

# Hemşirelik Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin Belirlenmesi

## Determining the Levels of Perceived Social Support and Psychological Well Being of Nursing Students

Adeviye AYDIN,<sup>1</sup> Nilgün KAHRAMAN,<sup>2</sup> Duygu HİÇDURMAZ<sup>1</sup>

### ÖZET

**Amaç:** Bu çalışmada hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destekleri ve psikolojik iyi olma düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

**Gereç ve Yöntem:** Tanımlayıcı nitelikte olan araştırmanın örneklemini 2015-2016 öğretim yılında öğrenimine devam etmekte olan 300 hemşirelik öğrencisi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak "Tanıtıcı Bilgi Formu", "Algılanan Sosyal Destek Ölçeği" ve "Psikolojik İyi Olma (Kısa Form) Ölçeği" uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde Kruskal Wallis, Mann Whitney U testi, Pearson korelasyon analizi ve regresyon analizi kullanılmıştır.

**Bulgular:** Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek alt ölçekleri arasında en yüksek ortancaya sahip olan özel insan desteği (23.00) iken, en düşük ortancaya sahip olan ise arkadaş desteği (21.00)'dir. Psikolojik iyi olma ölçeğine göre en yüksek ortanca değeri diğerleriyle olumlu ilişkiler alt ölçeğinde iken (5.43), en düşük ortanca değeri özerklik alt ölçeğinde (4.43) bulunmuştur. Üçüncü sınıf öğrencilerinin aile (KW=8.37, p=0.039), arkadaş (KW=13.29, p=0.004) ve özel insan (KW=20.14, p=0.000) desteği, birinci sınıf öğrencilerinden daha yüksek, dördüncü sınıf öğrencilerinin ise bireysel gelişim (KW=13.30, p=0.004) ve diğerleriyle olumlu ilişkiler (KW=7.87, p=0.049) ortancaları birinci sınıf öğrencilerinden daha yüksektir. Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyleri ile psikolojik iyi olmaları arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir (p<0.01).

**Sonuç:** Üst sınıflardaki öğrencilerin algıladıkları sosyal desteğin ve psikolojik iyi olmalarının daha iyi olduğu belirlenmiştir. Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça psikolojik iyilik durumlarının arttığı belirlenmiştir.

**Anahtar sözcükler:** Algılanan sosyal destek; hemşirelik öğrencileri; psikolojik iyi olma.

### SUMMARY

**Objectives:** The objective of this study is to determine the levels of perceived social support and psychological well being of nursing students.

**Methods:** The research sample for the study which is of a descriptive nature was comprised of 300 nursing students who were continuing their education during the academic year 2015-2016. 'Introductory Information Form', 'Perceived Social Support Scale' and 'Psychological Wellbeing Scale (Short Form)' were applied as data collection tools. Kruskal Wallis, Mann Whitney U test, Pearson correlation analysis and regression analysis were used in the assessment of the data.

**Results:** The highest average among perceived social support subscales of nursing students belonged to special person support (23.00) while the lowest average belonged to friend support (21.00). According to the psychological wellbeing scale, the highest average scores were generated in the subscale of positive relations with others (5.43) while the lowest average was found in the subscale of self determination (4.43). The average scores of the third year students in terms of family (KW=8.37, p=0.039), friend (KW=13.29, p=0.004) and special person (KW=20.14, p=0.000) support were higher than those of the first year students, and the average scores of the fourth year students in terms of individual development (KW=13.30, p=0.004) and positive relations with others (KW=7.87, p=0.049) were higher than those of the first year students. It has been determined that there is a positive relation between the perceived social support levels and psychological wellbeing of nursing students (p<0.01).

**Conclusion:** It has been determined that the perceived social support and psychological well being of the students in upper grades were at a better level. It has been determined that as the level of perceived social support of nursing students increased, their psychological wellbeing increased as well.

**Keywords:** Perceived social support; nursing students; psychological well being.

### Giriş

Birey yaşam süreci boyunca başkalarıyla ilişki kurma,

etkileşimde bulunma ve onların desteklerini alma ihtiyacı hisseder. Bireyin yaşama tutunmasını sağlamada, stresli yaşam olayları ile daha kolay başa çıkma ve çeşitli yaşam dönemlerinde karşılaşılabileceği problemleri çözme becerisini belirlemede bu desteğin gücü oldukça büyüktür.<sup>[1]</sup> Sosyal destek açısından önemli yaşam dönemlerinden biri de üniversiteye geçişle başlayan üniversite öğrencisi olma dönemidir. Üniversiteye geçiş süreci genellikle aile ortamından uzak, yeni bir ortamın, arkadaşlıkların, bir mesleğe sahip olma yolunda ideallerin gerçekleşmesi için atılan ilk adım olmasının yanı sıra, başkalarıyla ilişki ve etkileşimlerin de arttığı bir dönemdir.<sup>[2,3]</sup> Bu dönemde bireyin kendisi için önemli olan kişilerden yardım alma gereksinimi artış gösterebilmektedir.<sup>[4]</sup> Söz edi-

<sup>1</sup>Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Ankara

<sup>2</sup>Kastamonu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Kastamonu

**İletişim (Correspondence):** Adeviye AYDIN.  
**e-posta (e-mail):** adeviye86@gmail.com

**Psikiyatri Hemşireliği Dergisi 2017;8(1):40-47**  
**Journal of Psychiatric Nursing 2017;8(1):40-47**

**Doi:** 10.14744/phd.2017.95967

**Geliş tarihi (Submitted):** 19.08.2016 **Kabul tarihi (Accepted):** 26.02.2017

len gereksinim karşılandığında kişilerin tükenmesinde azalmaya ve sosyal yetkinlikte artışa sebep olduğu gösterilmiştir.<sup>[5,6]</sup> Sosyal destek sadece niceliksel varlıkla açıklanamayan ve birey tarafından öznel olarak da varlığının algılanması/hissedilmesi gereken bir olgudur. Bu durum bireylerin sosyal destek kaynaklarının sayısından çok, algıladıkları sosyal desteğin incelenmesi gerekliliğini ön plana çıkarmıştır. Algılanan sosyal destek konusunda üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalar, algılanan destek seviyesinin öğrencilerin stresle başa çıkmalarını, akademik performanslarını, psikolojik sağlamlıklarını etkilediğini ortaya koymaktadır.<sup>[7]</sup> Algılanan sosyal desteği yüksek olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının yüksek olduğu, yalnızlığın, umutsuzluğun daha az görüldüğü, özellikle de ergenlerde “ben kötü hissediyorsam herkes hissetmeli” düşüncelerinden ötürü şiddet gibi davranışların azaldığı görülmektedir.<sup>[8-11]</sup>

