

## Türkiye’de Kendini Toparlama Gücü Konusunda Yapılmış Araştırmaların İncelenmesi

### *Analysis of the Studies in the Field of Resilience Published in Turkey*

#### **Şerife Işık**

Gazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim  
Bilimleri Bölümü, Türkiye  
serife@gazi.edu.tr

#### **ÖZ**

Bu araştırmanın amacı, kendini toparlama gücü ile ilgili 2004-2014 yılları arasında Türkiye’de yapılmış lisansüstü tezleri ve ULAKBİM Ulusal Veri Tabanında indeksli dergilerde yayımlanmış araştırmaları incelemektir. Bu araştırma nitel araştırmalar kapsamında yer alan bir doküman incelemesi çalışmasıdır. Araştırmada 56 lisansüstü tez ve ULAKBİM Ulusal Veri Tabanında indeksli dergilerde yayımlanan 21 araştırma incelenmiştir. İncelemeler sonucu toplanan verilerin yüzdeleri ve frekansları hesaplanmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre; araştırmaların en çok 2010 ile 2014 yılları arasında yapıldığı, “Resilience” kavramının Türkçe karşılığı konusunda farklılıklar olduğu, bu kavramın Türkçe karşılığı olarak Psikolojik Sağlık, Psikolojik Dayanıklılık, Yılmazlık ve Kendini Toparlama Gücü kavramlarının kullanıldığı, araştırmaların büyük bir çoğunluğunda “risk faktörüne” yer verilmediği ve genellikle tarama modelinde gerçekleştiği, örneklem grubu olarak ergenler, üniversite öğrencileri ve yetişkinler üzerinde gerçekleştirildiği ortaya çıkmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Kendini toparlama gücü, risk faktörleri, araştırma

#### **ABSTRACT**

The aim of this study is to investigate studies explored resilience, which have been published from 2004 to 2014 as thesis/ dissertations and articles in indexed journals in Ulakbim National Database in Turkey. As a qualitative investigation, this study used document analysis method. Fiftysix (56) thesis/ dissertations and 21 research articles were examined. The results of this study show that the majority of research on resilience was conducted between 2010 and 2014, there are differences in Turkish terms to describe “resilience”. In addition it has been found that majority of the studies has not included the risk factors. The results also showed that survey research method was used commonly with samples of adolescents, college students and adults.

**Keywords:** Resilience, risk factors, research

#### **Geliş Tarihi/Received**

15 Şubat/February 2015

#### **Kabul Tarihi/Accepted**

29 Şubat/February 2016

#### **Elektronik Yayın Tarihi/Online Published**

7 Kasım/November 2016

## GİRİŞ

Pozitif psikoloji akımı bireylerin doğuştan getirdikleri güçlü yanlarının olduğunu dikkate alarak bu güçlü yönleri geliştirmeye odaklanmanın ruh sağlığını korumada ve uyum bozukluklarını gidermede en etkili yaklaşımlardan biri olduğunu vurgulayan modern bir yaklaşımdır (Csikszentmihalyi, 2009). Bu yaklaşımla birlikte olumsuz koşullara maruz kalan bireylerin benlik bütünlüklerini koruyabilmelerini ve psikolojik olarak güçlü kalabilmelerini sağlayan faktörleri araştırmak giderek daha çok ilgi çekmeye başlamıştır. Bu alandaki çalışmalara konu olan kavramlardan biri de kendini toparlama gücü olmuştur.

Kendini toparlama gücü kavramının kökeni büyük ölçüde 1970’li yıllarda gelişim psikolojisi ve çocuk psikopatolojisi alanında aşırı yoksulluk ve olumsuz yaşam koşullarında yetişmiş olmalarına rağmen şaşırtıcı düzeyde normal gelişim gösteren çocuklarla yapılan çalışmalarla ortaya çıkmıştır (Bonanno ve Mancini, 2008). Bu çalışmalardan elde edilen bulgular, yoksul çocukların bazılarının yetişkinlik yıllarında umutsuzluğa ve pek çok şeyden vazgeçmeye sürüklendiğine, bazılarının ise yaşamlarını etkili bir şekilde yönetebildiğine işaret etmektedir. Benzer olumsuz yaşantılara sahip bireylerin tepkilerinde gözlenen bu tür bireysel farklılıkların kendini toparlama gücü kavramı ile açıklanabildiği görülmektedir (Angulo-Macias, 2007). Alanyazında kendini toparlama gücü kavramına ilişkin birbirinden farklı tanımlara rastlanmaktadır. Masten (2001) kendini toparlama gücünü bireyin gelişimine ve uyumuna yönelik ciddi tehditlere rağmen olumlu sonuçlar görülmesi olarak tanımlamıştır. Başka bir tanımda ise kendini toparlama gücü güçlüklerin hüküm sürdüğü bir bağlamda olumlu uyum sağlamayı içeren dinamik bir süreç olarak ele alınmıştır (Luthar, Cichetti ve Becker, 2000). Walsh (2006) kendini toparlama gücünü, bir zorluk ile karşılaşıldığında bu durumdan daha güçlü bir şekilde çıkmayı ve bir kriz durumunda gelişim göstermeyi sağlayan aktif bir süreç olarak; Ramirez (2007) ise hastalıktan, depresyondan, değişimlerden ya da benzeri olumsuz durumlardan çabucak iyileşme yeteneği, kendini toparlayabilme, incindikten, gerildikten sonra eski haline kolayca dönebilme olarak tanımlamaktadır. Yapılan tanımlara bakıldığında, kendini toparlama gücünün dinamik bir süreç olması; geliştirilebilir özellikler içermesi; kendini toparlama gücünün gelişebilmesi için bireyin risk ya da zorluğa maruz kalması ve koruyucu faktörler olarak nitelenen birtakım kişilik özellikleri ile duruma uyum sağlayarak yaşamın farklı alanlarında başarı elde etmesi gibi ortak noktalar olduğu dikkat çekicidir.

