığın iyileşmesine ve genel olarak insan sağlığının gelişmesine katkı sağlar (Vaingankar ve ark., 2021). Labrague (2021) tarafından pandemi döneminde yapılan 301 hemşirelik öğrencisi ile gerçekleştirilmiş kesitsel tipteki çalışmada; hemşirelik bölümü öğrencilerinin stres düzeylerinin yüksek ve psikolojik iyi oluşlarının orta düzey olduğu bulunmuştur. Başka bir çalışma, hemşirelik öğrencilerinde akademik stresin genel ruh sağlığı ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Aynı çalışma da tüm derslerde benzer öğretim yöntemleri kullanılmasına rağmen, son sınıf öğrencilerinin, birinci sınıf öğrencilerine göre daha iyi psikolojik bir refaha sahip olduğu bulunmuştur (Reverté-Villarroya ve ark., 2021). Bu bulgular, hemşirelik eğitiminin, öğrencilerin ruh sağlığını olumlu yönde etkileyerek ve psikolojik iyi oluşlarını artırarak olası ruhsal sorunlara karşı koruyucu bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir. Kent ve ark. (2019) yüksek stres düzeylerinin hemşirelerin ruh sağlığını ve iyi oluşunu olumsuz yönde etkilediğini ve mesleki tükenmişlikle ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Lisans öğrencilerinin ruh sağlığı, stres düzeyi, psikolojik iyilik hali ve öz düzenleme becerileri üzerine yapılan bir çalışmada, öğrencilerin çoğunlukla düşük düzeyde ruh sağlığına sahip olduğu ve yüksek düzeyde strese maruz kaldığı, ancak aynı zamanda yüksek düzeyde bir iyilik hali bildirdiği ve orta düzeyde öz düzenleme becerilerine sahip olduğu bulunmuştur. Yapılan analizler, öğrencilerin öz düzenleme becerilerinin, stres düzeyleri, psikolojik iyilik hallerini ve ruh sağlığı üzerinde önemli bir etkisi olduğunu ortaya koymuştur (Durand-Bush ve ark., 2015). Lyubomirsky ve ark. (2005) mutluluk üzerine yaptığı çalışmalarda, mutluluğun (ki bu psikolojik iyi oluşun bir parçasıdır) fiziksel sağlık, daha uzun yaşam ve daha iyi sosyal ilişkiler gibi birçok olumlu sonuçla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Pozitif psikoloji alanında çalışan Fredrickson (2001), yaptığı araştırmalarla olumlu duyguların (mutluluk, sevgi, hayranlık gibi) bireylerin zorluklarla başa çıkma becerilerini artırarak

ruh sağlığını gclendirdiğini ortaya koymuştur. Fredrickson'a (2001) göre pozitif duygular hem iyi oluşun göstergesidir hem de iyi oluşa katkıda bulunurlar.

Hemşirelik ğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarını etkileyen faktörleri inceleyen bir çalışmada psikolojik iyi oluşlarının, bazı sosyodemografik değişkenlerden, aile ve arkadaş ilişkilerinden, sorunlarla başa çıkma biçimlerinden, fiziksel ve ruhsal sağlık durumundan etkilendiği sonucuna varılmıştır (Yıldırım ve ark., 2021). Başka bir araştırmada hemşirelik ğrencilerinde Beck depresyon envanteri ile psikolojik iyi oluş puanları arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu, depresyon düzeyinin artmasıyla psikolojik iyi oluşun azaldığını göstermektedir (akmacı ve ner, 2022). Literatürde yapılan diğer çalışmalarda, psikolojik iyi oluş düzeyinin yüksek olduğu bireylerde depresif belirtilerin daha az görüldüğünü desteklemektedir (AbdelRouf ve ark., 2022; Boyraz ve Lightsey, 2012; Cheng ve Furnham, 2003). Bu alışmalar göz önünde bulundurulduğuunda psikolojik iyi oluşun, bireylerin genel sağlığı ve yaşam kalitesi için oldukça önemli olduğu görülmektedir. Özellikle hemşirelik öğrencileri gibi stresli ortamlarda çalışan bireylerin, psikolojik iyi oluşlarını korumak ve artırmak daha da önemlidir. Bu çalışmaların sonuçları, psikolojik iyi oluşun sadece bireyin kişisel mutluluğu için değil, aynı zamanda genel ruh sağlığı için de önemli olduğunu göstermektedir. Psikolojik iyi oluş ve ruh sağlığı birbirini etkileyen ve destekleyen kavramlardır. Hemşirelik ğrencilerinde psikolojik iyi oluşu artırmak için çaba göstermek, aynı zamanda ruh sağlığının da korunmasına yardımcı olacaktır.

Araştırmanın ikinci hipotezinin test edilmesi için kurulan ikinci model incelendiğinde psikolojik iyi oluşun psikolojik sermaye üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu belirten ikinci hipotezi doğrulanmaktadır. Psikolojik iyi oluşun psikolojik sermaye üzerinde pozitif bir etkisi vardır. Başka bir deyişle öğrencilerin daha yüksek psikolojik iyilik halleri daha yüksek psikolojik sermaye düzeyleri anlamına gelmektedir.

Kendini iyi hisseden bireyler, daha yüksek düzeyde öz yeterlilik, iyimserlik, umut ve dayanıklılığa sahip olma eğilimindedir.

Yapılan bir çalışmada psikolojik sermayenin psikolojik iyi oluş düzeyini anlamlı ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Bu sonuç psikolojik sermaye düzeyi yüksek katılımcıların, psikolojik iyi oluş düzeylerinin de yüksek olacağı ve psikolojik sermaye düzeyindeki artışın psikolojik iyi oluş düzeyinde de artışa neden olacağı şeklinde yorumlanabilir (Akdoğan ve Polatçı, 2013). Başka bir araştırma da, psikolojik sermaye ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon olduğu belirlenmiştir. Aynı çalışmada psikolojik sermayenin psikolojik iyi oluş üzerinde tükenmişlik aracılığıyla dolaylı bir etkisi olduğu da bulunmuştur (Manzano-Garcia ve Ayala, 2017). Bu çalışmalar, psikolojik sermayenin psikolojik iyi oluş üzerindeki olumlu etkisini desteklemektedir.

Umut, iyimserlik, öz yeterlilik ve dayanıklılık gibi psikolojik sermaye bileşenleri, bireylerin zorluklarla daha iyi başa çıkmasını, daha az kırılabilirlik yaşamasını, olumlu duygularını artırmasını ve yaşam hedeflerine ulaşma olasılıklarını yükseltmesini sağlar. Bu sayede, psikolojik sermayesi yüksek kişiler, depresyon ve kaygı gibi olumsuz duygularla daha etkili bir şekilde mücadele edebilirler (Duan, 2016). Psikolojik sermaye insanları daha dayanıklı, uyumlu, gelecek hakkında iyimser ve yeteneklerine güvenen hale getirir (Turliuc ve Candel, 2021; Liu ve ark., 2013). Üniversite eğitmenleri, üniversite müfredatında öğrencilerin öz yeterlilik, iyimserlik, umut ve dayanıklılık gibi psikolojik sermaye boyutlarına odaklanmaları gerekir. Psikolojik sermaye, öğrenciler için değerli bir kaynak olabilir, eğitimlerini psikolojik ve fiziksel olarak daha sağlıklı bir şekilde dengelemelerine yardımcı olabilir (Nafees ve Jahan 2017). Yapılan çalışmalar, öğrencilerin psikolojik sermayesinin bileşenleri ile refah, yaşam doyumu ve pozitif duygusal deneyim arasında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Younas ve ark.,