İyi olma kavramı pozitif psikolojinin önemli kavramlarından birisidir. Keyes ve ark.’a<sup>[12]</sup> göre iyi olma mutluluk ve yaşam doyumunu, kişisel gelişim, yaşam amacı, değerleriyle pozitif ilişki ve kendini kabulü yansıtmaktadır. Ryff<sup>[13]</sup> ise iyi olmayı, var olan potansiyelin en üst seviyede kullanılması olarak tanımlamaktadır. O’na göre psikolojik iyi olma çok boyutlu bir kavram olup, altı temel bileşenden oluşmaktadır. Bu bileşenler kendini kabul, değerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik, çevresel hakimiyet, yaşam amaçları ve bireysel gelişimdir.<sup>[13]</sup> Kişinin kendini ve geçmiş yaşamını pozitif değerlendirmesi kendini kabul, bir kişi olarak sürekli büyümesi ve gelişmesi bireysel gelişim, yaşamının anlamlı olduğuna inanması yaşam amacı, değerleri ile kaliteli ilişkilerde bulunması değerleriyle olumlu ilişkiler, kendi yaşamını ve etrafındakileri etkili bir şekilde yönetme çevresel hakimiyet ve otonomiye belirleyebilme duygusu ise özerklik olarak tanımlanmaktadır.<sup>[14]</sup> Literatürde psikolojik iyi olma ile başarı, öz-yönelim, evrenselcilik, iyilikseverlik, uyuma, güvenlik ve hazcılık, arasında pozitif ilişkiler olduğu belirlenmiştir.<sup>[15]</sup> Hemşirelik öğrencileri ile yapılan bir çalışmada psikolojik iyi olmanın stres ile negatif ilişkili olduğu bulunmuştur.<sup>[16]</sup> Kuyumcu<sup>[17]</sup> yaptığı çalışmada suçluluk, kızgınlık gibi negatif duygular arttıkça psikolojik iyi olma özelliklerinin azaldığını saptamıştır. Malkoç ve Yalçın<sup>[18]</sup> ise üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi olmanın, aile, arkadaşlar ve diğerlerinden alınan sosyal desteği yordadığını saptamış ve algılanan sosyal destek arttıkça psikolojik iyi olma düzeyinin de arttığını belirlemiştir.

Hemşirelik öğrencileri üniversite öğrencilerinin bir grubunu oluşturmaktadır. Üniversite öğrencisi olmanın getirdiği değişimlere ve stresörlere ek olarak, hemşirelik öğrencileri sağlık sorunu olan bireyler ve aileleri ile çalışmanın getirdiği ek stresörler de yaşamaktadırlar. Son dönemde hemşirelik öğrencileri ile yapılan bir çalışma, öğrencilerin stresle başa çıkmalarının sosyal destek sistemlerinden oldukça etkilendiğini ve sosyal desteğin öğrencilerin

genel sağlık durumlarını olumlu yönde etkilediğini ortaya koymuştur.<sup>[19]</sup> Başka çalışmalarda hemşirelik öğrencileri de kendi optimal akademik başarıları ve pozitif ruhsal sağlık durumları için sosyal destek sistemlerinin ve kişilerarası süreçlerin önemli olduğunu belirtmişlerdir<sup>[20-22]</sup> Bu durum, hemşirelik öğrencilerinin aldıkları sosyal desteğin ve bu destekle ilişkili faktörlerin belirlenmesini önemli hale getirmektedir. Algılanan sosyal destek, psikolojik iyi olma durumunu da olumlu yönde etkileyebilmektedir.<sup>[18]</sup> Bu konuda hemşirelik öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, öğrencilerin algıladıkları sosyal destek düzeyinin artmasının psikolojik iyi oluşu etkileyebileceği gösterilmiştir.<sup>[21]</sup> Ayrıca, hemşirelik öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeyleri onların akademik kariyerlerine yönelik verecekleri kararları, mesleki yaşamdaki stresli durumları yönetebilmelerini ve genel ruhsal durumlarını etkileyebilmektedir.<sup>[16]</sup> Dolayısıyla, hemşirelik öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin, iyi oluşları ile ilgili faktörlerin ve psikolojik iyi oluş ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin belirlenmesi önem kazanmaktadır. Bu nedenle bu araştırmada, hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeylerinin, bu iki değişkenin demografik değişkenlere göre dağılımının ve bu iki değişken arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen sonuçlar, riskli öğrencilerin belirlenmesi konusunda önemli bilgiler sağlamaktadır.

Araştırma kapsamında şu sorulara cevap aranmıştır:

- Hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeyi nedir?
- Hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeyleri puanları demografik özelliklerine göre nasıl dağılım göstermektedir?
- Hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile psikolojik iyi olma puanları arasında ilişki var mıdır?

## Gereç ve Yöntem

### Araştırma Tasarımı

Bu araştırma tanımlayıcı olarak gerçekleştirilmiştir.

### Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2015-2016 öğretim yılında bir üniversitenin hemşirelik fakültesinde öğrenimine devam etmekte olan 217 birinci sınıf öğrencisi, 271 ikinci sınıf öğrencisi, 130 üçüncü sınıf öğrencisi ve 82 dördüncü sınıf öğrencisi olmak üzere toplam 700 öğrenci oluşturmuştur. Örneklem büyüklüğünün hesaplanmasında evreni bilinen örneklem yöntemi uygulanmış ve örneklem aşağıda verilen formülle hesaplanmıştır.<sup>[23]</sup> Buna göre örneklem sayısı %95 güven aralığında en az 260 öğrenci olarak bulunmuştur. Kayıpların olabileceği düşünülerek 300 öğrenciye ulaşılmış ve kayıp olmaması nedeniyle veri toplama araçlarını eksiksiz

olarak dolduran 300 öğrenci araştırma kapsamına alınmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında tanıtıcı bilgiler formu, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Psikolojik İyi Olma Ölçeği kullanılmıştır.

