

## The Relationship Between Family Cohesion, Psychological Resilience, and Personal–Social Problems Among University Students

*Üniversite Öğrencilerinde Aile Uyumu, Psikolojik Sağlamlık ve Kişisel Sosyal Sorunlar Arasındaki İlişki\**

İhsan Kutlu\*\*

**Abstract:** The family constitutes one of the most influential social systems surrounding the individual. In this context, it is unlikely that the various problems experienced by an individual can be considered independent of this system. At the same time, personal psychological characteristics may also serve as important determinants in the emergence and management of such problems. The university years also represent a period during which students may encounter a range of challenges. This study investigates the mediating role of psychological resilience in the relationship between family cohesion and personal–social problems among university students, within the framework of Family Systems Theory. Conducted using a cross-sectional survey design, data were collected through face-to-face questionnaires administered to university students in a city located in the eastern part of the Marmara Region. The survey was conducted at the end of the Spring semester of the 2024–2025 academic year. Of the 831 participants initially surveyed, data from 737 students were retained for analysis after removing cases based on age criteria, control questions, and outlier screening. The data collection instrument included the Family Cohesion Scale, the Brief Psychological Resilience Scale, the Personal–Social Problems Scale for University Students, and sociodemographic items. Descriptive analyses, independent samples t-tests, one-way ANOVA, and a mediation test based on Hayes’s PROCESS Model 4 were employed. The findings indicated that family cohesion positively predicted psychological resilience, while both family cohesion and psychological resilience negatively predicted personal–social problems. Furthermore, psychological resilience exhibited a partial mediating effect in the relationship between family cohesion and personal–social problems. The study suggests that efforts to reduce personal–social problems among university students should pay particular attention to strengthening psychological resilience and family relationships.

**Keywords:** Family Cohesion, Psychological Resilience, Personal–Social Problems, University Students.

\* For this study ethical approval was obtained from the Ethics Committee for Social and Human Sciences at Sakarya University (Date: February 12, 2025; Meeting No. 81; Decision No. 22)

Çalışma için Sakarya Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu’ndan etik kurul izni alınmıştır (Tarih 12.02.2025; Toplantı No 81; Karar No 22)

\*\* Asst. Prof. Dr., Sakarya University, Faculty of Humanities and Social Sciences, Department of Social Work

Dr. Öğr. Üyesi, Sakarya Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-5668-3491>

ikutlu@sakarya.edu.tr

**Cite as/ Atf:** Kutlu, İ. (2026). The relationship between family cohesion, psychological resilience, and personal–social problems among university students / Üniversite öğrencilerinde aile uyumu, psikolojik sağlamlık ve kişisel sosyal sorunlar arasındaki ilişki. *Turkish Studies-Comparative Religious Studies*, 21(Ö1), 1241-1287. [Special Issues Dedicated to Prof. Dr. Mahmut Özer]. Ankara Bilim University Publications. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.88904>

**Received/Geliş:** 13 December/Aralık 2025

**Accepted/Kabul:** 15 September/Eylül 2026

**Published/Yayın:** 20 September/Eylül 2026

Checked by plagiarism software



**Öz:** Aile, bireyi çevreleyen en önemli sosyal sistemlerden biridir ve bir bireyin yaşadığı sorunların bu sistemden bağımsız olması mümkün değildir. Öte yandan bireysel psikolojik özellikler de yaşanan sorunların ortaya çıkmasında ve yönetilmesinde önemli belirleyicilerden biri olabilir. Üniversite öğrenciliği yılları da çeşitli sorunlar yaşanabilecek bir dönemdir. Bu çalışmada Aile Sistemleri Kuramı çerçevesinde üniversite öğrencilerinde aile uyumu ile kişisel sosyal sorunları arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık etkisi araştırılmıştır. Kesitsel tarama tipinde gerçekleştirilen çalışma için Marmara Bölgesi'nin doğusundaki bir şehirde bulunan üniversite öğrencilerinden yüz yüze görüşmeler yoluyla anket verisi toplanmıştır. Anket uygulaması 2024-25 Eğitim Öğretim Yılı'nın Bahar Dönemi sonunda gerçekleştirilmiştir. Toplamda 831 katılımcıya ulaşan çalışmada yaş, kontrol soruları ve uç değerler ayıklandıktan sonra 737 öğrenciye ait verilerle çalışma yürütülmüştür. Çalışmada veri toplama aracı olarak Aile Uyumu Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Üniversite Öğrencilerinin Kişisel-Sosyal Sorunlar Ölçeği ve sosyodemografik soruların yer aldığı anket formu kullanılmıştır. Betimsel analizler, fark testleri ve Hayes Process Model 4'e göre aracılık testi uygulanmıştır. Çalışma bulgularına göre aile uyumunun psikolojik sağlamlığı pozitif; aile uyumunun ve psikolojik sağlamlığın kişisel sosyal sorunları negatif yordadığı ve psikolojik sağlamlığın aile uyumu ve kişisel sosyal sorunlar arasındaki ilişkide kısmi aracılık etkisine sahip olduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinde kişisel sosyal sorunları azaltmak amaçlı yapılacak çalışmalarda psikolojik sağlamlığa ve aile ilişkilerine özellikle dikkat edilmesi gerektiği önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Aile Uyumu, Psikolojik Sağlamlık, Kişisel Sosyal Sorunlar, Üniversite Öğrencileri.

---

**Structured Abstract:****Aim**

University years represent an important transitional period during which individuals move from adolescence into adulthood and encounter various psychological, social, economic, familial, and academic challenges. During this time, young adults distance themselves partly or entirely from their families, gain increasing independence, and must adapt to new life conditions. However, individuals differ in their ability to cope with these challenges; both family relationships and personal characteristics play a decisive role in this variation. The family serves as a lifelong system surrounding the individual, and the quality of relationships within the family can influence one's psychological resilience and problem-solving ability. Accordingly, the primary aim of this study is to examine the mediating role of psychological resilience in the relationship between family harmony and personal–social problems among university students.

Within the framework of family systems theory, this study tested four hypotheses: (H1) family cohesion predicts psychological resilience; (H2) psychological resilience predicts personal–social problems; (H3) family cohesion negatively predicts personal–social problems; and (H4) psychological resilience mediates this relationship.

**Method**

This study employed a quantitative, cross-sectional survey design. The research was conducted at a university located in the eastern part of the Marmara Region of Türkiye. Data were collected through face-to-face administration of structured questionnaires during the spring semester of the 2024–2025 academic year. The initial sample consisted of 831 students reached through convenience sampling on the university campus. To ensure data quality, multiple screening procedures were applied. Participants below 18 or above 25 years of age were excluded to maintain a developmentally homogeneous sample. Additionally, two control questions embedded in the survey were used to eliminate inattentive responses. Outliers were removed through standardised z-scores (between  $-3$  and  $+3$ ), resulting in a final analytic sample of 737 students.

The data collection instrument comprised sociodemographic items and three standardised scales: the Family Cohesion Scale (Duman, Kula, Ekşi & Demirci, 2018), a five-item, single-factor scale assessing the perceived harmony and emotional closeness within the family; the Brief Resilience Scale (Doğan, 2015), a six-item measure assessing the ability to recover from stress; and the Personal–Social Problems Scale for University Students (Deniz & Eryılmaz, 2018), a 19-item scale capturing academic, family-related, financial, interpersonal, and career-related difficulties.

Reliability analyses conducted in this study yielded Cronbach's alpha coefficients of .88 for the Family Cohesion Scale, .81 for the Brief Psychological Resilience Scale, and .81 for the Personal–Social Problems Scale, indicating strong internal consistency.

Descriptive analyses, independent samples t-tests, one-way ANOVA, and a mediation test based on Hayes's PROCESS Model 4 were employed. Data were analysed using SPSS and the PROCESS Macro (Model 4) developed by Hayes. Mediation analysis was performed using bootstrapping with 5,000 resamples. In this model, family cohesion was specified as the independent variable, psychological resilience as the mediator, and personal–social problems as the dependent variable.

**Findings**

The final sample consisted of 737 students, of whom 72.2% were women and 59.7% were between the ages of 18 and 25. The majority (85.2%) reported living in nuclear families, while the remainder came from extended or separated family structures.

Differences in family cohesion, psychological resilience, and personal–social problem scores were examined according to participants' age, gender, income level, and family type. No statistically significant differences were found across any of the variables with respect to age. In terms of gender, males were found to have higher mean scores in both family cohesion and psychological resilience, whereas no significant difference was observed in personal–social problems. Similarly, analyses based on income level revealed significant differences in family cohesion and psychological resilience scores; however, no statistically significant differences were identified in personal–social problem scores. With regard to family type,

individuals from nuclear families exhibited higher family cohesion scores compared to those from extended families, while no significant differences were found between groups in terms of psychological resilience and personal–social problems.

#### **The mediation model yielded several significant findings:**

Family cohesion significantly predicted psychological resilience ( $B = .201, p < .001$ ). Students who perceived stronger family cohesion exhibited higher levels of resilience. Psychological resilience significantly predicted personal–social problems, such that higher resilience was associated with fewer difficulties ( $B = -.310, p < .001$ ). Family cohesion significantly and negatively predicted personal–social problems ( $B = -.742, p < .001$ ). Students from harmonious families reported fewer personal–social difficulties. Psychological resilience demonstrated a partial mediating effect on the relationship between family cohesion and personal–social problems (indirect effect =  $-.062$ , BootLLCI =  $-.107$ , and BootULCI =  $-.0280$ ). Although resilience accounted for part of the relationship, the direct effect remained significant, indicating partial rather than full mediation. These findings collectively support the study's hypotheses and demonstrate that family cohesion contributes both directly and indirectly—via psychological resilience—to lower levels of personal–social problems among university students.

#### **Conclusion**

In this study, the mediating role of psychological resilience in the relationship between family cohesion and personal–social problems among university students was examined within the framework of family systems theory. The findings first revealed that family cohesion positively influences psychological resilience. This aligns with previous research demonstrating a positive association between psychologically supportive family climates and resilience (Al-Smadi et al., 2024). Similarly, the studies of Sevilla (2025) and Broll et al. (2025) indicate that family cohesion serves as an important factor that strengthens individuals' capacity for resilience. Thus, it can be inferred that a cohesive family environment enhances psychological strength and contributes to greater emotional endurance.

The second major finding showed that psychological resilience reduces personal–social problems. Students with higher levels of resilience reported fewer difficulties. This outcome is consistent with studies demonstrating that psychological resilience and social support are associated with fewer mental health problems (Zhu et al., 2024). Likewise, increases in resilience also correlate with more positive life perspectives across various domains (Shu et al., 2022).

The study also found that individuals with higher family cohesion experience fewer personal–social problems. Existing literature supports these findings by reporting a negative relationship between family cohesion and depression (Bian et al., 2024) as well as evidence that family cohesion promotes better social adjustment (Ye et al., 2021). One of the most significant findings is that psychological resilience partially mediates the relationship between family cohesion and personal–social problems, indicating that students' difficulties are influenced not only by familial factors but also by individual psychological resources. Overall, the study concludes that understanding university students' personal–social problems requires considering both family-related and individual factors. Given the cross-sectional nature of the research, future studies should involve different samples and variables.

**Keywords:** Family Cohesion, Psychological Resilience, Personal–Social Problems, University Students.

#### **ملخص منظم:**

#### **الهدف**

تمثل سنوات الدراسة الجامعية فترة انتقالية مهمة ينتقل خلالها الأفراد من مرحلة المراهقة إلى مرحلة البلوغ، ويواجهون خلالها تحديات نفسية واجتماعية واقتصادية وأسرية وأكاديمية متنوعة. وخلال هذه الفترة، يناقش الشباب بأنفسهم جزئياً أو كلياً عن أسرهم، ويكتسبون استقلالية متزايدة، ويضطرون إلى التكيف مع ظروف الحياة الجديدة. ومع ذلك، تختلف قدرات الأفراد على التعامل مع هذه التحديات؛ حيث تلعب كل من العلاقات الأسرية والخصائص الشخصية دوراً حاسماً في هذا الاختلاف. تُعد الأسرة نظاماً يحيط بالفرد طوال حياته، ويمكن

أن تؤثر جودة العلاقات داخل الأسرة على المرونة النفسية للفرد وقدرته على حل المشكلات. وبناءً على ذلك، فإن الهدف الأساسي لهذه الدراسة هو فحص الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين الانسجام الأسري والمشكلات الشخصية والاجتماعية بين طلاب الجامعة.

المرونة (H2) التماسك الأسري يتنبأ بالمرونة النفسية؛ (H1) في إطار نظرية النظم الأسرية، اختبرت هذه الدراسة أربع فرضيات المرونة النفسية (H4) التماسك الأسري يتنبأ سلباً بالمشاكل الشخصية والاجتماعية؛ و (H3) النفسية تتنبأ بالمشاكل الشخصية والاجتماعية؛ تلعب دور الوسيط في هذه العلاقة.

### المنهجية

اعتمدت هذه الدراسة تصميمًا استقصائيًا كمياً مستعرضاً. أجريت الدراسة في إحدى الجامعات الواقعة في الجزء الشرقي من منطقة مرمرة في تركيا. تم جمع البيانات من خلال توزيع استبيانات منظمة وجهاً لوجه خلال الفصل الدراسي الربيعي من العام الدراسي 2024. تألفت العينة الأولية من 831 طالباً تم الوصول إليهم من خلال عينة الملاءمة في حرم الجامعة. ولضمان جودة البيانات، تم تطبيق 2025 إجراءات فرز متعددة. تم استبعاد المشاركين الذين تقل أعمارهم عن 18 عاماً أو تزيد عن 25 عاماً للحفاظ على تجانس العينة من الناحية التنموية بالإضافة إلى ذلك، تم استخدام سؤالين مرجعيين مدمجين في الاستبيان لاستبعاد الإجابات غير المدروسة. تمت إزالة القيم المتطرفة من خلال المعيارية (بين -3 و +3)، مما أدى إلى عينة تحليلية نهائية مكونة من 737 طالباً z درجات.

(Duman, Kula, Ekşi & وهو مقياس أحادي العامل مكون من خمسة بنود يقيّم الانسجام المتصور والتقارب العاطفي داخل الأسرة؛ «مقياس المرونة» (Demirci, 2018) وهو مقياس مكون من ستة بنود يقيّم القدرة على التعافي من الإجهاد؛ و«مقياس المشكلات الشخصية والاجتماعية» (Doğan, 2015) «المختصر»، وهو مقياس مكون من 19 بنداً يقيس الصعوبات الأكاديمية، والمتعلقة بالأسرة، والمالية (Deniz & Eryılmaz, 2018) «للطلاب الجامعيين والعلاقات الشخصية، والمتعلقة بالمسيرة المهنية».

أسفرت تحليلات الموثوقية التي أجريت في هذه الدراسة عن معاملات ألفا كرونباخ بقيمة 0.88 لمقياس التماسك الأسري، و 0.81 لمقياس المرونة النفسية الموجز، و 0.81 لمقياس المشكلات الشخصية والاجتماعية، مما يشير إلى اتساق داخلي قوي.

واختبار الوساطة (ANOVA) تم استخدام التحليلات الوصفية، واختبارات تي للعينات المستقلة، والتحليل التبايني الأحادي الاتجاه (النموذج) PROCESS وماكرو SPSS الذي وضعه هايز. تم تحليل البيانات باستخدام برنامج PROCESS استناداً إلى النموذج 4 من نموذج الذي طوره هايز. وأجري تحليل الوساطة باستخدام طريقة بوتستراب مع 5,000 عينة معادة. وفي هذا النموذج، تم تحديد التماسك الأسري (4) كمتغير مستقل، والمرونة النفسية كمتغير وسيط، والمشاكل الشخصية والاجتماعية كمتغير تابع.

### النتائج

تألفت العينة النهائية من 737 طالباً، 72.2% منهم من الإناث، و 59.7% تتراوح أعمارهم بين 18 و 25 عاماً. أفاد الغالبية (85.2%) بأنهم يعيشون في أسر نووية، بينما ينتمي الباقون إلى هياكل أسرية ممتدة أو منفصلة.

تم فحص الاختلافات في درجات التماسك الأسري، والمرونة النفسية، والمشاكل الشخصية والاجتماعية وفقاً لعمر المشاركين، ونوع الجنس، ومستوى الدخل، ونوع الأسرة. ولم تُلاحظ أي اختلافات ذات دلالة إحصائية في أي من المتغيرات فيما يتعلق بالعمر. أما فيما يتعلق بنوع الجنس، فقد تبين أن الذكور سجلوا متوسط درجات أعلى في كل من التماسك الأسري والمرونة النفسية، في حين لم يُلاحظ أي اختلاف ذي دلالة إحصائية في المشاكل الشخصية والاجتماعية. وبالمثل، كشفت التحليلات المستندة إلى مستوى الدخل عن اختلافات ذات دلالة إحصائية في درجات التماسك الأسري والمرونة النفسية؛ ومع ذلك، لم يتم تحديد أي اختلافات ذات دلالة إحصائية في درجات المشكلات الشخصية والاجتماعية. وفيما يتعلق بنوع الأسرة، أظهر الأفراد من الأسر النووية درجات تماسك أسري أعلى مقارنةً بأولئك من الأسر الممتدة، في حين لم تُعثر على اختلافات ذات دلالة إحصائية بين المجموعات من حيث المرونة النفسية والمشاكل الشخصية والاجتماعية.

### أسفر نموذج الوساطة عن عدة نتائج مهمة:

أظهر الطلاب الذين أدركوا تماسكاً أسرياً أقوى ( $B = .201, p < .001$ ) كان التماسك الأسري متنبئاً مهماً بالمرونة النفسية مستويات أعلى من المرونة. كانت المرونة النفسية متنبئاً مهماً بالمشاكل الشخصية والاجتماعية، بحيث ارتبطت المرونة الأعلى بصعوبات أقل ( $B = -.742, p < .001$ ) كان التماسك الأسري مؤشراً سلبياً وذا دلالة إحصائية على المشكلات الشخصية والاجتماعية ( $B = -.310, p < .001$ ). أفاد الطلاب المنتمون إلى أسر متناغمة بأنهم يواجهون صعوبات شخصية واجتماعية أقل. أظهرت المرونة النفسية تأثيراً وسيطاً ( $B = -.107, BootLLCI = -.107$ ) جزئياً على العلاقة بين التماسك الأسري والمشاكل الشخصية والاجتماعية (التأثير غير المباشر =  $-.062$ ، و على الرغم من أن المرونة النفسية كانت مسؤولة عن جزء من هذه العلاقة، إلا أن التأثير المباشر ظل ذو دلالة ( $BootULCI = -.0280$ ) وإحصائية، مما يشير إلى وساطة جزئية وليس كاملة. وتدعم هذه النتائج مجتمعة فرضيات الدراسة وتُظهر أن التماسك الأسري يساهم بشكل مباشر وغير مباشر — عبر المرونة النفسية — في انخفاض مستويات المشاكل الشخصية والاجتماعية بين طلاب الجامعات.

### الخلاصة

في هذه الدراسة، تم فحص الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين التماسك الأسري والمشاكل الشخصية والاجتماعية بين طلاب الجامعات في إطار نظرية النظم الأسرية. كشفت النتائج أولاً أن التماسك الأسري يؤثر إيجابياً على المرونة النفسية. ويتوافق هذا مع وبالمثل، تشير (Al-Smadi et al., 2024) الأبحاث السابقة التي أظهرت وجود ارتباط إيجابي بين المناخات الأسرية الداعمة نفسياً والمرونة، وآخرون (2025) إلى أن التماسك الأسري يُعد عاملاً مهماً يعزز قدرة الأفراد على الصمود. وبالتالي Broll و (2025) Sevilla دراسات يمكن الاستدلال على أن البيئة الأسرية المتماسكة تعزز القوة النفسية وتساهم في زيادة التحمل العاطفي.

وأظهرت النتيجة الرئيسية الثانية أن المرونة النفسية تقلل من المشكلات الشخصية والاجتماعية. فقد أبلغ الطلاب الذين يتمتعون بمستويات أعلى من المرونة عن صعوبات أقل. وتتوافق هذه النتيجة مع الدراسات التي تثبت أن المرونة النفسية والدعم الاجتماعي يرتبطان وبالمثل، ترتبط الزيادة في المرونة أيضًا بنظرة أكثر إيجابية للحياة في مختلف المجالات (Zhu et al., 2024). بانخفاض مشكلات الصحة العقلية (Shu et al., 2022).

كما وجدت الدراسة أن الأفراد الذين يتمتعون بتماسك أسري أعلى يواجهون مشاكل شخصية واجتماعية أقل. وتدعم الأدبيات الحالية فضلاً عن الأدلة التي تشير إلى (Bian et al., 2024) هذه النتائج من خلال الإشارة إلى وجود علاقة سلبية بين التماسك الأسري والاكتئاب ومن أهم النتائج أن المرونة النفسية تلعب دور الوسيط جزئياً (Ye et al., 2021) أن التماسك الأسري يعزز التكيف الاجتماعي بشكل أفضل في العلاقة بين التماسك الأسري والمشاكل الشخصية والاجتماعية، مما يشير إلى أن الصعوبات التي يواجهها الطلاب لا تتأثر بالعوامل الأسرية فحسب، بل بالموارد النفسية الفردية أيضاً. بشكل عام، تخلص الدراسة إلى أن فهم المشكلات الشخصية والاجتماعية للطلاب الجامعيين يتطلب مراعاة كل من العوامل المتعلقة بالأسرة والعوامل الفردية. ونظراً للطبيعة المقطعية للبحث، ينبغي أن تشمل الدراسات المستقبلية عينات ومتغيرات مختلفة.