2020; Estiri ve ark., 2016). Mevcut çalışmanın sonuçlarına göre, öğrenciler arasında psikolojik sermayeye çok ihtiyaç duyulduğu anlaşılmaktadır. Bu nedenle, hemşirelik öğrencilerinin geleceğe dair umutlarını artırmak, dayanıklılıklarını güçlendirmek, öz yeterliliklerini geliştirmek ve psikolojik sağlıklarını iyileştirmek için psikolojik sermayeye yönelik müdahalelerin önemi büyüktür. Bu müdahalelerin, hemşirelik öğrencilerinin hem akademik başarılarını artırmalarına hem de mesleki yaşamlarına daha iyi hazırlanmalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın üçüncü hipotezinin test edilmesi için kurulan ikinci model incelendiğinde, psikolojik sermayenin ruh sağlığı üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu belirten üçüncü hipotezi doğrulanmaktadır. Psikolojik sermaye genel sağlık anketi puanlarını negatif yönde etkilemektedir. Başka bir deyişle, öğrencilerin daha yüksek psikolojik sermaye düzeyleri genel sağlık anketi puanlarını düşürerek daha iyi ruhsal sağlıkları ile ilişkilidir. Daha yüksek ruh sağlığına sahip öğrenciler daha yüksek düzeyde psikolojik öz yeterlilik bildirmiştir. Bu bulgular, diğer çalışmaların sonuçlarıyla tutarlıdır (Asghari ve ark., 2014; Rakhshanderou ve ark., 2021). Psikolojik olarak iyimser, öz yeterlikli, dayanıklı ve umut dolu olan bireyler, yaşamın anlamı, amacı ve değerleri konusunda daha tutarlı ve uyum sağlayıcı bir bakış açısına sahip olma eğiliminde olabilirler. Başka bir deyişle, bireylerin psikolojik sermayelerini artırırken aynı zamanda psikolojik iyi oluşlarını desteklemek, onları psikolojik sermaye açısından daha elverişli bir konuma getirecektir. Krasikova ve ark. (2015), psikolojik sermaye düzeyinin azalmasının post-travmatik stres bozukluğu, anksiyete, depresyon ve madde bağımlılığı gibi psikiyatrik rahatsızlıkların riskini artırdığını belirtmiştir. Benzer şekilde, daha önceki araştırmalar da psikolojik sermaye ile stres, kaygı, işyerinde yaşanan hayal kırıklıkları ve tükenmişlik gibi olumsuz durumlar arasında güçlü bir negatif ilişki olduğunu göstermiştir (Krasikova ve ark., 2015; Selvaraj ve Bhat, 2018; Finch ve ark., 2020). Pandemi sürecinde

üniversite öğrencilerinde yapılan bir araştırma, psikolojik sermaye ile anksiyete ve depresyon semptomları arasında negatif bir korelasyon olduğunu ortaya koymuştur. Bulgular, psikolojik sermayesi yüksek olan öğrencilerde anksiyete ve depresyon düzeylerinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, psikolojik sermayenin üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlığını koruma ve iyileştirme potansiyelini sahip olduğunu vurgulamaktadır (Wang ve ark., 2023). Literatürdeki bir diğer çalışma, psikolojik sermaye ile duygusal, sosyal ve psikolojik refah arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, yüksek psikolojik sermayeye sahip çalışanların daha iyi ruh sağlığı içinde olduklarını ortaya koymuştur (Al-Ghazali ve Afsar, 2022).

Hemşirelik öğrencileri, çeşitli problemlerle başa çıkmaya çalışırken, aynı zamanda hemşirelik mesleğinin getirdiği zorluklarla da karşılaşır. Psikolojik sermaye, hemşirelik öğrencilerinin ruh sağlığı için önemli bir konudur. Yapılan araştırmalar, psikolojik sermayenin yüksek olmasının, daha iyi bir ruh sağlığı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, psikolojik sermayenin hemşirelik öğrencilerinin ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkisi, hemşirelik eğitimi ve uygulamaları açısından oldukça önemli bir konudur.

Araştırmanın dördüncü hipotezinin test edilmesi için kurulan üçüncü model incelendiğinde psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı üzerindeki etkisinde psikolojik sermayenin aracılık rolü olduğunu belirten dördüncü hipotezi doğrulanmaktadır. Araştırmamızda hemşirelik öğrencilerinde psikolojik sermayenin psikolojik iyilik hali ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiği bulunmuştur. Psikolojik sermayenin ve psikolojik iyi oluşun ruh sağlığı üzerindeki etkisini iyileştirdiği görülmektedir. Başka bir deyişle, daha yüksek psikolojik iyi oluşa sahip bireylerin daha yüksek psikolojik sermayeye sahip olma olasılığı daha yüksektir ve bu da ruh sağlığını iyileştirebilir. Psikolojik sermayenin psikolojik iyi oluş ve ruh sağlığı arasındaki ilişkideki aracı rolüne

dair bulgularımız, önceki çalışmalarla da desteklenmektedir. Birkaç çalışmada, psikolojik sermaye aracı değişken olmuştur (Liu ve ark., 2013; Liu ve ark., 2015). Başka bir çalışmada, psikolojik sermayenin olumsuz yaşam olayları ve üniversite stresiyle başa çıkma arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiği görülmüştür (Liu ve ark., 2015). Sonuçlar, psikolojik sermayenin günlük stresli olaylarla başa çıkmak için olumlu bir kaynak olduğunu ve hemşirelik öğrencilerinin üniversite hayatına daha kolay uyum sağlamalarını olumlu etkilediğini göstermiştir (Liu ve ark., 2015). Yüksek düzeyde psikolojik sermaye, bir kişinin ruh sağlığıyla ilgili değişikliklere ve çevresel koşullara yanıt olarak başa çıkma yöntemini etkileyebilir ve bu da ruh sağlığını korumasına yardımcı olur (Hansen ve ark., 2015). Bir başka araştırma, hemşirelerin yüksek psikolojik sermayesinin, olumlu duygularını artırırken olumsuz duygularını azalttığını ve genel refahlarını yükselttiğini ortaya koymuştur (Rahimnia ve ark., 2013). Parviniannasab ve arkadaşlarının (2022) çalışmasında ise manevi refah ve psikolojik iyi oluş daha düşük ruh sağlığı sorunlarıyla ilişkilendirilmiş, zihinsel sağlığın psikolojik sermayenin aracılık ilişkisiyle etkilendiği gösterilmiştir.

Literatürde psikolojik sermayenin aracı rolünün değerlendirildiği sınırlı sayıda çalışmanın olması bu çalışmanın özgün değeri olarak düşünülmektedir. Bu bağlamda bu çalışmanın bulguları, hemşirelik öğrencilerinin ruh sağlığının korunması ve iyileştirilmesi için psikolojik sermaye düzeylerinin geliştirilmesinin önemini vurgulamaktadır. Özellikle psikolojik iyi oluş düzeylerinin geliştirilmesi ve psikolojik sermaye düzeylerinin artırılması hemşirelik öğrencilerinin ruhsal sağlıklarını korumalarına destek olarak stresle daha iyi başa çıkmalarını ve mesleki yaşamlarına daha olumlu bir bakış açısıyla yaklaşmalarını kolaylaştıracağı düşünülmektedir. Bu alanda yapılacak deneysel çalışmalar, psikolojik sermayeyi geliştirmeye yönelik müdahalelerin etkinliğini değerlendirmek için önemli bir adım olacaktır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Hemşirelik öğrencilerinde psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkilerde psikolojik sermayenin aracı rolünün araştırılması amacıyla 943 öğrenci ile yürütülen bu çalışmadan elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

- Öğrencilerin ruhsal hastalıklar yönünden orta düzeyde riskli grupta yer aldıkları, psikolojik iyi oluş düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğu ve psikolojik sermaye düzeylerinin yüksek seviyede olduğu bulunmuştur.
- Öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri arttığında ruh sağlığına yönelik sorunları azalmaktadır.
- Öğrencilerin psikolojik sermayeleri arttığında ruh sağlığına yönelik sorunları azalmaktadır.
- Öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeyleri arttıkça psikolojik sermaye düzeyleri artmaktadır.
- Hemşirelik öğrencilerinde psikolojik iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkide psikolojik sermayenin kısmi aracılık yaptığı belirlenmiştir.

Bu sonuçlar doğrultusunda;

- Hemşirelik öğrencilerinin ruh sağlığına yönelik sorunlarını azaltmada psikolojik iyi oluşlarını arttırmaya ve psikolojik iyi oluşlarını artırma da etkili olabilecek psikolojik sermayelerini arttırmaya yönelik psikososyal müdahalelerin planlanması önerilebilir.
- Hemşirelik eğitim programlarına, psikolojik sermayeyi arttırmaya yönelik dersler veya müdahaleler eklenebilir. Bu müdahaleler, öğrencilere stres yönetimi teknikleri, pozitif psikoloji temelli çalışmalar, problem çözme ve sosyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesi gibi konularda bilgi ve beceri kazandırabilir.

