

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yöneliminin İncelenmesine Yönelik Bir Araştırma

A Research on the Study of Mental Health, Self-Esteem and Achievement Goals

Servet ALP^(*), Özlem ÖZER^(**)

Öz

Bu çalışmanın amacı sağlık yönetimi öğrencilerinde ruh sağlığı, benlik saygısı ve başarı yönelimleri değişkenleri arasında ilişkileri incelemektir. Çalışmanın bir diğer amacı ise ruh sağlığının başarı yönelimlerine etkisinde benlik saygısının düzenleyici role sahip olup olmadığını belirlemektir. Çalışmanın evrenini, bir üniversitenin sağlık yönetimi bölümünde okuyan öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmada örneklem seçimine gidilmemiş ve 386 öğrenciden veri elde edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda öğrencilerin ruh sağlığı ölçeğine verdikleri cevapların puan ortalaması 2,64; başarı yönelimleri ölçeğine verdikleri cevapların puan ortalaması 3,86 ve benlik saygısı ölçeğine verdikleri cevapların puan ortalaması 3,26 olarak bulunmuştur. Çalışmada gerçekleştirilen regresyon analizi sonuçlarına göre ruh sağlığı algısının başarı yönelimleri üzerindeki toplam varyansın %13,8'ini, benlik saygısı algısının başarı yönelimleri üzerindeki toplam varyansın %14,9'unu ve ruh sağlığı algısının benlik saygısı üzerindeki toplam varyansın %9,3'ünü açıkladığı tespit edilmiştir. Ayrıca çalışmada, ruh sağlığı ve

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

Özgün Araştırma Makalesi (Original Research Article)

Geliş Tarihi: 19.04.2021

Kabul Tarihi: 12.08.2021

(*) Arş. Gör., Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Sağlık Yönetimi Bölümü.

E-posta: salp@mehmetakif.edu.tr

ORCID ID: 0000-0001-8156-2205

(**) Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sağlık Yönetimi Bölümü

E-posta: ozlem.ozler@sbu.edu.tr

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7238-5371>

Servet ALP, Özlem ÖZER

başarı yönelimleri arasındaki ilişkide benlik saygısının düzenleyici role sahip olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı, Başarı Yönelimleri, Sağlık Yönetimi Öğrencileri.*

Abstract

The aim of this study is to examine the relationships among mental health, self-esteem, and achievement goals variables in health management students. Another aim of the study is to determine whether self-esteem has a moderating role in the effect of mental health on achievement goals. The universe of the study consists of students studying in the health management department of a university. No sample selection was made in the study and data were obtained from 386 students. As a result of the analysis, the mean score of the answers given by the students to the mental health scale was 2.64; the mean score of their answers to the achievement goals scale was 3.86, and the mean score of their answers to the self-esteem scale was 3.26. According to the results of the regression analysis performed in the study, it has been determined that perceived mental health explains 13.8% of the total variance on achievement goals, perceived self-esteem explains 14.9% of the total variance on achievement goals, and perceived mental health explains 9.3% of the total variance on self-esteem. In addition, the study found that self-esteem has a moderating role in the relationship between mental health and achievement goals.

Keywords: *Mental Health, Self-esteem, Achievement Goals, Health Management Students.*

Giriş

Yaşamdaki pozitif duygu durumu, işlevsellik ve semptomlar olarak ifade edilen ruh sağlığı bireylerin benlik saygısı ve başarı yönelimleri gibi algıları üzerinde önemli etkiler yaratabilmektedir.¹ Nitekim benlik saygısı, bireyin kendine yönelik genel değerlendirmesini içeren bir kavramdır ve

¹ Corey L. M. Keyes, "The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life," *Journal of Health and Social Research* 43, sayı: 2 (2002): 207.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

bireyin kendine olan bakış açısını ifade etmektedir.² Bir diğer deyişle benlik saygısı, bireyin olmak istediği ideal benlik yapısı ile mevcut durumdaki benlik imgesi arasındaki farktan kaynaklanan duygu düzeyi olarak ortaya çıkmaktadır.³ Başarı yönelimleri ise kişilerin olayları ve kendi yeterliklerini nasıl yorumladıklarını ve bunlara ne şekilde tepki gösterdiklerini açıklayan bir kavramdır.⁴ Bir başka ifadeyle başarı yönelimleri, bireylerin belirlemiş oldukları bir amaca ulaşmak için ne düzeyde motive oldukları ve bunun sonucunda hangi eylem ve davranışlarda buldukları ile ilgili bir kavramdır.⁵ Yapılan bir çalışmada düşük benlik düzeyine sahip olan kişilerin daha yüksek boyun eğici davranışlarda bulunduğu, yüksek benlik saygısına sahip kişilerin ise daha başarı yönelimli davranışlarda bulunduğu tespit edilmiştir.⁶

Benlik saygısı, ruh sağlığının temel bileşenlerinden birisi olarak ele alınmaktadır.⁷ Ruh sağlığı ile ilgili sorunlarında ortaya çıkmasında veya düzeyinin artmasında; gelir düzeyi, sosyal çevre, güvenlik, eğitim

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

² Jie Lie vd., "How Social Support Influences University Students' Academic Achievement and Emotional Exhaustion: The Mediating Role of Self-Esteem," *Learning and Individual Differences* 61, (2018): 121.

³ Cüneyt Okcu, "Benlik Saygısı ve İyi Olma Halleri Arasındaki İlişkilerin Yapısal Eşitlik Modellemesiyle İncelenmesi," *İstanbul Kent Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi* 1, sayı:1 (2020): 54.

⁴ Hatice Odacı, Çiğdem Berber Çelik ve Özkan Çıkrıkçı. "Psikolojik Danışman Adaylarının Başarı Yönelimlerinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması," *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 4, sayı: 39 (2013): 95.

⁵ Carol S. Dweck ve Ellen L. Leggett "A Social-cognitive Approach to Motivation and Personality," *Psychological Review* 95, sayı: 2, (1988): 270.

⁶ İlky Arslan Özkan ve Ayşe Özen, "The Relation between Submissive Behaviours and Self Esteem State among Nursing Students," *TSK Korumucu Hekimlik Bülteni* 7, sayı:1, (2008): 56.

⁷ Parisa Rahmani. "The Relationship between Self-Esteem, Achievement Goals and Academic Achievement among the Primary School Students," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 29 (2011): 803.

Servet ALP, Özlem ÖZER

seviyesi, ülkenin gelişmişlik düzeyi ve refah seviyesi gibi pek çok faktör etkili olabilmektedir.⁸ Ruh sağlığı ile ilgili durumlar ise üniversite öğrencilerinde yaygın bir şekilde görülmekte ve ruh sağlığı bozukları her geçen gün artarak büyüyen bir sorun haline gelmektedir.⁹ Bu çalışmanın amacı da; sağlık yönetimi öğrencilerinde ruh sağlığı, benlik saygısı ve başarı yönelimleri değişkenleri arasında ilişkileri incelemek ve ruh sağlığının başarı yönelimlerine etkisinde benlik saygısının düzenleyici role sahip olup olmadığını belirlemektir. Literatürde sağlık yönetimi bölümü öğrencilerinde ruh sağlığı, benlik saygısı ve başarı yönelimlerini bir bütünlük içerisinde ele alan herhangi bir araştırmaya rastlanılmamış olması, bu çalışmanın temel çıkış noktasını oluşturmaktadır. Ayrıca çalışmanın COVID-19 pandemisi döneminde gerçekleştirilmesi ve bundan kaynaklı olarak anketin uygulanması aşamasında ilgili üniversitenin diğer bölümlerindeki öğrencilerine ulaşılması konusunda sıkıntılar yaşanması nedeniyle çalışma kapsamına sadece sağlık yönetimi bölümü öğrencileri alınmıştır. Çalışmanın bu bölümünde ruh sağlığı, benlik saygısı ve başarı yönelimleri kavramları üzerinde durulmaktadır.