#### 1. Tanıtıcı Bilgiler Formu

Bu form öğrencilere ait tanıtıcı bilgileri toplamak amacıyla geliştirilmiştir. Öğrencinin sınıfı, yaşı, cinsiyeti, kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk olduğu, annesinin en son bitirdiği okul, babasının en son bitirdiği okul, ebeveynlerinin birlikte yaşama durumu, ebeveynlerinin hayatta olma durumu, annesinin mesleği, babasının mesleği, eğitimini sürdürürken kaldığı yer ve yaşamının çoğunu geçirdiği yer gibi bilgileri içermektedir.

#### 2. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Eker ve Arkar<sup>[24]</sup> tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan ölçek Zimmet ve ark.<sup>[25]</sup> tarafından bireylerin algıladıkları sosyal destek unsurlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Toplam 12 maddeden oluşan ölçek "kesinlikle hayır" ile "kesinlikle evet" arasında değişen 7 dereceli (1-7 puan) likert tipi bir ölçektir. Ölçek bir toplam puan ve aile ile ilgili algılanan sosyal desteği, arkadaşlar ile ilgili algılanan sosyal desteği ve birey için özel olan kişi ile ilgili algılanan sosyal desteği ölçen üç alt ölçek puanlarını içerir.

Alt ölçeklerden alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan 28'dir. Ölçeğin tamamından elde edilecek en düşük puan 12, en yüksek puan 84'tür. Elde edilen puanın artışı, algılanan sosyal desteğin artışı göstermektedir. Ölçek Eker ve ark.<sup>[26]</sup> tarafından faktör yapılarının orijinali ile uyumlu olup olmadığını belirlemek için yeniden gözden geçirilmiştir. Ölçüm sonucunda ölçeğin, varyansın %75'ini açıkladığı ve 3 faktör altında toplandığı belirlenmiştir. Güvenirlik bulgularında ise iç tutarlık katsayısının 0.80-0.95 arasında olduğu ve ölçek ve alt ölçekler için kabul edilebilir düzeyde iç tutarlık gösterdiği görülmüştür.

#### 3. Psikolojik İyi Olma Ölçeği-Kısa Form

Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olmayı ölçmek amacıyla Ryff<sup>[13]</sup> tarafından geliştirilen Psikolojik İyi Olma Ölçeği, 84 madde ve altı faktörden oluşmaktadır ve altılı likert tipindedir. Ölçeğin alt ölçekleri diğerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, yaşam amacı ve kendini kabulden oluşmaktadır. Diğerleriyle olumlu ilişkiler boyutu kişinin güçlü, empatik ilişkiler kurabilmesini, özerklik bireyin başkalarının onayına ihtiyacı olmadan bağımsız olabilmesini, çevresel hakimiyet çevrenin etkili bir şekilde kullanılabilmesini, bireysel gelişim kişinin sürekli büyüme ve gelişme isteğini, yaşam amacı kişinin yaşamını anlamlı ve bir amaca göre yaşamasını, kendini Kabul ise kişinin kendini olduğu gibi kabul edebilmesini ifade eder.

Faktörlerin iç tutarlık katsayıları (Cronbach Alpha) şöyledir: Diğerleriyle olumlu ilişkiler .91; özerklik .86; çevresel hakimiyeti .90; bireysel gelişim .87 yaşam amacı .90; kendini kabul .93. Ölçeğin aynı zamanda 42 maddeden oluşan bir kısa formu bulunmaktadır ve bu kısa formun Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması Akın ve arkadaşları<sup>[27]</sup> tarafından gerçekleştirilmiştir. İç tutarlık katsayısı .87 olarak elde edilmiştir. Ölçeğin alınabilecek toplam puan 42-212, alt ölçek puanları ise 7-42 arasında değişmektedir.

#### Araştırmanın Etik Boyutu

Öncelikle bu araştırmanın uygulanması için Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi'nden kurum izni alınmıştır. Daha sonra ilgili üniversitenin etik komisyonu tarafından Etik Komite onayı alınmıştır (35853172/431-904). Araştırma tamamlandıktan sonra araştırma sonuçları resmi olarak hem kuruma hem de öğrencilere sunulmuştur.

#### Verilerin Toplanması

Çalışmanın uygulanması sırasında öncelikle öğrencilere çalışmanın amacı, çalışmaya katılmalarının gönüllülük ilkesine dayalı olduğu ve çalışma sonuçlarının sadece bilimsel amaçlarla kullanılacağı konusunda bilgi verilmiştir. Ardından araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilere veri toplama araçları uygulanmıştır.

#### Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin girilmesi ve değerlendirilmesi SPSS-version 20.0 programı ile yapılmıştır. Verilerin dökümünde sayı, yüzde ve ortancalar kullanılmıştır. Veriler parametrik test varsayımlarını karşılamadığı için analizlerde Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testleri kullanılmıştır. Algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişkiyi belirlemek için ise pearson korelasyon analizi, bu değişkenlerin birbirleriyle ve sosyodemografik değişkenler ile yordayıcılarını ortaya çıkarmak için regresyon analizi kullanılmıştır. Verilerin anlamlılığı  $p < 0.05$  ve  $p < 0.01$  düzeyinde test edilmiştir.

#### Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalamaları 21.26'dır. %35.3'ü 2. sınıf öğrencisi, %92'si kadın, %39.3'ü 3 ve daha fazla kardeşe sahip, %44.3'ü ailesinin birinci çocuğudur. %60.7'sinin annesi ve %39'unun babası ilkökul mezunu, %95'inin ebeveynleri birlikte yaşamakta, %97.7'sinin babası sağ, %99'unun annesi sağ, %63.7'si yurttan kalmaktadır. Öğrencilerin %81'i yaşamının çoğunluğunu şehirde geçirmiştir (Tablo 1).