- Akademik personel, öğrencilerin psikolojik durumlarını anlama ve destekleme konusunda eğitilebilir.
- Psikiyatri hemşireliği gibi zorlu bir alanda çalışan profesyonellerin psikolojik sermayelerini güçlendirme eğitimleri hizmet içi eğitim programlarına eklenebilir. Bu sayede hemşireler, daha etkili bir şekilde çalışabilir, iş tatminlerini artırabilir ve mesleki yaşamlarında daha uzun süreli başarıya ulaşabilirler.
- Çalışmanın sonuçları, hemşirelik eğitimi ve uygulamaları için önemli çıkarımlar sağlayacağı için hemşirelik öğrencilerinin genel sağlığını ve mesleki yaşamlarını olumlu yönde etkileyecek müdahalelerin geliştirilmesine katkı sağlayabilir.
- Psikolojik sermayeyi etkileyen bireysel ve eğitim ile ilişkili faktörleri inceleyen deneysel çalışmalar yapılması önerilir.
- Bu alanda yapılacak daha fazla araştırma, hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sağlığına yönelik daha kapsamlı ve etkili müdahalelerin geliştirilmesine katkı sağlayabilir.
- Araştırmanın farklı bağımsız değişkenlerle tekrarlanması etki eden faktörlerin belirlenmesine katkı sağlayabilir.
- Bu araştırma Erzurum ilinde hemşirelik eğitimi alan öğrenciler ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın farklı örneklemelerde de tekrarlanması araştırma sonuçlarının genellenebilirliğine, katkı sağlaması açısından önemli olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Abdel Rouf, S.Y., Gabr, H.M., Al-Wutayd, O., Al-Batanony, M.A. (2022). Video Game Disorder And Mental Wellbeing Among University Students: A Crosssectional Study. *an African Medical Journal*, C.41, S.89, S.1-12.
- Akdoğan, A., & Polatçı, S. (2013). Psikolojik sermayenin performans üzerindeki etkisinde iş aile yayılımı ve psikolojik iyi oluşun etkisi/The role of work family spillover and psychological well-being on the effect of psychological capital on performance. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(1), 273-294.
- Al-Ghazali, B. M., & Afsar, B. (2022). Impact of psychological capital on mental health, readiness for organizational change, and job insecurity: hotel employees' perspective in COVID-19. *Journal of Tourism Futures*.
- An, M., Shin, E. S., Choi, M. Y., Lee, Y., Hwang, Y. Y., and Kim, M. (2020). Positive psychological capital mediates the association between burnout and nursing performance outcomes among hospital nurses. *Int. J. Environ. Res. Public Health*
- Anık, S., & Tösten, R. (2019). Öğretmenlerin Pozitif Psikolojik Sermaye Algıları İle Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(69), 332-342.
- Arıkan, S.S., (2023). Hemşirelerde Psikolojik Sermaye, Tükenmişlik Düzeyleri ve İlişkili Faktörler. (Tez No. 828519) [Yüksek Lisans, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Asghari F, Saadat S, Atefi Karajvandani S, Janalizadeh Kokaneh S. (2014). The relationship between academic self-efficacy and psychological well-being, family cohesion, and spiritual health among students of Kharazmi University. *Iran J Med Educ*; 14(7):581–93.

- Asheghi, H., Asheghi, M., & Hesari, M. (2020). Mediation role of psychological capital between job stress, burnout, and mental health among nurses. *Pract Clin Psychol.* 2020;8(2):99–108.
- Aştı, N., Acar, G., Bağcı, H., & Bağcı, İ. (2005). Sağlık bakım profesyoneli olarak yetiştirilecek öğrencilerin ruhsal durumları ve yaklaşımlar. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15, 25-35.
- Atila, F., (2019). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sermaye, Sınıf Bağlılığı Ve Okula Yabancılaşma Algıları Arasındaki İlişkinin Analizi. (Tez No. 551622) [Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Atila, F., Dönmez, B. (2022). Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği: Bir Ölçek Geliştirme Çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(1), 515-538.
- Austin, E. J., Saklofske, D. H., & Egan, V. (2005). Personality, well-being and health correlates of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 38(3), 547-558.
- Aydın, A., Kahraman, N., & Hiçdurmaz, D. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeylerinin belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(1), 40-47.
- Aydoğdu, A., Yıldırım, N. K., Özkan, M., & Özkan, S. (2012). Gelişimsel ve Durumsal Krize Müdahale: Olgu Sunumu. *Journal of Psychiatric Nursing/Psikiyatri Hemşireleri Dernegi*, 3(2):92-97.
- Aynacı, G. (2020). Investigation of the stress index, general health and affecting parameters of student nurses in Turkey. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 100-107.

- Baron, R.M., Kenny, D.A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction In Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, And Statistical Considerations. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 51 (6), 1173- 1182. Ss.
- Barry MM, Jenkins R. (2007). Implementing Mental Health Promotion. Oxford, England: Churchill Livingstone, Elsevier.
- Bingöl G, Gebeş R, Yavuz R.(2012). Amasya Sağlık Bilimleri Yüksekokulu öğrencilerinin genel sağlık durumlarının bazı değişkenlere göre analizi . *Med J Goztepe Training Res Hosp* . 27 (3):106-111.
- Bostancı, N. (2005). Ruhsal bozukluğu olan bireylere yönelik stigma ve bunun azaltılmasına yönelik uygulamalar. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 18(1), 32-38.
- Boyraz, G., Lightsey, Jr O.R. (2012). Can Positive Thinking Help? Positive Automatic Thoughts As Moderators Of The Stress–Meaning Relationship. *American Journal Of Orthopsychiatry*, C.82, S.2, S.267.
- Bożek A, Nowak PF, Blukacz M. (2020). The relationship between spirituality, health-related behavior, and psychological well-being. *Front Psychol*. 211:1997.
- Bozkurt H., 2023. Hemşirelerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ve koruyucu faktörlerin incelenmesi. (Tez No. 778997) [Yükseklisans Tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Carr A. (2016). Pozitif psikoloji (Çev. Ed. Şendilek Ü) Kaknüs. İstanbul.
- Cheng, H., Furnham, A. (2003). Attributional Style And Self-Esteem As Predictors Of Psychological Well Being. *Counselling Psychology Quarterly*, C.16, S.2, S.121-130.

- Çakmakcı, B., (2022). Hemşirelik Fakültesi öğrencilerinde nomofobi, depresyon ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Tez No. 768260) [Yükseklisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Çakmakcı, B., Öner, H. (2022). Hemşirelik Fakültesi öğrencilerinde nomofobi, depresyon ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(1), 152-171.
- Çepik Kiriş, H. (2022). The Impact Of Psychological Capital And Willingness To Communicate Among Efl Students. (Tez No. 745261) [Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Çetin, F., & Basım, H. N. (2012). Örgütsel psikolojik sermaye: Bir ölçek uyarlama çalışması. *Amme İdaresi Dergisi*, 45(1), 121-137.
- Çetin, Y. (2021). İşyeri Nezaketsizliğinin Psikolojik Sermaye Düzeyine Etkisi: Hemşireler Üzerine Bir Araştırma. *Karya Journal Of Health Science*, 2(3), 66-70.
- Danacı, A., Karaca N. ve Deveci A. (2005). Şizofreni hastalarında aile işlevselliği ile sosyal işlevsellik arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Türkiye’de Psikiyatri Dergisi*, 3(7). 103-108.
- Davidson, L., Sells, D., Songster, S., & O’Connell, M. (2005). Qualitative studies of recovery: What can we learn from the person? In R. O. Ralph & P. W. Corrigan (Eds.), *Recovery in mental illness: Broadening our understanding of wellness* (pp. 147-170). American Psychological Association.
- Demir S.(2017). Lisans düzeyindeki bir hemşirelik programının öz saygı, boyun eğici davranışlar ve ruhsal sorunlar üzerindeki etkileri: tanımlayıcı bir kohort çalışması. *EC Psychol Psychiatry* . 2 (5):172-179.