Ruh Sağlığı

Ruh sağlığı, Dünya Sağlık Örgütü tarafından “*bireyin kendi yeteneklerinin farkına vardığı, yaşamın normal gerginlikleriyle başa çıkabildiği, üretken ve verimli bir şekilde çalışabildiği ve içinde yaşadığı topluma katkıda bulunabildiği iyilik hali*” şeklinde tanımlanmaktadır.¹⁰ Bir diğer deyişle ruh sağlığı; bireyin öznel iyi oluşunu gösteren bir dizi semptomu ifade

⁸ Okan Taycan ve Bülent Coşkun. *Ruh Sağlığını Güçlendirme: Kavramlar- Kanıtlar-Uygulamalar Özet Rapor*. 1. Baskı, Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları, 2020.

⁹ Justin Hunt, Daniel Eisenberg. “Mental Health Problems and Help-Seeking Behavior among College Students,” *Journal of Adolescent Health* 46, sayı: 1 (2010): 3.

¹⁰ WHO, *Strengthening Mental Health Promotion*. Geneva: World Health Organization, 2001.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

etmektedir.¹¹ Bakırcıoğlu'na göre ruh sağlığı, bireylerin sahip olduğu beceri ve yaşam enerjisini kendisine ve çevresine fayda sağlayacak şekilde etkin kullanabilmesidir.¹² Keyes'e göre ise ruh sağlığı; mutluluk ve tatmin olma gibi olumlu duygu durumlarını yansıtan sosyal, psikolojik ve ruhsal iyi oluşu içeren bir kavramdır.¹³

Ruh sağlığı problemleri, üniversite öğrencileri arasında oldukça yüksek düzeyde ve yaygın bir şekilde görülmektedir.¹⁴ Öğrenciler arasında giderek yaygınlaşan ruh sağlığı problemleri, yinelenen baş, boyun ve mide ağrısı dâhil olmak üzere birçok kronik hastalığın başlangıcı ve kalıcılığı üzerinde etkili olmaktadır.¹⁵ Ruh sağlığı perspektifinden bakıldığında uzun süreli stres durumu ve depresyonun daha düşük bir yaşam kalitesi ile sonuçlandığı ve bu durumun bireyin fiziksel sağlığını da olumsuz yönde etkilediği görülmektedir.¹⁶ Ruh sağlığının bozulmasına neden olan potansiyel risklerin ise bireyin mücadeleci bir yapıya sahip olma, sağlıklı

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

¹¹Susan Ka Yee Chow ve Edward Kwok Yiu Choi, "Article Assessing the Mental Health, Physical Activity Levels, and Resilience of Today's Junior College Students in Self-Financing Institutions," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16, sayı:17 (2019): 3211.

¹²Rasim Bakırcıoğlu, *Çocuk ve Ergende Ruh Sağlığı*. 3. Baskı, Ankara: Anı Yayıncılık, 2018.

¹³Corey L. M. Keyes. *Mental Health as a Complete State: How the Salutogenic Perspective Completes the Picture*. içinde, Ed: G.F. Bauer and O. Hämmig. Bridging Occupational, Organizational and Public Health. Dordrecht: Springer, 2014, 180.

¹⁴Randy P. Auerbach vd., "WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and Distribution of Mental Disorders," *Journal of Abnormal Psychology* 127, sayı: 7 (2018): 626; Fabio Porru vd., "Mental Health among University Students: The Associations of Effort-Reward Imbalance and Overcommitment with Psychological Distress," *Journal of Affective Disorders* 282, (2021): 953.

¹⁵Per-Åke Rosvall, "Perspectives of Students with Mental Health Problems on Improving the School Environment and Practice," *Education Inquiry* 11, sayı:3 (2020): 159.

¹⁶Adam P. Knowlden, "Sense of Coherence and Hardiness as Predictors of the Mental Health of College Students," *International Quarterly of Community Health Education* 33, sayı: 1 (2012): 56.

Servet ALP, Özlem ÖZER

aile ve sosyal ilişkiler, yardım arama davranışları ve etkileşimlerdeki anlamlı etkinlikler de dâhil olmak üzere bir dizi koruyucu faktörlerle aşılabilir. Dolayısıyla ruh sağlığını geliştirmek için bireylerin, ailelerin, grupların veya toplumların duygusal, bilişsel ve bunlarla ilgili deneyimlerini güçlendirmenin veya desteklemenin oldukça önemli olduğu ifade edilebilir.¹⁷

Benlik Saygısı

Benlik saygısı, bireyin genel olarak kendine karşı olumlu bakış açısına sahip olmasını ve kendini değerli görmesini ifade eden bir kavramdır.¹⁸ Bireyin aklını yeterli görmesi ve mutluluğa layık olduğunu düşünmesi benlik saygısının özünü oluşturmaktadır.¹⁹ Diğer bir ifadeyle benlik saygısı bireyin kendisine ne kadar değer verdiğinin göstergesidir ve yaşamda gerçekleşen bir dizi olayda önemli bir rol üstlenmektedir.²⁰ Sedikides ve Gress'e göre ise bireyin kendi öz değerine ilişkin algısı; bireyin kendine karşı hissettiği özsaygı, güven ve kendisi hakkında olumlu veya olumsuz görüşlere sahip olma derecesini ifade etmektedir.²¹ Benlik saygısının beş temel bileşenden oluştuğu belirtilmektedir. Bu bileşenlerden ilki;

¹⁷ Roy Hodgson, Tina Abbasi ve Johanna Clarkson, "Effective Mental Health Promotion: A Literature Review," *Health Education Journal* 55, sayı: 1 (1996): 56.

¹⁸ Morris Rosenberg, *Society and the Adolescent Self-Image*, Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965; İshak Özkan, "Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler," *Düşünen Adam Dergisi* 7, sayı: 3 (1994): 4; Yuji Ogihara, "The Change in Self-Esteem among Middle School Students in Japan, 1989-2002," *Psychology* 7, sayı:11 (2016): 1343.

¹⁹ Nathaniel Branden, *Six Pillars of Self-Esteem: The Definitive Work on Self-Esteem by the Leading Pioneer in the Field*. Bantam, 2012.

²⁰ Bilge Gençoğlu. The Role of Reappraisal and Suppression in The Relationship Between Maternal Warmth and Adolescents' Self-Esteem. Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. 2019.

²¹ Constantine Sedikides ve Aiden P. Gregg, "Portraits of the Self," *The SAGE Handbook of Social Psychology içinde*, Ed: Hogg, Michael and Cooper, Joel, London, UK: SAGE Publications, 2003.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

bireyin ekonomik, medeni durum, cinsiyet, yaş gibi durumlarından oluşan statüsüdür. İkincisi; bilişsel, duyuşsal ve sosyal becerisine ilişkin beceri veya yeterliliğidir. Üçüncüsü; zorluklara ve engellere meydan okuyabilmesidir. Dördüncüsü; atfedilen değerdir ve beşincisi ise benlik saygısının oluşmasına imkân tanıyan zamandır.²²

Benlik saygısı, özellikle psikolojik rahatsızlık, bireyin kendisi için önem atfettiği bir şeyi kaybetme, yaşamdaki olumsuz büyük değişiklikler, sakatlık ve hastalık gibi durumlarda olumsuz yönde etkilenmektedir. Ailesi, arkadaşları, yakın çevresi ve iletişim halinde olduğu kişilerce saygı duyulduğunu ve önemsendiğini hissedenden bireylerin benlik saygısının da artacağı belirtilmektedir.²³ Bununla beraber düşük öz saygıya sahip bireylerin, yüksek öz saygıya sahip bireylere göre her türlü kötü duygu ve eylemlere (yalan söyleme, alkol içme, uyuşturucu kullanımı gibi) yönelme eğilimlerinin daha yüksek olduğu belirtilmektedir.²⁴ Ayrıca yüksek benlik saygısının bazı istenmeyen davranış eylemlerine, özellikle ego, narsist kişilik ve hatta şiddete yönelme durumuna yol açtığı da ifade edilmektedir.²⁵

Başarı Yönelimi

Başarı, mükemmel olan ile rekabet etmek olarak tanımlanan bir kavramdır.²⁶ Başarı yönelimleri ise öğrenme, performans ve yetkinlik

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

²² Christopher J. Mruk, *Self-Esteem Research, Theory, and Practice Toward a Positive Psychology of Self-Esteem*. 3rd Edition, New York: Springer Publishing Company, Inc. 2006.

