

**EBEVEYNLERİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYİ İLE ÖZ YETERLİLİK
DÜZEYİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ****Nuray KAHRAMAN**

Psikolojik Danışman, Samsun MEM, Samsun, ORCID: 0000-0002-9314-2416

Yaşar BARUT

Doç. Dr. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun, ORCID: 0000-0002-5027-2536

Yunus KAHRAMAN

Öğretmen, Samsun MEM, Samsun, ORCID: 0009-0005-0229-3294

Kadir YILDIZ

Psikolojik Danışman Samsun MEM, Samsun, ORCID: 0009-0007-3268-5197

Ufuk Didem GÖK

Psikolojik Danışman, Samsun MEM, Samsun, ORCID: 0009-0003-7320-8638

Derya ATALAY

Psikolojik Danışman, Samsun MEM, Samsun, ORCID: 0009-0006-6719-805X

58

ÖZET

Psikolojik sağlıkla karşılaşılacak durum ya da olay karşısında dayanıklılık durumunu anlatan bir kavramdır. Psikolojik sağlıkla düzeyi kişiler için hayatın tümünde önemli olduğu gibi aile içinde ebeveynlik sorumluluklarını yerine getirilmesi içinde önemlidir. Ebeveynlerin psikolojik sağlıkla düzeylerinin yeterince yüksek olması aile içinde güçlü bağların kurulması çocukların iyi yetişmesi için gereklidir. Psikolojik sağlıkla için gerekli olan kişilik özelliklerinden biride öz yeterliliklerdir. Öz yeterlilik düzeyleri yüksek olan kişilerin psikolojik sağlıkla düzeylerinin bu durumdan olumlu etkilenmesi beklenmektedir. Bu noktadan yol çıkan bu araştırma ebeveynlerin psikolojik sağlıkla ve özyeterlilik düzeylerini incelemek üzere nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel desen kullanılarak tasarlanmıştır. Ayrıca araştırma çalışma grubunu 198 ebeveyn oluşturmaktadır. Psikolojik sağlıkla ve özyeterlilikler arasındaki ilişkiye bakıldığında ise ebeveynlerin genel öz yeterlilik düzeyleri ile psikolojik sağlıkla düzeyleri arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu, psikolojik sağlıkla düzeyleri ile genel öz yeterlilik ölçeği alt boyutlarından çaba direnç boyutu ile orta düzeyde, yetenek güven alt boyutu ile orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn, Öz Yeterlilik, Psikolojik Sağlıkla**GİRİŞ**

İnsan duygu, düşünce ve eylemleriyle bir bütündür. Bir kişinin duyguları, eylemlerini ve düşüncelerini etkiler. Bu nedenle mutlu bir insanın mutluluğunun artması beklenir. Bu nedenle güncel psikoloji araştırmaları, semptomlara ve patolojilere odaklanmaktansa, onu bireylerin olumlu yönlerini, iyilik halini, iyilik halini ve olumlu duyguları araştıran modern yöntem ve çalışmalara bırakmaktadır. (Boyacı ve Ersever, 2017).

Psikolojik sağlıkla; zor şartlarla karşı karşıya kalındığında ortaya çıkan bir kişilik özelliği olup kişinin çevresel düzensizlik durumundan kurtulabilme olarak tanımlanmaktadır (Gunderson ve Folke, 2005). Kararımak (2016), psikolojik sağlıkla; kişinin hayatındaki olumsuz bir durumda koruyucu faktörler ile risk faktörlerinin etkileşimi sonucunda hayatındaki değişikliğe uyum göstermesi olarak tanımlanmıştır. Connor ve Davidson (2003) ise kişilerin strese karşı dayanıklı, zor durumlarda

mücadeleci yapısının bir kişilik özelliği olduğunu ve olumlu tutum göstermeyi sürdürmesinin ise psikolojik sağlamlığı ifade ettiğini belirtmiştir. Psikolojik sağlamlığı yüksek insanın öz saygısı yüksek, iç denetim odaklı, problem çözme becerisi yüksek, insanlarla olumlu iletişim kurabilen, empati becerisi yüksek, pes etmeyen, mücadeleci bir yapısı vardır (Kaynar,2016).

