

Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Onay İhtiyacı ile Psikolojik Esneklik İlişkisi

Dilşat ÖMRÜUZUN¹, Yücel ÖKSÜZ²

Özet

Bu çalışma üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik ilişkisini çeşitli demografik değişkenlerle birlikte incelemeyi hedeflemiştir. Bu kapsamda araştırmada kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılmış olup 2024-2025 yılları arasında Samsun Ondokuz Mayıs Üniversitesinde öğrenimine devam eden gönüllü 574 öğrenciye ulaşılmıştır. Ayrıca çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden kesitsel araştırma tasarımı kullanılarak veriler tek bir zaman noktasında toplanmıştır. Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği veri toplama araçlarını oluşturmaktadır. Yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonucunda sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik değişkenleri arasındaki negatif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Bunun yanı sıra cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, yerleşim birimi ve anne-baba eğitim durumu gibi demografik değişkenlerle sosyal onay ihtiyacı ve psikolojik esneklik ilişkisi de ele alınmıştır. Söz konusu analizlerde gruplar arası farklılaşmaları incelemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi ve ANOVA kullanılmıştır. Bu kapsamda yaş değişkeninin sosyal onay ihtiyacı ile düşük düzeyde negatif yönlü, psikolojik esneklikle ise düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra sosyal onay ihtiyacı ile cinsiyet, yerleşim birimi ve anne-baba eğitim düzeyi değişkenleri arasında anlamlı bir farklılaşmaya ulaşılamazken; 1. sınıfta öğrenimine devam eden öğrencilerin sosyal onay ihtiyaçlarının 4. sınıfa giden öğrencilere göre yüksek olduğu görülmüştür. Psikolojik esnekliğin ise cinsiyet, sınıf düzeyi, yerleşim birimi ve anne-baba eğitim durumu değişkenlerine göre anlamlı bir farklılığa sahip olmadığı görülmüştür. Araştırma sonucunda ulaşılan bulgular alanyazındaki çalışmalarla karşılaştırılmış ve benzer veya farklı sonuçlarla birlikte değerlendirilmiştir.

Anahtar Kelimeler. Sosyal onay ihtiyacı, psikolojik esneklik, üniversite öğrencisi

The Relationship Between the Need for Social Approval and Psychological Flexibility Among University Students

Abstract

This study aimed to examine the relationship between social approval needs and psychological flexibility among university students, considering various demographic variables. For this purpose, a convenience sampling method was employed, and data were collected from 574 voluntary students enrolled at Samsun Ondokuz Mayıs University during the 2024–2025 academic year. Additionally, a cross-sectional research design was used, with data collected at a single point in time. The Personal Information Form, the Social Approval Needs Scale, and the Psychological Flexibility Scale were employed as data collection instruments. Results of the Pearson correlation analysis revealed a moderate, negative, and significant relationship between social approval needs and psychological flexibility. Furthermore, the relationships between social approval needs and psychological flexibility and various demographic variables, including gender, age, class level, place of residence, and parental education level, were also examined. To investigate group differences in these analyses, t-tests and ANOVA were conducted. The results indicated that age had a low-level negative relationship with social approval needs and a low-level positive relationship with psychological flexibility. In addition, no significant differences were found between social approval needs and the variables of gender, place of residence, and parental education levels. However, first-year students reported higher social approval needs compared to fourth-year students. Psychological flexibility, on the other hand, did not differ significantly according to gender, class level, place of residence, or parental education level. Finally, the study findings were compared with existing literature, and similarities and differences were discussed.

Keywords. Need for social approval, psychological flexibility, university student

¹ Lisansüstü Öğrencisi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, omruuzundilsat60@hotmail.com

² Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, yoksuz@omu.edu.tr

GİRİŞ

Çevre bireylerin davranışları, tutumları, değerleri, duygu ve düşünceleri, tercihleri üzerinde bir etkiye sahiptir. Bu yüzden bireylerin geniş kapsamda davranışları ele alındığı zaman çevrenin davranışlar üzerindeki etkisi göz ardı edilemez. Söz konusu etki öylesine önemlidir ki çevrenin onayı ve takdiri bireylerin davranışlarının devamlılığı için bir motivasyon sağlayabileceği gibi çevreden gelebilecek bir reddedilme veya onaylanmama mesajı ceza niteliği görerek davranışın daha az tekrarlanmasına neden olabilmektedir. Dolayısıyla onaylanma, onaylanmama, onay alamamaktan kaçınma, takdir görme ve kabul edilmeyi de içine alan dışsal güdülenmeyle birlikte çevre ve davranışlar arasında bir köprü kurulur ve bireyin davranışlarını yönlendirme motivasyonunun çerçevesi çizilmiş olur.

Sosyal onay kavramı; alanyazındaki ilk varlığını sosyal arzu edilirliliği açıklama yolunda alt bir kavram olarak göstermiştir (Marlowe ve Crowne, 1961). Crowne ve Marlowe (1964) “insanların kendilerini olası olmayan olumlu terimlerle tanımlama eğiliminde çarpıcı bir şekilde farklılık gösterdiğini” ortaya koymuş ve sosyal olarak arzu edilebilir bir biçimde yanıt vermenin, bireylerin altta yatan onay gereksinimlerini yansıttığını ifade etmişlerdir (s.39). Kalaman ve Becerikli (2020) sosyal onay ihtiyacının sosyal arzu edilirliliği de içine alan çatı kavram olduğunu ifade etmiştir. Türk alanyazınında ise Karaşar ve Öğülmüş (2016) Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeğini sosyal onay ihtiyacını ölçmek için geliştirmişlerdir.

Onay kavramı hem bir ihtiyaç hem de bir motivasyon kaynağı olarak görülmektedir. Chiba, Iketani, Han ve Ono (2009) sosyal onay ihtiyacını, diğerleri tarafından iyi bir insan olarak görülme isteği olarak tanımlarken; Twenge ve İm (2007) diğerlerinin düşüncelerine uyma ve diğerleri tarafından kabul edilme arzusu olarak tanımlamıştır. McCollum (2005) ise onayı, motivasyon ile ilişkilendirmiştir.

Onay ihtiyacı küçük yaşlardan itibaren bireylerin hayatlarında yer almaktadır. Bebekler; anne ve babalarının jest, mimik ve sözel ifadelerinden neleri yapıp neleri yapamayacaklarını, hangi davranışlarının memnuniyetle karşılanıp hangi davranışlarının huzursuzluk yaratacağını öğrenmeye başlar. Ergenlik dönemi itibarıyla bireyler ebeveynlerinden ziyade arkadaş ve akranları ile vakit geçirmekte ve duygu, düşünce ve davranışlarının referansları olarak akranlarını görmektedirler (Brown ve Larson, 2009). Genç yetişkinlik döneminde ise üniversiteyle birlikte onay ihtiyacı; akademik başarı, iletişim kurma, yeni çevreye uyum sağlama, aidiyet geliştirme gibi noktalarda kendini gösterebilir. Sosyal ağların genişlediği bu süreç, bireyler için sancılı geçmekle birlikte değerlendirilmesi gereken fırsatları da içerisinde barındırır. Hem yaşam görevi olarak sosyalleşmenin zirve yapması hem de bireylerin özerkleşme sürecinin üniversite döneminde başlamasıyla bireylerin sorumluluk üstlenebilmesi, kendi yaşamlarının kontrolünü eline alabilmesi, dengeli bir kişilerarası bağımlılık gösterebilmesi istenir (Raba, 2019). Dolayısıyla söz konusu çalışmada üniversite öğrencileri hedef alınmıştır.

Sosyal onay üzerinde etkili olan önemli kavramlardan birisi kültürdür. Hofstede vd., (2010)

yürüttükleri çalışmada Türkiye'nin toplulukçu bir kültüre sahip olduğunu raporlamışlardır. Toplulukçu kültürlerde dış grubun yorum ve istekleri bireylerin kendi isteklerinin önünde tutulmaktadır. Bu kapsamda toplulukçu kültürlerde sosyal onay ihtiyacının da daha yüksek olacağı beklenilmektedir (Karakaya ve Ünal, 2023). Dolayısıyla bireylerin içinde bulundukları kültür; sosyal onayın anlamı, işlevi ve olumlu ya da olumsuz değerlendirilme biçimleri üzerinde belirleyici olmaktadır.

Araştırmanın diğer bir değişkeni olan psikolojik esneklik ise Kabul ve Kararlılık terapisinde odaklanılan ve artırılmaya çalışılan bir faktördür. Kabul ve Kararlılık Kuramı Steven Hayes tarafından Doğu Zen felsefesinden ilham alınarak ve kendi deneyimlerinden yola çıkarak geliştirilmiştir (Cloud, 2006). Kabul ve Kararlılık Terapisinde danışanlar düşünceleri ile arasında mesafe koymakta zorlanan ve davranışlarını yönlendirme konusunda yaşantısal kaçınma yaşayan “tıkanmış” kişiler olarak görülür (Harris, 2016). Ayrıca Kabul ve Kararlılık Terapisi, kişilerin istemedikleri ve kontrol dışında vuku bulan olayları kabullenebilmeleri ve değerleri doğrultusunda kıymetli bir hayat sürdürebilmeleri olmak üzere 2 temel görüşe dayanır (Harris, 2007).

Psikolojik esneklik; bireylerin olumsuz duygu, düşünce ve hislerle savaşmadan onları kabul edebilmesi, geçmiş veya geleceğin esiri olmadan an ile esnek temasta kalabilmesi, değerlerinin farkında olabilmesi ve değerleri ile paralel bir hayat çizgisi oluşturabilmesini ifade eder (Scott ve McCracken, 2015). “Kabul, Bilişsel Ayrışma, Şimdiki Anda olma, Bağlamsal Benlik, Değerlerle Temas ve Değer Odaklı Kararlı Davranışlar” alt boyutları ise psikolojik esnekliğin omurgasını oluşturmaktadır.