²³ Susan Buchalter, *Raising Self-Esteem in Adults: An Eclectic Approach with Art Therapy, CBT and DBT Based Techniques*. London, UK: Jessica Kingsley, 2015.

²⁴ Mruk *Self-Esteem Research, Theory, and Practice Toward a Positive Psychology of Self-Esteem*,3.

²⁵ Roy F. Baumeister, Laura Smart ve Joseph M. Boden, "Relation of Threatened Egotism to Violence and Aggression: The Dark Side of High Self-Esteem," *Psychological Review* 103, sayı: 1 (1996): 5.

²⁶ Andrew J. Elliot ve Holly A. McGregor, "A 2 x 2 Achievement Goal Framework," *Journal of Personality and Social Psychology* 80, sayı: 3 (2001): 502.

Servet ALP, Özlem ÖZER

temeline dayanan etki, biliş ve davranışın harekete geçirilmesi ve yönlendirilmesidir.²⁷ Başarı yönelimleri, başarılmak veya elde edilmek istenen amacın içeriğine odaklanmak yerine, belirlenmiş hedeflere neden ve nasıl ulaştığına odaklanmaktadır.²⁸ Başarı yönelimleri, bireylerin belirlenmiş bir amaca veya öğrenmeye yönelik bilişsel ve davranışsal olarak tepki verme algıları olarak ifade edilebilir.²⁹

Elliot ve McGregor, başarı yönelimlerini 2x2 kavramsal çerçeve kapsamında ele alarak, başarı yönelimlerini; “öğrenme-yaklaşma”, “öğrenme-kaçınma”, “performans-yaklaşma”, “performans-kaçınma” boyutları olarak kategorize etmektedir.³⁰ Buna göre öğrenme yönelimli öğrenciler; öğrenmeye, anlamaya, becerilerini geliştirme ve bilgiye hâkim olmaya daha çok eğilimli olan kişilerdir.³¹ Öğrenme hedeflerinin peşinde olma eğilimleri ise daha yüksektir. Bu kişiler, okulun veya akademik yaşamın getirmiş olduğu sorumluluğu yerine getirirken daha iyi nasıl öğrenirim çabası içerisinde bulunmaktadır ve bu duruma yönelik arayışlar içerisine girmektedirler.³² Bununla beraber, başarı yönelimlerini sahip oldukları becerileri geliştirmek için kullanmaktadırlar. Performans yönelimli bireyler için ise ideal görev, olumlu düşünceleri maksimize etmek ve becerileri ile gurur duymaktır.³³ Ancak kendine güvenen performans yönelimli

²⁷ Andrew J. Elliot, “Approach and Avoidance Motivation and Achievement Goals,” *Educational Psychologist* 34, sayı: 3 (1999): 169.

²⁸ Avi Kaplan ve Martin L. Maehr, “The Contributions and Prospects of Goal Orientation Theory,” *Educational Psychology Review* 19, sayı: 2 (2007): 142.

²⁹ Serhat Arslan ve Ahmet Akın. “2 x 2 Başarı Yönelimleri Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması,” *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 12 (2006): 8

³⁰ Elliot ve McGregor, “A 2 x 2 Achievement Goal Framework,” 502.

³¹ Kaplan ve Maehr, “The Contributions and Prospects of Goal Orientation Theory,” 142.

³² Martin L. Maehr ve Akane Zusho, “Achievement Goal Theory the Past, Present, and Future,” *Handbook of Motivation in School* içinde, Ed: Kathryn R. Wentzel ve Allan Wigfield, New York: Routledge, 2009.

³³ Dweck ve Leggett, “A Social-Cognitive Approach to Motivation and Personality,” 259.

bireyler, başarısızlık durumu ile karşı karışıya kaldıklarında bu durumdan kaçınmaktadır. Bu durum ise bireylerin, hata ve zorluk riski taşıyan öğrenme sürecinden ödün verebildiğini göstermektedir.²⁵

Çalışmanın Tipi, Evreni ve Örneklemi

Kesitsel nitelikteki bu çalışmanın evrenini, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Sağlık Yönetimi Bölümü öğrencileri oluşturmaktadır (N=600). Çalışmada evrenin tamamına ulaşabilmek amacıyla örneklem seçimine gidilmemiş ve 386 öğrenciden veri elde edilmiştir. Böylece çalışmaya katılım oranı %64,3 olarak hesaplanmıştır. Çalışmada işleme kriteri Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Sağlık Yönetimi Bölümünde eğitim görmekte olan öğrenciler iken, dışlama kriteri ilgili bölümde okuyan ancak çalışmaya katılım için bilgilendirilmiş onam vermeyi reddeden öğrencilerdir.

Veri Toplama Araçları

Çalışmanın verileri, Google Forms aracılığıyla internet ortamında 12-16 Nisan 2021 tarihleri arasında toplanmıştır. Form çeşitli iletişim araçlarıyla (e-posta, sosyal medya, Whatshapp, Instagram vb.) öğrencilere ulaştırılmıştır. Formun başına araştırmacının amacını açıklayan bilgilendirilmiş onam formu eklenmiştir ve katılımcıların çalışmaya gönüllü olarak katıldıklarına ilişkin bir onam vermeden ankete başlayamayacakları bildirilmiştir.

Çalışmada veri toplama aracı olarak, üç ölçekten ve demografik bilgilerden oluşan anket formu kullanılmıştır. Demografik bilgiler kısmında cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşanılan yer, ailenin aylık gelir durumu olmak üzere toplam dört soru sorulmuştur. Çalışmada katılımcıların ruh sağlığı düzeyini ölçmeye yönelik Keyes vd. tarafından geliştirilen ve Demirci ve Akın tarafından da Türk kültürüne uyarlanan “Ruh Sağlığı

Servet ALP, Özlem ÖZER

Sürekliliği Ölçeği” (RHS) kullanılmıştır. Ölçek, 3 alt boyut (duygusal, sosyal ve psikolojik iyi oluş) ve 14 maddeden oluşmaktadır.³⁴ Ölçek, “Hiçbir zaman=0”, “Bir ya da iki kez=1”, “Yaklaşık haftada bir=2”, “Yaklaşık haftada iki-üç defa=3”, “Neredeyse her gün=4” ve “Her gün=5” olacak şekilde 6’lı Likert tipinde değerlendirilmektedir. “İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği” (İBBS) Tafarodi ve Swan tarafından geliştirilmiş olup, Doğan (2011) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır.³⁵ Ölçek 2 alt boyut (kendini sevmeye ve özyeterlilik) ve 16 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler; “Kesinlikle katılmıyorum”, “Katılmıyorum”, “Biraz katılıyorum”, “Katılıyorum” ve “Kesinlikle katılıyorum” şeklinde 5’li Likert tipindedir. “2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği”, Elliot ve Murayama tarafından geliştirilmiştir ve Arslan ve Akın tarafından da Türkçe’ye uyarlanmıştır.³⁶ Ölçek, 4 alt boyuttan (öğrenme-yaklaşma, öğrenme-kaçınma, performans-yaklaşma ve performans-kaçınma yönelimi) ve 12 maddeden oluşmaktadır. Katılımcıların ifadeleri “Kesinlikle katılmıyorum”, “Katılmıyorum”, “Biraz katılıyorum”, “Katılıyorum” ve “Kesinlikle katılıyorum” şeklinde 5’li Likert tipi cevap skalasında değerlendirilmektedir.

³⁴ Corey L. M. Keyes vd., “Evaluation of the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF) in Setswana Speaking South Africans”. *Clinical Psychology and Psychotherapy* 15, (2008): 183; İbrahim Demirci ve Ahmet Akın. “Ruh Sağlığı Sürekliliği Kısa Formu’nun Geçerliliği ve Güvenirliği”, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi* 48, sayı: 1 (2015): 56.

