

TÜRKİYE'DE PSİKOLOJİK KIRILGANLIK KONUSUNDA YAPILMIŞ ÇALIŞMALARIN ANALİZİ

Analysis Of Studies On Psychological Vulnerability In Turkey

Dr. Öğrencisi. Ayşegül ÜLKER

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, Konya/TÜRKİYE
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3484-9163>

Prof. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, Konya/TÜRKİYE
ORCID ID: <https://orcid.org/000-0002-0953-2922>

ÖZET

Psikolojik kırılganlık, bireyin sahip olduğu benlik değerini, elde ettiği somut başarılar ve toplumsal onaya göre belirlemesini sağlayan bilişsel düzeyde inanç kalıplarıdır. Bu çalışmada psikolojik kırılganlıkla ilgili Türkiye'de yapılan araştırmaların incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla 2020-2021 yılları arasında yayınlanan 30 araştırma, doküman analizi yöntemi kullanılarak incelenmiştir. Araştırmanın verileri Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi (YÖKTEZ), ULAKBİM, ProQuest, DergiPark, Google Akademik veri tabanları ve diğer internet arama motorlarından elde edilen verilerle sınırlıdır. Araştırma sonuçlarına göre psikolojik kırılganlık kavramının 2010 yılından sonra araştırılmaya başlandığı, ilk çalışmanın 2011 yılında yayınlandığı ve bu tarihten itibaren araştırmaların sayısında artış yaşandığı görülmüştür. Yapılan araştırmaların büyük bir bölümünün eğitim alanında üniversite öğrencileri ile gerçekleştirildiği görülmüştür. Araştırmaların en çok 301-400 aralığındaki katılımcı sayısı ile yapıldığı ve bütün araştırmalarda katılımcıların 100'ün üzerinde olduğu görülmüştür. Araştırmaların en çok betimsel araştırma yöntemlerinden biri olan, ilişkisel tarama yöntemiyle gerçekleştirildiği anlaşılmaktadır. Araştırmaların hemen hepsinde psikolojik kırılganlık ölçeği kullanılmıştır. Araştırmalarda en fazla kullanılan veri analiz yöntemi, son yıllarda çokça kullanılan, yapısal eşitlik modeli olduğu görülmüştür. Araştırmaların büyük kısmının eğitim, ruh sağlığı ve psikoloji alanında gerçekleştirildiği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik kırılganlık, doküman analizi, eğitim, psikoloji.

ABSTRACT

Psychological vulnerability is cognitive belief patterns that enable an individual to determine their self-worth based on concrete achievements and social approval. In this study, it is aimed to examine the studies conducted in our country on psychological vulnerability. For this purpose, 30 researches published between 2020-2021 were examined using document analysis method. The data of the research is limited to the data obtained from the National Thesis Center of the Council of Higher Education (YÖKTEZ), ULAKBİM, ProQuest, DergiPark, Google Scholar databases and other internet search engines. According to the results of the research, it was seen that the concept of psychological vulnerability began to be investigated after 2010, the first study was published in 2011, and there has been an increase in the number of studies since that date. It has been observed that most of the researches have been carried out with university students in the field of education. It has been seen that the most of the studies were conducted with the number of participants in the range of 301-400 and the participants were over 100 in all studies. It has been observed that the researches are mostly carried out with the relational survey method, which is one of the descriptive research methods. Psychological vulnerability scale was used in almost all studies. The most widely used data analysis method in research is structural equation modeling, which has been widely used in recent years. It has been observed that most of the studies have been carried out in the fields of education, mental health and psychology.

Key Words: Psychological vulnerability, document analysis, education, psychology.

1. TÜRKİYE'DE PSİKOLOJİK KIRILGANLIK KONUSUNDA YAPILMIŞ ÇALIŞMALARIN ANALİZİ

İnsan psikolojisinin patolojik yanlarından ziyade olumlu ve güçlü tarafları üzerinde duran pozitif psikoloji, son yıllarda üzerinde en çok araştırma yapılan alanlardan biri olmaktadır. Değişen dünya ve bu değişimlere ayak uydurmak zorunda olan bireylerin kuvvetli ve işlevsel özelliklerini vurgulamak insan yaşamını daha kolay ve esnek kılmayı bakımından önemlidir. Bu sebeple oldukça önemli olan pozitif psikoloji, yaşamın bütün yönleriyle nasıl daha iyi hale getirileceği ve yönetileceğiyle ilgilenir (Seligman, 2002). Bu kapsamda

çalışılan pozitif psikoloji kavramlarından biri de psikolojik kırılmalıdır (Conner, Duberstein, Conwell, Seidlitz ve Caine, 2001; Ingram ve Luxton, 2005; Saticı, 2016; Jogia ve Wedawatta, 2019; Pamuk ve Gökce, 2020; Le Vigouroux, Goncalves ve Charbonnier, 2021; Tatlıhoğlu, 2021).

Kırılmalıdır kavramı bireyin yaşamında karşılaştığı olumsuzluklar ve zorluklar karşısında sosyal, psikolojik ve fiziksel olarak baş edebilirliğinin azlığıdır. Bireyin yer aldığı çevrede kısıtlayıcı ve engelleyici durumlara maruz kalması, dışlanması, değersizleştirilmesi, destek unsurlarından yararlanamaması, toplumsal statüsü ve kişisel özellikleri bakımından yetersizliği nedeniyle her türlü etkiye açık ve hassas olmasıdır (Mechanic ve Tanner, 2007; Clark, Stump, Miller ve Long, 2007).

Bireyin olumsuz süreçlere maruz kalmasını, bu noktalarda daha incinebilir olmasını içeren kırılmalıdır kavramı fiziksel, sosyal ve psikolojik alt boyutlara sahiptir. Fiziksel kırılmalıdır bireyin fizyolojik sağlığına, sosyal kırılmalıdır bireyin her bakımdan toplum içinde kolaylıkla inandırılıp kullanılmasına, psikolojik kırılmalıdır ise bireyin kendi değerini belirlerken çevresinin onayına duyduğu ihtiyaca dikkat çeker. Bu bakımdan fiziksel ve sosyal kırılmalıdır psikolojik kırılmalıdırğa yol açan etkenlerden sayılabilir.

Psikolojik kırılmalıdır bireyin benlik değerini elde ettiği başarı ve toplumsal onaya göre belirlemesine yol açan inanç yapılarıdır (Sinclair ve Walston, 1999). Bireyin çevresinden aldığı geribildirimler yoluyla mükemmeliyetçi olma, başarılar elde etme ve toplumun onayına ihtiyaç duyma gibi anlamlandırma ve algılamalar oluşturduğu kalıplardır. Bu noktada psikolojik kırılmalıdır kavramını oluşturan en önemli iki faktörün başarı ve onay olduğu görülmektedir (Clark, Stump, Miller ve Long, 2007). Başarıya ve sosyal onaya duyulan bu ihtiyaç, bireyin öz değerini ve benliğini çevresinden aldığı etkiler ve yaşadığı güçlükler karşısında hassaslaştırır. Bu sebeple kırılmalıdır bireylerin diğerlerine oranla olumsuz duygulanımları, yetersizlik algıları ve stres düzeyleri daha üst seviyelerdedir (Sinclair ve Walston 1999; Ingram ve Price, 2010).

Birey dünyaya geldiği andan itibaren çevresindekilerle gerçekleştirdiği etkileşim sayesinde bilişsel inanç kalıplarını oluşturmaya başlar. Böylece bireyin psikolojik, fiziksel ve sosyal iyi olma hali bu inanç kalıplarının etkisiyle biçimlenir (Sinclair ve Wallston, 1999). Bireyin çevresine bağımlılığı, onların onayını alma isteği, mükemmel olma gayreti şeklindeki kendisiyle ilgili algıları psikolojik kırılmalıdırlığı şekillendirir.

