

---

**Original Title of Article:**

University students' interpersonal cognitive distortions, psychological resilience, and emotional self-efficacy according to sex and gender roles

**Turkish Title of Article:**

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rollerine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma, psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancı

**Author(s):**

Öner ÇELİKKALELİ, Sinem KAYA

**For Cite in:**

Çelikkaleli, Ö. & Kaya, S. (2016). University students' interpersonal cognitive distortions, psychological resilience, and emotional self-efficacy according to sex and gender roles. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 6(2), 187-212, <http://dx.doi.org/10.14527/pegegog.2016.011>.

---

**Orijinal Makale Başlığı:**

University students' interpersonal cognitive distortions, psychological resilience, and emotional self-efficacy according to sex and gender roles

**Makalenin Türkçe Başlığı:**

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rollerine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma, psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancı

**Yazar(lar):**

Öner ÇELİKKALELİ, Sinem KAYA

**Kaynak Gösterimi İçin:**

Çelikkaleli, Ö. & Kaya, S. (2016). University students' interpersonal cognitive distortions, psychological resilience, and emotional self-efficacy according to sex and gender roles. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 6(2), 187-212, <http://dx.doi.org/10.14527/pegegog.2016.011>.

## University Students' Interpersonal Cognitive Distortions, Psychological Resilience, and Emotional Self-Efficacy According to Sex and Gender Roles

Öner ÇELİKKALELİ<sup>a</sup>, Sinem KAYA<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Muğla Sıtkı Koçman University, Faculty of Education, Muğla/Turkey



### Article Info

DOI: 10.14527/pegegog.2016.011

#### Article history:

Received 10 December 2014  
Revised 11 January 2016  
Accepted 26 February 2016  
Online 31 March 2016

#### Keywords:

Cognitive distortions,  
Psychological resilience,  
Self-efficacy,  
Gender roles.

### Abstract

The purpose of this study is to examine the relationships between college students' level of cognitive distortions, resilience and emotional self-efficacy. In addition, how sex and gender roles affect interpersonal cognitive distortions, emotional self-efficacy beliefs and endurance is examined. This study was conducted with 346 university students. In this study, Interpersonal Cognitive Distortions Scale, Resilience Scale III-R, Self-Efficacy Scale, and Sex Role Inventory were administered to the participants. The results indicated that there was a negative correlation between interpersonal cognitive distortions, self-efficacy and psychological resilience. On the other hand, there was a positive correlation between psychological resilience and self-efficacy. Significant differences were found between gender roles and interpersonal cognitive distortions. In line with this, significant differences were found between gender roles and psychological resilience. However, there was no significant relation between sex and interpersonal cognitive distortions. Furthermore, the correlation between sex and psychological resilience is not significant. Additionally, self-efficacy and sex has no a significant relation, but has a significant relation with gender roles. Lastly, there was a significant relation between interpersonal cognitive distortions and gender roles.

## Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Toplumsal Cinsiyet Rollerine göre İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtma, Psikolojik Dayanıklılık ve Duygusal Yetkinlik İnancı

### Makale Bilgisi

DOI: 10.14527/pegegog.2016.011

#### Makale Geçmişi:

Geliş 10 Aralık 2014  
Düzeltilme 11 Ocak 2016  
Kabul 26 Şubat 2016  
Çevrimiçi 31 Mart 2016

#### Anahtar Kelimeler:

Bilişsel çarpıtma,  
Psikolojik dayanıklılık,  
Duygusal yetkinlik,  
Toplumsal cinsiyet.

### Öz

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları, psikolojik dayanıklılıkları ve duygusal yetkinlik inançları arasındaki ilişkiyi incelemek ve cinsiyet ve algıladıkları cinsiyet rollerine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma, psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inançlarını ortaya koymaktır. Bu amaçla 346 üniversite öğrencisinden veri toplanmıştır. Veri toplamak amacıyla, ilişkilerle ilgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği, Psikolojik Dayanıklılık III-R Ölçeği, Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği ve Cinsiyet Rolü Değerlendirme Envanteri kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma ile psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktayken, psikolojik dayanıklılık ile duygusal yetkinlik arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma düzeyleri toplumsal cinsiyet rollerine göre farklılık gösterirken, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları hem toplumsal cinsiyet rollerine hem de cinsiyet/toplumsal cinsiyet ortak etkileşimine göre farklılaşmaktadır. Sonuç olarak, toplumsal cinsiyet rollerine göre üniversite öğrencilerinin duygusal yetkinlik inancı farklılaşmaktadır.

## Introduction

### Cognitive Distortions about Relationships

One of the most important theorists of the cognitive approach, Albert Ellis, put forward the basic assumption that emotions are caused by individuals' thought processes, their way of interpreting life events, and their reactions to events encountered (Corey, 1996). When people transform their desires and preferences concerning themselves and events into obligatory demands, unreasonable beliefs emerge (Corey, 1991). In addition, such demands tend to lead to unreasonable cognition, unhealthy emotions, and dysfunctional behaviors (Ellis, 1993), which, in turn, may cause people to experience negative emotions relating to their psychological health (Ellis, 1973).

Aaron T. Beck mentions three components involved in conceptualizing individuals' cognitive structures, namely, automatic thoughts, intermediate beliefs, and core beliefs. Core beliefs are mental building blocks situated in the furthest depths of the mind, whereas automatic thoughts can be defined as one's mental state on the surface (Beck, 2001). People may develop and maintain positive, core beliefs such as "I'm a capable person," "my life is usually under my control," and "I'm a valuable person" just as they may develop negative, change-resistant core beliefs such as "I'm worthless," "I'm weak," and "people are unreliable" (Beck, 2001).

Automatic thoughts are environment- and situation-specific components that are part of an individual's mental flow, and accompany sudden interpretations and moments of emotional distress yet to be thought about (Türkçapar, 2000). Intermediate beliefs lie between core beliefs and automatic thoughts, and generally include the codes, attitudes, and assumptions individuals form about themselves, others, and their personal lives, which may affect how they perceive any life situation (Topal, 2011). All of these beliefs and assumptions about individuals constitute their cognitive diagrams (Morris, 2002). The variable between dysfunctional diagrams and automatic thoughts is cognitive distortions (Türkçapar, 2000). Since individuals' cognitive distortions cause them to perceive the world in an unrealistic way, this affects them negatively when it comes to evaluating their interpersonal relationships (Hamamcı, 2005). Previous studies seem to support this idea, reporting cognitive distortions in relation to self-esteem and loneliness (Turan, 2010), problem-solving skills (Ağır, 2007; Güven, 2005), locus of control (Cash, 1984), attachment styles (Stackert & Bursik, 2003), automatic thought, tendency to conflict (Hamamcı & Büyüköztürk, 2004), and self-compassion (Akın, 2010).

### Psychological Resilience

Psychological resilience is defined as an individual's capacity to carry out the following actions: adapt to negative situations and cope with them (Block & Kremen, 1996); eliminate negative thoughts and instead adopt positive ones (Masten & Obradovic, 2006); adapt successfully to distress (Reich, Zautra, & Hall, 2012); recover psychologically from illness, depression, or bad situations; gather oneself up; keep going after being hurt or feeling nervous; and manifest elasticity (Ramirez, 2007). Reich, Zautra, and Hall (2012) emphasize two very important steps in relation to psychological resilience, namely, (a) an individual struggling with a hardship, recovering, and re-equilibrating psychologically, physiologically, and socially, and (b) that individual's capacity to keep confronting distress. Psychological resilience, however, covers not only innate potential but also the interactions between elements such as the individual's neurological development, cognitive characteristics, and social and familial characteristics (Curtis & Cicchetti, 2003). In parallel with this idea, Gizir and Aydın (2006) addressed psychological resilience as the process of adapting to an existing negative situation through interaction between protective factors and risk factors when it comes to a negative life situation (divorce, terrorism, natural disasters, poverty, broken family order, city change, etc.)

Psychological resilience is considered a protective factor that mitigates the effect of a risk or hardship, or eliminates that risk or hardship, therefore increasing the chance of healthy adaptation and maximizing individuals' competences (Masten, 1994). When it comes to risk factors, it is necessary to

address the effects of increasing the probability that a negative situation will occur or that a possible problem will continue (Kirby & Fraser, 1997). Although it is emphasized that risk factors in one particular context may very well be protective factors in another (Gizir, 2007; Hetherington & Stanley-Hagan, 1999; Reich, Zautra, & Hall, 2012), risk factors and protective factors are mainly approached as being biological, individual, familial, and environmental (Bonanno, Galea, Bucciarelli, & Vlahov, 2007).

The relationship of psychological resilience, which is relevant to a number of different situations, with several factors has been investigated. In related studies, it can be seen that psychological resilience is linked with locus of control (Basım & Çetin, 2011; Gizir, 2004); social comparison (Basım & Çetin, 2011); gender (Önder & Gülay, 2008); positive and negative emotions (Karairmak & Siviş-Çetinkaya, 2011); self-efficacy (Terzi, 2006); loneliness and self-esteem (Güloğlu & Karairmak, 2010); whether parents are together or separated/divorced (Özcan, 2005); learned powerfulness and perceived social support (Dayıoğlu, 2008); optimism, competence, and coping as a problem-solving strategy (Terzi, 2008); and intelligence, social skills, ego development, and positive life events (Luthar, 1991).

### **Emotional Self-Efficacy Belief**

Self-efficacy belief is defined by Albert Bandura as the “judgments of individuals about their capacities to do the necessary acts to deliver a performance successfully and realize these acts” (Bandura, 1977a; 1977b; 1986). Individuals’ self-efficacy beliefs are affected by their basic experiences; their indirect experiences; the verbal persuasions of others; and their psychological and physiological states (Bandura, 1995; 1997).

Belief in emotional self-efficacy is a specific belief that involves the perception of an individual about his or her emotional self-efficacy (Bandura, 1982). Emotional self-efficacy belief is defined as the judgments of individuals about their ability to organize their emotions in accordance with the current situation (Giese-Davis, Koopman, & Butler, 2002).

It has been revealed in related studies that poor emotional self-efficacy belief is connected with depression (Muris, 2001; Bandura et al., 2003; Çelikkaleli, 2010); low academic and social self-esteem; weak internal locus of control; constant anger, destructive anger, and repeated bouts of anger (Çelikkaleli, 2010); age and gender (Caprara, Caprara, & Steca, 2003); shyness (Bandura et al., 2003); and reduced empathy and well-being (Caprara, Steca, Gerbino, Paciello, & Vecchio, 2006).

### **Social Gender Role**

Social gender role is the body of social roles that cover all the behaviors, attitudes, and personal traits considered relevant to masculinity and femininity within a certain historical and cultural period (Ruble, Martin, & Berenbaum, 2006). Bem (1981) divided individuals into four subgroups in terms of possessing feminine or masculine characteristics. Those, whose feminine characteristics are at the forefront and who have fewer masculine characteristics, are categorized under femininity; those, whose masculine characteristics are more intense than their feminine characteristics, are classified under masculinity; those, who have both feminine and masculine characteristics at the same level, are classified as androgynous; and those, in whom neither feminine nor masculine characteristics are to the fore, are categorized under undifferentiated gender (Bem, 1981). Individuals who act in accordance with gender diagrams perceive, organize, and evaluate their own and others’ behaviors involuntarily within the framework of these cognitive structures throughout their lives (Bem, 1984). Androgynous people who possess both masculine and feminine characteristics can adapt to situations better due to being more psychologically flexible (Tzuiel, 1984).

In studies conducted on gender roles, it has been revealed that those in the feminine and androgynous category have better attitudes towards seeking psychological help than those whose gender roles are masculine and undifferentiated (Özbay, Terzi, Erkan, & Cinahgir-Çankaya, 2011). The

self-concepts of adolescents, whose social gender roles are undifferentiated, are more negative than those whose social gender roles are masculine and androgynous. In addition, those in the androgynous role have higher levels of fearful and obsessional attachment than those in the masculine and undifferentiated roles. There is an interrelationship between social gender role, attachment styles, and the concept of self (Damarlı, 2006), and there is also a relationship between gender role and suicidal tendencies (Arsel & Durak-Batıgün, 2011). Typically, those whose gender roles are masculine and androgynous have higher levels of assertiveness than those whose gender roles are feminine and undifferentiated (Aydın, 1991). Lastly, those in the feminine role have higher anxiety levels than those in the masculine and androgynous roles (Kapıkıran, 2002).

When one considers the abovementioned theoretical frameworks together, the following relationships can be expected: a significantly negative relationship between cognitive distortion and psychological resilience that can be seen as an individual risk factor; a significantly positive relationship with psychological resilience and emotional self-efficacy belief that can be seen as an individual protective factor; a negative relationship between cognitive distortion about relationships and emotional self-efficacy belief; and different levels of cognitive distortion, psychological resilience, and emotional self-efficacy beliefs in accordance with individuals' social gender roles.

In light of all the information presented, the general purpose of this research study was to investigate the relationship between university students' levels of cognitive distortion about relationships and their psychological resilience and emotional self-efficacy beliefs. It also aimed to compare cognitive distortion about relationships with psychological resilience and emotional self-efficacy belief through the interaction of gender/social gender roles. Within the framework of the above purposes, answers were sought for the following research questions:

- 1- Is there a relationship between university students' cognitive distortions about relationships and their levels of psychological resilience and emotional self-efficacy beliefs?
- 2- Do university students' average scores for cognitive distortion differ based on their genders, social gender roles, and gender/social gender roles?
- 3- Do university students' average scores for psychological resilience differ based on their genders, social gender roles and gender/social gender roles?
- 4- Do university students' average scores for emotional self-efficacy belief differ based on their genders, social gender roles, and gender/social gender roles?

## Method

### Research Model

This research study was conducted using a survey model for which the quantitative research method was applied.

### Study Group

The sample for the research was composed of 346 students attending the first, second, third, and fourth grades of the Psychological Counseling and Guidance, Turkish teaching, Science teaching, English teaching, and German teaching programs in the Faculty of Education at Muğla Sıtkı Koçman University (196 females, 150 males,  $\bar{X}_{age}=20.57$ ,  $Ss=1.77$ ).

## Data Collection Instruments

### ***Scale of Cognitive Distortions about Relationships (SCDAR)***

This assessment tool was developed by Hamamacı and Büyüköztürk (2004). The internal consistency coefficients of the scale, which is a 5-point Likert type scale, were calculated as .73, .66, and .43 for the following sub-dimensions, respectively: Avoiding Affiliation, Expectation of Unrealistic Relationship, and Mind Reading. Test-retest reliability was .74 for the whole scale, whereas it varied between .70 and .74 for the subscales. In the study performed for criterion validity, SCDAR was found to be related to the Automatic Thoughts Scale ( $r=.54$ ) and the Conflict Tendency Scale ( $r=.53$ ). A higher score on the scale meant higher levels of cognitive distortion in terms of individuals' relationships.

### ***Psychological Resilience Scale III (PRS)***

This assessment tool was developed by Maddi and Khoshaba (2001), and adapted into Turkish by Durak (2002). The internal consistency coefficient of the 3-point Likert scale was calculated as .68. A higher score on the scale meant an increase in psychological resilience (Durak, 2002).

### ***Adolescent Self-Efficacy Questionnaire (ASEQ)***

This questionnaire was developed by Muris (2001) to determine emotional self-efficacy belief and adapted into Turkish by Çelikkaleli, Gündoğdu, and Kıran-Esen (2006). The internal consistency coefficient of the questionnaire, which is a 5-point Likert type scale, was calculated to be .64, while the test-retest correlation coefficient was found to be .77. Higher scores obtained from the questionnaire were translated into higher levels of emotional self-efficacy belief.

### ***Bem Gender Role Inventory (BCRI)***

BCRI used in the research was developed by Bem (1975) and adapted into Turkish by Kavuncu (1987). The inventory is composed of 20 adjectives, each representing feminine or masculine characteristics. Items 1, 3, 5, 6, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 22, 23, 24, 30, 31, 34, 36, 37, 39, and 40 relate to the "femininity" subscale, while items 2, 4, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 20, 21, 25, 26, 27, 28, 29, 32, 33, 35, and 38 represent the "masculinity" subscale. Total scores were evaluated as scores for either the femininity or the masculinity subscale. The validity and reliability studies were conducted by Kavuncu (1987) and Dökmen (1991). The test-retest reliability coefficient of the GRI's Turkish form was found to be .75 for females and .89 for males (Kavuncu, 1987). The split-half reliability coefficient of the BGRI was .77 for females and .71 for males (Dökmen, 1991). In the validity study, the Scale of Stereotypes about Gender Roles developed by Kandiyoti was utilized and significant relationships were obtained (Dökmen, 1991).

## Analysis of the Data

The SPSS 17.00 software package was used for the data analysis. To examine the relationship between continuous variables, Pearson's Product Moment Correlation ( $r$ ) was used, and two-factor ANOVA [2 (gender) X 4 (social gender roles)] was utilized to determine whether university students' averages for cognitive distortions about relationships, psychological resilience, and emotional self-efficacy beliefs differed based on their genders and gender/social gender roles. Whether the data exhibited a normal distribution was investigated using the coefficients of Skewness ( $S$ ) and Kurtosis ( $K$ ). Accordingly, these variables were found to be  $S=.27$  and  $K=-1.93$  for gender;  $S=-.08$  and  $K=-1.45$  for gender roles;  $S=.19$  and  $K=-.86$  for gender/social gender roles;  $S=-.03$  and  $K=-.14$  for cognitive distortion about relationships;  $S=-.03$  and  $K=-.14$  for psychological resilience; and  $S=-.10$  and  $K=-.05$  for emotional self-efficacy. Thus, it can be said that the data exhibited normal distribution.

### Findings

The following average scores were obtained from the students according to the descriptive findings concerning their levels of cognitive distortion about relationships, their psychological resilience and emotional self-efficacy, and the coefficients of the correlations between these variables: 52.90 for levels of cognitive distortion about relationships; 33.72 for psychological resilience; and 23.47 for emotional self-efficacy. Based on the relationship between these variables, it was found that levels of cognitive distortion about relationships have a significantly negative relationship with psychological resilience ( $r=-.15$ ,  $p<.01$ ) and emotional self-efficacy belief ( $r=-.13$ ,  $p<.05$ ). On the other hand, a significantly positive relationship was found between psychological resilience and emotional self-efficacy belief ( $r=.38$ ,  $p<.01$ ).

The descriptive findings concerning university students' levels of cognitive distortions about relationships, psychological resilience, and emotional self-efficacy belief are given in Table 1.

**Table 1.**

*The Descriptive Results of University Students' Scores of Cognitive Distortions about Relationships, Psychological Resilience and Emotional Self-Efficacy Belief in Terms of Their Sex, Their Perceived Gender and the Mutual Interaction between Sex and Gender Roles.*

Categories	n	SCDAR		PR		ASEQ		
		$\bar{X}$	Sd	$\bar{X}$	Sd	$\bar{X}$	Sd	
Female	196	53.10	9.52	33.85	5.52	23.18	5.34	
Male	150	52.63	8.47	33.55	4.82	23.85	5.23	
Undifferentiated	89	50.86	9.15	31.78	5.20	22.05	4.96	
Masculine	75	52.66	8.77	34.66	5.30	24.09	5.41	
Feminine	81	53.09	7.86	33.06	4.73	22.91	4.95	
Androgynous	101	54.72	9.82	35.25	5.00	24.73	5.47	
Female	Undifferentiated	44	51.12	10.11	31.12	5.54	21.79	4.77
	Masculine	24	53.62	10.02	36.79	5.55	23.16	6.38
	Feminine	69	53.37	7.98	32.65	4.80	22.59	4.71
	Androgynous	59	54.06	10.50	36.09	4.95	24.93	5.65
Male	Undifferentiated	45	50.60	8.21	32.43	4.81	22.31	5.18
	Masculine	51	52.21	8.19	33.67	4.92	24.52	4.90
	Feminine	12	51.50	7.29	35.38	3.63	24.75	6.04
	Androgynous	42	55.63	8.82	34.07	4.88	24.45	5.26

**CDR:** Cognitive Distortions About Relationships; **PR:** Psychological Resilience; **ASEQ:** Adolescent Self-Efficacy Questionnaire

According to Table 1, university students' average score for levels of cognitive distortion about relationships is 53.10 for females and 52.63 for males. Their average score for psychological resilience is 33.85 for females and 33.55 for males. For emotional self-efficacy belief, their average score is 23.18 for females and 23.85 for males.

On the other hand, as seen in Table 1, the highest average score for levels of cognitive distortion about relationships belonged to those who perceived themselves as "androgynous"; the lowest average score belonged to those in the "undifferentiated" gender role. According to the psychological resilience scores in terms of social gender roles, those who perceived themselves as "androgynous" had the highest average, whereas the lowest average belonged to those who perceived themselves as "undifferentiated." Lastly, according to the university students' emotional self-efficacy beliefs in terms of their social gender roles, those who perceived themselves in the "androgynous" role had the highest averages for emotional self-efficacy belief, while the lowest averages were observed among those who perceived themselves in the "undifferentiated" gender role.

It is clear that, depending on the university students' scores for cognitive distortion about relationships in terms of the mutual interaction between gender and social gender, the individuals who perceive their social gender role as "androgynous," although their biological gender is male, have the highest average (55.63); those who perceive their social gender role as "undifferentiated," although their biological gender is male, have the lowest average. In terms of the average score for psychological resilience, those who perceive their social gender role as "masculine," although their biological gender is female, have the highest average (36.79); those who perceive their social gender role as "undifferentiated," although their biological gender is female, have the lowest average (31.12). Lastly, it can be seen that the highest average of emotional self-efficacy belief belongs to the females whose perceived gender role is "androgynous" (24.93); the females whose perceived gender role is "undifferentiated" have the lowest average score (21.79).

The findings concerning whether university students' average scores for cognitive distortion about relationships differ through interaction between gender/social gender are given in Table 2.

**Table 2.**  
*Variance Analysis Results of University Students' Levels of Cognitive Distortion about Relationships in Terms of Their Sex and Genders Roles.*

Source of Variance	Sum of Squares	df	Mean Squares	F
Sex	20.46	1	20.46	.25
Gender	751.60	3	250.53	3.07*
S X G	131.64	3	43.88	.54
Error	27550.17	338	81.51	
Total	996758.94	346		

\*p<.05

According to Table 2, university students' levels of cognitive distortion about relationships do not significantly differ according to gender [ $F_{(1-338)}=.25$ ,  $p>.05$ ]. On the other hand, their levels of cognitive distortion about relationships significantly differ according to gender roles [ $F_{(3-338)}=3.07$ ,  $p<.05$ ]. However, their average scores for cognitive distortion about relationships do not significantly differ according to interaction between their gender/social gender roles [ $F_{(7-338)}=.54$ ,  $p>.05$ ].

According to an examination of the sources of the differences shown among students' average scores for cognitive distortion about relationships in terms of their social gender roles (Tukey), the average for those whose social gender role is "androgynous" (54.72) is statistically and significantly higher than the average for those whose social gender role is "undifferentiated" (50.86).

Table 3 presents the findings concerning whether university students' average scores of psychological resilience differ based on mutual interaction between gender, social gender role, and gender/social gender role.

It can be seen from Table 3 that university students' average scores for psychological resilience do not differ significantly based on gender [ $F_{(1-338)}=.20$ ,  $p>.05$ ]. On the other hand, students' levels of psychological resilience differ significantly based on their social gender roles [ $F_{(3-338)}=8.78$ ,  $p>.05$ ]. Similarly, their average scores for psychological resilience differ significantly through interaction between their gender/social gender roles [ $F_{(7-338)}=4.67$ ,  $p<.05$ ].

According to an examination of the sources of the difference between students' average scores for psychological resilience in terms of their social gender roles (Tukey), the averages for those whose social gender role is "masculine" (34.66) and those whose social gender role is "androgynous" (35.25) are statistically higher than the averages for those whose social gender role is "undifferentiated" (31.78). On the other hand, the average scores for those whose social gender role is "androgynous" (35.25) are statistically and significantly higher than the average scores for those whose social gender role is "feminine" (33.06).



**Table 3.**

*Analysis Results of University Students' Levels of Psychological Resilience in Terms of Their Sex and Gender Roles.*

Source of Variance	Sum of Squares	df	Mean Squares	F
Sex	5.00	1	5.00	.20
Gender	653.62	3	217.87	8.78*
S X G	347.46	3	115.82	4.67*
Error	8386.27	338	24.81	
Total	402929.62	346		

\*p<.05

In terms of the mutual effect of their gender/social gender roles, the females whose social gender role is "masculine" (36.79) have significantly higher average scores than the females whose social gender roles are "undifferentiated" (31.12) or "feminine" (32.65), and the males whose social gender role is "undifferentiated" (32.43). On the other hand, the average scores for those whose social gender role is "androgynous" despite being female biologically (36.09) are higher than the averages for females whose social gender is "feminine" (32.65) and for males whose social gender is "undifferentiated" (32.43).

The findings concerning whether university students' average scores for emotional self-efficacy belief differ through mutual interaction between gender and gender/social gender role are given in Table 4.

**Table 4.**

*Variance Analysis Results of University Students' Levels of Emotional Self-efficacy Belief in Terms of Their Sex and Gender Roles.*

Source of Variance	Sum of Squares	df	Mean Squares	F
Sex	51.56	1	51.56	1.89
Gender	333.88	3	111.29	4.09*
S X G	62.98	3	20.99	.77
Error	9202.23	338	27.23	
Total	200435.16	346		

\*p<.05

Table 4 shows that university students' average scores for emotional self-efficacy belief do not significantly differ according to gender [ $F_{(1-338)}=1.89$ ,  $p>.05$ ]. On the other hand, their average scores for emotional self-efficacy belief differ significantly according to social gender roles [ $F_{(3-338)}=4.09$ ,  $p<.05$ ]. In addition, their average scores for emotional self-efficacy belief do not significantly differ based on interaction between their gender/social gender roles [ $F_{(7-338)}=.77$ ,  $p<.05$ ].

Based on an examination of the sources of the differences between social gender roles (Tukey), the averages of those whose social gender roles are "masculine" (24.09) and "androgynous" (24.73) are significantly higher than the averages of those whose social gender is "undifferentiated" (22.05). On the other hand, the average score of those whose social gender role is "androgynous" (24.73) is significantly higher than the average score of those whose social gender role is "feminine" (22.91).

### Discussion, Conclusion & Implementation

According to the initial findings obtained from the research, there is a negative relationship between cognitive distortion about relationships and psychological resilience. When the literature was reviewed, no studies were found concerning the relationship between these two variables. Psychological resilience, which is considered to be the ability to overcome challenging situations successfully, is

sometimes possible through others' help. Thus, the above finding may be due to the fact that individuals with cognitive distortions about relationships cannot develop rational relationships with others and they are left alone in risky situations.

Similarly, a negative relationship was found between cognitive distortion about relationships and emotional self-efficacy belief. Some of the important psychological processes affected by self-efficacy belief are cognitive (Bandura, 1990a; 1990b; 1992; 1993; 1995; 1997). How individuals set goals that require more struggle for them and show greater determination to achieve those goals (Bandura, 1991; Bandura & Wood, 1989; Locke et al., 1984, Locke & Latham, 1990) affects their interpretations, therefore impacting the scenarios they envisage about their own future (Bandura, 1997). In other words, individuals' self-efficacy beliefs have an impact on determining whether they will have mindset that either help or hinder them cognitively (Bandura, 1990a). Thus, it is expected that individuals with a powerful emotional self-efficacy belief develop a realistic cognitive structure rather than one with cognitive distortions. This explains the negative relationship between emotional self-efficacy belief and cognitive distortion. A higher self-efficacy belief strengthens individuals' cognitive structure, while an action done successfully and cognitively in the mind strengthens self-efficacy belief (Kazdin, 1979).

On the other hand, a significantly positive relationship was found between psychological resilience and emotional self-efficacy belief. This finding shows parallels with the research findings of Gillespie, Chaboyer, Wallis, and Grimbeek (2007). The belief that one can successfully carry out the necessary actions on one's own during emotional processes may make individuals stronger when faced with challenging situations. Surviving such situations successfully is considered a personal protective factor that feeds psychological resilience.

According to another finding, university students' levels of cognitive distortion about relationships do not differ based on gender. This finding is supported by the findings of several studies (Çoban, 2013; Güven, 2005; Hamamcı, 2005; Sezgin, 2012). Since gender is not an important factor in cognitive distortions about relationships, female and male university students are in a more equal position in relation to entering an interpersonal relationship today, and they behave similarly beyond their genders. Thus, it could be held that there is no difference between their levels of cognitive distortion about relationships.

Furthermore, university students' levels of cognitive distortion about relationships differ significantly according to their social gender roles. Accordingly, the average scores of students whose social gender role is "androgynous" is higher than those of students whose social gender role is "undifferentiated." No study has been carried out up to now on this subject. The above finding can be explained as follows: University students whose social gender role is androgynous can have several relationships because they, either female or male, are "more flexible and adaptable to various situations" in relationships and communications (Tzuiirel, 1984); this may cause cognitive distortions about relationships. However, those whose social gender role is "undifferentiated" become introverted under the influence of the gender role and may have experienced fewer cognitive distortions because they have not entered into many relationships.

Finally, university students' levels of cognitive distortion about relationships do not significantly differ through the mutual effect of their gender/social gender roles. There is no research relating to this subject in the literature. The above finding makes even more sense when considered together with the first and second findings. Accordingly, the point is not the biological genders of the university students and what their social genders are but the gender roles they have acquired under the influence of the society they live in. It is clear that the mutual interaction between individuals' biological gender and their adopted gender roles does not have an impact on their level of cognitive distortion about relationships. In other words, what individuals' gender roles involve is considered an important factor in the difference between levels of cognitive distortion about relationships, regardless of how important biological gender is. It can be concluded from this finding that individuals' perceived gender roles are more important than their biological genders on the basis of cognitive distortions about relationships.

From the perspective of psychological resilience, university students' scores do not differ based on gender. This finding is supported by a number of researchers (Chan, 2003; Crowley et al., 2003; Harrison et al., 2002; Kırimoğlu, Yıldırım & Temiz, 2010; Sezgin, 2012); yet, it contrasts with several other research findings (Oktan, 2008; Önder & Gülay, 2008; Werner, 1989). The above finding makes even more sense when considered together with the findings obtained from the related research question. Accordingly, it can be said that biological gender is not an important factor if university students' levels of psychological resilience differ based on their social gender roles. A more important factor than their biological genders is what kind of gender perception they have developed under that identity. However, this merely indicates that more studies should be performed on the topic.

Furthermore, university students' levels of psychological resilience differ according to their social gender roles. Accordingly, the average scores of those whose social gender role is "masculine" are higher than those whose social gender roles are "androgynous" and "undifferentiated"; conversely, the average scores of those whose social gender role is "androgynous" are higher than those whose social gender role is "feminine." No research on this topic was found in the literature review. When one examines studies on similar cases, it can be seen that individuals whose gender role is undifferentiated and feminine are psychologically weaker than those whose gender roles are masculine and androgynous. This finding obtained from the research shows that masculinity and androgyny may be personal protective factors. However, the states of femininity and being undifferentiated can be considered individual risk factors.

Another finding is that university students' scores for psychological resilience differ based on the mutual effect of gender and social gender roles. Accordingly, the average score of the females whose social gender role is "masculine" is higher than that of females whose social gender role is "undifferentiated." Conversely, the average score of the females whose social gender role is "feminine" is higher than that of the males whose social gender is "undifferentiated." On the other hand, the average scores of the females whose social gender role is "androgynous" are higher than the averages of the females whose social gender is "androgynous" and the males whose social gender is "undifferentiated." No study was found on this subject in the related literature. It can be inferred from this finding that masculinity, femininity, and androgyny can be individual protective factors in psychological resilience. However, the reason why such a finding was obtained may be the fact that the undifferentiated gender role can be a risk factor.

University students' emotional self-efficacy beliefs do not differ based on gender. This is a finding supported by the findings of the research performed by Totan, İkiz, and Karaca (2010), whereas other studies yielded contradictory findings (Çelikkaleli & Gündüz, 2010; Telef & Karaca, 2011). Different findings on the same subject indicate that more studies need to be performed. Nevertheless, it can be concluded from the findings that the sources feeding the emotional self-efficacy beliefs of females and males do not differ, in that they have had similar experiences and been present in environments in which they can easily express their emotions. That is why there is no significant difference between the genders.

On the other hand, university students' scores for emotional self-efficacy beliefs differ based on their social gender roles. Accordingly, the emotional self-efficacy belief scores of university students who perceive their social gender roles as "masculine" and "androgynous" are significantly higher than the scores of those who perceive their social gender role as "undifferentiated." In addition, the average scores of those who perceive their social gender role as "androgynous" for emotional self-efficacy belief are significantly higher than those who perceive themselves as "feminine." No study was identified on the comparison of emotional self-efficacy beliefs based on social gender roles. However, it is understood from this finding that androgyny and masculinity make a more significant difference than the state of femininity and being undifferentiated in terms of emotional self-efficacy belief. Especially as stated by Tzuiel (1984), the cognitive flexibility provided by androgyny may enable individuals to express their positive or negative emotions and have other related experiences, therefore presenting them with a source of emotional self-efficacy beliefs. On the other hand, uncertainty about gender role or more

intense femininity may cause them not to express their own negative emotions to others when necessary. This, in turn, may prevent emotional self-efficacy belief from developing in a healthy way.

Furthermore, according to Mayer and Sutton (1996), individuals are required to possess attitudes and behaviors specific to both biological genders. In essence, this requirement means that individuals' androgyny is an important characteristic. The fact that masculinity as a gender role is considered to be an important factor in emotional self-efficacy belief can be explained by social pressure. It is a reality that our society approves of those, either men or women, who exhibit more masculine attitudes and even encourage their children to exhibit masculine attitudes. Individuals raised in such a social environment in early childhood, youth, and early adulthood may tend to develop appropriate attitudes and efficacies. These attitudes and efficacies may affect individuals' emotional self-efficacy levels as well as other efficacy areas.

Lastly, university students' average scores for emotional self-efficacy belief differ significantly based on interaction between their gender/social gender roles. No study was found on this subject in the related literature. According to the current study, biological gender is not an important factor in differences based on emotional self-efficacy belief. On the other hand, social gender is an important factor in relation to emotional self-efficacy. It can be concluded from this finding that university students' biological genders or the mutual effect of gender/social gender are not effective in helping them express their emotions successfully; rather, individuals' social gender perceptions, in a general sense, can be an important factor in emotional self-efficacy belief, regardless of biological gender.

As a result of this research, a significantly negative relationship was found between cognitive distortion about relationships, psychological resilience, and emotional self-efficacy belief, while a positive relationship was found between psychological resilience and emotional self-efficacy. In addition, levels of cognitive distortion about relationships were found to differ based on social gender roles, and university students' levels of psychological resilience were found to differ based both on social gender roles and mutual interaction between gender/social genders. Lastly, the students' emotional self-efficacy beliefs were found to differ based on their social gender roles.

There are some limitations to the research. Since the findings obtained were limited to students of the faculty of education, similar research studies can be conducted using different samples. In the research, no difference was found in the total scores for cognitive distortion about relationships in terms of gender and gender roles. Thus, different studies can be conducted to see which cognitive distortions show a difference based on gender and gender roles.

In light of the findings obtained from the research, it is recommended that studies be conducted to enhance students' psychological resilience within the scope of preventive counseling services. This will enable more to be revealed regarding failing thought processes in their cognitive structures. It will also increase their sense of emotional self-efficacy and make them aware of their gender roles. Future studies should investigate which systematic faults in the cognitive structure cause decreasing psychological resilience and perceived emotional self-efficacy. Furthermore, instead of using university students' cognitive distortions, empirical studies should be carried out using psycho-training programs that will enable students to think in a realistic way. This method will facilitate observation of how effective mitigating cognitive distortions can be in eliminating negativities regarding other factors (weak psychological resilience, low emotional self-efficacy, negative social effects of gender roles, etc.).

## Türkçe Sürüm

### Giriş

#### İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar

Bilişsel yaklaşımın en önemli kuramcılarında birisi olan Abert Ellis'in temel varsayımı, yaşanan duyguların, bireylerin düşünce süreçlerinden, yaşam olaylarını yorumlama biçimlerinden ve karşılaşılan olaylara ilişkin tepkilerinden kaynaklanmaktadır (Corey, 1996). İnsanlar, kendilerine ve olaylara ilişkin arzu ve tercihlerini zorunlu taleplere dönüştürdüğünde akılcı olmayan inançlar ortaya çıkmaktadır (Corey, 1991). Ayrıca, insanların akılcı olmayan bilişler yaratma, sağlıksız duygular geliştirme ve işlevsel olmayan davranışlar ortaya koyma eğilimleri de söz konusudur (Ellis, 1993). Dolayısıyla yaratılan bu durumlar, psikolojik sağlıklı ilişkili olumsuz duygular yaşayabilmesini kolaylaştırabilmektedir (Ellis, 1973).

Aron T. Beck ise bireylerin bilişsel yapısı kavramsallaştırırken üç bileşenden söz etmektedir. Bunlar; otomatik düşünceler, ara inançlar ve temel inançlardır. Temel inançlar en derinde yer alan zihinsel yapı taşları iken, otomatik düşünceler en yüzeydeki zihinsel durumlar olarak belirir (Beck, 2001). İnsanlar "yeterli biriyim", "yaşamımın çoğunlukla kontrolüm altındadır" ve "değerli biriyim" gibi olumlu temel inançlar geliştirip sürdürebilecekleri gibi, psikolojik olarak sağlıksız durumlarda ise "değersiz biriyim", "zayıf biriyim" ve "insanlara güvenilmez" gibi olumsuz, değişime dirençli temel inançlar da geliştirebilmektedirler (Beck, 2001).

Otomatik düşünceler kişinin zihin akışı içinde yer alan, anlık, düşünülmemiş yorumlamaları ve duygusal sıkıntı anlarına eşlik eden ortama ve duruma özgü bileşenlerdir. (Türkçapar, 2000). Temel inançlar ve otomatik düşüncelerin arasında yer alan ara inançlar ise bireyin herhangi yaşamsal durumu nasıl algıladığını etkileyen, kişinin kendisi, diğerleri ve kişisel yaşantısıyla ilgili kural, tutum ve varsayımlardır (Topal, 2011). Bireylerin tüm bu inanç ve varsayımları onların bilişsel şemalarını oluşturmaktadır (Morris, 2002). İşlevsel olmayan şemalar ile otomatik düşünceler arasındaki değişken ise bilişsel çarpıtmalardır (Türkçapar, 2000). Bireyin bilişsel çarpıtmaları dünyayı gerçek dışı algılamasına neden olduğundan, kişiler arası ilişkilerini değerlendirmesinde de olumsuz etkiler yaratır (Hamamcı, 2005). Yapılmış bazı çalışmalar bu fikri destekler niteliktedir. Bu çalışmalarda ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ile benlik saygısı ve yalnızlık (Turan, 2010), problem çözme becerisi (Ağır, 2007; Güven, 2005), kontrol odağı (Cash, 1984), olumsuz bağlanma stilleri (Stackert & Bursik, 2003), bilişsel çarpıtma, otomatik düşünce ve çatışma eğilimi (Hamamcı & Büyüköztürk, 2004) ve öz-duyarlılık (Akın, 2010) arasında ilişki olduğu rapor edilmektedir.

#### Psikolojik Dayanıklılık

Psikolojik dayanıklılık, kişinin olumsuz durumlar karşısında gösterdiği uyum ve bu durumlarla başa çıkabilme becerisi (Block & Kremen, 1996); olumsuz düşünceleri ortadan kaldırabilme ve olumlu yönde uyum sağlayabilme süreci (Masten & Obradovic, 2006); sıkıntıya başarılı bir şekilde adapte olabilmenin bir sonucu (Reich, Zautra & Hall, 2012); hastalık, depresyon, değişim ya da kötü durumlarda psikolojik olarak hızlıca iyileşme yeteneği; kendini yeniden toparlayabilme; incindikten, gerildikten sonra eski haline kolayca dönebilme ve elastikiyet (Ramirez, 2007) olarak tanımlanmaktadır. Reich, Zautra ve Hall (2012), psikolojik dayanıklılıktan bahsederken iki temel konunun çok önemli olduğunu vurgulamaktadır. Bunlar; (a) bir zorlukla mücadele eden bireyin iyileşmesi ve psikolojik, fizyolojik ve sosyal açıdan yeniden denge sağlanması ve (b) sıkıntı karşısında göğüs germeyi sürdürebilme kapasitesidir. Fakat psikolojik dayanıklılık yalnızca doğuştan gelen bir potansiyeli değil, bireyin nörolojik gelişimi, bilişsel özellikleri, duygusal özellikleri, sosyal ve ailesel özellikleri gibi unsurların etkileşimini de kapsar (Curtis & Cicchetti, 2003). Bu fikre paralel olarak Gizir ve Aydın (2006) psikolojik dayanıklılığı, yaşamsal bir olumsuz durum

(boşanma, terör, doğal afetler, yoksulluk, bozuk aile düzeni, şehir değiştirme vb.) ile karşı karşıya kalındığında, koruyucu faktörler ile risk faktörlerinin etkileşimiyle kişinin var olan olumsuz duruma uyum sağlama süreci olarak ele alınmışlardır.

Psikolojik dayanıklılık, bir risk ya da zorluğun etkisini azaltan, ya da o risk ya da zorluğu ortadan kaldıran ve dolayısıyla da sağlıklı uyumu ve bireyin yeterliklerini geliştiren koruyucu bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Masten, 1994). Risk faktörleri söz konusuysen, olumsuz bir durumun ortaya çıkma olasılığını arttıracak ya da olası bir problemi sürdürecektir etkiler (Kirby & Fraser, 1997) ele alınmaktadır. Bazı faktörlerin bir bağlamda risk faktörleri olabileceği, farklı bir bağlamda koruyucu faktörler olabileceği vurgulanmasına rağmen (Gizir, 2007; Hetherington & Stanley-Hagan, 1999; Reich, Zautra & Hall, 2012), risk faktörleri ve koruyucu faktörler temelde biyolojik, bireysel, ailesel ve çevresel olarak ele alınmaktadır (Bonanno, Galea, Bucciarelli & Vlahov, 2007).

Farklı durumlarla etkileşim içinde olan psikolojik dayanıklılığın çeşitli faktörle olan ilişkisi araştırılmıştır. Çalışmalarda, psikolojik dayanıklılığın kontrol odağıyla (Basım & Çetin, 2011; Gizir, 2004), sosyal karşılaştırmayla (Basım & Çetin, 2011), cinsiyetle (Önder & Gülay, 2008), olumlu ve olumsuz duygularla (Kararımak & Siviş-Çetinkaya, 2011), öz yeterlilikle (Terzi, 2006), yalnızlık ve benlik saygısıyla (Güloğlu & Kararımak, 2010), ebeveynin birlikte veya ayrı olmasıyla (Özcan, 2005), öğrenilmiş güçlülük ve algılanan sosyal destekle (Dayıoğlu, 2008), iyimserlik, yetkinlik ve problem çözme stratejilerinden başa çıkmayla (Terzi, 2008), zekâ, sosyal yetenekler, ego gelişimi ve olumlu yaşam olaylarıyla (Luthar, 1991) ilişkili olduğu görülmektedir.

### **Duygusal Yetkinlik İnancı**

Yetkinlik inancı (self-efficacy belief) Albert Bandura tarafından “bireylerin bir performansı başarıyla yerine getirmek için gerekli olan eylemleri düzenleyebilme ve bu eylemleri gerçekleştirebilme kapasiteleri hakkındaki yargıları” olarak ele alınmıştır (Bandura, 1977a; 1977b; 1986). Bireylerin yetkinlik inançları temel yaşantılarından; dolaylı yaşantılarından; diğer kişilerden aldığı sözler, iknalardan ve bireyin psikolojik ve fizyolojik durumlarından etkilenmektedir (Bandura, 1995; 1997).

Duygusal yetkinlik inancı ise, bir kişinin duygusal yeterliğiyle ilgili algısı olup, yetkinlik inancının özel bir formudur (Bandura, 1982). Duygusal yetkinlik inancı, kişilerin duygularını içinde bulunulan duruma uygun bir biçimde düzenleyebilme yeteneği hakkındaki kendilerine ilişkin yargıları (Giese-Davis, Koopman & Butler, 2002) biçiminde tanımlanmaktadır.

Yapılan çalışmalarda, duygusal yetkinlik inancının, depresyon (Muris, 2001; Bandura et al., 2003; Çelikkaleli, 2010), akademik ve sosyal benlik saygısı, iç kontrol odağı, sürekli öfke, yıkıcı öfke ve öfke ifade biçimi (Çelikkaleli, 2010), yaş ve cinsiyet (Caprara, Caprara & Steca, 2003), utangaçlık (Bandura et al., 2003); empati ve iyi olma hali (Caprara, Steca, Gerbino, Paciello & Vecchio, 2006) ile ilişkili olduğu ortaya konulmuştur.

### **Toplumsal Cinsiyet**

“Toplumsal cinsiyet rolü” belirli bir tarihsel ve kültürel dönemde, erillik ve dişillik için uygun görülen davranışlar, tutumlar ve kişilik özelliklerinin hepsini içeren sosyal rollerdir (Ruble, Martin & Berenbaum, 2006). Bem, bireyleri kadınsı ve erkeksi özelliklerini barındırma düzeyleri bakımından dört alt gruba ayırmıştır. Kadınsı özellikleri ön plana çıkan buna karşın erkeksi özellikleri daha az barındıranlar kadınsı; erkeksi özellikleri daha yoğun kadınsı özellikleri daha az ön planda olanlar erkeksi; hem kadınsı hem de erkeksi özellikleri içinde barındıranlar androjen; ne kadınsı ne de erkeksi özellikleri ön planda olmayanlar ise farklılaşmamış cinsiyet rolüne sahip olanlar biçiminde sınıflandırılmıştır (Bem, 1981). Cinsiyet şemaları doğrultusunda hareket eden bireyler, farkında olmadan yaşamları boyunca kendilerinin ve başkalarının davranışlarını bu bilişsel yapıları çerçevesinde algılar, düzenler ve değerlendirirler (Bem, 1984). İçinde hem erkeksi hem de kadınsı özellikleri barındıran androjenler daha esnek oldukları ve farklı durumlara daha iyi uyum sağlayabilmektedirler (Tzuiel, 1984).

Cinsiyet rolleriyle ilgili çalışmalarda, cinsiyet rolü kadınsı ve androjen olanların psikolojik yardım aramaya yönelik tutumlarının cinsiyet rolleri erkeksi ve belirsiz olanlardan daha yüksek olduğu (Özbay, Terzi, Erkan & Cinahgir-Çankaya, 2011); toplumsal cinsiyet rolü belirsiz olan ergenlerin benlik kavramlarının erkeksi ve androjen olanlardan daha olumsuz olduğu, androjen olanların korkulu ve saplantılı bağlanma düzeylerinin cinsiyet rolü belirsiz ve erkeksi olanlardan daha yüksek olduğu, toplumsal cinsiyet rolü ile bağlanma stilleri ve benlik kavramı arasında bir ilişki olduğu (Damarlı, 2006), cinsiyet rolü ile intihar olasılığı arasında bir ilişki olduğu (Arsel & Durak-Batıgün, 2011), cinsiyet rolü erkeksi ve androjen olanların atılganlık düzeyinin kadınsı ve belirsiz olanlardan daha yüksek olduğu (Aydın, 1991) ve kadınsı cinsiyet rolüne sahip olanların kaygı düzeyinin erkeksi ve androjen olanlardan daha yüksek olduğu (Kapıkıran, 2002) ortaya konmuştur.

Yukarıda verilen kuramsal çerçeveler bir arada değerlendirildiğinde, bireysel bir risk faktörü olarak ele alınabilecek ilişkilerde bilişsel çarpıtma ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki; psikolojik dayanıklılık ile bireysel bir koruyucu faktör olarak ele alınabilecek duygusal yetkinlik inancı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki; ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma ile duygusal yetkinlik inancı arasında ise negatif yönde bir ilişki olması ve toplumsal cinsiyet rollerine göre, üniversite öğrencilerinin ilişkilerde bilişsel çarpıtma, psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inançlarının farklılaşması beklenmektedir.

Sunulan tüm bilgiler ışığında bu araştırmanın genel amacını, üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma düzeyi ile psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi oluşturmaktadır. Ayrıca cinsiyet/toplumsal cinsiyet rolü etkileşimine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma, psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancını karşılaştırmaktır. Bu amaçlar çerçevesinde aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranmıştır:

- 1- Üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve duygusal yetkinlik inançları arasında bir ilişki var mıdır?
- 2- Üniversite öğrencilerinin cinsiyet, toplumsal cinsiyet rolleri ve cinsiyet/toplumsal cinsiyet rollerine göre bilişsel çarpıtma puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
- 3- Üniversite öğrencilerinin cinsiyet, toplumsal cinsiyet rolleri ve cinsiyet/toplumsal cinsiyet rollerine göre psikolojik dayanıklılık puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
- 4- Üniversite öğrencilerinin cinsiyet, toplumsal cinsiyet rolleri ve cinsiyet/toplumsal cinsiyet rollerine göre duygusal yetkinlik inancı puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?

## Yöntem

### Araştırma Modeli

Bu araştırma nicel araştırma yönteminin kullanıldığı tarama modelinde bir araştırmadır.

### Çalışma Grubu

Bu araştırmanın örneklemini Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Türkçe Öğretmenliği, Fen Bilgisi Öğretmenliği, İngilizce Öğretmenliği ve Almanca Öğretmenliği programlarının 1., 2., 3. ve 4. sınıfa devam etmekte olan 346 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır (196 kadın, 150 erkek,  $\bar{X}_{yas} = 20.5720.57$ ,  $Ss = 1.77$ ).

## Veri Toplama Araçları

### ***İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İİBÇÖ)***

Ölçme aracı Hamamcı ve Büyüköztürk (2004) tarafından geliştirilmiştir. 5’li Likert tipinde olan ölçeğin Yakınlıktan Kaçınma, Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi ve Zihin Okuma alt boyutu için iç tutarlık katsayıları .73 .66 ve .43 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği ölçeğin bütünü için .74 olup alt ölçekler için .70-.74 arasında değişmektedir. Ölçüt geçerliği için yapılan çalışmada İİBÇÖ ile Otomatik Düşünceler Ölçeği ( $r=.54$ ) ve Çatışma Eğilimleri Ölçeği ( $r=.53$ ) ile ilişkili olduğu görülmüştür. Ölçekten alınan puanın yüksekliği, bireyin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarının yüksek düzeyde olduğu biçiminde yorumlanmaktadır.

### ***Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği-III (PDÖ)***

Ölçme aracı, Maddi ve Khoshaba (2001) tarafından geliştirilmiş ve Durak (2002) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. 3’lü Likert tipinde olan ölçme aracının güvenilirlik çalışmalarında iç tutarlık katsayısı .68 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan puanların yüksekliği psikolojik dayanıklılığın arttığı biçiminde yorumlanmaktadır (Durak, 2002).

### ***Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (EYBÖ)***

Duygusal yetkinlik inancını belirleyebilmek için Muris (2001) tarafından geliştirilen ve Çelikkaleli, Gündoğdu ve Kiran-Esen (2006) tarafından Türkçe’ye uyarlanan ölçeğin Duygusal Yetkinlik Beklentisi alt ölçeği kullanılmıştır. 5’li Likert tipi olan ölçme aracının iç tutarlık katsayısı “.64”; test-tekrar test korelasyon katsayısı “.77” olarak elde edilmiştir. Ölçme aracından alınan yüksek puanlar duygusal yetkinlik inancının yüksekliğini göstermektedir.

### ***Bem Cinsiyet Rolü Değerlendirme Envanteri (BCRE)***

Cinsiyet rollerini belirleyebilmek için Bem (1974) tarafından geliştirilen ve Kavuncu (1987) tarafından Türkçe’ye uyarlanmış olan envanter kullanılmıştır. Envanter, kadınsı ve erkeksi özelliklerini gösteren 20’şer sıfattan oluşmaktadır. "1, 3, 5, 6, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 22, 23, 24, 30, 31, 34, 36, 37, 39, 40. maddeler “Kadınsılık”; 2, 4, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 20, 21, 25, 26, 27, 28, 29, 32, 33, 35, 38. maddeler “Erkeksilik” alt ölçeklerini ifade etmektedirler. Toplam puanlar kadınsılık ve erkeksilik alt ölçeklerinin puanları olarak değerlendirmeye alınmaktadır. Envanterin geçerliği ve güvenilirliği Kavuncu (1987) ve Dökmen (1991) tarafından yapılmıştır. BCRE’nin Türkçe formunun test-tekrar test güvenilirlik katsayısı, kadınlar için .75, erkekler için .89 olarak elde edilmiştir (Kavuncu 1987). BCRE’nin iki yarı güvenilirlik katsayısı da kadınlar için .77 ve erkekler için .71’dir (Dökmen 1991). Geçerlik çalışmasında, ölçüt olarak Kandiyoti tarafından geliştirilen Cinsiyet Rollerini İlgili Kalıp Yargı Ölçeği kullanılmış ve anlamlı ilişkiler elde edilmiştir (Dökmen, 1991).

## Verilerin Analizi

Verilerin analizinde, SPSS 17.00 paket programı kullanılmıştır. Sürekli değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ( $r$ ); üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve cinsiyet/toplumsal cinsiyet rollerine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma, psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancı ortalamalarının farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için iki Faktörlü ANOVA [2 (cinsiyet) X 4 (toplumsal cinsiyet rolleri)] kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Skewness (S) ve Kurtosis (K) katsayıları ile incelenmiştir. Buna göre cinsiyet için  $S=.27$ ,  $K=-1.93$ ; cinsiyet rolleri için  $S=-.08$ ,  $K=-1.45$ ; cinsiyet/cinsiyet rolleri için  $S=.190$ ,  $K=-.856$ ; ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma için  $S=-.03$ ,  $K=-.14$ ; psikolojik sağlamlık için  $S=-.03$ ,  $K=-.14$  ve duygusal yetkinlik için  $S=-.10$ ,  $K=-.05$  olarak elde edilmiştir. Buna göre verilerin normal dağılım gösterdikleri söylenebilir.



### Bulgular

Bu bölümde araştırma soruları çerçevesinde elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları, psikolojik dayanıklılıkları ve duygusal yetkinlik inançlarına ilişkin betimsel bulgular ve bu değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma puanlarının ortalaması 52.90; psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalaması 33.72 ve duygusal yetkinlik inancı puanlarının ortalaması 23.47'dir. Bu değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma ile psikolojik dayanıklılık ( $r=-.15$   $p<.01$ ) ve duygusal yetkinlik inancı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki elde edilmiştir ( $r=-.13$   $p<.05$ ). Diğer taraftan, psikolojik dayanıklılık ile duygusal yetkinlik inancı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki elde edilmiştir ( $r=.38$ ,  $p<.01$ ).

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet/toplumsal cinsiyet rolü etkileşimine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma, psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancına ilişkin betimsel bulgular Tablo 1'de verilmiştir.

**Tablo 1.**

*Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet, Algıladıkları Cinsiyet Rollerine ve Cinsiyet/Toplumsal Cinsiyet Rollerine Ortak Etkileşimine Göre İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtma, Psikolojik Dayanıklılık ve Duygusal Yetkinlik İnancına İlişkin Betimsel Bulgular.*

Kategoriler	n	İBÇ		PD		DYİ		
		$\bar{X}$	Sd	$\bar{X}$	Sd	$\bar{X}$	Sd	
Kadın	196	53.10	9.52	33.85	5.52	23.18	5.34	
Erkek	150	52.63	8.47	33.55	4.82	23.85	5.23	
Ayrışmamış	89	50.86	9.15	31.78	5.20	22.05	4.96	
Erkeksi	75	52.66	8.77	34.66	5.30	24.09	5.41	
Kadınsı	81	53.09	7.86	33.06	4.73	22.91	4.95	
Androjen	101	54.72	9.82	35.25	5.00	24.73	5.47	
Kadın	Ayrışmamış	44	51.12	10.11	31.12	5.54	21.79	4.77
	Erkeksi	24	53.62	10.02	36.79	5.55	23.16	6.38
	Kadınsı	69	53.37	7.98	32.65	4.80	22.59	4.71
	Androjen	59	54.06	10.50	36.09	4.95	24.93	5.65
Erkek	Ayrışmamış	45	50.60	8.21	32.43	4.81	22.31	5.18
	Erkeksi	51	52.21	8.19	33.67	4.92	24.52	4.90
	Kadınsı	12	51.50	7.29	35.38	3.63	24.75	6.04
	Androjen	42	55.63	8.82	34.07	4.88	24.45	5.26

**İBÇÖ:** İlişkilerle ilgili Bilişsel Çarpıtma Ölçeği; **PD:** Psikolojik Dayanıklılık; **DYİ:** Duygusal Yetkinlik İnancı

Tablo 1'e göre üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma ortalamaları incelendiğinde, kadınların ortalamasının 53.10; erkeklerin ortalamasının 52.63 olduğu görülmektedir. Psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları ise, kadınlarda 33.85; erkeklerde 33.55'tir. Duygusal yetkinlik inancı puanlarının ortalaması incelendiğinde kadınların ortalaması 23.18; erkeklerin ortalaması 23.85'tir. Diğer taraftan Tablo 1'de görüldüğü gibi, toplumsal cinsiyet rolleri açısından incelendiğinde, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma puan ortalaması en yüksek olanlar kendilerini "androjen" olarak algılayanlara; en düşük olanlar ise "ayrışmamış" cinsiyet rolüne sahip olanlara aittir. Psikolojik dayanıklılık puanları toplumsal cinsiyet rolleri açısından ele alındığında, en yüksek ortalama kendilerini "androjen" olarak algılayanlara aittir; en düşük ortalama ise kendisini "ayrışmamış" cinsiyet rolüne sahip olarak algılayanlara aittir. Son olarak, toplumsal cinsiyet rolleri açısından üniversite öğrencilerinin duygusal yetkinlik inançları değerlendirildiğinde, kendisini "androjen" cinsiyet rolünde algılayanların en yüksek duygusal yetkinlik inancı ortalamalarına sahip olduğu, en düşük ortalamaların ise kendisini "ayrışmamış" cinsiyet rolünde algılayanlara ait olduğu görülmektedir.

Cinsiyet/toplumsal cinsiyet ortak etkileşimine göre üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma puanlarının ortalamalarına bakıldığında, biyolojik cinsiyeti “erkek” olup algıladığı toplumsal cinsiyet rolü “androjen” olan bireylerin en yüksek ortalamaya sahip olduğu (55.63); biyolojik cinsiyeti erkek olup algıladığı toplumsal cinsiyet rolü “ayrışmamış” olan bireylerin ise en düşük ortalamaya sahip olduğu (50.60) saptanmıştır. Psikolojik dayanıklılık puan ortalamaları açısından bakıldığında, biyolojik olarak “kadın” olup algıladığı toplumsal cinsiyet rolü “erkeksi” olan bireyler en yüksek ortalamaya (36.79); biyolojik olarak kadın olup toplumsal cinsiyet rolünü “ayrışmamış” olarak algılayan bireyler ise en düşük ortalamaya sahiptir (31.12). Son olarak, duygusal yetkinlik inancı puan ortalaması açısından en yüksek puanı, algıladıkları cinsiyet rolü “androjen” olan kadınların (24.93); en düşük puan ortalamasını ise algıladıkları cinsiyet rolü “ayrışmamış” olan kadınların aldığı görülmektedir (21.79).

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet/toplumsal cinsiyet etkileşimine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma puanlarının ortalamaları açısından ortaya çıkan farkın anlamlı olup olmadığına yönelik bulgular Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2.**

*Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet/Toplumsal Cinsiyet Rollerine Göre İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtma Ortalamalarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F
Cinsiyet	20.46	1	20.46	.25
Cinsiyet Rolü	751.60	3	250.53	3.07*
C X C R	131.64	3	43.88	.53
Hata	27550.17	338	81.51	
Toplam	996758.94	346		

\*p<.05

Tablo 2 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı görülmektedir [ $F_{(1-338)}=.25, p>.05$ ]. Diğer taraftan, toplumsal cinsiyet rolleri açısından değerlendirildiğinde, öğrencilerin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma düzeyleri anlamlı olarak farklılaşmaktadır [ $F_{(3-338)}=.3.07, p<.05$ ]. Buna karşın, cinsiyet/toplumsal cinsiyet rolleri etkileşimine göre ise, üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma puanlarının ortalamalarına göre anlamlı bir biçimde farklılaşmamaktadır [ $F_{(7-338)}=.54, p>.05$ ].

Toplumsal cinsiyet rolleri açısından ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma ortalamaları arasında ortaya çıkan farkın kaynağı incelendiğinde (Tukey), toplumsal cinsiyet rolü “androjen” olanların ortalaması (54.72) toplumsal cinsiyet rolü “ayrışmamış” olanların ortalamasından (50.86) istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet, toplumsal cinsiyet rolü ve cinsiyet/toplumsal cinsiyet rolü ortak etkileşimine göre psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları açısından ortaya çıkan farkın anlamlı olup olmadığına yönelik bulgular Tablo 3’te verilmiştir.

**Tablo 3.**

*Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Toplumsal Cinsiyet Rollerine Göre Psikolojik Dayanıklılık Ortalamalarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F
Cinsiyet	5.00	1	5.00	.20
Cinsiyet Rolü	653.62	3	217.87	8.78*
C X C R	347.46	3	115.82	4.67*
Hata	8386.27	338	24.81	
Toplam	402929.62	346		

\*p<.05

Tablo 3 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamalarının cinsiyetlerine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı görülmektedir [ $F_{(1-338)}=.20$ ,  $p>.05$ ]. Buna karşın, öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri toplumsal cinsiyet rolleri açısından anlamlı olarak farklılaşmaktadır [ $F_{(3-338)}=8.78$ ,  $p>.05$ ]. Benzer bir biçimde, cinsiyet/toplumsal cinsiyet rollerinin etkileşimine göre psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları da anlamlı bir biçimde farklılaştığı görülmektedir [ $F_{(7-338)}=4.67$ ,  $p<.05$ ].

Toplumsal cinsiyet rolleri açısından psikolojik dayanıklılık puanları ortalamalarına göre ortaya çıkan farkın kaynağı incelendiğinde (Tukey), “erkeksi” toplumsal cinsiyet rolüne sahip olanların psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalaması (34.66) ve “androjen” olanların ortalaması (35.25) cinsiyet rolü “ayrışmamış” olanların puanlarının ortalamasından (31.78) istatistiksel olarak daha yüksektir. Diğer taraftan, “androjen” toplumsal cinsiyet rolüne sahip olanların puanlarının ortalaması (35.25) “kadınsı” olanların ortalamasından (33.06) istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde daha yüksektir.

Cinsiyet/toplumsal cinsiyet rolleri ortak etkisi açısından değerlendirildiğinde ise, biyolojik olarak kadın olup “erkeksi” toplumsal cinsiyet rolüne sahip kadınların ortalaması (36.79) kadın olup “ayrışmamış” (31.12), kadın olup “kadınsı” (32.65), erkek olup “ayrışmamış” (32.43) kadınların ortalamasından anlamlı düzeyde yüksektir. Diğer taraftan, kadın olup “androjen” toplumsal cinsiyet rolüne sahip olanların ortalaması (36.09), kadın olup “kadınsı” (32.65), kadın olup “ayrışmamış” (32.43) ve erkek olup “ayrışmamış” olanlardan daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve cinsiyet/toplumsal cinsiyet rolü ortak etkileşimine göre duygusal yetkinlik puanlarının ortalamaları arasında ortaya çıkan farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin bulgular Tablo 4’te verilmiştir.

**Tablo 4.**

*Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Algıladıkları Cinsiyet Rollerine Göre Duygusal Yetkinlik Ortalamalarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F
Cinsiyet	51.56	1	51.56	1.89
Cinsiyet Rolü	333.88	3	111.29	4.09*
C X C R	62.98	3	20.99	.77
Hata	9202.23	338	27.23	
Toplam	200435.16	346		

\* $p<.05$

Tablo 4 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin duygusal yetkinlik inancı puan ortalamaları cinsiyetleri bakımından anlamlı bir biçimde farklılaşmamaktadır [ $F_{(1-338)}=1.89$ ,  $p>.05$ ]. Buna karşın, toplumsal cinsiyet rolleri açısından duygusal yetkinlik inancı puanlarının ortalamaları anlamlı olarak farklılaşmaktadır [ $F_{(3-338)}=4.09$ ,  $p<.05$ ]. Ayrıca, cinsiyet/toplumsal cinsiyet rollerinin etkileşimine göre, duygusal yetkinlik inancı puanlarının ortalamaları anlamlı bir biçimde farklılaşmamaktadır [ $F_{(7-338)}=.77$ ,  $p>.05$ ].

Toplumsal cinsiyet rolleri açısından ortaya çıkan farkın kaynağı incelendiğinde (Tukey) “erkeksi” (24.09) ve “androjen” (24.73) toplumsal cinsiyet rolüne sahip olanların ortalaması “ayrışmamış” toplumsal cinsiyet rolüne sahip olanların ortalamasından (22.05) anlamlı düzeyde daha yüksektir. Diğer taraftan, “androjen” toplumsal cinsiyet rolüne sahip olanların ortalaması (24.73), “kadınsı” olanların ortalamasından (22.91) anlamlı düzeyde yüksektir.

### Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırmadan elde edilen ilk bulguya göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönde bir ilişki elde edilmiştir. Alan yazın tarandığında bu iki değişken arasındaki ilişkiye yönelik herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Zorlu durumlardan başarılı bir biçimde çıkabilme olarak ele alınan psikolojik dayanıklılık bazen diğerlerinin desteğiyle mümkün olabilmektedir. Bu nedenle bu bulgu, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları olan bireylerin diğer kişilerle rasyonel ilişkiler geliştirmemelerinden ve risk içeren durumlarda yalnız kalmış olmalarından ortaya çıkan bir durum olabilir.

Benzer bir biçimde, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma ile duygusal yetkinlik inancı arasında negatif yönde bir ilişki elde edilmiştir. Yetkinlik inancının etkilediği önemli psikolojik süreçlerden biri de bilişsel süreçlerdir (Bandura, 1990a; 1990b; 1992; 1993; 1995; 1997). Bireylerin kendileri için daha çok mücadele gerektiren hedefler oluşturmasının ve bu hedeflere ulaşmak için daha büyük bir kararlılık göstermesinin (Bandura, 1991; Bandura & Wood, 1989; Locke et al., 1984, Locke & Latham, 1990) bireylerin yorumlamalarını etkileyerek, onların gelecekleriyle ilgili senaryolarını da etkilemektedir (Bandura, 1997). Diğer bir ifadeyle, bireylerin yetkinlik inançları kendilerine bilişsel olarak yardımcı olabilecek ya da kendilerine engel olabilecek düşünce kalıplarına sahip olup olmayacaklarını belirlemede etki sahibidir (Bandura, 1990a). Dolayısıyla, güçlü bir duygusal yetkinlik inancına sahip olan bireylerin bilişsel çarpıtmalar içeren bilişsel yapı yerine gerçekçi bir bilişsel yapı geliştirmeleri beklenmektedir. Bu ise duygusal yetkinlik inancı ile bilişsel çarpıtma arasındaki negatif yöndeki ilişkiyi açıklamaktadır. Yüksek bir yetkinlik inancı bireylerin bilişsel yapılarını güçlendirirken, bilişsel olarak zihinde başarılı bir biçimde gerçekleştirilmiş olan bir eylem ise yetkinlik inancını güçlendirmektedir (Kazdin, 1979).

Diğer taraftan, psikolojik dayanıklılık ile duygusal yetkinlik arasında pozitif yönde bir ilişki elde edilmiştir. Elde edilen bu bulgu Gillespie, Chaboyer, Wallis & Grimbeek (2007)'in araştırma bulgusuyla paralellik göstermektedir. Bireysel olarak duygusal süreçlerde gerekli eylemleri başarılı bir biçimde ortaya koyabileceğine olan inanç, kişileri zorlamalı durumlarda daha güçlü kılabilmektedir. Bu durumlardan başarılı olarak çıkmak ise psikolojik dayanıklılığı besleyen kişisel bir koruyucu faktör olarak değerlendirilmektedir.

Bir başka bulguya göre, üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Elde edilen bu bulgu birçok araştırma bulgusu tarafından desteklenmektedir (Çoban, 2013; Güven, 2005; Hamamcı, 2005; Sezgin, 2012). Cinsiyet, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarda önemli bir etken olmaması, günümüzde kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin, kişilerarası ilişkiye girme konusunda daha eşit bir konumda oldukları ve cinsiyetlerinin ötesinde, benzer biçimlerde davrandıkları için ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarında bir farklılaşma olmadığı düşünülebilir.

Ayrıca, toplumsal cinsiyet rolleri açısından üniversite öğrencilerin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma düzeyleri anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Buna göre, toplumsal cinsiyet rolü "androjen" olanların ortalaması, "ayrışmamış" olanlardan daha yüksektir. Alan yazınında bu konuyla ilgili herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bulgu, toplumsal cinsiyet rolü androjen olan üniversite öğrencilerinin ister kadın ister erkek olsun ilişki ve iletişimde "daha esnek ve çeşitli durumlara karşı daha kolay uyum sağlayabilen bireyler oldukları" (Tzuiel, 1984) için, birçok ilişki yaşayabildikleri, bunun durumun ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar doğurabileceği; buna karşın "ayrışmamış" olanların ise cinsiyet rolünün etkileri açısından içlerine kapandıkları ve çok fazla ilişki yaşamadıkları için daha az bilişsel çarpıtma yaşamış olabilecekleri biçiminde değerlendirilebilir.

Son olarak, cinsiyet/toplumsal cinsiyet rollerinin ortak etkisine göre ise, üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma düzeyleri anlamlı olarak farklılaşmamaktadır. İlgili alan yazınında bu konuyla ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu bulgu, birinci ve ikinci bulgu ile birlikte değerlendirildiğinde daha fazla anlam kazanmaktadır. Buna göre, önemli olan üniversite öğrencilerinin biyolojik cinsiyetlerinin ve toplumsal cinsiyetlerinin ne yönde olduğu değildir. Önemli olan, bireylerin yaşadıkları toplumun etkisiyle kazanmış oldukları cinsiyet rolleridir. Biyolojik olarak bireyin cinsiyetinin ve benimsediği cinsiyet rollerin ortak etkileşiminin, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar düzeyinde etki

sahibi olmadığı görülmektedir. Bir başka deyişle biyolojik cinsiyeti önemli olmaksızın, bireylerinin cinsiyet rollerinin nasıl olduğu ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma düzeyinde bir farkın ortaya çıkmasında önemli bir faktör olarak görülmektedir. Buradan, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar bazında, bireyin algıladığı cinsiyet rolünün biyolojik cinsiyetten daha önemli olduğu sonucuna varılabilir.

Psikolojik dayanıklılık açısından, cinsiyetlerine göre üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık puanları farklılaşmamaktadır. Elde edilen bu bulgu (Chan, 2003; Crowley et al., 2003; Harrisson et al., 2002; Kırımoğlu, Yıldırım & Temiz, 2010; Sezgin, 2012) tarafından desteklenmektedir. Buna karşın, birçok araştırma bulgusuyla ise çelişmektedir (Oktan, 2008; Önder & Gülay, 2008; Werner, 1989). Bu bulgu, araştırma sorusundan elde edilen bulgularla değerlendirildiğinde daha da anlam kazanmaktadır. Buna göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri toplumsal cinsiyet rollerine göre farklılaşıyorsa biyolojik cinsiyetin bu anlamda önemli bir faktör olmadığı söylenebilir. Kişilerin biyolojik cinsiyetlerinden çok bu kimlik altında nasıl bir cinsiyet algısı geliştirdikleri daha önemli bir etkidir. Ancak yine de bu konuda daha fazla çalışma yapılması gerektiğini göstermektedir.

Bunun yanında üniversite öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri toplumsal cinsiyet rolleri açısından farklılaşmaktadır. Buna göre, toplumsal cinsiyet rolü “erkeksi” olanların ortalaması “androjen” ve ayrışmamış” olanlardan; “androjen” olanların ise “kadınsı” olanlardan yüksektir. Alan yazını incelendiğinde bu konuda araştırmaya rastlanmamıştır. Benzer durumlarla ilgili çalışmalar incelendiğinde ise, cinsiyet rolü belirsiz ve kadınsı olan kişilerin psikolojik olarak erkeksi ve androjen olanlara göre daha zayıf oldukları görülmektedir. Araştırmadan elde edilen bu bulgu ise, erkeksiliğin ve androjeni olmanın kişisel birer koruyucu faktörler olabileceği; buna karşın ayrışmamışlığın ve kadınsılığın bireysel risk faktörü olarak değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

Elde edilen diğer bir bulgu da cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rollerinin ortak etkisine göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık puanları farklılaşmasıdır. Buna göre, biyolojik olarak kadın olup toplumsal cinsiyet rolü “erkeksi” olanların ortalaması kadın olup “ayrışmamış” olanlardan; kadın olup “kadınsı” olanların ortalaması erkek olup “ayrışmamış” olanların ortalamasından yüksektir. Diğer taraftan, kadın olup toplumsal cinsiyet rolü “androjen” olanların ortalaması, kadın kadınsı”; kadın “ayrışmamış” ve erkek “ayrışmamış” olanlardan daha yüksektir. İlgili alan yazını tarandığında bu konuda herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Elde edilen bu bulgu, erkeksiliğin, kadınsılığın ve androjen olmanın psikolojik dayanıklılıkta bireysel koruyucu faktörler olarak değerlendirilebileceği, buna karşın ayrışmamış cinsiyet rolünün ise risk faktörü olabileceği için böyle bir bulgunun elde edilmiş olabileceği biçiminde değerlendirilmiştir.

Duygusal yetkinlik inancı açısından değerlendirildiğinde, üniversite öğrencilerinin duygusal yetkinlik inançları cinsiyetlerine göre farklılaşmamaktadır. Elde edilen bu bulgu Totan, İkiz ve Karaca (2010)’nın araştırma bulgusu tarafından desteklenirken; bazı araştırma bulgularıyla ise çelişmektedir (Çelikkaleli & Gündüz, 2010; Telef & Karaca, 2011). Aynı konuda farklı bulguların elde edilmiş olması bu konuda daha fazla çalışma yapılması gerektiğini göstermektedir. Buna rağmen, elde edilen bu bulgu kadın ve erkeklerin duygusal yetkinlik inançlarını besleyen kaynakları bakımından farklılık göstermediği, benzer yaşantılar geçirdikleri, duygularını rahatça ifade edebildikleri ortamlara girdikleri böylece de cinsiyetler arasında anlamlı bir farkın çıkmadığı biçiminde değerlendirilmiştir.

Buna karşın, toplumsal cinsiyet rolleri açısından duygusal yetkinlik inancı puanları anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Buna göre, toplumsal cinsiyet rolü olarak kendisini “erkeksi” ve “androjen” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin duygusal yetkinlik puanları toplumsal cinsiyet rolü algısı “ayrışmamış” olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Ayrıca, toplumsal cinsiyet rolünü “androjen” olarak algılayanların duygusal yetkinlik puan ortalaması kendisini “kadınsı” olarak algılayanların puan ortalamasından anlamlı düzeyde yüksektir. Toplumsal cinsiyet rollerine göre duygusal yetkinlik inancının karşılaştırıldığı bir çalışma bulgusuna rastlanmamıştır. Ancak elde edilen bu bulguya göre, androjen ve erkeksi olmanın ayrışmamış ve kadınsı olma algısına göre duygusal yetkinlik açısından anlamlı bir fark yarattığı görülmektedir. Özellikle Tzuirel (1984)’in belirttiği gibi androjen olmanın kişilere kazandırdığı bilişsel esneklik, bu kişilerin daha uyumlu özelliklere sahip olmalarıyla birlikte onların yaşadıkları olumlu

ya da olumsuz duygularını daha kolay bir biçimde ifade etmelerini ve bu konuda daha çok yaşantı geçirmelerini sağlayarak duygusal yetkinlik inançlarına kaynaklık etmiş olabilir. Buna karşın, cinsiyet rolü konusunda belirsizlik yaşamının veya kadınsı yönün ağır basması bireylerin, gerektiğinde olumsuz duygularını karşısındaki kişilere rahatlıkla ifade edememelerine neden olmuş olabilir. Bu ise duygusal yetkinlik inancının sağlıklı bir biçimde gelişmesini engellemiş olabilir.

Bunun yanında, Mayer ve Sutton (1996)'a göre ise bireylerde her iki biyolojik cinsiyete özgü tutum ve davranışların bulunması gerekmektedir. Bu gereklilik, bireylerin androjen olmalarının önemli bir özellik olduğu anlamını taşır. Erkeksi cinsiyet rolüne sahip olmanın duygusal yetkinlik inancında önemli bir faktör olarak görülmesi ise toplumsal baskının etkisiyle açıklanabilir. Toplumumuzun, ister erkek ister kadın olsun, erkeksi tavırlar sergileyen kişileri daha çok onayladıkları, hatta çocuklarını bu konuda teşvik ettikleri bilinen bir gerçekliktir. İlk çocukluk, gençlik ve ilk yetişkinlik dönemlerinde böyle bir toplumsal bakış açısıyla yetiştirilen bireyler buna uygun tutum ve yeterlikler geliştirme eğiliminde olabilir. Bu tutum ve yeterlikler de bireylerin diğer yetkinlik alanlarını etkilediği gibi duygusal yetkinlik düzeylerini de etkilemiş olabilir.

Son olarak, cinsiyet/toplumsal cinsiyet rolleri etkileşimine göre, duygusal yetkinlik inancı ortalamaları anlamlı bir biçimde farklılaşmamaktadır. Bu konuda alan yazın incelediğinde herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmaya göre biyolojik cinsiyet duygusal yetkinlik açısından bir farkın ortaya çıkmasında önemli bir etken değildir. Buna karşın toplumsal cinsiyet duygusal yetkinlikte önemli bir faktördür. Bu ise üniversite öğrencilerinin biyolojik cinsiyetleri veya cinsiyet/toplumsal cinsiyet ortak etkisinin duygularını başarılı bir biçimde ifade edebilmelerinde etkili olmadığı, biyolojik cinsiyeti ne olursa olsun genel anlamda kişilerin toplumsal cinsiyet algılarının duygusal yetkinlik inancında önemli faktör olabileceği biçiminde yorumlanmıştır.

Araştırmanın sonucunda ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma ile psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki, psikolojik dayanıklılık ile duygusal yetkinlik arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Ayrıca ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma düzeyleri toplumsal cinsiyet rollerine göre farklılık göstermektedir ve üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları hem toplumsal cinsiyet rollerine hem de cinsiyet/toplumsal cinsiyet ortak etkileşimine göre farklılaşmaktadır. Son olarak, toplumsal cinsiyet rollerine göre üniversite öğrencilerinin duygusal yetkinlik inancı farklılaşmaktadır.

Araştırmanın bazı sınırlılıkları da vardır. Araştırmadan elde edilen bulgular Eğitim Fakültesi'ndeki öğrencilerle sınırlı olduğundan, farklı örneklerle benzer araştırmalar tasarlanabilir. Bu araştırmada cinsiyet ve cinsiyet rolleri açısından ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar toplam puanında bir farklılık görülmemiştir. Cinsiyet ve cinsiyet rolleri açısından hangi bilişsel çarpıtmaların farklılık gösterdiğine ilişkin farklı araştırmalar yapılabilir.

Araştırmadan elde edilen bu bulgular ışığında, önleyici rehberlik hizmetleri kapsamında öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarını artırmaya, bilişsel yapılarındaki hatalı düşüncelerle ilgili çalışmalara, duygusal olarak yetkin hissetmeyi artırmaya ve cinsiyet rollerinin farkında olmalarını sağlamaya dönük çalışmalar yürütülmesi önerilmektedir. Gelecek çalışmalarda bilişsel yapıdaki hangi sistematik hataların psikolojik dayanıklılığı ve algılanan duygusal yetkinliği azaltmada etkili olduğu araştırılabilir. Bunun yanında, üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtmalar kullanmak yerine gerçekçi düşüncelerini sağlayacak psiko-eğitim programları hazırlanarak deneysel çalışmalar yürütülebilir. Böylece bilişsel çarpıtmaların indirgenmesinin, ele alınan diğer faktörlerdeki (psikolojik dayanıklılığın zayıf olması, duygusal yetkinlik düzeyinin düşük olması, cinsiyet rollerinin toplumsal açıdan olumsuz etkileri gibi) olumsuzlukları gidermek açısından nasıl bir etkisi olduğu gözlemlenebilir.

