

Üniversite : İstanbul Kültür Üniversitesi

Enstitüsü : Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Dalı : Psikoloji

Programı : Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı : Prof. Dr. Yusuf Özay Özdemir

Tez Türü ve Tarihi: Yüksek Lisans – Haziran 2025

ÖZET

GENÇ YETİŞKİNLERDE ANKSİYETE DÜZEYİNİN SOSYAL DESTEK ALGISI ARACILIĞIYLA PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Ali Eren FIRAT

Bu araştırma, genç yetişkin bireylerde anksiyete düzeyinin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisini ve bu ilişkide algılanan sosyal desteğin aracılık rolünü incelemektedir. Araştırmaya Türkiye genelindeki üniversitelerden, 18-30 yaş aralığındaki toplam 385 genç yetişkin katılmıştır. Katılımcıların %51'i kadın ($n = 195$) ve %49'u erkek ($n = 190$) bireylerden oluşmaktadır. Katılımcılar yaş dağılımı açısından incelendiğinde, %73'ünün 18-25 yaş aralığında ($n = 279$), %27'sinin ise 26-30 yaş aralığında ($n = 106$) yer aldığı görülmektedir. Katılımcıların %23'ü daha önce psikolojik destek aldığını, %77'si ise almadığını belirtmiştir.

Araştırmada veri toplamak amacıyla Demografik Bilgi Formu, Beck Anksiyete Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS programı kullanılarak analiz edilmiş; betimsel istatistiklerin yanı sıra Pearson korelasyon, çoklu regresyon ve aracı değişken analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucunda elde edilen bulgular, anksiyete düzeyinin psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı ve negatif yönlü bir yordayıcı olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda, algılanan sosyal desteğin bu ilişkide kısmi bir aracı rol oynadığı tespit edilmiştir. Ayrıca, sosyal destek ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Bu alışma, genç yetişkinlerin ruh sağlığını desteklemede sosyal desteğin önemli bir koruyucu faktör olduğunu vurgulamakta; bireysel danışmanlık süreçleri, grup temelli psikoeğitim programları ve önleyici müdahale uygulamaları için katkı sağlayabilecek nitelikte bulgular sunmaktadır.

Anahtar Sözcükler: Genç yetişkinlik, anksiyete düzeyi, sosyal destek algısı, aracılık etkisi.



University : Istanbul Kültür University
Institute : Institute of Graduate Studies
Department : Psychology
Programme : Clinical Psychology
Supervisor : Prof. Dr. Yusuf Özyay Özdemir
Degree Awarded and Date: Master's Thesis – June 2025

ABSTRACT

THE EFFECT OF ANXIETY LEVELS ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING THROUGH THE MEDIATION OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT IN YOUNG ADULTS

Ali Eren FIRAT

This study aims to examine the effect of anxiety levels on psychological well-being in young adults and the mediating role of perceived social support in this relationship. The sample consisted of 385 young adults aged between 18 and 30 from various universities across Turkey. Among the participants, 51% were female ($n = 195$) and 49% were male ($n = 190$). In terms of age distribution, 73% ($n = 279$) were between 18 and 25 years old, while 27% ($n = 106$) were between 26 and 30 years old. Additionally, 23% of the participants reported having previously received psychological support, whereas 77% stated they had not.

To collect data, a Demographic Information Form, the Beck Anxiety Inventory (BAI), the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), and the Psychological Well-Being Scale were administered. Data were analyzed using the SPSS software, and descriptive statistics, Pearson correlation, multiple regression, and mediation analysis were conducted. The results indicated that anxiety levels were a significant and negative predictor of psychological well-being. Furthermore, perceived social support was found to play a partial mediating role in

this relationship. A significant positive correlation was also found between perceived social support and psychological well-being.

This study emphasizes the importance of social support as a protective factor in promoting mental health among young adults and provides findings that may contribute to individual counseling practices, group-based psychoeducational programs, and preventive mental health interventions.

Keywords: Young adulthood, anxiety level, perceived social support, mediation effect.