Öğrencilerin algılanan sosyal destek ölçeği ortanca puanı 64.00'dür. Öğrencilerin aynı ölçeğin alt boyutlarına ilişkin ortanca puanları ise şöyledir. Aile desteği için 21.00, özel insan desteği için 23.00, arkadaş desteği için ise 21.00'dir. Öğrencilerin en yüksek puanı özel insan desteği alt ölçeğinden aldığı görülmektedir (Tablo 2). Öğrencilerin psikolojik iyi olma ölçeği alt ölçek puan ortancaları ise

**Tablo 1.** Hemşirelik öğrencilerinin tanıtıcı özellikleri

Tanıtıcı özellikler	n	%
Sınıf		
1. sınıf	78	26.0
2. sınıf	106	35.3
3. sınıf	63	21.0
4. sınıf	53	17.7
Cinsiyet		
Kadın	276	92.0
Erkek	24	8.0
Anne yaşama durumu		
Sağ	297	99.0
Ölü	3	1.0
Baba yaşama durumu		
Sağ	293	97.7
Ölü	7	2.3
Kalınan yer		
Aile yanı	62	20.7
Arkadaşlarla ev	38	12.7
Yurt	191	63.7
Akraba yanı	2	0.7
Tek başına ev	2	0.7
Diğer	5	1.7
Ebeveynlerin birlikte yaşama durumu		
Evli-beraber yaşıyor	285	95.0
Evli-ayrı yaşıyor	2	0.7
Boşandılar	11	3.7
Yaşamın çoğunu geçirdiği yer		
Şehir	243	81.0
Köy	25	8.3
Kasaba	32	10.7

**Tablo 2.** Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma puanlarının medyanları (n=300)

	Ortanca	Min.-Maks.
Algılanan sosyal destek		
Toplam ölçek puanı	64.00	24-84
Aile desteği	21.00	6-28
Özel insan desteği	23.00	6-28
Arkadaş desteği	21.00	6-28
Psikolojik iyi olma		
Diğerleriyle olumlu ilişkiler	5.43	1.86-7.00
Bireysel gelişim	5.29	2.43-7.00
Özerklik	4.43	2.14-6.57
Çevresel hakimiyet	4.71	2.71-6.86
Öz kabul	4.86	1.86-7.00
Yaşam amaçları	5.21	3.00-7.00

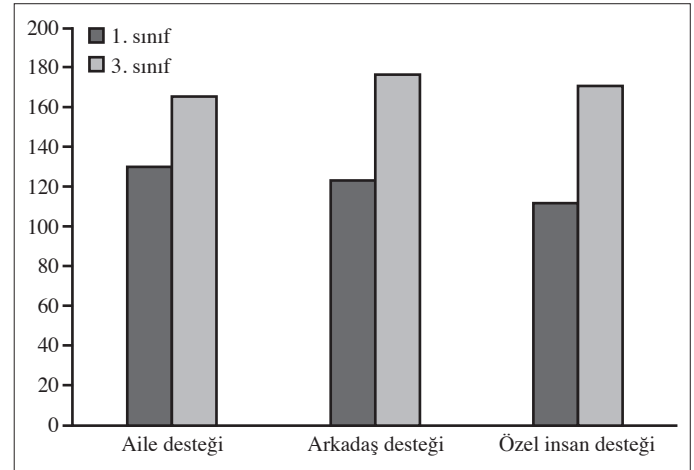
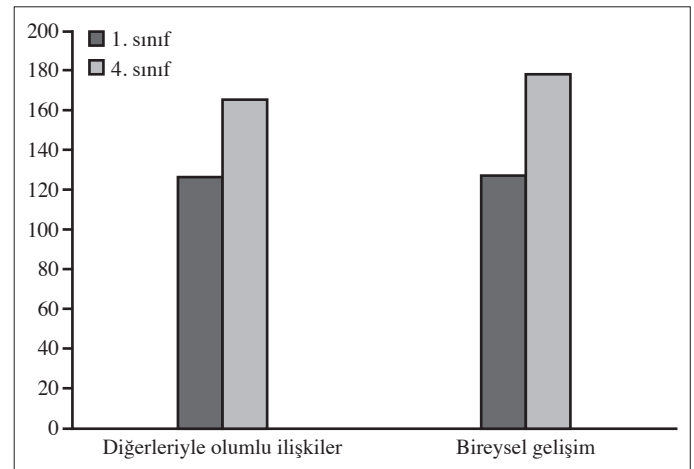
Min: Minimum; Maks.: Maksimum.

şöyledir: Diğerleriyle olumlu ilişkiler 5.43, bireysel gelişim 5.29, özerklik 4.43, çevresel hakimiyet 4.71, öz kabul 4.86, yaşam amaçları 5.21. Alt ölçek puan ortancaları arasında öğrencilerin diğerleriyle olumlu ilişkiler, bireysel gelişim ve yaşam amaçları alt ölçekleri puan ortancaları diğer alt ölçek puan ortancalarına göre daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 2).

Öğrencilerin okudukları sınıfa göre algılanan sosyal destek alt ölçeklerinden aile, arkadaş, özel insan desteği

ve psikolojik iyi olma alt ölçeklerinden ise bireysel gelişim ve diğerleriyle olumlu ilişkiler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanmıştır ( $p < 0.05$ ). Bu farklılığın hangi ikili gruplardan kaynaklandığını belirlemek için yapılan ileri analiz sonucunda; üçüncü sınıf öğrencilerinin aile ( $KW=8.37, p=0.039$ ), arkadaş ( $KW=13.29, p=0.004$ ) ve özel insan ( $KW=20.14, p=0.000$ ) desteği puan ortalamalarının birinci sınıf öğrencilerinden daha yüksek, dördüncü sınıf öğrencilerinin ise bireysel gelişim ( $KW=13.30, p=0.004$ ) ve diğerleriyle olumlu ilişkiler ( $KW=7.87, p=0.049$ ) puan ortalamalarının birinci sınıf öğrencilerinden daha yüksek bulunmuştur (Şekil 1 ve 2).

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre psikolojik iyi olma ölçeğinin diğerleriyle olumlu ilişkiler alt ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanmıştır ( $MU=2284.000; p=0.012$ ). Kız öğrenciler erkek öğrencilerden daha fazla diğerleriyle olumlu ilişki içindedir. Diğer taraftan, cinsiyete göre algılanan sosyal destek puan ortalamaları arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır (Tablo 3).