Yaşam akışı insanda birçok huzursuz duygu ve düşünce doğurabilir. Ancak olumlu ya da olumsuz hiçbir duygu ve düşünce kalıcı değildir; hepsi geçicidir. Hoşa gitmeyecek duygulardan kaçınmak, bastırmak veya kontrol etmeye çalışmak, onlara yüklenen anlamı büyütür ve yaşam hedeflerimiz için bir tuzak haline gelmelerini sağlar. Hayes ve Smith (2005) olumsuz duygularla mücadele etmek yerine onlar için hayatımızda yer açmamız gerektiğine ve mutluluğun normal olmadığına vurgu yapmıştır (s.3-6). Dolayısıyla psikolojik esneklikte kabul, önemli bir bileşen olup kaçınma veya sıkı sıkıya tutunma yaşamadan, duygu ve düşüncelerin her tonunun hissedilmesi için istekli olmayı ifade eder.

Mevcut çalışmada sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esnekliğin ele alınmasının alanyazına katkı sunacağı düşünülmektedir. Zira Tanhan ve Mukba (2014) tarafından yürütülen çalışmada sosyal onay ihtiyacının Türk kültüründe yaygın bir şekilde görüldüğü saptanmıştır. Buna karşılık olarak ise teknolojik gelişmeler, farklılaşan ebeveynlik stilleri ile beraber son kuşakların bireyselleşmeye yatkın olduğu görülmüştür. Her ne kadar toplulukçu kültür yaygın olsa da Türkiye’de bireyselci bir yapıya dönüşümün yaşandığı ve özerk-ilişkisel benlik yapısının nispeten yayınlığı gözlemlenmektedir (Kağıtçıbaşı, 2010). Bu kapsamda kültürel bir alt yapısı olduğu düşünülen sosyal onay ihtiyacında da değişikliğin yaşanabileceği beklentisi olmuştur. Dolayısıyla özerkliğe adım atan, kendi kararlarını vermeye hazırlanan ve konfor

alanlarından uzaklaşarak farklı bir çevre ve şehre dahil olan üniversite öğrencilerinin bu konuya dair yaklaşımları merak edilmektedir. Ayrıca büyük bir uyum sürecini ve yeni bir çevreyi içeren üniversite döneminde bireylerin güçlü yönleri onlar için koruyucu nitelik görmektedir. Psikolojik esneklik de bu güçlü yönler arasında sayılabilir. Psikolojik esneklikle birlikte bireyler deneyimsel kaçınmadan uzaklaşarak davranış repertuarını geliştirebilir ve bir duvar ustasının tuğla ve harçları kullanarak bir binayı inşa edebilmesi gibi bireyler de yaşamlarının duvar ustası olabilir ve istedikleri yaşam çerçevesinde değerlerini işe koşabilirler. Bu yüzden psikolojik esnekliğin bir kavramdan ziyade yaşam biçimi veya bilinçli farkındalık ile hayatla uyumlanan bir faktör olarak görülmesi önemlidir. Ayrıca sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik kavramlarının bir arada ele alındığı çalışmalar incelendiği zaman duygusal şemaların alt boyutu olan onaylanma ile psikolojik esnekliğin incelendiği dolaylı çalışmalar (Uygur, 2018; Yüksel, 2019) mevcut olmakla birlikte söz konusu değişkenlerin ilişkisinin doğrudan konu alındığı bir çalışmaya rastlanamamıştır. Bununla birlikte cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi gibi değişkenlere dair çalışmalar söz konusuysa (Karaşar ve Öğülmüş, 2016; Tasa ve Mutlu, 2022) özellikle yerleşim birimi ve ebeveyn eğitim düzeyi değişkenlerine dair sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Dolayısıyla mevcut çalışmada üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik ilişkisinin ele alınması literatürdeki boşluğa katkı sunacakken, demografik değişkenlerin artırılması da yapılan sınırlı çalışmalara destek sunmaktadır. Aşağıda araştırmanın hipotezlerine yer verilmiştir:

H1: Üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H3: Üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H4: Üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H5: Üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim birimi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır

H6: Üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı anne-baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H7: Üniversite öğrencilerinde psikolojik esneklik cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H8: Üniversite öğrencilerinde psikolojik esneklik yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H9: Üniversite öğrencilerinde psikolojik esneklik sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H10: Üniversite öğrencilerinde psikolojik esneklik yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim birimi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H11: Üniversite öğrencilerinde psikolojik esneklik anne-baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik ilişkisini konu almaktadır. Bu kapsamda genel tarama modellerinden olan ilişkisel tarama araştırma tekniği kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, araştırmacının herhangi bir değişken üzerinde müdahalede bulunmaksızın, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişki düzeyini istatistiksel olarak ortaya koymayı amaçlayan betimsel bir araştırma desendir (Karasar, 2002). Bu model, araştırmanın üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik arasındaki ilişkiyi doğal ortamda ve herhangi bir müdahalede bulunmaksızın ortaya koyma amacına uygun olduğu için tercih edilmiştir (Büyüköztürk vd., 2021).

Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini Ondokuz Mayıs Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma grubunu ise, Ondokuz Mayıs Üniversitesi'nde 2024-2025 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören farklı fakültelerdeki lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmada, uygulama kolaylığı ve zamansal kısıtlar nedeniyle olasılıksız örnekleme türlerinden biri olan kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Kolayda örnekleme yöntemi; maliyet, zaman ve erişilebilirlik açısından avantajlı olması nedeniyle araştırmacının kolay ulaşabildiği bireylerin örnekleme dahil edildiği bir olasılıksız örnekleme tekniğidir (Büyüköztürk, 2008). Alanyazın incelendiğinde Kline (2014) madde sayısının 10 katının örneklem büyüklüğü için yeterli olduğunu belirtmektedir. Dolayısıyla madde toplam sayısının 53 olması örneklem için en az 530 öğrenciye ulaşmayı gerektirmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın çalışma grubunu 574 gönüllü üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılara dair demografik bilgilere aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların cinsiyet ve yaş değişkenine ilişkin demografik bilgileri

		N	%
Cinsiyet	Kadın	425	74
	Erkek	149	26
Yaş	18-19	128	22.3
	20-21	226	39.4
	22-23	161	28
	24-56	59	10.3
Sınıf Düzeyi	1.Sınıf	137	23.9
	2.Sınıf	116	20.2
	3.Sınıf	171	29.8
	4.Sınıf	150	26.1
Yerleşim Birimi	Köy/Kasaba	59	10.3
	İlçe	224	39
	İl	291	50.7
Ebeveyn Eğitim Durumu	Anne		
	Okuma yazma bilmiyor	19	3.3
	İlkokul	237	41.3
	Ortaokul	90	15.7
	Lise	140	24.4
	Üniversite	88	15.3
	Baba		
	Okuma yazma bilmiyor	8	1.4
	İlkokul	126	22
	Ortaokul	101	17.6
	Lise	184	32.1
	Üniversite	154	27
	Toplam	574	100
	Toplam	574	100

Tablo 1’de araştırmaya dahil olan katılımcıların demografik bilgilerine yer verilmiştir. Araştırmaya 574 kişi katılmış olup kayıp veri bulunmamaktadır. Araştırmaya 425 kadın (%74) ve 149 erkek (%26) öğrenci katılmıştır. Çalışma grubunun yaş dağılımı incelendiği zaman 18-19 yaş aralığında 128 öğrenci (%22.3), 20-21 yaş aralığında 226 öğrenci (%39.4), 22-23 yaş aralığında 161 öğrenci (%28) ve 24-56 yaş aralığında ise 59 öğrenci (%10.3) olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılım sağlayan öğrencilerin sınıf düzeylerine göre dağılımı incelendiği zaman 137 kişinin 1. Sınıfa (%23.9), 116 kişinin 2. Sınıfa (%20.2), 171 kişinin 3. Sınıfa (%29.8) ve 150 kişinin ise 4. Sınıfa (%26.1) devam ettiği görülmektedir. Araştırmaya katılım sağlayan öğrencilerin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yerleşim birimi incelendiği 59’u yaşamlarının çoğunu köy/kasabada (%10.3) geçirirken, 224’ü ilçe (%39) ve 291’i ise il merkezinde (%50.7) geçirmiştir. Araştırmaya katılan 237 kişi annesinin ilkokul mezunu (%41.3), 90 kişi ortaokul mezunu (15.7), 140 kişi lise mezunu (%24.4) ve 88 kişi ise üniversite mezunu (%15.3) olduğunu belirtmiştir. Araştırmaya katılan 126 kişi babasının ilkokul mezunu (%22), 101 kişi ortaokul mezunu (%17.6), 184 kişi lise mezunu (32.1) ve 154 kişi ise üniversite mezunu (%27) olduğunu belirtmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından ilgili alanyazın kapsamında oluşturulmuştur. Kişisel bilgi formunda; cinsiyet, yaş, öğrenim görülen okul, sınıf düzeyi, yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim birimi, anne ve baba eğitim düzeyi gibi demografik bilgilere ilişkin sorular yer almaktadır.

Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği

Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği (SOİÖ), Karaşar ve Öğülmüş (2016) tarafından geliştirilmiştir. SOİÖ, 25 maddeden oluşan 5'li Likert tipinde bir ölçek olmakla birlikte Başkalarının Yargılarına Duyarlılık, Olumlu İzlenim Bırakma ve Sosyal Geri Çekilme Olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puana paralel olarak sosyal onay ihtiyacı da yükselmektedir. Ölçeğin geliştirilme sürecinde üniversite öğrencilerinden yararlanılmıştır. Ölçeğin tamamına ilişkin iç tutarlılık katsayısı ve ön test-son test güvenirliği .90 bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin iç tutarlılık katsayıları hesaplanmış ve başkalarının yargılarına duyarlılık alt boyutunun .83, sosyal geri çekilme alt boyutunun .80 ve olumlu izlenim bırakma alt boyutunun ise .80 iç tutarlılık puanına sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin ergenler için de geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış ve alt boyutların iç tutarlılık katsayılarının .78 ve .81 arasında yer aldığı görülmüştür.

Psikolojik Esneklik Ölçeği

Francis, Dawson ve Golijani-Moghaddam (2016) tarafından geliştirilmiş olan Psikolojik Esneklik Ölçeği (PEÖ)'nin Türkçeye uyarlanması Karakuş ve Akbay (2020) tarafından yapılmıştır. Psikolojik Esneklik Ölçeği 28 madde, 5 alt boyut ve 7'li Likert yapıdan oluşmaktadır. Kabul, Ayrışma, An'da Olma, Bağlamsal Benlik, Değer ve Değerler Doğrultusunda Eylemde Bulunma ölçeğin alt boyutlarını oluşturmaktadır. Psikolojik Esneklik Ölçeği'nin uygulama alanını yetişkinler oluşturmaktadır. Ölçekten en az 28 en fazla ise 196 puan alınmaktadır. Ölçekten hem toplam puan hem de alt boyutlara ilişkin puan elde edilebilmektedir. 2, 3, 5, 6, 8, 14, 18, 20, 22, 23, 24 ve 25. maddeler ölçekte ters puanlamaya sahiptirler. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları incelendiği zaman kabul için .72, bağlamsal benlik için .73, ayrışma için .59, anda olma için .60, değerler ve değerler doğrultusunda hareket etme için ise .84 olduğu görülmüştür. Ölçeğin genel iç tutarlılık katsayısı ise .79 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma konusunun netleşmesiyle birlikte araştırmaya dahil edilmesi planlanan ölçeklere ilişkin gerekli izinler alınmıştır. Etik kurul izni Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan 26.04.2024 tarihli ve 2024/452 sayılı kararla alınmıştır. 2024 yılının Haziran-Aralık ayları arasında Ondokuz Mayıs Üniversitesi fakülte derslikleri ve kantinleri aracılığı ile veriler katılımcılardan yüz

yüze bir şekilde toplanmıştır. Uygulama için öğrencilerin yoğun bulunduğu fakülte kantinleri tercih edilmiş olup dikkat dağıtıcı unsurların ölçme sürecini etkilememesi için mümkün olduğunca sessiz alanlar seçilmiştir. Araştırmacı çalışmanın amacını anlatmış, katılımcıların kimliklerine kendisi veya bir başka kişi tarafından ulaşılamayacağını belirterek gönüllülükleri dahilinde ölçekleri uygulamıştır. “Her bir katılımcı için” veri toplama süresi yaklaşık 15 dakika sürmüştür. Toplanan veriler SPSS 25.0 paket programına girilerek analizlere hazır hale getirilmiştir. Analiz türünün belirlenebilmesi ve verilerin parametrik varsayımları karşılayıp karşılamadığını değerlendirmek amacıyla normallik testleri uygulanmıştır. Aşağıdaki tabloda normalliğe ilişkin bilgilere yer verilmiştir:

Tablo 2. Normallik dağılımı analizi

	Çarpıklık(Skewness)	Basıklık(Kurtosis)	Kolmogorov-Smirnova(p)	Shapiro-Wilk(p)
SOİ	.148	-.220	.168	.054
PEÖ	.087	.228	.038	.320

Tablo 2 'de verilerin normallik dağılımına ilişkin çarpıklık, basıklık, Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk değerlerine yer verilmiştir. Tablo 2 incelendiği zaman her iki değişken için çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 1 aralığında kalarak normal dağılıma uygun düştüğü görülmektedir (Çokluk vd., 2012). Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk değerlerinin normal veya normale yakın bir değer aralığında olduğu görülmektedir ($p > .05$). Ayrıca 574 örneklem sayısının normallik için yeterli olduğu baz alınmıştır ($n > 300$). Dolayısıyla verilerin normal dağıldığı kabul edilerek sosyal onay ihtiyacı, psikolojik esneklik ve yaş değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Cinsiyet değişkeninin analizi için bağımsız örneklem t testi ve sınıf düzeyi, yerleşim birimi ve ebeveyn eğitim durumu değişkenlerinin analizi için ANOVA ve Tukey Testleri kullanılmıştır.

BULGULAR

Araştırmanın bulgular kısmında öncelikle sosyal onay ihtiyacı, psikolojik esneklik ve yaş değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesine dair Pearson Korelasyon Analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Bulguların devamında ise sosyal onay ihtiyacı ve psikolojik esnekliğin demografik değişkenlerle ilişkisine dair bağımsız örneklem t testi ve ANOVA sonuçlarına yer verilmiştir.

Aşağıdaki tabloda üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı, psikolojik esneklik ve yaş değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 3. Sosyal onay ihtiyacı, psikolojik esneklik ve yaş değişkenleri arasındaki ilişkiye ait Pearson Korelasyon sonuçları

		$\bar{X}$	SS	1	2	3
1	SOİÖ	2.87	.76	1		
2	PEÖ	4.52	.72	-.493**	1	
3	Yaş	21.3	3.58	-.235**	.171**	1

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, SOİ= Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği, PEÖ= Psikolojik Esneklik Ölçeği, SS= Standart Sapma, N=574

Tablo 3' de araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı puan ortalamaları ($\bar{X}$ = 2.87, SS= .76), psikolojik esneklik puan ortalamaları ($\bar{X}$ = 4.52, SS= .72) ve yaş değişkenlerine ilişkin puan ortalamaları ($\bar{X}$ = 21.3, SS= 3.58) arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Tablo 3 incelendiğinde sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik değişkenleri arasında orta seviyede negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(572) = -.493, p < .01$). Bu sonuç, üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı arttıkça psikolojik esnekliğin azaldığını; sosyal onay ihtiyacı azaldıkça psikolojik esnekliğin arttığını göstermekle birlikte araştırmanın H1 hipotezini desteklemektedir. Bununla birlikte yaş değişkeni ile sosyal onay ihtiyacı ($r(572) = -.235, p < .01$) arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişkinin olduğu, psikolojik esneklik ($r(572) = -.171, p < .01$) değişkeniyle ise zayıf düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu ifade edilebilir. Bu bulgular, yaş arttıkça sosyal onay ihtiyacının azaldığını ve psikolojik esnekliğin arttığını ifade etmekle birlikte araştırmanın H3 ve H8 hipotezlerini desteklemektedir.

Aşağıdaki tabloda sosyal onay ihtiyacı puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına dair bağımsız örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 4. Sosyal onay ihtiyacı ve cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiye ait bağımsız örneklem t testi sonuçları

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	Levene Testi				%95 Güven Aralığı		
				F	p	T	Df	p	Düşük	Yüksek
Kadın	425	2.89	.77	.194	.659	.866	572	.387	-.079	.204
Erkek	149	2.83	.75							

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, SS= Standart Sapma, df=Serbestlik Derecesi

Tablo 4' de Levene testi incelendiğinde sosyal onay ihtiyacı puanlarının cinsiyete göre varyansların homojenliğini sağladığı görülmektedir ($F = .194, p = .659 > .05$). Bununla birlikte sosyal onay ihtiyacı puanlarının kadın ve erkek katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmaya sahip olmadığı ifade edilebilir ($t_{572} = .866, p = .387 > .05$). Dolayısıyla bu bulgu, araştırmanın H2 hipotezinin reddedildiğini göstermektedir.

Aşağıdaki tabloda üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı puanlarının sınıf düzeyine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bağımsız örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 5. Sosyal onay ihtiyacı puanlarının sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin Anova analizi ve Tukey testi sonuçları

Yaş	N	$\bar{X}$	SS	Levene Testi				Tukey Testi	
				p	df	F	p	Anlamlı Farklılık	
(1) 1. Sınıf	137	3.02	.800	.718	3-570	3.08	.027*	1>4	
(2) 2. Sınıf	116	2.84	.746						
(3) 3. Sınıf	171	2.89	.724						
(4) 4. Sınıf	150	2.75	.758						
Toplam	574								

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, SS= Standart Sapma, df= Serbestlik Derecesi

Tablo 5’ de Levene testi incelendiğinde üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı puanlarının sınıf düzeyine göre varyansların homojenliğini sağladığı görülmektedir ($\rho = .718 > .05$). Bununla birlikte sosyal onay ihtiyacının sınıf düzeyine göre farklılaştığı görülmektedir ($F_{3-570} = 3.08, \rho < .05$). Bu kapsamda elde edilen bulgu, araştırmanın H4 hipotezini desteklemektedir. Tablo 5’ de üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının hangi sınıf düzeyinde bir farklılaşmaya sahip olduğunun tespit edilmesine yönelik yapılan Tukey testi sonucunda 1. Sınıfta öğrenimine devam eden öğrencilerin sosyal onay ihtiyaçlarının 4. Sınıfta öğreniminde devam eden öğrencilerden anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ($\rho < .05$). Dolayısıyla 1. sınıf öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı puan ortalaması ($\bar{X} = 3.02, SS = .800$) ile 4. sınıf öğrencilerinin puan ortalaması ($\bar{X} = 2.75, SS = .758$) karşılaştırıldığında, 1.Sınıfa devam eden öğrencilerin sosyal onay ihtiyacı puanlarının 4. Sınıfa devam eden öğrencilerin puanlarından ($F_{ark\bar{X}}=.266$) anlamlı düzeyde yüksek çıktığı görülmektedir.

