

Deprem Sonrası Zorunlu Uzaktan Eğitim Sürecinde Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Onay İhtiyacı ile Öz Anlayışları Arasındaki İlişkide Depresyonun Aracı Rolü

Ayşe ELİÜŞÜK BÜLBÜL* 

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, sosyal onay ihtiyacı ile öz anlayış arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolünü incelemektir. Örneklem grubu, 6 Şubat depremi sonrasında zorunlu olarak uzaktan eğitim alan öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklem grubu 244'ü (%72,8) kadın 91'i (%21,2) erkek; olmak üzere toplam 335 üniversite öğrencisi oluşmaktadır. Araştırma verileri 2023 yılı Mart ve Nisan ayında toplanmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Öz Anlayış Ölçeği", "Sosyal Onay Ölçeği" ve "Beck Depresyon Ölçeği" kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı ve öz anlayış düzeyleri arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolünü test etmek amacıyla bootstrap yöntemiyle regresyon analizi yapılmıştır. Analizlerde Process makro kullanılmıştır. Model oluşturulurken depremlerin ve sosyal değişimlerin öğrencilerin psikolojik sağlığı üzerindeki etkilerini anlamak amaçlanmıştır. Deprem travması, sosyal ilişkiler ve öz anlayış gibi faktörler arasındaki ilişki ve depresyon üzerindeki etkileri ele alır. Özellikle uzaktan eğitimdeki öğrencilerin yaşadığı zorlukları anlamak için önemlidir. Araştırma değişkenleri açısından, üniversite öğrencilerinin yaş ve cinsiyete göre yapılan t-testleri sonucunda gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Öğrencilerin depresyon ve öz anlayış arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Öz anlayış ile sosyal onay arasında negatif yönde anlamlı ilişki vardır. Öz anlayış ve sosyal onay arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı ve öz anlayışları arasındaki ilişkide depresyonun kısmi aracı role sahip olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı ve depresyon düzeyleri arttıkça öz anlayışı azalacağı söylenebilir. Aynı zamanda öz anlayış arttıkça depresyon ve sosyal onayı azaltacağı da düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Aracılık, Depresyon, Öz Anlayış, Sosyal Onay İhtiyacı.

The Mediator Role of Depression in the Relationship between Social Approval Needs and Self-Compassion Among University Students in Distance Education

ABSTRACT

This research aims to explore the mediating role of depression in the correlation between the need for social approval and self-compassion. Main focus of the study is to understand the mechanisms that affect university students' self-compassion during the compulsory distance education following the earthquake on February 6th. The sample consists of 244 females (72.8%) and 91 males (21.2%), totaling 335 university students. Data were collected in March and April of 2023, utilizing the 'Personal Information Form,' 'Self-Compassion Scale,' 'Social Approval Scale,' and 'Beck Depression Scale'. Regression analysis employing the bootstrap method was utilized to assess the mediating role of depression in the relationship between the university students' need for social approval and self-compassion, with the Process macro used for the analyses. The model was created to understand the effects of earthquakes and social changes on students' psychological well-being. It examines the relationship between earthquake trauma, social relationships, self-understanding, and their effects on depression. It is essential for understanding the challenges faced by students in distance education. T-tests conducted on age and gender indicated no significant differences between groups concerning the research variables. The study identified a significant negative correlation between depression and self-compassion among students engaged in distance education. Additionally, a significant negative association was found between self-compassion and the need for social approval. The results revealed negative and significant relationships between self-compassion and social approval. Furthermore, It has been observed that depression has a partial mediating role in the relationship between university students' social approval needs and self-understanding. It is suggested that an increase in the need for social approval and depression levels among university students may contribute to a decrease in self-compassion. Conversely, an

* **Corresponding Author/Sorumlu Yazar,** Doç. Dr./Assoc. Prof. Dr., Selçuk Üniversitesi, Konya, Türkiye/ Selçuk University, Konya, Türkiye, ayseeliusuk@gmail.com

Makale Gönderim ve Kabul Tarihleri/Article Submission and Acceptance Dates: 19.12.2023-30.07.2024

Citation/Atf: Eliüşük Bülbül, A. (2024). Deprem sonrası zorunlu uzaktan eğitim sürecinde üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı ile öz anlayışları arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolü. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 54, 33-44. <https://doi.org/10.52642/susbed.1406881>

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License



elevation in self-compassion may lead to a reduction in depression levels and the need for social approval. It can also be considered that increasing self-compassion may decrease depression and the need for social approval.

Keywords: Mediation, Depression, Self-Compassion, Need for Social Approval.

1. Giriş

Doğal afetlerin yol açtığı travma ve değişen sosyal koşullar, bireylerin psikolojik sağlığı üzerinde derin etkiler bırakmaktadır. Deprem gibi olaylar, öğrencilerin güvenlik duygusunu olumsuz yönde etkiler, aileleriyle ve arkadaşlarıyla bağlarını zayıflatır ve genel yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu gibi zorlu koşullarda, öğrencilerin sosyal onay ihtiyacı ve öz anlayışlarını olumsuz yönde etkileyecektir. Depremler, fiziksel sağlık sorunlarının yanı sıra depresyon, anksiyete ve travma sonrası stres bozukluğu gibi çeşitli psikolojik rahatsızlıklara da yol açar (Peleg-Popko, 2002). Bu psikolojik rahatsızlıklar, depremlerin yaygın sonuçları arasında yer almaktadır ve bazen uzun yıllar boyunca devam edebilmektedir (Aker, 2006). Depremzedeler arasında, can ve mal kayıplarına neden olan depremler sadece doğrudan etkilenenleri değil, aynı zamanda deprem haberlerini alan bireylerde de psikolojik sorunlara neden olacaktır (Sumer, vd., 1999). Büyük can ve mal kayıplarına neden olan depremler, toplumlar üzerinde uzun süreli etkiler bırakmaktadır (Erdoğan ve Aksoy, 2020). Ayrıca, deprem bölgesinden uzakta yaşayanlar dahi, depremin getirdiği endişe ve korkularla baş etmek zorunda kalabilirler. Bu gibi acil durumlar, eğitim sistemlerini hızla değiştirmeye ve dönüştürmeye zorlamaktadır. Özellikle COVID-19 salgını gibi olağanüstü durumlar, birçok ülkede eğitim kurumlarını kapanmaya ve uzaktan eğitime geçmeyi zorunlu hale getirdi. Türkiye'de de 6 Şubat sonrası alınan kararlar doğrultusunda üniversiteler, zorunlu olarak uzaktan eğitime geçmiştir.

Bu ani ve zorunlu geçiş, öğrencilerin günlük rutinlerinde önemli değişikliklere yol açtı. Uzaktan eğitime geçiş, öğrencilerin sosyal etkileşimlerini azaltmıştır ve kampüs ortamından uzaklaşmalarına neden oldu (Selçuk vd., 2021). Bu durum, öğrencilerin sosyal onay ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanmalarına ve kendilerini yalnız hissetmelerine neden oldu (Clark ve Morley, 2022). Aynı zamanda, öğrenciler artık sınıf ortamında öğretmenler ve arkadaşlarıyla yüz yüze etkileşimde bulunmadıkları için, öz anlayışlarını ve öz değerlerini sorgulama eğiliminde oldular. Bu yeni ortamda, öğrencilerin yaşadığı izolasyon ve belirsizlik duyguları, depresyon gibi psikolojik faktörlerin de ortaya çıkmasına neden oldu (Papouli vd., 2020). Literatürdeki çalışmalar, öğrencilerin yüz yüze etkileşimlere olan ihtiyaçlarının ve uzaktan eğitim sürecinde özgüven eksikliğinin ortak bir tema olduğunu vurgulamaktadır (Flynn, 2020). Ayrıca, uzaktan eğitimin öğrenciler arasındaki doğrudan iletişimi azalttığı ve sosyal becerilerini olumsuz etkilediği belirtilmektedir (Clark ve Morley, 2022). Özellikle son yıllarda, küresel ölçekte yaşanan olağanüstü olaylar, eğitim sistemlerini kökten değiştirmiş ve uzaktan eğitim modellerinin öne çıkmasına neden olmuştur (Zhang vd., 2023). Bu değişim, öğrencilerin geleneksel sınıf ortamlarından uzaklaşıp sanal sınıflara yönelmesiyle birlikte, öğrenme deneyimlerini etkilemiş ve psikososyal iyilik hallerini önemli ölçüde etkilemiştir (He vd., 2023; Abbott vd., 2023).

Uzaktan eğitim, öğrencilerin öğrenmeye katılımını yeniden tanımlarken, sosyal onay ihtiyacı, öz anlayış ve depresyon gibi temel psikolojik faktörlerin bu süreçteki rolünü anlamak giderek önem kazanmaktadır (Chen vd., 2023; Wójtowicz-Szeffler vd., 2023; Akimoto vd., 2023). Özellikle, sosyal bağlantıların sanal ortamlarda nasıl kurulduğu, öğrencilerin bu ortamlarda sosyal onay ihtiyacını nasıl karşıladığı ve bu dinamiklerin öz anlayışları ve depresyon düzeyleri üzerindeki etkileri, bu çalışmanın odak noktalarını oluşturmaktadır. Öz anlayış, bireyin kendini eleştirmek yerine şefkatli davranma eğilimini içerir. Ayrıca, olumsuz yaşantıları hayatın doğal bir parçası olarak kabul etmeyi kapsar. Negatif deneyimlere odaklanmak yerine pozitif odaklanma eğilimini gösterir. Bu süreçte, bireyin gerçeklik algısıyla bilinçli farkındalığı önemlidir (Neff, 2003b). Kökenini Budist felsefeden alan öz anlayış kavramını Neff ve Germer (2021), şu şekilde tanımlamaktadır. Birey, kendi içsel dünyasına iyi ve anlayışlı davranmak olarak ifade eder. Öz anlayış terimi, kökenlerini özellikle Budizm felsefesinden alan ve bu bağlamda kendimize anlayış göstermenin, başkalarına duyulan anlayış kadar önemli olduğunu vurgulayan bir kavramdır. Budist felsefesine göre, diğer insanlara gerçekten anlayış gösterebilmek için önce kendimize değer vermemiz gerektiği önemle belirtilir. Öz anlayış üç alt boyuttan oluşmaktadır: Öz şefkat, normal olarak görülen zayıf yönlerimiz ve başarısızlıklarımız karşısında sürekli kendini eleştirme, yargılama ve aşağılayıcı içsel yorumlarımızı susturmayı; bunlar yerine anlayıp kabul etmemizi içerir. Bu şekilde huzursuz olan bir zihni

sakinleştirir (Neff, 2021).Ortak paydaşım ise Neff ve Germer (2022) tarafından tüm insanların gelişmekte ve hataları olan varlıklar olduğunu, herkesin başarısızlık yaşayabileceğini ve yaşamda birçok kişinin çeşitli zorluklarla karşılaştığını bilincinde olmak şeklinde tanımlanmıştır. Diğer alt boyut olan, bilinçli farkındalık ise deneyimlerimizin net ve dengeli bir şekilde farkında olmamız halidir. Şu anda tüm duygu, düşünce ve duyumlarımıza hiçbir direnç ya da kaçınma göstermeden farkında olabilmektir (Neff ve Germer, 2022).

Tüm bu tanımlar göz önüne alındığında, öz anlayış kavramının bireyin kendi refahını artırmak ve anlayışlı bir tutum sergilemek anlamına geldiği sonucuna ulaşılmaktadır. Çalışmalarda kendisine karşı anlayışlı olan bireylerin daha mutlu, yaşam doyumlarının, öznel iyi oluşlarının ve psikolojik iyi oluşların daha yüksek, daha az kaygı ve depresyon deneyimledikleri görülmüştür (Neff, 2004; Yang vd., 2016). Bununla birlikte depresyon bilişsel duyuşsal ve davranışsal boyutları olan bir yapıya sahiptir. Ayrıca depresyon genetik yapısı ve ilerleyişi açısından oldukça farklı bir yapı arz eder. Bireyden bireye farklı seyri olan ruhsal bir durumdur (Hisli,1989).

Beck'e (1970) göre depresyonun; duyuşsal, bilişsel ve davranışsal boyutlarının yanı sıra bireyin, motivasyonu ve fiziki yapı ile ilgili belirtileri de içeren bir yapısı vardır. Bu belirtilerin içerisinde bilişsel yön en önemli rolü üstlenir. Depresyondaki bireyde üç olumsuz düşünce yapısı hakimdir. Birincisi, depresyondaki birey kendini olumsuz algılar ve eleştirir. İkincisi, dünya algıları olumsuzdur. Son olarak, gelecek algıları da olumsuz yödedir (Leahy, 2018). İnsan ve çevre, karşılıklı etkileşim içerisinde. İnsan, çevresini algılar, yorumlar ve çeşitli biyopsikososyal faktörlerle etkileşime girer. Aynı şekilde, çevre de insanın davranışlarını, duygusal durumunu ve genel sağlığını etkiler. Bu etkileşim, bireyin fiziksel, psikolojik ve sosyal iyilik hali üzerinde belirleyici bir rol oynar. Depresyonun nedenleri araştırıldığında biyolojik olarak; dopamin, serotonin ve norepinefrin nörotransmitterlerinin azalması ya da eksik olması durumunda depresyon açığa çıkabilmektedir; sosyal olarak, kültürel ve sosyal değişiklikler, ekonomik şartların yetersizliği, stres içerikli, yorucu ve zorlayıcı yaşam olayları ve kayıpların olması depresyona yol açabilmektedir (Öztürk, 2004 ; Geçtan, 2012; Türkçapar, 2018). Bu nedenler incelendiğinde bireyin sosyal bir varlık olduğu; sosyal nedenlerin bireyin depresyona girmesinde etkili olduğu görülmektedir. Kişinin kendisine olan şefkatli davranma eğilimi ile ilgili olarak toplumsal etkilerin olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, depresyon gibi duygusal zorluklarla başa çıkma sürecinde öz anlayışın önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir. Bu süreçte, kişinin kendisine karşı şefkatli olması, olumsuz deneyimleri kabul etmesi ve pozitif bir bakış açısına sahip olması depresyonla baş etmede etkili olduğu görülmektedir. Bu konu ile ilgili yapılan çalışmalarda araştırılan diğer bir kavram ise sosyal onay ihtiyacıdır. Sosyal onay, bireyin sosyal çevresindeki diğer kişilerin beklenti ve değerlendirmelerini önemseyebilme kapasitesini ifade eder. Bu kavram, bireyin sosyal uyum süreçlerindeki davranışlarını şekillendiren önemli bir etkidir. Aynı zamanda sosyal onay, bireyin sosyal ilişkilerde uyum sağlama ve kabul görme ihtiyacının bir yansıması olarak görülmektedir (Karaşar ve Öğülmüş, 2016).

Sosyal onay ihtiyacı sosyal yönden kabul görme ve başkalarının düşüncelerine uyum sağlama ihtiyacı ve iyi biri olarak görülme ihtiyacı şeklinde ifade edilmektedir (Değirmenci ve Demirli, 2019). Sosyal onaylanma ihtiyacına sahip olan bireylerin bu onaya sahip olduklarında daha iyi hissettikleri daha az depresif belirtiler gösterdikleri belirtilmiştir (Canlı ve Karaşar, 2021). Sosyal onay ihtiyacına sahip olan bireyler, değerli olmak için çevresindekilerin onayına bağlı kalıp ve işlevsel olmayan davranışlar sergilemektedirler. Bu davranışlar sonrasında ise depresyona neden olan davranışlar gelişmektedir (Dobson ve Dozois, 2011).

Konuya ilişkin literatür incelendiğinde, sosyal onay ihtiyacı ile depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar genellikle bu iki değişken arasında pozitif bir bağlantı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda yapılan araştırmalara göre, bireylerin sosyal onay ihtiyacının artması depresyon riskini olumlu yönde etkilemektedir (Karaşar ve Öğülmüş, 2016; Canlı ve Karaşar, 2021; Karaşar, 2021; Quinlan, vd., 1995). Depresyon ve öz anlayış arasında ise olumsuz ilişki olduğu görülmektedir (Krieger vd., 2013; Krieger vd., 2016; Pullmer vd., 2019).

Araştırma için kullanılan model , depresyonun öz anlayış ve sosyal onay ihtiyacı arasında aracılık rolü oynadığını öngörmektedir. Bu durum uzaktan eğitimdeki öğrenci psikososyal sağlığını etkileyebileceğini varsaymaktadır. Elde edilen bulgular, uzaktan eğitimdeki öğrenci deneyimlerini daha iyi anlamamıza ve bu

bağlamda pedagojik stratejiler geliştirmemize yardımcı olarak, eğitim alanında bu önemli konulara ışık tutacaktır.

Araştırmanın amacı, uzaktan eğitim gören bireylerde sosyal onay, öz anlayış ve depresyon arasındaki ilişkileri incelemektir. Yapılan analizler, uzaktan eğitim gören bireylerde sosyal onayın ve öz anlayışın depresyon düzeyleri üzerindeki etkilerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Bu model, doğal afetlerin özellikle depremlerin yol açtığı travma ve değişen sosyal koşulların, öğrencilerin psikolojik sağlığı üzerindeki etkilerini anlamak amacıyla kurulmuştur. Model, özellikle deprem sonrası zorunlu uzaktan eğitim alan üniversite öğrencilerinin sosyal koşullardaki bu değişiminin etkilerini analiz etmektedir. Ayrıca, öğrencilerin sosyal onay ihtiyacı ve öz anlayışlarının bu süreçlerle nasıl ilişkilendiği ve bu ilişkilerin depresyon üzerindeki etkileri de modelde ele alınmaktadır. Uzaktan eğitim sürecindeki öğrencilerin yaşadığı zorluklar ve psikolojik etkileri anlamak için önemli olan bu model, öğrencilerin psikolojik sağlığını anlamada kritik bir rol oynamaktadır. Elde edilen bulgular, uzaktan eğitim gören bireylerde depresyonun, öz anlayış ve sosyal onay arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolüne sahip olduğunu göstermiştir. Bu bağlamda, uzaktan eğitim gören bireylerdeki depresyon düzeylerinin öz anlayış ve sosyal onayı etkileyerek anlamlı bir aracılık rolü oynadığı belirlenmiştir.

Genel amaç doğrultusunda araştırma soruları aşağıdaki gibidir

1. Üniversite öğrencilerinin öz anlayış, sosyal onay ihtiyacı ve depresyon düzeyleri cinsiyete ve yaşa göre farklılaşmakta mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin öz anlayışları ile sosyal onay ihtiyaçları ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Sosyal onay ihtiyacı ve öz anlayış arasındaki ilişkide depresyonun aracı rolü var mıdır?