Bireyin geliştirdiği benlik değeriyle ilgili işlevsel olmayan algıları psikolojik kırılmalıdırlığın oluşmasını etkileyen etmenlerden biri olarak görülebilir. Bu algılar toplumsal bağımlılık, negatif tutumlar ve suçluluk duygusunun oluşmasında etkili bilişsel kalıpları oluşturur (Sinclair ve Wallston, 2010). Bireyin bilişsel algıları ve bunların yapısındaki birtakım bozuklukların yanı sıra, psikolojik kırılmalıdırlığın ortaya çıkmasını kolaylaştırabilecek faktörlerden bazıları; bireyin bebekliğinde bağlanma figürüyle geliştirdiği problemlilik, aile geçmişinden gelen bir ruhsal rahatsızlık, sosyalleşme konusundaki isteksizlik ve uyumsuzluk olabilir (Cox,1998). Bu etmenler olumsuz çocukluk yaşantılarının kırılmalıdırlık nedeni olabileceğini destekleyen bilişsel kırılmalıdırlık önermesi ve bağlanma kuramıyla tutarlılık sergilemektedir. Bununla birlikte psikolojik kırılmalıdırlıktaki onaylanma ve takdir edilmeye olan bağımlılığın bireyi, dışarıdan gelebilecek müdahalelere açık hale getireceği ve özgünlüğünü olumsuz şekilde etkileyeceği düşünülmektedir (Sarçalı, 2018). Bu noktada bireyin içinde bulunduğu sosyal yapı, psikolojik kırılmalıdırlığın ortaya çıkmasında önemlidir. Her insanda belirli bir derecede olduğu kabul edilen psikolojik kırılmalıdırlık konusunda, sosyal olarak dezavantajlı bireylerin daha fazla risk altında olduğu söylenebilir (Kessler,1979). Böyle kimseler yönlendirilmeye, istismar edilmeye, değersizleştirilmeye ve her türlü zararı görmeye açık duruma gelebilmektedir (Uysal, 2015).

Kırılmalıdır kişilerin patolojik bozukluklara, çeşitli hastalıklara ve dış kaynaklı zarar ve istismara açık olacağı belirtilmektedir (Uysal, 2015; Saticı ve Uysal, 2016). Kırılmalıdır bireyler zorluklar karşısında daha hassas ve başkalarının onayına daha çok ihtiyaç duyan kişiler oldukları için daha fazla uyumsuzluk sergileyen kişiler olabilmektedirler (Levine, 2004).

Buradan hareketle psikolojik açıdan kırılmalıdır olarak kabul edilebilecek bireylerin başkalarının onayına bağımlı ve başkalarından aldıkları tepkiler karşısında çok daha fazla duyarlı (Ekşi, Bikeç ve Ümmet, 2017) olmaları nedeniyle kendi istek ve düşüncelerinden daha uzak oldukları, daha fazla negatif duygulanım ve yaşantılama (Lyubomirsky ve Lepper, 1999) içinde oldukları öngörülmektedir. Anksiyete ve depresyona yakalanma açısından riskli, stresli durumlar karşısında aşırı tepkili (Updegraff, ve Taylor, 2000) ve yetersizlik düşüncelerine sahip oldukları görülmektedir (İngram ve Price, 2010).

Literatüre bakıldığında; Psikolojik kırılmanın utangaçlık, kendini sansürleme ve koşullu öz değer ile pozitif sosyal bağlılık, sosyal yeterlilik, iyi oluş, karakter güçlü yönleri, yılmazlık, öznel mutluluk ve öz anlayış ile negatif yönlü ilişkide olduğu görülmüştür (Akin, 2014; Ekşi, Bikeç ve Ümmet, 2017; Sarıçalı, 2018; Saticı, 2019; Demirci, Ekşi, Ekşi ve Kaya, 2021; Yelpaze, Deniz ve Saticı, 2021).

Ayrıca psikolojik kırılmanın olumlu mizah kullanımı ve özgünlük (Saticı, Kayıs ve Akin, 2013), öğrenilmiş güçlülük (Sertbaş, 2014; Akdeniz, 2018), iyilik hali (Uysal, 2015), bilinçli farkındalık ve utangaçlık (Sarıçalı ve Saticı, 2017), örgütsel özdeşleşme, iş performansı ve sosyal iyi oluş (Bayraktar, 2019; Polat ve Abaslı, 2019), toksik duygu deneyimleri ve işten ayrılma niyeti (Taş, Akdemir ve Çiçek, 2019), zindelik ve genel psikolojik sağlık (Ekşi, Özkapu ve Ümmet, 2019), öz eleştirel ruminasyon ve sıkıntıyı tolere etme (Pamuk ve Gökce, 2020), utangaçlık psikolojik iyi hali, sosyal güven ve memnuniyet (Tatlıoğlu, 2021), psikolojik iyilik hali, sosyal güven, memnuniyet ve kardeş sayısı (Tatlıoğlu, 2021), psikolojik katılık ve olumsuz değerlendirilme korkusu (Uğur, Kaya ve Tanhan, 2021) gibi değişkenlerle ilişkisinin araştırıldığı görülmektedir. Bununla birlikte psikolojik kırılma; problemleri sosyal medya kullanımı (Saticı, Sarıçalı, Saticı ve Eraslan Çapan, 2014), öznel mutluluk ve umutsuzluk (Saticı ve Uysal, 2016), yılmazlık, öznel iyi oluş ve umut (Saticı, 2016) ve yaşam doyumu (Saticı, Uysal, Yılmaz ve Deniz, 2016) konuları ile çalışılmıştır.

Bu çerçevede psikolojik kırılmanın pozitif psikolojinin önemli konularından biri olduğu ve ilgili araştırmaların son yıllarda arttığı görülmektedir. Bu araştırmaların yeni çalışmalarla desteklenmesi alana katkı sağlaması bakımından önemlidir. Ayrıca konuyla ilgili bugüne kadar yapılmış çalışmaların değerlendirilmesinin de alana önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu doğrultuda, bu araştırmada psikolojik kırılma konusunda Türkiye’de bugüne kadar yapılmış araştırmaların farklı ölçütler içerisinde incelenmesi amaçlanmıştır. Böylelikle konuyla ilgilenen araştırmacılar ve uygulayıcılar için genel bir çerçeve ortaya konulacaktır.

Bu çalışmada, psikolojik kırılma ile ilgili Türkiye’de yapılmış araştırmaları inceleme ve analiz amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, aşağıdaki alt amaçlar belirlenmiştir.

- ✓ Araştırmaların yıllar içindeki dağılımı nasıldır?
- ✓ Araştırmaların çalışma gruplarına göre dağılımı nasıldır?
- ✓ Araştırmaların katılımcı sayılarına göre dağılımı nasıldır?
- ✓ Araştırmalar hangi araştırma yöntemleriyle gerçekleştirilmiştir?
- ✓ Araştırmalarda kullanılan veri toplama araçları nelerdir?
- ✓ Araştırmalar hangi analiz yöntemleriyle gerçekleştirilmiştir?
- ✓ Araştırmaların yapıldıkları alanlara göre dağılımı nasıldır?
- ✓ Araştırmalarda psikolojik kırılma ile birlikte kullanılan değişkenler nelerdir?

2. YÖNTEM

Bu araştırmada nitel analiz yöntemlerinden doküman analizi tekniğinden yararlanılmıştır. Doküman analizi araştırılması düşünülen konular hakkında bilgi sunan yazılı belgelerin sistematik bir şekilde analiz edilmesidir (Wach, 2013; Yıldırım ve Şimşek, 2013). Bu yöntemde ilgi konu hakkında bir anlam çerçevesi çizmek, anlayış geliştirmek ve sınanabilir bilgiyi ortaya koyabilmek için materyallerin titizlikle gözden geçirilmesi ve çıkarımların ortaya konulması amaçlanır (Corbin ve Strauss, 2008).