Aşağıdaki tabloda üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı puanlarının yerleşim birimine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 6. Sosyal onay ihtiyacı ve yerleşim birimi değişkeni arasındaki ilişkiye ait ANOVA testi sonuçları

Yerleşim Birimi	N	$\bar{X}$	SS	Levene Testi				Tukey Testi	
				ρ	df	F	ρ	Anlamlı Farklılık	
(1) Köy/Kasaba	59	3.00	.547	.002	2-187.49	1.47	.232	YOK	
(2) İlçe	224	2.87	.777						
(3) İl	291	2.85	.783						
Toplam	574								

* $\rho < .05$, ** $\rho < .01$, *** $\rho < .001$, SS= Standart Sapma, df= Serbestlik Derecesi

Tablo 6’da Levene testi incelendiğinde üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının yerleşim birimine göre varyansların homojenliğini sağlayamadığı görülmektedir ($\rho = .002 < .05$). Dolayısıyla Welch ANOVA testi yapılmış ve bu analiz sonucunda üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının yerleşim birimine göre anlamlı bir farklılaşma göstermediği görülmüştür (Welch ($F_{2-187.49}$) = 1.47, $\rho = .232 > .05$). Dolayısıyla bu bulgu, araştırmanın H5 hipotezinin reddedildiğini göstermektedir.

Aşağıdaki tabloda üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı puanlarının ebeveyn eğitim durumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 7. Sosyal onay ihtiyacı ve ebeveyn eğitim durumu değişkeni arasındaki ilişkiye ait ANOVA testi sonuçları

					Levene Testi			Tukey Testi	
Ebeveyn Eğitim Durumu		N	$\bar{X}$	SS	ρ	df	F	ρ	Anlamlı Farklılık
Anne	(1) Okuma Yazma Bilmiyor	19	2.55	.547	.696	4-569	1.74	.138	YOK
	(2) İlkokul	237	2.84	.777					
	(3) Ortaokul	90	3.01	.783					
	(4) Lise	140	2.88						
	(5) Üniversite	88	2.90						
Baba	(1) Okuma Yazma Bilmiyor	8	2.67	1.10	.014	4-50.50	.281	.889	YOK
	(2) İlkokul	126	2.84	.852					
	(3) Ortaokul	101	2.92	.630					
	(4) Lise	184	2.89	.734					
	(5) Üniversite	155	2.86	.776					
Toplam		574							

* $\rho < .05$, ** $\rho < .01$, *** $\rho < .001$, SS= Standart Sapma, df= Serbestlik Derecesi

Tablo 7’de ilk olarak anne eğitim durumuna ilişkin değerler incelendiği zaman Levene testi sonucunda sosyal onay ihtiyacının anne eğitim durumu değişkenine göre varyansların homojenliğini sağladığı görülmektedir ($\rho = .696 > .05$). Bununla birlikte yapılan ANOVA testinde üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının anne eğitim durumuna göre farklılaşmadığı görülmektedir ($F_{4-569}=1.74$, $\rho = .138 > .05$). Baba eğitim durumuna ilişkin değerler incelendiği zaman Levene testi sonucunda sosyal onay ihtiyacının baba eğitim durumu değişkenine göre varyansların homojenliğini sağlayamadığı görülmektedir ($\rho = .014 < .05$). Bu nedenle varyans homojenliğini sağlamayan gruplar için Welch ANOVA testi tercih edilmiş olup üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacının baba eğitim durumuna göre bir farklılaşmaya sahip olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır (Welch ($F_{4-50.59}$) = .281, $\rho = .889 > .05$). Bununla birlikte elde edilen bulgular, araştırmanın H6 hipotezinin reddedildiğini göstermektedir.

Aşağıdaki tabloda üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bağımsız örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 8. Psikolojik esneklik ve cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiye ait bağımsız örneklem t testi sonuçları

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	Levene Testi		T	df	ρ	%95 Güven Aralığı	
				F	ρ				Düşük	Yüksek
Kadın	425	4.50	.735	.839	.360	-1.13	572	.256	-.213	.057
Erkek	149	4.58	.691							

* $\rho < .05$, ** $\rho < .01$, *** $\rho < .001$, SS= Standart Sapma, df=Serbestlik Derecesi

Tablo 8’de Levene testi incelendiği zaman üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin cinsiyet değişkenine göre varyansların homojenliğini sağladığı görülmektedir ($F = .839$, $\rho = .360 > .05$). Bununla birlikte üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşmaya sahip olmadığı görülmektedir ($t_{572} = -1.13$, $\rho = .256 > .05$). Dolayısıyla elde edilen bulgu, araştırmanın H7 hipotezinin reddedildiğini göstermektedir.

Aşağıdaki tabloda üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin sınıf düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 9. Psikolojik esneklik puanlarının sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin Anova analizi ve Tukey testi sonuçları

Yaş	N	$\bar{X}$	SS	Levene Testi		F	ρ	Tukey Testi
				ρ	df			Anlamlı Farklılık
(1) 1. Sınıf	137	4.40	.746	.856	3-570	2.36	.070	YOK
(2) 2. Sınıf	116	4.51	.726					
(3) 3. Sınıf	171	4.56	.701					
(4) 4. Sınıf	150	4.62	.701					
Toplam	574							

* $\rho < .05$, ** $\rho < .01$, *** $\rho < .001$, SS= Standart Sapma, df= Serbestlik Derecesi

Tablo 9'da Levene testi incelendiğinde üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin sınıf düzeyine göre varyansların homojenliğini sağladığı görülmektedir ($\rho = .856 > .05$). ANOVA sonuçlarına bakıldığında ise üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılığa sahip olmadığı görülmektedir ($F_{3-570} = 2.36$, $\rho = .070 > .05$). Dolayısıyla elde edilen bu bulgu, araştırmanın H9 hipotezinin reddedildiğini göstermektedir.

Aşağıdaki tabloda üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin yerleşim birimine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA testi sonuçları yer almaktadır.

Tablo 10. Psikolojik esneklik ve yerleşim birimi değişkeni arasındaki ilişkiye ait ANOVA testi sonuçları

Yerleşim Birimi	N	$\bar{X}$	SS	Levene Testi		F	ρ	Tukey Testi
				ρ	df			Anlamlı Farklılık
(1) Köy/Kasaba	59	4.44	.601	.055	3-571	.633	.531	YOK
(2) İlçe	224	4.52	.694					
(3) İl	291	4.55	.769					
Toplam	574							

* $\rho < .05$, ** $\rho < .01$, *** $\rho < .001$, SS= Standart Sapma, df= Serbestlik Derecesi

Tablo 10'da Levene testi incelendiğinde üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin yerleşim birimine göre varyansların homojenliğini sağladığı görülmektedir ($\rho = .055 > .05$). ANOVA testi sonucunda ise katılımcıların yerleşim birimlerine göre psikolojik esnekliklerinin farklılaşmadığı görülmektedir ($F_{3-571} = .633$, $\rho = .531 > .05$). Dolayısıyla elde edilen bu bulgu, araştırmanın H10 hipotezinin reddedildiğini göstermektedir.

Aşağıdaki tabloda üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin ebeveyn eğitim durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları yer almaktadır.

Tablo 11. Psikolojik esneklik ve ebeveyn eğitim durumu değişkeni arasındaki ilişkiye ait ANOVA testi sonuçları

		Levene Testi					Tukey Testi		
	Ebeveyn Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	SS	ρ	df	F	ρ	Anlamlı Farklılık
Anne	(1) Okuma Yazma Bilmiyor	19	4.37	.766	.136	4-569	2.209	.067	YOK
	(2) İlkokul	237	4.62	.684					
	(3) Ortaokul	90	4.39	.755					
	(4) Lise	140	4.47	.654					
	(5) Üniversite	88	4.54	.862					
Baba	(1) Okuma Yazma Bilmiyor	8	4.81	.760	.338	4-569	.829	.507	YOK
	(2) İlkokul	126	4.52	.756					
	(3) Ortaokul	101	4.45	.636					
	(4) Lise	184	4.51	.719					
	(5) Üniversite	155	4.58	.757					
Toplam		574							

* $\rho < .05$, ** $\rho < .01$, *** $\rho < .001$, SS= Standart Sapma, df= Serbestlik Derecesi

Tablo 11’de ilk olarak anne eğitim durumu incelendiğinde Levene testi sonucunda psikolojik esnekliğin anne eğitim durumuna göre varyansların homojenliğini sağladığı görülmektedir ($\rho = .136 > .05$). ANOVA testi sonucunda ise katılımcıların anne eğitim durumuna göre psikolojik esnekliklerinin farklılaşmadığı görülmektedir ($F_{4-569} = 2.209$, $\rho = .067 > .05$). Baba eğitim durumu incelendiğinde Levene testi sonucunda psikolojik esnekliğin baba eğitim düzeyine göre varyansların homojenliğini sağladığı görülmektedir ($\rho = .338 > .05$). ANOVA testi sonucunda ise katılımcıların baba eğitim durumuna göre psikolojik esnekliklerinin farklılaşmadığı görülmektedir ($F_{4-569} = .829$, $\rho = .507 > .05$). Dolayısıyla elde edilen bulgular, araştırmanın H11 hipotezinin reddedildiğini göstermektedir.

TARTIŞMA

Araştırmanın bulguları kısmında öncelikle sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esnekliğe dair bulgular tartışılacak olup devamında diğer demografik değişkenlerle ilişkilerine dair bulgular alanyazın kapsamında ele alınacaktır.