- Di Maggio, I., Ginevra, M. C., & Nota, L. (2021). The Role of Psychological Capital in Human Service Professionals' Work Experiences. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 11(3), 639–648
- Diener E. (2000). Subjective well-being: The science of hapiness and proposal for a national index. *American Psychologist* 55 (1): 34-43.
- Diener, E., Lucas, R. E. ve Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. Collabra: *Psychology*, 4(1), 15. doi:10.1525/collabra.115
- Diener E, Wirtz D, Biswas-Diener R, Tov W, Kim-Prieto C, Choi D, et al.(2009). New measures of wellbeing. Social Indicators Research Series, 39.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social indicators research*, 97, 143-156.
- Duan W. (2016). The benefits of personal strengths in mental health of stressed students: a longitudinal investigation. *Qual Life Res.* 25(11):2879–88.
- Durand-Bush, N., McNeill, K., Harding, M. ve Dobransky, J. (2015). Üniversite lisans öğrencileri arasında stres, psikolojik iyilik hali, ruh sağlığı işleyişi ve öz düzenleme kapasitesinin araştırılması: Bu nüfus en iyi şekilde mi işliyor?. *Kanada Danışmanlık ve Psikoterapi Dergisi* , 49 (3).
- Durmaz, Y. (2020). Vakıf üniversitelerinde okuyan öğrencilerin kişilik özelliklerinin içgüdüsel satın alma davranışları üzerindeki etkisinin yapısal eşitlik modeli ile belirlenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*. 70-71
- Egelioğlu N., Er Güneri S., Mert H., Ünsal E., Tokem Y., Yıldırım H. ,(2019). Hemşirelik Öğrencilerinin Eğitim Stresi ve Akademik Başarısı: Üç Farklı Eğitim Yönteminin Etkisi, *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, Cilt, Sayı 2

- Estiri M, Nargesian A, Dastpish F, Sharifi SM.(2016). The impact of psychological capital on mental health among Iranian nurses: considering the mediating role of job burnout. *Springerplus*.;5(1):1–5.
- Ferguson, S.J., Goodwin, A. D. (2010). Optimism and well-being in older adults: the mediating role of social support and perceived control. *Int J Aging Hum Dev*, 71, 43-68.
- Finch J, Farrell LJ, Waters AM. (2020). Searching for the HERO in youth: Does psychological capital (PsyCap) predict mental health symptoms and subjective wellbeing in Australian school-aged children and adolescents? *Child Psychiatry Hum Dev*; 51(6):1025–36.
- Flinkman, M., Rudman, A., Pasanen, M., & Leino-Kilpi, H. (2023). Psychological capital, grit and organizational justice as positive strengths and resources among registered nurses: A path analysis. *Nursing Open*. Advance online publication.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218–226.
- Friedli, L., & World Health Organization. (2009). Mental health, resilience and inequalities (No. EU/08/5087203). Copenhagen: WHO Regional Office for Europe:.
- Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology?. *Review of general psychology*, 9(2), 103-110.
- Ghasemi A., Zahediasl S. (2012). Normality tests for statistical analysis: A guide for non-statisticians. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*. 10(2), 486-489.

- Gilbert, K. E. (2012). The neglected role of positive emotion in adolescent psychopathology. *Clinical psychology review*, 32(6), 467-481.
- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(28), 113-128.
- Gong, Z., Chen, Y., and Wang, Y. (2019). The influence of emotional intelligence on job burnout and job performance: mediating effect of psychological capital. *Front. Psychol.*
- Günal A, Demirtürk F, Arıkan H, İnal B.(2018). Exercise behavior, smoking addiction and general health status of nursing and midwifery students. *HSP*. 5(2):169-178.
- Günay, A., & Çelik, R. (2019). Kariyer Stresinin Psikolojik İyi Oluş ve İyimserlik Değişkenleriyle Yordanması.Süleyman Demirel Üniversitesi *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(33), 205-218.
- Güneş, S., (2023). Hemşirelerde Psikolojik Sermayenin Örgütsel Özdeşleşmeye Etkisi. (Tez No. 822785) [Yüksek Lisans, Çankırı Karatekin Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Güngörmüş K, Okanlı A, Kocabeyoğlu T. (2015). Hemşirelik Öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*.;6(1):9-14
- Hansen A, Buitendach JH, Kanengoni H. (2015). Psychological capital, subjective well-being, burnout and job satisfaction amongst educators in the Umlazi region in South Africa. *SA J Hum Resour Manag*, 13(1):1–9.
- Hand, M. W., Evans, J., Swenty, C., White, A., & Chen, C. (2022). An examination of factors associated with student resiliency. *Nurse Educator*, 47(3), 156–160. <https://doi.org/10.1097/NNE.0000000000001119>

- He FX, Turnbull B, Kirshbaum MN, Phillips B, KlaininYobas P. (2018). Assessing stress, protective factors and psychological well-being among undergraduate nursing students. *Nurse Education Today*, 68, 4-12
- Hefferon, K., Boniwell, I. (2018). *Pozitif psikoloji*. (Çev. E. Doğan T.) Nobel Yaşam. 1. Baskı. Ankara.
- Huang, J., Nigatu, Y. T., Smail-Crevier, R., Zhang, X., & Wang, J. (2018). Interventions for common mental health problems among university and college students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Psychiatric Research*, 107, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2018.09.018>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 1(2), 137-164.
- Huo, C., Akhtar, M., Safdar, M., Aslam, M., Abbas, K., Rafiq, M., & Iqbal, K. (2020). Transformational leadership spur organizational commitment among optimistic followers: The role of psychological capital. *International Journal of Organizational Leadership*, 9, 93–104
- İştar Işıklı, E. (2018). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sermaye: Düzce ilinde bir alan araştırması. *Ekev Akademi Dergisi*, 22 (73).
- Jafari E, Dehshiri GR, Eskandari H, Najafi M, Heshmati R, Hoseinifar J.(2010). Spiritual well-being and mental health in university students. *Proc Soc Behav Sci*; :1477–81.
- Jané-Llopis E, Barry M, Hosman C, Patel V.(2005). Mental health promotion works: a review. *Promot Educ. suppl 2*):9–25, 61, 67.
- Jenkins, E. K., Slemon, A., O’Flynn-Magee, K., & Mahy, J. (2019). Exploring the implications of a self-care assignment to foster undergraduate nursing student

- mental health: Findings from a survey research study. *Nurse Education Today*, 81, 13–18. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.06.009>
- Karaca, T., & Aslan, S. (2019). Hemşirelik öğrencilerinin sağlık durumu algılarının ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4, 734- 739.
- Karacaoğlu, K., & Köktaş, G. (2016). Psikolojik dayanıklılık ve psikolojik iyi olma ilişkisinde iyimserliğin aracı rolü: Hastane çalışanları üzerine bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 3(2), 119-127.
- Kaya, G., (2020). Pozitif Psikolojik Sermayenin Çalışanların Seslilik ve Sessizlik Davranışlarıyla İlişkisi: Hemşirelerde Bir Araştırma. (Tez No. 632627) [Yüksek Lisans, İstanbul Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Kaya M, Genç M, Kaya B, Pehlivan E. (2007). Tıp Fakültesi ve Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinde depresif belirti yaygınlığı, stresle başa çıkma tarzları ve etkileyen faktörler. *Türk Psikiyatri Dergisi* 20;18: 1-9
- Kaya, Y., Güç, E., Kırancı-Şimşek, B., & Cesur-Atınış, M. (2021). The effect of psychodrama group practices on nursing students' self-liking, self-competence and self-acceptance: A quassixperimental study. *Perspectives in Psychiatric Care*, 58(4), 1239-1247. <https://doi.org/10.1111/ppc.12921>
- Kaynak, K. Ö., Öztuna, B., (2020). Bir Üniversite Hastanesinde Sözleşmeli Çalışanları Psikolojik İyi Oluş ve İşyerinde Dışlanma Durumları Arasındaki İlişki , *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi* , 55(4), 2499–2514.
- Kent, W., Hochard, K. D., & Hulbert-Williams, N. J. (2019). Perceived stress and professional quality of life in nursing staff: How important is psychological flexibility?. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 14, 11-19.