Bu araştırmada Psikolojik kırılma ile ilgili 2000-2021 yılları arasında Türkiye’de yapılmış ve yayınlanmış, ulaşılabilen çalışmalar incelenmiştir. Psikolojik kırılma ile ilgili 2000-2021 yılları arasında yayımlanan 30 araştırma (3 tez ve 27 araştırma makalesi) önceden belirlenen amaçlar kapsamında değerlendirilmiştir. Araştırma verilerinin toplanmasında; Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi (YÖK-tez), ProQuest, DergiPark, Google Akademik veri tabanları ve diğer internet arama motorları aracılığı ile elektronik ortam taramaları yapılmıştır. Psikolojik kırılma anahtar kelimesi ile erişilen elektronik materyallerin analizinde frekans ve yüzdelik değerleri kullanılmıştır. Son olarak elde edilen bilgiler, alanyazın kapsamında yorumlanmış ve önerilerde bulunulmuştur.

3. BULGULAR

Araştırmada elde edilen veriler sonucunda ulaşılan bulgular şu şekildedir. 2020-2021 yılları arasında yapılan araştırmaların yıllara göre dağılımı Grafik 1’de sunulmuştur.

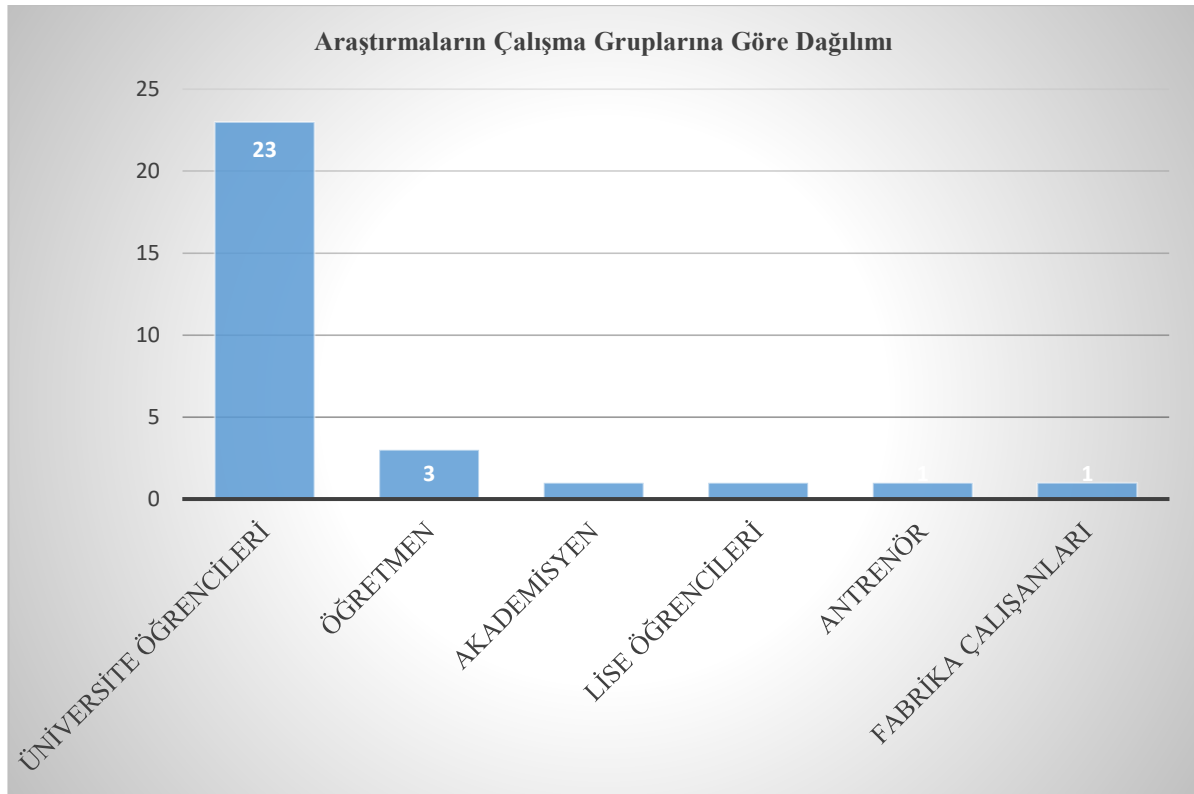




Grafik1.AraştırmalarınYıllara Göre Dağılımı

Grafik 1 de psikolojik kırılgnlıkla ilgili araştırmaların 2010'dan sonra başladığı ve eldeki ilk çalışmanın 2011 yılında yapıldığı görülmektedir. Bu tarihten itibaren araştırmaların yıllar içindeki dağılımı değişiklik gösterse de grafiğin hareketi artış yönünde olmuştur.

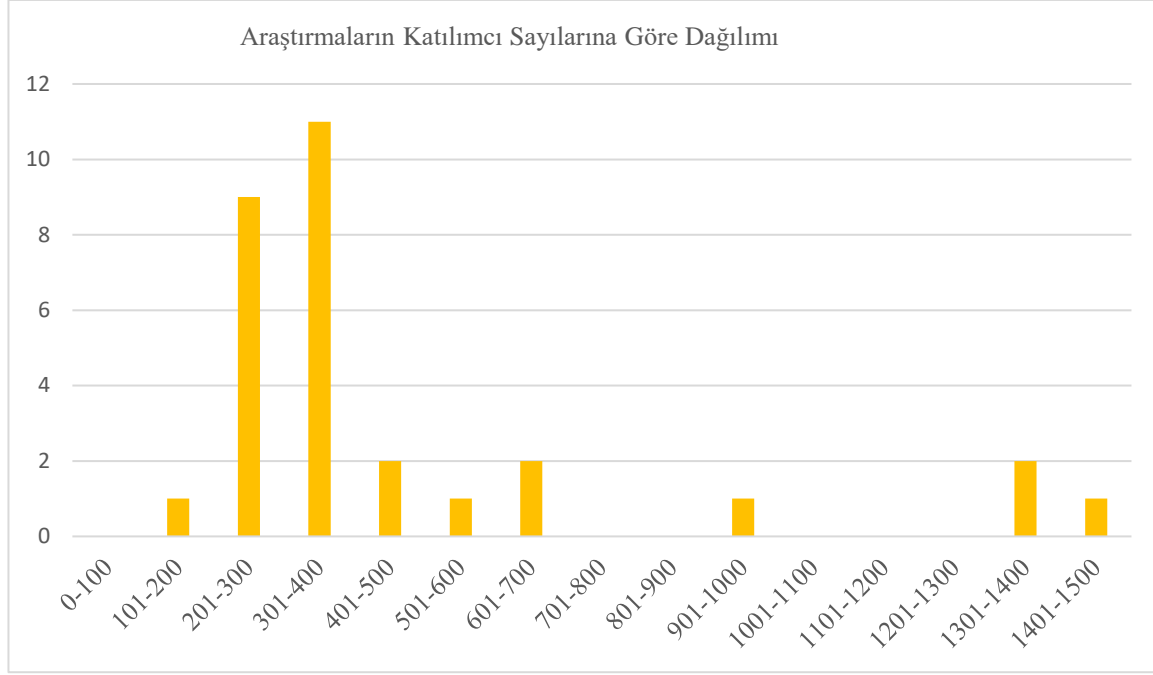
Araştırmaların çalışma gruplarına ait dağılımı Grafik 2'de belirtilmiştir.