### References

- Ağır, M. (2007). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtma düzeyleri ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki*. Unpublished doctorate dissertation, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akın, A. (2010). Öz-duyarlık ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar. *Journal of Education*, 39, 01-09.
- Arsel, C. O., & Durak-Batıgün, A. (2011). İntihar ve cinsiyet: Cinsiyet rolleri, iletişim becerileri, sosyal destek ve umutsuzluk açısından bir değerlendirme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (68), 1-10.
- Aydın, B. (1991). Cinsiyet ve cinsiyet rolleri açısından atılganlık seviyesinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3, 25-36.
- Bandura, A. (1977a). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191–215.
- Bandura, A. (1977b). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122–147.
- Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1990a). Reflection on nobality determinnats of competence. In R. J.Strenberg & J. Kolligian, Jr. (Eds), *Competence considered* (pp. 315–362). New Haven, CT: Yale University Press.
- Bandura, A. (1990b). Some reflections on reflection. *Psychological Inquire*, 1 (1), 101 105.
- Bandura, A. (1991). Self-efficacy mechanism in physiological activation and health-promoting behavior. In J. Madden, IV. (Eds), *Neurobiology of learning emotion and affect* (pp. 229–270). New York: Raven.
- Bandura, A. (1992). Exercise of personal agency through self-eficacy mechanism. In R. Schwarzer (Eds), *Self-efficacy: Thought control of action* (pp. 3–38). Washington, DC.: Hemisphere.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28 (2), 117–148
- Bandura, A. (1995). Self-efficacy in changing societies. In A. Bandura (eds), *Exercise of personal and collective efficacy in changing societies* (pp. 1–45). New York: Cambridge University Pres.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Bandura, A., & Wood, R. E. (1989). Effect of perceived controllability and performance standarts on self-regulation of complex decision-making. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 805–814.
- Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Gerbino, M., & Pastorelli, C. (2003). Role of affective self-regulatory efficacy on diverse spheres of psychosocial functioning. *Child Development*, 74, 769–782.
- Basım, H. N., & Çetin, F. (2011). The reliability and validity of the resilience scale for adults-Turkish version. *Turkish Journal of Psychiatry*, 22 (2), 104-114.
- Beck, J. (2001). *Bilişsel terapi: Temel ilkeler ve ötesi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 155-162.
- Bem, S. L. (1981). *Bem sex role inventory: Professional manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Bem, S. L. (1984). Androgyny and gender schema theory: A conceptual and empirical integration. Sonderegger, T. B. (Eds), *Psychology and gender: Nebraska Symposium on Motivation*, Nebraska: University of Nebraska Press.

- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology, 70* (2), 349-361.
- Bonanno, G. A., Galea, S., Bucciarelli, A., & Vlahov, D. (2007). What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 75* (5), 671-682.
- Caprara, G.V., Caprara, M., & Steca, P. (2003). Personality's correlates of adult development and aging. *European Psychologist, 8*, 131-147.
- Caprara, G. V., Steca, P., Gerbino, M., Paciello, M., & Vecchio, G. (2006). Looking for adolescents' well-being: Self efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *Epidemiologia e Psichiatria Sociale, 15*, 30-43.
- Cash, T. F. (1984). The irrational beliefs test: Its relationship with cognitive-behavioral traits and depression. *Journal of Clinical Psychology, 40* (6), 1399-1405.
- Chan, D. W. (2003). Hardiness and its role in the stress-burnout relationship among prospective Chinese teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education, 19*, 381-395.
- Corey, G. (1991). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Crowley, B. J., Hayslip, B., & Hobdy, J. (2003). Psychological hardiness and adjustment to life events in adulthood. *Journal of Adult Development, 10* (4), 237-248.
- Curtis, W.J., & Cicchetti, D. (2003). Moving research on resilience into the 21st century: Theoretical and methodological considerations in examining the biological contributors to resilience. *Journal of Developmental Psychopathology, 15* (3), 773-810.
- Çelikkaleli, Ö. (2010). *Ergenlerin yetkinlik inançları ile depresyon, benlik saygısı, iç-dış kontrol odağı, sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Unpublished doctorate dissertation, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Çelikkaleli, Ö., Gündoğdu, M., & Kiran-Esen, B. (2006). Ergenlerde yetkinlik beklentisi ölçeği: Türkçe uyarlamasının geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim Araştırmaları, 25*, 62-72.
- Çelikkaleli, Ö., & Gündüz, B. (2010). Ergenlerde problem çözme becerileri ve yetkinlik inançları. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 19* (2), 361-377.
- Çoban, E. A. (2013). Interpersonal cognitive distortions and stress and coping strategies of late adolescents. *Eğitim Araştırmaları-Eurasian Journal of Educational Research, 51*, 65-84.
- Damarlı, Ö. (2006). *Ergenlerde toplumsal cinsiyet rolleri, bağlanma stilleri ve benlik kavramı arasındaki ilişkiler*. Unpublished master's thesis, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dayıoğlu, B. (2008). *Resilience in university entrance examination applicants: The role of learned resourcefulness, perceived social support and gender*. Unpublished master's thesis, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dökmen, Z. Y. (1991). Ben Cinsiyet Rolü Envanteri'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi, 35* (1), 81-89.
- Durak, M. (2002). *Predictive role of hardiness on psychological symptomatology of university students experienced earthquake*. Unpublished master thesis, The Middle East Technical University, Ankara.
- Ellis, A. (1973). *Humanistic psychotherapy: The rational-emotive approach*. New York: The Julian Press.
- Ellis, A. (1993). Reflections on rational-emotive therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61* (2), 199-201.



- Giese-Davis J, Kopman, C., & Butler L. (2002). Change in emotion regulation strategy for women with metastatic breast cancer following supportive-expressive group therapy. *Journal of Consultation Clinical Psychology, 70*, 916–925.
- Gillespie, B. M., Chaboyer, W., Wallis, M., & Grimbeek, P. (2007). Resilience in the operating room: Developing and testing of a resilience model. *Journal of Advanced Nursing, 59* (4), 427-438.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik dayanıklılık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*, 113-128.
- Gizir, C. A. (2004). *Akademik dayanıklılık: Yoksulluk içindeki sekizinci sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına katkıda bulunan koruyucu faktörlerin incelenmesi*. Unpublished doctorate dissertation, ODTÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gizir, C. A., & Aydın, G. (2006). Psikolojik Sağlık ve Ergen Gelişim Ölçeği'nin uyarlanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 26* (3), 87-96.
- Güloğlu, B., & Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık. *Ege Eğitim Dergisi, 11* (2), 73–81.
- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumuyla ilişkisi*. Unpublished master's thesis, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship belief in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality, 33* (4), 313-328.
- Hamamcı, Z., & Büyüköztürk, S. (2004). The interpersonal cognitive distortions scale: Development of the scale and investigation of its psychometric characteristics. *Psychological Reports, 95*, 291–303.
- Harrison, M., Loiselle, C. G., Duquette, A., & Semenic, S. E. (2002). Hardiness, work support and psychological distress among nursing assistants and registered nurses in Quebec. *Journal of Advanced Nursing, 38* (6), 584-591.
- Hetherington, E. M., & Stanley-Hagan, M. (1999). The adjustment of children with divorced parents: A risk and resiliency perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 40*, 129-140.
- Kapıkıran, Ş. (2002). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısının bazı psiko-sosyal değişkenlerle ilişkisi üzerine bir inceleme. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11*, 34-43.
- Kararımak, Ö., & Siviş-Çetinsaya, R. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik dayanıklılık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4* (35), 30-43.
- Kavuncu, N. (1987) *Bem Cinsiyet Rolü Envanteri'nin Türk toplumuna uyarlama çalışması*. Unpublished master's thesis, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kazdin, A. E. (1979). Imagery elaboration and self-efficacy in the covert modeling treatment of assertive behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 47*, 725–753.
- Kırmoğlu, H., Yıldırım, Y., & Temiz, A. (2010). İlk ve ortaöğretim okullarında görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yılmazlık düzeylerinin incelenmesi (Hatay ili örneği). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4* (1), 88-97.
- Kirby, L., & Fraser, M. (1997). Risk and resilience in childhood. In M. Fraser (Eds), *Risk and resilience in childhood* (pp.10–33). Washington, DC: NASW Press.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Locke, E. A., Frederick, E., Lee, C., & Bobko, P. (1984). Effect of self-efficacy, goals, and task strategies on task performance. *Journal of Applied Psychology, 69*, 241–251.

- Luthar, S. S. (1991). Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. *Child Development, 62*, 600-616.
- Maddi, S. R., & Khoshaba, D. M. (2001). *Personal views survey* (3rd ed. revised). Newport Beach, CA: The Hardiness Institute.
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. In M. C. Wang & E. W. Gordon (Eds), *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Masten, A. S., & Obradović, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1094*, 13-27.
- Mayer, F. S., & Sutton, K. (1996). *Personality: An integrative approach*. New Jersey, Prentice Hall.
- Morris, C. G. (2002). *Psikolojiyi anlamak*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Muris, P. (2001). A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 23* (3), 145-149.
- Oktan, V. (2008). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik dayanıklılıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Unpublished master's thesis, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Önder, A., & Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 23*, 192-197.
- Özbay, Y., Terzi, Ş., Erkan, S., & Cihangir-Çankaya, Z. (2011). Üniversite öğrencilerinin profesyonel yardım arama tutumları, cinsiyet rolleri ve kendini saklama düzeyleri. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi, 1*( 4), 59-70.
- Özcan, B. (2005). Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler karşılaştırılması. Unpublished master's thesis, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ramirez, E. R. (2007). Resilience: a concept analysis. *Nursing Foru, 42*, 73-82.
- Reich, J. W., Zautra, A. J., & Hall, J. S. (2012). *Handbook of adult resilience*. New York: Guilford.
- Ruble, D. N., Martin, C. L., & Berenbaum, S. A. (2006). Gender development. In W. Damon (Series Ed.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of Child Psychology* (6th ed., Vol. 3, pp. 858-932). New York: Wiley.
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 20* (2), 489-502.
- Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences, 34*, 1419-1429.
- Telef, B. B., & Karaca, R. (2011). Ergenlerin öz-yeterliliklerinin ve psikolojik semptomlarının incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 8* (6), 499-518.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini Toparlama Gücü Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*, 26, 77-86.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinde kendini toplama gücünün içsel koruyucu faktörlerle ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 35*, 297-306.
- Topal, H. (2011). *Eğitim fakültesi öğrencilerinin kişilerarası problem çözme becerileri ve yönelimleri ile fonksiyonel olmayan tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Unpublished master's thesis, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Totan, T., İkiz, E., & Karaca, R. (2010). Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanarak tek ve dört faktörlü yapısının psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 71-95.
- Turan, A. F. (2010). *Üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarını yordamada yalnızlık, benlik saygısı, yaş, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumunun rolü*. Unpublished master's thesis, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Türkçapar, M. H. (2000). Kognitif terapi ve psikanalize bakışı. *3P Dergisi*, 8, 1-44.
- Tzuriel, D. (1984). Sex role typing and ego identity in Israeli oriental and western adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 440-457.
- Werner, E. E. (1989). High-risk children in young adult-hood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59 (1), 72-81.