- Keyes CL (2002). The mental health continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior* 207-222.
- Kılıç, C. (1996). Genel sağlık anketi: Güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 7(1), 3-9.
- Kılınç, E., & Kanayran, B. (2020). İşletme fakültesi öğrencilerinin psikolojik sermaye düzeylerinin girişimcilik eğilimleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *International Journal of Management and Administration*, 4(7), 34-53.
- Kim, H. K., & McKenry, P. C. (2002). The relationship between marriage and psychological well-being: A longitudinal analysis. *Journal of Family Issues*, 23, 885-911.
- Koç, Z., & Sağlam, Z. (2009). Bir grup üniversite hemşirelik öğrencisinde yalnızlık. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 16(16), 62-73.
- Korana, T., (2022). Hemşirelerde Meslek Algısı Ve Psikolojik Sermaye Düzeyleri. (Tez No. 757258) [Yüksek Lisans, Yozgat Bozok Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Krasikova DV, Lester PB, Harms PD.(2015). Effects of psychological capital on mental health and substance Selvaraj PR, Bhat CS. Predicting the mental health of college students with psychological capital. *J Ment Health*. 2018;27(3):279–87.
- Kuyumcu, B. (2012). Türk ve İngiliz Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Duygusal Farkındalık ve Duygularını İfade Etmelerinin Ülke ve Cinsiyet Değişkenlerine Göre İncelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 14 (2), 1-24.
- Labrague, L. J. (2021). Resilience as a mediator in the relationship between stress-associated with the Covid-19 pandemic, life satisfaction, and psychological well-being in student nurses: A cross-sectional study. *Nurse Education in Practice*, 56, 103182.

- Lazarus, R. S. (2003). Does The Positive Psychology Movement Have Legs? *Psychological Inquiry*, 14, 93–109.
- Lehoczky, M. (2013). The Socio-Demographic Correlations of Psychological Capital. *European Scientific Journal*, 9 (29): 26-42.
- Lin Y, Hu Z, Danaee M, Alias H, Wong LP.(2021). The impact of the COVID-19 pandemic on future nursing career turnover intention among nursing students. *Risk Manag Healthc Policy*; 14:3605.
- Liu C, Zhao Y, Tian X, Zou G, Li P. (2015). Negative life events and school adjustment among Chinese nursing students: the mediating role of psychological capital. *Nurse Educ Today*, 35(6):754–9.
- Liu L, Pang R, Sun W, Wu M, Qu P, Lu C, Wang L. (2013). Functional social support, psychological capital, and depressive and anxiety symptoms among people living with HIV/AIDS employed full-time. *BMC Psychiatry*; 13(1):1–10.
- Lu X., Wang L., Xu G., Teng, H., Li, J., & Guo, Y. (2023). Development and initial validation of the psychological capital scale for nurses in Chinese local context. *BMC Nursing*, 22, 28.
- Luthans F, Youssef, C.M. ve Avolio B.J. (2015). *Psychological Capital And Beyond*. New York: Oxford University Press.
- Luthans, F., Youssef, C.M., Avolio, B.J. (2006). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. USA: Oxford University Press.
- Luthans, F. (2011). *Organizational Behavior: an Evidence-Based Approach*. (12th ed.). New York: McGraw-Hill-Irwin.
- Luthans, F. ve Youssef, C.M. (2004). *Human, Social and Now Positive Psychological Capital Management: Investing in People for Competitive Advantage*,

- Luthans, F., Avey, J. B. ve Avolio, B. J. ve Peterson, S. (2010). The Development and Resulting Performance Impact of Positive Psychological Capital. *Human Resource Development Quarterly*. 21(1): 41-67.
- Luthans, F., Avolio, B.J., Avey, J.B., Norman, S.M. (2007). Positive Psychological Capital: Measurement and Relationship With Performance and Satisfaction. *Personnel Psychology*, 60, 541- 572.
- Luthans, K. W., & Jensen, S. M. (2005). The linkage between psychological capital and commitment to organizational mission: A study of nurses. *Journal of Nursing Administration*, 35(6), 304–310.
- Lynch J, Evans N, Ice E, Costa DK. (2021). Ignoring nurses: Media coverage during the COVID-19 pandemic. *Ann Am Thorac Soc*. 18(8):1278–82.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131. DOI: 10.1037/1089-2680.9.2.111
- Mak, Y., Kao, H. F. A. W. Y., Tam, L. W. C., Tse, W. T. H., Tse, D. Y. P., & Leung, D. (2018). Healthpromoting lifestyle and quality of life among Chinese nursing students. *Primary Health Care Research & Development*, 19(6), 629-636.
- Malinauskas, R., Dumciene, A. (2016). Psychological wellbeing and self-esteem in students cross the transition between secondary school and university: a longitudinal study. *Psihologija*, Onlinefirst, 1-16.
- Manzano-Garcia, G., & Ayala, J. C. (2017). Relationship between psychological capital and psychological well-being of direct support staff of specialist autism services. The mediator role of burnout. *Frontiers in psychology*, 8, 2277.

- Mason, M., Tiberius, V. (2009). Aristotle. (Ed. Lopez S) The Encyclopedia Of Positive Psychology. Blackwell Publishing Ltd. Chichester.
- McDermott, R. C., Fruh, S. M., Williams, S., Hauff, C., Sittig, S., Wright, T., Riley, B., Swanzey, D., Graves, R. J., & Hall, H. (2021). Characteristics of negative and positive mental health among nursing students in the United States. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 27(1), 44–53.
<https://doi.org/10.1177/1078390319865322>
- Melnyk BM, Orsolini L, Tan A, Arslanian-Engoren C, Melkus GDE, Dunbar-Jacob J, Rice VH, Millan A, Dunbar SB, Braun LT. (2018). A national study links nurses' physical and mental health to medical errors and perceived worksite wellness. *J Occup Environ Med*; 60(2):126–31.
- Morales-Rodríguez FM, Espigares-López I, Brown T, Pérez-Mármol JM.(2020) The relationship between psychological well-being and psychosocial factors in university students. *Int J Environ Res Public Health*, 17(13):4778.
- Morton, C. (2022). Nursing students' experiences of seeking mental health support: A literature review. *Mental Health Practice*, 25(4), 20–26.
<https://doi.org/10.7748/mhp.2022.e1604>
- Nafees N, Jahan M.(2017). Psychological capital (PsyCap) and mental well-being among medical students. *Int J Indian Psychol.*, (3):60–8.
- Nair AR, Ravindranath S, Thomas J (2013). Can social skills predict wellbeing? An exploration. *European Academic Research* 1 (5):712- 720
- Nazik F., Dişli F. (2022). Hemşirelik öğrencilerinde ruhsal sağlık, yorgunluk ve uyku kalitesi arasındaki ilişki: kesitsel bir çalışma. *KSU Medical Journal*, 17(2):97-103.

- Oruç, E., & Kutanis, R. Ö. (2014). Pozitif örgütsel davranış ve pozitif psikolojik sermaye üzerine kavramsal bir inceleme. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 2(2), 145-159.
- Oruç, E., & Kutanis, R. Ö. (2015). Pozitif psikolojik Sermayenin Örgüt İçi Politik Davranışlara Etkisi: Akademisyenler Üzerine Bir Araştırma. *Journal Of Business Research Turk*, 7(3), 36-58.
- Özbaş, Ö., & Buzlu, S. (2011). Geçmişten günümüze psikiyatri hemşireliği. *Psychiatric Nursing from Past to Present Day*, 19(3), 187-193.
- Özçetin, Y. S. Ü., Sarioğlu, G. & Dursun, S. İ., (2019). Onkoloji Hemşirelerinin Psikolojik Sağlamlık, Tükenmişlik ve Psikolojik iyi Oluş Düzeyleri, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(1), 147-164.
- Özen, N., (2022). Psikolojik Danışmanlık Ve Rehberlik Bölümü Lisans Öğrencileri Bağlamında Akademik Psikolojik Sermayenin Kurulumu. (Tez No. 815124) [Yükseklisans Tezi, Erzincan Binalı Yıldırım Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Öztürk C., Aktaş, B.(2010). Hemşirelik öğrencilerinin genel sağlık durumları ve bunu etkileyen bazı özelliklerin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(2): 58-65
- Öztürk O., Uluşahin A. (2023). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. Nobel Tıp Kitabevleri. 18.Baskı.
- Parviniannasab AM, Bijani M, Dehghani A. (2022). The mediating role of psychological capital in relations between spiritual well-being and mental health among nursing students. *BMC Psychol.* Oct 2;10(1):230.
- Peng, J., Jiang, X., Zhang, J., Xiao, R., Song, Y., Feng, X., et al. (2013). The impact of psychological capital on job burnout of Chinese nurses: the mediator role of organizational commitment. *PLoS One* 8:e84193.