2. Yöntem

2.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada, değişkenlerin dağılımını ve birbirleriyle olan ilişkilerini incelemek için kesitsel bir model kullanılmıştır. Kesitsel bir çalışma, belirli bir zamandaki sonuçların yaygınlığını ve potansiyel risk faktörlerine maruziyeti değerlendiren önemli bir metodolojik yaklaşımdır. Çalışma tasarımı, kesitsel çalışma tasarımlarının uygulanmasını yönlendiren epidemiyolojik araştırmaların temel prensipleri tarafından desteklenmektedir. Rothman ve diğerlerinin, kesitsel çalışmaların planlanması, uygulanması ve analiz edilmesi için kapsamlı bir metodolojik çerçeve sunmaktadır (Rothman vd., 2008). Ayrıca, bu araştırmanın temel metodolojik yaklaşımlarından biri olan Bradford Hill'in nedensellik kriterleri de kullanılmıştır (Hill, 1965). Araştırma, belirli bir zaman dilimi ve coğrafya üzerinde, araştırma popülasyonunu temsil eden bir örnekle gerçekleştirilmiş olup, veri toplama sürecinde standartlaştırılmış anketler ve mevcut veri kaynakları kullanılmıştır.

Bu çalışmada, Hayes'in mediasyon modeli kullanılarak bağımsız ve bağımlı değişkenler arasındaki ilişkinin mediatör değişken aracılığıyla nasıl şekillendiği incelenmiştir (Hayes, 2018). Modelde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini mediatör değişken aracılığıyla ölçmek için bootstrap yöntemi tercih edilmiştir. Bu yöntem, mediasyon etkisinin doğrudan bir şekilde tahmin edilmesine izin verir ve veri seti normal bir dağılımı takip etmiyorsa bile güvenilir sonuçlar sağlar.

Araştırma modelimiz şu şekildedir: Bağımsız değişkenin mediatör üzerindeki etkisi (yol a). Mediatörün bağımsız değişkeni kontrol ederken bağımlı değişken üzerindeki etkisi (yol b). Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki toplam etkisi (yol c). Mediatörü kontrol ederken bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki doğrudan etkisi (yol c'). Bu modelde, yol a ve yol b'nin çarpımı ($a*b$), mediasyon etkisini temsil eder. Bootstrap yöntemi, bu etkinin istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını test etmek için kullanılmıştır.

2.2. Çalışma Grubu

Bu çalışmada karma örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmacı, Nisan 2023 tarihinde Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 335 üniversite öğrencisinden oluşan çalışma grubunu belirlerken, hem uygun örnekleme hem de hedefli örnekleme stratejilerini bir araya getirmiştir. Çalışma

grubunun 187 kadın ve 148 erkek bulunmaktadır. Kadınların yaş ortalaması 19.64 ± 1.27 iken, erkeklerin yaş ortalaması 20.77 ± 2.00 olarak hesaplanmıştır. Toplam örneklemdaki yaş ortalaması ise 19.98 ± 1.61 olarak belirlenmiştir. Tekrar test yapılan grubun analizi incelendiğinde, bu grupta 84 kadın ve 20 erkek olmak üzere toplamda 104 kişi bulunmaktadır. Kadınların yaş ortalaması 19.68 ± 0.84 , erkeklerin yaş ortalaması ise 19.71 ± 1.15 olarak hesaplanmıştır. Bu tekrar test yapılan grubun toplam yaş ortalaması 19.69 ± 0.90 olarak bulunmuştur. Ulaşılabilirliği artırmak adına, araştırmacı 6 Şubat depremi sonrasında zorunlu uzaktan eğitim alan öğrencilere öncelik vermiştir. Bu karma örnekleme stratejisi, çalışma grubunu belirlerken hem pratik hem de odaklanılan popülasyonun önemli özelliklerini içermeye yönelik bir yaklaşım sunmuştur (Karasar, 2018).

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, örneklemin cinsiyet ve yaş düzeylerini ölçmek için kullanılacaktır.

2.3.2. Öz Anlayış Ölçeği: Neff (2003a) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye Deniz vd. (2008) tarafından uyarlanmıştır. Bu ölçek, yirmi dört maddeden oluşan ve tek bir boyuta odaklanan beşli Likert tipinde bir değerlendirme aracıdır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı olarak hesaplanan Cronbach alfa değeri .89'dur, ayrıca test-tekrar test korelasyonu .83 olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlar, ölçeğin güvenilirliğini ve istikrarını desteklemektedir.

2.3.3. Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği: Karasar ve Öğülmüş (2016) tarafından geliştirilen bu ölçek, toplamda yirmi beş madde içermektedir ve üç farklı alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar şunlardır: birincisi, başkalarının değerlendirmelerine duyarlılık; ikincisi, olumlu bir izlenim bırakma; üçüncüsü ise sosyal geri çekilme. Ölçek, beşli Likert tipinde bir değerlendirme aracıdır ve öğrencilerin derecelendirmeleri "tamamen katılıyorum" ile "kesinlikle katılmıyorum" arasında değişmektedir. "Ölçeğin alt boyutları için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları .80 ve .83 arasında bulunmuştur. Genel ölçek için ise Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar, ölçeğin güvenilirliğini ve iç tutarlılığını desteklemektedir.

2.3.4. Beck Depresyon Envanteri: Katılımcıların depresyon düzeylerini değerlendirmek amacıyla, Beck vd., (1961) tarafından geliştirilen ve Hisli (1989) tarafından Türkçeye uyarlanan Üniversite Öğrencileri İçin Beck Depresyon Envanteri kullanılmıştır. Envanterin güvenilirlik analizi yarıya bölme tekniğiyle ve madde analiziyle incelenmiştir. Ölçeğin madde analizi değeri $r=.80$ yarı test güvenilirliği ise $r=.74$ olarak bulunmuştur. Geçerlilik katsayısı ise $r=.50$ olarak bulunmuştur. Bu envanter, 0 ile 3 arasında dört dereceli bir yapıya sahip olan yirmi bir madde içermektedir. Bu maddeler, depresyonla ilgili ifadelerden olumsuz depresyonla ilgili ifadelere doğru sıralanmıştır. Her madde, depresyona özgü davranışsal bir durumu ifade eden kendini değerlendirme cümlesi içermektedir. Kendini değerlendirme, azdan çoğa doğru bir sıralamayı içermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı olarak hesaplanan Cronbach alfa değeri .82'dir, ayrıca test-tekrar test korelasyonu .81 olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlar, ölçeğin güvenilirliğini ve istikrarını desteklemektedir.

2.4. Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizi SPSS 26 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Verilerin normallik varsayımlarını karşılaması dikkate alınarak, bağımsız gruplar için t-testi uygulanacak ve depresyon, öz anlayış ve sosyal onay arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Uzaktan eğitim alan üniversite öğrencilerinin depresyon ve öz anlayışları üzerindeki etkilerinde sosyal onay aracı rolünü test etmek amacıyla bootstrap yöntemiyle regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Bu analizlerde Process makrosu kullanılmıştır.

2.5. Etik İzin

Çalışmanın yürütülmesi için Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yerel Etik Kurulu'ndan etik onay alındı (E-16343714-605.99-491381, 22.03.2023). Veriler toplanmadan önce tüm katılımcılara çalışmanın amacı hakkında bilgi verildi ve çalışmaya başlamadan önce sözlü onamları alınmıştır.

3. Bulgular

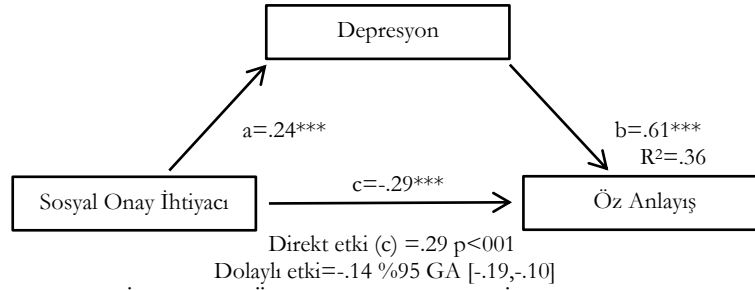
Üniversite öğrencilerinin yaşa ve cinsiyete göre yapılan t-testleri sonucunda araştırma değişkenleri açısından gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($t=-.674$; $p>0.05$; $F=1.718$; $p>0.05$).

Tablo1. Depresyon, Öz Anlayış ve Sosyal Onay Arasındaki İlişki

Değişkenler	1.	2.
1. Öz anlayış		
2. Depresyon	-.46***	
3. Sosyal onay ihtiyacı	-.53***	.37***

$p<.05$ *, $p<.01$ **, $p<.001$ ***

Tablo1’de görüldüğü üzere uzaktan eğitim alan öğrencilerde depresyon ve öz anlayış ($r=-.46$; $p <.001$) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Öz anlayış ile sosyal onay ihtiyacı ($r =-.53$; $p <.001$) negatif yönde anlamlı ilişki vardır. Depresyon ve sosyal onay ihtiyacı ($r = .37$; $p <.01$) ve arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır.



Şekil 1. Sosyal Onay İhtiyacı ve Öz anlayış Arasındaki İlişkide Depresyonun Aracı Rolü

Şekil 1’de sunulan uzaktan eğitim alan öğrencilerin sosyal onay, öz anlayışları aracılığıyla depresyonu etkilemesinde yapılan aracılık modelinde tüm yol katsayılarının anlamlı olduğu görülmektedir.

Sosyal onay ihtiyacı depresyonu pozitif yönde ($\beta = .24$, $p <.001$), sosyal onay ihtiyacı, öz anlayışı negatif yönde ($\beta = -.29$, $p <.001$), depresyon, öz anlayışı negatif yönde ($\beta = -.61$, $p <.001$) yordamaktadır. Dolaylı etki incelendiğinde ise (Dolaylı etki = -.14 %95 GA [-.19, -.10]) olduğu görülmüştür.

Sonuç olarak yukarıdaki değerler göz önüne alındığında üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı ve öz anlayış düzeyleri arasındaki ilişkide depresyonun kısmi aracı rolü olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı ve depresyon düzeyleri arttıkça öz anlayışın azalacağı söylenebilir. Aynı zamanda öz anlayış arttıkça depresyon ve sosyal onay ihtiyacını azaltacağı da söylenebilir. Ayrıca bootstrapping güven aralıklarının alt ve üst sınırlarına ilişkin bulgular Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2. Sosyal Onay İhtiyacı ile Öz Anlayış Arasındaki İlişkide Depresyonun Aracılık Testi Sonuçları

Değişkenler	Depresyon				Öz anlayış			
	β	SH	Alt sınır	Üst sınır	B	SH	Alt sınır	Üst sınır
Sosyal onay ihtiyacı (X)	.24***	.0326	.1717	.3001	-.29***	.0444	-.3722	-.1977
Depresyon (M)					-.61***	.0693	-.7459	-.4731
	R ² = .1360				R ² = .3590			
	F(1;332) 52.2455; $p<.001$				F(2;331) 92.6921; $p<.001$			
	Sosyal onay ihtiyacı → Depresyon → Öz anlayış							
	Bootstrap dolaylı etki $\beta = -.14$ % 95 GA [-.19, -.10]							

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$, n=334, SH= Standart Hata

Üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı ve öz anlayış düzeyleri üzerindeki etkisinde depresyonun aracı rolünü test etmek amacıyla bootstrap yöntemiyle regresyon analizi yapılmıştır. Analizlerde Hayes (2018) tarafından geliştirilen Process makro kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 2’de verilmiştir. Buna göre depresyon düzeyinin öz anlayış üzerinde dolaylı etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle depresyonun, öz anlayış ve sosyal onay arasındaki ilişkiye aracılık ettiği tespit edilmiştir. Dolaylı

etki=-.14 % 95 GA [-.19,-.10]. Bootstrap güven aralığı değerleri “0”ı kapsamaktadır. Dolayısıyla araştırmanın hipotezi desteklenmiştir.

4. Tartışma

Bu araştırma, özellikle 6 Şubat depremi sonrasında zorunlu uzaktan eğitim alan üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Uzaktan eğitim alan üniversite öğrencilerinin yaşa ve cinsiyete göre yapılan t-testleri sonucunda araştırma değişkenleri açısından gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Uzaktan eğitim alan öğrencilerin bireylerin depresyon ve öz anlayış arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Uzaktan eğitimin giderek yaygınlaşmasıyla birlikte, bu çalışma, öğrencilerin bu yeni paradigmadaki deneyimlerini anlamayı amaçlamaktadır. Deprem nedeniyle eğitim sistemlerinde yaşanan değişikliklerin, öğrencilerin geleneksel sınıf ortamlarından uzaklaşarak sanal sınıflara yönelmeleri üzerindeki etkilerini incelemek, bu çalışmanın temel amacını oluşturmaktadır. Literatürdeki çalışmalara dayanarak, uzaktan eğitimdeki bu değişimlerin öğrencilerin psikososyal iyilik hallerini önemli ölçüde etkilediği görülmüştür (Zhang vd., 2023; He vd., 2023; Abbott vd., 2023).

Bu bağlamda, araştırma sosyal onay ihtiyacı, öz anlayış ve depresyon gibi temel psikolojik faktörlerin uzaktan eğitimdeki rolünü anlamaya yönelik önemli bir adım olarak karşımıza çıkmaktadır. Literatürdeki çalışmalar da bu faktörlerin öğrencilerin eğitim deneyimleri üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir (Chen vd., 2023; Wójtowicz-Szeffler vd., 2023; Akimoto vd., 2023). Özellikle, eğitimin sanal ortamlarda gerçekleşmesi, öğrencilerin bu ortamlarda sosyal onay ihtiyacını nasıl karşıladığı ve bu dinamiklerin öz anlayışları ve depresyon düzeyleri üzerindeki etkileri, çalışmanın ana vurgularını oluşturmaktadır.

Depresyon ile sosyal onay ihtiyacı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öz anlayış ve sosyal onay ihtiyacı ve arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde sosyal onay ihtiyacı ile depresyon çalışmaları; pozitif yönlü ilişki olduğunu bildirmektedir (Karaşar ve Ögülmüş,2016; Canlı ve Karaşar, 2021; Karaşar, 2021; Quinlan vd., 1995).

Alanyazın taramasının sonuçları, benzer bir odak noktasına sahip birçok çalışmanın bulunduğunu göstermektedir. Bu makaleler, depresyon ile öz anlayış arasında negatif yönde bir ilişkiyi destekleyen benzer bulgulara ulaşmıştır. Bu bağlamda, literatürdeki pek çok çalışma, depresyon düzeyinin arttıkça bireylerin öz anlayışının olumsuz yönde etkilendiğini göstermektedir. Bu durum, özellikle benzer değişkenler üzerinde yapılan araştırmalarda ortak bir anlayışa ulaşıldığını ortaya koymaktadır. Bu nedenle, elde edilen sonuçların, literatürdeki diğer benzer çalışmalarla paralellik gösterdiği ve bu alandaki genel bulgulara katkıda bulunduğu söylenebilir. (Krieger vd.,2013; Krieger vd., 2016; Pullmer vd., 2019).

Sınırlılıklar

Araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Bunlar arasında belirli bir üniversitenin uzaktan eğitim alan öğrencilerine odaklanması yer almaktadır. Aynı zamanda verilerin belirli bir zaman diliminde toplanması ve bu nedenle zaman içindeki değişimleri değerlendirmede sınırlamalar mevcuttur. Bunun yanında ölçümlerin öz bildirim dayalı olması bir diğer sınırlılıktır.

Öneriler

Araştırma kapsamında öneriler şu şekilde sıralanabilir: Çok merkezli bir araştırma yaparak farklı coğrafi bölgelerden ve üniversitelerden uzaktan eğitim alan öğrencileri içermek, genelleme potansiyelini artırabilir. Zaman içindeki değişimleri anlamak için boyutsal bir tasarım kullanılabilir. Potansiyel etkileyen değişkenleri daha etkili bir şekilde kontrol etmek amacıyla demografik faktörler, öğrenme tarzları ve çevresel etkiler gibi çeşitli kontrol değişkenlerini dahil etmek önemlidir. Nitel araştırmalarla desteklenen çalışmalar, uzaktan eğitim alan öğrencilerin deneyimlerini daha derinlemesine anlamak için kullanılabilir ve daha kapsamlı bir perspektif sunabilir.

5. Extended Abstract

The trauma caused by natural disasters and changing social conditions profoundly impacts individuals' psychological well-being. Events like earthquakes negatively affect students' sense of security, weaken their bonds with family and friends, and adversely affect their overall quality of life. Students' need for social approval and self-understanding will be negatively affected in such challenging circumstances.

Earthquakes not only result in physical health issues but also lead to various psychological disorders such as depression, anxiety, and post-traumatic stress disorder (Peleg- Popko, 2002). These psychological disorders are among the widespread consequences of earthquakes and can sometimes persist for many years (Aker, 2006). Among earthquake victims, earthquakes that cause loss of life and property will not only affect those directly affected but also cause psychological problems in individuals who receive news of the earthquake (Sumer, vd., 1999). Earthquakes causing significant loss of life and property have long-term effects on societies (Erdoğan & Aksoy, 2020).

Additionally, even those living far from earthquake zones may have to cope with the anxieties and fears of the earthquake. Such emergencies force educational systems to change and transform rapidly. Particularly, extraordinary situations like the COVID-19 pandemic have compelled many countries to close educational institutions and transition to remote learning. In Turkey, following decisions made after February 6th, universities must transition to remote learning. As remote education redefines students' engagement in learning, understanding the role of fundamental psychological factors such as the need for social approval, self-concept, and depression in this process is becoming increasingly important (Chen et al., 2023; Wójtowicz-Szefler et al., 2023; Akimoto et al., 2023). Mainly, how social connections are established in virtual environments, how students fulfill their need for social approval in these environments, and the impact of these dynamics on their self-concepts and levels of depression constitute the focal points of this study. Self-concept involves a tendency for individuals to treat themselves with compassion rather than self-criticism. It also encompasses accepting negative experiences as a natural part of life.

The research model predicts that depression plays a mediating role between self-concept and the need for social approval. This assumption suggests that depression could affect the psychosocial health of students in distance education. The findings obtained will shed light on a better understanding of the experiences of students in distance education and aid in developing pedagogical strategies in this context, thereby illuminating these significant issues in the field of education.

The research aims to examine the relationships between social approval, self-concept, and depression in individuals undergoing distance education. The analyses conducted aim to assess the effects of social approval and self-concept on levels of depression in individuals undergoing distance education. This model is established to understand the impacts of natural disasters, especially earthquakes, and changing social conditions on the psychological health of students. Specifically, the model analyzes the effects of this change in social conditions on university students compelled to undergo distance education following earthquakes. Additionally, the model addresses how students' need for social approval and self-concept are related to these processes and the effects of these relationships on depression. This model, crucial for understanding the challenges and psychological impacts experienced by students in distance education, plays a critical role in understanding their psychological health. The findings indicate that depression in individuals undergoing distance education has a partial mediating role in the relationship between self-concept and social approval. In this context, it is determined that the levels of depression in individuals undergoing distance education significantly mediate self-concept and social approval.

In line with the general aim, the research questions are as follows:

Do university students' self-concept, need for social approval, and levels of depression differ according to gender and age?

Is there a significant relationship between university students' self-concepts, need for social approval, and levels of depression?

Does depression play a mediating role in the relationship between the need for social approval and self-concept?

This research was conducted specifically on university students who underwent mandatory remote education, especially after the February 6 depression. T-tests based on age and gender revealed no significant differences between groups regarding research variables. There is a significant negative relationship between depression and self-compassion among students receiving remote education. With the increasing prevalence of distance education, this study aims to deeply understand students' experiences in this new paradigm. Due to global events, this research focuses on examining the effects of radical

changes in the education systems, leading students to shift from traditional classroom settings to virtual classrooms. Building on studies in the literature, it is observed that these profound changes significantly affect students' psychosocial well-being (Zhang et al., 2023; He et al., 2023; Abbott et al., 2023). In this context, our study emerges as a significant step towards understanding the role of fundamental psychological factors such as the need for social approval, self-compassion, and depression in distance education. Existing studies in the literature also indicate that these factors play a decisive role in students' educational experiences (Chen et al., 2023; Wójtowicz-Szeffler et al., 2023; Akimoto et al., 2023). Particularly, the establishment of social connections in virtual environments, how students fulfill their need for social approval in these environments, and the impact of these dynamics on their self-compassion and levels of depression constitute the main emphases of our study.

The aim of the research was to examine the relationships between social approval, self-compassion, and depression in individuals undergoing distance education. The analyses aimed to evaluate the effects of social approval and self-compassion on depression levels in individuals undergoing distance education. The findings revealed that depression in individuals undergoing distance education plays a partial mediating role in the relationship between self-compassion and social approval. In this context, it was determined that the depression levels in individuals undergoing distance education significantly mediate self-compassion and social approval. The results of the literature review indicate the existence of many academic articles with a similar focus. These articles have reached similar findings supporting a negative relationship between depression and self-compassion. In this regard, many studies in the literature demonstrate that as the level of depression increases, individuals' self-compassion is negatively affected. This trend reflects a consensus perspective reached in research on similar core variables. Therefore, it can be said that the obtained results parallel other similar studies in the literature and contribute to general findings in this field (Krieger et al., 2013; Krieger et al., 2016; Pullmer et al., 2019).

Keywords: Mediation, Depression, Self-Compassion, Need for Social Approval.

Çıkar Çatışması Beyanı / Conflict of Interest

Çalışmada herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmamaktadır.
There is no conflict of interest with any institution or person in the study.

İntihal Politikası Beyanı / Plagiarism Policy

Bu makale İntihal programlarında taranmış ve İntihal tespit edilmemiştir.
This article was scanned in Plagiarism programs and Plagiarism was not detected.

Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı / Scientific Research and Publication Ethics Statement

Bu çalışmada Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi kapsamında belirtilen kurallara uyulmuştur.
In this study, the rules specified within the scope of the Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive were followed.

Kaynakça

- Abbott, E., Oh, W., Dai, Y., Feuer, C., Chan, L., Carr, B. G., & Nadkarni, G. N. (2023). Joint modeling of social determinants and clinical factors defines subphenotypes in out-of-hospital cardiac arrest survival (Preprint). <https://doi.org/10.2196/preprints.51844>
- Aker, AT (2006). 1999 Marmara depremleri epidemiyolojik bulgular ve toplum ruh sağlığı politikaları üzerine bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17 (3), 204. <https://www.turkpsikiyatri.com/PDF/C17S3/en/1999Marmara.pdf>
- Akimoto, K., Asano, S., Satoh, Y., & Yokogushi, K. (2023). Changes in respiratory, physical, and mental conditions in moderate and severe COVID-19 cases at our convalescent rehabilitation ward. *Japanese Journal Of Comprehensive Rehabilitation Science*, 14, 10–15. <https://doi.org/10.11336/jjcrs.14.10>
- Allen, A., Goldwasser, E. & Leary, M., (2012). Self-compassion and well-being among older adults. *Self and Identity*, 11, 428–453. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.595082>
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbauch, J. (1961). Beck Depression Inventory [dataset]. In *PsycTESTS Dataset*. American Psychological Association (APA). <https://doi.org/10.1037/t00741-000>
- Beck, A. T. (1970). Cognitive therapy: Nature and relation to behavior therapy. *Behavior Therapy*, 1(2), 184–200. [https://doi.org/10.1016/s0005-7894\(70\)80030-2](https://doi.org/10.1016/s0005-7894(70)80030-2)
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Vol. 1. Attachment. Basic Books.
- Canlı, D. & Karaşar, B. (2021). Predictors of major depressive disorder: the need for social approval and self-esteem. *Alpha Psychiatry*, 22(1), 38-42. <https://doi.org/10.5455/apd.97683>
- Chen, B., Li, M., Zhao, H., Liao, R., Lu, J., Tu, J., Zou, Y., Teng, X., Huang, Y., Liu, J., Huang, P., & Wu, J. (2023). Effect of multicomponent intervention on functional decline in chinese older adults: a multicenter randomized clinical trial. *The Journal Of Nutrition, Health & Aging*, 27(11), 1063–1075. <https://doi.org/10.1007/s12603-023-2031-9>
- Chiba, T., Iketani, S., Han, K., & Ono, A. (2009). A comprehensive model of anxiety in gift giving. *International Review Of Business Research Papers*, 5(4), 322-334.
- Değirmenci, E. ve Demirli, C. (2019). Çekirdek veya Geniş Ailede Yetişen Bireylerde Sosyal Onay İhtiyacı ile Benliğin Farklılaşması Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 2(1), 79-95. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/apjec/issue/50946/664688>
- Deniz, M.E., Kesici, Ş. & Sümer, A.S. (2008) The validity and reliability of the turkish version of the self-compassion scale. *Social Behavior And Personality*, 36(9), 1151-1160. <https://doi.org/10.2224/sbp.2008.36.9.1151>
- Dobson, K. S., & Dozois, D. J. (Eds.). (2011). Risk factors in depression. Elsevier.
- Erdoğan, C. N., & Aksoy, Ö. N. (2020). Deprem stresi ile baş etme stratejileri Balıkesir örneği. *Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, 3(2), 88-103. <https://doi.org/10.38004/sobad.704072>
- Flynn, C. F. (2020). Facilitating Civility in Distance Education. In *Socioeconomics, Diversity, and the Politics of Online Education* (pp. 1-16). IGI Global.
- Geçtan, E. (2012). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Hayes, J. (2018). Process models of change. *The Theory and Practice of Change Management*, 4–19. https://doi.org/10.1057/978-1-352-00132-7_1
- He, F., Qi, X., Feng, Q., Zhang, Q., Pan, N., Yang, C., & Liu, S. (2023). Research on augmented reality navigation of in vitro fenestration of stent-graft based on deep learning and virtual-real registration. *Computer assisted surgery (Abingdon, England)*, 28(1), 2289339. <https://doi.org/10.1080/24699322.2023.2289339>
- Hill, A. B. (1965). The environment and disease: Association or causation? *Proceedings of the Royal Society of Medicine*, 58(5), 295–300. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1898525/>
- Hisli, N. (1989). Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- Karasar, N. (2018). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Nobel Yayınları.

Karaşar, B. (2021). Karşılıklı bağımlılık: depresyon, sosyal onay ihtiyacı ve kendini sevme/özyeterlik açısından bir değerlendirme. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 29(1), 117-126. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.738845>

Karaşar, B., & Ögülmüş, S. (2016). Need for social approval scale: the validity and reliability. *Ege Journal of Education*, 17(1), 84-104.

Krieger, T., Altenstein, D., Baettig, I., Doerig, M. ve Holtfort, N. (2013). Self-compassion in depression: associations with depressive symptoms, rumination, and avoidance in depressed outpatients. *Behavior Therapy*, 44(3), 501-513. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2013.04.004>

Krieger, T., Berger, T. ve Holtforth, M. (2016). The relationship of self-compassion and depression: Cross-lagged panel analyses in depressed patients after outpatient therapy. *Journal of Affective Disorders*, 20(2), 39-45. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.05.032>

Leahy, R., (2018), *Bilişsel Terapi ve Uygulamaları*, İstanbul: Litera Yayıncılık,

Clarke, J., & Morley, C. (2022). Risk assessments and critical social work. In *Practice Skills in Social Work and Welfare* (pp. 141-154). Routledge.

Neff, K. (2004). Self compassion and psychological well-being. *Constructivism in The Human Science*, 9(2), 27-37.

Neff, K. D. (2003a). The development and validation of a scale to measure selfcompassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>

Neff, K. D. (2003b). self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>

Neff, K. D. (2021). Öz şefkat: Kendine nazik olmanın kanıtlanmış gücü (1. Baskı) (E. Güldemler, Çev.) *Diyojen Yayıncılık*

Neff K, Germer C. The role of self-compassion in psychotherapy. *World Psychiatry*. 2022;21(1):58-59. <https://doi.org/10.1002/wps.20925>

Öztürk, M.O. (2004). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*, Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul.

Papouli, E., Chatzifotou, S., & Tsairidis, C. (2020). The use of digital technology at home during the COVID-19 outbreak: Views of social work students in Greece. *Social Work Education*, 39(8), 1107-1115. <https://doi.org/10.1080/02615479.2020.1807496>

Pauley, G. & McPherson, S., (2010). The experience and meaning of compassion and self-compassion for individuals with depression or anxiety. *psychology and psychotherapy. Theory, Research and Practice* Volume, 83(2). <https://doi.org/10.1348/147608309X471000>

Peleg-Popko, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy*, 24(2), 355-369. <https://doi.org/10.1023/A:1015355509866>

Pullmer, R., Chung, J., Samson, L., Balanji, S. ve Zaitsoff, S. (2019). A systematic review of the relation between self-compassion and depressive symptoms in adolescents. *Journal of Adolescence*, 74, 210-220. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.06.006>

Blatt, S. J., Quinlan, D. M., Pilkonis, P. A., & Shea, M. T. (1995). Impact of perfectionism and need for approval on the brief treatment of depression: the National Institute of Mental Health Treatment of Depression Collaborative Research Program revisited. *Journal of consulting and clinical psychology*, 63(1), 125-132. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.63.1.125>

Rothman, K. J., Greenland, S., & Lash, T. L. (2008). *Modern epidemiology* (Vol. 3). Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins.

Selçuk, E. B., Demir, A. Ç., Erbay, L. G., Özcan, Ö. Ö., Gürer, H., & Dönmez, Y. E. (2021). Anxiety, depression and post-traumatic stress disorder symptoms in adolescents during the COVID-19 outbreak and associated factors. *International Journal of Clinical Practice*, 75(11). Portico. <https://doi.org/10.1111/ijcp.14880>

Sumer, N., Karanci, A. N., Berument, S. K., & Gunes, H. (2005). Personal resources, coping self-efficacy, and quake exposure as predictors of psychological distress following the 1999 earthquake in Turkey. *Journal of Traumatic Stress*, 18(4), 331-342. Portico. <https://doi.org/10.1002/jts.20032>

Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33-47). Brooks/Cole.

Türkçapar, H. M. (2018). *Bilişsel Davranışçı Terapi*. 11. Baskı. İstanbul: Epsilon Yayınevi.

Wójtowicz-Szeffler, M., Grzankowska, I., & Deja, M. (2023). The mental condition of Polish adolescents during the COVID-19 pandemic and war in Ukraine. *Frontiers in public health*, 11, 125-138. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1257384>

Yang, Y., Zhang, M. ve Kou, Y. (2016). Self-compassion and life satisfaction: the mediating role of hope. *Personality and Individual Differences*, 98, 91-95. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.086>

Yılmaz, S. & Arık, R.S. (2019). *Eğitimde araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.

Zhang, Y., Fang, X., Huang, W., Li, Q., Hu, F., & Liu, H. (2023). Record resolution of nanometal surface energy transfer optical nanoruler projects 3d spatial configuration of aptamers on a living Cell Membrane. *Nano letters*, 10.1021/acs.nanolett.3c04322. Advance online publication. <https://doi.org/10.1021/acs.nanolett.3c04322>.

Zhang, D., Li, X., & Xue, J. (2015). Education Inequality between Rural and Urban Areas of the People's Republic of China, Migrants' Children Education, and Some Implications. *Asian Development Review*, 32(1), 196–224. https://doi.org/10.1162/adev_a_00042