Kendini toparlama gücünün gelişiminde, maruz kalınan riskler ve bu risk faktörlerinin olumsuz etkilerinin azaltılmasında ya da ortadan kaldırılmasında koruyucu faktörlerin incelenmesi önemlidir (Luthar ve diğerleri, 2000). Risk, uyumsuzluk olasılığının artmasıyla ilişkili olan genetik, biyolojik, psikolojik, çevresel veya sosyo-ekonomik faktörleri içermektedir (Luthar ve diğerleri, 2000). Koruyucu faktörler ise risk ya da zorluğun etkisini yumuşatan, azaltan ya da ortadan kaldıran, sağlıklı uyumu ve bireyin yeterliklerini geliştiren durumları tanımlamaktadır (Masten, 1994). Risk ve koruyucu faktörlerin bir arada bulunduğu ortamlarda geliştiği belirtilen kendini toparlama gücünün, olumsuz yaşantıların etkilerini değiştirebilecek nitelikte bir özellik olduğu vurgulanmaktadır (Rutter, 1999).

Kendini toparlama gücü ile ilgili bugüne kadar yapılan araştırmalar incelendiğinde, araştırmaların dört süreçten geçtiği görülür. Kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan ilk çalışmalarda birey odaklı model temel alınarak olumsuz yaşam koşulları altında başarılı bir uyum gösteren bireylerin özellikleri belirlenmeye çalışılmıştır (Garmezy, 1991; Werner, 1995). Sonrasında değişken odaklı model temel alınarak bireylerin zor yaşam koşullarının üstesinden gelmelerine yardım eden birey ve çevre özellikleri incelenmiştir (Masten, 1999; Nguyen, 2012; Richardson, 2002). Bu araştırmalarda kendini toparlama gücü sadece bireysel özelliklerin bir sonucu değil aynı zamanda bireyin çevresiyle etkileşimin bir sonucudur yaklaşımı üzerinde durulmuştur (Ungar, 2004). Kendini toparlama gücü ile ilgili araştırmalarda üçüncü eğilim risk altındaki bireylerin kendini toparlama gücünü geliştirmeye yönelik müdahale programlarına odaklanmak olmuştur (Merrell, 2010; Ungar, Russell ve Connelly, 2014; Wolchik, Schenck ve Sandler, 2009). Kendini toparlama gücü ile ilgili son yıllarda yapılan araştırmalarda (Caspi ve diğerleri, 2009; Kim-Cohen ve Gold, 2009) ise genetik değişkenlerde ele alınmaya başlanmış ve bu araştırmalarda ruhsal bozukluk açısından genetik yatkınlığı olan ailelerdeki bireyleri koruyarak kendini toparlama gücüne katkıda bulunan genetik değişkenler incelenmiştir.

Yurt dışı alanyazında bu gelişmeler dikkate alındığında Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili araştırmalarda genel eğilimin ortaya konması gelecekte yapılacak çalışmalar için önemlidir. Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili yapılmış çalışmaların sayısının giderek artması gözönünde bulundurulduğunda, gelecekte yapılacak araştırmalara yeni bir bakış açısı geliştirebilmek, araştırmaların daha özgün ve yenilikçi olmalarına katkı sağlamak amacıyla böyle bir araştırmaya ihtiyaç duyulmuştur.

Bu araştırmada kendini toparlama gücü ile ilgili Türkiye’de yapılmış lisansüstü tezlerin ve ULAKBİM Ulusal Veri Tabanında indeksli dergilerde yayımlanmış araştırmaların analizini yaparak var olan durumu ortaya koymak amaçlanmıştır. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. İncelenen lisansüstü tezlerin ve araştırmaların yıllara göre dağılımı nasıldır?
2. İncelenen lisansüstü tezlerde ve araştırmalarda “resilience” kavramının Türkçe karşılığı olarak hangi kavramlar kullanılmıştır?
3. İncelenen lisansüstü tezlerde ve araştırmalarda hangi risk faktöründeki bireyler incelenmiştir?
4. İncelenen lisansüstü tezlerde ve araştırmalarda hangi araştırma modelleri kullanılmıştır?
5. İncelenen lisansüstü tezler ve araştırmalar hangi gruplar üzerinde yürütülmüştür?
6. İncelenen lisansüstü tezlerde ve araştırmalarda kendini toparlama gücü ile hangi değişkenler ele alınmıştır?

## YÖNTEM

### Araştırma Modeli

Bu araştırma, lisansüstü tezlerde ve yayınlanmış makalelerde yer alan kendini toparlama gücü ile ilgili çalışmaların derinlemesine betimlenebilmesi, var olan durumun detaylı şekilde yorumlanabilmesi ve bu yorumlara dayalı öneriler getirebilmesi için doküman incelemesinin yapıldığı nitel bir çalışmadır. Doküman incelemesi, araştırılması hedeflenen olgu ya da olgular hakkında bilgi içeren yazılı materyallerin analizini kapsamaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2000).

### Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini kendini toparlama gücü ile ilgili Türkiye’de yapılan lisansüstü tezler ve ULAKBİM Ulusal Veri Tabanında indeksli dergilerde yayımlanan araştırmalar oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma evreninde belirtilen tüm lisansüstü tezlere ve araştırmalara ulaşmak hedeflenmiş ve bu nedenle örnekleme yoluna gidilmemiştir. Bu durumda araştırmanın çalışma evrenini 2004-2014 yılları arasında YOK veri tabanında yer alan 56 lisansüstü tez ve ULAKBİM Ulusal Veri Tabanında indeksli dergilerde yayımlanan 21 araştırma oluşturmaktadır.

### İşlem

Bu araştırmada veri toplama yöntemi olarak doküman analizi kullanılmıştır. Araştırmada ilgili çalışmalara ulaşmak için veri tabanlarında “resilience” ve “resiliency” anahtar sözcükleri kullanılmıştır. Türkçe anahtar kelimelere yer verilmemiştir çünkü “resilience” kavramı Türkçe’ye farklı şekillerde çevrilmiştir. Doküman analizinin birinci aşamasını oluşturan (a) dokümanlara ulaşmada yüksek lisans ve doktora tezleri YOK Dokümantasyon Daire Başkanlığı web sitesinden, araştırmalar ise ULAKBİM Ulusal Veri Tabanında indekslenen dergilerin web sayfasından pdf formatında bilgisayar ortamına kodlanarak aktarılmıştır. Diğer aşamada ise (b) bilgisayar ortamına aktarılan tezlerin ve araştırmaların çözümlenmeleri, araştırmacı tarafından hazırlanan değerlendirme ölçütleri dikkate alınarak içerik analizi türlerinden frekans analizi ile yapılmıştır.

## BULGULAR

Araştırma bulguları araştırmanın alt amaçları ile aynı sırada olmak üzere aşağıda verilmiştir.

Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin ve araştırmaların yıllara göre dağılımı Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** İncelenen Lisansüstü Tezlerin ve Araştırmaların Yıllara Göre Dağılımı

Yıl	YÖK Veri Tabanı			ULAKBİM Ulusal Veri Tabanı	
	Yüksek Lisans Tezi	Doktora Tezi	f	Araştırma	f
2004	-	1	1	-	-
2005	1	-	1	-	-
2006	-	2	2	2	2
2007	1	2	3	1	1
2008	2	2	4	2	2
2009	3	1	4	-	-
2010	6	-	6	2	2
2011	4	1	5	4	4
2012	5	2	7	4	4
2013	9	1	10	4	4
2014	13	-	13	2	2
Toplam	44	12	56	21	21

Tablo 1’e göre Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili 56 lisansüstü tez ve 21 araştırma yapıldığı, bu çalışmaların en çok 2010 ile 2014 yılları arasında olduğu görülmektedir. Ayrıca yapılan tezlerin lisansüstü düzeylere göre dağılımı incelendiğinde yüksek lisans düzeyinde yapılan tezlerin fazlalığı dikkat çekmektedir.

Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerde ve ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmalarda “resilience” kavramının Türkçe karşılığı olarak kullanılan kavramlar Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2.** İncelenen Lisansüstü Tezlerde ve Araştırmalarda “Resilience” Kavramının Türkçe Karşılığı

“Resilience” Kavramının Türkçe Karşılığı	YÖK Veri Tabanı		ULAKBİM Ulusal Veri Tabanı	
	f	%	f	%
Psikolojik Sağlık	21	37.50	8	38.09
Psikolojik Dayanıklılık	16	28.57	3	14.28
Yılmazlık	15	26.78	8	38.09
Kendini Toparlama Gücü	3	5.35	2	9.52
Psikolojik Güçlendirme	1	1.78	-	-

Tablo 2 incelendiğinde “resilience” kavramının Türkçe’ye farklı şekillerde çevrildiği ve ortak bir kavram üzerinde uzlaşamadığı görülmektedir. Resilience kavramı incelenen lisansüstü tezlerin % 37.50’sinde psikolojik sağlık, % 28.57’sinde psikolojik dayanıklılık, % 26.78’inde yılmazlık, % 5.35’inde kendini toparlama gücü ve % 1.78’inde psikolojik güçlendirme olarak kullanılmıştır. Benzer şekilde ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmaların % 38.09’unda psikolojik sağlık ve yılmazlık, % 14.28’inde psikolojik dayanıklılık ve % 9.52’sinde kendini toparlama gücü olarak kullanılmıştır. Bu farklılığın alanyazında kendini toparlama gücü olgusunun farklı bakış açılarıyla ve çeşitli tanımlarla ele alınmış olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerde ve ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmalarda ele alınan risk faktörleri Tablo 3’de verilmiştir.