- Polatçı, S. (2014). Psikolojik sermayenin görev ve bağlamsal performans üzerindeki etkileri: Polis teşkilatında bir araştırma. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 14(1), 115-124.
- Priesack A, Alcock J. (2015). Well-being and selfefficacy in a sample of undergraduate nurse students: A small survey study. *Nurse Education Today*, 35, e16-e20.
- Rahimnia, F., Mazidi, A., & Mohammadzadeh, Z. (2013). Psikolojik sermayenin duygusal araçları refah üzerinde: Stres, kaygı ve depresyonun rolü. *Yönetim Bilimi Mektupları*, 3 (3), 913-926.
- Rakhshanderou S, Safari-Moradabadi A, Ghaffari M.(2021). Structural equation modeling of the spirituality and self-efficacy among college students. *J Relig Health.*, 60(1):488–99.
- Ratanasiripong P, Wang CCD. (2011). Psychological well-being of Thai nursing students. *Nurse Education Today*, 31, 412-416
- Resnick SG, Rosenheck R. (2006). Recovery and positive psychology: parallel themes and potential synergies. *Psychiatr Serv*; 57(1):120–122.
- Reverté-Villarroya, S., Ortega, L., Raigal-Aran, L., Sauras-Colón, E., Ricomà-Muntané, R., Ballester-Ferrando, D., ... & Burjalés-Martí, M. D. (2021). Psychological well-being in nursing students: a multicentric, cross-sectional study. *International journal of environmental research and public health*, 18(6), 3020.
- Robertson IT, Cooper CL (2009). Full engagement: the integration of employee engagement and psychological well-being. *Leadership & Organization Development Journal* 31 (4) 324-336.
- Ryan RM, Deci L (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology* 52: 141-166.

- Ryff CD (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Wellbeing. *J Pers Soc Psychol* 57 (6): 1069-1081.
- Ryff, C. D. (2013). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 83 (1), 10-28. doi: 10.1159/000353263.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychother Psychosom*, 83, 10-28.
- Ryff, C. D., Boylan, J. M. ve Kirsch, J. A. (2021). Eudaimonic and hedonic well-being: An integrative perspective with linkages to sociodemographic factors and health. M. T. Lee, L. D. Kubzansky ve T. J. VanderWeele (Ed.), *Measuring well-being: Interdisciplinary perspectives from the social sciences and the humanities içinde* (ss. 92-135). New York: Oxford University Press.
- Ryff, C.D., Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727. Doi: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>.
- Saleh Abou Elyazied, L., Mahmoud, R., & Mohamed, S. (2022). Influence of Psychological Capital on Nursing Students Engagement. *Egyptian Journal of Health Care*, 13(2), 488-498.
- Saunders, K. J., Kashubeck-West, S. (2006). The relations among feminist identity development, gender-role orientation, and psychological well-being in women. *Psychol Women Q*, 30, 199-211.
- Schotanus-Dijkstra, M., Pieterse, M. E., Drossaert, C. H. C., Westerhof, G. J., de Graaf, R., ten Have, M., Bohlmeijer, E. T. (2016). What factors are associated with flourishing? Results from a large representative national sample. *Journal of Happiness Studies*, 17(4), 1351-1370. doi:10.1007/s10902-015-9647

- Seligman MEP, Csikszentmihalyi M.(2000). Positive psychology: an introduction. *Am Psychol*; 55(1):5–14.
- Selvaraj PR, Bhat CS. (2018). Predicting the mental health of college students with psychological capital. *J Ment Health.*; 27(3):279–87.
- Siu, O. L., Kong, Q., & Ng, T. K. (2021). Psychological Capital and Family Satisfaction among Employees: Do Occupational Stressors Moderate the Relationship?. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22), 12260.
- Springer, KW ve Hauser, RM (2006). Ryff'in psikolojik iyilik ölçeklerinin yapı geçerliliğinin değerlendirilmesi: Yöntem, mod ve ölçüm etkileri. *Sosyal bilim araştırması* , 35 (4), 1080-1102.
- Springer, K. W., Pudrovskaya, T., & Hauser, R. M. (2011). Does Psychological Well-Being Change with Age? Longitudinal Tests of Age Variations and Further Exploration of The Multidimensionality of Ryff's Model of *Psychological Well-Being*. *Social Science Research*, 40(1), 392-398.
- Mein-Woei, S. (2020). Spiritual well-being and mental health of students in Indonesia. In 5th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (pp. 149-152). Atlantis Press.
- Sunnqvist, C., Karlsson, K., Lindell, L., & Fors, U. (2016). Virtual patient simulation in psychiatric care - A pilotstudy of digitalsupport for collaborate learning. *Nurse education in practice*, 17, 30–35. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2016.02.004>
- Tanrıverdi, D. (2021). Farklı Yönleriyle Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği. Çukurova Nobel Tıp Kitabevi.
- Taycan, O., & Coşkun, B. (2020). Ruh Sağlığını Güçlendirme: Kavramlar, Kanıtlar, Uygulamalar. Türkiye, Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği

- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe üniversitesi eğitim fakültesi dergisi*, 28(28-3), 374-384.
- Tian, L., Wu, A., Li, W., Huang, X., Ren, N., Feng, X., & Zhang, Y. (2023). Relationships between perceived organizational support, psychological capital and work engagement among Chinese infection control nurses. *Risk Management and Healthcare Policy*, 16, 551–562.
- Topkaya N, Meydan B.(2013). Üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetleri. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*; 3: 25-37
- Tunç, B., Tarsuslu, B., & Öner, Ö. (2020). Üniversite öğrencilerinde psikolojik danışma süreci: Nitel bir araştırma. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 3(5), 194-205.
- Turliuc MN, Candel OS. (2021). The relationship between psychological capital and mental health during the Covid-19 pandemic: a longitudinal mediation model. *J Health Psychol.* 27:1913–25.
- Tütüncü, M. (2012). Yönetici ve çalışanların psikolojik iyi olma ve stres düzeyleri açısından karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uysal N. Yenal K.(2014). Hemşirelik öğrencilerinin genel sağlık durumlarının incelenmesi. *SDU Journal Of Health Science Institute/SDÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*; 5(1).
- Vaingankar JA, Choudhary N, Chong SA, Kumar FDS, Abdin E, Shafie S, Chua BY, van Dam RM, Subramaniam M.(2021). Religious affiliation in relation to positive mental health and mental disorders in a multi-ethnic asian population. *Int J Environ Res Public Health*, 18(7):3368.

- Van der Heijden, B., Brown Mahoney, C., & Xu, Y. (2019). Impact of job demands and resources on nurses' burnout and occupational turnover intention towards an age-moderated mediation model for the nursing profession. *International journal of environmental research and public health*, 16(11).
- VanderWeele, T. J. (2017). On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(31), 8148-8156. doi:10.1073/pnas.1702996114
- Wang, W., Wang, J., Zhang, X., Pei, Y., Tang, J., Zhu, Y., ... & Xu, H. (2023). Network connectivity between anxiety, depressive symptoms and psychological capital in Chinese university students during the COVID-19 campus closure. *Journal of Affective Disorders*, 329, 11-18.
- Ward, R. A. (2010). How old am I? Perceived age in middle and later life. *Int J Aging Hum Dev*, 71:67-184.
- Woo, C. H., & Kim, C. (2022). Impact of incivility and psychological capital on nursing students' transition shock. *Collegian*, 29(5), 621-627.
- World Health Organization (WHO). (2022). *World Mental Health Report: Transforming Mental Health*
- World Health Organization. (2004). *Promoting mental health: Concepts, emerging, evidence, practice: Summary report*.
- Yalçın, S., Akan, D., Yıldırım, İ. (2018). Öğretmenlerin algılarına göre okul yöneticilerinin liderlik stilleri ile öğretmenlerin pozitif psikolojik sermaye düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *KSBD*, 10(18), 157- 174.
- Yelboğa, E., (2022). Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Sermaye Ve Risk Alma Davranışının Girişimcilik Eğilimine Etkisi. (Tez No. 826218) [Yükseklisans Tezi, Artvin Çoruh Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.