Grafik 2.Araştırmaların Çalışma Gruplarına Göre Dağılımı

Grafik 2'de yapılan araştırmaların çalışma gruplarına bakıldığında, 23 araştırma (%76,6) ile en fazla çalışmanın üniversite öğrencileri ile yapıldığı anlaşılmaktadır. Bunu öğretmenlerle yapılmış 3 (%10) çalışma takip ederken akademisyenler ile 1 (%3,3), lise öğrencileri ile 1 (%3,3), antrenörler ile 1 (%3,3) ve fabrika çalışanları ile yapılmış 1 (%3,3) çalışma olduğu görülmektedir. Araştırmalarda sağlık, sosyal ve aile konuları ve eğitimin ilk ve ortaokul kademelerinden bireylerle yapılmış çalışmalar bulunmamaktadır.

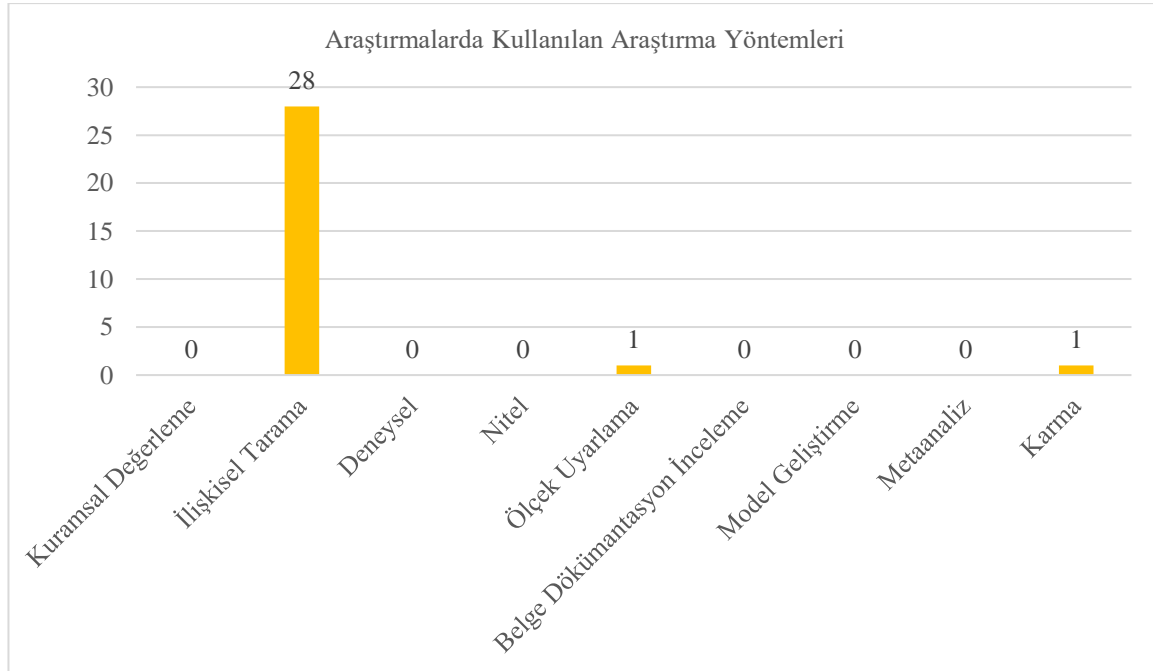
Araştırmaların katılımcı sayılarına ait dağılımı Grafik 3’de belirtilmiştir.



Grafik 3.Araştırmaların Katılımcı Sayılarına Göre Dağılımı

Grafik 3’de araştırmaların katılımcı sayıları incelendiğinde, çalışmaların en fazla 301-400 (%36,6) arasında kişiyle gerçekleştiği görülmektedir. 0-100 aralığında katılımcıya sahip araştırma olmadığı ve araştırmalarda katılımcı sayısının en az 101 ve üzerinde olduğu görülmektedir. Araştırmalarda ikinci yoğun katılımcı sayısına sahip olan 201-300 kişi aralığı 9 (%30) çalışmadan oluşmaktadır.401-500, 601-700 ve 1301-1400 aralıklarında 2’şer (%6,6) araştırma yer almaktadır.101-200, 501-600, 901-1000 ve 1401-1500 aralıklarında 1’er (%3,3) araştırma yer almaktadır.

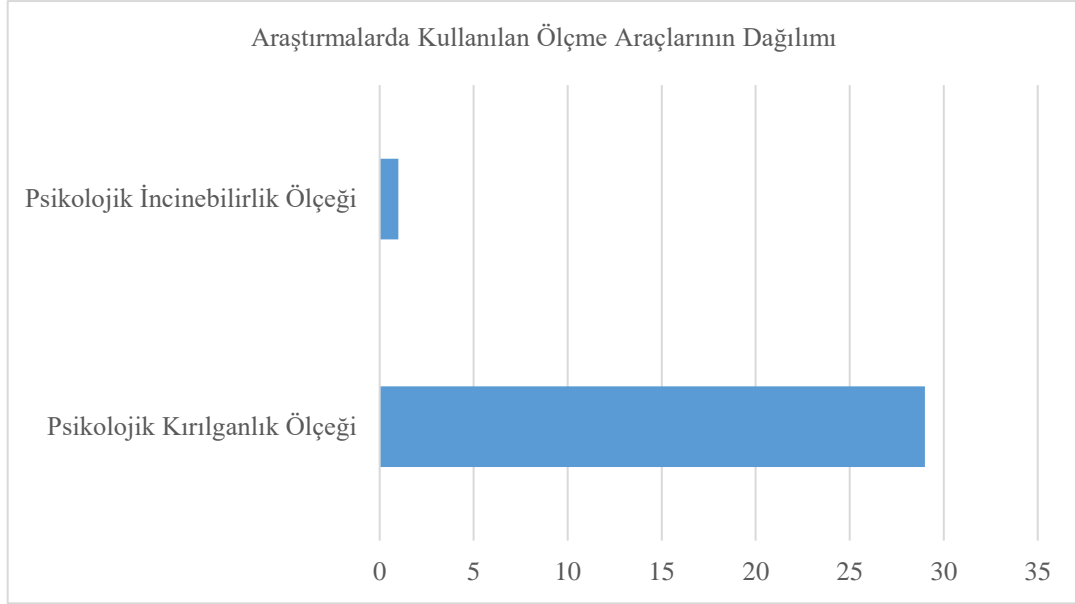
Araştırmalarda kullanılan araştırma yöntemlerine ait dağılım Grafik 4’de belirtilmiştir.



Grafik 4.Araştırmalarda Kullanılan Araştırma Yöntemleri

Grafik 4’e incelendiğinde, araştırmaların 28’inin (%93,3) ilişkisel tarama yöntemiyle yapıldığı, 30 araştırmadan sadece 1’inin (%3,3) ölçek uyarlama, 1’inin (%3,3) de karma araştırma olduğu görülmektedir.