Yapılan analizler sonucunda üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik arasında orta düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin varlığı ortaya koyulmuştur (bkz. Tablo 3). Elde edilen bu bulgu üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı arttıkça psikolojik esnekliğin düştüğünü, sosyal onay ihtiyacı azaldıkça psikolojik esnekliğin arttığını ifade etmektedir. Alanyazın incelendiği zaman sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik arasında dolaylı çalışmaların yoğunluk gösterdiği görülmektedir. İnce (2024) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü çalışmada bilişsel çarpıtmalar, duygusal şemalar ve psikolojik esneklik arasındaki yordayıcı ilişkileri ele almış olup; duygusal şemaların onaylanma alt boyutunun genel olarak psikolojik esneklikle negatif yönlü bir ilişkide olduğunu raporlamıştır. Flink ve arkadaşları (2018) ise dikkat farkındalığı ile erken dönem uyumsuz şemalarını inceledikleri çalışmalarında boyun eğme, özveri ve onay arama/tanınma arama şemalarının dikkatli farkındalık ile negatif yönlü orta ve yüksek düzeyde ilişkiye sahip olduğunu bulgulamıştır. Dolayısıyla elde edilen bulgunun alanyazın ile

paralellik gösterdiği görülmektedir.

Alanyazında sosyal onayla ilişkili olabilecek kişilerarası reddedilme duyarlılığı, sosyal kaygı ve kendini gizleme kavramları incelenmiş ve psikolojik esneklikle ilişkisi ele alınmıştır. Bu kapsamda Tasa ve Mutlu (2022) tarafından yürütülen çalışmada kişilerarası reddedilme duyarlılığı ile psikolojik esneklik arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bireyler reddedilme düşüncesiyle kaynaşma yaşayabilir, reddedilme deneyimlerinden kaçınabilir, psikolojik esnekliğin düşmesine neden olan davranış repertuarını daraltmaya gidebilirler. Srichan ve arkadaşları (2023) tarafından yürütülen çalışmada ise Kabul ve Kararlılık Terapisinin sosyal kaygı ve olumsuz değerlendirilme korkusunun düşürdüğü ve psikolojik esneklik puanlarını yükselttiği görülmüştür. Masuda ve arkadaşları (2011) tarafından yürütülen çalışmada da psikolojik esneklik ve kendini gizleme arasında orta düzeyde negatif yönlü bir ilişkiye ulaşılmıştır.

Psikolojik esnekliğin değerler kavramı, bireylerin seçtiği ve hayat çizgisini şekillendirdiği yapısı itibarıyla sosyal onay ile çelişmektedir. Kabul ve Kararlılık terapisinde danışanların bireysel değerleri özgürce seçmeleri vurgulanmaktadır (Luoma vd., 2017). Ancak sosyal onay ihtiyacı veya onay alamama ihtimalinden doğan kaçınma davranışlarıyla birlikte özgür seçimler gölgelenmektedir. Bu duruma paralel bir şekilde Hayes (1989) yüksek psikolojik katılığa sahip bireylerin davranışları üzerinde; onay almama, sosyal eleştiriler, kaygı ve suçluluk duygularından kaçınma gibi faktörlerin etkili olduğunu ifade etmiştir. Dolayısıyla dışsal değerler diğer insanların veya kültürün oluşturduğu katı düşünce ve davranış kalıpları olarak, bireyler üzerindeki etkisiyle esnek olmayan davranış ve düşüncelere zemin hazırlar ve değer odaklı eylemler için handikap oluşturur. Bu kapsamda elde edilen bulgular alanyazınla paralellik göstermektedir.

Her ne kadar araştırma sonucunda sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik arasında negatif yönlü bir ilişkinin varlığına ulaşılsa da alanyazında yapılan araştırmalarda iki değişken arasında pozitif yönlü ilişkilerin bulunduğu dolaylı çalışmalar da mevcuttur. Leahy vd., (2012) psikolojik esnekliğin anlaşılabilirlik, uzlaş, onaylanma ve yüksek değerler ile pozitif yönlü ilişkili olduğunu raporlamıştır. Bu durum onay ihtiyacının bireylerin aidiyetleri, iyi oluşları ve uyum sağlamları için koruyucu bir değişken olarak da ele alınabilmesi ile açıklanabilir. Özellikle toplulukçu toplumlarda onay alma veya beklentiler doğrultusunda hareket etme normalleştirildiği için; bireyler çevrenin taleplerine uyma ve kendisinden beklenenleri gerçekleştirme ile olumlu duygular içerisine girebilir. Bu durum bireylerin dışlanma ve reddedilme gibi olumsuz deneyimler yaşamasını engelleyerek onlar için işlevsel görünüyormakla birlikte; Van Hiel ve Brebels (2011) uyum ve gelenek gibi muhafazakâr değerlerin yüksek öz saygı için koruyucu role sahip olduğunu ifade etmiştir. Dolayısıyla olumlu duyguların artışı psikolojik esnekliği de artırabilmektedir. Bu yüzden hem sosyal onay ihtiyacının hem de psikolojik esnekliğin bağlamsal bazda çeşitli yönlerle irdelenebileceği ifade edilebilir.

Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Onay İhtiyacı ve Psikolojik Esnekliğin Demografik Değişkenlerle İlişkisine Yönelik Tartışma

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının yaşla ve sınıf düzeyi ile birlikte azaldığı ve sosyal onay ihtiyacının cinsiyet, yerleşim birimi ve ebeveyn eğitim düzeyine göre bir farklılaşmaya sahip olmadığı görülmüştür.

Yapılan araştırma sonucunda sosyal onay ihtiyacının cinsiyete göre farklılaşmadığı ve kadın ve erkek öğrenciler için sosyal onay ihtiyacının benzer öneme sahip olduğu görülmüştür. Bu durum da Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisinde sevmek, sevilme ve aidiyetin bir insan ihtiyacı olduğu ve davranışların yönlendirilmesinde etkili olduğu ifade edilmektedir. Bunun yanı sıra yer yer bireyselleşmeler görülse de hala toplulukçu kültürün egemen olduğu Türkiye'de dış grup baskısıyla yetişen ebeveynlerin hem kız çocuklarına hem de erkek çocuklarına bu baskıyı yansıtmaları ve bu çerçevede bir ebeveynlik sunması muhtemeldir. Kılıç, Durmuş ve Soran (2013) tarafından yürütülen çalışmada ise ebeveynlerin çocuk yetiştirmeye ilişkin görüşleri alınmış ve çocuklardan temel beklentilerinden birisinin topluma faydası olan, aile kurabilen ve büyüklerine saygı gösteren "iyi bir insan" olmaları olduğu görülmüştür. İlgili alanyazın tarandığında mevcut araştırmayla paralel olacak şekilde sosyal onay ihtiyacının cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür (Gökkaya, Deniz ve Gedik, 2020; Saltürk, 2022; Şavur, 2020). Dolayısıyla araştırmada elde edilen bulgunun alanyazın ile paralellik gösterdiği görülmektedir.

Yapılan çalışmada ele alınan diğer bir bulgu üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının yaşla birlikte azaldığıdır (bkz. Tablo 3). Daha genç gruplar iletişim başlatma, sınıf ve öğrenci yurtlarında sosyal ağları örme sürecinde daha fazla onay ihtiyacı hissetmektedirler. Söz konusu onay ortak bir nokta ve bakış açısı yakalamak için önemli görülmektedir. Diğer yaşlara nispeten özellikle daha genç yetişkinler üniversiteyle birlikte ilk defa çok sayıda tanımadıkları kişilerin bulunduğu ortama dahil olabilir, hangi davranışın uygun olacağı hakkında yeterince bilgiye sahip olmamanın verdiği yeterli sosyal davranış sergileme baskısını hissedebilirler (Nikitin ve Freund, 2008). Bu durum hangi davranışların onay alacağı hangi davranışların onay almayacağına ilişkin tahmini içerisinde barındırabilir ve onaylanmayacak sözleri söylemekten veya davranış gerçekleştirmekten kaçınmayı içerebilir. Alanyazın incelendiği zaman yürütülen çalışmalarda mevcut çalışmaya paralel olarak sosyal onayın yaşla birlikte azaldığı bulgusuna ulaşılmıştır (Erözkan, 2004; Lee ve Park, 2020).

Yürütülen çalışmada diğer bir bulgu üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının sınıf düzeyine göre farklılaştığıdır. Bu kapsamda 1. Sınıfa devam eden öğrencilerin 4. Sınıfa devam eden öğrencilere göre daha fazla sosyal onay ihtiyacı duydukları bulgulanmıştır. Cutrona (1982) yürüttüğü çalışmada yeni başlayan üniversite öğrencilerinin %25'lik kısmının okul yılının sonunda hala yalnızlık yaşadıklarını ortaya koymuştur. Bunun sebebinin ise reddedilme korkusu, utangaçlık, kişilik özellikleri ve arkadaşlık kurma

bilgisindeki eksiklik olduğu belirtilmiştir. Dolayısıyla mevcut çalışmanın bulgusu üzerinde, 1. Sınıf öğrencilerinin uyum sağlama ve ilk iletişimi kurmaları üzerinde onay ihtiyacı, onaylanmama veya reddedilme ihtimalinden doğan kaçınma motivasyonunun etkili olduğu söylenilebilir. Alanyazın incelendiğinde mevcut çalışmaya paralel olacak şekilde üniversitenin ilk yıllarında öğrencilerin daha fazla sosyal onay ihtiyacına sahip oldukları ortaya koyulmuştur (Chen ve Roberts, 2021; Erözkan, 2004; Smith ve Johnson, 2019).