³⁵ Romin W. Tafarodi ve Swan, W. B. “Two-Dimensional Self-Esteem: Theory and Measurement”, *Personality and Individual Differences* 31, (2001): 658; Tayfun Doğan, “İki Boyutlu Benlik Saygısı: Kendini Sevmeye/Öz Yeterlilik Ölçeği’nin Türkçe Uyarlaması, Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması”, *Eğitim ve Bilim* 36, sayı: 162 (2011): 134.

³⁶ Andrew J. Elliot ve Kou Murayama, “On the Measurement of Achievement Goals: Critique, Illustration, and Application”, *Journal of Educational Psychology* 100, sayı: 3 (2008): 618; Serhat Arslan ve Ahmet Akın, “2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği (Revize Formu): Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması”, *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 5, sayı: 1 (2015): 9.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

Çalışmada ruh sağlığı ölçeğinin Cronbach Alpha değeri 0,935; benlik saygısı ölçeğinin Cronbach Alpha değeri 0,866 ve başarı yönelimleri ölçeğinin Cronbach Alpha değeri 0,897 olarak hesaplanmıştır. Alpar, Cronbach Alpha değeri 0,79'un üzerinde olduğunda, ölçeğin yüksek güvenilirliğe sahip olduğunu ifade edilmektedir. Bu doğrultuda çalışmada kullanılan ölçeklerin yüksek oranda güvenilir olduğu söylenebilir.³⁷

Verilerin Analizi

İstatistiksel analizler SPSS 24.0 programı ve SPSS 24.0 eklentisi Process Macro v3.5 kullanılarak gerçekleştirilmiştir.³⁸ Verilerin analizi aşamasında tanımlayıcı istatistiksel yöntemler (yüzde, ortalama gibi) kullanılmış, ruh sağlığı, benlik saygısı ve başarı yönelimleri arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü incelemek amacıyla korelasyon analizi; değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkisini değerlendirmek için basit regresyon analizi ve ölçme araçlarının ne kadar tutarlı bir ölçüm yaptığını test etmek için ise güvenilirlik analizi yapılmıştır. Çalışmada ayrıca ruh sağlığının başarı yönelimlerine etkisinde benlik saygısının düzenleyici role sahip olup olmadığını belirlemek amacıyla bootstrap yöntemini temel alan regresyon analizi yapılmıştır.

Etik İzni

Çalışmanın etik izni Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (Karar No: GO 2021/149) alınmıştır. Katılımcılara çalışmaya katılımın gönüllü olduğu bildirilmiştir.

Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri incelendiğinde öğrencilerin %73,1'inin kadın ve %26,9'unun erkek olduğu; %31,3'ünün

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

³⁷ Reha Alpar, *Uygulamalı İstatistik ve Geçerlik-Güvenirlik*. Ankara: Detay Yayıncılık, 2012.

³⁸ IBM SPSS Statistics for Windows, Version 24.0 Armonk, NY: IBM Corp. 2016.

Servet ALP, Özlem ÖZER

birinci sınıf, %24,6'sının ikinci sınıf, %23,8'inin üçüncü sınıf ve %20,2'sinin dördüncü sınıf olduğu; %68,4'ünün kentte ve %31,6'sının kırdaki yaşadığı belirlenmiştir. Öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyleri incelendiğinde ise katılımcıların %23,6'sı asgari ücret düzeyinin altında (<2.825 TL), %31,9'u asgari ücret düzeyinde (2.825 TL), %32,1'i 2.826-5650 TL aralığında ve %12,4'ü 5651 TL ve üzerinde bir gelire sahip olduğunu belirtmiştir.

Tablo 1'de çalışmanın değişkenlerine ilişkin temel istatistikler sunulmaktadır. Buna göre çalışmaya katılan öğrencilerin ruh sağlığı ölçeğine verdikleri cevapların puan ortalaması 2,64; başarı yönelimleri ölçeğine verdikleri cevapların puan ortalaması 3,86 ve benlik saygısı ölçeğine verdikleri cevapların puan ortalaması 3,26'dır. Değişkenler arasındaki korelasyon katsayılarına bakıldığında; ruh sağlığı ile başarı yönelimleri ($r_{(386)} = ,371, p < 0,01$), ruh sağlığı ile benlik saygısı ($r_{(386)} = ,305, p < 0,01$) ve başarı yönelimleri ile benlik saygısı ($r_{(386)} = ,386, p < 0,01$) arasında anlamlı, düşük ve pozitif yönlü ilişkiler saptanmıştır.

Tablo 1. Çalışma Değişkenlerine İlişkin Ortalamalar ve Korelasyon Değerleri

Değişkenler	Ortalama	Standart Sapma	Ruh Sağlığı	Başarı Yönelimleri	Benlik Saygısı
Ruh Sağlığı	2,64	1,09			
Başarı Yönelimleri	3,86	,66	,371**		
Benlik Saygısı	3,26	,36	,305**	,386**	1

** $p < 0,01$

Tablo 2'de basit regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve üç ayrı basit regresyon modeli oluşturulmuştur. Çalışmada oluşturulan birinci

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

regresyon analizi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların ruh sağlığı algılarının başarı yönelimleri üzerindeki toplam varyansın %13,8'ini açıkladığı görülmektedir. Analiz sonuçları, ruh sağlığı algısının yükselmesinin başarı yönelimleri algısını istatistiksel olarak artırdığını göstermektedir ($t=7,832$, $p<0,001$). Çalışmada oluşturulan bir diğer regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; katılımcıların benlik saygısı algılarının başarı yönelimleri üzerindeki toplam varyansın %14,9'unu açıkladığı görülmektedir. Analiz sonuçlarına göre; benlik saygısı algısının yükselmesi, başarı yönelimleri algısını istatistiksel olarak artırmaktadır ($t=8,203$, $p<0,001$). Son olarak ruh sağlığı algısının benlik saygısı üzerine etkisine ilişkin yürütülen regresyon analizi sonucuna göre ise ruh sağlığı algısının benlik saygısı üzerindeki toplam varyansın %9,3'ünü açıkladığı belirlenmiştir. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların ruh sağlığı algılarının yükselmesi benlik saygısı algılarını istatistiksel olarak artırmaktadır ($t=6,283$; $p<0,001$).

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

Tablo 2. Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişkenler	Bağımsız Değişkenler	B	Std. Hata	β	t	p
Başarı Yönelimleri	(Sabit)	3,263	,083		39,430	<0,001
	Ruh Sağlığı	,226	,029	,371	7,832	<0,001
	R=,371 R ² =,138 F= 61,348 p<0,001 Durbin Watson=1,712					

Servet ALP, Özlem ÖZER

Başarı Yönelimleri	(Sabit)	1,583	,280		5,661	<0,001
	Benlik Saygısı	,698	,085	,386	8,203	<0,001
	R=,386 R2=,149 F=67,286 p<0,001 Durbin Watson=1,818					
Benlik Saygısı	(Sabit)	2,992	,047		63,749	<0,001
	Ruh Sağlığı	,103	,016	,305	6,283	<0,001
	R=,305 R2=,093 F=39,473 p<0,001 Durbin Watson=1,984					

Tablo 3'te ruh sağlığının başarı yönelimlerine etkisinde benlik saygısının düzenleyici role sahip olup olmadığını belirlemek amacıyla bootstrap yöntemini temel alan regresyon analizi yapılmış ve analizler, Hayes tarafından geliştirilen Process makro kullanılarak gerçekleştirilmiştir.³⁹ Analizlerde bootstrap tekniği yani yeniden örnekleme yöntemi ile 5000 yeniden örnekleme seçeneği tercih edilmiştir. Bootstrap tekniği ile yapılan düzenleyici etki analizi sonucunda elde edilen %95 güven aralığındaki değerlerin sıfır değerini içermemesi gerekmektedir.⁴⁰ Yapılan analiz sonucunda, modele dâhil edilen bağımsız değişkenlerin (ruh sağlığı, benlik saygısı) bağımlı değişkendeki varyansın %23'ini açıkladığı, ruh sağlığı ve başarı yönelimleri arasındaki ilişkide benlik saygısının düzenleyici role sahip olduğu saptanmıştır ($b=-,138$, %95 CI $[-,242,-,034]$, $t= -2,6166$, $p<0,05$).