- Yıldırım, S., Yılmaz, E., Yalçın, D., & Güler, C. (2021). Examining the Psychological Well-Being of Nursing Students and the Affecting Factors. *Journal of Education and Research in Nursing*, 18(1), 57-64.
- Yıldız, H., Örüçü, E. (2016). Sağlık Sektörü Çalışanlarının Pozitif Psikolojik Sermaye Düzeylerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma. *Journal of Management and Economics Research*, 14(1), 269-285.
- Yoon, J., Pohlmeier, A. E., Desmet, P. M., & Kim, C. (2020). Designing for positive emotions: issues and emerging research directions. *The Design Journal*, 24(2), 167-187.
- Younas S, Tahir F, Sabih F, Hussain R, Hassan A, Sohail M, Zer S, Hafa N, Munawar A, Kanwal R. (2020). Psychological capital and mental health: empirical exploration in perspective of gender. *Int J Sci Res* 76.
- You J.W.(2016). The relationship among college students' psychological capital, learning empowerment, and engagement. *Learn. Individ. Differ.*, 49 pp. 17-24.
- Yüksel R., Demirkıran F. (2019). Hemşirelik öğrencilerinde yalnızlık ve etkileyen faktörler *Hemşirelik bilimi dergisi*, 2(2),18-23
- Zhao, Z., & Hou, J. (2009). The Study on Psychological Capital Development on Intreprenurial Team. *International Journal of Psychological Studies*, 1(2), 35- 40.
- Zhao F, Guo Y, Suhonen R, Leino-Kilpi H. (2016). Subjective well-being and its association with peer caring and resilience among nursing vs medical students: A questionnaire study. *Nurse Education Today*, 37, 108-113.
- Zhou L, Sukpasjaroen K, Wu Y, Gao L, Chankoson T, Cai E.(2022). Perceived Social Support Promotes Nursing Students' Psychological Wellbeing: Explained With Self-Compassion and Professional Self-Concept. *Front Psychol*; 835134–835134.

Zhu Y, Wang H, Wang A.(2021). An evaluation of mental health and emotion regulation experienced by undergraduate nursing students in China during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Int J Ment Health Nurs*; 30(5):1160–9.



EKLER

EK-1. Etik Bildirim ve İntihal Beyan Formu

	SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ Graduate School of Health Sciences	
ETİK BİLDİRİM VE İNTİHAL BEYAN FORMU¹		
Öğrencinin Adı ve Soyadı	Sevilay SÖNMEZ	
Öğrencinin Numarası		
Ana Bilim Dalı	Psikiyatri Hemşireliği	
Öğrencinin Kayıtlı Olduğu Program Türü	Yüksek Lisans	
Yukarıda bilgileri verilen tezin intihal tespit yazılımıyla (Turnitin) yapılan tarama sonucunda elde edilen benzerlik oranları aşağıdaki gibidir. Beyan edilen bilgilerin doğru olduğunu, aksi hâlde doğacak hukuki sorumlulukları kabul ve beyan ederiz.		
Bölümler	Benzerlik Oranı	Maksimum Benzerlik Oranları
I. Giriş	%7	% 15
II. Genel Bilgiler	%10	% 35
III. Materyal ve Metod	%30	% 35
IV. Bulgular	%15	% 15
V. Tartışma	%8	% 20
Not: Yedi kelimeye kadar benzerlikler ile Başlık, Kaynakça, İçindekiler, Teşekkür, Dizin ve Ekler kısımları tarama dışı bırakılabilir. Yukarıdaki azami benzerlik oranları yanında tek bir kaynaktan olan benzerlik oranlarının %5'den büyük olmaması gerekir.		

EK-2. Etik Kurul Onay Formu



ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ HEMŞİRELİK FAKÜLTESİ ETİK KURUL RAPORU

Sayı: 2024-3/2

Tarih: 04.03.2024

Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Etik Kurulu Eda AY, Sevilay SÖNMEZ isimli araştırmacılar tarafından yapılması planlanan “Hemşirelik Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkilerde Psikolojik Sermayenin Aracı Rolü” başlıklı araştırmayı etik açıdan **uygun bulmuştur.**





ATATURK UNIVERSITY

THE ETHICS COMMITTEE REPORT OF NURSING FACULTY

Number: 2024-3/2

Date: 04.03.2024

The titled “**The Mediating Role of Psychological Capital in Relations Between Psychological Well-Being and Mental Health Among Nursing Students**” application by the following researchers Eda AY, Sevilay SÖNMEZ was found ethically suitable by The Ethics Committee of Nursing Faculty of Atatürk University.

Ek-3. Kurum İzinleri



ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



Sayı : E-20369917-300-2400105991

25.03.2024

Konu : Sevilay SÖNMEZ Hk.

DAĞITIM YERLERİNE

Enstitümüz Yönetim Kurulunun 21.03.2024 tarihli oturumunda alınan E-20369917-050.02.04-2400104503 sayılı, 2024/12 Yönetim Kurulu Kararları konulu belgede yer alan karar metni aşağıya çıkarılmıştır.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Karar 5:

Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliğinin MADDE 8-(1) gereğince; Enstitümüz Psikiyatri Hemşireliği Ana Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencilerinden Sevilay SÖNMEZ'in tez konusunun "Hemşirelik Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş İle Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkilerde Psikolojik Sermayenin Aracı Rolü" olarak belirlenmesine, oy birliği ile karar verildi.



T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürüne



Sayı : E-20369917-100-2400115498

02.04.2024

Konu : Anket Çalışma İzni

DAĞITIM YERLERİNE

Ana Bilim Dalımız yüksek lisans programı öğrencisi Sevilay SÖNMEZ'in "Hemşirelik Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkilerde Psikolojik Sermayenin Aracı Rolü" konulu tez çalışması ile ilgili Hemşirelik Fakültesi Dekanlığından alınan 26.03.2024 tarih ve E-80131151-300-2400106304 sayılı belge ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.





T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Hemşirelik Fakültesi Dekanlığı



Sayı : E-80131151-300-2400106304

26.03.2024

Konu : Anket Çalışma İzni

REKTÖRLÜK MAKAMINA
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 22.03.2024 tarihli ve E-88179374-100-2400104967 sayılı belge.

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Psikiyatri Hemşireliği Ana Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencilerinden Sevilay SÖNMEZ'in "Hemşirelik Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkilerde Psikolojik Sermayenin Aracı Rolü" konulu tez çalışmasının uygulamasını Mart 2024 -Aralık 2024 tarihleri arasında Fakültemizde öğrenim gören öğrencilerle yapması Dekanlığımız tarafından uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

EK-4. Kişisel Bilgi Formu

1. Yaşınız:

2. Cinsiyetiniz

Kadın ☐ Erkek ☐

3. Medeni Durumuz

Evli ☐ Bekar ☐

4. Kaçınıcı sınıfınız?

1. Sınıf ☐ 2. Sınıf ☐ 3. Sınıf ☐ 4. Sınıf ☐

5. Annenizin eğitim durumu

Okur-yazar değil ☐ Okur yazar ☐ İlkokul ☐

Ortaokul ☐ Lise ☐ Üniversite ☐

6. Babanızın eğitim durumu

Okur-yazar değil ☐ Okur yazar ☐ İlkokul ☐

Ortaokul ☐ Lise ☐ Üniversite ☐

7. Annenizin çalışma durumu

Çalışıyor ☐ Çalışmıyor ☐

8. Babanızın çalışma durumu

Çalışıyor ☐ Çalışmıyor ☐

9. Birlikte yaşadığınız kişiler

Anne ve Babamla birlikte ☐ Annem ile birlikte ☐ Babam ile birlikte ☐

Akrabalarım ile birlikte ☐ Yurtta ☐ Arkadaşlarla ☐ Yalnız ☐

Diğer ☐

10. Gelir durumunuzu nasıl algılıyorsunuz?

Gelir gidere denk ☐ Gelir giderden fazla ☐ Gelir giderden az ☐

*Araştırma sonuçları ile ilgileniyorsanız lütfen e-posta adresinizi belirtiniz.....