Mevcut çalışmada elde edilen diğer bulgu üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının yerleşim birimine göre bir farklılaşmaya sahip olmamasıdır. Baktığımız zaman bu durum üzerinde yaşanan yerden bağımsız olarak her ailede çocuklara iyi bir insan olmaları, başarılı veya güzel ahlaklı olmaları yönünde aktarımlar verilerek rol modeller gösterilmesi etkili olmuş olabilir. Dolayısıyla her birey daha küçük yaşlardan itibaren onay ve onaylanmamanın olası ihtimallerini öğrenerek yetişir. Bu durum onay üzerinde yerleşim biriminden ziyade ebeveyn beklenti ve dönütlerinin etkili olabileceğini ifade etmektedir. Ancak bu aktarımlar sadece ebeveyn beklenti ve davranışları ile sınırlı değildir. Bu noktada kolektif bilinçdışının da etkisiyle Jung, evrensel olarak nitelendirilebilen arketiplerle bütünleşmiş insanların, toplumun beklenti ve isteklerine paralel bir şekilde persona geliştirdiğini ifade etmektedir (Jung, 2014). Alanyazın incelendiğinde Karakurt (2021) ve Yurtal Dinç (1999) tarafından yürütülen çalışmalarda da onay ihtiyacı ile yerleşim birimi arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı raporlanmıştır. Dolayısıyla elde edilen bulgu alanyazın ile paralellik göstermektedir.

Yürütülen çalışmadaki diğer bulgu ise üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının ebeveyn eğitim düzeyine göre bir farklılaşmaya sahip olmamasıdır. Gelişen teknoloji ve internet ile birlikte küreselleşme artmıştır. Bu durum ise bireylerin popüler kültürü takip etmesi ve görünürlük isteklerinin artmasına neden olmuştur. Söz konusu görünürlükle birlikte sosyal medya paylaşımlarına gelen etkileşimlerin kabul ve onayın bir yansıması olduğu varsayılmış ve bireyler kendilerini toplumun içerisinde özgüvenle konumlandırabilmişlerdir. Bu yüzden sosyal medya yaşamı ebeveyn eğitim düzeyini baskılayarak onay üzerinde etkili olmuş olabilir. Ayrıca aileler içinde bulundukları kültürden ayrı düşünülemezler ve bu kültürün mirasını nesiller boyunca taşırlar (Gürler, 2005). Dolayısıyla sosyal onay ihtiyacının ebeveynlerin eğitim durumlarına göre değişmemesi üzerinde yaşanan kültürün mirasını aktarma güdüsü etkili olmuş olabilir. Alanyazın incelendiğinde yürütülen çalışmalarda elde edilen bulguların mevcut çalışma ile paralellik gösterdiği görülmektedir (Eryılmaz ve Çukurluöz, 2018; Güner, 2022; Karaşar, 2020).

Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Esneklik ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiye Yönelik Tartışma

Araştırma sonucunda psikolojik esnekliğin yaşla birlikte arttığı bulgusu elde edilirken, psikolojik

esneklik ile cinsiyet, sınıf düzeyi, yerleşim birimi ve ebeveyn eğitim düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşmaya ulaşılamamıştır.

Yürütülen çalışmada üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Psikolojik esneklik zorlu yaşam olayları karşısında koruyucu bir roledir. Olumsuz duygu düşüncelerin kabulü ve değer odaklı eylemleri içermektedir. Dolayısıyla her bireyin yaşamlarında tutunacakları bir amaç ve sadık kalacakları bir değer söz konusudur. Değerlerin yapısı ve içeriği değişiklik göstermekle birlikte cinsiyet farkı olmaksızın her bireyin yaşamına aktarmak istediği veya aktardığı değerlere sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca Azevedo ve Matos (2015) psikolojik esnekliğin sağlıktaki rolüne vurgu yaparak, hem kız hem de erkekler için zihinsel sağlık sorunlarına karşı koruyucu bir bariyer görevi gördüğünü ifade etmiştir. Karekla ve Michaelides (2017) tarafından Kabul ve Eylem 2 anketi ile ilgili yürütülen çalışma sonucunda, psikolojik esnekliği düşüren deneyimsel kaçınmanın cinsiyete göre bir farklılaşma göstermediği ve kişi için cinsiyetten bağımsız zararlı bir süreç olduğu ifade edilmiştir. Mursalzade ve arkadaşları (2025) tarafından yürütülen derleme çalışmada ise; psikolojik esnekliğin cinsiyetten ziyade başa çıkma, stres yönetimi, duygu düzenleme gibi bireysel, psikolojik ve zihinsel süreçlerle açıklanabileceği raporlanmıştır.

Yürütülen çalışmada elde edilen diğer bulgu psikolojik esnekliğin yaşla birlikte artıyor olmasıdır. Mursalzade ve arkadaşları (2025) tarafından yürütülen derleme çalışmada yaşla birlikte psikolojik esnekliğin arttığına ilişkin çalışmaların olduğu ancak bununla birlikte yaş ve psikolojik esneklik arasında tutarlı bir ilişkinin olmadığı raporlanmıştır. Bu bulgu, üniversite dönemindeki öğrencilerin yaşlarının homojenlik gösterdiği ve ileri yaş gruplarındaki psikolojik esneklik karşılaştırmalarının daha anlamlı sonuçlar doğuracağı şeklinde yorumlanmıştır. Dolayısıyla mevcut çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş aralığının geniş olması daha ileri yaş gruplarında olan üniversite öğrencilerinin de temsil edilmesine imkan sağlayarak yaş ve psikolojik esneklik arasındaki pozitif yönlü ilişkiye katkı sağlamış gibi görünmektedir. Mahoney, Segal ve Coolidge (2015) ise yaşla birlikte psikolojik esneklik için bir handikap olan yaşantısal kaçınmanın azaldığını ve farkındalığın arttığını raporlamıştır. Dolayısıyla yaşla birlikte deneyim çeşitliliği, işlevsel olan ve olmayan başa çıkma stillerinin ayrışması, duygu düzenleme becerisinin artmasıyla bireylerin farkındalık ve kabul gibi psikolojik esnekliğe yatırım yapan becerilerinde de iyileşme görülüyor olabilir. Benzer şekilde Ömrüzun ve Öksüz (2025) tarafından yürütülen çalışmada da üniversite öğrencilerinde psikolojik esneklik ve yaş değişkenlerinin pozitif yönlü bir ilişkide olduğu ortaya konulmuştur. Dolayısıyla elde edilen bulgu alanyazın ile paralellik göstermektedir.

Mevcut çalışmada elde edilen diğer bulgu ise psikolojik esnekliğin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılaşmaya sahip olmadığıdır. Psikolojik esnekliğin sınıf düzeyine göre farklılaşmamasıyla ilgili olarak, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin stres yönetimi, deneyim zenginliği, sosyal ve akademik

çevreye uyum gibi sosyal ve psikolojik süreçlerde yeterince beceri kazanamadıkları ifade edilebilir. Bununla birlikte Mursalzade ve arkadaşları (2025) tarafından yürütülen derleme çalışmasında, bazı üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin sınıf düzeyine göre farklılaşmadığı ve bunun üzerinde ise sınıf düzeyleri arasındaki yaş farkının az olmasının etkili olduğu raporlanmıştır. Bi ve Li (2021) tarafından Çin popülasyonu ile yürütülen çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik esneklik, okula uyum ve iyi oluşları incelenmiş ve psikolojik esnekliğin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılığa sahip olmadığı raporlanmıştır. Usta (2023) ise üniversite sınavına hazırlanan ergenlerle çalışmış ve mevcut çalışmayla benzer bir sonuca ulaşarak genel psikolojik katılık ve esneklik puanlarının 12. Sınıf ve mezun öğrenciler arasında bir farklılaşmaya sahip olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Araştırma sonucunda elde edilen diğer bulgu psikolojik esnekliğin yerleşim birimine göre farklılaşmaya sahip olmamasıdır. Elde edilen bu bulgu üzerinde gerek kırsal alanlarda gerekse şehir merkezinde internet ve teknolojinin etkisinin giderek yayılması ve kırsal ve şehir merkezleri arasındaki keskin çizginin belirsizleşmesi etkili olmuş olabilir. Bunun yanı sıra kırsal alanlarda eğitim faaliyetlerinin yaygınlaşması, öğrencilerin köy/kasaba gibi alanlardan şehir merkezlerindeki okullara taşınmalı bir sistemle ulaşabilmeleri ve eğitim gördükleri sınıflarda oluşturulan ılıman ders ortamı gibi değişkenlerin psikolojik esneklik üzerinde yerleşim birimlerinin etkisini azalttığı yorumunu güçlendirebilir. Dolayısıyla oluşturulan bu ortak eğitim sistemi ve internetin hemen hemen her eve rahatlıkla girebilmesi elde edilen bulguyu etkileyebilir. Bi ve Li (2021) üniversite öğrencileriyle yürüttükleri çalışmada kentsel ve kırsal alanlardan gelen öğrencileri karşılaştırmış ve kentsel alandan gelen öğrencilerin psikolojik esnekliğe ilişkin bileşenlerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Zhuang, Chan ve Yang (2025) kentsel öğrencilerin kırsal öğrencilere göre daha yüksek psikolojik esnekliğe sahip olduğunu bildirmişlerdir. Her ne kadar kırsal bölgeler eğitim, finans veya refah açısından dezavantajlı olsa da kentsel bölgeler de sosyal düzensizlik, yabancılaşma, rekabet ortamının artması nedeniyle dezavantajlara sahiptir. Kırsal bölgeler sosyal destek açısından avantajlara sahip olup bireylerin ilişkilerini desteklerken kentsel bölgeler gelişmiş imkanlar dahilinde refahı yükseltmektedir. Dolayısıyla her iki yaşam alanının da psikolojik esneklik üzerinde olumlu ve olumsuz etkilerinin olması elde edilen bulguyu etkilemiş olabilir.