³⁹ Andrew F. Hayes, *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis Regression-Based Approach*. New York. The Guilford Press Division of Guilford Publications, Inc., 2018.

⁴⁰ David P. Mackinnon, Chondra M. Lockwood ve Jason Willams, "Confidence Limits for the Indirect Effect: Distribution of the Product and Resampling Methods," *Multivariate Behavioral Research* 39, sayı:1 (2004): 107.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

Tablo 3: Düzenleyici Etkiyi Gösteren Regresyon Analizi Sonuçları

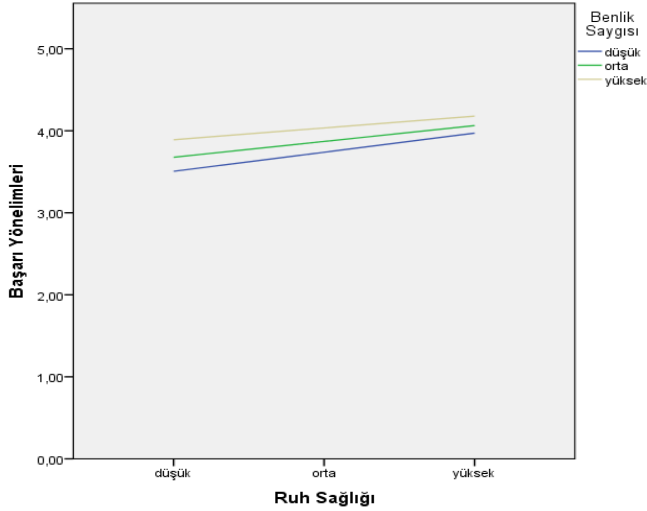
Değişkenler	b	Std. Hata	t
Sabit	3,87	,030	127,4061
	[3,81 3,93]		
Ruh Sağlığı (X)	,167***	,028	5,8178
	[,110 ,223]		
Benlik Say (W)	,525***	,085	6,1570
	[,357 ,693]		
X.W.	-,138*	,052	-2,6166
	[-,242,-034]		

Not: $R=,48$, $R^2 =,23$; * $p<0,05$, ** $p<0,01$, *** $p<0,001$, Parantez içindeki değerler güven aralıklarıdır.

Düzenleyici etkiyi daha iyi anlamak için Şekil 1’de eğim analizi sonuçları verilmektedir. Şekil incelendiğinde, ruh sağlığının başarı yönelimleri üzerindeki etkisinde düzenleyici değişkenin (benlik saygısı) düşük, orta ve yüksek düzeyde istatistiksel olarak anlamlı etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Yani düzenleyici değişken düşük olduğu durumda ruh sağlığının başarı yönelimleri üzerindeki etkisi kuvvetlidir (b=,203, %95 CI [,1420, 2654]). Orta (b=,169, %95 CI [,1127, 2255]) ve yüksek (b=,125, %95 CI [,0604, 195]) olduğu durumda mevcut etki daha da kuvvetli olmaktadır.

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

Şekil 1: Düzenleyici Etkiyi Gösteren Regresyon Analizi Sonuçları



Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada sağlık yönetimi öğrencilerinde ruh sağlığı, benlik saygısı ve başarı yönelimleri değişkenleri arasında ilişkiler ve ruh sağlığının başarı yönelimlerine etkisinde benlik saygısının düzenleyici role sahip olup olmadığını incelenmiştir. Literatürde sağlık yönetimi öğrencileri üzerinde bu üç değişkeni birlikte ele alan çalışmaların olmaması nedeniyle bu çalışmanın sonuçlarının literatürdeki boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

Çalışmada yapılan analizler sonucunda ruh sağlığı ile başarı yönelimleri arasında pozitif ve düşük düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Çalışmada gerçekleştirilen regresyon analizi sonuçlarına göre ruh sağlığı algısı başarı yönelimleri üzerindeki toplam varyansın %13,8'ini açıklamaktadır. Analiz sonuçları, ruh sağlığı algısının yükselmesinin başarı yönelimleri algısını istatistiksel olarak artırdığını göstermektedir. Yani öğrencilerin ruh sağlığı düzeylerinin yüksek olması durumunda başarı yönelimlerinin

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

de yüksek olabileceği ifade edilebilir. Desocio ve Hootman tarafından yapılan bir çalışmada da ruh sağlığı ile okul başarısı arasında bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir.⁴¹ Agnafors vd. İsveç'te yaptıkları bir çalışmada, çocukluğun ve ergenliğin ilk dönemlerinde yaşanmış olumsuz ruh sağlığı problemlerinin düşük akademik başarı riskini artırdığını tespit etmiştir.⁴² Brännlund vd.'nin yaptıkları bir çalışmada da olumsuz ruh sağlığı durumu ile okul başarısı arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır.⁴³ Puskar ve Bernardo'nun çalışmalarında ise ruh sağlığının okul başarısını etkilediği ve teşhis edilmemiş ruh sağlığı sorunları yaşayan öğrencilerin hedefledikleri akademik başarıya ulaşamadıkları belirlenmiştir.⁴⁴ Benzer sonuçlar Guzman vd., Minkkinen vd., Bruffaerts vd., Murphy vd. ve Wang ve Sheikh-Khalil'in çalışmalarında da tespit edilmiştir.⁴⁵

Çalışmada ruh sağlığı ile benlik saygısı arasında düşük ve pozitif

⁴¹ Janiece Desocio ve Janis Hootman, "Children's Mental Health and School Success," *The Journal of School Nursing* 20, sayı: 4 (2004): 194.

⁴² Sara Agnafors, Mimmi Barmark ve Gunilla Sydsjö, "Mental Health and Academic Performance: A Study on Selection and Causation Effects From Childhood to Early Adulthood," *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 56, (2021): 863.

⁴³ Annica Brännlund, Mattias Strandh ve Karina Nilsson, "Mental-Health and Educational Achievement: The Link Between Poor Mental-Health and Upper Secondary School Completion and Grades," *Journal of Mental Health* 26, sayı: 4 (2017): 322.

⁴⁴ Kathryn Rose Puskar ve Lisa Marie Bernardo, "Mental Health and Academic Achievement: Role of School Nurses," *Journal for Specialists in Pediatric Nursing* 12, sayı: 4 (2007): 221.

⁴⁵ Maria Paz Guzman vd., "Mental Health Matters in Elementary School: First-Grade Screening Predicts Fourth Grade Achievement Test Scores," *European Child and Adolescent Psychiatry* 20, sayı: 8 (2011): 408; Jaana Minkkinen vd., "Health as a Predictor of Students' Academic Achievement: A 3-Level Longitudinal Study of Finnish Adolescents," *Journal of School Health* 87, sayı: 12 (2017): 907; Ronny Bruffaerts vd., "Mental Health Problems in College Freshmen: Prevalence and Academic Functioning," *Journal of Affective Disorders* 225, (2018): 14; Michael J. Murphy vd., "Mental Health Predicts Better Academic Outcomes: A Longitudinal Study of Elementary School Students in Chile," *Child Psychiatry and Human Development* 46, sayı:2 (2015): 253; Ming-Te

Servet ALP, Özlem ÖZER

yönlü ilişkiler saptanmıştır. Regresyon analizi sonucuna göre ruh sağlığı algısının benlik saygısı üzerindeki toplam varyansın %9,3'ünü açıkladığı belirlenmiştir. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların ruh sağlığı algılarının yükselmesi benlik saygısı algılarını istatistiksel olarak artırmaktadır. Buna göre yüksek ruh sağlığı düzeyine sahip öğrencilerin benlik saygılarının da yüksek olabileceği söylenebilir. Ni vd. Çin'de hemşirelik bölümü öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, benlik saygısı ile ruh sağlığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulmuştur. Elde edilen bulgulara göre daha yüksek benlik saygısına sahip öğrencilerde daha az ruhsal problemlerin olduğu tespit edilmiştir.⁴⁶ Xu vd.'nin ergenler üzerinde yaptıkları bir araştırmada ise yüksek narsist kişilik ve benlik saygısına sahip ergenlerin olumlu ruh sağlığı durumuna sahip olduğu belirlenmiştir.⁴⁷ Triana vd. Urzúa vd. Özcan vd. ve Verberg vd. tarafından yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlara ulaşılmıştır.⁴⁸

Üsküdar
University
Journal
of Social
Sciences, 2021;
issue: 13,
487-515

Wang ve Salam Sheikh-Khalil, "Does Parental Involvement Matter for Student Achievement and Mental Health in High School?," *Child Development* 85, sayı:2 (2014): 617.