**Şekil 1.** Hemşirelik öğrencilerinin sınıfa göre algılanan sosyal destek puanları.**Şekil 2.** Hemşirelik öğrencilerinin sınıfa göre psikolojik iyi olma puanları.

Tablo 3. Hemşirelik öğrencilerinin tanıtıcı özelliklerine göre algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeyleri

	Algılanan sosyal destek						Psikolojik iyi olma															
	Toplam ölçek puanı		Aile		Özel insan		Arkadaş		Diğerleriyle olumlu ilişkiler		Yaşam amaçları		Bireysel gelişim		Çevresel hakimiyet		Özerklik		Öz kabul			
	Mean rank	p	Mean rank	p	Mean rank	p	Mean rank	p	Mean rank	p	Mean rank	p	Mean rank	p	Mean rank	p	Mean rank	p	Mean rank	p		
<b>Ginsiyet</b>																						
Kadın (n=276)	151.10		151.17		152.17		150.28		154.22		151.34		150.60		151.17		149.35		151.01			
Erkek (n=24)	143.65		142.77		131.27		153.08		107.67		140.85		149.31		142.79		163.75		144.58			
İstatistiksel Analiz*	MU=3147.500	p=.686	MU=3126.500	p=.648	MU=2850.500	p=.256	MU=3250.000	p=.879	MU=2284.000	p=.012	MU=3080.500	p=.569	MU=3283.500	p=.944	MU=3127.000	p=.649	MU=2994.000	p=.435	MU=3170.000	p=.727		
<b>Kalınan yer</b>																						
Aile yamı (n=62)	132.90		135.40		139.86		129.50		141.56		141.85		139.10		144.00		137.02		139.94			
Arkadaşlarla ev (n=38)	158.24		154.45		151.87		159.70		159.22		169.38		159.05		170.78		159.29		164.64			
Yurt (n=191)	151.71		151.43		149.89		154.15		147.02		144.81		148.02		145.84		150.13		147.02			
Akraba yamı (n=2)	264.75		262.00		287.00		218.00		281.75		262.50		277.25		276.00		236.75		271.00			
Tek başına ev (n=2)	118.00		170.00		189.50		35.50		259.25		248.00		159.00		125.75		209.50		172.50			
Diğer (n=5)	231.00		219.70		225.10		220.70		232.00		247.80		267.70		214.90		206.80		249.80			
İstatistiksel analiz	KW=10.955	p=.052	KW=8.609	p=.126	KW=10.048	p=.074	KW=12.503	p=.029	KW=13.520	p=.019	KW=15.449	p=.009	KW=15.058	p=.010	KW=10.116	p=.072	KW=6.920	p=.227	KW=12.804	p=.025		
<b>Baba yaşama durumu</b>																						
Sağ (n=293)	152.25		152.34		151.85		152.32		150.88		150.06		148.77		150.29		149.60		149.18			
Ölü (n=7)	77.07		73.57		93.93		74.36		134.64		169.00		222.86		159.14		188.14		205.57			
İstatistiksel analiz	MU=511.500	p=.023	MU=487.000	p=.017	MU=629.500	p=.080	MU=492.500	p=.019	MU=914.500	p=.624	MU=896.000	p=.567	MU=519.000	p=.025	MU=965.000	p=.789	MU=762.000	p=.245	MU=640.000	p=.089		
<b>Ebeveynlerin birlikte yaşama durumu</b>																						
Evlili-beraber yaşıyor (n=285)	151.07		150.61		151.87		150.18		150.13		148.79		147.61		149.73		148.85		149.19			
Evlili-ayrı yaşıyor (n=2)	139.25		147.00		111.00		154.50		175.75		237.50		88.25		40.75		95.00		69.50			
Boşandılar (n=11)	110.73		121.27		95.09		131.00		128.45		151.95		209.59		163.41		176.36		171.95			
İstatistiksel analiz	KW=2.352	p=.309	KW=1.235	p=.539	KW=5.041	p=.080	KW=0.534	p=.766	KW=0.859	p=.651	KW=2.122	p=.346	KW=6.516	p=.038	KW=3.486	p=.175	KW=1.892	p=.388	KW=2.480	p=.289		

Öğrencilerin öğrenimleri sırasında kaldıkları yere göre, psikolojik iyi olma ölçeğinin bireysel gelişim (KW=15.058, p=0.010), diğerleriyle olumlu ilişkiler (KW=13.520, p=0.019), yaşam amaçları (KW=15.449, p=0.009) ve öz kabul (KW=12.804, p=0.025) alt ölçekleri ve çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin özel insan (KW=12.503, p=0.029) alt ölçeği arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Akraba yanında kalan öğrencilerin bireysel gelişimi, diğerleriyle olumlu ilişkileri, yaşam amaçları, öz kabulü ve özel insan desteği aile yanında kalan öğrencilerden daha yüksektir (Tablo 3).

Babalarının yaşama durumuna göre öğrencilerin bireysel gelişim (MU=519.000, p=0.025), toplam algılanan sosyal destek (MU=511.500, p=0.023), aile desteği (MU=487.000, p=0.017) ve arkadaş desteği (MU=492.500, p=0.019) alt ölçekleri arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir. Babası vefat edenlerin bireysel gelişiminin, babası sağ olanlardan daha yüksek olduğu, toplam algıladıkları sosyal destek, aile ve arkadaş desteğinin ise babası sağ olanlardan daha düşük olduğu saptanmıştır (Tablo 3).

Ebeveynlerin birlikte yaşama durumuna göre psikolojik iyi olma ölçeğinin bireysel gelişim (KW=6.516, p=0.038) alt ölçeği puanları arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Ebeveynleri boşanan öğrencilerin bireysel gelişimi, ebeveynleri evli ve beraber yaşayan öğrencilerden daha yüksektir. Ebeveynlerin birlikte yaşama durumuna göre algılanan sosyal destek puanları arasında herhangi bir anlamlı farka rastlanmamıştır (Tablo 3).

Öğrencilerin annelerinin yaşama durumu, kardeş sayısı, annelerinin ve babalarının eğitim durumuna göre psikolojik iyi olma ve algılanan sosyal destek puanları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişki incelendiğinde pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir (p<0.01). Buna göre, toplam algılanan sosyal destek arttıkça tüm psikolojik iyi olma alt boyutları artmaktadır.