Araştırma sonucunda elde edilen son bulgu üniversite öğrencilerinde psikolojik esnekliğin ebeveyn eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılaşmaya sahip olmamasıdır. Bu bulgu üzerinde ebeveynlerin eğitim düzeyinden bağımsız olarak bilgiye ulaşma imkanlarının artması ve psiko-sosyal destek kaynaklarının çeşitlenmiş olması etkili olabilir. Dijitalleşen çağ ile birlikte hem ebeveynler hem de çocuklar sanal ortamlarda aktif yer almaktadır. Bununla birlikte ebeveynlerin, çocuk yetiştirmeye ilişkin destekleyici videolara ulaşımı kolaylaşmış ve bilgilendirici yazı ve kitaplara ilişkin farkındalıkları artmıştır. Böylece ebeveynler eğitim düzeylerinden bağımsız olarak çocukları ile iletişimlerinde daha temkinli olarak

psikolojik esnekliklerinin gelişimine katkıda bulunmuş olabilirler. Usta (2023) tarafından ergenlerle yürütülen çalışmada psikolojik esneklik ve alt boyutlarının anne-baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılaşmaya sahip olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Sonego ve arkadaşları (2013) İspanya’da ebeveyn eğitimi ile ilgili yürüttükleri çalışmada çocukların ruh sağlığı üzerinde ebeveyn eğitiminin önemli bir etkiye sahip olmasına karşın, ergenlikle birlikte ebeveyn eğitiminin etkisini kaybettiği sonucuna ulaşmışlardır. Bu durum üzerinde ise ailenin çocuk ile geçirdiği zamanın azalması, çocuğun yaş aldıkça çevresindeki kişilerin değişkenlik göstermesi ve çevrenin çocuk ve gelişimi üzerindeki rolünün artması gibi parametrelerin etkili olduğu ifade edilebilir (Sonego vd., 2013). Dolayısıyla elde edilen bulgu üzerinde, öğrencilerin okulda, arkadaşlarıyla, sosyal medyada veya sosyal ortamlarda geçirdiği sürenin ailesiyle geçirdiği süreye nazaran fazla olması etkili olmuş olabilir. Bununla birlikte nasıl ki eğitim düzeyinin düşük olması ebeveynlerin refah ortamını sağlayamayıp çocuğun huzursuz olmasına neden olabiliyorsa; yüksek eğitim düzeyine sahip ebeveynlerin çocuklarında, mükemmeliyetçilik ve ebeveyn beklentisini karşılama çabasına bağlı olarak başarısızlık ve hata yapma korkusu olabilir. Dolayısıyla ebeveyn eğitim düzeyinin psikolojik esneklik ile ilişkisinde birden fazla değişkenin göz önünde bulundurulması veya kontrol altına alınması gerekmektedir.

Sonuç ve Öneriler

Mevcut çalışmada üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik ilişkisi çeşitli demografik değişkenlerle birlikte incelenmiştir. Araştırma sonucunda sosyal onay ihtiyacı ile psikolojik esneklik arasında orta düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki raporlanmıştır. Bunun yanı sıra sosyal onay ihtiyacını yaş ve sınıf düzeyine göre azaldığı sonucuna ulaşılrken, sosyal onay ihtiyacının cinsiyet, yerleşim birimi ve ebeveyn eğitim düzeyinden bağımsız olduğu bulgulanmıştır. Psikolojik esnekliğin ise yaşla birlikte arttığı ve cinsiyet, sınıf düzeyi, yerleşim birimi ve ebeveyn eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Dolayısıyla psikolojik esneklik puanları üzerinde içsel deneyimler ve baş etme stratejileri etkili olmuş olabilir. Bununla birlikte bu çalışma bazı sınırlılıklara sahiptir. Bu çalışma Ondokuz Mayıs Üniversitesi öğrencileri ile yürütülmüş olup sonuçlar benzer gruplara genellenebilmektedir. Bununla birlikte araştırmada kesitsel bir tasarım kullanılmış olup değişkenler arasında neden sonuç ilişkisi kurulamamaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgular Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği ile sınırlandırılmıştır. Çalışmanın devamında ifade edilen sınırlılıklar doğrultusunda önerilere yer verilmiştir.

Alanyazın taraması sonucunda Türk alanyazınında psikolojik esnekliğin kırsal veya kentsel yerleşime ilişkin farklılaşmasına dair yeterli çalışmanın bulunmadığı görülmüştür. Dolayısıyla gelecek çalışmalarda psikolojik esnekliğin yerleşim birimine göre farklılaşmaya sahip olup olmadığına ve olası nedenlerine ilişkin araştırmalara yer verilebilir. Sosyal onay ve psikolojik esneklik arasında otantiklik, benlik, değerler, özerklik, dışsallaştırılmış öz algı, sosyal medyada görünürlük isteği, sosyal medya

bağımlılığı gibi değişkenlerin aracı rolleri incelenebilir. Türkiye’de sosyal onay ihtiyacına yönelik kültürler veya bölgelerarası karma desenli araştırmalar yürütülebilir. Sosyal onay veya psikolojik esneklik ile ilişkili yürütülecek çalışmalarda genç yetişkin, yetişkinlik veya yaşlılık gibi yaş grupları arasında karşılaştırmalı çalışmalar yürütülebilir. Sosyal onay ihtiyacı ile popüler kültür, küreselleşme, beden imajı, meslek seçimi gibi kavramlar arasındaki ilişkinin incelenmesine ilişkin çalışmalar yürütülebilir.

Kuramsal çerçeve kapsamında araştırmalar sonucunda deneyimsel kaçınma, bilişsel birleşme gibi faktörlerin psikolojik esneklik üzerinde önemli bir etken olduğu görülmüştür. Dolayısıyla deneyimsel kaçınma, bilişsel birleşme veya psikolojik esneklik eksikliğine ilişkin psikoeğitim çalışmaları yürütülebilir. Bu çalışmalar sadece öğrenci için değil aynı zamanda öğretmen ve aile danışmanlığı kapsamında veliler için de yürütülerek hem okullarda hem de evde ortak bir iklim oluşturulabilir. Psikolojik esnekliğin sınıf düzeyine göre farklılaşmaması yaşanan kriz ve problemlere rağmen bireylerin psikolojik esnekliklerini nasıl koruyabileceklerini deneyimleyememiş olmalarına işaret edebilir. Dolayısıyla psikolojik esnekliğin artırılmasına ilişkin grup çalışmaları, rehberlik faaliyetleri veya farkındalık temelli çalışmaların ön plana çıkarılması kıymetli görülmektedir. Sosyal onay ihtiyacına ilişkin yürütülen çalışmalarda kültürel etki, dışsal motivasyon, yetiştirilme biçimleri gibi unsurlara ilişkin farkındalık çalışmalarıyla birlikte atılganlık eğitimleri, sosyal beceri eğitimleri ve öz güven geliştirici psikoeğitimler planlanabilir. Gerek psikolojik esneklik için gerekse sosyal onay için değer farkındalığı temelli çalışmalar planlanarak kişisel değerlerin keşfedilmesi ve bu değerlerin sürdürülmesine katkı sunulabilir.

Finansman: Yazarlar, bu araştırma, yazarlık ve/veya makalenin yayımı için herhangi bir mali destek almamıştır.

Çıkar Çatışması: Bu makale için yazarların herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Etik Onay: Çalışma protokolü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (Karar Tarihi: 26.04.2024/ Karar Sayısı: 2024-452). Çalışma, 1964 Helsinki Bildirgesi ve sonraki güncellemelerinde belirtilen etik standartlara uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Katılım Onayı: Çalışmaya dahil edilen tüm bireysel katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Teşekkür: Bu çalışmanın katılımcılarına ve çalışmada kullandığımız ölçekleri geliştirenlere teşekkür ederiz.

Not: Bu makale Dilşat Ömrüzun tarafından Ondokuz Mayıs Üniversitesinde yüksek lisans tezi olarak sunulmuş çalışmadan üretilmiştir.

Katkı Oranı Beyanı: Bu çalışma, her iki yazarın ortak katkılarıyla gerçekleştirilmiştir. Tüm aşamalarda yazarlar iş birliği içinde çalışmıştır.

KAYNAKÇA

- Azevedo, A., & Matos, A. P. (2015). *Psychological flexibility and self-compassion: Contributions of gender and its association with adolescent depression*. Journal of Global Academic Institute Education & Social Sciences, 1(2), 95–109.
- Bi, D., & Li, X. (2021). Psychological flexibility profiles, college adjustment, and subjective well-being among college students in China: A latent profile analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 20, 20-26. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2021.01.008>
- Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships. *Adolescence handbook of adolescent psychology*, 2, 74-103.
- Büyüköztürk, Ş. (2008). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2021). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (28. Baskı). Pegem Akademi.
- Chen, Y., & Roberts, K. (2021). *Age, maturity, and need for peer approval among undergraduates*. Journal of Adolescence and Emerging Adulthood, 12(1), 32–45.
- Chiba, T., Iketani, S., Han, K., & Ono, A. (2009). A comprehensive model of anxiety in gift giving. *International Review of Business Research Papers*, 5(4), 322-334.
- Cloud, J. (2006). Happiness isn't normal. *Time*, 167(7), 58-67.
- Crowne, D., & Marlowe, D. (1964). *The Approval Motive*, New York: JohnWiley and Sons.
- Cutrona, C. E. (1982). Transition to college: Loneliness and the process of social adjustment. *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*, 36, 291-309.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları* (Cilt 2). Pegem Akademi.
- Ergüner-Tekinalp, B., & Terzi Işık, Ş. (2013). *Psikolojik danışmada güncel kuramlar*. Ankara: PEGEM Yayıncılık.
- Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılıkları ile reddedilme duyarlılıklarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 85-98.
- Eryılmaz, S., & Çukurluöz, Ö. (2018). Lise öğrencilerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi: Ankara ili, Çankaya ilçesi örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67), 889-912. DOI: <https://doi.org/10.17755/esosder.311314>
- Flink, N., Sinikallio, S., Kuittinen, M., Karkkola, P., & Honkalampi, K. (2018). Associations between early maladaptive schemas and mindful attention-awareness. *Mindfulness*, 9, 1216-1223. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12671-017-0863-2>
- Francis, A. W., Dawson, D. L., & Golijani-Moghaddam, N. (2016). The development and validation of the Comprehensive assessment of Acceptance and Commitment Therapy processes (CompACT). *Journal of contextual behavioral science*, 5(3), 134-145. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2016.05.003>
- Gökkaya, F., Deniz, İ., & Gedik, Z. (2020). Sosyal medya bağımlılığının sosyal onay ihtiyacı ve beden memnuniyeti ile ilişkisi. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 4(2), 94-105. DOI:

<https://doi.org/10.5455/kpd.26024438m000023>

- Güner, B. (2022). *Ortaöğretim öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı, psikolojik iyi oluş ve olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki ilişkilerin yordanması: Gümüşhane ili örneği* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Erzincan Binalı Yıldırım Üniversitesi.
- Gürler, A. (2005). *Çocuğun suça yönelmesinde aile faktörünün ve akran gruplarının rollerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyoloji Ana Bilim Dalı).
- Harris, R. (2007). *Acceptance and commitment therapy (ACT) introductory workshop handout*. Psych Med.
- Harris, R. (2016). *ACT'i kolay öğrenmek: İlkeler ve ötesi için hızlı bir başlangıç* (H. T. Karatepe & K. F. Yavuz, Çev.) (1. baskı). Litera Yayıncılık.
- Hayes, S. C. (Ed.). (1989). *Rule-governed behavior: Cognition, contingencies, and instructional control*. Plenum Press.
- Hayes, S. C. & Smith, S. (2005). *Get out of your mind and into your life: The new Acceptance and Commitment Therapy*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Hofstede, G., Hofstede, G. J., & Minkov, M. (2010). *Cultures and organizations: Software of the mind*. 3rd McGraw Hill. New York.
- İnce, H. Ş. (2024). *Üniversite öğrencilerinde duygusal şemalar, bilişsel çarpıtmalar ve psikolojik esneklik arasındaki yordayıcı ilişkiler* (Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi).
- Jung, C. G. (2014). *The archetypes and the collective unconscious*. Routledge.
- Kalaman, S., & Becerikli, R. (2020). The use of social networks and the need for social approval of people in the fields of law, medicine, and academia in Turkey. *Connectist: Istanbul University Journal of Communication Sciences*, (59), 219-235. DOI: <https://doi.org/10.26650/CONNECTIST2020-0049>
- Karakaya, M. E., & Ünal, G. (2023). The effects of the need for social approval on the relationship between perfectionism, academic self-handicapping, and self-efficacy. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 40(2), 659-674. DOI: <https://doi.org/10.32600/huefd.1143283>
- Karakurt, Y. (2021). *Toplumsal cinsiyet rolleri ve cinsellik kalitesi ilişkisinde sosyal onay ihtiyacının aracı rolü* (Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Karakuş, S., & Akbay, S. E. (2020). Psikolojik esneklik ölçeği: Uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 32-43.
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Karasar, B. (2020). Üniversite öğrencilerinde narsisizm ve sosyal onay ihtiyacı. *Turkish Studies*, 15, 2. DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.41539>
- Karasar, B., & Öğülmüş, S. (2016). Üniversite öğrencilerinde sosyal onay ihtiyacının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2), 469-495.
- Karekla, M., & Michaelides, M. P. (2017). Validation and invariance testing of the Greek adaptation of the Acceptance and Action Questionnaire-II across clinical vs. nonclinical samples and sexes. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 6(1), 119-124. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2016.11.006>

- Kılıç, A. Z., Durmuş, G., & Soran, M. (2013). *Ebeveynlerin toplumsal cinsiyet algısı ve çocuk yetiştirmeye etkileri* [Araştırma raporu]. İstanbul Bilgi Üniversitesi, Çocuk Çalışmaları.
- Kline, P. (2014). *An easy guide to factor analysis*. Routledge.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji*. Koç Üniversitesi Yayınları.
- Leahy, R. L., Tirch, D. D., & Melwani, P. S. (2012). Processes underlying depression: Risk aversion, emotional schemas, and psychological flexibility. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(4), 362-379. DOI: <https://doi.org/10.1521/ijct.2012.5.4.362>
- Lee, J. A., & Park, S. Y. (2020). Developmental changes in social conformity and approval: A lifespan perspective. *Developmental Psychology*, 56(7), 1254-1266. DOI: <https://doi.org/10.1037/dev0000938>
- Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2017). *Learning ACT: An acceptance and commitment therapy skills training manual for therapists*. New Harbinger Publications.
- Mahoney, C. T., Segal, D. L., & Coolidge, F. L. (2015). Anxiety sensitivity, experiential avoidance, and mindfulness among younger and older adults: Age differences in risk factors for anxiety symptoms. *The International Journal of Aging and Human Development*, 81(4), 217-240. DOI: <https://doi.org/10.1177/0091415015621309>
- Marlowe, D., & Crowne, D. P. (1961). Social desirability and response to perceived situational demands. *Journal of Consulting Psychology*, 25(2), 109. DOI: <https://doi.org/10.1037/h0041627>
- Masuda, A., Anderson, P. L., Wendell, J. W., Chou, Y. Y., Price, M., & Feinstein, A. B. (2011). Psychological flexibility mediates the relations between self-concealment and negative psychological outcomes. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 243-247. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.037>
- McCollum, D. L. (2005). What are the social values of college students?: A social goals approach. *Journal of College and Character*, 6(6).
- Mursalzade, G., Escriche Martínez, S., Valdivia Salas, S., Jiménez, T. I., & López Crespo, G. (2025). Factors associated with psychological flexibility in higher education students: A systematic review. *Sustainability*, 17(12), Article 5557. DOI: <https://doi.org/10.3390/su17125557>
- Nikitin, J., & Freund, A. M. (2008). The role of social approach and avoidance motives for subjective well-being and the successful transition to adulthood. *Applied Psychology*, 57, 90-111.
- Ömrüzun, D., & Öksüz, Y. (2025). Üniversite öğrencilerinde kişilerarası affetme düzeyi ile psikolojik esneklik ilişkisi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16(1), 863-886. DOI: <https://doi.org/10.51460/baebd.1573613>
- Raba, S. (2019). *Üniversite öğrencilerinde kişiler arası bağımlılık ile utandırılma korkusu, aidiyet duygusu ve sosyal onay ihtiyacı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi.
- Saltürk, A. (2022). Sosyal onay ihtiyacının yordanmasında ilişkisel-bireyci-toplulukçu benlik ve ana-baba tutumunun rolü. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13(1), 316-334. DOI: <https://doi.org/10.51460/baebd.894829>
- Scott, W., and McCracken, L. M. (2015). Patients' impression of change following treatment for chronic

- pain: global, specific, a single dimension, or many?. *The Journal of Pain*, 16(6), 518-526. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2015.02.007>
- Smith, A. L., & Johnson, H. R. (2019). First-year adjustment and social approval seeking in higher education. *Journal of College Student Development*, 60(2), 145–160.
- Sonego, M., Ll  cer, A., Galán, I., & Simón, F. (2013). The influence of parental education on child mental health in Spain. *Quality of life research*, 22, 203-211.
- Srichan, C., Yingsoong, A., & Pisitsungkagarn, K. (2023). The effects of acceptance and commitment group therapy on social anxiety, fears of negative evaluation, and psychological flexibility: an initial study in thai female undergraduates. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 45(4), 687-707. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10447-023-09524-1>
-   avur,   . (2020). Üniversite   ğrencilerinde sosyal onay ihtiyacı: Yetiştirilme tutumlarına yönelik algı ve benlik kurgusunun rolü (Yüksek lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi).
- Tasa, H., & Mutlu, S. (2022). Psikolojik esneklik, kişilerarası reddedilme duyarlılığı ve yaşam doyumunu arasındaki ilişki. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 8(1), 41-68.
- Twenge, J. M., & Im, C. (2007). Changes in the need for social approval, 1958–2001. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 171-189. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.03.006>
- Usta, M. (2023). Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik esneklik düzeylerine göre akademik erteleme davranışları (Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Uygur, S. S. (2018). Üniversite   ğrencilerinin psikolojik esneklik düzeylerinin yordanmasında duygusal şemaların rolü: Buca Eğitim Fakültesi   rneđi. *International Journal of Social Science*, 70, 135-151. DOI: <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS7641>
- Van Hiel, A., & Brebels, L. (2011). Conservatism is good for you: Cultural conservatism protects self-esteem in older adults. *Personality and Individual Differences*, 50(1), 120-123. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.002>
- Yurtal Din  , F. (1999).   niversite   ğrencilerinin akılcı olmayan inan  larının bazı deği  kenlere göre incelenmesi (Doktora tezi, Ankara Üniversitesi).
- Y  ksel, C. G. (2019).   niversite   ğrencilerinde bilin  li farkındalığın duygusal   emalar ve psikolojik esneklik üzerindeki etkisi (Yayımlanmamı   yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul).
- Zhuang, X., Chan, C. P., & Yang, X. (2025). A network comparison analysis of socio-ecological protective and risk factors of depression between Chinese urban and rural adolescents. *Social Science & Medicine*, 365, 117628. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117628>