Bazı kişilerin stresli ve travmatik durumlarla karşılaştıklarında depresyon ve kaygı gibi sorunlar yaşadıklarını ve olumsuz duyguların uzun süre devam ettiğini, bazı kişilerin ise bu tür duygulardan kısa sürede kurtulup eski haline dönebildiğini psikolojik sağlamlık düzeylerine bağlayabiliriz (Doğan, 2015).

Ebeveynlik gibi zorlu bir süreçte kişinin kendine dair inancı oldukça önemlidir (Teti ve Gelfand, 1991). Öz yeterlilik olarak tanımlanan bu kişisel inanç, ebeveynlik sürecinde karşılaşılan zorluklarla mücadele etmekte etkili bir faktördür. Öz yeterlilik düzeyleri yüksek olan bireyler; ebeveynlikle alakalı sorumluluklar gerektiren konularda kendisine güvenen, bir sorunla karşılaşıldığında daha az çaresizlik duygusunu az hisseden, sorunu çözmek için daha çok gayret eden bireylerdir (Bandura, 1997).

Ebeveyn öz yeterliliği, anne-babaların çocuk yetiştirirken kendilerinde sahip oldukları inanç ve tutumlardır (Mantigny ve Lacharite, 2005). Ebeveyn öz yeterliliği, çocukların gelişimlerini ve gelişmekte olan davranışlarını pozitif yönde ilerlemesine dair anne-babalarının kendilerine dair değerlendirmeleridir (Coleman ve Karraker, 1998). Çocuk sosyal açıdan ilk ilişkiyi annesiyle kurar. Bu ilişki çocuğun ilerleyen dönemlerde bakış açısı, tutum ve davranış alt yapılarını oluşturur (Zorbaz, 2001).

Öz yeterlilik inancı, bireylerin kendilerini güçlükler karşısında ne kadar iyi güdüledikleri, belirledikleri hedeflere ulaşabilmek için ne kadar gayret etmeleri gerektiğini etkiler. Yüksek öz yeterliliğe sahip olan bireyler psikolojik ve fiziksel dayanıklılığını artırarak, depresyon ve stresten daha az oranda etkilenmektedirler (Bandura, 2012). Bu noktadan yola çıkarak araştırma ile ebeveynlerin psikolojik sağlamlık ve öz yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem

Ebeveynlerin psikolojik sağlamlıkları ve öz yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaç edinerek tasarlanan bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama kullanılmıştır. Araştırmanın tasarlandığı ilişkisel tarama iki ya da daha fazla değişkenin birlikte değişimini ya da değişimin derecesini ortaya çıkarmayı amaçlayan modeldir (Karasar, 2005).

2.1. Araştırma Grubu

Tablo 1. Ebeveynlerin Sosyal ve Demografik Özellikleri

Sosyal ve Demografik Özellikler	n	%	
Cinsiyet	Kadın	115	58.1
	Erkek	83	41.9
Medeni Durum	Evli	179	90.4
	Bekar	19	9.6
Eğitimi	İlkokul	8	4.0
	Ortaokul	7	3.5
	Lise	25	12.6
	Üniversite	142	71.7
	Lisansüstü	16	8.1
Çalışma Durumu	Çalışıyor	153	77.3
	Çalışmıyor	45	22.7

Meslek	Kamu Personeli	122	61.6
	Özel Sektör	40	20,2
	Ev hanımı	29	14.6
	Emekli	7	3.5
Toplam		198	100.0

Çalışmaya katılan bireylerin sosyo-demografik özelliklerine bakılacak olursa; katılımcıların 115'i kadın, 83'ü erkektir. 179'u evli, 19'u bekar, 8'i ilköğretim, 7'si ortaokul, 25'i lise, 142'si üniversite ve 16'sı yüksek lisans mezunudur. 153 katılımcı bir işte çalışırken 45 katılımcı çalışmamaktadır. 122 katılımcı kamu personeli, 40'ı özel sektör çalışanı, 29'u ev hanımı ve 7'si emeklidir. (Bkz. Tablo 1).

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerine ulaşmak amacıyla Genel Öz Yeterlilik Ölçeği ve Psikolojik Sağlık Ölçeği kullanılmıştır.