**Tablo 4.** Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş alt ölçekleri arasındaki ilişki

Algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş alt ölçekleri	Algılanan sosyal destek					Psikolojik iyi oluş				
	Aile	Arkadaş	Özel insan	Toplam algılanan sosyal destek	Diğerleriyle olumlu ilişkiler	Bireysel gelişim	Çevresel hakimiyet	Özerklik	Yaşam amaçları	Öz kabul
1. Aile	—	.778**	.666**	.900**	.524**	.109	.251**	.135*	.225**	.295**
2. Arkadaş	.778**	—	.744**	.937**	.386**	.167**	.237**	.173**	.233**	.302**
3. Özel insan	.666**	.744**	—	.349**	.442**	.218**	.297**	.120*	.297**	.358**
4. Toplam algılanan sosyal destek	.900**	.937**	.349**	—	.494**	.181**	.287**	.159**	.276**	.349**
5. Diğerleriyle olumlu ilişkiler	.524**	.386**	.442**	.494**	—	.407**	.543**	.177**	.419**	.567**
6. Bireysel gelişim	.109	.167**	.218**	.181**	.407**	—	.549**	.380**	.591**	.583**
7. Çevresel hakimiyet	.251**	.237**	.297**	.287**	.543**	.549**	—	.288**	.498**	.640**
8. Özerklik	.135*	.173**	.120*	.159**	.177**	.380**	.288**	—	.271**	.443**
9. Yaşam amaçları	.225**	.233**	.297**	.276**	.419**	.591**	.498**	.271**	—	.503**
10. Öz kabul	.295**	.302**	.358**	.349**	.567**	.583**	.640**	.443**	.503**	—

\*\*p&lt;0.01; \*p&lt;0.05.

Aile desteği arttıkça, diğerleriyle olumlu ilişkiler ( $r=0.524$ ,  $p=0.000$ ), özerklik ( $r=0.135$ ,  $p=0.019$ ), öz kabul ( $r=0.295$ ,  $p=0.000$ ) ve yaşam amaçları ( $r=0.225$ ,  $p=0.000$ ) artmaktadır. Özel insan ve arkadaş desteği arttıkça ise, diğerleriyle olumlu ilişkiler, bireysel gelişim, çevresel hakimiyet, özerklik, yaşam amaçları ve öz kabul artmaktadır. Aile desteği ile bireysel gelişim arasında ilişki bulunmamaktadır (Tablo 4).

Algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeylerinin yordayıcılarını ortaya çıkarmak için tüm sosyodemografik değişkenler (cinsiyet, sınıf, anne-baba yaşama durumu, kalınan yer, ebeveynlerin birlikte yaşama durumu, yaşamının çoğunu geçirdiği yer) ile bir regresyon modeli kurulmuştur. Oluşturulan bu regresyon modelinde beta değerlerinin (-0.066–0.113) arasında değiştiği ve p değerlerinin 0.05'den büyük olduğu görülmüştür. Dolayısıyla incelenen sosyodemografik değişkenler algılanan sosyal desteği ve psikolojik iyi oluş düzeylerini yordamamıştır.

### Tartışma

Araştırmamızın bulguları incelendiğinde, öğrencilerin algılanan sosyal destek alt boyutlarından özel insan desteğinin aile ve arkadaş desteğinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatürde ise, öğrencilerin aileden aldıkları desteğin daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. [8,9,28,29] Çalışmamızın bu bulgusu, hemşirelik öğrencilerinin yoğun teorik ve uygulamalı ders programları nedeniyle yıl içerisinde en fazla özel insan olarak değerlendirdiği (flört arkadaş, en yakın arkadaş vb.) kişilerle vakit geçirdiği dikkate alındığında anlamlı görünmektedir. Ayrıca, öğrenciler için ailenin problemleri bir yaşantısının olması olumsuz etki yaratırken, ailelerin stabil ve düzenli bir biçimde yaşamlarını sürdürmesi daha çok öğrencilerin gelişimlerine engel olmama durumu yaratmaktadır. Bu durum öğrencilerin kişisel iyi olma ve gelişimleri için iyi bir zemin hazırlamakta, bu zeminin üstüne öğrenciler kendi çaba ve gayretleri ile bireysel gelişimlerini arttırmakta ve sosyal çevrelerini de buna göre şekillendirmektedirler. Çalışmamızın sonuçlarına göre,

öğrencilerin psikolojik iyi olma alt ölçekleri arasında en yüksek puanları diğerleriyle olumlu ilişkiler, bireysel gelişim ve yaşam amaçları alt ölçeklerinden almaları da bu durumu destekler niteliktedir. Hemşirelik mesleği ve hemşirelik öğrenciliği yaşantısı keyifli olmasına karşın itina, özen, düzenlilik, problem çözebilmeye, hayatı düzenleyebilme, kendi kendini motive edebilme gibi pek çok beceri isteyen bir yaşantıdır. Bu yaşantı sadece var olan aile desteği ile başarılamamaktadır. Öğrencilerin ailelerinden başka ve daha erişilebilir sosyal destek kaynakları edinmelerini ve bu kişilerle olumlu ilişkiler geliştirmelerini, yaşamlarına yol gösterecek bireysel ve mesleki amaçları belirleyerek bu doğrultuda gelişmelerini gerektirmektedir.

Çalışmamızın bulgularına göre, babaları sağ olan öğrencilerin algıladıkları sosyal destek, aile ve arkadaş desteği babası vefat edenlerden daha yüksek olmasına karşın, babası vefat edenlerin ve ebeveynleri boşanan öğrencilerin bireysel gelişimi diğerlerinden daha yüksektir. Ancak babası ölmüş olan öğrenci sayılarının yedi olmasına karşın, babası sağ olanların sayısının 293 olması, yine ebeveynleri ayrı yaşayanların sayısının iki boşanmış olanların sayısının 11 olmasına karşın ebeveynleri evli ve birlikte olanların sayısının 285 olması; bu gruplar arasında sağlıklı bir karşılaştırma yapmayı güçleştirmektedir. Bu sayılara dayanarak konu hakkında net bir tartışma yapmak güç olmasına karşın, ailede ebeveynlerin sağ ve birlikte oluşunun algılanan sosyal desteği bir miktar güçlendirdiği ancak aynı durumun bireysel gelişim için geçerli olmadığı düşünülebilir.