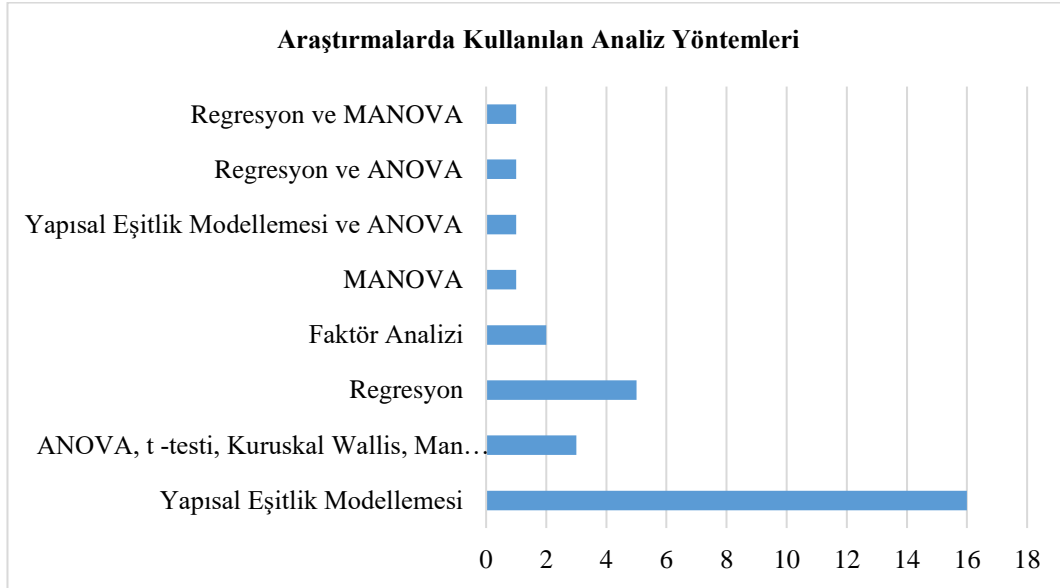
Araştırmalarda kullanılan ölçme araçlarının dağılımı Grafik 5’de belirtilmiştir.



Grafik 5.Araştırmalarda Kullanılan Ölçme Araçlarının Dağılımı

Grafik 5 incelendiğinde, 30 araştırmadan 29’unda (%96,6) Psikolojik Kırılganlık Ölçeğinin kullanıldığı görülmektedir. Yalnızca 1 (%3,3) araştırmada Psikolojik İncinebilirlik Ölçeği (Sarıçalı, 2018) kullanılmıştır. Her iki ölçekte aslında Sinclair ve Wallston (1999) tarafından geliştirilen ölçektir. Fakat ülkemizde uyarlama çalışmaları Psikolojik Kırılganlık Ölçeği (Akın ve Eker,2011) ve Psikolojik İncinebilirlik Ölçeği (Erözkan, 2004) şeklinde farklı iki isimle yapılmıştır.

Araştırmalarda kullanılan analiz yöntemleri Grafik 6’da belirtilmiştir.



Grafik 6.Araştırmalarda Kullanılan Analiz Yöntemleri

Grafik 6 incelendiğinde, verileri analiz etmek için 16 (%53,3) araştırmada yapısal eşitlik modellemesinin kullanıldığı görülmektedir. İkinci sırada regresyon yönteminin kullanıldığı 4 (%13,3) araştırma gelmektedir. Üçüncü sırada ise 3 (%10) araştırma ile fark bulmaya dayalı yöntemler olan ANOVA, t testi, kruskal wallis, man whitney u gibi temel istatistiksel yöntemlerin kullanıldığı araştırmalar yer almaktadır. 2 (%6,6) araştırmada faktör analizi yöntemi kullanılmıştır. 30 araştırmadan yalnızca 1’inde (%3,3) MANOVA yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaların 1’inde (%3,3) regresyon ve MANOVA birlikte,1’inde (%3,3) regresyon ve ANOVA birlikte,1’inde (%3,3) yapısal eşitlik modellemesi ve ANOVA birlikte kullanılmıştır.

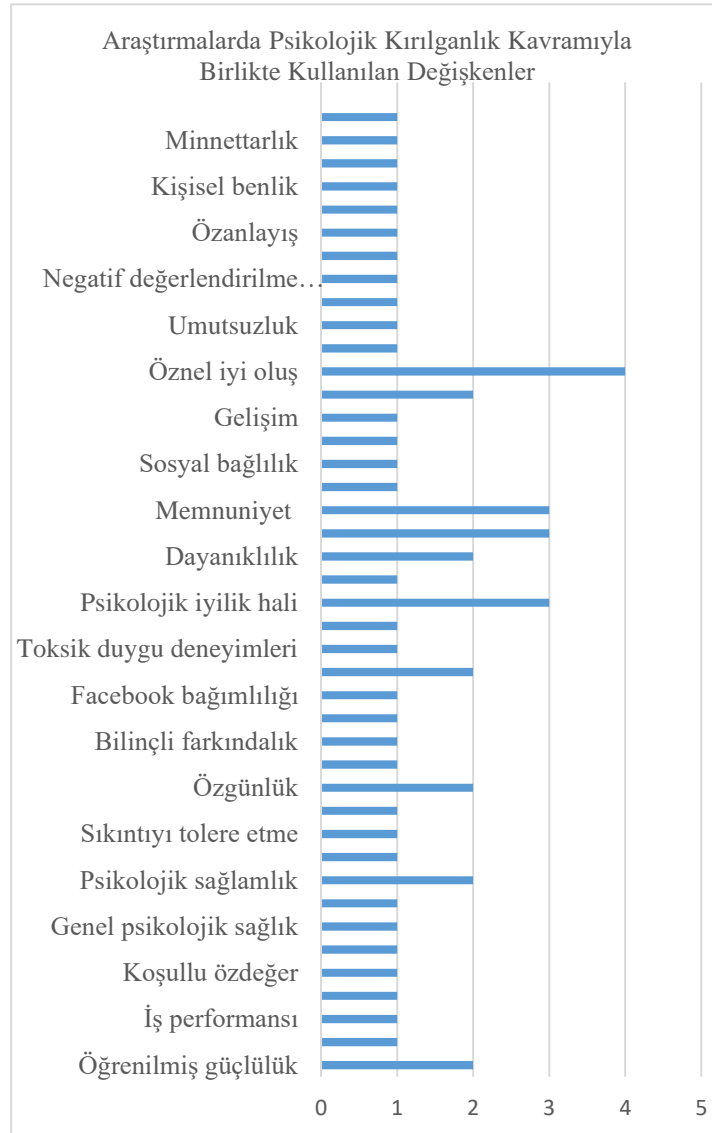
Araştırmaların yapıldıkları alanlara ait dağılımı Grafik 7’de belirtilmiştir.



Grafik 7. Araştırmaların Yapıldığı Alanlara Göre Dağılımı

Grafik 7 incelendiğinde, 30 araştırmadan 28’inin (%93,3) eğitim, ruh sağlığı ve psikoloji alanında yapıldığı yalnızca 2’sinin (%6,6) iş ve meslek alanlarında gerçekleştirildiği görülmektedir.

Araştırmalarda Psikolojik Kırılganlık kavramı ile birlikte kullanılan değişkenler Grafik 8’de belirtilmiştir.



Grafik 8. Araştırmalarda Psikolojik Kırılganlık Kavramı ile Birlikte Kullanılan Değişkenler

Grafik 8 incelendiğinde, 30 çalışmada psikoloji kırılma kavramının pek çok değişkenle ilişkisinin araştırıldığı ve araştırmaların çoğunluğunda birden fazla değişken kullanıldığı görülmektedir. Psikolojik kırılma kavramıyla birlikte en çok çalışılan değişken 4 çalışma (%13,3) ile öznel iyi oluşur. Bunu 3'er araştırma ile memnuniyet (%10), sosyal güven (%10) ve psikolojik iyilik hali (%10) takip etmektedir.

4. TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

Psikolojik kırılma kavramı ile ilgili 2000-2021 yılları arasında yapılan araştırmaların çeşitli kriterler bakımından; araştırmaların yıllar içindeki dağılımı, araştırmaların çalışma gruplarına göre dağılımı, araştırmaların katılımcı sayılarına göre dağılımı, araştırmaların hangi araştırma yöntemleriyle gerçekleştirildiği, araştırmalarda kullanılan veri toplama araçlarının neler olduğu, araştırmaların hangi analiz yöntemleriyle gerçekleştirildiği, araştırmaların yapıldıkları alanlara göre dağılımı ve araştırmalarda psikolojik kırılma kavramıyla birlikte kullanılan değişkenlerin incelenmesi amaçlanan bu çalışmada 30 araştırmaya ulaşılmıştır. Yapılan analiz sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.