⁴⁶ Chunping Ni vd., "Relationship Between Coping, Self-Esteem, Individual Factors and Mental Health among Chinese Nursing Students: A Matched Case-Control Study," *Nurse Education Today* 30, sayı: 4 (2010): 342.

⁴⁷ Xiaofeng, E. Xu, Scott Huebner ve Lili Tian. "Profiles of Narcissism and Self-Esteem Associated with Comprehensive Mental Health in Adolescents," *Journal of Adolescence* 80, (2020): 280.

⁴⁸ Rike Triana vd., "Understanding the Protective Factors (Self-esteem, Family Relationships, Social Support) and Adolescents' Mental Health in Jakarta," *Enfermeria Clinica* 29, (2014): 631; Alfonso Urzúa vd., "The Mediating Role of Self-Esteem on the Relationship Between Perceived Discrimination and Mental Health in South American Immigrants in Chile," *Psychiatry Research* 271, (2019): 16; Halil Özcan, Burak Subaşı, Beyhan Budak, Mustafa Çelik, Şeref Can Gürel, Mesut Yıldız. "Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi," *Journal of Mood Disorders* 3 sayı: 3 (2013): 111; Fenneke Verberg vd., "Mindset and Perseverance of Adolescents with Intellectual Disabilities: Associations with Empowerment, Mental Health Problems, and Self-Esteem," *Research in Developmental Disabilities* 91, 2019: 103426.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

Bu çalışmada başarı yönelimleri ile benlik saygısı arasında düşük ve pozitif yönlü ilişkiler saptanmıştır. Regresyon analizi sonucuna göre katılımcıların benlik saygısı algılarının başarı yönelimleri üzerindeki toplam varyansın %14,9'unu açıkladığı görülmektedir. Analiz sonuçları, benlik saygısı algısının yükselmesinin başarı yönelimleri algısını istatistiksel olarak artırdığını göstermektedir. Bu sonuçlardan hareketle benlik saygının yüksek olduğu öğrencilerin başarı yönelimli davranış ve eylemlerde bulunma eğilimlerinin daha yüksek olabileceği ifade edilebilir. Pullmann ve Allik'in Estonyalı öğrenciler üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarında, benlik saygısının akademik başarıyı etkilediği belirlenmiştir.⁴⁹ Rahmani'nin İran'da ilköğretim öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği çalışmasında da benlik saygısı ile okul başarısı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Elde edilen sonuca göre benlik saygısının okul başarısını yordayan bir etkiye sahip olduğu gözlenmiştir.⁵⁰ Saadat vd.'nin Tahran'da öğrenim gören üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları bir çalışmada, akademik benlik saygısı ve aile benlik saygısının öğrencilerin akademik başarısı üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir.⁵¹ Benzer sonuçlar Soufi vd., Wang vd., Zuffianò vd., ve Zeigler-Hill vd. tarafından yapılan çalışmalarda da tespit edilmiştir.⁵²

⁴⁹ Helle Pullmann ve Jüri Allik, "Relations of Academic and General Self-Esteem to School Achievement," *Personality and Individual Differences* 45, sayı: 6 (2008): 561.

⁵⁰ Rahmani, "The Relationship between Self-esteem, Achievement Goals and Academic Achievement among the Primary School Students," 806.

⁵¹ Marayam Saadat, Azizreza Ghasemzadeh ve Mahsa Soleimani. "Self-Esteem in Iranian University Students and Its Relationship with Academic Achievement," *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 31, (2012): 10

⁵² Salah Soufi vd., "Development of Structural Model for Prediction of Academic Achievement by Global Self-esteem, Academic Self-concept, Self-regulated Learning Strategies and Autonomous Academic Motivation," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 114, (2014): 33; Yanhui, E. Wang, Scott Huebner ve Lili Tian, "Parent-child Cohesion, Self-Esteem, and Academic Achievement: The Longitudinal Relations Among Elementary School Students," *Learning and Instruction* 73, (2021): 101467; Antonio,

Servet ALP, Özlem ÖZER

Çalışmada, ruh sağlığı ve başarı yönelimleri arasındaki ilişkide benlik saygısının düzenleyici role sahip olduğu saptanmıştır. Ruh sağlığının başarı yönelimleri üzerindeki etkisi benlik saygısının düşük, orta ve yüksek olduğu durumlarda değişmektedir. Yani benlik saygının düşük olduğu durumda bu etki düşük, orta ve yüksek olduğu durumlarda daha güçlü olabileceği söylenebilir. Thoma vd., İsviçre’de çocuklar üzerinde yaptıkları araştırmada, duygusal, fiziksel ve cinsel istismar ve ihmal durumu ile ruh sağlığı arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolü olduğunu belirlemiş ve duygusal istismar ve ihmalin benlik saygısını olumsuz yönde etkilediğini tespit etmişlerdir.⁵³ Ayrıca duygusal, fiziksel ve cinsel istismar ve ihmalin benlik saygısı aracılığıyla ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği saptanmıştır.

Bu çalışma, sadece bir devlet üniversitesinde gerçekleştirildiği için tüm sağlık yönetimi bölümü öğrencilerine genellenmesi ile ilgili olarak sınırlılıklara sahiptir. Gelecekte farklı ve daha geniş örneklerle çalışmanın yapılması önerilmektedir. İkinci olarak, çalışma ankete gönüllü olarak katılan katılımcılara ve çevrimiçi bir ankete dayanmaktadır. Bu nedenle katılımcıların ölçeklere ilişkin soruları öznel olarak değerlendirdikleri kabul etmiştir.

Çalışmadan elde edilen bulgulardan hareketle, ruh sağlığını iyileştirmeye yönelik olarak toplumun temel yapı taşı olan ailelerin, öğrencilerin ve bireylerin farkındalık ve bilgi düzeylerini arttıracak

Zuffianò vd., “Academic Achievement: The Unique Contribution of Self-Efficacy Beliefs in Self-Regulated Learning Beyond Intelligence, Personality Traits, and Self-Esteem” *Learning and Individual Differences* 23, sayı:1 (2013): 160; Virgil Zeigler-Hill, Erin M. Myers ve C. Brendan Clark, “Narcissism and Self-Esteem Reactivity: The Role of Negative Achievement Events,” *Journal of Research in Personality* 44, sayı: 2 (2010): 290.

⁵³ Myriam V. Thoma vd., “Child Maltreatment, Lifetime Trauma, and Mental Health in Swiss Older Survivors of Enforced Child Welfare Practices: Investigating The Mediating Role Of Self-Esteem And Self-Compassion,” *Child Abuse and Neglect* 113, (2021): 104925.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

eğitim programlarının düzenlenmesi önerilmektedir. Bu noktada toplumdaki ruhsal bozukluklar minimize edilerek ruh sağlığını korumaya ve geliştirmeye yönelik halk sağlığı uygulamalarına ağırlık verilebilir. Öğrencilerin olumsuz ruh sağlığı algısı ve düşük benlik saygısını minimize etmek ve ortadan kaldırmak amacıyla sahip oldukları bilgi, beceri ve yeteneklerinin farkında olmalarını sağlayacak bir takım imkân ve ortamların (sanatsal etkinlikler, kariyer merkezleri gibi) oluşturulması önerilmektedir. Spor etkinlikleri (koşu, yüzme, futbol, dans, trekking, geziler vb.) yoluyla öğrencilerin ruh algıları ve benlik saygıları artırılabilir.