Çalışmamızda, aile yanında kalan öğrencilerin bireysel gelişiminin, diğerleriyle olumlu ilişkilerinin, yaşam amaçlarının, öz kabulünün diğer öğrencilere göre daha düşük olduğu görülmüştür. Üniversite öğrenimi sırasında bireyin ailesi ile birlikte yaşaması hayatı çoğunlukla daha kolay kılmasına karşın, bireyin ailesinden uzak farklı yerlerde yaşaması ise sorunlarını kendi başına çözmeye çalışarak bireysel anlamda gelişmesinin, kendini tanımasının

ve kabulünün ve olumlu ilişkiler kurma becerilerinin artmasında sağlayabilmektedir. Bu durum, ailesinin yanında yaşayan öğrencilerde bu becerilerin gelişiminin daha sınırlı olabileceğini düşündürmektedir.

Sınıflar arasında yapılan karşılaştırmalarda, son sınıflardaki hemşirelik öğrencilerinin bireysel gelişim ve diğerleriyle olumlu ilişkilerinin birinci sınıf öğrencilerinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu durum üst sınıftaki öğrencilerin ailelerinden bağımsız olarak üniversite yaşamı sırasında kendi hayatlarını yönetme becerilerinin daha fazla gelişmiş olması ile ilişkili olabilir. Aynı zamanda hemşirelik öğretiminin sadece mesleki anlamda değil, bireysel anlamda da kişilere katkı sağladığını düşündürmektedir. Nitekim hemşirelik öğretim müfredatı içerisinde var olan ders ve uygulamalara bakıldığında kişisel ve sosyal gelişimi artırmayı hedefleyen pek çok ders ve uygulamanın mevcut olduğu bilinmektedir. Ayrıca, üçüncü sınıf öğrencilerinin aile, arkadaş ve özel insan desteğinin birinci sınıf öğrencilerinden daha yüksek olması ancak dördüncü sınıf öğrencileri ile birinci sınıf öğrencileri arasında anlamlı fark bulunmaması son sınıf öğrencilerinin bu dönemde yaşadıkları iş ve pek çok genel sınav (KPSS, ALES, dil sınavı vb.) kaygısı nedeniyle daha fazla ders çalışmak amacıyla daha içe dönmüş olmaları ve bu nedenle sosyal desteğe çok fazla odaklanmamaları ile açıklanabilir.

Çalışmamızın bir diğer bulgusu ise, kız öğrencilerin diğerleriyle olumlu ilişki puanlarının erkeklerden daha yüksek olmasıdır. Bu sonuç, psikolojik iyi olma kavramını ilk kez kullanmış olan Ryff<sup>[13]</sup> in çalışmasıyla da tutarlılık göstermektedir. Kayabeyeser<sup>[30]</sup> üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, benzer biçimdeki kız öğrencilerin diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim ve yaşam amaçları puanlarının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Öte yandan, Göcen<sup>[31]</sup> yaptığı çalışmada kadınların ve erkeklerin psikolojik iyi olma düzeylerinin birbirine yakın olduğunu ancak aralarında istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanmadığını belirlemiştir.

Son olarak, çalışmamızda hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça psikolojik iyi olma durumlarında arttığı belirlenmiştir. Benzer şekilde Malkoç ve Yalçın<sup>[18]</sup> da üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada psikolojik iyi olma ile algılanan sosyal destek arasında olumlu bir ilişki saptamışlardır. Bireyin sosyal desteğin varlığını algılaması/hissetmesi, ruhsal anlamda da kendisini daha iyi hissetmesine yol açarak bireysel gelişimi, öz kabulü, özerkliği, diğerleriyle olumlu ilişkileri, çevresel hakimiyeti ve yaşam amaçlarını arttırmaktadır.

### Sonuçlar ve Öneriler

Hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeylerini, bu değişkenlerin sosyode-

mografik değişkenlere göre dağılımını ve bu iki değişken arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada amaçlara ulaşılarak önemli sonuçlar elde edilmiştir. Birinci sınıf öğrencilerinin üst sınıftaki öğrencilere göre, erkeklerin kızlara göre, akraba yanında kalanların aile yanındakilere göre, babası vefat edenlerin sağ olanlara göre, algıladıkları sosyal desteğin ve psikolojik iyi olma düzeylerinin daha düşük olması nedeniyle bu öğrencilerin birer risk grubu olarak kabul edilmesi ve bu grubun sosyal destek kaynaklarını ve psikolojik iyi olma durumlarını arttırmaya yönelik danışmanlık hizmetlerinin sağlanması önerilebilir. Algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma durumunun akademik başarıyı, mesleki yaşamla ilgili alınacak olan kararları, stresörlerle başetmeyi olumlu yönde etkilediği göz önüne alınarak<sup>[32,33]</sup> sözü edilen riskli gruplarla yürütülecek bu tür danışmanlık faaliyetlerinin mesleki gelişimi de olumlu yönde etkileyeceği düşünülmektedir. Algılanan sosyal destek arttıkça psikolojik iyi olma durumu arttığı için sağlanacak danışmanlık hizmetlerinde bu durumun da göz önüne alınması yararlı olacaktır. Bu çalışmada hemşirelik öğrencilerinde algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olmanın kesitsel olarak değerlendirildiği göz önüne alınarak, daha sonra yapılacak çalışmalarda bu değişkenlerin boyutsal olarak değişiminin izlenmesi önerilebilir. Ayrıca, bu çalışmada hemşirelik öğrencileri tarafından algılanan sosyal desteğin ve psikolojik iyi olmanın sosyodemografik değişkenlerle ilişkisi incelendiğinden, bundan sonra yapılacak çalışmalarda bu iki değişkenin psikolojik sağlık, stresle başetme gibi değişkenlerle ilişkisini inceleyen çalışmaların yapılması yararlı sonuçlar sağlayabilir.

### Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma bir hemşirelik fakültesinin öğrencilerini kapsadığı için sonuçlar yalnızca bu fakültenin öğrencilerine genellenebilir. Araştırma kapsamına alınan fakültenin her bir sınıfındaki öğrenci sayıları birbirinden farklılık göstermektedir. Her bir sınıftan gönüllülük esasına göre öğrenci alındığı için, sınıflardan örnekleme alınan öğrenci sayıları farklıdır. Her sınıfa düşen öğrenci sayısı için tabakalama yoluyla basit rastgele sayılar tablosuna göre örnekleme alınacak öğrencilerin belirlenmesi daha rastgele (random) bir yaklaşımın benimsenmiş olmasını sağlamaktadır. Ancak, çalışmamızda sınıflardan alınacak öğrenci sayıları için böyle bir yaklaşım benimsenmediği için bu durum bir sınırlılık oluşturmaktadır.

### Kaynaklar

11. Gallagher EN, Vella-Brodrick DA. Social support and emotional intelligence as predictors of subjective well-being. *Personality and Individual Differences* 2008;44:1551-61.
2. Doğan A, Cebioğlu S. Beliren yetişkinlik: ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir dönem. *Türk Psikoloji Yazıları* 2011;14:11-21.
3. Öztürk A, Mutlu T. The relationship between attachment style, subjective

- well-being, happiness and social anxiety among university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 2010;9:1772–6.
4. Caplan G. *Support systems and community mental health*, Behavioral Publications 1974, New York.
  5. Çam Z, Zülfikar Deniz K, Kurnaz A. School Burnout: Testing a structural equation model based on perceived social support, perfectionism and stress variables. *Eğitim ve Bilim* 2014;39:312–27.
  6. Traş Z, Arslan E. Ergenlerde sosyal yetkinliğin, algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. *İlköğretim Online* 2013;12:1133–40.
  7. Şahin Baltacı H. Eğitim fakültesi öğrencilerinin romantik ilişki durumları ve sosyal ağ kullanımlarına göre etkileşim kaygısı ve sosyal destek algılarının incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2012;8:25–36.
  8. Topkaya N, Kavas A. Perceived social support, life satisfaction, Attitudes towards psychological help and Intention to seek help: a model study. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic* 2015. p. 979–96.
  9. Yılmaz E, Yılmaz E, Karaca F. Examining the level of social support. *Genel Tıp Dergisi* 2008;18:71–9.
  10. Baş A, Kabasakal Z. Despair across teacher candidates and perceived social support. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi* 2013;2:19–26.
  11. Haskan Avcı Ö, Yıldırım İ. Violence tendency, loneliness and social support among adolescents. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2014;29:157–68.
  12. Keyes CLM, Shmotkin D, Ryff CD. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology* 2002;82:1007–22.
  13. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology* 1989;57:1069–81.
  14. Ryff CD, Keyes CLM. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology* 1995;69:719–27.
  15. Telef B, Uzman E, Ergün E. Examine the relation between psychological well-being and values in teacher candidates. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic* 2013;8:1297–307.
  16. Smith GD, Yang F. Stress, resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students. *Nurse Education Today* 2017;49:90–5.
  17. Kuyumcu B. The predictive power of university students' positive-negative moods in their psychological well-being. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi* 2013;6:62–76.
  18. Malkoç A, Yalçın İ. Relationship among resilience, social support, coping and psychological well-being among university students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal* 2015;5:35–43.
  19. Yıldırım N, Karaca A, Cangur S, Acıkoç F, Akkus D. The relationship between educational stress, stress coping, self-esteem, social support, and health status among nursing students in Turkey: A structural equation modeling approach. *Nurse Educ Today* 2017;48:33–9.
  20. Ferrell DK, DeCrane SK, S.O.S. (Students' Optimal Success): A model for institutional action to support minority nursing students. *J Cult Divers* 2016;23:39–45
  21. Gu Y, Hu J, Hu Y, Wang J. Social supports and mental health: a cross-sectional study on the correlation of self-consistency and congruence in China. *BMC Health Serv Res* 2016;28;16:207.
  22. Dil S, Aykanat GB. An examination of the relationship between anger, stress, hopelessness and perceived social support in nursing students. *J Psy Nurs* 2016;7:121–8.
  23. Erefe İ. *Hemşirelikte Araştırma İske Süreç ve Yöntemleri*. İstanbul: Odak Ofset; 2002.
  24. Eker D, Arkar H. Factorial structure, validity, and reliability of revised form of the multidimensional scale of perceived social support. *Türk Psikol Derg* 1995;34:45–55.
  25. Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK. The multidimensional scale of perceived social support. *J Pers Assess* 1988;52:30–41.
  26. Eker D, Akar H, Yıldız H. Factorial structure, validity, and reliability of revised form of the multidimensional scale of perceived social support. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2001;12:17–25.
  27. Akin A, Demirci İ, Yıldız E, Gediksiz E, Eroglu, N. The short form of the scales of psychological well-being (SPWB-42): The validity and reliability of the Turkish version. Paper presented at the International Counseling and Education Conference 2012, İstanbul, Turkey.
  28. Baran M, Küçükakça G, Ayran G. Effect of Perceived Social Support Level among School of Healthy Students on Smoking. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi* 2014;15:9–15.
  29. Yılmazel G. Perceived social support and health related behaviors at the school of health students. *Yeni Sempozyum Dergisi* 2013;51:151–7.
  30. Kayabeyeser M. Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumları yaşam olaylarına göre psikolojik iyi oluşu. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*. Ankara; 2013.
  31. Göcen G. Psychological well-being and religious orientation in terms of Positive psychology: A research about adults. *Toplum Bilimleri Dergisi* 2013;7:97–130.
  32. El Ansari W, Stock C. Is the health and wellbeing of university students associated with their academic performance? Cross sectional findings from the United Kingdom. *Int J Environ Res Public Health*. 2010;7:509–27.
  33. McConville J, McAleer R, Hahne A. Mindfulness Training for Health Professional Students-The Effect of Mindfulness Training on Psychological Well-Being, Learning and Clinical Performance of Health Professional Students: A Systematic Review of Randomized and Non-randomized Controlled Trials. *Explore (NY)* 2017;13:26–45.
- 
- *Bu çalışma özel olarak 1. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresinde sunulmuştur (28-30.04.2016, İstanbul, Türkiye).*