Genel Öz Yeterlilik Ölçeği:

Genel Öz Yeterlilik Ölçeği, Aypay (2010) tarafından genel özyeterliliği ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Genel Öz Yeterlilik Ölçeği 4'lü likert derecelendirme şeklinde cevaplanan 10 madde ve 2 alt boyuttan (Çaba ve Direnç ile Yetenek ve Güven) oluşmaktadır. Çaba ve Direnç alt boyutu içindeki maddeler (3., 4., 5., 7., 8. ve 10. madde) oluşmaktadır. Çaba ve Direnç alt boyutunda zorlukla karşılaşıldığında çaba göstermeyi ve dirençli olmayı vurguladığından bu şekilde isimlendirilmiştir. Yetenek ve Güven alt boyutu ise (1., 2., 6. ve 9. madde) oluşmaktadır. Yetenek ve Güven alt boyutu ise zorluklar karşısında yetenek ve güveni vurguladığından bu şekilde isimlendirilmiştir. Ölçekten alınan toplam puanlar yükseldikçe, genel öz yeterlilik artmaktadır.

Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği:

Bu ölçek, Doğan (2015) tarafından kişilerin psikolojik sağlık düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği 5'li likert derecelendirme şeklinde cevaplanan 6 maddeden oluşmaktadır. 2., 4. ve 6. maddeler ters puanlanmaktadır.

Bulgular

Ebeveynlerin Psikolojik Sağlık ile Öz Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki İlişkin Bulgular

Tablo 2. Genel Öz Yeterlilik Ölçeği ve Alt Boyutları ile Psikolojik Sağlık Ölçeğinin Puanlarının Cinsiyete Göre Değişimi

Ölçekler	Cinsiyet	n	Ortalama	SS	P-değeri
Genel Öz Yeterlilik Ölçeği (GÖYÖ)	Kadın	115	32,53	4,88	0,356
	Erkek	83	33,18	4,89	
(GÖYÖ) Çaba ve Direnç	Kadın	115	19,21	3,23	0,301
	Erkek	83	19,69	3,15	
(GÖYÖ) Yetenek ve Güven	Kadın	115	13,32	2,05	0,559
	Erkek	83	13,49	2,04	
Psikolojik Sağlık Ölçeği (PSÖ)	Kadın	115	19,66	4,06	0,004
	Erkek	83	21,29	3,72	

Ebeveynlerin Genel Öz Yeterlilik Ölçeği ve alt boyutlarında cinsiyete bakımından anlamlı bir farklılaşma tespit edilmezken Psikolojik Sağlık Ölçeği puanları kadınların (Erkek Ort.=19,66, Kadın Ort.=21,29) lehine farklılaşmaktadır ($p=0,004$, $p<0,05$).

Tablo 3. Genel Öz Yeterlilik Ölçeği ve Alt Boyutları ile Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin Puanlarının Medeni Durumuna Göre Değişimi

Ölçekler	Medeni Durum	n	Ortalama	SS	P-değeri
Genel Öz Yeterlilik Ölçeği (GÖYÖ)	Evli	179	32,77	4,90	0,740
	Bekar	19	33,16	4,75	
(GÖYÖ) Çaba ve Direnç	Evli	179	19,40	3,20	0,867
	Bekar	19	19,53	3,29	
(GÖYÖ) Yetenek ve Güven	Evli	179	13,37	2,07	0,595
	Bekar	19	13,63	1,80	
Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (PSÖ)	Evli	179	20,32	4,07	0,788
	Bekar	19	20,58	3,31	

Katılımcıların Genel Öz Yeterlilik ölçek toplam puanları ve alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($P<0,05$). Benzer şekilde Psikolojik Sağlamlık ölçek toplam puanları arasında da cinsiyete göre anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir (Tablo 3).

Tablo 4. Genel Öz Yeterlilik Ölçeği ve Alt Boyutları ile Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Değişimi

Ölçekler	Çalışma Durumu	n	Ortalama	SS	P-değeri
Genel Öz Yeterlilik Ölçeği (GÖYÖ)	Evet	153	32,73	4,94	0,707
	Hayır	45	33,04	4,72	
(GÖYÖ) Çaba ve Direnç	Evet	153	19,41	3,19	0,975
	Hayır	45	19,42	3,28	
(GÖYÖ) Yetenek ve Güven	Evet	153	13,33	2,08	0,395
	Hayır	45	13,62	1,90	
Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (PSÖ)	Evet	153	20,58	3,84	0,122
	Hayır	45	19,53	4,42	

Katılımcıların Öz Yeterlilik ölçek toplam ve alt boyut puanları arasında çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($P<0,05$). Benzer şekilde, çalışma durumuna göre katılımcıların Psikolojik Sağlamlık ölçek toplam puanları arasında da anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir (Tablo 4).