KAYNAKÇA

Agnafors, Sara, Mimmi Barmark, ve Gunilla Sydsjö. "Mental Health and Academic Performance: A Study on Selection and Causation Effects From Childhood to Early Adulthood," *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 56, (2021): 857-866.

Arslan, Serhat ve Ahmet Akın. "2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği (Revize Formu): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması," *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 5, sayı: 1 (2015): 8-15.

Alpar, Reha. *Uygulamalı İstatistik ve Geçerlik-Güvenirlik*. Ankara: Detay Yayıncılık, 2012.

Auerbach, Randy P., Philippe Mortier, Ronny Bruffaerts, Jordi Alonso, Corina Benjet, Pim Cuijpers, Koen Demyttenaere, David D. Ebert, Jennifer Greif Green, Penelope Hasking, Elaine Murray, Matthew K. Nock, Stephanie Pinder-Amaker, Nancy A. Sampson, Dan J. Stein, Gemma Vilagut, Alan M. Zaslavsky, ve Ronald C. Kessler. "WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and Distribution of Mental Disorders," *Journal of Abnormal Psychology* 127, sayı: 7 (2018): 623-638.

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

Servet ALP, Özlem ÖZER

Bakırcıoğlu, Rasim. *Çocuk ve Ergenlerde Ruh Sağlığı*. 3. Baskı, Ankara: Anı Yayıncılık, 2018.

Baumeister, Roy F., Laura Smart, ve Joseph M. Boden. "Relation of Threatened Egotism to Violence and Aggression: The Dark Side of High Self-Esteem," *Psychological Review* 103, sayı: 1 (1996): 5–33.

Branden, Nathaniel. *Six Pillars of Self-Esteem: The Definitive Work on Self-Esteem by the Leading Pioneer in the Field*. Bantam, 2012.

Brännlund, Annica, Mattias Strandh, ve Karina Nilsson. "Mental-Health and Educational Achievement: The Link Between Poor Mental-Health and Upper Secondary School Completion and Grades," *Journal of Mental Health* 26, sayı:4 (2017): 318–325.

Bruffaerts, Ronny, Philippe Mortier, Glenn Kiekens , Randy P. Auerbach, Pim Cuijpers, Koen Demyttenaere, Jennifer G. Green, Matthew K. Nock, ve Ronald C. Kessler. "Mental Health Problems in College Freshmen: Prevalence and Academic Functioning," *Journal of Affective Disorders* 225, (2018): 97–103.

Buchalter, Susan. *Raising Self-Esteem in Adults: An Eclectic Approach with Art Therapy, CBT and DBT Based Techniques*. London, UK: Jessica Kingsley, 2015.

Chow, Susan Ka Yee ve Edward Kwok Yiu Choi. "Article Assessing the Mental Health, Physical Activity Levels, and Resilience of Today's Junior College Students in Self-Financing Institutions," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16, sayı:17 (2019): 3210–3222.

Demirci, İbrahim ve Ahmet Akın. "Ruh Sağlığı Sürekliliği Kısa Formu'nun Geçerliliği ve Güvenirliği," *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi* 48, sayı: 1 (2015): 49-64.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

Desocio, Janiece ve Janis Hootman. "Children's Mental Health and School Success," *The Journal of School Nursing* 20, sayı: 4 (2004): 189–196.

Doğan, Tayfun. "İki Boyutlu Benlik Saygısı: Kendini Sevme/Öz Yeterlik Ölçeği'nin Türkçe Uyarlaması, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması," *Eğitim ve Bilim* 36, sayı: 162 (2011): 126-137.

Dweck, Carol S. ve Ellen L. Leggett. "A Social-Cognitive Approach to Motivation and Personality," *Psychological Review* 95, sayı: 2 (1988): 256–273.

Elliot, Andrew J. "Approach and Avoidance Motivation and Achievement Goals," *Educational Psychologist* 34, sayı: 3 (1999): 169-189.

Elliot, Andrew J. ve Holly A. McGregor. "A 2 × 2 Achievement Goal Framework", *Journal of Personality and Social Psychology* 80, sayı: 3 (2001): 501–519.

Elliot, Andrew J. ve Kou Murayama. "On the Measurement of Achievement Goals: Critique, Illustration, and Application," *Journal of Educational Psychology* 100, sayı: 3 (2008): 613–628.

Gençoğlu, Bilge. *The Role of Reappraisal and Suppression in The Relationship Between Maternal Warmth and Adolescents' Self-Esteem*. Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. 2019.

Guzman, Maria Paz, Michael Jellinek, Myriam George, Marcela Hartley, Ana Maria Squicciarini, Katia M. Canenguez, Karen A. Kuhlthau, Recai Yucel, Gwyne W. White, Javier Guzman, ve J. Michael Murphy. "Mental Health Matters in Elementary School: First-Grade Screening Predicts Fourth Grade Achievement Test Scores," *European Child and Adolescent Psychiatry* 20, sayı: 8 (2011): 401–411.

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

Servet ALP, Özlem ÖZER

Hayes, Andrew F. *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis Regression-Based Approach*. New York. The Guilford Press Division of Guilford Publications, Inc., 2018.

Hodgson, Roy, Tina Abbasi, ve Johanna Clarkson. "Effective Mental Health Promotion: A Literature Review," *Health Education Journal* 55, sayı: 1 (1996): 55–74.

Hunt, Justin, Daniel Eisenberg. "Mental Health Problems and Help-Seeking Behavior Among College Students," *Journal of Adolescent Health* 46, sayı: 1 (2010): 3–10.

IBM SPSS. *Statistics for Windows, Version 24.0* Armonk, NY: IBM Corp. 2016.

Kaplan, Avi ve Martin L. Maehr. "The Contributions and Prospects of Goal Orientation Theory" *Educational Psychology Review* 19, sayı: 2 (2007): 141–184.

Keyes, Corey L. M., Marie Wissing, Johan P. Potgieter, Michael Temane, Annamarie Kruger, ve Sinette van Rooy. "Evaluation of the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF) in Setswana Speaking South Africans." *Clinical Psychology and Psychotherapy* 15, (2008): 181-192.

Keyes, Corey L. M. "The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life," *Journal of Health and Social Research* 43, sayı: 2 (2002): 207–222.

Keyes, Corey L.M. *Mental Health as A Complete State: How the Salutogenic Perspective Completes the Picture*. içinde, Ed: G.F. Bauer and O. Hämmig. Bridging Occupational, Organizational and Public Health. Dordrecht: Springer; 2014, 179–192.

Knowlden, Adam P., Manoj Sharma, Amar Kanekar, ve Ashutosh Atri. "Sense of Coherence and Hardiness as Predictors of the Mental Health of

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

College Students,” *International Quarterly of Community Health Education* 33, sayı: 1 (2012): 55–68.

Li, Jie, Xue Han, Wangshuai Wang, Gong Sun, ve Zhiming Cheng. “How Social Support Influences University Students’ Academic Achievement and Emotional Exhaustion: The Mediating Role of Self-Esteem” *Learning and Individual Differences* 61, (2018): 120–126.

Mackinnon, David P., Chondra M. Lockwood, ve Jason Willams. “Confidence Limits for the Indirect Effect: Distribution of the Product and Resampling Methods,” *Multivariate Behavioral Research* 39, sayı:1 (2004): 99-128.

Maehr, Martin L. ve Akane Zusho. “Achievement Goal Theory the Past, Present, and Future,” *Handbook of Motivation in School* içinde, Ed: Kathryn R. Wentzel ve Allan Wigfield, New York: Routledge, 2009.