Öncelikle, psikolojik kırılma kavramıyla ilgili araştırmaların, son yıllarda artmaya devam etse de ülkemizde yapılan araştırmaların henüz oldukça az sayıda olduğu söylenebilir. Psikolojik kırılma kavramıyla ilgili araştırmaların 2010 yılından sonra yayımlanmaya başladığı ve yapılan çalışmalarda 2020 yılına doğru artış yaşandığı görülmüştür. Bu yıllar, pozitif psikolojinin ülkemizde araştırılmaya ve bu alandaki çalışmaların (Eliüşük,2014; Kıcalı, 2015; Cilasun, 2016; Avşaroğlu, 2019; Avşaroğlu ve Güleş, 2019; Kardeş ve Yalçın, 2019; Kaygısız, 2019) artış göstermeye başladığı zamanlardır. Batıda ise kavramla ilgili çalışmaların çok daha eski yıllara dayandığı görülmektedir (Turner ve Noh,1983; Thoits, 1984).

Psikolojik kırılma kavramıyla ilgili yapılan araştırmaların çalışma gruplarına bakıldığında, araştırmaların çok büyük bir kısmının üniversite öğrencileri ile yapıldığı görülmektedir (Akın ve Eker, 2011; Satici, Kayıs ve Akın, 2013; Akın, 2014; Satici, Sarıçalı, Satici ve Eraslan Çapan, 2014; Sertbaş, 2014; Akın, Demirci ve Yıldız, 2015; İlbay ve Sarıçam, 2015;Uysal, 2015; Satici, 2016; Satici ve Uysal, 2016; Satici, Uysal, Yılmaz ve Deniz, 2016; Sarıçalı ve Satici,2017; Sarıçalı, 2018; Çutuk ve Aydoğan, 2019; Satici, 2019; Tatlıoğlu, 2021;Tatlıoğlu, 2021;Yelpaze, Deniz ve Satici, 2021). Bir araştırma lise öğrencileriyle yapılmıştır (Demirci, Ekşi, Ekşi ve Kaya, 2021). Küçük bir kısmı öğretmenlerle (Akdeniz, 2018; Polat ve Abaslı, 2019; Pamuk ve Gökce, 2020), biri akademisyenlerle (Temel, Nas ve Dalkılıç, 2020) biri antrenörlerle (Bayraktar, 2019) ve diğeri de iş yeri çalışanlarıyla (Taş, Akdemir ve Çiçek, 2019) gerçekleştirilmiştir. Batı literatürüne bakıldığında ise psikolojik kırılma kavramıyla ilgili araştırmaların sağlık (Sinclair ve Wallston, 2010; Antypaa, Verkuila, Molendijka, Schoeversc, Penninx ve Van Der Doesa, 2017) ve psikoloji (Ngo, 2001; Kim ve Mckerny,2002; Swartz, Knodt, Radtke ve Hariri, 2015) alanlarındaki yoğunluğu dikkat çekmektedir. Araştırmalarda eğitimin farklı kademeleri, psikoloji ve iş alanları ile yapılmış çalışmalar kısıtlı sayıda yer alırken; sağlık, aile ve eğitimin diğer kademelerindeki (ilk ve orta) öğrencilerle yapılmış çalışmaların olmadığı görülmektedir.

Araştırmalarda yer alan çalışma grupları incelendiğinde katılımcı sayısının 100'ün altında olduğu çalışmaların bulunmadığı görülmektedir. Katılımcı sayısının 101- 200 arasında olduğu yalnız bir çalışma görülmektedir. Araştırmalarda en fazla çalışmanın 301-400 aralığında katılımcı ile gerçekleştirildiği görülmektedir (Satici, Kayıs ve Akın, 2013; Akın, Demirci ve Yıldız, 2015; Satici, 2016; Çutuk ve Aydoğan, 2019; Ekşi, Özkapu ve Ümmet, 2019; Pamuk ve Gökce, 2020; Demirci, Ekşi, Ekşi ve Kaya, 2021; Uğur, Kaya ve Tanhan, 2021). Bu durumun yapılan çalışmaların daha çok nicel araştırma yöntemi ile gerçekleştirilmiş olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle araştırmalar, genelde yüksek denilebilecek katılımcı sayıları ile gerçekleştirilmiştir. Bununla birlikte 0-1500 aralığındaki katılımcı sayıları değişiklik gösterirken bir araştırma 1000 (Tatlıoğlu, 2021) ve diğeri bir araştırmada 1500 katılımcı ile yapılmıştır (Tatlıoğlu, 2021). Katılımcı sayılarının bu kadar farklı ve geniş aralıklarda olması araştırmaların kendi içindeki ölçütleri ve katılımcılara ulaşılma koşulları ile ilgili olabileceği söylenebilir.

Araştırmalarda kullanılan araştırma yöntemlerine bakıldığında, karma yöntemle yapılmış bir çalışma (Sarıçalı, 2018) dışında, araştırmaların tümünde nicel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı görülmüştür. Nitel araştırma yöntemlerinin daha az genellenebilir olması bu durumun nedenleri arasında sayılabilir (Yaşar, 2018).

Araştırmalarda kullanılan analiz yöntemlerinde ise en fazla yapısal eşitlik modellemesi (Satici ve Uysal, 2016; Ekşi, Özkapu ve Ümmet,2019; Sarıçalı ve Türküm, 2021; Yelpaze, Deniz ve Satici, 2021) uygulandığı, sonrasında korelasyon ve regresyon (Satici, Kayıs ve Akın, 2013; Satici, Sarıçalı, Satici ve

Eraslan Çapan, 2014; Polat ve Abaslı, 2019; Pamuk ve Gökce,2020)ile ANOVA, t-testi gibi fark analizleri ve bunların parametrik olmayan karşılıkları (Sertbaş, 2014; Bayraktar, 2019; Polat ve Abaslı, 2019) analizleri yapıldığı görülmektedir. Ölçek uyarlama için yapılan bir araştırma (Akin ve Eker, 2011) ve bir faktör analizi yer almaktadır (Tatlıoğlu, 2021). 30 araştırmadan yalnızca birinde (Temel, Nas ve Dalkılıç, 2020) MANOVA yöntemi tek başına ve regresyon analizi ile birlikte (Akdeniz, 2018) kullanılmıştır. Ayrıca yapısal eşitlik modellemesi ve ANOVA'nın birlikte yer aldığı bir araştırma (Tatlıoğlu, 2021) bulunmaktadır.

Araştırmalarda kullanılan ölçme araçları incelendiğinde ise neredeyse hepsinde Psikolojik Kırılganlık Ölçeği kullanıldığı, yalnızca bir araştırmada Psikolojik İncinebilirlik Ölçeği kullanıldığı görülmektedir (Sarıçalı, 2018). Her iki ölçekte yetişkinler için kullanılmaktadır. Bu sebeple, alanın çocuklarda psikolojik kırılganlığı ölçmeye yarayan bir ölçeye ihtiyacı olduğu söylenebilir.

Psikolojik kırılganlık kavramıyla ilgili yapılmış araştırmaların alanları incelendiğinde 30 araştırmadan 29'unun eğitim ruh sağlığı ve psikoloji alanında yapıldığı, yalnızca birinin iş ve meslek (Taş, Akdemir ve Çiçek, 2019) alanında olduğu görülmüştür. Bunun en önemli nedeninin katılımcıların ulaşılabilirliği olabileceği düşünülmektedir.