**الكلمات المفتاحية:** التماسك الأسري، المرونة النفسية، المشكلات الشخصية والاجتماعية، الطلاب الجامعيون.

### Résumé Structuré:

#### Objectif

Les années universitaires constituent une période de transition importante au cours de laquelle les individus passent de l'adolescence à l'âge adulte et sont confrontés à divers défis psychologiques, sociaux, économiques, familiaux et académiques. Lors de cette période, les jeunes adultes prennent leurs distances, partiellement ou totalement, par rapport à leur famille, acquièrent une indépendance croissante et doivent s'adapter à de nouvelles conditions de vie. Cependant, la capacité à faire face à ces défis varie d'un individu à l'autre ; tant les relations familiales que les caractéristiques personnelles jouent un rôle déterminant dans cette variation. La famille constitue un système qui accompagne l'individu tout au long de sa vie, et la qualité des relations au sein de celle-ci peut influencer sa résilience psychologique et sa capacité à résoudre les problèmes. En conséquence, l'objectif principal de cette étude est d'examiner le rôle médiateur de la résilience psychologique dans la relation entre l'harmonie familiale et les problèmes personnels et sociaux chez les étudiants universitaires.

Dans le cadre de la théorie des systèmes familiaux, cette étude a testé quatre hypothèses : (H1) la cohésion familiale prédit la résilience psychologique ; (H2) la résilience psychologique prédit les problèmes personnels et sociaux ; (H3) la cohésion familiale prédit de manière négative les problèmes personnels et sociaux ; et (H4) la résilience psychologique joue un rôle de médiation dans cette relation.

#### Méthode

Cette étude a utilisé un plan d'enquête quantitatif et transversal. La recherche a été menée dans une université située dans la partie orientale de la région de Marmara, en Turquie. Les données ont été collectées au moyen de questionnaires structurés administrés en face à face au cours du semestre de printemps de l'année universitaire 2024-2025. L'échantillon initial était composé de 831 étudiants recrutés par échantillonnage de commodité sur le campus universitaire. Afin de garantir la qualité des données, plusieurs procédures de sélection ont été appliquées. Pour garder un échantillon homogène sur le plan développemental, les participants de moins de 18 ans ou de plus de 25 ans ont été exclus. De plus, deux questions de contrôle intégrées à l'enquête ont permis d'éliminer les réponses inattentives. Les valeurs aberrantes ont été supprimées à l'aide de scores z standardisés (compris entre -3 et +3), ce qui a abouti à un échantillon analytique final de 737 étudiants.

L'instrument de collecte de données comprenait des questions sociodémographiques et trois échelles standardisées : l'échelle de cohésion familiale (Duman, Kula, Ekşi & Demirci, 2018), une échelle à facteur unique composée de cinq items évaluant l'harmonie perçue et la proximité affective au sein de la famille ; l'Échelle abrégée de résilience (Doğan, 2015), un instrument à six items évaluant la capacité à se remettre du stress ; et l'Échelle des problèmes personnels et sociaux chez les étudiants universitaires (Deniz & Eryılmaz, 2018), une échelle à 19 items rendant compte des difficultés d'ordre scolaire, familial, financier, interpersonnel et professionnel.

Les analyses de fiabilité menées dans le cadre de cette étude ont donné des coefficients alpha de Cronbach de 0,88 pour l'Échelle de cohésion familiale. En outre, il était de 0,81 pour l'Échelle abrégée de

résilience psychologique et de 0,81 pour l'Échelle des problèmes personnels et sociaux. Ces résultats indiquent une cohérence interne substantielle.

Des analyses descriptives, des tests t sur des échantillons indépendants, une ANOVA à un facteur et un test de médiation établi sur le modèle 4 de PROCESS de Hayes ont été utilisés. Les données ont été analysées à l'aide du logiciel SPSS et de la macro PROCESS (modèle 4) développée par Hayes. L'analyse de médiation a été réalisée par la méthode du bootstrapping avec 5 000 rééchantillonnages. Dans ce modèle, la cohésion familiale a été définie comme variable indépendante, la résilience psychologique comme médiateur et les problèmes personnels et sociaux comme variable dépendante.

### Résultats

L'échantillon final était composé de 737 étudiants, dont 72,2 % étaient des femmes et 59,7 % étaient âgés de 18 à 25 ans. La majorité (85,2 %) a déclaré vivre dans une famille nucléaire, tandis que les autres provenaient de structures familiales élargies ou séparées.

Les différences dans les scores relatifs à la cohésion familiale, à la résilience psychologique et aux problèmes personnels et sociaux ont été examinées en fonction de l'âge, du sexe, du niveau de revenu et du type de famille des participants. Aucune différence statistiquement significative n'a été constatée pour aucune des variables pour l'âge. En ce qui concerne le sexe, les hommes présentaient des scores moyens plus élevés tant pour la cohésion familiale que pour la résilience psychologique, tandis qu'aucune différence significative n'a été observée pour les problèmes personnels et sociaux. De même, les analyses établies sur le niveau de revenu ont révélé des différences significatives dans les scores de cohésion familiale et de résilience psychologique ; toutefois, aucune différence statistiquement significative n'a été identifiée concernant les scores relatifs aux problèmes personnels et sociaux. Pour le type de famille, les individus issus de familles nucléaires présentaient des scores de cohésion familiale plus élevés que ceux issus de familles élargies, tandis qu'aucune différence significative n'a été constatée entre les groupes en termes de résilience psychologique et de problèmes personnels et sociaux.

### Le modèle de médiation a mis en évidence plusieurs résultats significatifs :

La cohésion familiale prédisait de manière significative la résilience psychologique ( $B = 0,201$ ,  $p < 0,001$ ). Les étudiants qui percevaient une plus forte cohésion familiale présentaient des niveaux de résilience plus élevés. La résilience psychologique prédisait de manière significative les problèmes personnels et sociaux, une résilience plus élevée étant associée à moins de difficultés ( $B = -0,310$ ,  $p < 0,001$ ). La cohésion familiale était un prédicteur significatif et négatif des problèmes personnels et sociaux ( $B = -0,742$ ,  $p < 0,001$ ). Les élèves issus de familles harmonieuses ont fait état de moins de difficultés personnelles et sociales. La résilience psychologique a démontré un effet médiateur partiel sur la relation entre la cohésion familiale et les problèmes personnels et sociaux (effet indirect =  $-0,062$ , BootLLCI =  $-0,107$  et BootULCI =  $-0,0280$ ). Bien que la résilience explique une partie de cette relation, l'effet direct est resté significatif, ce qui indique une médiation partielle plutôt que totale. Ces résultats viennent globalement étayer les hypothèses de l'étude et démontrent que la cohésion familiale contribue à la fois directement et indirectement — par le biais de la résilience psychologique — à réduire les niveaux de problèmes personnels et sociaux chez les étudiants universitaires.

### Piedāvājums

Dans cette étude, le rôle médiateur de la résilience psychologique dans la relation entre la cohésion familiale et les problèmes personnels et sociaux chez les étudiants universitaires a été examiné dans le cadre de la théorie des systèmes familiaux. Les résultats ont tout d'abord révélé que la cohésion familiale influence positivement la résilience psychologique. Cela va dans le sens de recherches antérieures démontrant une association positive entre un climat familial favorable sur le plan psychologique et la résilience (Al-Smadi et al., 2024). De la même manière, les travaux de Sevilla (2025) et de Broll et coll. (2025) montrent que la cohésion familiale est un facteur important renforçant la capacité de résilience des individus. On peut donc en déduire qu'un environnement familial cohésif renforce la force psychologique et contribue à une plus grande endurance émotionnelle.

Le deuxième résultat majeur a montré que la résilience psychologique réduit les problèmes personnels et sociaux. Les étudiants présentant des niveaux de résilience plus élevés ont fait état de moins de difficultés. Ce résultat est cohérent avec des études démontrant que la résilience psychologique et le soutien social sont

asociados a una disminución de problemas de salud mental (Zhu et al., 2024). De mismo, una aumento de la resiliencia es igualmente correlacionada a perspectivas de vida más positivas en diversos dominios (Shu et al., 2022).

El estudio también reveló que los individuos beneficiados de una más sólida cohesión familiar encuentran menos problemas personales y sociales. La literatura existente corrobora estos resultados en haciendo estado de una relación negativa entre la cohesión familiar y la depresión (Bian et al., 2024), así como de pruebas indicando que la cohesión familiar favorece una mejor adaptación social (Ye et al., 2021). Uno de los resultados más significativos es que la resiliencia psicológica juega un rol de mediación parcial en la relación entre la cohesión familiar y los problemas personales y sociales. Esto indica que las dificultades de los estudiantes son influenciadas a la vez por factores familiares y por sus recursos psicológicos individuales. En el conjunto, el estudio concluye que la comprensión de los problemas personales y sociales de los estudiantes universitarios requiere de considerar a la vez los factores familiares y los factores individuales. Teniendo en cuenta de la naturaleza transversal de esta investigación, los estudios futuros deberían centrarse en muestras y variables diferentes. Debido a la naturaleza transversal de la presente investigación, los estudios futuros deberían centrarse en muestras y variables diferentes.

**Mots-clés:** Cohesión familiar, Resiliencia psicológica, Problemas personales y sociales, Estudiantes universitarios.

---

### Resumen Estructurado:

#### Objetivo

Los años universitarios representan un periodo clave de transición durante el cual las personas pasan de la adolescencia a la edad adulta y se enfrentan a diversos retos psicológicos, sociales, económicos, familiares y académicos. Durante esta etapa, los jóvenes adultos se distancian parcial o totalmente de sus familias, adquieren una mayor independencia y deben adaptarse a nuevas condiciones de vida. Sin embargo, las personas difieren en su capacidad para hacer frente a estos retos; tanto las relaciones familiares como las características personales desempeñan un papel decisivo en esta variación. La familia actúa como un sistema que acompaña al individuo a lo largo de toda su vida, y la calidad de las relaciones familiares puede influir en la resiliencia psicológica y en la capacidad para resolver problemas. En consecuencia, el objetivo principal de este estudio es examinar el papel mediador de la resiliencia psicológica en la relación entre la armonía familiar y los problemas personales y sociales entre los estudiantes universitarios.

En el marco de la teoría de los sistemas familiares, este estudio puso a prueba cuatro hipótesis: (H1) La cohesión familiar predice la resiliencia psicológica; (H2) la resiliencia psicológica anticipa los problemas personales y sociales; (H3) la cohesión familiar predice de forma negativa los problemas personales y sociales; y (H4) la resiliencia psicológica media en esta relación.

#### Método

Este estudio empleó un diseño de encuesta cuantitativo y transversal. La investigación se llevó a cabo en una universidad situada en la parte oriental de la región de Mármara, en Turquía. Los datos se recopilaban mediante la administración presencial de cuestionarios estructurados durante el semestre de primavera del curso académico 2024-2025. La muestra inicial estuvo compuesta por 831 estudiantes seleccionados mediante un muestreo por conveniencia en el campus universitario. Para garantizar la calidad de los datos, se aplicaron múltiples procedimientos de selección. Se excluyó a los participantes menores de 18 años o mayores de 25 para mantener una muestra homogénea desde el punto de vista del desarrollo. También se incluyeron en la encuesta dos preguntas de control para eliminar las respuestas descuidadas. Outliers were removed using standardized z scores (between -3 and +3), resulting in a final analytic sample of 737 students.

El instrumento de recogida de datos comprendía ítems sociodemográficos y tres escalas estandarizadas. La Escala de Cohesión Familiar (Duman, Kula, Ekşi y Demirci, 2018) es una herramienta de un solo factor con cinco ítems que evalúa la armonía percibida y la cercanía emocional dentro de la familia. La Escala Breve de Resiliencia (Doğan, 2015) es una medida de seis ítems que evalúa la capacidad de recuperarse del estrés. Finalmente, la Escala de Problemas Personales y Sociales para Estudiantes Universitarios (Deniz y Eryılmaz, 2018) es la Escala de Cohesión Familiar (Duman, Kula, Ekşi y Demirci, 2018), una escala de un

solo factor con cinco ítems que evalúa la armonía percibida y la cercanía emocional dentro de la familia; la Escala Breve de Resiliencia (Doğan, 2015), una medida de seis ítems que evalúa la capacidad de recuperarse del estrés; y la Escala de Problemas Personales y Sociales para Estudiantes Universitarios (Deniz y Eryılmaz, 2018), una escala de 19 ítems que recoge las dificultades académicas, familiares, económicas, interpersonales y profesionales.

Los análisis de fiabilidad en este estudio mostraron coeficientes alfa de Cronbach de 0,88 para la Escala de Cohesión Familiar, 0,81 para la Escala Breve de Resiliencia Psicológica y 0,81 para la Escala de Problemas Personales y Sociales, lo que indica una buena consistencia interna.

Se llevó a cabo análisis descriptivo, prueba t para muestras independientes, ANOVA unidireccional y prueba de mediación con el Modelo 4 de PROCESS de Hayes. Los datos se analizaron utilizando SPSS y la macro PROCESS (Modelo 4) desarrollada por Hayes. Para realizar el análisis de mediación se utilizó el método de bootstrapping con 5.000 remuestreos. En este modelo, la cohesión familiar se especificó como variable independiente, la resiliencia psicológica como mediadora y los problemas personales y sociales como variable dependiente.

### Resultados

La muestra final estuvo compuesta por 737 estudiantes, de los cuales el 72,2 % eran mujeres y el 59,7 % tenían entre 18 y 25 años. La mayoría (85,2 %) declaró vivir en familias nucleares, mientras que el resto procedía de estructuras familiares extensas o separadas.

Se examinaron las diferencias en las puntuaciones de cohesión familiar, resiliencia psicológica y problemas personales y sociales en función de la edad, el género, el nivel de ingresos y el tipo de familia de los participantes. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las variables con respecto a la edad. En cuanto al género, se observó que los hombres presentaban puntuaciones medias más altas tanto en cohesión familiar como en resiliencia psicológica, mientras que no se observó ninguna diferencia significativa en los problemas personales y sociales. Igualmente, los análisis según el nivel de ingresos mostraron diferencias importantes en las puntuaciones de cohesión familiar y resiliencia psicológica. Sin embargo, no se encontraron diferencias estadísticas significativas en las puntuaciones de problemas personales y sociales. En cuanto al tipo de familia, las personas procedentes de familias nucleares mostraron puntuaciones de cohesión familiar más altas en comparación con las de familias extensas, mientras que no se encontraron diferencias significativas entre los grupos en cuanto a la resiliencia psicológica y los problemas personales y sociales.

### El modelo de mediación arrojó varios resultados significativos:

La cohesión familiar predijo de forma significativa la resiliencia psicológica ( $B = 0,201$ ,  $p < 0,001$ ). Los estudiantes que percibían una mayor cohesión familiar mostraron niveles más altos de resiliencia. La resiliencia psicológica predijo de forma significativa los problemas personales y sociales, de modo que una mayor resiliencia se asoció con menos dificultades ( $B = -0,310$ ,  $p < 0,001$ ). La cohesión familiar predijo de forma significativa y negativa los problemas personales y sociales ( $B = -0,742$ ,  $p < 0,001$ ). Los estudiantes procedentes de familias armoniosas declararon tener menos dificultades personales y sociales. La resiliencia psicológica mostró que tiene un efecto mediador parcial en la conexión, un efecto mediador parcial en la relación entre la cohesión familiar y los problemas personales y sociales (efecto indirecto =  $-0,062$ , BootLLCI =  $-0,107$  y BootULCI =  $-0,0280$ ). Aunque la resiliencia explicaba parte de la relación, el efecto directo siguió siendo significativo, lo que indica una mediación parcial y no total. Estos resultados apoyan las hipótesis del estudio y demuestran que la cohesión familiar contribuye tanto directa como indirectamente —a través de la resiliencia psicológica— a reducir los niveles de problemas personales y sociales entre los estudiantes universitarios.

### Conclusión

Este estudio analizó cómo la resiliencia psicológica actúa como un intermediario en la relación entre la cohesión familiar y los problemas personales y sociales de los estudiantes universitarios, basándose en la teoría de los sistemas familiares. Los resultados revelaron, en primer lugar, que la cohesión familiar influye positivamente en la resiliencia psicológica. Esto concuerda con investigaciones previas que demuestran una asociación positiva entre los climas familiares que brindan apoyo psicológico y la resiliencia (Al-Smadi et al.,

2024). Del mismo modo, los estudios de Sevilla (2025) y Broll et al. (2025) indican que la cohesión familiar constituye un factor crucial que refuerza la capacidad de resiliencia de las personas. Por lo tanto, cabe inferir que un entorno familiar cohesionado potencia la fortaleza psicológica y contribuye a una mayor resistencia emocional.

El segundo hallazgo principal reveló que la resiliencia psicológica reduce los problemas personales y sociales. Los estudiantes con mayores niveles de resiliencia declararon tener menos dificultades. Este resultado concuerda con estudios que demuestran que la resiliencia psicológica y el apoyo social se asocian con un menor número de problemas de salud mental (Zhu et al., 2024). Del mismo modo, el aumento de la resiliencia también se correlaciona con perspectivas de vida más positivas en diversos ámbitos (Shu et al., 2022).

El estudio también reveló que las personas con mayor cohesión familiar experimentan menos problemas personales y sociales. La bibliografía existente respalda estos hallazgos al señalar una relación negativa entre la cohesión familiar y la depresión (Bian et al., 2024), así como pruebas de que esta favorece una mejor adaptación social (Ye et al., 2021). Un hallazgo importante es que la resiliencia psicológica ayuda a explicar la relación entre la cohesión familiar y los problemas personales y sociales. Esto indica que las dificultades de los estudiantes dependen no solo de factores familiares, sino también de sus recursos psicológicos individuales. En general, el estudio concluye que, para comprender los problemas personales y sociales de los estudiantes universitarios, es necesario tener en cuenta tanto los factores relacionados con la familia como los individuales. Dada la naturaleza transversal de la investigación, los estudios futuros deberían incluir diferentes muestras y variables. Deberían incluir diferentes muestras y variables, dada la naturaleza transversal de la investigación.

**Palabras clave:** Cohesión familiar, resiliencia psicológica, problemas personales y sociales, estudiantes universitarios.

---

### 结构化摘要:

#### 目的

大学时期是一个重要的过渡阶段，个体在此期间从青春期迈入成年期，并面临各种心理、社会、经济、家庭及学业方面的挑战。在此期间，年轻成年人会部分或完全脱离家庭，逐渐获得独立，并必须适应新的生活环境。然而，个体应对这些挑战的能力存在差异；家庭关系和个人特征都对这种差异起着决定性作用。家庭作为围绕个体的终身系统，家庭内部关系的质量会影响个体的心理韧性和解决问题的能力。因此，本研究的主要目的是考察心理韧性在家庭和谐与大学生个人及社会问题之间关系中的中介作用。

在家庭系统理论的框架下，本研究检验了以下四个假设：（H1）家庭凝聚力预测心理韧性；（H2）心理韧性预测个人与社会问题；（H3）家庭凝聚力对个人与社会问题具有负向预测作用；（H4）心理韧性在上述关系中起中介作用。

#### 方法

本研究采用定量横断面调查设计。研究在土耳其马尔马拉地区东部的一所大学进行。数据通过2024–2025学年的春季学期，采用面对面方式分发结构化问卷收集。初始样本包括831名通过大学校园便利抽样获得的学生。为确保数据质量，采用了多重筛选程序。为保持样本在发展阶段上的同质性，将未满18岁或超过25岁的参与者排除在外。此外，调查中嵌入了两个控制问题，用于剔除漫不经心的回答。通过标准化z分（范围在-3至+3之间）剔除了异常值，最终分析样本为737名学生。

数据收集工具包括社会人口学项目以及三份标准化量表：家庭凝聚力量表（Duman、Kula、Ekşi & Demirci, 2018），这是一份包含5个项目、单因子量表，用于评估受访者对家庭内部和谐与情感亲密程度的感知；《简明韧性量表》（Doğan, 2015），该量表包含6个项目，用于评估从压力中恢复的能力；以及《大学生个人与社会问题量表》（Deniz & Eryılmaz, 2018），该量表包含19个项目，用于捕捉学术、家庭、经济、人际及职业方面的困难。

本研究进行的信度分析显示，家庭凝聚力量表的克隆巴赫 $\alpha$ 系数为0.88，简明心理韧性量表为0.81，大学生个人与社会问题量表为0.81，表明这些量表均具有较强的内部一致性。

研究采用了描述性分析、独立样本t检验、单因素方差分析（ANOVA）以及基于Hayes的PROCESS模型4的中介分析。数据分析采用SPSS软件及Hayes开发的PROCESS宏（模型4）进行。中介分析采用5,000次重采样的引导法（bootstrapping）。在此模型中，家庭凝聚力被设定为自变量，心理韧性为中介变量，个人与社会问题为因变量。

### 研究结果

最终样本包括737名学生，其中72.2%为女性，59.7%年龄在18至25岁之间。大多数（85.2%）受访者表示生活在核心家庭中，其余则来自大家庭或分居家庭结构。

根据参与者的年龄、性别、收入水平和家庭类型，对家庭凝聚力、心理韧性和个人-社会问题得分进行了差异分析。在年龄方面，所有变量均未发现统计学上的显著差异。就性别而言，男性的家庭凝聚力和心理韧性平均得分均较高，而在个人-社会问题方面未观察到显著差异。同样，基于收入水平的分析显示，家庭凝聚力和心理韧性得分存在显著差异；但在个人与社会问题得分方面未发现统计学上的显著差异。就家庭类型而言，来自核心家庭的个体在家庭凝聚力得分上高于来自大家庭的个体，而在心理韧性和个人与社会问题方面，各组之间未发现显著差异。

### 中介分析模型得出了若干重要发现：

家庭凝聚力显著预测心理韧性（ $B = .201, p < .001$ ）。感知家庭凝聚力更强的学生表现出更高的韧性水平。心理韧性显著预测个人与社会问题，即韧性越高，相关困难越少（ $B = -.310, p < .001$ ）。家庭凝聚力对个人与社会问题具有显著的负向预测作用（ $B = -.0742, p < 0.001$ ）。来自和谐家庭的学生报告的个人与社会困难较少。心理韧性在家庭凝聚力与个人与社会问题之间的关系中表现出部分中介作用（间接效应 =  $-0.062$ , BootLLCI =  $-0.107$ , BootULCI =  $-0.0280$ ）。尽管韧性解释了部分关系，但直接效应仍然显著，这表明它起的是部分中介作用而非完全中介作用。这些发现共同支持了本研究的假设，并表明家庭凝聚力既直接又间接（通过心理韧性）地有助于降低大学生的个人与社会问题水平。

### 结论

本研究在家庭系统理论框架下，探讨了心理韧性在家庭凝聚力与大学生个人-社会问题关系中的中介作用。研究结果首先揭示，家庭凝聚力对心理韧性具有积极影响。这与先前研究一致，即心理支持性家庭氛围与韧性之间存在正相关关系（Al-Smadi et al., 2024）。同样，Sevilla (2025) 和 Broll et al. (2025) 的研究也表明，家庭凝聚力是增强个体韧性能力的重要因素。因此，可以推断，一个凝聚力强的家庭环境能够增强心理韧性 and helps to improve emotional tolerance.

第二项主要发现表明，心理韧性可减少个人与社会层面的问题。韧性水平较高的学生报告的困难较少。这一结果与多项研究一致，这些研究表明心理韧性和社会支持与较少的精神健康问题相关（Zhu 等, 2024）。同样，韧性的增强也与各领域更积极的生活态度相关（Shu 等, 2022）。

研究还发现，家庭凝聚力越强的人，其个人与社会问题就越少。现有文献支持这些发现，相关研究表明家庭凝聚力与抑郁症呈负相关（Bian 等, 2024），并有证据表明家庭凝聚力有助于促进更好的社会适应（Ye 等, 2021）。一项最重要的发现是，心理韧性部分中介了家庭凝聚力与个人及社会问题之间的关系，这表明学生的困难不仅受家庭因素影响，也受个体心理资源的影响。总体而言，本研究得出结论：要理解大学生的个人与社会问题，必须同时考虑家庭相关因素和个体因素。鉴于本研究具有横断面研究的性质，未来研究应采用不同的样本和变量。

**关键词：** 家庭凝聚力、心理韧性、个人与社会问题、大学生。

---

### Структурированное Резюме:

#### Цель

Годы обучения в университете представляют собой важный переходный период, в ходе которого люди переходят из подросткового возраста во взрослую жизнь и сталкиваются с различными психологическими, социальными, экономическими, семейными и академическими вызовами. В это время молодые люди частично или полностью отдаляются от своих семей, обретают все большую независимость и вынуждены адаптироваться к новым условиям жизни. Однако способность людей справляться с этими вызовами различается; решающую роль в этих различиях играют как семейные отношения, так и личностные особенности. Семья выступает в качестве системы, сопровождающей человека на протяжении всей жизни, и качество отношений внутри семьи может влиять на его психологическую устойчивость и способность решать проблемы. Соответственно, основной целью данного исследования является изучение посреднической роли психологической устойчивости в взаимосвязи между семейной гармонией и личностно-социальными проблемами у студентов университетов.

В рамках теории семейных систем в данном исследовании были проверены четыре гипотезы: (H1) сплоченность семьи предсказывает психологическую устойчивость; (H2) психологическая устойчивость предсказывает личностно-социальные проблемы; (H3) сплоченность семьи отрицательно предсказывает личностно-социальные проблемы; и (H4) психологическая устойчивость выступает посредником в этой взаимосвязи.

#### Метод

В данном исследовании использовался количественный перекрестный опросный дизайн. Исследование проводилось в университете, расположенном в восточной части Мармарийского региона Турции. Сбор данных осуществлялся посредством личного анкетирования с использованием структурированных анкет в течение весеннего семестра 2024–2025 учебного года. Первоначальная выборка состояла из 831 студента, отобранных методом удобной выборки на территории университетского кампуса. Для обеспечения качества данных были применены многоступенчатые процедуры отбора. Участники младше 18 или старше 25 лет были исключены для обеспечения однородности выборки с точки зрения уровня развития. Кроме того, для исключения невнимательных ответов использовались два контрольных вопроса, включённых в анкету. Выбросы были удалены с помощью стандартизированных z-оценок (в диапазоне от -3 до +3), в результате чего окончательная аналитическая выборка составила 737 студентов.

Инструмент сбора данных включал социально-демографические вопросы и три стандартизированные шкалы: Шкалу семейной сплоченности (Duman, Kula, Ekşi & Demirci, 2018) — однофакторную шкалу из пяти пунктов, оценивающую воспринимаемую гармонию и эмоциональную близость в семье; Краткая шкала психологической устойчивости (Doğan, 2015) — шестипунктовая шкала, оценивающая способность восстанавливаться после стресса; и Шкала личностно-социальных проблем для студентов вузов (Deniz & Eryılmaz, 2018) — 19-пунктовая шкала, отражающая трудности академического, семейного, финансового, межличностного и профессионального характера.

Анализ надежности, проведенный в рамках данного исследования, показал коэффициенты альфа Кронбаха, равные 0,88 for Шкалы семейной сплоченности, 0,81 for Краткой шкалы психологической устойчивости and 0,81 for Шкалы личностно-социальных проблем, что свидетельствует о высокой внутренней согласованности.

Были использованы дескриптивный анализ, t-критерий для независимых выборок, однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA) и тест на медиацию, основанный на модели PROCESS 4 Хейса. Анализ данных проводился с использованием SPSS и макроса PROCESS (модель 4), разработанного Хейсом. Анализ медиации осуществлялся с помощью метода бутстреппинга с 5 000 повторных выборок. В данной модели семейная сплоченность была определена в качестве независимой переменной, психологическая резилиентность — в качестве медиатора, а личностно-социальные проблемы — в качестве зависимой переменной.

## Результаты

Окончательная выборка состояла из 737 студентов, из которых 72,2 % составляли женщины, а 59,7 % были в возрасте от 18 to 25 years. Большинство (85.2%) сообщили, что проживают в нуклеарных семьях, тогда как остальные происходили из расширенных или разделенных семейных структур.

Различия в показателях семейной сплоченности, психологической устойчивости и личностно-социальных проблем анализировались с учетом возраста, пола, уровня дохода и типа семьи участников. Не было выявлено статистически значимых различий по любой из переменных в зависимости от возраста. Что касается пола, то у мужчин были зафиксированы более высокие средние показатели как по семейной сплоченности, так и по психологической устойчивости, тогда как по личностно-социальным проблемам значимых различий не наблюдалось. Аналогичным образом, анализ, основанный на уровне дохода, выявил значимые различия в показателях семейной сплоченности и психологической устойчивости; однако статистически значимых различий в показателях личностно-социальных проблем выявлено не было. Что касается типа семьи, то участники из нуклеарных семей демонстрировали более высокие показатели семейной сплоченности по сравнению с участниками из расширенных семей, в то время как значимых различий между группами в плане психологической устойчивости и личностно-социальных проблем обнаружено не было.

### Модель посредничества дала несколько значимых результатов:

Сплочённость семьи значимо предсказывала психологическую устойчивость ( $B = 0.201$ ,  $p < 0.001$ ). Студенты, которые воспринимали более сильную сплочённость семьи, демонстрировали более высокий уровень устойчивости. Психологическая устойчивость значимо предсказывала личностно-социальные проблемы, причем более высокая устойчивость ассоциировалась с меньшим количеством трудностей ( $B = -0.310$ ,  $p < 0.001$ ). Сплоченность семьи значимо и отрицательно предсказывала личностно-социальные проблемы ( $B = -0.742$ ,  $p < 0.001$ ). Студенты из гармоничных семей сообщали о меньшем количестве личностно-социальных трудностей. Психологическая резилиентность продемонстрировала частичный опосредующий эффект в связи между семейной сплоченностью и личностно-социальными проблемами (косвенный эффект =  $-0,062$ , BootLLCI =  $-0,107$  и BootULCI =  $-0,0280$ ). Хотя психологическая устойчивость объясняла часть этой взаимосвязи, прямой эффект оставался значимым, что указывает на частичное, а не полное посредничество. В совокупности эти результаты подтверждают гипотезы исследования и демонстрируют, что семейная сплоченность способствует как прямую, так и опосредованно — через психологическую устойчивость — снижению уровня личностно-социальных проблем среди студентов университетов.

## Заключение

В данном исследовании в рамках теории семейных систем была изучена посредническая роль психологической резильентности в взаимосвязи между семейной сплоченностью и личностно-социальными проблемами у студентов вузов. Результаты, во-первых, показали, что семейная сплоченность положительно влияет на психологическую резильентность. Это согласуется с предыдущими исследованиями, демонстрирующими положительную связь между психологически поддерживающей семейной атмосферой и резильентностью (Al-Smadi et al., 2024). Аналогичным образом, исследования Севильи (2025) и Бролла и др. (2025) указывают на то, что семейная сплоченность служит важным фактором, укрепляющим способность индивидуума к резилиентности. Таким образом, можно сделать вывод, что сплоченная семейная среда усиливает психологическую стойкость и способствует повышению эмоциональной выносливости.

Второй важный результат показал, что психологическая устойчивость снижает количество личностно-социальных проблем. Студенты с более высоким уровнем устойчивости сообщали о меньшем количестве трудностей. Этот результат согласуется с исследованиями, демонстрирующими, что психологическая устойчивость и социальная поддержка связаны с меньшим количеством проблем с психическим здоровьем (Zhu et al., 2024). Аналогичным образом, повышение уровня устойчивости также коррелирует с более позитивным взглядом на жизнь в различных сферах (Shu et al., 2022).

Исследование также показало, что люди с более высокой степенью семейной сплоченности сталкиваются с меньшим количеством личностно-социальных проблем. Существующая литература подтверждает эти выводы, указывая на отрицательную связь между семейной сплоченностью и

депрессией (Bian et al., 2024), а также приводя данные о том, что семейная сплоченность способствует лучшей социальной адаптации (Ye et al., 2021). Одним из наиболее значимых выводов является то, что психологическая резильентность частично опосредует связь между сплочённостью семьи и личностно-социальными проблемами, что указывает на то, что на трудности студентов влияют не только семейные факторы, но и индивидуальные психологические ресурсы. В целом, исследование приходит к выводу, что для понимания личностно-социальных проблем студентов университетов необходимо учитывать как семейные, так и индивидуальные факторы. Учитывая пересечение характера исследования, будущие исследования должны охватывать различные выборки и переменные. должны охватывать различные выборки и переменные, учитывая пересечение характер исследования.

**Ключевые слова:** семейная сплоченность, психологическая устойчивость, личностно-социальные проблемы, студенты университетов.

## संरचित सारांशः

### उद्देश्य

विश्वविद्यालय के वर्ष एक महत्वपूर्ण संक्रमणकालीन अवधि को दर्शाते हैं, जिसके दौरान व्यक्ति किशोरावस्था से वयस्कता में प्रवेश करते हैं और विभिन्न मनोवैज्ञानिक, सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और शैक्षणिक चुनौतियों का सामना करते हैं। इस दौरान, युवा वयस्क आंशिक रूप से या पूरी तरह से अपने परिवारों से दूरी बना लेते हैं, उन्हें बढ़ती स्वतंत्रता मिलती है, और उन्हें जीवन की नई परिस्थितियों के अनुकूल ढलना पड़ता है। हालाँकि, इन चुनौतियों से निपटने की क्षमता में व्यक्ति भिन्न होते हैं; इस भिन्नता में पारिवारिक संबंध और व्यक्तिगत विशेषताएँ दोनों एक निर्णायक भूमिका निभाते हैं।

परिवार एक आजीवन प्रणाली के रूप में व्यक्ति के चारों ओर रहता है, और परिवार के भीतर संबंधों की गुणवत्ता किसी की मनोवैज्ञानिक लचीलेपन और समस्या-समाधान क्षमता को प्रभावित कर सकती है। तदनुसार, इस अध्ययन का प्राथमिक उद्देश्य विश्वविद्यालय के छात्रों के बीच पारिवारिक सामंजस्य और व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं के बीच संबंध में मनोवैज्ञानिक लचीलेपन की मध्यस्थ भूमिका की जांच करना है।

पारिवारिक प्रणाली सिद्धांत के ढांचे के भीतर, इस अध्ययन में चार परिकल्पनाओं का परीक्षण किया गया: (H1) पारिवारिक एकता मनोवैज्ञानिक लचीलेपन की भविष्यवाणी करती है; (H2) मनोवैज्ञानिक लचीलापन व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं की भविष्यवाणी करता है; (H3) पारिवारिक एकता व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं की नकारात्मक भविष्यवाणी करती है; और (H4) मनोवैज्ञानिक लचीलापन इस संबंध में मध्यस्थता करता है।

### विधि

इस अध्ययन में एक मात्रात्मक, क्रॉस-सेक्शनल सर्वेक्षण डिजाइन का उपयोग किया गया। यह शोध तुर्की के मारमारा क्षेत्र के पूर्वी भाग में स्थित एक विश्वविद्यालय में किया गया था। 2024-2025 शैक्षणिक वर्ष के वसंत सत्र के दौरान संरचित प्रश्नावली के आमने-सामने प्रशासन के माध्यम से डेटा एकत्र किया गया। प्रारंभिक नमूने में विश्वविद्यालय परिसर पर सुविधा नमूनाकरण (convenience sampling) के माध्यम से पहुँचे 831 छात्र शामिल थे। डेटा की गुणवत्ता सुनिश्चित करने के लिए, कई स्क्रीनिंग प्रक्रियाएँ लागू की गईं।

विकासात्मक रूप से एकरूप नमूना बनाए रखने के लिए 18 वर्ष से कम या 25 वर्ष से अधिक आयु के प्रतिभागियों को बाहर रखा गया। इसके अतिरिक्त, सर्वेक्षण में शामिल दो नियंत्रण प्रश्नों का उपयोग लापरवाह प्रतिक्रियाओं को हटाने के लिए किया गया। मानकीकृत z-स्कोर (-3 और +3 के बीच) के माध्यम से आउटलायर्स को हटा दिया गया, जिसके परिणामस्वरूप 737 छात्रों का अंतिम विश्लेषणात्मक नमूना तैयार हुआ।

डेटा संग्रह उपकरण में सामाजिक-जनसांख्यिकीय आइटम और तीन मानकीकृत पैमाने शामिल थे: पारिवारिक एकता पैमाना (डुमान, कुला, एक्शी और डेमिरची, 2018), एक पाँच-आइटम, एकल-कारक पैमाना जो परिवार के भीतर कथित सामंजस्य और भावनात्मक निकटता का आकलन करता है; ब्रीफ रेजिलिएंस स्केल (दोगान, 2015), जो तनाव से उबरने की क्षमता का आकलन करने वाला छह-आइटम का माप है; और विश्वविद्यालय के छात्रों के लिए व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं का पैमाना (डेनज़ और एर्यिलमाज़, 2018), जो शैक्षणिक, परिवार-संबंधी, वित्तीय, पारस्परिक और करियर-संबंधी कठिनाइयों को दर्शाने वाला 19-आइटम का पैमाना है।

इस अध्ययन में किए गए विश्वसनीयता विश्लेषण में पारिवारिक एकता पैमाने के लिए क्रोनबैक का अल्फा गुणांक .88, संक्षिप्त मनोवैज्ञानिक लचीलापन पैमाने के लिए .81, और व्यक्तिगत-सामाजिक समस्या पैमाने के लिए .81 प्राप्त हुए, जो मजबूत आंतरिक स्थिरता को इंगित करता है।

वर्णनात्मक विश्लेषण, स्वतंत्र नमूना टी-परीक्षण, एक-तरफा एएनओवीए, और हेज़ के प्रोसेस मॉडल 4 पर आधारित एक मध्यस्थता परीक्षण का उपयोग किया गया।

डेटा का विश्लेषण SPSS और हेज़ द्वारा विकसित PROCESS मैक्रो (मॉडल 4) का उपयोग करके किया गया। मध्यस्थता विश्लेषण 5,000 पुनः-नमूनों के साथ बूटस्ट्रेपिंग का उपयोग करके किया गया। इस मॉडल में, पारिवारिक एकजुटता को स्वतंत्र चर, मनोवैज्ञानिक लचीलापन को मध्यस्थ, और व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं को आश्रित चर के रूप में निर्दिष्ट किया गया था।

### निष्कर्ष

अंतिम नमूने में 737 छात्र शामिल थे, जिनमें से 72.2% महिलाएँ थीं और 59.7% 18 से 25 वर्ष की आयु के बीच थे। बहुमत (85.2%) ने परमाणु परिवारों में रहने की सूचना दी, जबकि शेष विस्तारित या पृथक पारिवारिक संरचनाओं से थे।

प्रतिभागियों की आयु, लिंग, आय स्तर और परिवार के प्रकार के अनुसार पारिवारिक एकता, मनोवैज्ञानिक लचीलापन और व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं के स्कोर में अंतर की जांच की गई। आयु के संबंध में किसी भी चर में कोई सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अंतर नहीं पाया गया। लिंग के मामले में, पुरुषों में पारिवारिक एकता और मनोवैज्ञानिक लचीलापन दोनों में उच्च औसत स्कोर पाए गए, जबकि व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं देखा गया। इसी तरह, आय स्तर पर आधारित विश्लेषणों ने पारिवारिक एकता और मनोवैज्ञानिक लचीलेपन के स्कोर में महत्वपूर्ण अंतर प्रकट किए; हालाँकि, व्यक्तिगत-सामाजिक समस्या स्कोर में कोई सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अंतर नहीं पाया गया। पारिवारिक प्रकार के संबंध में, परमाणु परिवारों के व्यक्तियों ने विस्तारित परिवारों के व्यक्तियों की तुलना में उच्च पारिवारिक एकता स्कोर प्रदर्शित किया, जबकि मनोवैज्ञानिक लचीलेपन और व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं के मामले में समूहों के बीच कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं पाया गया।

### मध्यस्थता मॉडल से कई महत्वपूर्ण निष्कर्ष सामने आए:

पारिवारिक एकता ने मनोवैज्ञानिक लचीलेपन की महत्वपूर्ण रूप से भविष्यवाणी की ( $B = .201, p < .001$ )। जिन छात्रों ने पारिवारिक एकता को मजबूत महसूस किया, उनमें लचीलेपन का स्तर अधिक था। मनोवैज्ञानिक लचीलेपन ने व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं की महत्वपूर्ण रूप से भविष्यवाणी की, इस प्रकार कि अधिक लचीलेपन से कम कठिनाइयों का संबंध था ( $B = -.310, p < .001$ )।

पारिवारिक एकता ने व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं की महत्वपूर्ण और नकारात्मक रूप से भविष्यवाणी की ( $B = -.742, p < .001$ )। सौहार्दपूर्ण परिवारों के छात्रों ने कम व्यक्तिगत-सामाजिक कठिनाइयों की सूचना दी। मनोवैज्ञानिक लचीलेपन ने पारिवारिक एकता और व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं के बीच संबंध पर एक आंशिक मध्यस्थ प्रभाव प्रदर्शित किया (अप्रत्यक्ष प्रभाव =  $-.062$ , BootLLCI =  $-.107$ , और BootULCI =  $-.0280$ )। हालाँकि लचीलापन संबंध के एक हिस्से के लिए जिम्मेदार था, प्रत्यक्ष प्रभाव महत्वपूर्ण बना रहा, जो पूर्ण मध्यस्थता के बजाय आंशिक मध्यस्थता को इंगित करता है। ये निष्कर्ष सामूहिक रूप से अध्ययन की परिकल्पनाओं का समर्थन करते हैं और यह दर्शाते हैं कि पारिवारिक एकता विश्वविद्यालय के छात्रों में व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं के निम्न स्तर में सीधे और अप्रत्यक्ष रूप से—मनोवैज्ञानिक लचीलेपन के माध्यम से—योगदान करती है।

### निष्कर्ष

इस अध्ययन में, विश्वविद्यालय के छात्रों के बीच पारिवारिक एकता और व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं के बीच संबंध में मनोवैज्ञानिक लचीलेपन की मध्यस्थ भूमिका की जांच पारिवारिक प्रणाली सिद्धांत के ढाँचे के भीतर की गई थी। निष्कर्षों ने सबसे पहले यह प्रकट किया कि पारिवारिक एकता मनोवैज्ञानिक लचीलेपन को सकारात्मक रूप से प्रभावित करती है। यह मनोवैज्ञानिक रूप से सहायक पारिवारिक माहौल और लचीलेपन के बीच सकारात्मक संबंध को दर्शाने वाले पिछले शोध (अल-स्मादी एट अल., 2024) के अनुरूप है।

इसी तरह, सेविला (2025) और ब्रॉल एट अल. (2025) के अध्ययन यह इंगित करते हैं कि पारिवारिक एकता एक महत्वपूर्ण कारक के रूप में कार्य करती है जो व्यक्तियों की लचीलेपन की क्षमता को मजबूत करती है। इस प्रकार, यह

nişkerş nıkala ja sakata hai ki ek suşangathit parivarik vataavaraṇa manovaişjanik şakti ko bđata hai aur ağik bhavnaत्मक सहनशक्ति में योगदान deta hai।

दूसरे प्रमुख निşkerş से pata chala ki manovaişjanik lachiłapana vyaktigat-samajik samasyaओं को कम करता hai। उच्च स्तर की लचीलापन वाले छात्रों ने कम कठिनाइयों की सूचना दी। यह निşkerş उन अध्ययनों के अनुरूप है जो यह दर्शाते हैं कि मनोवैज्ञानिक लचीलापन और सामाजिक समर्थन कम मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जुड़े हैं (झू एट अल., 2024)। इसी तरह, लचीलापन में वृद्धि विभिन्न क्षेत्रों में अधिक सकारात्मक जीवन दृष्टिकोण से भी संबंधित है (शु एट अल., 2022)।

अध्ययन में यह भी पाया गया कि उच्च पारिवारिक एकता वाले व्यक्तियों को कम व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं का अनुभव होता है। मौजूदा साहित्य पारिवारिक एकता और अवसाद के बीच एक नकारात्मक संबंध (Bian et al., 2024) की रिपोर्टिंग के साथ-साथ इस बात के सबूतों से इन निşkerşों का समर्थन करता है कि पारिवारिक एकता बेहतर सामाजिक समायोजन को बढ़ावा देती है (Ye et al., 2021)।

सबसे महत्वपूर्ण निşkerşों में से एक यह है कि मनोवैज्ञानिक लचीलापन पारिवारिक एकता और व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं के बीच के संबंध को आंशिक रूप से मध्यस्थता करता है, जो यह दर्शाता है कि छात्रों की कठिनाइयों पर न केवल पारिवारिक कारकों बल्कि व्यक्तिगत मनोवैज्ञानिक संसाधनों का भी प्रभाव पड़ता है। कुल मिलाकर, अध्ययन यह निşkerş निकालता है कि विश्वविद्यालय के छात्रों की व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याओं को समझने के लिए पारिवारिक और व्यक्तिगत दोनों कारकों पर विचार करने की आवश्यकता है। शोध की क्रॉस-सेक्शनल प्रकृति को देखते हुए, भविष्य के अध्ययनों में विभिन्न नमूनों और चरों को शामिल करना चाहिए।

**कीवर्ड:** पारिवारिक एकता, मनोवैज्ञानिक लचीलापन, व्यक्तिगत-सामाजिक समस्याएं, विश्वविद्यालय के छात्र।

#### Yapılandırılmış Özet:

##### Amaç

Üniversite yılları, bireylerin ergenlikten yetişkinliğe geçiş yaptığı ve çeşitli psikolojik, sosyal, ekonomik, ailesel ve akademik zorluklarla karşılaştığı önemli bir geçiş dönemini temsil etmektedir. Bu süreçte genç yetişkinler ailelerinden kısmen ya da tamamen uzaklaşmakta, giderek artan bir bağımsızlık kazanmakta ve yeni yaşam koşullarına uyum sağlamak durumunda kalmaktadır. Bununla birlikte bireylerin bu zorluklarla başa çıkma becerileri farklılık göstermekte; bu farklılıkta hem aile ilişkileri hem de bireysel özellikler belirleyici rol oynamaktadır. Aile, bireyi yaşam boyu çevreleyen bir sistem olarak işlev görmektedir ve aile içi ilişkilerin niteliği, bireyin psikolojik sağlamlığını ve problem çözme kapasitesini etkileyebilmektedir. Bu kapsamda çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinde aile uyumu ile kişisel-sosyal sorunlar arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolünü incelemektir.

Aile Sistemleri Kuramı çerçevesinde yapılandırılan bu çalışmada dört hipotez test edilmiştir: (H1) Aile uyumu psikolojik sağlamlığı yordar; (H2) psikolojik sağlamlık kişisel-sosyal sorunları yordar; (H3) aile uyumu kişisel-sosyal sorunları negatif yönde yordar; (H4) psikolojik sağlamlık bu ilişkide aracılık rolü üstlenir.

##### Yöntem

Bu çalışma nicel, kesitsel tarama modeline sahiptir. Araştırma, Türkiye'nin Marmara Bölgesi'nin doğusunda yer alan bir üniversitede yürütülmüştür. Veriler, 2024-2025 akademik yılı Bahar döneminde yapılandırılmış anketlerin yüz yüze uygulanması yoluyla toplanmıştır. Başlangıç örnekleme, üniversite kampüsünde kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılan 831 öğrenciden oluşmuştur. Veri kalitesini sağlamak amacıyla çeşitli eleme işlemleri uygulanmıştır. Gelişimsel açıdan homojen bir örneklem elde etmek için 18 yaş altı ve 25 yaş üstü katılımcılar analiz dışı bırakılmıştır. Ayrıca ankete yerleştirilen iki kontrol sorusu aracılığıyla dikkatsiz yanıtlar elenmiştir. Aykırı değerler, standartlaştırılmış z puanları (-3 ile +3 aralığı) kullanılarak çıkarılmış ve nihai örneklem 737 öğrenciden oluşmuştur.

Veri toplama aracı; sosyodemografik sorular ile üç standart ölçekten oluşmaktadır: Aile Uyumu Ölçeği (Duman Kula, Ekşi ve Demirci, 2018), aile içi uyum ve duygusal yakınlığı ölçen beş maddeli tek faktörlü bir ölçektir; Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (Doğan, 2015), bireyin stresten toparlanma kapasitesini

ölçen altı maddelik bir ölçektir; Üniversite Öğrencileri Kişisel–Sosyal Sorunlar Ölçeği (Deniz ve Eryılmaz, 2018) ise akademik, ailevi, ekonomik, kişiler arası ve kariyerle ilgili güçlükleri ölçen 19 maddelik bir ölçektir.

Bu çalışmada yapılan güvenirlik analizlerinde Cronbach alfa katsayıları Aile Uyumu Ölçeği için .88, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği için .81 ve Kişisel–Sosyal Sorunlar Ölçeği için .81 olarak bulunmuş ve bu değerler yüksek iç tutarlılığa işaret etmiştir.

Verilerin analizinde betimsel istatistikler, bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi ve PROCESS Macro (Model 4) kullanılarak aracılık analizi uygulanmıştır. Analizler SPSS programı ve PROCESS Macro (Model 4) aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Aracılık analizi 5.000 bootstrap örnekleme kullanılarak yürütülmüştür. Modelde aile uyumu bağımsız değişken, psikolojik sağlamlık aracı değişken ve kişisel–sosyal sorunlar bağımlı değişken olarak belirlenmiştir.

### Bulgular

Nihai örneklem 737 öğrenciden oluşmakta olup katılımcıların %72,2’si kadın, %59,7’si 18–25 yaş aralığındadır. Katılımcıların büyük çoğunluğu (%85,2) çekirdek ailede yaşamaktadır.

Aile uyumu, psikolojik sağlamlık ve kişisel–sosyal sorunların yaş, cinsiyet, gelir düzeyi ve aile tipine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Yaş göre hiçbir değişkende anlamlı farklılık bulunmamıştır. Cinsiyet açısından erkeklerin hem aile uyumu hem de psikolojik sağlamlık puanlarının daha yüksek olduğu; ancak kişisel–sosyal sorunlar açısından anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Gelir düzeyine göre yapılan analizlerde aile uyumu ve psikolojik sağlamlıkta anlamlı farklılıklar tespit edilmiş, ancak kişisel–sosyal sorunlarda anlamlı fark bulunmamıştır. Aile tipine göre ise çekirdek aileden gelen bireylerin aile uyumu puanlarının daha yüksek olduğu; psikolojik sağlamlık ve kişisel–sosyal sorunlarda anlamlı farklılık bulunmadığı belirlenmiştir.

Aracılık modeli sonuçları şu bulguları ortaya koymuştur:

Aile uyumu psikolojik sağlamlığı anlamlı ve pozitif yönde yordamaktadır ( $B = .201, p < .001$ ). Aile uyumunun yüksek algılandığı durumlarda psikolojik sağlamlık da artmaktadır. Psikolojik sağlamlık kişisel–sosyal sorunları anlamlı ve negatif yönde yordamaktadır ( $B = -.310, p < .001$ ); yani psikolojik sağlamlık arttıkça sorun düzeyi azalmaktadır. Aile uyumu kişisel–sosyal sorunları anlamlı ve negatif yönde yordamaktadır ( $B = -.742, p < .001$ ); aile uyumu yüksek olan öğrenciler daha az sorun yaşamaktadır. Psikolojik sağlamlığın aracılık etkisinin kısmi olduğu bulunmuştur (dolaylı etki =  $-.062$ ; BootLLCI =  $-.107$ ; BootULCI =  $-.0280$ ). Doğrudan etki anlamlılığını koruduğundan tam değil kısmi aracılık söz konusudur. Bu bulgular, aile uyumunun hem doğrudan hem de psikolojik sağlamlık aracılığıyla dolaylı olarak kişisel–sosyal sorunları azalttığını göstermektedir.

### Sonuç

Bu çalışmada, Aile Sistemleri Kuramı çerçevesinde üniversite öğrencilerinde aile uyumu ile kişisel–sosyal sorunlar arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracılık rolü incelenmiştir. Bulgular, aile uyumunun psikolojik sağlamlığı pozitif yönde etkilediğini göstermiştir. Bu durum, psikolojik açıdan destekleyici aile ortamlarının dayanıklılığı artırdığına dair önceki çalışmalarla uyumludur (Al-Smadi vd., 2024; Sevilla, 2025; Broll vd., 2025).

İkinci önemli bulgu, psikolojik sağlamlığın kişisel–sosyal sorunları azaltıcı etkisidir. Psikolojik sağlamlığı yüksek olan öğrenciler daha az sorun bildirmiştir. Bu sonuç, psikolojik sağlamlık ve sosyal desteğin daha az ruh sağlığı problemi ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalarla örtüşmektedir (Zhu vd., 2024). Ayrıca psikolojik sağlamlığın artmasının bireylerin yaşamı daha olumlu değerlendirmesiyle ilişkili olduğu da belirtilmektedir (Shuo vd., 2022).

Bununla birlikte aile uyumu yüksek olan bireylerin daha az kişisel–sosyal sorun yaşadığı belirlenmiştir. Literatürde de aile uyumu ile depresyon arasında negatif ilişki olduğu ve aile uyumunun sosyal uyumu desteklediği ifade edilmektedir (Bian vd., 2024; Ye vd., 2021). En önemli bulgulardan biri ise psikolojik sağlamlığın bu ilişkide kısmi aracı rol oynamasıdır. Bu durum, öğrencilerin yaşadığı sorunların yalnızca ailevi faktörlerle değil, aynı zamanda bireysel psikolojik kaynaklarla da ilişkili olduğunu göstermektedir.

Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin kişisel–sosyal sorunlarını anlamada hem aileye ilişkin hem de bireysel psikolojik faktörlerin birlikte ele alınması gerekmektedir. Araştırmanın kesitsel niteliği dikkate

---

alındığında, gelecekte farklı örneklemeler ve ek değişkenlerle yapılacak çalışmaların alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Aile Uyumu, Psikolojik Sağlamlık, Kişisel Sosyal Sorunlar, Üniversite Öğrencileri.

[www.turkishstudies.net/religion](http://www.turkishstudies.net/religion)**Turkish Studies - Comparative Religious Studies**

eISSN: 2667-5544

**ANKARA SCIENCE  
UNIVERSITY**

## **The Relationship Between Family Cohesion, Psychological Resilience, and Personal–Social Problems Among University Students**

### **Introduction**

The years of university education constitute a significant transitional period for individuals. During this time, students may encounter various challenges (Kaba & Keklik, 2016), and young people taking their first steps into adulthood may experience problems in psychological, social, economic, cultural, or academic domains (Doğan & Akçalı, 2021), while also having to adapt to the new conditions that life presents to them. At this point, family relationships and the psychological coping capacities that young individuals possess serve as important resources in dealing with potential difficulties. For example, it is known that the likelihood of experiencing mental health problems among young people is negatively associated with both family functioning and coping strategies (Osman et al., 2024).

A life without problems is not possible (Güner, 2000), and the problems encountered in human life are issues that need to be resolved for life to continue in a healthy and harmonious manner. The personal and social problems experienced by university students are no exception. In this context, the problems faced by young students during this period are not limited to academic issues related to university; rather, they may include economic, cultural, social, environmental, emotional, and other dimensions (Kara et al., 2019). Ultimately, during this period, individuals have -partially or entirely- separated from their families of origin, achieved economic independence, and gained autonomy in decisions related to social life. However, individuals differ in their ability to cope with problems (Ocak & Güler, 2013). In this regard, previously acquired individual and familial characteristics are associated with a capacity to manage such problems. The foundation of individuals' lifelong social and emotional skills lies in the healthy relationships established within the family (Kars & Peker, 2025).

Within this framework, the primary research question of the study is whether psychological resilience plays a mediating role in the effect of family cohesion on personal and social problems among university students. In other words, the main objective of the study is to determine the extent to which psychological resilience, as a characteristic shaped by the family as a system, mediates the relationship between family cohesion and personal–social problems among university students. Fundamentally, it is anticipated that personal and social problems are associated with the level of family cohesion and that psychological resilience mediates this relationship.

### **Conceptual and Theoretical Framework**

#### **Personal–Social Problems**

Individuals encounter various problems in their lives that they must resolve in order to continue their lives. The nature of these problems varies depending on the life stage and conditions

in which individuals find themselves. The university years, as a transitional period from adolescence to adulthood, are accompanied by processes such as identity and personality formation and efforts toward independence from the family (Poyraz et al., 2003). In their study, Şahin et al. (2009) identified the top three problems experienced by university students as economic problems, issues related to curricula, and problems concerning academic staff. In addition, they reported the existence of various other problems such as adaptation to the environment, personal–family issues, and administrative problems. Another more recent study examining the problems of university students, conducted using qualitative methods, found that students’ problems were grouped under categories such as economic problems, academic problems, adjustment problems, and social problems (Donat et al., 2019).

Özgüven (1992) described individuals in the university period as neither children nor adults and stated that they experience “the difficulties of the transition from childhood to adulthood”. In the same study, based on various research findings, it was noted that, in addition to developmental issues related to self and identity, students face problem areas such as economic life, health issues, leisure activities, family, and interpersonal relationships. The scale development study by Deniz and Eryılmaz (2018) also revealed that university students experience problems in the personal–social domain, including academic, family, career, and financial problems.

### **Family Cohesion**

Cohesion is defined as the compatibility among the parts of a whole (TDK, 2025). Based on this definition, family cohesion can be described as the compatibility among family members. Soner (2000) defined family cohesion as “the resolution of problems arising from the personal differences of individuals constituting the family and the conditions in which they live, in line with the holistic interests of the family system”. Family cohesion in personal or private domains reflects a balanced life between individuals, their family members, and their environment (Ip, 2014). In a cohesive family, members acknowledge each other’s achievements, maintain emotional closeness and attachment, and support and value one another’s well-being (Pottas, 2012).

The family is one of the most significant and determining factors in human life, and individuals’ lives are shaped depending on the characteristics of the family. This shaping may occur in either positive or negative ways. Positive characteristics such as strong relationships among family members or effective communication patterns contribute positively to individuals’ lives. In this respect, features that can be described as intra-family cohesion have an impact on individual life. The level of cohesion within the family is an issue that concerns each member and, consequently, society as a whole (Duman Kula, 2018).

### **Psychological Resilience**

Psychological resilience is the ability to recover quickly from challenging life experiences (Doğan, 2015). The English equivalent of the concept is “psychological resilience.” In its literal sense, resilience refers to the capacity of an object to return to its original form after being deformed under pressure (Merriam-Webster, 2025). The term “resilience” also carries the meaning of “the ability to overcome difficulties” (Karakaş, 2017). The noteworthy point here is not the absence of disruption, but rather the potential to return to the original state even after disruption. However, it should be noted that there is no complete consensus regarding the definition of psychological resilience (Gizir, 2007). In a concise definition, “psychological resilience ... can be explained as the ability of individuals to cope with events, situations, and difficulties, adapt, return to their previous state, and even continue their lives in a stronger manner” (Ağırkaya & Erdem, 2023, p. 658). It has been reported that factors such as general health, genetic predisposition, temperament, gender, cognitive capacity, coping ability, personality traits, home environment, and parenting practices influence psychological resilience in young people (Ayar, 2018).

---

### **Family Systems Theory**

Throughout history, many different theories have been developed to explain the family, one of which is family systems theory. “Family systems theory is a theory that focuses on the level of analysis centered on the family (...) and on the internal and external structures underlying changes in family behavior over time” (Erdugan, 2019, p. 16). According to this theory, the family is a system composed of subsystems such as spouses, children, and parents. In other words, the mother, father, children, and other family members constitute the subsystems of the main family system, and each subsystem has its own specific functions (Algan, 2022).

In the systems approach, there is an emotional bond and a shared history within the family. The family is a structure that plans strategies to meet both the needs of its members and those of the family as a whole. At the same time, the family is a group composed of interacting elements (Yıldırım, 2020). In family systems theory, cohesion within the family system depends on the efforts of family members. It is assumed that the system will change depending on conditions and that, regardless of the source of the problem within the family, issues can be resolved through changes made within the system (Demirbilek, 2016).

The leading figure of family systems theory is Murray Bowen (Emecen & Yıldız, 2020). Bowen emphasizes both intergenerational relationships and the present. The main aim of his therapeutic approach is “to reduce anxiety within the family and, concurrently, to increase individuals’ differentiation and individuation” (Saçlı, 2025, p. 16). In his theory, Bowen defined concepts such as differentiation of self, triangles, the emotional system of the nuclear family, the family projection process, emotional distancing or emotional cutoff, the multigenerational transmission process, sibling position, and societal regression (Bowen, 1978, as cited in Gültekin Arayıcı & Tekinsav Sütçü, 2023).

### **The Relationship Between Variables in the Context of Family Systems Theory and the Hypotheses of the Study**

The family is a systemic whole composed of individuals in interaction (Robinson, 1980). At this point, family cohesion refers to the interaction among individuals within the family, and the level of this cohesion may influence individuals’ psychological resilience. It has been suggested that the family can function both as a risk factor and as a protective factor for psychological resilience (Gizir, 2007). In this sense, while families are expected to serve as a source of happiness and life satisfaction for individuals, they may also function as a source of unhappiness and problems (Yavuz & Özmete, 2012). However, during this process, the level of psychological resilience in individuals may affect how they experience and manage problems. Ungar et al. (2005) stated that psychological resilience in children and adolescents is associated with problem-solving skills and many other variables. Accordingly, this study aims to determine whether such relationships exist among family cohesion, psychological resilience, and personal–social problems, and, if so, to what extent.

A review of the literature reveals that various studies have examined the relationships among these variables. For example, Yıldırım (2025), in a study conducted with adolescents, found that family relationships are associated with individuals’ psychological resilience; similarly, Özen (2019), in another study with adolescents, reported a relationship between parental attitudes and psychological resilience. Eker et al. (2020), in a study with university students, found that perceived social support within the family significantly predicts psychological resilience. On the other hand, the presence of psychopathological conditions in parents has been identified as a risk factor for psychological resilience (Kararmak, 2006). Additionally, factors such as parental illness, divorce, inability to establish a healthy relationship with the child, and domestic violence constitute risks for psychological resilience (Özer, 2013).

In a study examining the relationship between university students' problems and psychological resilience, a negative relationship was found between these two variables (Oral & Karakurt, 2023). Similarly, another study conducted with adolescents identified a negative relationship between psychological resilience and both behavioral and emotional problems (Savi Çakar, 2018). Furthermore, research with adolescents indicated that higher levels of psychological resilience and social support are associated with fewer mental health problems (Zhu et al., 2024). Chang et al. (2023) also reported a negative relationship between psychological resilience and depression. Likewise, a study conducted with individuals with chronic illness found a negative relationship between psychological resilience and depression (Başarer Berber et al., 2025).

Numerous studies have also been conducted on the relationship between the family and individuals' problems. It has been reported that family cohesion is associated with internalizing and externalizing problems in adolescents, with a negative correlation between them (Sitnik-Warchulska et al., 2025). On the other hand, perceived family support has been found to be positively associated with emotional, social, and psychological well-being (An et al., 2024). According to a study conducted with adolescents, family cohesion is related to adolescents' stress levels, and a cohesive family environment facilitates children's psychological well-being and their ability to adapt to their environment (Windarwati et al., 2020). In another study, a negative correlation was reported between family cohesion and internet addiction (Çalık et al., 2024).

Within this framework, the model of the study and the hypotheses to be tested are as follows (Figure 1):

**Model:** Family Cohesion → Psychological Resilience → Personal–Social Problems

**Hypotheses:**

H1: Family cohesion significantly predicts psychological resilience.

H2: Psychological resilience significantly predicts personal–social problems.

H3: Family cohesion negatively predicts personal–social problems.

H4: Psychological resilience plays a mediating role in the relationship between family cohesion and personal–social problems.

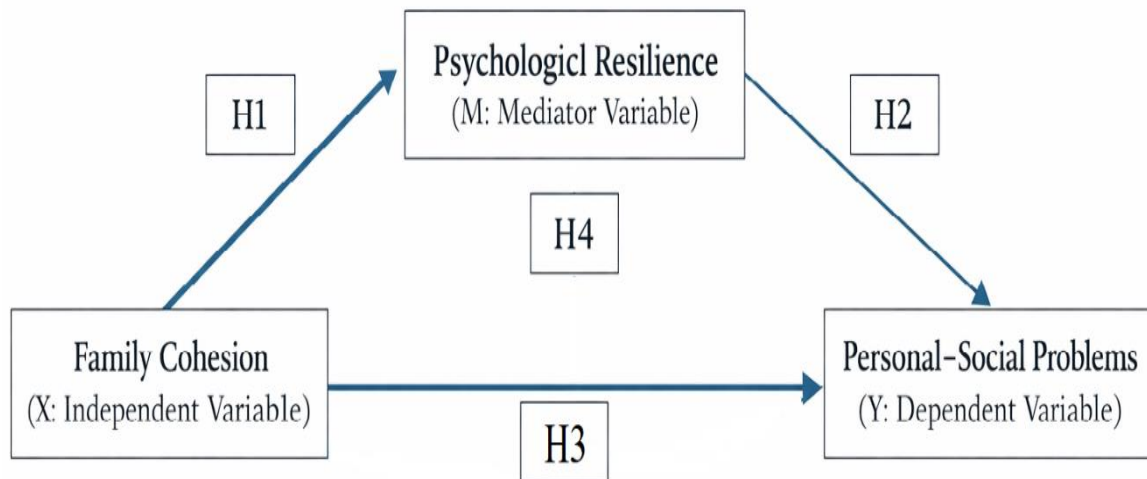


**Figure 1:** Theoretical Model of the Study

---

## **Method**

### **Research Model/Design**

The study employed a cross-sectional survey design using quantitative research techniques. The study sample was reached through face-to-face questionnaires, and a convenience sampling method was utilized. Basic descriptive analyses, difference and correlation tests, and mediator variable analysis (Model 4) were applied.

### **Study Group/Population and Sample**

The population of the study consists of university students in a city located in the eastern part of the Marmara Region. Within this scope, the sample consisted of 831 individuals who were reached through face-to-face questionnaires on the university campus in the relevant city. This sample group was obtained using a convenience sampling technique.

Since the primary focus of the research was on the problems of university students in the youth period, individuals under the age of 18 and over the age of 25 were excluded from the analysis following initial screening. Accordingly, the analysis was conducted with survey data from 797 participants. Subsequently, to ensure suitability for analysis, the data were cleaned, and after iterative procedures based on standardized z-scores within the range of -3 and +3, analyses were carried out with data from 737 participants.

### **Data Collection Instruments**

The questionnaire form prepared by the researcher included demographic questions, the Personal-Social Problems Scale for University Students (Deniz & Eryılmaz, 2018), the Brief Psychological Resilience Scale (Doğan, 2015), and the Family Cohesion Scale (Duman Kula, Ekşi, & Demirci, 2018).

The Family Cohesion Scale consists of five items and a single factor, with scores ranging from 5 to 25. The Cronbach's alpha reliability coefficient of the scale was reported as .92 (Duman Kula, Ekşi, & Demirci, 2018). The Personal-Social Problems Scale has 19 items, and its total score internal consistency coefficient was found to be 0.85 (Deniz & Eryılmaz, 2018). The Brief Psychological Resilience Scale consists of six items, with an internal consistency coefficient of 0.83 (Doğan, 2015). In the present study, the internal consistency coefficients were found to be .88 for the Family Cohesion Scale, .81 for the Brief Psychological Resilience Scale, and 0.81 for the Personal-Social Problems Scale.

In addition, two control questions were included in the questionnaire form, and respondents were asked to leave these items blank. During data entry, questionnaires identified as having erroneous responses were excluded from the analysis.

### **Data Collection and Analysis**

The data were collected on a university campus in a city located in the eastern Marmara Region. Questionnaires were administered face-to-face with the assistance of volunteer students on campus, and the collected data were subsequently transferred into a digital format and prepared for analysis. The questionnaires were collected at the end of the Spring Semester of the 2024-2025 academic year.

For the analysis of the data, a data cleaning procedure was first conducted. Questionnaires in which the two control questions -intended to be left blank- were answered were excluded from the analysis. Additionally, another consideration during the study was that participants should be citizens of the Republic of Türkiye. Since the scales used in the study were developed for Turkish students, questionnaires from foreign nationals were not included in the analysis. Following these procedures,

the analysis initially began with 831 questionnaires and, as stated above, was ultimately conducted with a dataset of 737 participants after exclusions based on age and standardized z-scores.

After data cleaning and preparation, basic descriptive statistics, independent samples t-tests, one-way analysis of variance (ANOVA), reliability analyses, and mediation analysis (Model 4) using the SPSS PROCESS Macro were performed. In the analysis using the bootstrap technique, family cohesion was defined as the independent variable, psychological resilience as the mediator variable, and personal–social problems as the dependent variable. Mediation analysis is used to understand how the relationship between an independent variable (X) and a dependent variable (Y) occurs, focusing on whether the mediator variable (M) explains the relationship between the two (Gürbüz, 2019). In other words, mediation analysis examines whether the independent variable affects the dependent variable through the mediator variable (Bozkurt, 2023).

### Research Ethics

In order to conduct the study, the questionnaire form and other documents prepared regarding the scope of the study were submitted to the Social and Human Sciences Ethics Committee of Sakarya University. According to Decision No. “22” taken at Meeting No. 81 dated 12.02.2025, the application was approved and the necessary ethical permission was obtained. In addition, participation in the study was based on voluntary consent.

### Findings

In this section of the study, the findings obtained from the field research are presented with tables. First, the sociodemographic characteristics of the participants (age, gender, income, and family type) are presented. Then, differences in family cohesion, psychological resilience, and personal–social problems according to sociodemographic variables are examined. Finally, the analyses and results related to the hypothesis testing are reported.

### Sociodemographic Characteristics

The distribution of participants according to age, gender, income level, and family type is presented in Table 1.

**Table 1:** Sociodemographic Characteristics of Participants

| Age                       | n   | %    |
|---------------------------|-----|------|
| 18–21                     | 440 | 59.7 |
| 22–25                     | 297 | 40.3 |
| <b>Gender</b>             |     |      |
| Female                    | 532 | 72.2 |
| Male                      | 205 | 27.8 |
| <b>Income*</b>            |     |      |
| Less than 25.000 TL       | 161 | 21.8 |
| 25.001–50.000 TL          | 261 | 35.4 |
| 50.001–75.000 TL          | 180 | 24.4 |
| 75.001–100.000 TL         | 81  | 11.0 |
| 100.001 TL and above      | 54  | 7.3  |
| <b>Family Type</b>        |     |      |
| Nuclear family            | 628 | 85.2 |
| Extended family           | 92  | 12.5 |
| Divorced/separated family | 17  | 2.3  |

\*The monthly minimum wage in Türkiye in 2025, the period during which the study was conducted, was 22,104.67 Turkish Lira (Ministry of Labor and Social Security, 2026).

Among the participants, 59.7% were aged 18–21, while 40.3% were aged 22–25. In terms of gender distribution, 72.2% of the participants were female and 27.8% were male. Regarding income,

21.8% reported a monthly family income of less than 25.000 TL; 35.4% reported 25.001–50.000 TL; 24.4% reported 50.001–75.000 TL; 11.0% reported 75.001–100.000 TL; and 7.3% reported 100.001 TL or above. In terms of family type, the majority of participants were from nuclear families (85.2%), followed by extended families (12.5%) and divorced/separated families (2.3%).

### Factors Associated with Family Cohesion

Findings examining differences in family cohesion scores according to age, gender, income level, and family type are presented in Table 2. According to the t-test results examining differences by age groups, no statistically significant difference was found between the mean family cohesion scores of the groups ( $t = 1.159$ ;  $p > 0.05$ ).

However, the t-test results examining gender differences indicated a statistically significant difference in family cohesion scores between males and females ( $t = -2.773$ ;  $p < 0.05$ ), with males having higher family cohesion scores.

**Table 2:** Family Cohesion and Sociodemographic Factors

| Family Cohesion    | N   | Mean    | SD      | t      | df  | p    | F     | p    | Post Hoc |
|--------------------|-----|---------|---------|--------|-----|------|-------|------|----------|
| <b>Age</b>         |     |         |         |        |     |      |       |      |          |
| 18–21              | 440 | 20.8886 | 3.54777 | 1.159  | 735 | .247 |       |      |          |
| 22–25              | 297 | 20.5758 | 3.65975 |        |     |      |       |      |          |
| <b>Gender</b>      |     |         |         |        |     |      |       |      |          |
| Female             | 532 | 20.5357 | 3.50687 | -2.773 | 735 | .006 |       |      |          |
| Male               | 205 | 21.3512 | 3.75651 |        |     |      |       |      |          |
| <b>Income</b>      |     |         |         |        |     |      | 2.600 | .035 | —*       |
| <25.000 (A)        | 161 | 20.4224 | 3.89493 |        |     |      |       |      |          |
| 25.001–50.000 (B)  | 261 | 20.4789 | 3.70921 |        |     |      |       |      |          |
| 50.001–75.000 (C)  | 180 | 20.8667 | 3.30633 |        |     |      |       |      |          |
| 75.001–100.000 (D) | 81  | 21.4815 | 3.27533 |        |     |      |       |      |          |
| ≥100,001 (E)       | 54  | 21.7222 | 3.23551 |        |     |      |       |      |          |
| <b>Family Type</b> |     |         |         |        |     |      | 3.801 | .023 | A > B    |
| Nuclear (A)        | 628 | 20.9140 | 3.49238 |        |     |      |       |      |          |
| Extended (B)       | 92  | 19.8804 | 3.93866 |        |     |      |       |      |          |
| Divorced (C)       | 17  | 19.9412 | 4.68336 |        |     |      |       |      |          |

\*No statistically significant differences were found in pairwise comparisons based on the Scheffé test.

Although a statistically significant difference in family cohesion scores was found across income levels ( $F = 2.600$ ;  $p < 0.05$ ), post hoc Scheffé tests indicated no significant differences in pairwise comparisons. Based on family type, a statistically significant difference was found ( $F = 3.801$ ;  $p < 0.05$ ), and Scheffé test results showed that individuals from nuclear families had significantly higher mean scores than those from extended families.

### Psychological Resilience and Associated Factors

To determine whether psychological resilience differed according to age, gender, income, and family type, t-tests and one-way ANOVA were conducted, and the results are presented in Table 3.

**Table 3: Psychological Resilience and Sociodemographic Factors**

| Psychological Resilience | N   | Mean    | SD      | t      | df  | p    | F     | p    | Post Hoc |
|--------------------------|-----|---------|---------|--------|-----|------|-------|------|----------|
| <b>Age</b>               |     |         |         |        |     |      |       |      |          |
| 18–21                    | 440 | 18.7636 | 4.64979 | –0.421 | 735 | .674 |       |      |          |
| 22–25                    | 297 | 18.9091 | 4.52192 |        |     |      |       |      |          |
| <b>Gender</b>            |     |         |         |        |     |      |       |      |          |
| Female                   | 532 | 17.8816 | 4.33084 | –9.475 | 735 | .000 |       |      |          |
| Male                     | 205 | 21.2634 | 4.37000 |        |     |      |       |      |          |
| <b>Income</b>            |     |         |         |        |     |      | 4.237 | .002 | E > B    |
| <25.000 (A)              | 161 | 18.8571 | 4.57692 |        |     |      |       |      |          |
| 25.001–50.000 (B)        | 261 | 18.0307 | 4.43836 |        |     |      |       |      |          |
| 50.001–75.000 (C)        | 180 | 19.1889 | 4.46312 |        |     |      |       |      |          |
| 75.001–100.000 (D)       | 81  | 19.4444 | 5.11126 |        |     |      |       |      |          |
| ≥100.001 (E)             | 54  | 20.3889 | 4.48653 |        |     |      |       |      |          |
| <b>Family Type</b>       |     |         |         |        |     |      | 1.996 | .137 | —        |
| Nuclear (A)              | 628 | 18.6815 | 4.61194 |        |     |      |       |      |          |
| Extended (B)             | 92  | 19.6304 | 4.33923 |        |     |      |       |      |          |
| Divorced (C)             | 17  | 19.6471 | 5.08602 |        |     |      |       |      |          |

No statistically significant difference was found between age groups and psychological resilience scores ( $t = -0.421$ ;  $p > 0.05$ ). However, males had significantly higher psychological resilience scores than females ( $t = -9.475$ ;  $p < 0.05$ ).

A statistically significant difference was found in psychological resilience scores across income levels ( $F = 4.237$ ;  $p < 0.05$ ), with individuals in the  $\geq 100.001$  TL income group scoring significantly higher than those in the 25.001–50.000 TL group. No statistically significant difference was found based on family type ( $F = 1.996$ ;  $p > 0.05$ ).

#### Personal–Social Problems and Associated Factors

The results of independent samples t-tests and one-way ANOVA examining whether personal–social problems differ by age, gender, income, and family type are presented in Table 4.

**Table 4: Personal–Social Problems and Sociodemographic Factors**

| Personal–Social Problems | N   | Mean    | SD      | t      | df  | p    | F     | p    | Post Hoc |
|--------------------------|-----|---------|---------|--------|-----|------|-------|------|----------|
| <b>Age</b>               |     |         |         |        |     |      |       |      |          |
| 18–21                    | 440 | 34.6568 | 7.58808 | –1.801 | 735 | .072 |       |      |          |
| 22–25                    | 297 | 35.7104 | 8.07756 |        |     |      |       |      |          |
| <b>Gender</b>            |     |         |         |        |     |      |       |      |          |
| Female                   | 532 | 34.8383 | 7.57288 | –1.363 | 735 | .173 |       |      |          |
| Male                     | 205 | 35.7122 | 8.34960 |        |     |      |       |      |          |
| <b>Income</b>            |     |         |         |        |     |      | 2.259 | .061 | —        |
| <25.000 (A)              | 161 | 36.5652 | 8.00764 |        |     |      |       |      |          |
| 25.001–50.000 (B)        | 261 | 34.9349 | 8.22657 |        |     |      |       |      |          |
| 50.001–75.000 (C)        | 180 | 34.8167 | 7.43724 |        |     |      |       |      |          |
| 75.001–100.000 (D)       | 81  | 33.9630 | 6.43515 |        |     |      |       |      |          |
| ≥100.001 (E)             | 54  | 33.9259 | 7.73586 |        |     |      |       |      |          |
| <b>Family Type</b>       |     |         |         |        |     |      | .377  | .686 | —        |
| Nuclear (A)              | 628 | 35.0557 | 7.80678 |        |     |      |       |      |          |
| Extended (B)             | 92  | 35.5000 | 7.62371 |        |     |      |       |      |          |
| Divorced (C)             | 17  | 33.7647 | 8.80007 |        |     |      |       |      |          |

The results indicate that personal–social problem scores did not differ significantly across age groups ( $t = -1.801$ ;  $p > 0.05$ ), gender ( $t = -1.363$ ;  $p > 0.05$ ), income levels ( $F = 2.259$ ;  $p > 0.05$ ), or family types ( $F = 0.377$ ;  $p > 0.05$ ).

### Family Cohesion, Personal–Social Problems, and Psychological Resilience

In this section, where the study hypotheses are tested, the relationships between variables are presented in Table 5. The following relationships were tested sequentially: the relationship between family cohesion and psychological resilience (H1); the relationship between psychological resilience and personal–social problems (H2); the relationship between family cohesion and personal–social problems (direct effect) (H3); and the mediating role of psychological resilience in the relationship between family cohesion and personal–social problems (H4).

**Table 5:** Results of Hypothesis Testing

| Hypothesis | Predictive Relationship                                                                                    | B      | SE    | t       | p    | LLCI          | ULCI          |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|---------|------|---------------|---------------|
| H1         | Family cohesion → Psychological resilience                                                                 | 0.201  | 0.047 | 4.317   | .000 | 0.110         | 0.293         |
| H2         | Psychological resilience → Personal–social problems                                                        | –0.310 | 0.058 | –5.371  | .000 | –0.424        | –0.197        |
| H3         | Family cohesion → Personal–social problems (direct effect)                                                 | –0.742 | 0.074 | –10.035 | .000 | –0.887        | –0.597        |
| H4         | Family cohesion → Personal–social problems (in. ef.) (Boot)<br>(mediated effect: Psychological resilience) | –0.062 | 0.020 | —       | —    | (Boot) –0.107 | (Boot) –0.028 |

**H1:** Family cohesion significantly predicts psychological resilience. According to the regression analysis, family cohesion significantly and positively predicts psychological resilience ( $B = 0.201$ ,  $t = 4.32$ ,  $p < .001$ ). This finding indicates that higher family cohesion increases individuals' psychological resilience.

**H2:** Psychological resilience significantly predicts personal–social problems. Psychological resilience significantly and negatively predicts personal–social problems ( $B = -0.310$ ,  $t = -5.37$ ,  $p < .001$ ). Accordingly, individuals with higher psychological resilience experience fewer personal–social problems.

**H3:** Family cohesion negatively predicts personal–social problems. The direct effect of family cohesion on personal–social problems was found to be negative and significant ( $B = -0.742$ ,  $t = -10.03$ ,  $p < .001$ ). This result indicates that individuals with higher family cohesion experience fewer personal–social problems.

**H4:** Psychological resilience plays a mediating role in the relationship between family cohesion and personal–social problems.

According to the bootstrap analysis, the indirect effect of psychological resilience was found to be significant (indirect effect =  $-0.062$ , BootLLCI =  $-0.107$ , BootULCI =  $-0.0280$ ). However, since the direct effect of family cohesion on personal–social problems remained significant, the mediation is partial.

### Discussion, Conclusion, and Recommendations

The personal and social problems experienced by university students are important both for their present and future lives. Identifying the extent to which young people experience problems and determining the factors associated with these problems can provide a meaningful perspective for understanding the issue. In this study, an examination was conducted within the framework of Family Systems Theory, focusing on family cohesion, psychological resilience, and personal–social problems.

As a result of the difference tests conducted within the scope of the study, it was determined that age was not a significant differentiating factor for family cohesion, psychological resilience, or personal–social problems. The absence of differences based on age was associated with the fact that university students are in a similar life stage. In other words, the lack of variation was attributed to the relatively homogeneous age range of the participant group. It was found that family cohesion differed statistically according to gender, income, and family type; and psychological resilience differed according to gender and income. However, no statistically significant differences were found in personal–social problems across any sociodemographic subgroups.

In a study examining the distribution of family cohesion among university students, it was found that mean scores did not differ (Şenol et al., 2024). Similarly, another study on family unity and sense of belonging reported no differences in terms of gender, age, or family type (Cin & Taner Derman, 2025), and a study conducted with adolescents found that family cohesion did not differ by gender (Çalık et al., 2021). On the other hand, Özel (2024) reported that male university students had significantly higher family cohesion scores and that family cohesion differed according to both family type and income level. Within this context, it can be observed that family cohesion demonstrates a differentiated pattern in relation to various variables; while some findings are consistent with the results of the present study, others diverge.

Studies examining variations in psychological resilience indicate that Ekinci (2025) found differences according to gender and income. In that study, males had higher psychological resilience scores than females, and individuals with higher and middle income levels scored higher than those with lower income. Another study conducted with university students similarly found higher psychological resilience among males, although no difference was observed by income (Doğru, 2025). A further study reported higher resilience among males and higher scores among middle-income individuals compared to those with lower income (Akbaş & Yılmaz Alıcı, 2025). Conversely, another study found no gender differences in psychological resilience (Aydın & Egemberdiyeva, 2018). Within this framework, despite some contradictory findings, it can be concluded that psychological resilience tends to yield results in favor of males in terms of gender and relatively higher-income individuals in terms of income, which is consistent with the findings of the present study. These two variables are considered to be particularly influential factors affecting individuals' lives in relation to psychological resilience.

In the present study, no significant differences were found in students' personal–social problems according to sociodemographic variables. Considering the broader literature on students' problems, it is possible to suggest that the target group demonstrates a relatively homogeneous pattern in terms of experienced problems. However, in a study by Dara Başar (2024), while no gender differences were found in personal–social problems, differences were observed across income groups.

Another important finding of the study is that family cohesion positively affects psychological resilience. Consistent with this, previous studies have reported a positive relationship between psychological resilience and a positive family climate (Al-Smadi et al., 2024). Similarly, Sevilla (2025) found a positive correlation between family cohesion and resilience. In another study evaluating the resilience of families requiring care, family cohesion was identified as one of the key predictors (Broll et al., 2025). From the perspective of Family Systems Theory, it can be argued that the environment provided by the family as a system enhances individuals' psychological strength. In other words, a cohesive family environment serves as a supportive factor for psychological resilience.

Another key finding of the study is that psychological resilience reduces personal–social problems among university students. In other words, students with higher levels of psychological resilience experience fewer problems. This suggests that psychological resilience enables individuals to remain resilient in the face of difficulties. A study by Zhu et al. (2024) found that higher levels of

psychological resilience and social support among adolescents are associated with fewer mental health problems. Similarly, another study conducted with graduate students reported that increased psychological resilience is associated with a more optimistic perspective across various domains of life (Shuo et al., 2022). Within this framework, it can be stated that individuals' capacities to interpret problems, generate solutions, and cope effectively vary depending on their level of psychological resilience.

According to another finding testing the relationship between family and personal-social problem levels, individuals with higher family cohesion experience fewer problems. Accordingly, as family cohesion increases, the level of experienced problems decreases. This finding suggests that social support provided within the family context plays a significant role in individuals' quality of life. Consistent with the literature, it has been reported that the relationship between family cohesion and problems such as depression is negative (Bian et al., 2024). Additionally, family cohesion has been found to positively support social adjustment (Ye et al., 2021). In essence, the importance of the family system in individuals' lives is further emphasized by these findings.

One of the final and most important findings of the study is that psychological resilience mediates the relationship between family cohesion and personal-social problems. Several points should be considered in this regard. Family cohesion—as a characteristic of the family as a system—affects both psychological resilience and personal-social problems. However, within this interaction process, it should also be noted that family cohesion is not the sole determinant of personal-social problems. Considering the partial mediation effect, psychological resilience holds a significant position within this framework.

The overall conclusion of the study is that both individuals' psychological characteristics and their family-related characteristics should be considered together when examining university students' personal-social problems. In other words, students' problems may not stem solely from individual characteristics or solely from familial (social) factors. Within this framework, it is suggested that psychological resilience should be emphasized in psychological counseling, guidance, and social work practices in order to reduce students' problems and/or enhance their ability to cope with perceived difficulties. It is anticipated that university medical and social service units could host such practices. Additionally, screening tools administered by academic advisors or university administrations may help identify students who are at risk or experiencing various problems. Based on the results of these screenings, preventive and protective interventions can be planned. Students may be provided with counseling or therapeutic services through psychoeducation, individual therapy, or group therapy. In this context, various forms of support such as academic counseling, psychological counseling, career counseling, and socioeconomic assistance can be offered. Furthermore, given the importance of the family for individuals -as also identified in this study- greater emphasis can be placed on family-oriented interventions. When necessary, services such as family therapy may be implemented by involving students' families.

Finally, considering that this study employed a cross-sectional survey design, it may be subject to certain limitations. Since the data were collected based on participants' self-reports, there is a risk of social desirability bias, which is a common issue in survey research. Additionally, because the study was conducted on a voluntary basis and did not employ probability sampling techniques, there are limitations regarding generalizability and representativeness. Within this context, it is suggested that the topic be examined using different sampling techniques and diverse samples. Lastly, it is believed that re-examining the research with additional variables would provide a more comprehensive understanding and offer new perspectives.



www.turkishstudies.net/religion

**Turkish Studies - Comparative Religious Studies**

eISSN: 2667-5544



ANKARA SCIENCE  
UNIVERSITY

## **Üniversite Öğrencilerinde Aile Uyumu, Psikolojik Sağlık ve Kişisel Sosyal Sorunlar Arasındaki İlişki**

### **Giriş**

Üniversite eğitimi alınan yıllar bireyler için önemli bir geçiş dönemidir. Bu dönemde öğrenciler çeşitli zorluklarla karşılaşabilir (Kaba ve Keklik, 2016) ve yetişkinliğe ilk adımlarını atan gençler psikolojik, sosyal, ekonomik, kültürel ya da akademik açılardan sorunlar yaşayabilir (Doğan ve Akçalı, 2021) ve hayatın kendileri için hazırladığı yeni şartlara uyum sağlamak durumunda kalabilir. Bu noktada yaşanması muhtemel sorunlarla mücadele için gençlerin sahip olduğu aile ilişkileri ve psikolojik baş etme kapasiteleri önemli birer dayanak konumundadır. Örnek olarak gençlerin ruhsal sorun yaşama olasılığının hem aile işlevselliği ile hem de baş etme stratejileri ile negatif yönlü ilişkiye sahip olduğu bilinmektedir (Osman vd., 2024).

Sorunsuz bir hayat mümkün değildir (Güner, 2000) ve insan hayatındaki sorunlar, yaşamın sağlıklı ve uyum içerisinde devam edebilmesi için çözülmesi gereken problemlerdir. Üniversite öğrencilerinin kişisel ve sosyal olarak yaşadığı sorunlar da böyledir. Bu anlamda genç öğrencilerin bu dönemdeki sorunları sadece üniversiteyi ilgilendiren akademik sorunlar değil; ekonomik, kültürel, sosyal, çevresel, duygusal vd. yönleri olan sorunlar (Kara, vd., 2019) olabilir. Nihayetinde ilgili zaman diliminde -kısmen ya da tamamıyla- kök aileden ayrılma durumu gerçekleşmiş, ekonomik özgürlük sağlanmış, sosyal hayata ilişkin kararlarda bağımsızlık edinilmiştir. Fakat bireylerin sorunlarla baş etme becerileri farklılık göstermektedir (Ocak ve Güler, 2013). Bu bağlamda daha önceden getirilen bireysel ve ailevi özellikler sorunlara güç yetirebilmekle ilgili bir kapasiteyle bağlantılı durumdadır. İnsanların hayat boyu sahip olduğu sosyal ve duygusal becerilerinin temelinde aile içinde kurulmuş olan sağlıklı ilişkiler bulunmaktadır (Kars ve Peker, 2025).

Bu kapsamda çalışmanın temel araştırma sorusu üniversite öğrencilerinde aile uyumunun kişisel ve sosyal sorunlara etkisinde psikolojik sağlamlığın aracı bir role sahip olup olmadığını araştırmak üzerinedir. Diğer bir ifadeyle çalışmadaki temel amaç bir sistem olarak aileden kaynaklı özellikler çerçevesinde üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının aile uyumu ve kişisel-sosyal sorunlar arasındaki ilişkiye aracılık etme düzeyinin belirlenmesidir. En temelde kişisel ve sosyal sorunların aile uyum düzeyiyle ilişkili olduğu ve bu ilişkiye psikolojik sağlamlığın aracılık ettiği öngörülmektedir.

### **Kavramsal ve Kuramsal Çerçeve**

#### **Kişisel-Sosyal Sorunlar**

Bireylerin hayatında karşılaştığı ve yaşamlarına devam edebilmek için çözmek durumunda kaldığı çeşitli sorunlar bulunur. İçerisinde bulunulan yaşam dönemine ve şartlara göre bu sorunların niteliği değişkenlik gösterir. Üniversite yılları da ergenlik sonrası yetişkinliğe geçiş dönemi olmakla birlikte bu döneme kimlik ve kişilik oluşumu ve aileden bağımsızlaşma çabaları eşlik etmektedir

(Poyraz vd., 2003). Şahin vd. (2009) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin ilk üç sıradaki sorununu ekonomik sorunlar, öğretim programlarıyla ilgili ve öğretim elemanlarıyla ilgili problemler olarak belirlemiştir. Bunun yanında çevreye uyum, kişisel-ailevi sorunlar, yönetsel sorunlar gibi çeşitli sorunların da varlığından bahsetmişlerdir. Üniversite öğrencilerinin sorunlarını işleyen daha yakın tarihli bir başka araştırma ise nitel yöntem kullanılarak gerçekleştirilmiş olup çalışmada öğrencilerin sorunlarının ekonomik sorunlar, akademik sorunlar, uyum sorunları, sosyal sorunlar şeklinde belli kategoriler altında toplandığı belirlenmiştir (Donat vd., 2019).

Özgüven (1992) üniversite öğrenciliği dönemindeki kişileri ne çocuk ne yetişkin olarak tanımlamış ve bu dönemdeki kişilerin “çocukluktan yetişkinliğe geçme döneminin sıkıntılarını” taşıdığını dile getirmiştir. Aynı çalışmada benlik ve kimlikle ilgili gelişimsel sorunların yanı sıra öğrencilerin ekonomik hayat, sağlık sorunları, boş zaman değerlendirme, aile, kişiler arası ilişkiler gibi konularda sorun alanlarına sahip olduğu çeşitli araştırma sonuçlarına dayanarak ifade edilmiştir. Deniz ve Eryılmaz (2018)’ın ölçek geliştirme çalışması da üniversite öğrencilerinin kişisel-sosyal alanda akademik sorunlar, aile sorunları, kariyer sorunları ve maddi sorunlar yaşadığını bulgulanmıştır.

### Aile Uyum

Uyum, bir bütünün parçaları arasındaki uygunluktur (TDK, 2025). Bu tanım temele alınarak aile uyumu, aile üyelerinin birbirine uygunluğu olarak tarif edilebilir. Soner (2000) aile uyumunu “*Aileyi oluşturan bireylerin, kişisel farklılıklarından ve içinde bulundukları koşullardan kaynaklanan sorunları, aile sisteminin bütüncül çıkarları doğrultusunda çözülmesi*” olarak tanımlamıştır. Kişisel veya özel alanlardaki aile uyumu kişilerin aile üyeleriyle, kendileriyle ve çevreyle dengeli bir yaşamı ifade eder (Ip, 2014). Uyumlu bir ailede üyeler birbirlerinin başarılarını kabul eder, üyeler arası duygusal yakınlık ve bağlılık bulunur ve üyelerin birbirlerinin refahını destekleyip önemserler (Pottas, 2012).

İnsanların hayatındaki en önemli ve belirleyici olgulardan biri ailedir ve ailenin sahip olduğu niteliklere bağlı olarak kişilerin kendi hayatları da şekillenir. Bu şekillenme olumlu ya da olumsuz biçimde gerçekleşebilir. Aile üyeleri arasında güçlü ilişkilerin olması veya ailenin iyi iletişim kalıplarına sahip olması gibi olumlu özellikler bireylerin hayatına da olumlu şekilde katkı sunar. Bu noktada aile içi uyum olarak nitelendirilebilecek özelliklerin bireysel hayatı etkilemesi söz konusudur. Ailedeki uyum düzeyi her üyeyi ve dolayısıyla toplumu da ilgilendiren bir meseledir (Duman Kula, 2018).

### Psikolojik Sağlamlık

Psikolojik sağlamlık zorlu yaşam deneyimlerinden hızlı bir şekilde kurtulabilme gücüdür (Doğan, 2015). Kavramın İngilizcedeki karşılığı *psychological resilience*’tır. Kelime anlamı itibarıyla *resilience*, bir cismin basınç etkisiyle deforme olduktan sonra yeniden eski haline dönebilme kapasitesidir (Merriam Webster, 2025). “Resilience” teriminin “zorlukların üstesinden gelme gücü” anlamı da bulunmaktadır (Karakaş, 2017). Burada dikkat çeken nokta hiç bozulmamak değil; bozulsun da yeniden eski haline dönebilme potansiyelidir. Ancak psikolojik sağlamlık kavramının tanımı konusunda tam bir uzlaşma olmadığı da belirtilmelidir (Gizir, 2007). Öz bir tanımlamayla “psikolojik sağlamlık ... bireylerin olaylar, durumlar, zorluklar karşısında mücadele ederek, uyum göstererek eski haline dönebilmesi hatta dahada güçlenerek yaşamına devam edebilmesi şeklinde açıklanabilir” (Ağırkaya ve Erdem, 2023, s. 658). Gençlerde genel sağlık, genetik yatkınlık, huy, cinsiyet, kognitif kapasite, baş etme yeteneği, kişilik özellikleri ev ortamı ve ebeveynlik uygulamalarının psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörler olduğu bildirilmiştir (Ayar, 2018).

### Aile Sistemleri Kuramı

Tarihsel süreçte aileyi açıklayan pek çok farklı teori geliştirilmiştir. Bunlardan biri de aile sistemleri kuramıdır. “Aile sistemleri teorisi, aileye odaklanan analiz düzeyine (...) ve aile davranışlarının zaman içindeki değişimine içsel ve dışsal yapıları ile odaklan bir teoridir” (Erdugan, 2019, s. 16). Bu teoriye göre aile eş, çocuk, ebeveyn gibi alt sistemlere sahip olan bir sistemdir. Diğer bir ifadeyle anne, baba, çocuklar ve diğer aile üyeleri aile ana sisteminin alt sistemlerini oluşturur ve her bir alt sistemin kendine özgü işlevleri bulunur (Algan, 2022).

Sistem yaklaşımında ailede duygusal bağ ve ortak bir geçmiş vardır. Aile hem üyelerinin hem de aile bütününe ihtiyaçlarının karşılanmasına yönelik stratejiler planlayan bir yapıdır. Aynı zamanda aile, aralarında etkileşim olan öğelerden oluşmuş bir takımdır (Yıldırım, 2020). Aile sistemleri teorisinde aile sistemindeki uyum da aile üyelerinin çabasına bağlıdır. Koşullara bağlı olarak sistemin değişeceği ve ailedeki sorunun kaynağı ne olursa olsun sistemde yapılacak değişikliklerle problemlerin çözülebileceği düşünülür (Demirbilek, 2016).

Aile sistemleri kuramının önde gelen ismi Murray Bowen'dir (Emecem ve Yıldız, 2020). Bowen hem kuşaklar arası ilişkiyi hem de şimdikiyi esas alır. Onun terapisindeki temel amaç “aile içindeki kaygıyı azaltmak ve beraberinde bireylerin ayrışmasını ve farklılaşmasını arttırmaktır” (Saçlı, 2025, s. 16). Bowen aile sistemleri teorisinde benliğin farklılaşması, üçgenler, çekirdek ailenin duygusal sistemleri, aile yansıtma süreci, duygusal mesafe koyma ya da duygusal kopma, çok kuşaklı aktarım süreci, kardeş pozisyonu ve toplumsal gerileme şeklinde kavramlar tanımlamıştır (Bowen 1978'den akt. Gültekin Arayıcı ve Tekinsav Sütcü, 2023).

### Aile Sistemleri Kuramı Bağlamında Değişkenler Arası İlişki ve Araştırmanın Hipotezleri

Aile, etkileşim halindeki bireylerden oluşan sistemsel bir bütündür (Robinson, 1980). Aile uyumu bu noktada aile içerisindeki bireylerin birbirleriyle olan etkileşimine işaret etmektedir ve bu uyumun düzeyi bireylerin psikolojik sağlamlıklarına etki edebilir. Ailenin psikolojik sağlamlık için hem bir risk faktörü hem de koruyucu bir faktör olma özelliği olduğu dile getirilmiştir (Gizir, 2007). Bu anlamda ailelerin insanlar için mutluluk ve yaşam doyumu kaynağı olması beklenirken; diğer yandan aileler insanlar için mutsuzluk ve sorun kaynağı olma özelliği gösterebilir (Yavuz ve Özmete, 2012). Ancak bu esnada bireylerdeki psikolojik sağlamlık düzeyinin sorun yaşama süreçlerine etki etmesi söz konusu olabilir. Ungar ve arkadaşları (Ungar vd., 2005) çocuk ve gençlerde psikolojik sağlamlığın problem çözme becerisi ve daha birçok değişkenle ilişkili olduğunu belirtmiştir. Bu çalışma da aile uyumu, psikolojik sağlamlık ve kişisel-sosyal sorunlar arasında kurulan bu ilişkilerin var olup olmadığını ve/ya varsa bu ilişkilerin derecelerini tespit edebilmeyi amaçlamaktadır.

Konuyla ilgili literatür incelendiğinde bahsi geçen değişkenlerle ilişkili çeşitli araştırmaların yapıldığı görülmüştür. Örneğin Yıldırım'ın (2025) ergenlerle yaptığı çalışmaya göre aile ilişkilerinin kişilerin psikolojik sağlamlıklarıyla ilişkili olduğu; Özen'in (2019) yine ergenlerle yürüttüğü çalışmada anne baba tutumları ile psikolojik sağlamlık arasında ilişki olduğu; Eker ve diğerlerinin (2020) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmaya göre ailede algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlamlığı anlamlı şekilde yordadığı; diğer yandan ebeveynlerde psikopatolojik bir durumun varlığının psikolojik sağlamlık için bir risk faktörü olduğu (Kararımak, 2006) ifade edilmiştir. Bununla birlikte ebeveynlerin hastalığı, boşanmış olması, çocukla sağlıklı ilişki kuramaması ve aile içi şiddet gibi faktörler psikolojik sağlamlık için risk oluşturmaktadır (Özer, 2013).

Üniversite öğrencilerinin sorunları ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada ise bu iki değişken arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu (Oral ve Karakurt, 2023); ergenlerle yapılan bir başka çalışmada ise psikolojik sağlamlıkla davranış problemleri ve duygusal problemler arasında negatif ilişki olduğu (Savi Çakar, 2018) tespit edilmiştir. Yine ergenler ile yapılan bir araştırma sonucuna göre psikolojik sağlamlığın ve sosyal desteğin yüksek olduğu

durumda zihinsel sağlık sorunlarının daha az olduğu bulgulanmıştır (Zhu vd., 2024). Chang ve diğerlerinin (2023) yaptığı çalışmada da psikolojik sağlık ve depresyon arasında negatif bir ilişki olduğu raporlanmıştır. Kronik hastalığı olan kişilerle gerçekleştirilen bir çalışma sonucuna göre de psikolojik sağlık ile depresyon arasındaki ilişkinin negatif olduğu tespit edilmiştir (Başarer Berber vd., 2025).

Ailenin insanların sorunlarıyla olan ilişkisi ile ilgili de pek çok çalışma gerçekleştirilmiştir. Aile uyumunun ergenlerde içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış problemlerle ilişkili olduğu ve aralarında negatif korelasyon olduğu dile getirilmiştir (Sitnik-Warchulska vd., 2025). Diğer yandan algılanan aile desteğinin duygusal, sosyal ve psikolojik iyi oluşla olumlu bir ilişki içerisinde olduğu tespit edilmiştir (An vd., 2024). Ergenlerle yapılmış bir çalışmaya göre aile uyumu ergenlerin stres düzeyiyle ilişkili bulunmuş ve uyumlu bir aile ortamının çocukların ruhsal açıdan sağlıklı olmasını ve çevreye uyum sağlayabilmesini kolaylaştırdığı (Windarwati vd., 2020); bir başka çalışmada ise aile uyumu ile internet bağımlılığı arasında negatif korelasyon olduğu (Çalık vd., 2024) ifade edilmiştir.

Belirtilen çerçevede çalışmanın modeli ve test edeceği hipotezler şunlardır (Şekil 1):

Model: Aile Uyumunu → Psikolojik Sağlık → Kişisel Sosyal Sorunlar

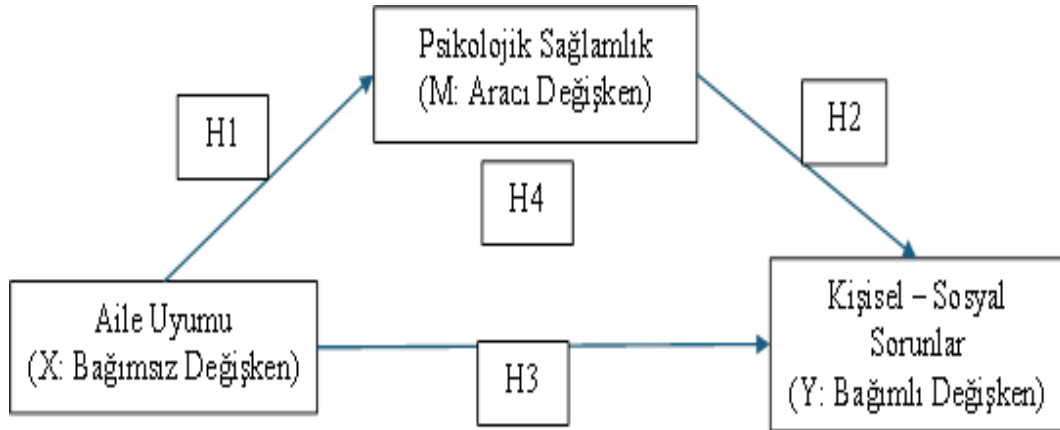
Hipotezler:

H1: Aile uyumu, psikolojik sağlamlığı anlamlı biçimde yordar.

H2: Psikolojik sağlamlık, kişisel sosyal sorunları anlamlı biçimde yordar.

H3: Aile uyumu, kişisel sosyal sorunları negatif yönde yordar.

H4: Psikolojik sağlamlık, aile uyumu ile kişisel sosyal sorunlar arasındaki ilişkide aracılık rolü üstlenir.



Şekil 1: Araştırmanın Teorik Modeli

## Yöntem

### Araştırma Modeli/Deseni

Çalışma; nicel araştırma tekniklerinden yararlanarak kesitsel tarama tipinde bir desene sahiptir. Çalışma örnekleme yüz yüze anketlerle ulaşılmıştır ve kolayda örnekleme tekniğinden yararlanılmıştır. Temel betimsel analizler, fark ve ilişki testleri ile mediatör değişken analizi (Model 4) kullanılmıştır.

### Çalışma Grubu/Evren ve Örneklem

Çalışmanın evreni Marmara Bölgesi'nin doğusunda yer alan bir şehirdeki üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Bu kapsamda ilgili şehirdeki üniversite yerleşkesi içerisinde kendilerine yüz yüze anketlerle ulaşılmış olan 831 kişi çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Bu örneklem grubuna uygun örnekleme tekniği ile ulaşılmıştır.

Araştırmanın amacının özellikle gençlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin sorunları olması dolayısıyla yapılan ilk kontroller sonrasında 18 yaşın altındaki ve 25 yaşın üzerindeki kişiler analizden çıkarılmıştır. Buna göre analiz için 797 kişinin anket verisi ile çalışılmıştır. Sonrasında ise yapılacak analizlere uygunluğun sağlanabilmesi için veriler ayıklanmış ve standart z skorlarına göre (-3) ve (+3) aralığında kalacak şekilde tekrarlı işlem sonucunda 737 kişinin verisi ile analizler gerçekleştirilmiştir.

### Veri Toplama Araçları

Çalışma için araştırmacının düzenlemiş olduğu anket formunda demografik sorular, Üniversite Öğrencilerinin Kişisel-Sosyal Sorunlar Ölçeği (Deniz ve Eryılmaz, 2018); Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (Doğan, 2015) ve Aile Uyum Ölçeği (Duman Kula, Ekşi ve Demirci, 2018) yer almıştır.

Aile Uyum Ölçeği beş soru ve tek faktörlüdür. Ölçekten 5-25 aralığında puan alınmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik puanı .92 çıkmıştır (Duman Kula, Ekşi ve Demirci, 2018). Kişisel Sosyal Sorunlar Ölçeği'nde ölçeğin toplam puanının iç tutarlık katsayısı 0.85 olarak bulunmuştur. Bu ölçekte 19 madde vardır (Deniz ve Eryılmaz, 2018). Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nde ise altı soru bulunmaktadır ve ölçeğin iç tutarlık katsayısı 0.83 olarak bulunmuştur (Doğan, 2015). Bu araştırma sonucunda ise Aile Uyum Ölçeği'nin .88; Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin .81 ve Kişisel Sosyal Sorunlar Ölçeği'nin iç tutarlık katsayısı 0.81 olarak bulunmuştur.

Anket formunda ayrıca iki adet kontrol sorusu sorulmuş ve bu sorularda ilgili kısmın boş bırakılması istenmiştir. Toplanan anketler bilgisayar ortamına aktarılırken hatalı veri girişi olduğu görülen formlar analize dahil edilmemiştir.

### Verilerin Toplanması ve Analizi

Çalışmanın verileri Marmara Bölgesinin doğusunda yer alan bir şehrin üniversite kampüsünde toplanmıştır. Kampüs içerisinde gönüllü öğrenciler desteğiyle anketler yüz yüze şekilde uygulanmış ve toplanan anketler daha sonra dijital ortama aktarılarak analize hazır hale getirilmiştir. Anketler 2024-25 Eğitim Öğretim Yılı'nın Bahar Dönemi sonunda toplanmıştır.

Anketlerin analizi için öncelikle veri ayıklama işlemi yapılmıştır. Anket formunda yer alan ve boş bırakılması istenen iki kontrol sorusuna cevap verilmiş olan anketler analize dahil edilmemiştir. Ayrıca çalışma gerçekleştirilirken dikkat edilmiş olan bir başka konu katılımcıların Türkiye Cumhuriyeti vatandaşı olmaları olmuştur. Burada, çalışma için kullanılan ölçeklerin Türk öğrenciler için geliştirilmiş olduğu düşünüldüğünden yabancı uyruğa sahip kişilerin anketleri analize dahil edilmemiştir. Belirtilen uygulamalar sonrasında 831 anket ile analize başlanmış ve yukarıda dile getirildiği gibi yaş ve standart z skorlarına bağlı olarak 737 kişilik veri seti ile analizler gerçekleştirilmiştir. Veriler düzenlenip ayıklandıktan sonra veri setine temel betimsel istatistikler, bağımsız gruplar t testi, tek yönlü varyans analizi, güvenirlik analizleri ve SPSS Process Macro eklentisi ile Model 4 aracılık analizi uygulanmıştır. Bootstrap tekniğinin kullanıldığı analizde aile uyumu bağımsız değişken; psikolojik sağlamlık aracı değişken ve kişisel-sosyal sorunlar ise bağımlı değişken olarak belirlenmiştir. Aracılık analizi bağımsız değişken (X) ve bağımlı değişken (Y) arasındaki bağlantının nasıl gerçekleştiğini anlamak için kullanılmaktadır. Burada aracı değişkenin (M) diğer iki değişken arasındaki ilişkiyi açıklayıp açıklamadığı üzerinde durulmaktadır (Gürbüz,

2019). Bir başka ifadeyle aracılık analizinde bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni aracı değişken üzerinden etkilene durumu incelenmektedir (Bozkurt, 2023).

### Araştırma Etiği

Çalışmanın gerçekleştirilebilmesi için anket formu ve çalışmanın kapsamına dair hazırlanan diğer belgeler ile Sakarya Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'na başvuruda bulunulmuştur. İlgili kurulun 12.02.2025 tarihli ve 81 sayılı toplantısında alınan "22" nolu kararına göre yapılan başvuru uygun görülmüş gerekli etik izin alınmıştır. Ayrıca çalışmaya katılım gönüllülük esası ile gerçekleştirilmiştir.

### Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde saha araştırması sonucunda ulaşılan bulgular tablolar eşliğinde sunulmuştur. İlk olarak katılımcıların sosyodemografik özelliklerine (yaş, cinsiyet, gelir ve aile tipi) yer verilmiş ve ardından aile uyumu, psikolojik sağlamlık ve kişisel sosyal sorunların sosyodemografik değişkenlere göre farkları incelenmiştir. Son olarak hipotez testlerine ilişkin analizler ve sonuçlar aktarılmıştır.

### Sosyodemografik Özellikler

Araştırmaya katılım sağlamış olan kişilerin yaş, cinsiyet, gelir düzeyi ve aile tipine göre nasıl bir dağılıma sahip olduğu Tablo 1'de gösterilmiştir.

**Tablo 1:** Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

|                  |                         | n   | %    |
|------------------|-------------------------|-----|------|
| <b>Yaş</b>       | 18-21                   | 440 | 59,7 |
|                  | 22-25                   | 297 | 40,3 |
| <b>Cinsiyet</b>  | Kadın                   | 532 | 72,2 |
|                  | Erkek                   | 205 | 27,8 |
| <b>Gelir*</b>    | 25.000 TL'den az        | 161 | 21,8 |
|                  | 25.001-50.000 TL arası  | 261 | 35,4 |
|                  | 50.001-75.000 TL arası  | 180 | 24,4 |
|                  | 75.001-100.000 TL arası | 81  | 11,0 |
|                  | 100.001 TL ve üzeri     | 54  | 7,3  |
| <b>Aile Tipi</b> | Çekirdek aile           | 628 | 85,2 |
|                  | Geniş aile              | 92  | 12,5 |
|                  | Parçalanmış aile        | 17  | 2,3  |

\*Çalışmanın yapıldığı dönem olan 2025 yılında Türkiye'de aylık asgari ücret 22.104,67 Türk Lirası'dır (Çalışma ve Sosyal güvenlik Bakanlığı, 2026).

Ankete katılım gösteren kişilerin yüzde 59,7'si 18-21 yaş aralığında; yüzde 40,3'ü 22-25 yaş aralığındadır. Cinsiyet dağılımı incelendiğinde katılımcıların yüzde 72,2'sinini kadınların; yüzde 27,8'ini erkeklerin oluşturduğu görülmektedir. Katılımcıların %21,8'i aylık aile gelirinin 25.000 TL'den az, %35,4'ü 25.001–50.000 TL arasında, %24,4'ü 50.001–75.000 TL arasında, %11,0'i 75.001–100.000 TL arasında, %7,3'ü ise 100.001 TL ve üzeri olduğunu belirtmiştir. Aile tipi açısından yapılan değerlendirmede, katılımcıların büyük çoğunluğunun çekirdek aile (%85,2) yapısına sahip olduğu, bunu geniş aile (%12,5) ve parçalanmış aile (%2,3) yapısının izlediği görülmektedir.

### Aile Uyumu ile İlişkili Faktörler

Katılımcıların yaş, cinsiyet, gelir düzeyi ve aile tiplerine göre aile uyumu puanlarının farklarının incelendiği bulgular Tablo 2'de görselleştirilmiştir. Yaş gruplarına göre farklılık olup olmadığının incelendiği t testi sonuçlarına göre grupların aile uyumu ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı bulgulanmıştır (t: 1,159; p>0,05). Kadın-erkek cinsiyet

gruplarına göre aile uyum puanları arasındaki farkın t testi ile incelendiği bulguların sonuçlarına göre grupların puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir (t: -2,773;  $p<0,05$ ). Erkeklerin aile uyum puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 2:** Aile Uyum ve Sosyodemografik Faktörler

| Aile Uyum        | N                           | Ort. | Std. Spm. | t       | df     | p   | F     | p    | Post Hoc |
|------------------|-----------------------------|------|-----------|---------|--------|-----|-------|------|----------|
| <b>Yaş</b>       | 18-21                       | 440  | 20,8886   | 3,54777 | 1,159  | 735 | ,247  |      |          |
|                  | 22-25                       | 297  | 20,5758   | 3,65975 |        |     |       |      |          |
| <b>Cinsiyet</b>  | Kadın                       | 532  | 20,5357   | 3,50687 | -2,773 | 735 | ,006  |      |          |
|                  | Erkek                       | 205  | 21,3512   | 3,75651 |        |     |       |      |          |
| <b>Gelir</b>     | 25.000 TL'den az (A)        | 161  | 20,4224   | 3,89493 |        |     | 2,600 | ,035 | -*       |
|                  | 25.001-50.000 TL arası (B)  | 261  | 20,4789   | 3,70921 |        |     |       |      |          |
|                  | 50.001-75.000 TL arası (C)  | 180  | 20,8667   | 3,30633 |        |     |       |      |          |
|                  | 75.001-100.000 TL arası (D) | 81   | 21,4815   | 3,27533 |        |     |       |      |          |
|                  | 100.001 TL ve üzeri (E)     | 54   | 21,7222   | 3,23551 |        |     |       |      |          |
| <b>Aile Tipi</b> | Çekirdek aile (A)           | 628  | 20,9140   | 3,49238 |        |     | 3,801 | ,023 | A>B      |
|                  | Geniş aile (B)              | 92   | 19,8804   | 3,93866 |        |     |       |      |          |
|                  | Parçalanmış aile (C)        | 17   | 19,9412   | 4,68336 |        |     |       |      |          |

\*Scheffe çoklu karşılaştırma testi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı farka ulaşılmamıştır.

Diğer bir değişken olarak gelir düzeylerine göre aile uyum puanlarında farklılık olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile araştırılmış ve  $p<0,05$  düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir (F: 2,600). Ancak sonrasında uygulana Scheffe çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre ikili karşılaştırmalara göre anlamlı farklılık bulgulanmamıştır. Aile tipleri baz alınarak yapılan tek yönlü varyans analizi sonucuna göre ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiş olup (F: 3,801,  $p<0,05$ ); Scheffe çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre çekirdek ailelere mensup kişilerin puan ortalamasının geniş aileden gelen kişilerden istatistiksel olarak daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.

### Psikolojik Sağlık ve İlişkili Faktörler

Araştırmada psikolojik sağlamlığın yaş, cinsiyet, gelir ve aile tiplerine göre farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için t testi ve tek yönlü varyans analizi uygulanmış olup sonuçlar Tablo 3'te görselleştirilmiştir.

**Tablo 3:** Psikolojik Sağlık ve Sosyodemografik Faktörler

| Psikolojik Sağlık | N                           | Ort. | Std. Spm. | t       | df     | p   | F     | p    | Post Hoc |
|-------------------|-----------------------------|------|-----------|---------|--------|-----|-------|------|----------|
| <b>Yaş</b>        | 18-21                       | 440  | 18,7636   | 4,64979 |        |     |       |      |          |
|                   | 22-25                       | 297  | 18,9091   | 4,52192 | -,421  | 735 | ,674  |      |          |
| <b>Cinsiyet</b>   | Kadın                       | 532  | 17,8816   | 4,33084 | -9,475 | 735 | ,000  |      |          |
|                   | Erkek                       | 205  | 21,2634   | 4,37000 |        |     |       |      |          |
| <b>Gelir</b>      | 25.000 TL'den az (A)        | 161  | 18,8571   | 4,57692 |        |     | 4,237 | ,002 | E>B      |
|                   | 25.001-50.000 TL arası (B)  | 261  | 18,0307   | 4,43836 |        |     |       |      |          |
|                   | 50.001-75.000 TL arası (C)  | 180  | 19,1889   | 4,46312 |        |     |       |      |          |
|                   | 75.001-100.000 TL arası (D) | 81   | 19,4444   | 5,11126 |        |     |       |      |          |
|                   | 100.001 TL ve üzeri (E)     | 54   | 20,3889   | 4,48653 |        |     |       |      |          |
| <b>Aile Tipi</b>  | Çekirdek aile (A)           | 628  | 18,6815   | 4,61194 |        |     | 1,996 | ,137 | -        |
|                   | Geniş aile (B)              | 92   | 19,6304   | 4,33923 |        |     |       |      |          |
|                   | Parçalanmış aile (C)        | 17   | 19,6471   | 5,08602 |        |     |       |      |          |

Yaş gruplarına göre farklılığın t testi ile araştırıldığı analiz sonucuna göre yaş grupları ile psikolojik sağlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır (t: -

0,421;  $p>0,05$ ). Cinsiyete dayalı yapılan inceleme sonucuna göre ise erkeklerin psikolojik sağlamlık puanlarının kadınların puanlarından istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek olduğu bulgulanmıştır ( $t -9,475$ ;  $p<0,05$ ).

Katılımcıların gelir düzeylerine göre psikolojik sağlamlık puanlarının incelendiği tek yönlü varyans analizi sonucunda ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ( $F: 4,237$ ;  $p<0,05$ ) ve 100.001 TL ve üzeri geliri olan grubun 25.001-50.000 TL arasında geliri olan gruptan istatistiksel olarak daha yüksek puana sahip olduğu görülmüştür. Aile tiplerine göre psikolojik sağlamlık puanlarının farklılaşma durumu incelendiğinde ise grupların puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ( $F: 1,996$ ;  $p>0,05$ ).

### Kişisel Sosyal Sorunlar ve İlişkili Faktörler

Üniversite öğrencilerinin kişisel - sosyal sorunlarının yaş, cinsiyet, gelir ve aile tipi değişkenlerine göre farklılık olup olmadığına ilişkin yapılan bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4'te görselleştirilmiştir.

**Tablo 4:** Kişisel Sosyal Sorunlar ve Sosyodemografik Faktörler

| Kişisel Sosyal Sorunlar | N                           | Ort. | Std. Spm. | t       | df     | p   | F     | p    | Post Hoc |
|-------------------------|-----------------------------|------|-----------|---------|--------|-----|-------|------|----------|
| <b>Yaş</b>              | 18-21                       | 440  | 34,6568   | 7,58808 | -1,801 | 735 | ,072  |      |          |
|                         | 22-25                       | 297  | 35,7104   | 8,07756 |        |     |       |      |          |
| <b>Cinsiyet</b>         | Kadın                       | 532  | 34,8383   | 7,57288 | -1,363 | 735 | ,173  |      |          |
|                         | Erkek                       | 205  | 35,7122   | 8,34960 |        |     |       |      |          |
| <b>Gelir</b>            | 25.000 TL'den az (A)        | 161  | 36,5652   | 8,00764 |        |     | 2,259 | ,061 | -        |
|                         | 25.001-50.000 TL arası (B)  | 261  | 34,9349   | 8,22657 |        |     |       |      |          |
|                         | 50.001-75.000 TL arası (C)  | 180  | 34,8167   | 7,43724 |        |     |       |      |          |
|                         | 75.001-100.000 TL arası (D) | 81   | 33,9630   | 6,43515 |        |     |       |      |          |
|                         | 100.001 TL ve üzeri (E)     | 54   | 33,9259   | 7,73586 |        |     |       |      |          |
| <b>Aile Tipi</b>        | Çekirdek aile (A)           | 628  | 35,0557   | 7,80678 |        |     | ,377  | ,686 | -        |
|                         | Geniş aile (B)              | 92   | 35,5000   | 7,62371 |        |     |       |      |          |
|                         | Parçalanmış aile (C)        | 17   | 33,7647   | 8,80007 |        |     |       |      |          |

Yapılan fark testleri sonucuna göre öğrencilerin kişisel-sosyal sorunları puan ortalamalarının yaş grupları arasında ( $t: -1,801$ ;  $p>0,05$ ), cinsiyetler arasında ( $t: -1,363$ ;  $p>0,05$ ), gelir düzeyleri arasında ( $F: 2,259$ ;  $p>0,05$ ) ve aile tipleri arasında ( $F: 0,377$ ;  $p>0,05$ ) istatistiksel olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

### Aile Uyum, Kişisel Sosyal Sorunlar ve Psikolojik Sağlamlık

Çalışmanın hipotezlerinin test edildiği bu kısımda değişkenler arası ilişkilere Tablo 5'te yer verilmiştir. Sırasıyla aile uyumu ve psikolojik sağlamlık ilişkisi (H1); psikolojik sağlamlık ve kişisel sosyal sorunlar ilişkisi (H2); aile uyumu ve kişisel sosyal sorunlar ilişkisi (doğrudan etki) (H3); aile uyumu ve kişisel sosyal sorunlar arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracı rolü (H4) test edilmiştir.

**Tablo 5: Hipotez Testleri Sonuçları**

| Hipotez | Yordayıcı İlişki                                                             | B                    | SE              | t       | p    | LLCI             | ULCI             |
|---------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------|---------|------|------------------|------------------|
| H1      | Aile uyumu → Psikolojik sağlamlık                                            | 0.201                | 0.047           | 4.317   | .000 | 0.110            | 0.293            |
| H2      | Psikolojik sağlamlık → Kişisel sosyal sorunlar                               | -0.310               | 0.058           | -5.371  | .000 | -0.424           | -0.197           |
| H3      | Aile uyumu → Kişisel sosyal sorunlar (doğrudan etki)                         | -0.742               | 0.074           | -10.035 | .000 | -0.887           | -0.597           |
| H4      | Aile uyumu → Kişisel sosyal sorunlar (aracılık etkisi: Psikolojik sağlamlık) | (dol. et.)<br>-0.062 | (Boot)<br>0.020 | —       | —    | (Boot)<br>-0.107 | (Boot)<br>-0.028 |

H1: Aile uyumu, psikolojik sağlamlığı anlamlı biçimde yordar.

Yapılan regresyon analizine göre aile uyumu psikolojik sağlamlığı anlamlı ve pozitif biçimde yordamaktadır (B: 0,201, t: 4,32,  $p < .001$ ). Bu bulgu, aile uyumunun bireylerin psikolojik sağlamlığını artırdığını göstermektedir.

H2: Psikolojik sağlamlık, kişisel sosyal sorunları anlamlı biçimde yordar.

Psikolojik sağlamlık, kişisel sosyal sorunları negatif yönde ve anlamlı biçimde yordamaktadır (B: -0,310, t: -5,37,  $p < .001$ ). Buna göre psikolojik olarak daha dayanıklı bireylerin daha az kişisel-sosyal sorun yaşadığı tespit edilmiştir.

H3: Aile uyumu, kişisel sosyal sorunları negatif yönde yordar.

Aile uyumunun kişisel sosyal sorunlar üzerindeki doğrudan etkisi negatif ve anlamlı bulunmuştur (B: -0,742, t: -10,03,  $p < .001$ ). Bu sonuç, aile uyumu yüksek olan bireylerin daha az kişisel-sosyal sorun yaşadığını göstermektedir.

H4: Psikolojik sağlamlık, aile uyumu ile kişisel sosyal sorunlar arasındaki ilişkide aracılık rolü üstlenir.

Bootstrap analizi sonucunda psikolojik sağlamlığın dolaylı etkisi anlamlı bulunmuştur (dolaylı etki: -0,062, BootLLCI: -0,107, BootULCI: -0,028). Ancak aile uyumunun kişisel sosyal sorunlar üzerindeki doğrudan etkisi anlamlılığını koruduğundan, aracılık kısmi niteliktedir.

### **Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Üniversite öğrencilerinin yaşadığı kişisel ve sosyal sorunlar hem mevcut hem de gelecek yaşamları açısından önem arz etmektedir. Gençlerin ne düzeyde sorun yaşadığı ve bu sorunların nelerle ilişkili olduğunun ortaya konulması da konunun anlaşılabilmesi için bir perspektif sunabilecektir. Bu araştırmada Aile Sistemleri Kuramı çerçevesinde aile uyumu, psikolojik sağlamlık ve kişisel-sosyal sorunlar ekseninde bir inceleme gerçekleştirilmiştir.

Çalışma kapsamında yürütülen fark testleri sonucunda aile uyumu, psikolojik sağlamlık ve kişisel-sosyal sorunlar için yaşın önemli bir ayırt ediciliğinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Yaş değişkenine bağlı bir farklılık olmayışı üniversite öğrencilerinin benzer yaşam döneminden geçmeleriyle ilişkilendirilmiştir. Diğer bir ifadeyle yakın yaşlardaki bir katılımcı grubuyla çalışılmış olması farklılık tespit edilememesinin nedeni olarak değerlendirilmiştir. Aile uyumunun cinsiyete, gelire ve aile tipine göre; psikolojik sağlamlığın cinsiyet ve gelire göre istatistiksel olarak farklılık gösterdiği bulunmuş ancak kişisel-sosyal sorunlarda hiçbir değişkenin alt grupları arasında anlamlı bir farka ulaşamamıştır.

Aile uyumunun üniversite öğrencileri arasındaki dağılımının incelendiği bir çalışmada ortalama puanların farklılaşmadığı (Şenol vd., 2024); aile bütünlüğü ve aile aidiyetini konu alan bir

başka çalışmanın sonucunda cinsiyete, yaşa ve aile tipine göre farklılık tespit edilmediği (Cin ve Taner Derman, 2025); ve adölesanlarla yürütülmüş olan bir çalışmada da aile uyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığı (Çalık vd., 2021) bulunmuştur. Diğer yandan Özel'in (2024) çalışmasında üniversite öğrencilerinin aile uyumunda erkeklerin aile uyum puanlarının anlamlı şekilde yüksek olduğu; aile tipine göre ve gelir durumuna göre de aile uyumlarının farklılaştığı bulgulanmıştır. Bu bilgiler çerçevesinde aile uyumunun farklı değişkenlerle ilişkisinde ayrışan bir özellik gösterdiği; bazı bulguların mevcut araştırma sonuçlarıyla örtüşürken bazı çalışmalarda benzer olmayan sonuçlara ulaşıldığı gözlenmiştir.

Öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyinin farklılaşma durumunu ele alan çalışmalara bakıldığında Ekinci (2025) cinsiyet ve gelire göre farklılık tespit etmiştir. Çalışmada erkeklerin psikolojik sağlamlık puanları kadınlardan yüksek çıkmışken; gelir düzeyine göre yüksek ve orta gelirli olanların puanları düşük gelirli olanlardan yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencileriyle yapılan bir başka çalışmada da erkeklerin psikolojik sağlamlığının daha yüksek olduğu ancak gelire göre puanlar arasında bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir (Doğru, 2025). Erkeklerin psikolojik sağlamlık puanlarının yüksek olduğu ve orta gelirli olanların düşük gelirli olanlardan yüksek olduğu bir çalışmaya da ulaşılmıştır (Akbaş ve Yılmaz Alıcı, 2025). Diğer yandan psikolojik sağlamlıkta cinsiyetler arası farklılığın tespit edilemediği bir çalışmaya da rastlanmıştır (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018). Bu çerçevede aksi yönde bulgular olsa da psikolojik sağlamlığın cinsiyet değişkeninde erkekler; gelir değişkeninde görece yüksek gelirli olanlar lehine sonuç verdiği gözlemlenmiş ve bu durumun mevcut araştırmayla uyumlu sonuç verdiği ortaya konulmuştur. Psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörler olarak özellikle bu iki değişkenin kişilerin hayatı için belirleyici önemde olduğu düşünülmüştür.

Mevcut çalışmada ele alınan diğer değişken olarak öğrencilerin kişisel-sosyal sorunlarında sosyodemografik değişkenlere göre anlamlı bir farklılık bulgulanmamıştır. Bu noktada öğrencilerin sorunlarıyla ilgili diğer literatür de göz önüne alındığında yaşanan sorunlar konusunda hedef grubun homojen bir özellik gösterdiği değerlendirmesinde bulunmak mümkündür. Literatürde ulaşılan çalışmalardan biri olarak Dara Başar (2024)'ın çalışması incelendiğinde ise öğrencilerin kişisel-sosyal sorunlarında cinsiyete göre farklılık bulunamamışken; gelir düzeyi değişkeninde gruplar arasında farklılık tespit edilmiştir.

Çalışmada ulaşılan sonuçlara göre ifade edilmesi gereken konulardan bir diğeri aile uyumunun psikolojik sağlamlığı pozitif yönde etkilemekte olduğudur. Konuyla ilgili çalışmalar incelendiğinde de buna paralel biçimde psikolojik sağlamlık ile pozitif özellikli aile iklimi arasında olumlu bir ilişki olduğu öğrenilmiştir (Al-Smadi vd., 2024). Sevilla'nın (2025) çalışmasına göre de aile uyumu ve dirençlilik arasında pozitif korelasyon tespit edilmiştir. Bakıma ihtiyaç duyan ailelerin dayanıklılığının değerlendirildiği bir başka çalışmada da aile uyumu önemli yordayıcılardan biri olarak bulgulanmıştır (Broll vd., 2025). Bu noktada Aile Sistemleri Kuramı çerçevesinde bir sistem olarak ailenin kendi üyelerine sağladığı ortamın bireylerde ruhsal gücü artırdığı yönünde değerlendirmede bulunulabilir. Diğer bir ifadeyle uyumlu aile ortamı kişilerin psikolojik direnç gücünü destekleyen bir faktör olma özelliğine sahiptir.