**Tablo 3.** İncelenen Lisansüstü Tezlerde ve Araştırmalarda Ele Alınan Risk Faktörleri

Risk Faktörleri	YÖK Veri Tabanı		ULAKBİM Ulusal Veri Tabanı	
	f	%	f	%
Yok	33	58.92	10	47.61
Yoksulluk	14	25.00	4	19.04
İhmal/istismar	2	3.57	1	4.76
Özel eğitime gereksinim duyma	1	1.78	3	14.28
Deprem	1	1.78	-	-
Parçalanmış aile	1	1.78	1	4.76
Madde kullanımı	1	1.78	-	-
Fiziksel/Ruhsal hastalığa sahip olma	1	1.78	-	-
Akademik başarısızlık	1	1.78	1	4.76
Kayıp/Ölüm	1	1.78	-	-
Yalnızlık	-	-	1	4.76

Tablo 3 incelendiğinde lisansüstü tezlerin % 58.92’sinde risk faktörleri ile çalışılmadığı, % 25’inde ise yoksulluk risk faktörünün ele alındığı görülmektedir. Benzer şekilde ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmaların % 47.61’inde risk faktörlerine yer verilmediği, risk faktörlerine yer verilen araştırmalarda ise en çok yoksulluk ve özel eğitime gereksinim olma risk faktörleri ile çalışıldığı görülmektedir.

Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin ve ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmaların araştırma desenine ve örneklem türüne göre dağılımı Tablo 4’de verilmiştir.

**Tablo 4.** İncelenen Lisansüstü Tezlerin ve Araştırmaların Araştırma Desenine ve Örneklem Türüne Göre Dağılımı

Araştırma Deseni	YÖK Veri Tabanı		ULAKBİM Ulusal Veri Tabanı	
	f	%	f	%
İlişkisel Tarama Deseni	42	75.00	11	52.38
Betimsel Desen	11	19.64	10	47.61
Karma Desen	1	1.78	-	-
Deneysel Desen	2	3.57	-	-
Örneklem Türü	f	%	f	%
Ergenler	21	37.50	6	28.57
Üniversite öğrencileri	21	37.50	7	33.33
Yetişkinler	14	25.00	8	38.09

Tablo 4 incelendiğinde lisansüstü tezlerin % 75’i ve ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmaların % 52.38’i iki ya da daha fazla değişken arasındaki birlikte değişimin varlığını ya da derecesini belirlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama deseni; lisansüstü tezlerin % 19.64’ü ve ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmaların % 47.61’i betimsel desen benimsenerek gerçekleştirildiği görülmektedir. Ayrıca sadece iki lisansüstü tez deneysel desen ve bir tez de karma desen olarak yapılandırılmıştır.

Tablo 4’te lisansüstü tezlerin % 37.50’si ergenler, % 37’si üniversite öğrencileri ve % 25’i yetişkinler üzerinde; ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmaların % 38.09’u yetişkinler, % 33.33’ü üniversite öğrencileri ve % 28.57’si ergenler üzerinde yapıldığı görülmektedir. Bütün çalışmalar değerlendirildiğinde çocukların kendini toparlama gücü üzerinde herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerde ve ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmalarda kendini toparlama gücü ile ilişkilendirilen değişkenler Tablo 5’te verilmiştir.

**Tablo 5.** İncelenen Lisansüstü Tezlerde ve Araştırmalarda Kendini Toparlama Gücü ile İlişkilendirilen Değişkenler

Değişkenler	YÖK Veri Tabanı	ULAKBİM Ulusal Veri Tabanı
	f	f
Demografik Değişkenler	16	10
Sosyal Destek	9	1
Benlik Saygısı	6	1
Ana-Baba Tutumu	6	-
Yaşam Doyumu	5	1
Koruyucu Faktörler	5	-
Başta Çıkma	5	1
İyimserlik	4	1
Kontrol Odağı	4	-
Psikolojik Belirtiler	4	-
Bağlanma Stilleri	4	-
Umut	3	-
Duygusal Zekâ	3	3
Öz Anlayış	3	-
Benlik Kurgusu	3	-
Psikolojik Doğum Sırası	-	1
Duygusal Dışavurum	-	1
Özyeterlik	-	1
Yaşamda Anlam	2	-
Çatışma Çözme	2	-
Yalnızlık	1	-
Aile Yüğü	1	-
Olumlu Örgütsel Davranış	1	-
Örgütsel Değişim	1	-
Aile İşlevleri	1	-
Örgütsel Bağlılık	1	-
Sosyal Bağlılık	1	-
İş Doyumu	1	-
Mutluluk	1	-
Öğrenilmiş Güçlülük	1	-
Umutsuzluk	1	-
Temas Engelleri	1	-
Olumlu Duygular	1	-
Mükemmelliyeçilik	1	-
Karar Stratejileri	1	-
Kaygı	1	-

Tablo 5 incelendiğinde lisansüstü tezlerde kendini toparlama gücü ile ilişkisi incelenen değişkenlerden en çok demografik değişkenler, sosyal destek, benlik saygısı, ana-baba tutumu, yaşam doyumu, koruyucu faktörler ve başta çıkma olduğu; ulusal veri tabanında indekslenen dergilerde yayımlanan araştırmalarda ise en çok demografik değişkenlerin incelendiği görülmektedir.

## TARTIŞMA

Bu araştırmada Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan 56 lisansüstü tez ve 21 araştırma karşılaştırmalı bir biçimde incelenmiş ve incelenen çalışmalara yönelik genel eğilim ve farklılıklar ortaya konulmuştur.

Araştırma sonucunda gerek lisansüstü tezlerin gerekse ulusal veri tabanında indeksli dergilerde yayımlanan araştırmaların en çok 2010-2014 yılları arasında olduğu ortaya çıkmıştır. Bu durum son yıllarda risk ve koruyucu faktörler birleşimi sonucu ortaya çıkan kendini toparlama gücü özelliğinin araştırmacılar tarafından önemsendiği göstermesi açısından önemlidir. Türkiye’de zor ekonomik koşullar, madde bağımlılığın erken yaşlarda görülmesi, sıkça yaşanan doğal afetler, şiddet ve istismar, terör mağduriyeti, göçe dayalı yer değişiklikleri ve sınav sistemleri olguları düşünüldüğünde, kendini toparlama gücünün anlaşılması önleyici ve koruyucu çalışmalar açısından önemli görülmektedir.