Minkinen, Jaana, Pirjo Lindfors, Jaana Kinnunen, Eerika Finell, Mari-Pauliina Vainikainen, Sakari Karvonen, ve Arja Rimpela. “Health as a Predictor of Students’ Academic Achievement: A 3-Level Longitudinal Study of Finnish Adolescents,” *Journal of School Health* 87, sayı: 12 (2017): 902-910.

Mruk, Christopher J. *Self-Esteem Research, Theory, and Practice Toward a Positive Psychology of Self-Esteem*. 3rd Edition, New York: Springer Publishing Company, Inc. 2006.

Murphy, J. Michael, Javier Guzmán, Alyssa E. McCarthy, Ana María Squicciarini, Myriam George, Katia M. Canenguez, Erin C. Dunn, Lee Baer, Ariela Simonsohn, Jordan W. Smoller, Michael S. Jellinek. “Mental Health Predicts Better Academic Outcomes: A Longitudinal Study of Elementary School Students in Chile,” *Child Psychiatry and Human Development* 46, sayı:2 (2015): 245–256.

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

Servet ALP, Özlem ÖZER

Ni, Chunping, Xiwen Liu, Qianzhen Hua, Aili Lv, Bo Wang, Yongping Yan. "Relationship Between Coping, Self-Esteem, Individual Factors and Mental Health among Chinese Nursing Students: A Matched Case-Control Study," *Nurse Education Today* 30, sayı: 4 (2010): 338–343.

Odacı, Hatice, Çiğdem Berber Çelik, ve Özkan Çıkrıkçı. "Psikolojik Danışman Adaylarının Başarı Yönelimlerinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması," *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 4, sayı: 39 (2013): 95-105.

Ogihara Yuji. "The Change in Self-Esteem among Middle School Students in Japan, 1989-2002," *Psychology* 7, sayı:11 (2016): 1343-1351.

Okcu, Cüneyt. "Benlik Saygısı ve İyi Olma Halleri Arasındaki İlişkilerin Yapısal Eşitlik Modellemesiyle İncelenmesi," *İstanbul Kent Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi* 1, sayı:1 (2020): 52-69.

Özcan, Halil, Burak Subaşı, Beyhan Budak, Mustafa Çelik, Şeref Can Gürel, Mesut Yıldız. "Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi," *Journal of Mood Disorders* 3 sayı: 3 (2013): 107-13.

Özkan, İlkey Arslan ve Ayşe Özen. "The Relation between Submissive Behaviours and Self Esteem State among Nursing Students," *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni* 7, sayı:1, (2008): 53–58.

Özkan, İshak. "Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler," *Düşünen Adam Dergisi* 7, sayı: 3 (1994): 4–9.

Porru, Fabio, Suzan J.W. Robroek, Ute Bültmann, Igor Portoghese, Marcello Campagna, ve Alex Burdorf. "Mental Health among University Students: The Associations of Effort-Reward Imbalance and Overcommitment with Psychological Distress," *Journal of Affective Disorders* 282, (2021): 953–961.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

Pullmann, Helle ve Jüri Allik. "Relations of Academic and General Self-Esteem to School Achievement," *Personality and Individual Differences* 45, sayı: 6 (2008): 559–564.

Puskar, Kathryn Rose ve Lisa Marie Bernardo. "Mental Health and Academic Achievement: Role of School Nurses," *Journal for Specialists in Pediatric Nursing* 12, sayı: 4 (2007): 215–223.

Rahmani, Parisa. "The Relationship between Self-Esteem, Achievement Goals and Academic Achievement among the Primary School Students," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 29, (2011): 803–808.

Rosenberg, Morris. *Society and the Adolescent Self-Image*, Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965.

Rosvall, Per-Åke. "Perspectives of Students with Mental Health Problems on Improving the School Environment and Practice," *Education Inquiry* 11, sayı:3 (2020): 159–174.

Saadat, Marayam, Azizreza Ghasemzadeh, ve Mahsa Soleimani. "Self-Esteem in Iranian University Students and Its Relationship with Academic Achievement," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 31, (2012): 10–14.

Sedikides, Constantine ve Aiden P. Gregg. "Portraits of the Self," *The SAGE Handbook of Social Psychology içinde*, ed: Hogg, Michael and Cooper, Joel, London, UK: SAGE Publications, 2003.

Soufi, Salah, Esmail Sadri Damirchi, Naser Sedghi, ve Behnoush Sabayan. "Development of Structural Model for Prediction of Academic Achievement by Global Self-esteem, Academic Self-concept, Self-regulated Learning Strategies and Autonomous Academic Motivation," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 114, (2014): 26–35.

Tafarodi, Romin W. ve Swan, W. B. "Two-Dimensional Self-Esteem: Theory and Measurement," *Personality and Individual Differences* 31, (2001): 653-673.

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

Servet ALP, Özlem ÖZER

Taycan, Okan ve Bülent Coşkun. *Ruh Sağlığını Güçlendirme: Kavramlar-Kanıtlar-Uygulamalar Özet Rapor*. 1. Baskı, Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları, 2020.

Thoma, Myriam V., Florence Bernays, Carla M. Eising, Andreas Maercker, Shauna L. Rohner. "Child Maltreatment, Lifetime Trauma, and Mental Health in Swiss Older Survivors of Enforced Child Welfare Practices: Investigating The Mediating Role Of Self-Esteem And Self-Compassion," *Child Abuse and Neglect* 113, (2021): 104925.

Triana, Rike, Budi Anna Keliat , Ice Yulia Wardani , Ni Made Dian Sulistiowati, Maria Ayu Veronika. "Understanding the Protective Factors (Self-esteem, Family Relationships, Social Support) and Adolescents' Mental Health in Jakarta," *Enfermeria Clinica* 29, (2014): 629–633.

Urzuá, Alfonso, Carlos Cabrera, Carlos Calderón Carvajal, Alejandra Caqueo-Urizar. "The Mediating Role of Self-Esteem on the Relationship Between Perceived Discrimination and Mental Health in South American Immigrants in Chile," *Psychiatry Research* 271, (2019): 187–194.

Verberg, Fenneke, Petra Helmond, Roy Otten, ve Geertjan Overbeek. "Mindset and Perseverance of Adolescents with Intellectual Disabilities: Associations with Empowerment, Mental Health Problems, and Self-Esteem," *Research in Developmental Disabilities* 91, 2019: 103426.

Wang, Ming-Te ve Salam Sheikh-Khalil. "Does Parental Involvement Matter for Student Achievement and Mental Health in High School?," *Child Development* 85, sayı:2 (2014): 610–625.

Wang, Yanhui, E. Scott Huebner, ve Lili Tian. "Parent-child Cohesion, Self-Esteem, and Academic Achievement: The Longitudinal Relations Among Elementary School Students," *Learning and Instruction* 73, (2021): 101467.

Ruh Sağlığı, Benlik Saygısı ve Başarı Yönelimi

WHO. *Strengthening Mental Health Promotion*. Geneva: World Health Organization, 2001.

Xu, Xiaofeng, E. Scott Huebner, ve Lili Tian. "Profiles of Narcissism and Self-Esteem Associated with Comprehensive Mental Health in Adolescents," *Journal of Adolescence* 80, (2020): 275–287.

Zeigler-Hill, Virgil, Erin M. Myers, ve C. Brendan Clark. "Narcissism and Self-Esteem Reactivity: The Role of Negative Achievement Events," *Journal of Research in Personality* 44, sayı: 2 (2010): 285–292.

Zuffianò, Antonio, Guido Alessandri, Maria Gerbino, Bernadette Paula Luengo Kanacri, Laura Di Giunta, Michela Milioni, Gian Vittorio Caprara. "Academic Achievement: The Unique Contribution of Self-Efficacy Beliefs in Self-Regulated Learning Beyond Intelligence, Personality Traits, and Self-Esteem," *Learning and Individual Differences* 23, sayı:1 (2013): 158–162.

Üsküdar
Üniversitesi
Sosyal Bilimler
Dergisi, 2021;
sayı: 13,
487-515