Araştırmadaki bir başka önemli bulgu psikolojik sağlamlığın üniversite öğrencilerinde kişisel-sosyal sorunları azalttığı yönündedir. Diğer bir ifadeyle psikolojik sağlamlığı yüksek olan öğrencilerin sorun düzeyi diğerlerine göre daha düşük çıkmıştır. Burada psikolojik sağlamlığın insanlara sorunlar karşısında dirençli olabilme imkânı sağladığını söylemek mümkündür. Zhu ve diğerlerinin (2024) yaptığı çalışmada ergenlerde psikolojik sağlamlık ve sosyal desteğin yüksek olması daha az mental sağlık sorunuyla ilişkili bulunmuştur. Lisansüstü öğrencileriyle yapılan bir başka çalışmada da psikolojik sağlamlık düzeyinin artmasının hayatın pek çok alanına ilişkin daha iyimser bir perspektif kazanmayla ilişkili olduğu değerlendirilmesinde bulunulmuştur (Shuo vd. 2022). Bu çerçevede psikolojik sağlamlık düzeyine bağlı olarak insanların yaşamlarındaki sorunları

anlamlandırma, onlara dair çözüm üretebilme ve nitelikli şekilde baş edebilme kapasitelerinin değişkenlik gösterebildiği söylenebilir.

Aile ve kişisel sosyal sorun düzeyleri arasındaki ilişkinin test edildiği diğer bulguya göre aile uyumunun yüksek olduğu bireylerde sorunların daha az olduğu tespit edilmiştir. Buna göre bireylerde aile uyumu ne kadar yüksekse yaşanan sorun o kadar azdır. Buradan hareketle aile bağlamında sağlanan bir sosyal desteğin insanların yaşam kalitesi için etkili olduğu çıkarımını yapmak mümkün hale gelir. Konuyla ilgili literatüre bakıldığında da aile uyumu ve depresyon gibi bir sorun arasındaki ilişkide ilişkinin negatif yönlü olduğu dile getirilmiştir (Bian vd. 2024). Ayrıca aile uyumunun sosyal uyumu pozitif yönde desteklediği de bulgulanmıştır (Ye vd., 2021). Özü itibarıyla aile sisteminin insanların hayatları için önemi bu açıdan da ortaya konulmuştur.

Çalışmanın son ve en önemli bulgularından biri ise psikolojik sağlamlığın aile uyumu ve kişisel sosyal sorunlar arasındaki ilişkiye aracılık etmesi olmuştur. Burada dikkat edilmesi gereken birkaç nokta bulunmaktadır. Aile uyumu olgusu -bir sistem olarak aile- aslında hem psikolojik sağlamlığı hem de kişisel-sosyal sorunları etkilemektedir. Ancak bu etkileşim döngüsünde kişisel-sosyal sorunların tek belirleyicisinin aile uyumu olmadığı da dile getirilmelidir. Kısmi aracılık etkisi dikkate alındığında psikolojik sağlamlığın bu denklem içerisinde önemli bir yeri olduğu da görülmelidir.

Çalışmanın genel sonucu üniversite öğrencilerinin kişisel-sosyal sorunları incelenirken hem kişilerin psikolojik özelliklerine hem de ailevi özelliklerine bir arada odaklanılması gerektiğidir. Diğer bir ifadeyle öğrencilerin sorunları yalnızca bireysel özelliklerinden ya da yalnızca ailevi (sosyal) özelliklerinden kaynaklanmıyor olabilir. Bu çerçevede üniversite öğrencilerinin sorunlarının azaltılması ve/ya algıladıkları sorunlarla baş edebilme becerilerinin artırılabilmesi için psikolojik danışmanlık, rehberlik ve sosyal hizmet uygulamalarında özellikle psikolojik sağlamlık konusu üzerinde durulması gerektiği düşünülmektedir. Bu uygulamalara üniversitelerdeki mediko sosyal birimlerinin ev sahipliği yapabileceği öngörülmektedir. Diğer yandan akademik danışmanların veya üniversite yönetiminin öğrencilere uygulayabileceği tarama testleri ile çeşitli sorunları olan veya risk altında olan öğrenciler belirlenebilir. Bu tarama testlerinin sonuçlarına göre öğrenciler için koruyucu/önleyici çalışmalar planlanabilir. Öğrencilere psikoeğitimlerle veya bireysel terapi ya da grup terapisi uygulamalarıyla danışmanlık/rehberlik hizmetleri veya terapötik hizmetler sağlanabilir. Bu kapsamda akademik danışmanlık, psikolojik danışmanlık, kariyer danışmanlığı, sosyoekonomik destek gibi çeşitli destekler sunulabilir. Diğer yandan bu çalışmada da tespit edildiği üzere ailenin bireyler için önemine dayanarak aile odaklı uygulamalara ağırlık verilebilir. İhtiyaç halinde öğrencilerin ailelerine ulaşılarak aile terapisi şeklinde hizmetler gerçekleştirilebilir.

Son olarak çalışmanın kesitsel tarama tipinde bir araştırma olduğu dikkate alındığında bunun birtakım kısıtlılıklara neden olmuş olabileceği ifade edilebilir. Veriler katılımcıların beyanlarına dayanarak toplanmış olduğu için -tarama araştırmalarındaki genel bir problem olarak- sosyal beğenirlik riski bulunmaktadır. Diğer yandan çalışmanın gönüllülük esasıyla gerçekleştirilmiş olması ve olasılıklı örnekleme tekniklerinin kullanılmaması nedeniyle genellenebilirlik ve temsil edilebilirlik kısıtlılığı bulunmaktadır. Bu çerçevede konunun farklı örnekleme teknikleri ve farklı örneklemeler kullanılarak çalışılabileceği öngörülmektedir. Son olarak araştırmanın ilave değişkenlerle yeniden ele alınmasının daha bütüncül ve yeni perspektifler kazandıracağı düşünülmektedir.

---

## References

- Ağırkaya, K., & Erdem, R. (2023). Psikolojik sağlamlık: Sağlık çalışanları açısından bir değerlendirme. *Pamukkale Üniversitesi İşletme Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 656–678. <https://doi.org/10.47097/piar.1254928>
- Al-Smadi, M. O., Banat, S. M., & Sarhan, W. Y. (2024). Family climate and its relationship to psychological resilience among counseling students in Jordan. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(1). <https://doi.org/10.1080/02673843.2024.2331819>
- Akbaş, G. & B. Yılmaz Alıcı (2025). Psikolojik sağlamlık, yaşam doyumu ve algılanan stres. *Süleyman Demirel Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi* (64). 161-176. <https://doi.org/10.35237/suitder.1749962>
- Algan, T. (2022). *Aile içi sorunlar ve aile danışmanlığı*. Eğitim
- An, J., Zhu, X., Shi, Z. et al. (2024). A serial mediating effect of perceived family support on psychological well-being. *BMC Public Health*, 24, 940. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18476-z>
- Ayar, D. (2018). Gençlerde psikolojik sağlamlık. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 6(15), 91-104.
- Aydın, M., & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37–53.
- Başarer Berber, Z., Pak, M., & Taşci, Ç. (2025). Associations between depression, psychological resilience, and gratitude levels of patients with chronic diseases: Implications for medical social work practice. *Social Work In Health Care*, 1-22. <https://doi.org/10.1080/00981389.2025.2506395>
- Bian, Y., Jin, K., & Zhang, Y. (2024). The association between family cohesion and depression: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 355, 220–230. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.03.138>
- Bozkurt, S. (2023). Process makro ile aracılık, düzenleyicilik ve durumsal aracılık etki anaizleri (SPSS uygulamalı). Ekin.
- Broll, J., Schäfer, S. K., Lüdecke, D., Nickel, S., Lieb, K., & Helmreich, I. (2025). Resilience factors in parents of children in need of care. *Journal of Child and Family Studies*, 34, 353–365. <https://doi.org/10.1007/s10826-025-03012-3>
- Chang, Y., Yang, C., & Hsieh, S. (2023). Social support enhances the mediating effect of psychological resilience on the relationship between life satisfaction and depressive symptom severity. *Scientific Reports*, 13. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-31863-7>
- Cin, Ö., & Taner Derman, M. (2025). Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde aile aidiyeti ile ailede bütünlük duygusu arasındaki ilişki. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 8(2), 1–20. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/apdad>
- Çalık, G., Maç, Ç. E., & Öztürk, G. Z. (2021). Adolesanlarda internet bağımlılığının aile içi uyuma ve okul başarısına etkileri. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 25(4), 120–127. <https://doi.org/10.54308/tahd.2021.51523>
- Dara Başar, İ. (2024). *Üniversite öğrencilerinin kişisel sosyal sorunlarının demografik değişkenler açısından incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. <https://tez.yok.gov.tr/>

- Demirbilek, M. (2016). Aile danışmanlığı: Bir uygulama örneği. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 10(2), 109-120.
- Deniz, M. E., & Eryılmaz, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin kişisel-sosyal sorunları ölçeğinin geliştirilmesi. 20. *Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Kitabı*, 690-695.
- Doğan, H., & Akçalı, G. (2021). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sosyo-ekonomik sorunlar üzerine bir inceleme. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 309-316. <https://doi.org/10.26701/uad.903559>
- Doğan, T. (2015). Adaptation of the brief resilience Scale into Turkish: A validity and reliability study. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Doğru, E. (2025). *Gelecek kaygısı ve psikolojik sağlamlık ilişkisi: Meslek yüksekokulu öğrencileri üzerine bir araştırma*. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Donat, A., Bilgiç, B., Eskiocak, A., & Koşar, D. (2019). Üniversite öğrencilerinin sorunları ve çözüm önerileri. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi / Journal of Higher Education and Science*, 9(3), 451-459. <https://doi.org/10.5961/jhes.2019.345>
- Duman Kula, M., Ekşi, H., & Demirci, İ. (2018). Aile uyum ölçeği'nin Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 97-106. <https://doi.org/10.17494/ogusbd.457082>
- Eker, H., Taş, İ., & Anlı, G. (2020). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile yaşamın anlamı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(39), 1182-1199. <https://doi.org/10.46928/iticusbe.786008>
- Ekinci, A. B. R. (2025). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ile manevi iyi oluş arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Emecem, S., & Yıldız, R. (2020). Hayatı anlamlandıran temel kurumlar: Aile sistemleri teorisi temelinde niceliksel bir araştırma. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 6(2), 239-262. [https://doi.org/10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait\\_v06i2005](https://doi.org/10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v06i2005)
- Erdugan, S. (2019). *Koruyucu aile modelinde aile yaşam deneyimleri: aile sistemleri teorisi temelinde niteliksel bir araştırma*. [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.
- Gültekin Arayıcı, S., & Tekinsav Sütcü, S. (2023). "Yol Ayrımı" Filmi'nin Bowen aile sistemleri teorisi'nin temel kavramları açısından değerlendirilmesi. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 10(3), 612-635. <https://doi.org/10.31682/ayna.1201243>
- Güner, P. (2000). Sorunlarla etkili baş etme yolu: Problem çözme. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 3(1), 62-67.
- Gürbüz, S. (2019). *Sosyal bilimlerde aracı, düzenleyici ve durumsal etki analizleri*. Seçkin.
- Ip, P.-K. (2014). Harmony as happiness? Social harmony in two Chinese societies. *Social Indicators Research*, 117(3), 719-741. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0395-7>

- Kaba, İ., & Keklik, İ. (2016). Öğrencilerin üniversite yaşamına uyumlarında psikolojik dayanıklılık ve psikolojik belirtiler. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 98–113.
- Kara, H. Z., Aykul, M., & Pulat, A. B. (2019). Neden ve sonuçları itibarıyla üniversite öğrencilerinin barınma sorunu. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 78–90. <https://doi.org/10.25272/j.2149-8385.2019.5.2.04>
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129–139
- Karakaş, S. (2017). Prof. Dr. Sirel Karakaş Psikoloji Sözlüğü: Bilgisayar Programı ve Veritabanı - [www.psikolojisozlugu.com](http://www.psikolojisozlugu.com) (sürüm: 5.2.0/2022). <https://www.psikolojisozlugu.com/resilience-rezilyans>
- Kars, M. P. & Peker, A. (2025) Ergenlerin aile içi ilişkileri ile aile bütünlüğü arasındaki ilişkiler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 25 (Aile Özel Sayısı Cilt-1), 99-129. <https://doi.org/10.21560/spcd.vi.1634139>
- Merriam Webster, (2025). Resilience. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/resilience>, 29.01.2026.
- Ocak, M., & Güler, M. (2013). A tipi kişilik ve başa çıkma yöntemlerinin stresle ilişkisi: Türk ve Bosnalı öğrenciler arasında karşılaştırmalı bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(8), 136–147.
- Oral, M., & Karakurt, N. (2023). Üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunları ile akademik güdülenmeleri arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracı rolü. *11. Uluslararası Akademik Araştırmalar Kongresi, Elazığ, 25-26 Temmuz*. 179-180.
- Osman, A. M. A., Hafez, S. H., Mohamed, I. A., Ahmed, M. M. M., Balola, H. H. A., Ahmed, K. A. M., Gomaa, S. M., Alwadei, H. S. A., & Elrefaey, S. R. (2024). Unraveling the nexus: Dysfunctional family dynamics, mental health struggles, and coping strategies among university students. *Minia Scientific Nursing Journal*, 15(2), 8–13.
- Özel, M. (2024). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile aile uyumu ve yaşam doyumu ilişkisinin incelenmesi. [Yüksek lisans tezi]. Amasya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Özen, D. (2019). Ortaokul öğrencilerinin anne-baba tutumlarının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, 6(3), 1428–1449.
- Özer, E. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zeka ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi. [Doktora tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Özgüven, İ. E. (1992). Üniversite öğrencilerinin sorunları ve baş etme yolları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 5–13.
- Pottas, S. (2012). *An investigation into family harmony and its effect on business performance in family-owned businesses*. [Master's dissertation]. North-West University, Potchefstroom Campus, North-West University Institutional Repository. <https://repository.nwu.ac.za/handle/10394/10149>
- Poyraz, T., Zorlu, A., Şahin, B., & Arıkan, G. (2003). Üniversite gençliğinin güncel sorunlara bakışı: Hacettepe Üniversitesi Sosyoloji Bölümü öğrencileri örneği. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 20(1), 1–32.

- Robinson, M. (1980). Systems theory for the beginning therapist. *Australian Journal of Family Therapy*, 1: 183-194. <https://doi.org/10.1002/j.1467-8438.1980.tb00024.x>
- Saçlı, D. (2025). *Aile sistemleri kuramı bakış açısıyla özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin deneyimleri*. [Yüksek lisans tezi] Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile Çalışmaları Ana Bilim Dalı, YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Savi Çakar, F. (2018). “The relationship between adolescents’ emotional-behavioral problems and their levels of resilience and school attachment”. *International Social Sciences Studies Journal*, 4(26), 5804-5815.
- Sevilla, G.D. (2025). Family cohesion, self-esteem, and resilience: A correlational analysis among junior high school students. *Journal of Interdisciplinary Perspectives*, 3(8), 429-435. <https://doi.org/10.69569/jip.2025.455>
- Shuo, Z., Xuyang, D., Xin, Z., Xuebin, C., & Jie, H. (2022). The relationship between postgraduates’ emotional intelligence and well-being: The chain mediating effect of social support and psychological resilience. *Frontiers in Psychology*, 13, 865025. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.865025>
- Sitnik-Warchulska, K., Izydorczyk, B., Markevych, I., Baumbach, C., Mysak, Y., Buczyłowska, D., Szwed, M., & Lipowska, M. (2025). Family cohesion and behavioural problems in young adolescents: mediating effects of neighbourhood cohesion and moderating roles of individual and family structure factors. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, <https://doi.org/10.1002/casp.70071>.
- Soner, O. (2000). Aile uyumu, öğrenci özgüveni ve akademik başarı arasındaki ilişkiler. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (12), 249–260.
- Şahin, İ., Şahin Fırat, N., Zoraloğlu, Y. R., & Açıkgöz, K. (2009). Üniversite öğrencilerinin sorunları. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 4(4), 1436–1449.
- Şenol, B., Tokgöz, B., & Ünal, N. (2024). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının iletişim yetkinliği ve aile uyumu üzerindeki etkisi. *MAUN Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(2), 1–10. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maunssbd>
- T.C. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı, (2026). Asgari Ücret. <https://www.csgeb.gov.tr/poco-pages/asgari-ucet/>, 29.01.2026.
- TDK, (2025). Uyum. <https://sozluk.gov.tr/>, 28.10.2025.
- Ungar, M., Dumond, C., & McDonald, W. (2005). Risk, resilience and outdoor programmes for at-risk children. *Journal of Social Work*, 5(3), 319–338. <https://doi.org/10.1177/1468017305058938>
- Windarwati, H. D., Budiman, A. A., Nova, R., Ati, N. A. L., & Kusumawati, M. wahyu. (2020). The relationship between family harmony with stress, anxiety, and depression in adolescents. *Jurnal Ners*, 15(2), 185–193. <https://doi.org/10.20473/jn.v15i2.21495>
- Yavuz, S., & Özmete, E. (2012). Türkiye’de genç bireyler ve ebeveynleri arasında yaşanan sorunların “Aile Yapısı Araştırması” sonuçlarına göre değerlendirilmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 7(29), 9–27. <https://doi.org/10.21560/spcd.79283>
- Ye, B., Lei, X., Yang, J. et al. (2021). Family cohesion and social adjustment of chinese university students: the mediating effects of sense of security and personal relationships. *Current Psychology*, 40, 1872–1883. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0118-y>

- Yıldırım, B. (2020). Sosyal hizmet uygulamasında Bowen'ın aile sistemleri yaklaşımı. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(47), 287-312. <https://doi.org/10.21560/spcd.vi.508699>
- Yıldırım, T. (2025). Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri üzerinde aile ilişkilerinin rolünün incelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 8(1), 20-42. DOI:10.55150/apjec.1603611
- Zhu, D., He, Y., Wang, F., Li, Y., Wen, X., Tong, Y., Xie, F., Wang, G., & Su, P. (2024). Inconsistency in psychological resilience and social support with mental health in early adolescents: A multilevel response surface analysis Approach. *Journal of Affective Disorders*, 361, 627-636.

---

## ETHICAL DECLARATIONS

### Research and Publication Ethics

I declare that this article is an original work and was prepared in accordance with the principles of scientific research and publication ethics. The article has not been published elsewhere and is not currently under review by another journal.

All sources used in the study have been cited in accordance with academic standards. I declare that the study does not contain plagiarism, fabrication, falsification, or manipulation of data, and that the research findings have been presented in accordance with the principles of scientific integrity.

### Author Contributions

The author single-handedly designed, conducted, and analyzed the study and prepared the report for this article. I have reviewed and approved the final version of the article and agreed to its publication.

### Conflict of Interest

I declare that there is no conflict of interest regarding the publication of this manuscript.

### Funding

This research did not receive any specific grant, financial support, or funding from any public, commercial, or non-profit funding agencies.

### Artificial Intelligence (AI) Usage Disclosure

During the preparation of this manuscript, artificial intelligence tools may have been used solely for limited purposes such as language editing, translation assistance, and stylistic improvement. Any AI-assisted translations or language corrections were carefully reviewed and verified by the author. Artificial intelligence tools were not used to generate the core scientific content, research design, analysis, or scholarly conclusions. All academic responsibility for the content of the manuscript rests entirely with the author.

### Copyright and Permissions

I confirm that all necessary permissions for copyrighted materials have been obtained where required and that the manuscript does not violate any intellectual property rights.

### Author Approval

I confirm that they have read and approved the final version of the manuscript and consent to its submission and publication.

---

## ETİK BEYANLAR

### Araştırma ve Yayın Etiği

Bu makalenin özgün bir çalışma olduğunu ve bilimsel araştırma ve yayın etiği ilkelerine uygun olarak hazırlandığını beyan ederim. Makale daha önce herhangi bir yerde yayımlanmamış olup başka bir dergide değerlendirme sürecinde değildir.

Çalışmada kullanılan tüm kaynaklar akademik kurallara uygun biçimde atıflanmıştır. Çalışmanın intihal, veri uydurma, veri tahrifi veya manipülasyon içermediğini; araştırma bulgularının bilimsel dürüstlük ilkelerine uygun şekilde sunulduğunu beyan ederim.

**Yazar Katkısı**

Çalışmanın tasarlanması, yürütülmesi, analizi ve makalenin raporlama aşamasını tek başına yürütmüştür. Makalenin son hâlini okuyup onayladım ve yayımlanmasını kabul ettim.

**Çıkar Çatışması**

Bu makalenin yayımlanmasına ilişkin herhangi bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan ederim.

**Finansal Destek**

Bu araştırma herhangi bir kamu kurumu, ticari kuruluş veya kâr amacı gütmeyen kuruluş tarafından finansal olarak desteklenmemiştir.

**Yapay Zekâ Kullanım Beyanı**

Makalenin hazırlanması sürecinde yapay zekâ araçlarından yalnızca dil düzenleme, çeviri desteği ve anlatım iyileştirmesi amacıyla sınırlı ölçüde yararlanılmıştır. Yapay zekâ araçları tarafından yapılan çeviri ve dil düzenlemeleri tarafımdan dikkatle kontrol edilmiştir. Yapay zekâ araçları çalışmanın bilimsel içeriğinin, araştırma tasarımının, analizlerinin veya akademik sonuçlarının oluşturulmasında kullanılmamıştır. Makalenin içeriğine ilişkin tüm akademik sorumluluk bana aittir.

**Telif Hakları ve İzinler**

Telif hakkı gerektiren materyaller kullanılmışsa gerekli izinlerin alındığını ve çalışmanın herhangi bir fikrî mülkiyet hakkını ihlal etmediğini beyan ederim.

**Yazar Onayı**

Makalenin son hâlini okudum, onayladım ve yayımlanmasını kabul ettiğimi beyan ederim.