“Resilience” kavramının Türkçe karşılığı konusunda farklılıklar olduğu dikkat çekmektedir. “Resilience” sözcüğü “geriye dönmek” anlamına gelen “to jump back” kelimesinden türetilmiştir (Silliman, 1994). The Random House sözlüğüne (1987) göre resilience “sıkıştırıldıktan sonra eski haline gelmek/dönmek”; American Heritage sözlüğüne (2000) göre ise “hastalık ve kötü talihten kurtulup çabucak eski haline dönme” anlamına gelmektedir. Tüm resilience tanımları iki unsuru vurgular: Önemli bir tehdite ya da zorluğa maruz kalma ve bu tehdit ya da zorluğun etkisinden sıyrılma, toparlanma. Bu tanımlamalar doğrultusunda, resilience kavramı, risk ya da olumsuz koşulların yarattığı darbeden sonra bireyin toparlanmasına işaret ettiği için Türkçede “kendini toparlama gücü”nün resilience kavramını daha iyi karşıladığı düşünülmektedir. Türkçe alanyazında resilience kavramının karşılığı olarak kendini toparlama gücünün dışında psikolojik dayanıklılık (psychological hardiness), sağlamlık (toughness) ve yılmazlık (undaunted, dauntless) kavramları da kullanılmıştır. Psikolojik dayanıklılık “stresli yaşam olayları ile karşılaşıldığında bir direnç kaynağı olarak çalışan kişilik özelliği”dir (Kobasa, 1979). Psikolojik dayanıklılık tehditin olumsuz etkileri ile başeden kişiler için kullanılabilecek bir özelliktir. Psikolojik dayanıklılığın yapılan çalışmalarda (Bartone ve Hystad, 2010; Bissonnette, 1998; Bonanno, 2004; Farbet, Schwartz, Schaper, Moonen ve McDaniel, 2000; Maddi, 2005) kendini toparlama gücünü oluşturan içsel koruyucu faktörlerden biri olduğu ifade edilmektedir. Sağlamlık, Türkçe’de “kolay bozulmayan, yıkılmayan ve zarar görmemiş” anlamına gelmektedir (Akalin, 2005). Oysa kendini toparlama gücüne sahip bireyler yaşamlarındaki tehdit edici olaylar karşısında incinebilirler ve/veya zarar görebilirler, bu anlamda sağlamlık kavramı resilience kavramını tam olarak karşılamamaktadır. Benzer şekilde yılmazlık ise bir işten gözü korkup vazgeçmeyen, bıkmayan ve usanmayan insanlar için kullanılan bir sıfattır (Akalin, 2005). Oysa kendini toparlama gücü, etkilenen herhangi bir şeyden kurtulmaya başlamak, eski haline geri dönmek anlamına geldiği için (Akalin, 2005) risk ve olumsuz yaşam koşulları karşısında bireyin eski durumuna kısa zamanda geri dönebilmesi (Rutter, 1999) olarak tanımlanan resilience kavramının Türkçe karşılığı olarak daha uygun görülmektedir.

Araştırmada elde edilen diğer bir sonuç, kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin ve ulusal veri tabanında indeksli dergilerde yayımlanan araştırmaların büyük bir çoğunluğunda “risk faktörüne” yer verilmemesidir. Oysa kendini toparlama gücü kavramının çeşitli tanımlarında üç temel nokta ortak olarak ifade edilmektedir. Bunlar; a) risk ve/veya zorluk, b) olumlu uyum gösterme, baş etme, yeterlik ve c) koruyucu faktörlerdir. Bu durumda kendini toparlama gücü, “sağlıklı bir uyum yapma ile bağlantılı olan ve bu uyum sürecine katkı sağlayan koruyucu faktörlerin, mevcut risk faktörleri ile olan belirgin etkileşimi sonucunda ortaya çıkan” bir olgudur (Windle, 1999). Masten ve Reed (2002) risk faktörleri ve kendini toparlama gücü arasındaki ilişki ile ilgili “kendini toparlama gücü, sadece kişi bir tür risk ya da zorluk yaşadığı zaman tanımlanabilir” iddiasında bulunmaktadırlar. Benzer şekilde Luthar ve Cicchetti (2000), Luthar ve diğerleri, (2000) da kendini toparlama gücünün ortaya çıkabilmesi için anahtar kavramı “risk” olarak belirtmektedirler. Belirgin bir risk durumunun olmadığı koşullarda yaşayan bireylere “yeterli”, “iyi uyumlu” ya da sadece “normal” denilebilir, fakat bu bireyler için “kendini toparlama gücü” olgusundan bahsedilemez. Kendini toparlama gücünün gelişebilmesi için risk faktörünün olması gerekir, oysaki Türkçe alanyazında kendini toparlama gücü ile ilgili yapılan çalışmalarda “risk” kavramının ve risk faktörlerinin büyük ölçüde göz ardı edildiği görülmektedir. Bu nedenle risk faktörüne sahip bireylerin yer almadığı örneklerde yapılan araştırmaların, kendini toparlama gücünün kuramsal yapısını karşılamadığı düşünülmektedir.

Araştırmada gerek lisansüstü tezlerin gerekse ulusal veri tabanında indeksli dergilerde yayımlanan araştırmaların büyük bir çoğunluğunun kendini toparlama gücü ve çeşitli değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemeyi amaçlayan tarama modelinde gerçekleştiği ortaya çıkmıştır. Ayrıca lisansüstü tezlerin sadece ikisi deneysel desende ve bir tanesi karma desende yapılandırılmıştır. Araştırmadan elde edilen diğer bir sonuç da kendini toparlama gücü ile ilişkisi incelenen değişkenlerin en çok demografik değişkenler, sosyal destek, benlik saygısı, ana-baba tutumu, yaşam doyumu ve başa çıkma gibi içsel koruyucu faktörler olduğudur. Elde edilen bu iki bulgu, Türkiye’de yapılan çalışmaların kendini toparlama gücünü betimlemeye yönelik çalışmalarla sınırlı olduğunu göstermektedir. Yurt dışı alanyazında var olan durumu ortaya koyan araştırmaların yanısıra çok sayıda boylamsal (Collishaw ve diğerleri, 2007; DuMont, Widom ve Czaja, 2007; Elder, Van Nguyen ve Caspi, 1985; Sameroff ve Seifer, 1990), deneysel (Griffin, Holliday, Fraizer ve Braithwaite, 2009; Hodder ve diğerleri, 2011; Leve, Fisher ve Chamberlain, 2009; Theron, 2006; Ungar ve diğerleri, 2014) ve nitel (Huang, 2001; Jain, Buka, Subramanian ve Molnar, 2012; Kennedy, 2005; Lewis, 2001; Williams, Lindsey, Kurtz ve Jarvis, 2001) araştırmalar yer almaktadır. Bu açıdan değerlendirildiğinde Türkiye’de kendini toparlama gücü kavramının karmaşık yapısını ortaya koymaya yönelik farklı araştırma desenlerinde özgün araştırmalara gereksinim duyulduğu söylenebilir.

Bu araştırmanın önemli sonuçlarından biri de Türkiye’de lisansüstü tezlerde ve ulusal veri tabanında indeksli dergilerde yayımlanan araştırmalarda çocukların kendini toparlama gücü ile ilgili çalışmalara rastlanmamış olmasıdır. Kendini toparlama gücü araştırmaları, bireyin gelişimsel süreçte uyum sağlama, düzelleme, yeniden bütünleşme ve değişebilme konusunda kapasiteye sahip olduğunu göstermektedir (Masten, 1999). Bu açıdan bakıldığında kendini toparlama gücüne sahip çocukların incelenmesi ve tanınması, olumsuz koşulların tehditi altında büyüyen çocukların gelişimine ilişkin önemli veriler sağlayacaktır. Öte yandan bireyin gelişiminde kendini toparlama gücü süreçlerinin açıklığa kavuşturulması, önleyici çalışmalara rehberlik edecek ve böylece çocukların yetişkin yaşamlarını sağlıklı ve başarılı bireyler olarak sürdürmeleri konusunda önemli fırsatlar sağlayacaktır. Yurt dışı alanyazında (Huang, 2001; Kim ve Cicchetti, 2006; Leifer, Shapiro, Martone ve Kassem, 1991; Toth ve Cicchetti, 1996; Williams, 2001; Young, 1997) yüksek risk altındaki çocukları problemleri davranışları geliştirmekten neyin alıkoyduğunu “koruyucu faktörler” başlığı altında inceleyen pek çok araştırmaya rastlanmaktadır. Türkiye’de risk altındaki çocukların güçlü yanlarının ortaya çıkarılmasına yönelik çalışmaların acilen planlanması kritik bir öneme sahiptir.

Türkiye’de kendini toparlama gücü ile ilgili oldukça fazla koşul veya risk kaynakları vardır. Bu risk kaynaklarının ortadan kaldırılması kolay olmadığından veya kısa sürede olamayacağından, bu zor koşullarda olumlu gelişimi sağlamak için araştırmadan elde edilen sonuçlara dayalı olarak kendini toparlama gücü ile ilgili yapılacak çalışmalarda şunlar dikkate alınabilir; (a) boylamsal, deneysel ve nitel araştırmalar planlanabilir, (b) çocuklar ve ergenler üzerinde yapılacak çalışmalara ağırlık verilebilir, (c) kendini toparlama gücünün yapısının kuramsal olarak doğru şekilde ortaya konulabilmesi için risk gruplarıyla çalışılması gerekir, (d) risk faktörleri dikkate alınarak yapılan çalışmalarda kendini toparlama gücünün yapısı genelde heterojen gruplarda değerlendirilmiştir, ilerleyen çalışmalarda risk açısından homojen gruplar seçilebilir, (e) kendini toparlama gücünün gelişimini destekleyen aile, okul ve toplum bazında dışsal koruyucu faktörlerin etkililiği incelenebilir, (f) okullar, akademisyenler, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları ile birlikte risk altındaki bireylerin kendini toparlama gücünü güçlendirmeye yönelik projeler geliştirilebilir.



## KAYNAKÇA

- Akalın, H. (2005). *Türkçe sözlük* (10. bs.). Ankara: Türk Dil Kurumu.
- American Heritage. (2000). *The American heritage dictionary of the English Language* (4th ed.). Houghton Mifflin Company.
- Angulo-Macias, G. (2007). *Resiliency despite poverty in childhood. A review of the literature* (Unpublished Doctoral Thesis). Alliant International University, California.
- Bartone, P. T. ve Hystad, S. W. (2010) Increasing mental hardiness for stress resilience in operational settings. P. T. Bartone, B. H. Johnsen, J. Eid, J. M. Violanti ve J. C. Laberg (Eds.), *Enhancing human performance in security operations: International and law enforcement perspective* içinde (s. 257–272). Springfield, II: Charles C. Thomas.
- Bissonnette, M. (1998). *Optimism, hardiness, and resiliency: A review of the literature*. <http://www.reachinginreachingout.com/documents/Optimism%20Hardiness%20and%20Resiliency.pdf> adresinden erişildi.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59, 20-28.
- Bonanno, G. A. ve Mancini, A. D. (2008). The human capacity to thrive in the face of potential trauma. *Pediatrics*, 121, 369-375.
- Caspi, A., McClay, J., Moffitt, T. E., Mill, J., Martin, J., Craig, I. W., ... Poulton, R. (2002). Role of genotype in the cycle of violence in maltreated children. *Science*, 297(5582), 851-854.
- Collishaw, S., Pickles, A., Messer, J., Rutter, M., Shearer, C. ve Maugan, B. (2007). Resilience to adult psychopathology following childhood maltreatment: Evidence from a community sample. *Child Abuse and Neglect*, 31, 211-229.
- Csikszentmihalyi, M. (2009). The promise of positive psychology. *Psychological Topics*, 18 (2), 203-211.
- DuMont, K. A., Widom, C. S. ve Czaja, S. J. (2007). Predictors of resilience in abused and neglected children grown-up: The role of individual and neighborhood characteristics. *Child Abuse and Neglect*, 31, 255-274.
- Elder, G. H., Van Nguyen, ve T. Caspi, A. (1985). Linking family hardship to children's lives. *Child Development*, 56, 361-375.
- Farbet, E. W., Schwartz, J. A. J., Schaper, P. E., Moonen, D. J. ve McDaniel, J. S. (2000). Resilience factors associated with adaptation to hiv disease. *Psychosomatics*, 41(2), 140-146.
- Garnezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416-430.
- Griffin, J. P., Jr., Holliday, R. C., Frazier, E. ve Braithwaite, R. L. (2009). The BRAVE (Building Resiliency and Vocational Excellence) Program: Evaluation findings for a career-oriented substance abuse and violence preventive intervention. *Journal of Health Care for the Poor & Underserved*, 20(3), 798-816. doi:10.1353/hpu.0.0174
- Hodder, R. K., Daly, J., Freund, M., Bowman, J., Hazell, T. ve Wiggers, J. (2011). A school-based resilience intervention to decrease tobacco, alcohol and marijuana use in high school students. *BMC Public Health*, 11:722, doi:10.1186/1471-2458-11-722
- Huang, C. (2001). *School-aged sheltered homeless children's stressors and coping strategies* (Unpublished doctoral dissertation). Graduate School of The Ohio State University, Ohio.
- Jain, S., Buka, S. L., Subramanian, S. V. ve Molnar, B. E. (2012). Protective factors for youth exposed to violence role of developmental assets in building emotional resilience. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 10(1), 107-129. doi: 10.1177/1541204011424735
- Kennedy, A. C. (2005). Resilience among urban adolescent mothers living with violence listening to their stories. *Violence Against Women*, 11(12), 1490-1514. doi: 10.1177/1077801205280274
- Kim, J. ve Cicchetti, D. (2006). Longitudinal trajectories of self-system processes and depressive symptoms among maltreated and nonmaltreated children. *Child Development*, 77, 624-639.
- Kim-Cohen, J. ve Gold, A. L. (2009). Measured gene-environment interactions and mechanisms promoting resilient development. *Current Directions Psychological Science*, 18, 134-42.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11.

- Leve, L. D., Fisher, P. A. ve Chamberlain, P. (2009). Multidimensional treatment foster care as a preventive intervention to promote resiliency among youth in the child welfare system. *Journal of Personality*, 77(6), 1869-1902. doi:10.1111/j.1467-6494.2009.00603.x
- Leifer, M., Shapiro, J. P., Martone, M. W. ve Kassem, L. (1991). Rorschach assessment of psychological functioning in sexually abused girls. *Journal of Personality Assessment*, 56 (1), 14-28.
- Lewis, C. E. (2001). *A qualitative examination of attachment and resilience in homeless girls* (Unpublished doctoral dissertation). Faculty of the California School of Professional Psychology at Alliant University, San Diego.
- Luthar, S. ve Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12, 857-885.
- Luthar, S., Cicchetti, D. ve Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Maddi, S. R. (2005). On hardiness and other pathways to resilience. *American Psychology*, 60, 261-262.
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. M. C. Wang ve E. W. Gordon (Ed.), *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospect* içinde (s. 3-25). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Masten, A. S. (1999). Resilience comes of age reflections an the pasr and Outlook for the next generation of research. Meyer D. Glantz (Ed.), *Resilience and development: Positive life adaptations* içinde (s. 281-296). Hingham, MA, USA: Kluwer Academic Publishers.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience process in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Masten, A. S. ve Reed, M. J. (2002). Resilience in development. C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Ed.), *The handbook of positive psychology* içinde (s. 74-88). Oxford University Press.
- Merrell, K. W. (2010). Linking prevention science and social and emotional learning: The Oregon Resiliency Project. *Psychology in the Schools*, 47(1), 55-70.
- Nguyen, C. H. (2012). *Individual resilience, social support, and health risk behaviors in adolescents and young adults: Study on cross -sectional and longitudinal samples* (Unpublished Doctoral Thesis). University of Arkansas, USA.
- Ramirez E. R. (2007). Resilience: A concept analysis. *Nursing Forum*, 42, 73-82.
- Rew, L. (2000). Friends and pets as companions: Strategies for coping with loneliness among homeless youth. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13, 125-140.
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307-321.
- Rutter, M. (1999). Resilience concept and finding: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 21, 119-144.
- Sameroff A. J. ve Seifer, R. (1990). Early contributors to developmental risk. J. E. Rolf, A.S. Masten, D. Cicchetti, K. Nuechterlein ve S. Weintraub (Ed.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* içinde (s. 52-66). New York: Cambridge University Press.
- Silliman, B. (1994). *Resiliency research review: Conceptual and Research Foundations*. <http://www1.cyfernet.org/prog/fam/94-Silliman-resilreview.html> adresinden erişildi
- The Random House Dictionary of the English Language Unabridged* (2nd ed.). (1987). Random House.
- Theron, L. (2006). Critique of an intervention programme to promote resilience among learners with specific learning difficulties. *South African Journal of Education*, 26(2), 199-214.
- Toth, S. L. ve Cicchetti, D. (1996). Patterns of relatedness, depressive symptomatology, and perceived competence in maltreated children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 32- 41.
- Ungar, M. (2004). A constructionist discourse on resilience: Multiple contexts, multiplerealities among at-risk children and youth. *Youth and Society*, 35, 341-365.
- Ungar, M., Russell, P. ve Connelly, G. (2014). School-based interventions to enhance the resilience of students. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 4(1), 66-83.
- Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience* (2nd ed.). New York: Guilford Publications.
- Werner, E. E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 4(3), 81-85.
- Werner, E. ve Smith, R. (1992). *Overcoming the odds: High-risk children from birth to adulthood*. New York: Cornell University Press.

- Williams, Z. A. (2001). *Resiliency in Zimbabwean children impacted by HIV/AIDS* (Unpublished doctoral dissertation). The California School of Professional Psychology, Alameda.
- Williams, N. R., Lindsey, E. W., Kurtz, P. D. ve Jarvis, S. (2001). From trauma to resiliency: Lessons from former runaway and homeless youth. *Journal of Youth Studies*, 4(2), 233-253.
- Windle, M. (1999). Critical conceptual and measurement issues in the study of resilience. M. D. Glantz ve J. L. Johnson (Ed.), *Resilience and Development: Positive life adaptations* içinde (s.161-178). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Wolchik, S. A., Schenck, C. E. ve Sandler, I. N. (2009). Promoting resilience in youth from divorced families: Lessons learned from experimental trials of the new beginnings program. *Journal of Personality*, 77(6), 1833-1868.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2000). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (Gözden geçirilmiş 2. bs.). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Young, A. J. (1997). *HIV/AIDS affected children: A study utilizing the Rorschach to identify depression* (Unpublished doctoral dissertation). The California School of Professional Psychology, Alameda.

## EXTENDED SUMMARY

### *Analysis of the Studies in the Field of Resilience Published in Turkey*

Positive psychology approach has created an increase in the interest of studying factors that help individuals who experienced negative events to help to keep their integrity of their personalities and stay strong. A related concept in this type of research is resilience.

The variety of resilience definition in the literature is great. Resilience refers to a class of phenomena characterized by good outcomes in spite of serious threats to adaptation or development (Masten, 2001). Luthar, Cichetti and Becker (2000) affirmed “*resilience refers to a dynamic process encompassing positive adaptation within the context of significant adversity*”. The most common aspects in the definitions of resilience found in the literature are the existence of risk factors, the ameliorating influence of protective factors, and adaptive functioning in the face of risk.

When resilience studies are explored, four stages of research is observed: individual focused studies, variable focused studies, research on strategies to increase resilience and genetic based studies. When development is considered in the literature abroad, for future research it is important to examine the trends in resilience research in Turkey.

The aim of this study is to investigate in terms of resilience, which have been published between 2004 and 2014 dissertation and articles in journals being indexed in Ulakbim National Database in Turkey.

## METHOD

This study is a document investigation study being in scope of qualitative researches. In this study 56 dissertation and 21 articles in journals being indexed in Ulakbim National Database were examined. The percentage and frequencies of obtained data were calculated.

## RESULTS AND DISCUSSION

The results of this study show that both graduate thesis/ dissertations and research published in indexed journals show that the majority of research on resilience was conducted between 2010-2014. This is important as it shows that researchers care about resilience characteristics which is exhibited as a result of risk and protective factors.

Another result of this study is that there are differences in the Turkish terms used to describe “resilience”. Besides majority of the studies has not included the risk factors. However, resilience has been described in three basic areas: a) risk and/or difficulty, b) positive adaptation, coping and efficacy and c) protective factors. It is observed that risk factors in resilience studies have been ignored in Turkish literature.

The results showed that research published as thesis/ dissertations and in indexed journals used the survey research method, investigating variables related to resilience. It can be said that in order to show the complex nature of resilience, authentic studies using various methods are needed.

Another important result of this study is that majority of research published as thesis/ dissertations or in indexed journals used adolescents, college students and adults as samples. It has critical importance to plan research to investigate the strength of children who are under risk.