Ek-5. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Aşağıda katılıp ya da katılamayacağınız 8 ifade vardır. 1–7 arasındaki derecelendirmeyi kullanarak, her bir madde için uygun olan cevabınızı belirtiniz.

	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Kararsızım	Biraz katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1.Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
2. Sosyal ilişkilerim destekleyici ve tatmin edicidir.	1	2	3	4	5	6	7
3. Günlük aktivitelerime bağlı ve ilgiliyim.	1	2	3	4	5	6	7
4. Başkalarının mutlu ve iyi olmasına aktif olarak katkıda bulunurum.	1	2	3	4	5	6	7
5. Benim için önemli olan etkinliklerde yetenekli ve yeterliyim.	1	2	3	4	5	6	7
6. Ben iyi bir insanım ve iyi bir hayat yaşıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
7.Geleceğim hakkında iyimserim.	1	2	3	4	5	6	7
8. İnsanlar bana saygı duyar.	1	2	3	4	5	6	7

Ek-6. Genel Sağlık Anketi-12

Lütfen bu açıklamayı dikkatle okuyunuz: Son birkaç hafta içinde herhangi bir tıbbi şikayetinizin olup olmadığını, genel olarak sağlığınızın nasıl olduğunu öğrenmek istiyoruz. Size en uygun cevabı soruların altındaki rakamlardan bir tanesini işaretleyerek cevaplayınız.

Geçmişteki değil, yalnız **son dönemdeki ve şu andaki şikayetlerinizi** sorduğumuzu unutmayınız. Soruların hepsini cevaplamanız çok önemlidir. Teşekkür ederiz

1)Endişeleriniz nedeniyle uykusuzluk çekiyor musunuz?

1.Hayır, hiç çekmiyorum2.Her zamanki kadar3.Her zamankinden sık 4.Çok sık

2) Kendinizi sürekli zor altında hissediyor musunuz?

1.Hayır, hissetmiyorum2.Her zamanki kadar3.Her zamankinden sık 4.Çok sık

3)Yaptığınız işe dikkatinizi verebiliyor musunuz?

1.Her zamankinden iyi 2.Her zamanki kadar 3.Her zamankinden az4.Her zamankinden çok daha az

4)İşe yaradığınızı düşünüyor musunuz?

1.Her zamankinden çok2.Her zamanki kadar3.Her zamankinden az4.Her zamankinden çok daha az

5)Sorunlarınızla başa çıkabilmek için kendinizi yeterli görüyor musunuz?

1.Her zamankinden çok2.Her zamanki kadar 3.Her zamankinden az 4.Her zamankinden çok daha az

6) Karar vermede güçlük çekiyor musunuz?

1.Hayır, hiç çekmiyorum2.Her zamanki kadar 3.Her zamankinden sık4.Çok sık

7) Karşılaştığınız güçlüklerin üstesinden gelmediğinizi hissediyor musunuz?

1.Hayır, hiç hissetmiyorum2.Her zamanki kadar3.Her zamankinden sık4.Çok sık

8)Değişik yönlerden baktığınızda kendinizi mutlu hissediyor musunuz?

1.Her zamankinden çok 2 .Her zamanki kadar3.Her zamankinden az 4.Her zamankinden çok daha az

9)Günlük işlerinizden zevk alabiliyor musunuz?

1.Her zamankinden çok 2.Her zamanki kadar3.Her zamankinden az4.Her zamankinden çok daha az

10)Kendinizi keyifsiz ve durgun hissediyor musunuz?

1.Hayır, hiç hissetmiyorum 2.Her zamanki kadar3.Her zamankinden çok 4.Çok sık

11) Kendinize güveninizde azalma var mı?

1.Hayır, hiç kaybetmiyorum 2.Her zamanki kadar 3.Her zamankinden fazla 4.Çok fazla

12) Kendinizi değersiz biri olarak görüyor musunuz?

1.Hayır, hiç görmüyorum2.Her zamanki kadar 3.Her zamankinden sık4.Çok sık

Ek-7. Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği

	Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyarak katılma derecenizi, her bir ifadenin karşısında yer alan derecelendirme seçeneklerinden uygun olanını (X) işareti koyarak belirtiniz. Lütfen hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız.	Beni hiç tanımlamıyor	Beni az tanımlıyor	Beni orta derecede	Beni iyi tanımlıyor	Beni çok iyi tanımlıyor
1.	Kendine güvenen bir insan olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5
2.	Bir görevin üstesinden gelmek için gerekirse daha fazla çalışırım.	1	2	3	4	5
3.	Bir topluluk karşısında konuşurken kendimden emin olurum.	1	2	3	4	5
4.	Beni zorlayan işlerde kimden yardım alacağımı bilirim.	1	2	3	4	5
5.	Amacıma ulaşmak için bir yol seçerim.	1	2	3	4	5
6.	Belirlediğim yolda ilerleyecek yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5
7.	Yaşadığım problemlerin beni olgunlaştıracağına inanırım.	1	2	3	4	5
8.	Geleceğimin ümit verici olduğunu hissederim.	1	2	3	4	5
9.	Zorlukların üstesinden gelirim.	1	2	3	4	5
10.	Stresle başa çıkabilirim.	1	2	3	4	5
11.	Çevredeki olumsuzluklarla mücadele edebilirim.	1	2	3	4	5
12.	Çevremdeki bir sorun için yapıcı katkılar sağlarım.	1	2	3	4	5
13.	Benim için aşılamayacak sorun yoktur.	1	2	3	4	5
14.	Olaylara “her işte bir hayır vardır” düşüncesi ile yaklaşırım.	1	2	3	4	5
15.	Yaşadığım olaylara iyi tarafından bakarım.	1	2	3	4	5
16.	Hayat dolu bir insanım.	1	2	3	4	5
17.	Yaşamımdan memnunum.	1	2	3	4	5

Ek-8. Ölçek Kullanım İzinleri



Bulent Baki Telef

[Ayrıntıları gizle](#)

Alıcı:



Sevilay Sönmez

Tarih:

3 Ocak 2024, 16:04

Merhabalar,

Ekte ölçeği, geçerlik ve güvenirliğini gönderiyorum.
Araştırmanızda kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar.

3 Oca 2024 Çar 15:58 tarihinde Sevilay Sönmez

şunu yazdı:



2 ek



Psikolojik İyi Oluş Ölçeği...



Psikolojik iyi oluş ölçeği ...



CENGİZ KILIÇ

[Ayrıntıları gizle](#)

Alıcı:



Sevilay Sönmez

Tarih:

3 Ocak 2024, 23:07

Merhaba Sevilay hanım,
GSA-12 ve 28 ekte.
Kolay gelsin,
C Kılıç



On 3 Jan 2024, at 14:04, Sevilay Sönmez

> wrote:

Sayın hocam;

Ben Sevilay Sönmez, Atatürk Üniversitesi
Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı'nda
yükseklisans yapıyorum. Yüksek lisans tezim
için, uyarladığınız " Genel Sağlık Anketi " ni
kullanmak istiyorum. İzniniz olursa ölçeğin
orijinalini ve hesaplama yöntemini

Sayın hocam;

Ben Sevilay Sönmez, Atatürk Üniversitesi Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı'nda yüksekisans yapıyorum. Yüksekisans tezim için, geliştirdiğiniz "Psikolojik Sermaye Algıları Ölçeği" ni kullanmak istiyorum. İzniniz olursa ölçeğin orijinalini ve hesaplama yöntemini gönderebilir misiniz?

İyi çalışmalar dilerim.



Fulya ATİLA

[Ayrıntıları gizle](#)

Alıcı:

S

Sevilay Sönmez

Tarih:

8 Ocak 2024, 14:24

Merhabalar. Kaynak göstererek elbette kullanabilirsiniz. Ölçekle ilgili tüm bilgiler tezimde mevcuttur. Kolaylıklar dilerim. İyi çalışmalar.