Tablo 5. Genel Öz Yeterlilik Ölçeği ve Alt Boyutları ile Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin Puanlarının Meslek Durumuna Göre Değişimi

Ölçekler	Meslek Durumu	n	Ortalama	SS	P-değeri
Genel Öz Yeterlilik Ölçeği (GÖYÖ)	Kamu Personeli	122	33,02	4,71	0,850
	Özel Sektör	40	32,60	5,36	
	Ev hanımı	29	32,45	5,08	
	Emekli	7	31,71	4,96	
(GÖYÖ) Çaba ve Direnç	Kamu Personeli	122	19,57	3,03	0,776
	Özel Sektör	40	19,33	3,43	
	Ev hanımı	29	18,97	3,65	
	Emekli	7	18,86	3,29	

(GÖYÖ) Yetenek ve Güven	Kamu Personeli	122	13,44	2,03	0,865
	Özel Sektör	40	13,28	2,21	
	Ev hanımı	29	13,48	1,92	
	Emekli	7	12,86	2,12	
Psikolojik Sağlık Ölçeği (PSÖ)	Kamu Personeli	122	20,43 ab	3,83	0,025
	Özel Sektör	40	21,10 ab	3,85	
	Ev hanımı	29	18,48 b	4,31	
	Emekli	7	22,14 a	4,60	

Araştırmada katılımcıların Öz Yeterlilik ölçeği ve alt boyut puanları arasında mesleğe göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($P<0,05$). Ancak, emekli ve ev hanımı olduğunu beyan eden katılımcıların Psikolojik Sağlık ölçek toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık belirlenmiştir ($P=0,025$). Araştırmada emekli olduğunu beyan eden katılımcılar ev hanımlarına göre psikolojik dayanıklılık daha yüksek çıkmıştır (Tablo 5).

Tablo 6. Genel Öz Yeterlilik Ölçeği ve Alt Boyutları ile Psikolojik Sağlık Ölçeğinin Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Değişimi

Ölçekler	Eğitim Durumu	n	Ortalama	SS	P-değeri
Genel Öz Yeterlilik Ölçeği (GÖYÖ)	İlkokul	8	31,88	5,57	0,592
	Ortaokul	7	35,57	4,31	
	Lise	25	32,72	4,70	
	Üniversite	142	32,68	4,92	
	Lisansüstü	16	33,31	4,80	
(GÖYÖ) Çaba ve Direnç	İlkokul	8	18,00	4,63	0,423
	Ortaokul	7	21,14	2,79	
	Lise	25	19,20	3,42	
	Üniversite	142	19,40	3,08	
	Lisansüstü	16	19,75	3,34	
(GÖYÖ) Yetenek ve Güven	İlkokul	8	13,88	1,46	0,573
	Ortaokul	7	14,43	1,72	
	Lise	25	13,52	1,69	
	Üniversite	142	13,27	2,15	
	Lisansüstü	16	13,56	1,90	
Psikolojik Sağlık Ölçeği (PSÖ)	İlkokul	8	18,63	2,39	0,162
	Ortaokul	7	22,14	3,89	
	Lise	25	19,60	4,43	
	Üniversite	142	20,30	4,02	
	Lisansüstü	16	22,00	3,29	

Katılımcıların Öz Yeterlilik ölçeğinin ve alt boyutlarının puanları arasında eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık tespit görülmemiştir ($P<0,05$). Benzer şekilde, eğitim durumuna göre katılımcıların Psikolojik Sağlık ölçek toplam puanları arasında da anlamlı bir farklılaşma belirlenmemiştir (Tablo 6).