Bununla birlikte araştırmalarda psikolojik kırılganlık kavramı ile birlikte kullanılan değişkenlere bakıldığında, kavramın çeşitli değişkenlerle çalışıldığı görülmektedir. Psikolojik kırılganlık kavramıyla birlikte en çok çalışılan değişkenin öznel iyi oluş olduğu (Satici, 2016; Satici ve Uysal, 2016; Satici, 2019; Yelpeze, Deniz ve Satici, 2021), bunu memnuniyet (Satici, Uysal, Yılmaz, Deniz, 2016), sosyal güven ve psikolojik iyilik halinin (Tatlıoğlu, 2021; Tatlıoğlu, 2021) takip ettiği anlaşılmaktadır. Fakat konuyla ilgili çalışmalar henüz az denilebilecek sayıda olduğu için pek çok kavramın psikolojik kırılganlıkla ilgisinin incelenebileceği düşünülmektedir.

Bu bulgular ve değerlendirmeler ışığında bazı öneriler geliştirilmiştir.

Türkiye'de psikolojik kırılganlık kavramı ile ilgili araştırmaların henüz çok kısıtlı olduğu, farklı alanlarda yapılacak çalışmaların, kavramın derinlemesine incelenmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada Türkiye'de psikolojik kırılganlık kavramıyla ilgili yapılmış araştırmaların belirli kriterler ışığında incelenmesi gerçekleştirilmiştir. Bundan sonra yapılacak araştırmalara, kavramla ilgili yurtdışında yapılan çalışmalarda dahil edilebilir. Ayrıca bu araştırmada; araştırmaların yıllar içindeki dağılımı, araştırmaların çalışma gruplarına göre dağılımı, araştırmaların katılımcı sayılarına göre dağılımı, araştırmaların hangi araştırma yöntemleriyle gerçekleştirildiği, araştırmalarda kullanılan veri toplama araçlarının neler olduğu, araştırmaların hangi analiz yöntemleriyle gerçekleştirildiği, araştırmaların yapıldıkları alanlara göre dağılımı ve araştırmalarda psikolojik kırılganlıkla birlikte kullanılan değişkenlerin incelenmesi gibi kriterler göz önünde bulundurulmuştur. Bundan sonra yapılacak araştırmalara farklı kriterler dahil edilebilir. Böylece daha kapsamlı ve daha ayrıntılı çalışmalar gerçekleştirilebilir.

Yapılan araştırmalarda çalışma gruplarının birkaçı dışında, neredeyse hepsinin üniversite öğrencileri olduğu görülmektedir. Bundan sonraki çalışmalar farklı gruplarla ilk- orta- lise öğrencileri, aile, sağlık ve iş alanlarındaki farklı gruplarla gerçekleştirilebilir.

Bu çalışma da doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Burada incelenen çalışmaların büyük kısmı ise, nicel araştırma yöntemi olan ilişkisel tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda kavramın araştırılmasında; nitel, deneysel, metaanaliz ve kuramsal derleme yöntemleriyle yapılacak yeni araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Geliştirilecek psikoeğitim programları ile yapılacak deneysel ve nitel çalışmalar alana katkı sağlayacaktır.

Yapılan çalışmaların neredeyse hepsinde, Psikolojik Kırılganlık Ölçeğinin kullanıldığı görülmüştür. Bu bağlamda kavramla ilgili farklı ölçeklerin, özellikle çocuklar için kullanılabilecek ölçeklerin geliştirilmesi ve uyarlanmasına yarayacak çalışmalar gerçekleştirilebilir.

Psikolojik kırılganlık kavramıyla birlikte farklı değişkenlerin kullanılacağı yeni araştırmalar alana katkı sağlayacaktır.

Bu araştırmada incelenen çalışmaların pek çoğunun eğitim alanında olduğu görülmüştür. Bundan sonraki çalışmalarda sağlık, aile psikoloji ve iş alanlarında yapılacak daha çok araştırma alana katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

Akdeniz, H. (2018). Beden eğitimi öğretmenlerinin psikolojik kırılabilirlik ve öğrenilmiş güçsüzlük düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya.

Akın, S., & Eker, H. (2011). Turkish Version of the Psychological Vulnerability Scale: A Study of the Validity and Reliability. 32th International Conference of the stress and anxiety research society (STAR), Münster, Germany.

Akın, U. (2014). The predictive role of the self-compassion on psychological vulnerability in Turkish university students. *International Journal of Social Sciences & Education*, 4(3), 693-701.

Akın, A., Demirci, İ., & Yıldız, E. (2015). Personal Self-Concept as Mediator and Moderator of the Relationship between Insight and Psychological Vulnerability. *International Online Journal of Educational Sciences*, 7(1).

Antypa, N., Verkuil, B., Molendijk, M., Schoevers R., Penninx B.W. J. H., & Van Der Does, W. (2017). Associations between chronotypes and psychological vulnerability factors of depression. *CHRONOBIOLOGY INTERNATIONAL* 2017, VOL. 34, NO. 8, 1125–1135 <https://doi.org/10.1080/07420528.2017.1345932>.

Avşaroğlu, S. (2019). Merhamet eğitimi programının üniversite öğrencilerinin merhametli olma düzeylerine etkisi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(3), 2484-2500.

Avşaroğlu, S. ve Güleş, E. (2019). Özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların yaşam doyumlarının öz-anlayış ve merhamet düzeyleri açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(1), 365-376. DOI: 10.24106/kefdergi.2960.

Bayraktar, S., K. (2019). Antrenörlerin sosyal iyi oluş düzeylerinin psikolojik kırılabilirliğe olan etkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Karaman.

Cilasun, A. (2016). Yükseköğretim kurumlarında pozitif psikoloji ve örgütsel özdeşleşmenin performans yönetimine etkisi. Doktora Tezi. Çanakkale: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi.

Clark, D. O., Stump, T. E., Miller, D. K., & Long, J. S. (2007). Educational disparities in the prevalence and consequence of physical vulnerability. *Journal of Gerontology: Social Science*, 62 (3), S193-7. <https://doi.org/62/3/S193>.

Cox, A. J. (1998). Psychological vulnerability and the creative disposition: Etiological factors associated with psychopathology in visual artists. (Dissertation/Thesis), ProQuest Dissertations Publishing.

Conner, K. R., Duberstein, P. R., Conwell, Y., Seidlitz, L., & Caine, E. D. (2001). Psychological vulnerability to completed suicide: a review of empirical studies. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 31(4), 367-385.

Corbin, J. & Strauss, A. (2008). Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory. Thousand Oaks: Sage.

Çutuk, Z. A., & Aydoğan, R. (2019). Emotional self-efficacy, resilience and psychological vulnerability: a structural equation modeling study. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 9(1).

Demirci, I., Ekşi, H., Ekşi, F., & Kaya, Ç. (2021). Character strengths and psychological vulnerability: The mediating role of resilience. *Current Psychology*, 40(11), 5626-5636.

Ekşi, H., Bikeç, S. M., & Ümmet, D. (2017). “Öğretmen Adaylarında Kendini Sansürleme, Psikolojik Kırılabilirlik ve Koşullu Öz Değer”. Küreselleşen Dünyada Eğitim El Kitabı. Ankara.

Ekşi, H., Erök-Özkapı, D., & Ümmet, D. (2019). The Mediating Role of General Psychological Health in Relation between Psychological Vulnerability and Subjective Vitality on University Students, *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(5) 185–190.

Eliüşük, A. (2014). Sabır eğiliminin öz-belirleme öz-anlayış ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi. Konya, 2014.

Erözkan, A. (2004). Romantik ilişkilerde reddedilmeye dayalı incinebilirlik bilişsel değerlendirme ve başa çıkma. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.