Tablo 7. Ebeveynlerin Genel Öz Yeterlilik ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyi Arası İlişkiler

Ölçekler		Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (PSÖ)
Genel Öz Yeterlilik Ölçeği (GÖYÖ)	r	0,453
	p	<0,001
(GÖYÖ) Çaba ve Direnç	r	0,489
	p	<0,001
(GÖYÖ) Yetenek ve Güven	r	0,317
	p	<0,001

Araştırmada katılımcılarının genel öz yeterlilik düzeyleri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ($p=0,453$, $p<0,001$). Yine psikolojik sağlamlık düzeyleri ile genel genel öz yeterlilik ölçeği alt boyutlarından çaba direnç boyutu ile orta düzeyde ($p=0,489$, $p<0,001$), yetenek güven alt boyutu ile orta düzeyde ($p=0,317$, $p<0,001$) anlamlı bir ilişki vardır (Tablo 7).

Sonuç ve Tartışma

Araştırma katılımcılarının Öz Yeterlilik ölçeğinin toplam puanları ile alt boyut puanları arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık tespit edilemezken Psikolojik Sağlamlık ölçek toplam puanları arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Çalışmada, erkek katılımcıların Psikolojik Sağlamlık Düzeyi kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Parlar ve Yazıcı'nın (2017) yaptıkları çalışmada; Genel Öz Yeterlilik ile cinsiyet faktörleri açısından bir fark olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada erkeklerin öz yeterlilik düzeyi kadınlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aydın ve Egemberdiyeva'nın (2018) çalışmalarında cinsiyet faktörleri ile psikolojik sağlamlık arasında bir farklılık olmadığı belirtilmektedir. Özer (2013) çalışmasında, cinsiyet değişkenine göre psikolojik sağlamlık puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Aydın (2010) çalışmasında öğrencilerin yılmazlık düzeylerinin cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Bolat'ın (2013) çalışmasında psikolojik sağlamlık puanları cinsiyete göre farklılık göstermemiştir. İlgili veri diğer araştırmalar arasında farklılıkların; araştırma gruplarının yaş, öğrenim, ebeveyn olup olmama durumları nedeniyle farklılaştığı düşünülmektedir. Ayrıca ebeveyn erkeğin toplumsal, ekonomik ve sosyal kabul davranışlarının kadınlara göre daha yüksek olması da sonuçların anlamlı düzeyde farklılık olmasına neden olduğu düşünülebilir. Araştırma bulgularına göre ebeveynlerin öz yeterlik ve psikolojik sağlamlık düzeylerinde medeni durumun bakımından bir farklılaşma görülmemiştir. Ebeveynlerin öz yeterlilik ve psikolojik sağlamlık düzeylerinde çalışma durumu bakımından bir farklılaşma görülmemiştir. Araştırmada mesleğine göre katılımcıların öz yeterlilik düzeylerinde mesleğe göre anlamlı bir farklılık tespit edilemezken emekli ve ev hanımı olduğunu beyan eden katılımcıların düzeylerinde anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Araştırmada emekli olduğunu beyan eden katılımcıların ev hanımlarına göre psikolojik dayanıklılık daha yüksektir. Ebeveynlerin öz yeterlilik ve psikolojik sağlamlık düzeylerinde eğitim durumu bakımından bir farklılaşma görülmemiştir. Özgür (2021) araştırmasında da bireylerin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği toplam puanları ile bazı sosyo-demografik değişkenleri karşılaştırılmıştır. Bu karşılaştırma sonucunda anne ve baba eğitim düzeyi ile bireylerin psikolojik sağlamlık toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Araştırma da eğitim düzeyi yüksek olan bireylerde psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca Bektaş'ın (2018) yaptığı çalışma da eşlerinin öğrenim düzeylerine göre psikolojik sağlamlık puanlarında bir farklılaşmanın olup olmadığının belirlenebilmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırmasında eşleri ilköğretim mezunu olan katılımcıların eşleri lise mezunu olan

katılımcılara ve eşleri lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcılara oranla psikolojik sağlık ölçeğinden daha düşük puanlar aldıkları belirlenmiştir.

Araştırmada mesleğine göre katılımcıların Genel Öz Yeterlilik ölçek toplam puanları ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Ancak, emekli ve ev hanımı olduğunu beyan eden katılımcıların Psikolojik Sağlık ölçek toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Araştırmada emekli olduğunu beyan eden katılımcılar ev hanımlarına göre psikolojik dayanıklılık daha yüksek çıkmıştır. Gelir düzeyi yüksek olan ebeveynlerin ebeveynlik öz-yeterliliklerinin de daha yüksek olduğu görülmektedir (Dalumpines, 2005; Teti ve Gelfand, 1991).

Araştırmada katılımcıların genel öz yeterlilik ile psikolojik sağlık düzeyi arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine psikolojik sağlık düzeyleri ile genel öz yeterlilik ölçeği alt boyutlarından çaba direnç boyutu ile orta düzeyde, yetenek güven alt boyutu ile orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Doğan (2013) araştırmasında, bireylerin mutluluk düzeylerinin kişiliklerinden etkilendiğini ortaya koymuştur. Doğan ve Eryılmaz (2013) üniversite öğrencilerinin öz-yeterlilik ve öz-sevgi olmak üzere iki boyuttan ele aldıkları benlik saygıları ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve benlik saygısının mutluluğu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna varılmıştır. Can ve Cantez (2018) son olarak, psikolojik sağlık ve öz-yeterlilik arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki vardır. Bireylerin olumlu özellikleri olan dayanıklılık, iyi oluş ve öz yeterlilik arasında anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Ulaşılan sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur.

- Ebeveynlerin, evlilik yılı, çocuk sayısı, gelir durumlarının etkileri göz önünde bulundurularak psikolojik sağlık ve öz yeterlilik arasındaki ilişki incelenebilir.
- Yaşam koşullarındaki değişim, evlilik durumları, rol değişiklikleri, kadının statüsü gibi farklı değişkenler ile ebeveynlerin psikolojik sağlık ve öz yeterlilik arasındaki ilişki incelenebilir.

Referans

- Aydın, B. (2010). *Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve umut düzeyleri ile psikolojik sağlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Aydın, M., & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Aypay, A. (2010). Genel öz yeterlilik ölçeği'nin göyö türkçe'ye uyarılma çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 113-131.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman
- Bandura, A. (2012). On the Functional Properties of Perceived Self-Efficacy Revisited. *Journal of Management*
- Bektaş, M. (2018). *Evli bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin yordanması*. (Doktora Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Bolat, Z. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık ve öz-anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Boyacı, M., & Ersever, O. G. (2017). Effect of the Tolerance Tendency Enhancement Program to 5th Grade Students Tolerance and Bullying Level. *Education & Sciences* 42(189), 162-187.
- Cantez, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlık ve öz yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 4(2), 61-76.

- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (1998). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*
- Connor, K. M. & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression And Anxiety*, 18, 76-82.
- Dalumpines, F. (2005). The roles of parental self-efficacy, social support and religious coping in a sample of low income African-American parents. (Doktora Tezi, Miami University, 1990).
- DeMontigny, F. and Lacharite, C. (2005) Perceived parental efficacy: concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2013). İki boyutlu benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(1), 107-117.
- Gunderson, L., & Folke, C. (2005). Resilience-now more than ever. *Ecology and Society*, 10(2), 22
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 26(3), 129-142.
- Kararımak, Ö. (2007). Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel faktörlerin incelenmesi: bir model test etme çalışması. Unpublished doctoral dissertation, Middle East Technical University, Institute of Social Sciences, Ankara.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Özer, E. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Duyusal Zeka Ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. (Doktora Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Özgür, Erken T. (2021). Kronik hastalığa sahip çocukların ebeveynlerinde psikolojik sağlamlık düzeyi- (Uzmanlık Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Parlar, H. ve Yazıcı, S. (2017). Evli ve bekar yetişkinlerin genel özyeterlik ve benlik saygılarının incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16, Bahar 2017/1 s.207-247.
- Teti, D. M. & Gelfand, D. M. (1991). Behavioral competence among mothers of infants in the first year: The mediational role of maternal self-efficacy. *Child development*, 62(5), 918-929
- Teti, D. M., & Gelfand, D. M. (1991). Behavioral competence among mothers of infants in the first year: The mediational role of maternal self-efficacy. *Child development*, 62(5), 918-929.
- Zorbaz, S. D. (2001). Ebeveyn özyeterkinliğinin yordayıcısı olarak ebeveyn-çocuk ilişkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*. (46), 144-153.