- Ingram, R. E., & Luxton, D. D. (2005). Vulnerability-stress models. *Development of Psychopathology: A Vulnerability-Stress Perspective*, 32-46.
- Ingram, R. E., & Price, J. M. (2010). Understanding psychopathology: The role of vulnerability. In R. E. Ingram and J. M. Price (Eds.) *Vulnerability to Psychopathology: Risk across the Lifespan* (pp. 3-17). New York: Guilford Press.
- İlbay, A. B., & Sariçam, H. (2015). The predictor role of gratitude and psychological vulnerability on forgiveness. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 4(4), 61-74.
- Jogia, J., & Wedawatta, G. (2019). Psychological vulnerability as an integral component of comprehensive vulnerability assessment: informing policy and practice in disaster risk reduction. *International Journal of Work Organisation and Emotion*, 10(3), 232-245.
- Kardaş, F. ve Yalçın, İ. (2019). Türkiye’de iyi oluş ile ilgili yapılmış araştırmaların sistematik olarak celenmesi. *Kastamonu Education Journal*, 27(4), 1423-1433. doi:10.24106/kefdergi.2799.
- Kaygısız, F. (2019). Ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının boyun eğici davranışlar ve öz anlayış açısından incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Kessler, R. C. (1979). A strategy for studying differential vulnerability to the psychological consequences of stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 100-108.
- Kıcalı, Ö. (2015). Öz-şefkat ve tekrarlayıcı düşünmenin olumsuz duygulanım ve depresyon ile ilişkilerinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Kim, H. K., & McKenry, P. C. (2002). The relationship between marriage and psychological well-being: A longitudinal analysis. *Journal of Family Issues*, 23(8), 885-911.
- Le Vigouroux, S., Goncalves, A., & Charbonnier, E. (2021). The Psychological Vulnerability of French University Students to the COVID-19 Confinement. *Health Education & Behavior*, 48(2), 123-131.
- Levine, C. (2004). The concept of vulnerability in disaster research. *Journal of Traumatic Stress*, 17(5), 395-402.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- Mechanic, D., & Tanner, J. (2007). Vulnerable people, groups, and populations: Societal view. *Health Affairs*, 26(5), 1220-1230. doi:10.1377/hlthaff.26.5.1220.
- Ngo, E. B. (2001). When Disasters and Age Collide: Reviewing Vulnerability of the Elderly. *Natural Hazards Review*, 2(2), 80-89.
- Pamuk, M., & Gökce Z. (2020). Rehber öğretmenlerin psikolojik sağlamlıklarının öz eleştirel ruminasyon, sıkıntıyı tolere etme ve psikolojik kırılganlık bağlamında incelenmesi. *Dergi Web sayfası*: <http://dergipark.gov.tr/usakead>.
- Polat, Ş., & Abaslı, K. (2019). Öğretmen Algılarına Göre Örgütsel Özdeşleşme, İş Performansı ve Psikolojik Kırılganlık Arasındaki İlişki İlköğretim Çalışmaları Bütünsel Açından Çocuk. *Pegem Akademi*, 451-475.
- Sarıçalı, M., & Satici, S. A. (2017). Shyness as mediating role between mindfulness and psychological vulnerability. *Hittit University Journal of Social Sciences Institute*, Year, 10, 655-670.
- Sarıçalı M. (2018). Üniversite öğrencilerinde olumlu mizah kullanımı ile özgünlük ilişkisinde bilişsel esnekliğin ve psikolojik kırılganlığın aracılığı: karma desen araştırma. Yayınlanmamış doktora tezi. Eskişehir.
- Satici, S. A., Kayıs, A. R., & Akın, A. (2013). Predictive role of authenticity on psychological vulnerability in Turkish university students. *Psychological Reports*, 112(2), 519-528.
- Satici, B., Saricali, M., Satici, S. A., & Çapan, B. E. (2014). Social competence and psychological vulnerability as predictors of Facebook addiction. *Studia Psychologica*, 56(4), 301.
- Satici, S. A. (2016). Psychological Vulnerability, Resilience, and Subjective Well-Being: The Mediating Role of Hope. *Personality and Individual Differences*, 102, s. 68-73.

- Satici, S. A., & Uysal, R. (2016). Psychological vulnerability and subjective happiness: the mediating role of hopelessness. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 33(2), 111-118.
- Satici, S. A., Uysal, R., Yilmaz, M. F., & Deniz, M. E. (2016). Social safeness and psychological vulnerability in Turkish youth: The mediating role of life satisfaction. *Current Psychology*, 35(1), 22-28.
- Satici, B. (2019). Testing a model of subjective well-being: The roles of optimism, psychological vulnerability, and shyness. *Health psychology open*, 6(2), 2055102919884290.
- Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. *Handbook of Positive Psychology*, (2) 3-12.
- Sertbas, K. (2014). A Research on the Learned Resourcefulness and Psychological Vulnerability Levels of the School of Physical Education and Sports Students. *International Online Journal of Educational Sciences*, 6(2), 373- 380.
- Sinclair, V. G. & Wallston, K. A. (1999). The development and validation of the Psychological Vulnerability Scale. *Cognitive Therapy and Research*, 23(2), 119-129.
- Sinclair, V. G., & Wallston, K. A. (2010). Psychological vulnerability predicts increases in depressive symptoms in individuals with rheumatoid arthritis. *Nursing Research*, 59(2), 140-146.
- Swartz, J. R., Knodt, A. R., Radtke, S. R., & Hariri, A. R. (2015). A neural biomarker of psychological vulnerability to future life stress. *Neuron*, 85(3), 505-511.
- Taş, A., M., Akdemir, H., & Çiçek, H. (2019). Toksik duygu deneyimleri ve işten ayrılma niyeti ilişkisinde psikolojik kırılganlığın düzenleyici etkisi. *OCATEPEİİBF Dergisi*, Aralık 2019, 21(2), 98-113.
- Tatlıoğlu, K., A. (2021). Research on the relationship between psychological vulnerabilities psychological well-being, social faith and satisfaction levels of University students. *International Journal of Quality in Education*, (IJQE), 5(1), s. 56-75.
- Tatlıoğlu, K., A. (2021). Üniversite öğrencilerinin psikolojik kırılganlıkları, psikolojik iyilik halleri ve sosyal güven ve memnuniyet düzeyleri arasındaki ilişkinin kardeş sayısına göre incelenmesi. *Bingöl Araştırmaları Dergisi*. DOI: <https://doi.org/10.53440/bad.945414>.
- Temel, V., Nas, K., & Dalkilic, M. (2020). Positive Perception and Psychological Vulnerability Levels of Academicians during COVID 19 Quarantine Period. *African Educational Research Journal*, 8(4), 876-883.
- Thoits, P. A. (1984). Explaining distributions of psychological vulnerability: Lack of social support in the face of life stress. *Social Forces*, 63(2), 453-481.
- Turner, R. J. ve Noh, S. (1983). Class and Psychological Vulnerability among Women: The Significance of Social Support and Personal Control. *Journal of Health and Social Behavior*, 2-15.
- Uğur, E., Kaya, Ç., & Tanhan, A. (2021). Psychological inflexibility mediates the relationship between fear of negative evaluation and psychological vulnerability. *Current Psychology*, 40(9), 4265-4277.
- Updegraff, J.A., & Taylor, S.E. (2000). From vulnerability to growth: Positive and negative effects of stressful life events. In J. Harvey & E. Miller (Eds.) *Loss and Trauma: General and Close Relationship Perspectives* (pp. 3-28). Philadelphia, PA: Brunner-Routledge.
- Uysal, R. (2015). Social competence and psychological vulnerability: The mediating role of flourishing. *Psychological Reports*, 117(2), 554-565. doi:10.2466/21.PR0.117c18z2.
- Wach, E. (2013). Learning about qualitative document analysis.
- Yaşar, M. (2018). Nitel araştırmalarda nitelik sorunu. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 55-73. doi: 10.21666/muefd.426318.
- Yelpaze, İ., Deniz, M. E., & Satici, B. (2021). Association between Social Connectedness and Well-Being: A Study of the Mediating Role of Psychological Vulnerability. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(62), 367-382.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemler*. (9. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık