

T.C.
GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

**ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK,
YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMLARININ
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

RAMAZAN DEMİR

**GAZİANTEP
TEMMUZ 2017**

T.C.
GAZIANTEP ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

**ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK,
İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM
DOYUMLARININ İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

RAMAZAN DEMİR


Danışman: Yrd. Doç. Dr. Mehmet MURAT

GAZIANTEP
TEMMUZ 2017


TEZ ONAY SAYFASI

Öğrencinin Adı ve Soyadı: Ramazan DEMİR
Üniversite: Gaziantep Üniversitesi
Enstitü: Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Anabilim Dalı ve Program: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Tezin Başlığı: Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam
Doyumlarının İncelenmesi
Tezin Savunma Tarihi:10/07/2017

Bu tezin Yüksek Lisans Tezi olarak gerekli şartları sağladığımı onaylarım.


Prof. Dr. Zeynep HAMAMCI
Eğitim Bilimleri Enstitü ABD Başkanı

Bu tez tarafımda okunmuş, kapsamı ve niteliği açısından bir Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.


Yrd. Doç. Dr. Mehmet MURAT
Tez Danışmanı

Bu tez tarafımızca okunmuş, kapsam ve niteliği açısından bir Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri:
(Unvanı Adı ve SOYADI)

Prof. Dr. Turan AKBAŞ
Yrd. Doç. Dr. Mehmet MURAT
Yrd. Doç. Dr. Erhan TUNÇ

İmzası



Eğitim Bilimleri Enstitüsü Onayı


Doç. Dr. Mehmet Fatih ÖZMANTAR
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde, bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

İmza: 

Adı ve Soyadı: Ramazan DEMİR
Öğrenci Numarası: 201442081
Tezin Savunma Tarihi: 10/07/2017

ÖZET

ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMİ VE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ

DEMİR, Ramazan
Yüksek Lisans Tezi,
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Mehmet MURAT
Temmuz-2017, 131 sayfa

Bu çalışmada öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin belirlenmesi ve demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama türünde olup çalışma grubunu 2015-2016 eğitim-öğretim yılında Gaziantep Üniversitesi'nde bulunan farklı bölümlerden pedagojik formasyon eğitimi alan 687 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Araştırmada çalışma grubunu oluşturan bireylerin demografik özellikleri ile ilgili bilgi toplamak için Kişisel Bilgi Formu, mutluluğu ölçmek için Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu, iyimserliği ölçmek için Yaşam Yönelimi Testi, yaşam anlamını ölçmek için Yaşamın Anlamı Ölçeği, yaşam doyumunu ölçmek için Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizi sürecinde betimsel istatistikler ile birlikte, t testi, ANOVA, tukey HSD, korelasyon, çoklu regresyon tekniklerinden yararlanılmıştır. Hesaplamalar SPSS 22 paket programı ile yapılmış, istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Analiz sonucunda; öğretmen adaylarında mutluluğun bölüm, algılanan anne-baba tutumları, kardeşler arasındaki doğum sırası, üniversite hayatı boyunca nerede kaldığı, yakın arkadaş sayısı, bir öğrenci topluluğuna üye olup/olmama, amaçladığı bölümde okuyup/okumama açısından anlamlı farklılık gösterdiği; iyimserliğinin bölüm, algılanan anne-baba tutumları, yakın arkadaş sayısı, amaçladığı bölümde okuyup/okumama açısından anlamlı farklılık gösterdiği; yaşam anlamının bölüm, algılanan anne-baba tutumları, amaçladığı bölümde okuyup/okumama açısından anlamlı farklılık gösterdiği; yaşam doyumunun ise cinsiyet, bölüm, algılanan anne-baba tutumları, yakın arkadaş sayısı, amaçladığı bölümde okuyup/okumama açısından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Mutluluk puanlarının yordanmasına ilişkin adimsal regresyon analizi üç aşamada tamamlanmıştır. Yaşam doyumu, iyimserlik ve yaşam anlamı değişkenlerinin mutluluk puanlarındaki toplam varyansın %45,6'sını açıkladığı görülmüştür. Elde edilen bulgular ışığında araştırmadan elde edilen sonuçlar tartışılmış ve gelecek araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı, Yaşam Doyumu.

ABSTRACT**INVESTIGATING TEACHER CANDIDATES' HAPPINESS, OPTIMISM,
MEANING IN LIFE AND LIFE SATISFACTION**

DEMİR, Ramazan

MA Thesis,

Department of Educational Sciences

Supervisor: Assist. Prof. Dr. Mehmet MURAT

July-2017, 131 pages

In this study it is aimed to identify the teacher candidates' happiness, optimism, meaning in life and life satisfaction levels and to examine these levels according to demographic variables. This research is a relational screening model, which is a kind of general screening model, and the study group consists of 687 teacher candidates who has got pedagogical formation from various departments of Gaziantep University in 2015-2016 academic year. In the research Personal Information Form is used to gather information about the demographic characteristics of the people who form the study group; Short Form of the Oxford Happiness Questionnaire is used to measure happiness; Life Orientation Test is used to evaluate optimism; Meaning in Life Questionnaire is used to measure the meaning in life; Life Satisfaction Scale is used to measure life satisfaction level. During the data analyzing process descriptive statistics, t test, ANOVA, tukey HSD, correlation and multiple regression technics are utilized. Calculations are made with SPSS 22, and statistical significance level is taken as $p < 0.05$. As a conclusion of the analysis it is found out that the happiness of the teacher candidates shows significant difference according to department, parents' attitudes, birth order among siblings, where they live during university life, number of close friends, whether he/she is a member of a student society, whether he/she studies in the department he/she desired; the optimism of the teacher candidates shows significant difference according to department, parents' attitudes, number of close friends, whether he/she studies in the department he/she desired; meaning in life shows significant difference according to department, parents' attitudes, whether he/she studies in the department he/she desired; life satisfaction shows significant difference according to sex, department, parents' attitudes, number of close friends, whether he/she studies in the department he/she desired. Stepwise regression analysis related to predicting the happiness scores is completed in three stages. It is confirmed that life satisfaction, optimism and meaning in life variables explain 45.6 % of the total variance of the happiness scores. In the light of the findings obtained from the research, the results are discussed and suggestions for further researches are made.

Key Words: Happiness, Optimism, Meaning in Life, Life Satisfaction.

TEŞEKKÜR

Araştırmanın her aşamasında desteğini hissettiren, hoşgörüsü, tecrübesi, engin bilgisi ile bana kılavuzluk eden danışmanım Yrd. Doç. Dr. Mehmet MURAT'a şükranlarımı sunarım. Bunun yanında tecrübelerinden faydalandığım Yrd. Doç. Dr. Recep BİNDAK ve Yrd. Doç. Dr. Erhan TUNÇ'a katkılarından dolayı teşekkürlerimi iletirim. Bu çalışmayı ortaya koyarken ilgisini, sevgisini, fedakârlığını, yardımını, desteğini bir an olsun eksik etmeyen birlikte olduğum her ana şükrettiğim biricik eşime ve ailemize yeni katılan, gelişi ile çok mutlu olduğumuz, hayatımıza neşe ve renk katan canım kızıma bana vermiş olduğu psikolojik destekten dolayı sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Son olarak, her türlü olumsuz şartlara göğüs gererek bugünlere gelmemde her zaman destekçim olan annem ve babama şükranlarımı sunar ellerinden öperim.

Temmuz 2017, Ramazan DEMİR

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI.....	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT.....	iv
TEŞEKKÜR	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ	x
EKLER LİSTESİ.....	xii

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Cümlesi.....	4
1.1.1. Alt Problemler.....	4
1.2. Araştırmanın Amacı.....	5
1.3. Araştırmanın Önemi	5
1.4. Araştırmanın Sayıltıları.....	6
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	7
1.6. Tanımlar.....	7

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Mutluluk.....	8
2.1.1. Mutluluk İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	10
2.2. İyimserlik	18
2.2.1. İyimserlik İle İlgili Yapılan Araştırmalar	22
2.3. Yaşam Anlamı	35
2.3.1. Yaşamın Anlamı İle İlgili Yapılan Araştırmalar	38
2.4. Yaşam Doyumu	46
2.4.1. Yaşam Doyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar	49

BÖLÜM III YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli	64
3.2. Çalışma Grubu	64
3.3. Veri Toplama Araçları	67
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	67
3.3.2. Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu	67
3.3.3. Yaşam Yönelimi Testi	67
3.3.4. Yaşamın Anlamı Ölçeği	68
3.3.5. Yaşam Doyumu Ölçeği.....	68
3.4. Uygulama Ve Toplanan Verilerin Analizi.....	69

BÖLÜM IV BULGULAR

4.1. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	70
4.2. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Bölüme Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular.....	71
4.3. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Aile Gelir Düzeyine Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	74
4.4. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Anne-Babanın Hayatta Olma Durumuna Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	74
4.5. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Algılanan Anne-Baba Tutumlarına Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	75
4.6. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Doğum Sırasına Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	77
4.7. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Nerede Kalındığına Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	78
4.8. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Arkadaş Sayısına Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	79
4.9. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Topluluk Üyeliğine Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	80

4.10. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Amaçladığı Bölümde Okumaya Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	80
4.11. Öğretmen Adaylarının İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Mutluluk Düzeyini Yordayıp/Yordamadığına İlişkin Bulgular.....	81

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç Ve Tartışma.....	85
5.1.1. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	85
5.1.2. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Bölüme Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	90
5.1.3. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Aile Gelir Düzeyine Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	93
5.1.4. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Anne-Babanın Hayatta Olma Durumuna Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	96
5.1.5. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Algılanan Anne-Baba Tutumlarına Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	97
5.1.6. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Doğum Sırasına Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	99
5.1.7. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Nerede Kalındığına Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	99
5.1.8. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Arkadaş Sayısına Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	100
5.1.9. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Topluluk Üyelğine Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	101
5.1.10. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Amaçladığı Bölümde Okumaya Göre Farklılaş/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	101
5.1.11. Öğretmen Adaylarının İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Mutluluk Düzeyini Yordayıp/Yordamadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma	102
5.2. Öneriler	104
KAYNAKLAR	106
EKLER	126

ÖZGEÇMİŞ	131
VITAE.....	131

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3.1. Çalışma grubuna ait demografik bilgiler	655
Tablo 4.1. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin t testi sonuçları.....	700
Tablo 4.2. Öğretmen adaylarının mutluluk düzeylerinin bölüme göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	Hata!
tanımlanmamış.1	Yer işareti
Tablo 4.3. Öğretmen adaylarının iyimserlik düzeylerinin bölüme göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	71
Tablo 4.4. Öğretmen adaylarının yaşam anlamı düzeylerinin bölüme göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	72
Tablo 4.5. Öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeylerinin bölüme göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	733
Tablo 4.6. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin aile gelir düzeyine göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	74
Tablo 4.7. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin anne-babanın hayatta olma durumuna göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	74
Tablo 4.8. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin algılanan anne-baba tutumlarına göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	756
Tablo 4.9. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin doğum sırasına göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	77
Tablo 4.10. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin nerede kalındığına göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	78
Tablo 4.11. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin arkadaş sayısına göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları	79
Tablo 4.12. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin topluluk üyeliğine göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin t testi sonuçları	80
Tablo 4.13. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin amaçladığı bölümde okumaya göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin t testi sonuçları.....	811
Tablo 4.14. İyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu ve mutluluk arasındaki ilişkilere yönelik korelasyonlar.....	81

Tablo 4.15. Tüm adımlarda regresyon modelinin bir bütün olarak anlamlı olup olmadığını test eden ANOVA sonuçları	822
Tablo 4.16. Mutluluk düzeyi puanlarına uygulanan adımsal regresyon analizinde her bir adımdaki belirleyicilik katsayıları	82
Tablo 4.17. Her bir aşamada elde edilen regresyon katsayıları, katsayıların anlamlılık durumu, kısmi korelasyonlar ile çoklu bağlantı istatistikleri.....	83

EKLER LİSTESİ

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu.....	126
Ek 2. Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu	127
Ek 3. Yaşam Yönelimi Testi	1278
Ek 4. Yaşamın Anlamı Ölçeği.....	129
Ek 5. Yaşam Doyumu Ölçeği.....	130

BÖLÜM I

GİRİŞ

Öğretmenlik mesleği halen kutsal olarak nitelendiren ve değerli görülen bir meslektir. Çünkü öğretmenler toplumu oluşturan bireylerin eğitimi üzerinde doğrudan etki bırakan kişilerdir. Bu çerçeveden bakıldığı zaman eğitimin en önemli parçalarından olan öğretmenlerin nitelikleri de önem kazanmaktadır. Eğitim problemleri içerisinde üzerinde önemle durulması gereken boyutlardan birisi de öğretmenlerin nitelikleridir. Bu araştırmada da ileride öğretmenlik mesleğini icra edecek olan öğretmen adaylarının nitelikleri araştırılmıştır. Bu bağlamda öğretmen adaylarının psikolojik özellikleri üzerinde durulmaktadır. Öğretmenler başta öğrenciler olmak üzere toplumun her kesimini etkileyebilecek rol model bireylerdir. Bu bireylerin de pozitif bakış açısına sahip olması, genel olarak hayatta mutlu olan, karşılaştıkları problemlere iyimser bakış açısı ile yaklaşabilen, yaşamını anlamlı kılan uğraşlarla meşgul olan, yaşamını değerlendirdiği zaman yaşamından doyum alan bireyler olması; bu olumlu niteliklere sahip öğrenciler yetiştirmesi ve onlara olumlu model oluşturması açısından önemlidir.

Psikoloji tarihine bakıldığında, yirminci yüzyılın ortalarında insan doğasını olumsuz olarak nitelendiren psikoanalitik yaklaşım ve nötr olarak nitelendiren davranışçı yaklaşım olmak üzere iki temel bakış açısının olduğu görülmektedir. Bu yaklaşımlardan farklı olarak insancıl yaklaşımın savunucuları sadece ruhsal hastalıklara odaklanan bir anlayışının yeterli olmadığını öne sürmüşlerdir. İnsancıl yaklaşıma göre psikoloji olumlu nitelikleri dikkate almadığı için insanın pek çok erdem ve gücünü görmezden gelmiştir. İnsancıl psikoloji bu anlayıştan yola çıkarak, psikolojide üçüncü bir güç olarak nitelendirilen ve insan doğasına iyi olarak bakan bir bakışla doğmuştur. İnsancıl psikoloji insan doğasının şimdiye dek ihmal edilen pozitif yönleri üzerinde durmayı amaçlamıştır (Burger, 2006).

İnsanın pozitif yönleri üzerinde durulması gerektiği konusunda en büyük atılımı ise Seligman yapmıştır. Seligman kızı ile bahçede temizlik yaptıkları günü şöyle anlatmaktadır: Kızı “Baba beşinci yaş gününden öncesini hatırlıyor musun? Üç yaşından beş yaşına kadar bir mızımızdım. Her gün mızımızlanırdım. Beş yaşına geldiğimde artık sızlanmayı bırakmaya karar verdim. Bu benim yaptığım en zor şey oldu. Eğer sızlanmayı bırakırsam sen de homurdanmayı bırakacaktın” der. Bu olayla birlikte Seligman, çocukları yetiştirirken, onların sadece yanlışlarını düzeltmekle değil güçlü yönlerini de dikkate almak gerektiğini anlamıştır (Seligman, 2002).

Pozitif psikoloji insanın olumlu tarafları üzerinde odaklanan birçok konu ile ilgilenmektedir. Araştırmanın konusu olan mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu da bu konular arasında yer almaktadır. İnsan yaptığı her şeyi mutluluğa ulaşmak için yapmaktadır. Mutluluk, bireyi tüm yönleriyle; psikolojik, fizyolojik, bilişsel, sosyal, dinsel vs. çevreleyen bir kavramdır. Mutluluk, Arapçada “saadet”, İngilizcede “happiness”, Türkçede “mesut olma” kavramı ile eş anlamlıdır. Genel anlamda “bireyin arzu ve amaçlarına, isteklerine kavuşmasıyla gelen neşe ve bahtiyarlıktır.” Felsefede mutluluk, “insanın eylemlerinin son ereği, kendisinden başka hiçbir şeye ihtiyaç olmayan temel gaye” olarak ifade edilirken psikolojide mutluluk ise “duygulanımlardır.” Bu duygulanımlar üç boyutta ele alınmıştır. Bunlardan birincisi olan olumlu duygulanımlar; neşe, heyecan, gurur, ümit, ilgi, güven gibi kavramlar ile ifade edilirken, ikincisi olan olumsuz duygulanımlar; kaygı, umutsuzluk, güvensizlik ve hayal kırıklığı olarak açıklanmaktadır. Üçüncüsünü ise yaşam doyumu oluşturmaktadır ki, bu da bireyin kendi mutluluğu, öznel iyi olma noktasında bilişsel değerlendirmede bulunabilmesidir (Çakıcı, 2015).

İnsanların yaşam koşullarına ve yaşam olaylarına bakışları, kişilik özelliklerine ve olayları değerlendirmelerine göre farklılık göstermektedir. Olaylara olumlu bakan kişiler sorunlarla rahatlıkla mücadele edebilirken, olumsuz bakan kişiler sorunlarla mücadele edememektedir. Böyle durumlarda insan davranışlarında genellenmiş beklentilerinden birisi olarak iyimserlik eğilimi önemli rol oynamaktadır (Balcı ve Yılmaz, 2002). İyimserlik, belirli olaylardan ziyade kişinin karşılaştığı tüm olaylarda olumlu bakış sergilemesi ve olabilecek sonuçların en iyisini beklemeye yatkın olması demektir. Bu olumlu bakış ise öz yeterlilik inancının bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Gillham ve Reivich, 2004).

Yaşam deneyimlerinde anlama sahip olup olmadığımız ve anlama sahip isek nasıl olduğumuz sorusu sadece psikologların değil aslında tüm insanlığın ilgisini çeken konulardan olmuştur (King ve Hicks, 2009). İnsanoğlu yaşamı boyunca yaşamın kendisi için ne anlam ifade ettiğini arayıp durmuştur. Yaşam anlamı; “güç, yoğunluk ve insanların anlam, önem ve hayatlarının amaçlarını şekillendirme ya da onları güçlendirme çabaları ya da arzuları” olarak tanımlanmaktadır. İnsanoğlu hayatının ne anlam ifade ettiğini ararken bu arayışı hayatının doğal bir parçası olarak yapmalı ve bu arayış insanoğlu için yeni fırsatların kapısını aralamaya teşvik edici olmalıdır (Steger ve ark., 2008).

Yaşam doyumundan önce doyum kavramına bakmak gerekirse doyum; “beklentilerin, gereksinimlerin, istek ve dileklerin karşılanmasıdır.” Yaşam doyumunu ise, “bir insanın beklentileriyle (ne istediği), elinde olanların (neye sahip olduğu) karşılaştırılmasıyla elde edilen durum ya da sonuçtur.” Yaşam doyumunu, kişinin hayata dair beklentilerinin, hayattaki gerçek durumları ile kıyaslanması sonucu ortaya çıkmaktadır. Yaşam doyumunu, kişinin tüm yaşamı ile ilişkilidir. Bu açıdan bakıldığında yaşam doyumunu ile bir ana ilişkin doyumdan ziyade tüm yaşantılardaki doyum işaret edilmektedir (Vara, 1999; Akt. Özer ve Karabulut, 2003).

Öğretmenlik mesleği, bilindiği üzere değişik demografik yapılara sahip her türlü insan profili ile sürekli etkileşim halinde olmayı gerekli kılan bir meslektir. Bundan dolayıdır ki öğretmenler toplumun her kesimini etkileyebilecek potansiyele sahiptir. Özellikle öğrencileri her türlü yaşam alanında şekillendirmek durumunda olan öğretmenlerin birinci dereceden etkileri de kuşkusuz öğrencilerine olacaktır. Bu çerçeveden bakıldığı zaman toplumun her kesiminde özellikle öğrenciler üzerinde bu kadar etkisi bulunabilen öğretmenlerin ruh sağlığının yerinde olması büyük önem arz etmektedir. Öğretmenlerin kendilerine, çevresinde ilişki kurdukları bireylere, öğrencilerine ve bir bütün olarak hayata dair bakış açılarının olumlu olması gerekmektedir. Bu araştırma kapsamında da ileride bu mesleği icra edecek olan öğretmen adaylarının ne derecede pozitif bakış açısına sahip oldukları irdelenmektedir. Bu bağlamda araştırmada öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumunu düzeyleri, bu değişkenler arasındaki ilişki ve bu değişkenler üzerinde hangi demografik değişkenlerin etkili olabileceği saptanmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın birinci bölümü olan giriş kapsamında problem cümlesi, alt problemler, araştırmanın amacı ve önemi, araştırmanın varsayımları ve sınırlılıkları, tanımlar yer almaktadır. Araştırmanın ikinci bölümü olan kuramsal çerçeve kapsamında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu kavramları ve bu kavramlarla ilgili yapılan çalışmalar yer almaktadır. Araştırmanın üçüncü bölümü olan yöntem kapsamında araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, uygulama ve verilerin analizi yer almaktadır. Araştırmanın dördüncü bölümünde bulgular; beşinci bölümünde ise sonuç, tartışma ve öneriler yer almaktadır.

1.1. PROBLEM CÜMLESİ

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri demografik değişkenler açısından farklılaşmakta mıdır?

1.1.1. Alt Problemler

1. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
2. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri bölüme göre farklılaşmakta mıdır?
3. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri aile gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
4. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri anne-babanın hayatta olma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
5. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri algılanan anne-baba tutumlarına göre farklılaşmakta mıdır?
6. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri doğum sırasına göre farklılaşmakta mıdır?
7. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri nerede kaldığına göre farklılaşmakta mıdır?
8. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri arkadaş sayısına göre farklılaşmakta mıdır?
9. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri topluluk üyeliğine göre farklılaşmakta mıdır?
10. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri amaçladığı bölümde okumaya göre farklılaşmakta mıdır?

11. Öğretmen adaylarının iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyleri mutluluk düzeyini yordamakta mıdır?

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu çalışmanın temel amacı öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin belirlenmesidir.

Ayrıca öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyet, bölüm, ailenin gelir düzeyi, anne-babanın hayatta olma durumu, algılanan anne-baba tutumları, kardeşler arasındaki doğum sırası, üniversite hayatı boyunca nerede kaldığı, yakın arkadaş sayısı, bir öğrenci topluluğuna üye olup/olmama, amaçladığı bölümde okuyup/okumama değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını inceleyerek bilimsel verilerin elde edilmesi amaçlanmıştır.

1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Öğretmenlik mesleği toplumda, bazı yıpranmalara rağmen, halen saygınlığını koruyan bir meslek olarak görülmektedir. Geleceğin temellerinin öğretmenler tarafından atıldığı söylenmektedir (Taş, 2011). Öğretmenin mutlu, iyimser, yaşamı anlamlı bulan ve doyumlu bir yaşam sürebilen kişiler olması beklenmektedir.

Öğretmen adaylarının olumlu bakış açısı içerisinde olması; öğretmenlik faaliyetlerini yürütürken daha mutlu, verimli, enerjik, kendini iyi hisseden, mesleki doyumu yüksek, kendine güvenen dolayısıyla çevresine daha faydalı bir şekilde hizmet veren bireyler olmalarını sağlayacaktır. Hayata karşı olumlu bakış açısı geliştiren ve tüm bu özelliklere sahip öğretmenin yetiştireceği öğrencilerin de hayata dair olumlu bakış açısı geliştirmeleri ihtimali artacaktır. Dolaylı olarak da öğretmenin aileleri, çalışma arkadaşları, öğrenci velileri ve nihayetinde toplum bu olumlu bakış açısından etkilenecek ve daha sağlıklı bir toplum oluşacaktır.

Literatüre bakıldığında uzunca bir dönemdir bireylerin olumsuz özelliklerini öne çıkaran konularının çok çalışıldığı görülmektedir. Ancak son zamanlarda pozitif psikoloji diye adlandırılan bireyin olumlu özelliklerini ön plana çıkarmayı amaçlayan çalışmalar yapılmakta ve ilgi görmektedir. Bu kapsamdaki çalışma konuları arasında; mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu da görülmektedir.

Yaşam anlamının hayatı kuşatan, hayatın hükmedicisi konumunda olduğu söylenebilmektedir. Yarınları inşa eden bireylerin yaşama yükledikleri anlam, yaşamı anlamlı bulup bulmadıkları önem kazanmaktadır. Bireyin yaşamdan doyum sağlaması ve mutlu olması hemen herkesin davranışlarının amacı olmaktadır. Yaşam doyumunu ve mutluluk denildiğinde, anlık değil tüm hayata yayılması gerektiği ifade edilmektedir (Taş, 2011). Hayatta karşılaştığı tüm sıkıntılara rağmen hayata iyimser bakabilen ve hayatın yaşanabilir olduğuna inancı olan birey hayattan daha çok doyum alıp mutlu olacaktır. Tüm bahsedilen bu etkenler de öğretmenin hayata dair olumlu bakış açısı kazanmasına vesile olacaktır. Öğretmenin hayata dair bakış açısı ve bu bakış açısının öğrenciye ve genel olarak topluma nasıl yansıtacağı hakkında önemli öngörülere sahip olmak gerekmektedir. Yani bu durum sadece öğretmenin kişisel bir sorunu değil başta öğrenci olmak üzere tüm toplumu ilgilendiren bir durumdur.

Son zamanlarda mutluluk, iyimserlik, yaşam doyumunu kavramları ilgi gören ve araştırmacıların dikkatini çeken kavramlar olmuştur ancak daha önce yapılan çalışmalar incelendiğinde ise mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumunu kavramlarının arasındaki ilişkiye birlikte bakıldığı çalışmalara rastlanılmamış olması konunun önemini yansıtmaktadır. Ayrıca gerek tek başına gerekse bu kavramlarla birlikte yaşam anlamı ile ilgili çalışmalar ülkemizde çok az olduğundan araştırma bulgularının yaşam anlamı ile ilgili yapılacak çalışmalarda kaynak olabileceği ve yol gösterebileceği düşünülmektedir. Bunun yanında araştırmadan çıkan sonuçların öğretmen adaylarına, öğretmenlere, öğretmenlerden etkilenecek olan çalışma arkadaşları ve ailelerine, velilere, özellikle öğrencilere, öğretmenlerin adaylarının aldıkları eğitim içeriğini belirleyenlere, öğretmenlere yönelik verilecek eğitimleri planlayanlara yol gösterebileceği düşünülmektedir.

Yukarıda değinilen nedenlerden dolayı bu çalışma öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşama yükledikleri anlam ve yaşam doyumunu düzeyleri arasındaki ilişkileri çeşitli değişkenler açısından ortaya çıkaracağından önemli görülmektedir.

1.4. ARAŞTIRMANIN SAYILTI LARI

1. Öğrenciler veri toplama araçlarını samimi ve içten bir şekilde cevaplamışlardır.

2. Veri toplama araçlarında yer alan maddeler araştırmanın amacını gerçekleştirebilecek düzeydedir.
3. Araştırmanın çalışma grubu çalışma evrenini temsil edebilecek düzeydedir.

1.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

1. Araştırma cinsiyet, bölüm, ailenin gelir düzeyi, anne-babanın hayatta olma durumu, algılanan anne-baba tutumları, kardeşler arasındaki doğum sırası, üniversite hayatı boyunca nerede kalındığı, yakın arkadaş sayısı, bir öğrenci topluluğuna üye olup/olmama, amaçladığı bölümde okuyup/okumama değişkenleri ile sınırlı tutulmaktadır.
2. Araştırmada ulaşılan puanlar kullanılan ölçeklerden elde edilen verilerle sınırlıdır.
3. Araştırmada bireylere ilişkin bilgiler kendilerine verilen formlara verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.
4. Araştırma Gaziantep Üniversitesinde bulunan öğretmen adayları (pedagojik formasyon öğrencileri) ile sınırlıdır.

1.6. TANIMLAR

Mutluluk: “İnsanın kendi potansiyel güçlerini gerçekleştirmesinin, ödevlerini yapmasının, erdemli oluşunun, doğa yasalarına uygun yaşamasının, kendi yazgısını özgürce belirlemesinin sonucu olan yetkinlik hâlidir.” (Cevizci, 2002).

İyimserlik: “Zorluklara ve engellemelere rağmen hayatta her şeyin iyi gideceğine dair güçlü bir beklenti.” (Goleman, 2000).

Yaşam Anlamı: “Güç, yoğunluk ve insanların anlam, önem ve hayatlarının amaçlarını şekillendirme ya da onları güçlendirme çabaları ya da arzuları.” (Steger ve ark., 2008).

Yaşam Doyumu: “Bireyin kendi yaşamından bütün olarak ya da aile, arkadaş, yaşanılan çevre gibi belirli yaşam alanları açısından hoşnut olup olmadığına ilişkin yaptığı genel bilişsel değerlendirmeler.” (Çivitçi, 2009).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. MUTLULUK

İnsanlığın var olduğu andan itibaren mutluluk sürekli istenilen şey olagelmıştır. Sadece kişiler değil kişilerin oluşturduğu ortak amaçlara hizmet eden her çeşit topluluk da mutluluğa ulaşma gayreti içerisinde olmuştur. Geçmişten beri insanlık bu amaca ulaşmak için mutluluğun ne olduğu ve nasıl elde edilebileceği soruları üzerinde merakla durmuştur (Acaboğa, 2007).

Mutluluğun tarihine bakıldığında zaman Yunanca olan Eudaimonia kavramıyla başladığı görülmektedir. Eudaimonia, “hayatın kusursuz şekilde devam etmesidir.” Platon’a göre mutluluk, üç alanın birleşmesiyle oluşmuştur. Bunlar; “fiziksel arzular, ruhsal ihtiyaçlar ve akıldır.” Aristoteles’e göre ise mutluluk, “erdeme ve mükemmel bir karaktere ulaşmayla gerçekleşmektedir.” Epikür’ün tanımlamasında ise mutluluk, “hazlarla baş ederek huzura kavuşmak” olarak nitelendirmiştir (Marar, 2004).

Yukarıda bahsedilen felsefi bakışların dışında da mutluluk kavramı ilgi çekmiş ve farklı boyutlarda tanımlamaları yapılmıştır. Bunlardan biri “Bir bütün olarak hayat kalitesini pozitif olarak değerlendirme derecesidir” şeklinde yapılmıştır (Veenhoven, 2000). Mutluluk, “bireyin olumlu duyguları sık, olumsuz duyguları ise daha az yaşaması ve yaşamdan yüksek doyum alması olarak” da tanımlanmaktadır (Argyle ve ark., 1989; Diener, 1984). Cevizci (2002) ise mutluluğu şöyle tarif eder: “İnsanın kendi potansiyel güçlerini gerçekleştirmesinin, ödevlerini yapmasının, erdemli oluşunun, doğa yasalarına uygun yaşamasının, kendi yazgısını özgürce belirlemesinin sonucu olan yetkinlik hâlidir.” Akarsu (1998) ise, “insanın kendisine en yüksek erek olarak koyduğu değerler” olarak tanımlar. Mutluluk, “bütünözlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu, mut, olgunluk, kut, saadet, bahtiyarlık” olarak tanımlanabilir (Doğan, 1994).

Fromm (1993) mutluluk ve mutsuzluğun her ikisini de kişiliğin içinde bulunduğu durumun ifadesi olarak görmektedir. Mutluluk “canlılığın ve yaratıcılığın artması, duyguların ve düşüncelerin keskinleşmesidir.” Mutsuzluk ise “bu yeteneklerin ve fonksiyonların zayıflamasıdır.” Bu kavramların ikisi de kişiliğe o denli bağlıdır ki bedenimizdeki yansımaları rahatlıkla gözlemlenebilmektedir. Asık bir surat, solgun bakışlar, yorgunluk, isteksizlik vb. gibi fiziksel belirtiler mutsuzluğun habercileri olabileceği gibi; gülümse, canlı bakışlar, enerjik olma, rahatlık vb. de mutluluğun habercileri olabilmektedir (Akt. Acaboğa, 2007).

Russell ilgilerimizi arttırırsak mutlu olabileceğimizi savunmaktadır. Ayrıca hoşnutluk duygusuna sahip olmak, hevesli davranabilmek, bireyin aileye ve işine önem vermesi, sevgiyi yaşabilmesi, bir şeyler için çaba sarf edebilmesi ve tevekkül edebilmesi mutluluk için önemli görülmektedir. Tüm bunların önemli olduğuna inanıp hayata bütüncül bakmak mutlu yaşamın vazgeçilmezlerindedir. Mutluluk dış koşullara bağlı olduğu gibi kişinin kendisine de bağlıdır. Dış koşullar kötü olmadığı zamanlarda kişi yönünü dış dünyaya çevirdiği zaman mutluluğa ulaşabilmektedir. (Russell, 2003). Freud ise içgüdüsel isteklerin doyurulmasıyla mutluluğa ulaşılabilceğini savunmaktadır. Fromm, Freud’un bu bakış açısına karşı çıkarak içgüdüsel isteklerin karşılanması mutluluğa götürmediği gibi deliliği bile önleyememektedir der (Fromm, 2003) (Akt. Acaboğa, 2007).

Kemal Atatürk, mutluluk için “Kişinin yaşadıkça memnun ve mutlu olması için gereken şey, kendisi için değil, kendisinden sonra gelecekler için çalışmaktır. (...) Bir insan böyle hareket ederken ‘benden sonra gelecekler acaba böyle bir ruhla çalıştığımı bilecekler mi’ diye bile düşünmemelidir. Hatta en mutlu olanlar hizmetlerinin bütün nesillerce bilinmemesini tercih edecek karakterde bulunanlardır.” ifadelerini kullanmıştır (<http://tr.wikipedia.org/wiki/Mutluluk>, 2017).

Tarhan (2013)’a göre ise mutluluk bireyin toplumsallaşma süreciyle ifade edilmiştir. O’na göre, mutluluğun yakalanması için iki adım vardır. Birincisi kişinin kendinin farkında olması ikincisi ise insanlarla iletişim halinde olmasıdır. Mutluluğu yakalamak istiyorsak sağlıklı iletişim yöntemleri ile ilerlememiz gerekmektedir. Çünkü toplumdan bağımsız olarak hiç kimse mutluluğu yakalayamamaktadır. Tarhan’ı destekleyen bir şekilde mutluluğun 3 haftalık bebekte kendini göstermesi, 4 veya 5 haftalık iken mutluluğun bebeğin yüz hatlarından belli olması ile ilgili olarak Izard,

hazzın temelde sosyal bir yönünün olduğunu ve sosyal etkileşimin mutluluğun ortaya çıkmasında en önemli etkenlerden biri olduğunu ortaya koymaktadır (Izard, 1991).

Goleman (1995) ise mutluluğun vesile olduğu biyolojik farklılıklardan bahseder. Goleman'a göre birey mutlu olduğu anda olumsuzlukları engelleyici bir enerji ortaya çıkmakta ve kaygı oluşturan düşünceler durmaktadır. Bu durumda kişi kendisini dinlenmiş hissetmektedir. Ayrıca bu durum kişinin iş yapmaya, harekete geçmeye karşı istekli bir hale gelmesine katkı sağlamaktadır. (Akt. Acaboğa, 2007).

Mutluluğun fizyolojik yönü de göz ardı edilmemelidir. Mutluluğu sağlayan birçok hormon olmasına rağmen mutlulukla en çok ilişkisi olan hormonlardan birisi serotonin hormonudur. Hatta serotonin mutluluk hormonu olarak bilinmektedir. Serotonin bireyin sakin kalmasını, kendini mutlu ve enerjik hissetmesini sağlamaktadır (Özata, 2007).

Veenhoven (2000), mutluluğun iki anlam taşıdığını ifade etmektedir. Birincisi olan nesnel anlamda mutluluk; "iyi yaşam koşulları, barış, huzur, özgürlüğü ifade eder." İkincisi olan öznel anlamda mutluluk ise "ruhsal bir durumdur ve gelişici duyguları ifade eder." Veenhoven (1991)'a göre birey arzuladığı hayatı ile yaşadığı hayatın uyumu ölçüsünde mutlu olmaktadır. Bireyin arzuladığı hayatı oluşturan ise hayat standartlarıdır. Bu hayat standartları ise toplum tarafından belirlenmiş iyi bir hayatın nitelikleri olarak görülmektedir. Bu nitelikler bazı toplumlarda arsa, araba, ev, para vb. nesnel koşullarla; bazı toplumlarda ise sağlık, huzur, mutluluk vb. öznel koşullarla ilişkilendirilmektedir (Akt. Kublay, 2013).

Bireyin olumlu duyguları sık yaşaması olumsuz duyguları ise daha az yaşaması, yaşam alanlarının tümünden doyum alması ise mutluluğun göstergeleri olarak kabul edilebilmektedir (Eryılmaz, 2011).

Mutluluk konusunda ilk doktora çalışmasını yapan Wilson mutlu kişilerin her iki cinsiyetten, genç, sağlıklı, iyimser, tasasız, iyi eğitim görmüş, evli, ekonomik bakımdan iyi durumda, ılımlı arzulara sahip, dindar, dışa dönük, zeki kişiler olduğu sonucuna varmıştır (Seligman, 2007). Mutlu bir insan ruhsal olarak iyimser, huzurlu, sevinçli, kendisi ve çevresiyle uyumlu aynı zamanda bedensel olarak da canlı ve enerjiktir (Tarhan, 2006).

2.1.1. Mutluluk ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Diener ve arkadaşları (1995) 55 ülkenin kolej öğrencilerinden oluşan bir grup öğrenci üzerinde bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın amacı sosyal eşitlik, yüksek gelir düzeyi, bireycilik ve insan hakları gibi değişkenlerin birbirleriyle ve öznel iyi oluşla ilişkili olup olmadığının öğrenilmesidir. Sonuçlar bu değişkenlerin hem birbirleriyle hem de öznel iyi oluşla güçlü şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir.

Daaleman (1999) dindarlıkla öznel iyi oluşun ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre bireylerin sevgi gösteren büyük bir güç olarak algıladıkları Tanrı kavramı ve bu inancın anlamlı bir şekilde bütünleştirilmesi öznel iyi oluşun bilişsel yönünü olumlu anlamda desteklemektedir.

Mahon ve arkadaşları (2005)'nin öğrenciler üzerinde yaptıkları araştırmada kız ve erkek öğrencilerin ayrı ayrı mutluluk ölçümleri yapılmış ve ölçümlerin sonucuna göre anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Bunun yanında mutluluk, sağlık durumu ve iyilik arasında da pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Çakıroğlu (2007) çalışmasında yaşam kalitesi ve mutluluk arasındaki ilişkiyi karşılaştırmalı bir şekilde ortaya koymaktadır. Sonuç olarak yaşam kalitesinin yükseltilmesinin mutluluk getirdiği sonucuna varılmıştır.

Aydemir (2008) çalışmasında dindarlık ve mutluluk ilişkisini incelemiştir. Sonuç olarak, yaş, medenî durum, gelir düzeyi, öğrenim durumu ve yerleşim yerinin dindarlık düzeyini etkilediği ortaya çıkmıştır. Mutluluk düzeyini ise, medenî durum, gelir ve öğrenim düzeyi etkilemiştir. Dindarlığın, mutluluğun artmasında önemli bir etken olduğu görülmüştür.

Sharma ve Sidhu (2009) yaşlılarda stres düzeyi ve öznel iyi oluşu incelemiştir. Sonuçlara göre, kadınların erkeklere göre stres düzeylerinin daha yüksek; öznel iyi oluşlarının daha düşük olduğunu göstermektedir. Ayrıca evlilerin stresleri daha düşük, öznel iyi oluşları ise daha yüksek saptanmıştır.

Tosyalı (2010) araştırmasında evlilerde, mutluluk düzeyi, bağımlı ve özerk (sosyotropik-otonomik) kişilik özellikleri ve empati arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sosyodemografik özelliklerle evlilik yaşantısına yönelik olan değişkenlerin, evlilerde empatik eğilimi ve ilişkilerde mutluluğu etkilediği bulunmuştur. Evlilerde; ilişkilerde mutluluk, otonomi, sosyotropi ve empatik eğilim ile evlilik sayısı, yaşanılan yer ve cinsiyet arasında anlamlı farklılıklar saptanmamıştır. Bunun yanında, empati ile mutluluk ve sosyotropi ile otonomi arasında pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür.

Kara (2010) araştırmasında çalışan bireylerin iş tatmininin mutluluk ve başarıya göre ilişkisini incelemektedir. Sonuçlara göre, mutluluğun sadece toplam kıdeme; iş tatminin gelir düzeyi ve unvana; başarının ise sadece gelir düzeyine göre değiştiği görülmektedir. Araştırma sonucunda başarı ile iş tatmini ve mutluluk ile iş tatmini arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır. İş tatmininin üzerinde ise başarının mutluluktan daha etkili olduğu görülmektedir.

Özdemir ve Koruklu (2011) üniversite öğrencilerinde değerler ile mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçlara göre geleneksellik hariç bütün değer yönelimleri mutluluk ile anlamlı ilişki göstermektedir. Ayrıca iyilikseverlik, evrenselcilik ve hazcılık değerlerinin mutluluğu yordamada en güçlü değer yönelimleri olduğu saptanmıştır.

Şentürk (2011) mutluluk düzeyini incelediği çalışmada evli bireylerin evli olmayanlara göre, erkeklerin ise kadınlara göre daha mutlu olduğunu belirlemiştir. Gelir düzeyine bağlı olarak da mutluluk düzeyinin arttığı tespit edilmiştir. 18-24 ve 65 üstü yaş grubunun daha mutlu olduğu genel olarak öğrencilerin ve emeklilerin daha mutlu olduğu da çıkan sonuçlar arasındadır. Ayrıca eğitim seviyesinin artmasıyla mutsuzluk düzeyinin artması arasında bir ilişki tespit edilmiştir.

Gökdemir Dumludağ (2011) mutluluk üzerine yaptığı çalışmada Hollanda'da yaşayan Türkler ve Faslıları karşılaştırmıştır. Türklerin Faslılara göre daha yüksek gelir düzeyine sahip olmasına rağmen mutluluklarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Türklerde erkeklerin yaşamdan daha memnun, kadınların ise daha mutlu olduğu belirtilmiştir.

Pishva ve arkadaşları (2011)'nin yetişkinler üzerinde yaptıkları çalışmada kişilik özelliklerinden dışa dönüklük ve mutluluk arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Farahani ve arkadaşları (2011) erkek lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada; mutluluk, yaşam doyumu, özsaygı ile egzersiz arasında önemli bir ilişki tespit etmişlerdir.

Habibzadeh ve Allahvirdiyani (2011) ilköğretmenleri ve profesörleri üzerinde yaptıkları çalışmada; yaş, medeni durum, eğitim, gelir grupları gibi faktörlerin mutluluğa etkisi olmadığını; cinsiyet, ekonomik güvenlik, iş tatmini,

ulusal ve uluslararası seyahatler ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Doğan ve arkadaşları (2013) mutluluk ve öz eleştiri arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında mutluluk ile karşılaştırmaya dayalı öz-eleştiri ve içsel öz-eleştiri arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulmuşlardır. Ayrıca mutluluğu öz-eleştiri alt boyutlarının negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı saptanmıştır.

Turan (2013) evlilerde cinsel mit inançları, cinsel bilgi düzeyleri ve ilişkilerde mutluluk düzeylerinin cinsel doyumlarına etkisini incelemektedir. Sonuç olarak ilişkilerde mutluluğun cinsel doyuma etki ettiği bulunmuştur. Buna göre ilişkilerde mutluluk düzeyi azaldıkça cinsel doyum düzeyi de azalmaktadır.

Göral (2013) çalışmasında üniversite öğrencilerinde internetteki boş zamanın yaşam doyumu ve mutluluklarına etkisini incelemiştir. Sonuç olarak boş zamanlarını ev dışında geçiren üniversite öğrencilerinin hem mutluluk hem de yaşam doyum düzeyleri bakımından evde geçirenlere göre daha iyi durumda oldukları tespit edilmiştir. Bunun yanında öğrencilerin mutlulukları ile internette harcadıkları boş zaman arasında anlamlı ilişki bulunmamasına rağmen mutlulukları ile sosyal paylaşım sitelerini kullanmaları arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Sarıçam (2014) çalışmasında üniversite öğrencilerinde mutluluk ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiye bakmaktadır. Sonuç olarak öğrencilerin mutluluk düzeyi düşük çıkarken ileriye dönük kaygıları yüksek çıkmaktadır. Ayrıca belirsizliğe tahammülsüzlüğün mutluluğu olumsuz yönde etkilediği saptanmıştır.

Duman (2014) öğretmen adaylarında mutluluk ile öz duyarlık ve özgünlük arasındaki ilişkiye baktığı çalışmasında mutluluk ile öz duyarlık ve özgünlük arasında pozitif yönde ilişki olduğu saptanmıştır. Bunun yanında öz duyarlık ve özgünlüğün mutluluğu anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Ayrıca mutluluk ile ebeveyn tutumu arasında anlamlı ilişki saptanırken; mutluluk ile kardeş sayısı ve cinsiyet arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır.

Toprak (2014) ergenler üzerinde yaptığı çalışmasında psikolojik ihtiyaç doyumu ve psikolojik sağlamlılığın yaşam doyumu ve mutluluğu anlamlı biçimde yordayıp yordamadığını tespit etmekte ve ergenlerin mutluluk, yaşam doyumu, psikolojik sağlamlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu düzeylerini çeşitli demografik

değişkenler açısından incelemektedir. Araştırma sonucunda psikolojik ihtiyaç doyumunun ve psikolojik sağlamlığın ayrı ayrı mutluluğu ve yaşam doyumunu anlamlı biçimde yordadıkları tespit edilmiştir. Araştırmanın bağımlı değişkenleri yaşam doyumunu ve mutluluk, bağımsız değişkenleri psikolojik ihtiyaç doyumunu ve psikolojik sağlamlık kavramlarının demografik değişkenlerle ilişkilerine bakıldığında; ergenlerde cinsiyetin yalnızca ilişki ihtiyacı ve psikolojik sağlamlık düzeylerinde, sosyoekonomik düzeyin mutluluk ve yaşam doyumunu düzeylerinde, annenin sağ olma durumunun psikolojik sağlamlık haricinde tüm değişkenler üzerinde anlamlı farklılıklar oluşturduğu, ancak babanın sağ olma durumunun hiçbir değişken üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmektedir. Ayrıca baba eğitim düzeyinin psikolojik sağlamlık haricinde tüm değişkenler üzerinde anlamlı farklılıklar oluşturduğu, ancak annenin eğitim düzeyinin hiçbir değişken üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmektedir.

Gülcan (2014) çalışmasında iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumunu üzerindeki etkililiğinin saptanmasını hedeflemiştir. Araştırma sonucunda yaşam doyumunu ve mutluluk ile iyimserlik arasında pozitif derecede ilişkili tespit edilmiştir. Cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü sınıf ve medeni durum değişkenleri yaşam doyumunu ve mutluluğu etkilerken; iyimserlik üzerinde etkisinin olmadıkları görülmektedir.

Küsgülü (2014) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında narsisizm, umut ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçlara göre mutluluk ve umut arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Ayrıca mutluluk ile narsisist kişilik özelliği arasında pozitif şekilde anlamlı ilişki olmasına rağmen bu ilişki zayıf derecede bulunmuştur.

Çirkin (2015)'in yaşam doyumunu ve mutluluğu bağımlı değişken olarak aldığı çalışmasında çeşitli modeller sınanmıştır. Çıkan sonuçlara göre gelir memnuniyeti mutluluk üzerinde etkili iken gelir seviyesi mutluluk üzerinde etkili olmamıştır. Kişinin yaptığı yardımlar da yine hem mutluluk hem de yaşam doyumunu pozitif şekilde etkilemektedir.

Kurnaz (2015)'in ilk yetişkinlik dönemindeki kişilerde yaptığı araştırmasında mutluluk ve dini yönelim, bazı değişkenler (yaşamının çoğunluğunun geçirildiği yer, algılanan dindarlık durumu, öğrenim durumu, gelir durumu, çocuk sayısı, dini bilgi düzeyi, medeni durum, dini eğitim aldığı yer, yaş, cinsiyet)

açısından incelenmiştir. Araştırmanın sonucuna göre gelir durumu, öğrenim durumu, dini bilgi düzeyi, yaşamın çoğunluğunun geçirildiği yer, dindarlık ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Yıldız (2015) çalışmasında spor yapan ve spor yapmayan üniversite öğrencilerinin sosyalleşme ve mutluluk düzeylerini incelemektedir. Araştırmanın sonucunda spor yapan öğrencilerin, haftalık spor yapma sıklıklarının düşük olduğu, spor yapma biçimlerinin ve amaçlarının sosyalleşme ve mutluluk düzeyleri üzerinde etkisinin olmadığı görülmüştür. Öğrencilerin mezun oldukları ortaöğretim kurumları, sınıf düzeyleri, anne eğitim ve aile gelir düzeyleri sosyalleşmelerine; cinsiyetleri, kişisel iletişim ve hayattan memnuniyet düzeyleri mutluluklarının artışına neden olduğu görülmektedir. Sosyalleşme ve mutluluk düzeylerinin medeni durum, yaş, baba eğitim durumu, ikamet edilen yerleşim merkezi ve ilgi alanları gibi değişkenlere göre değişmediği sonucuna varılmıştır.

Şahin (2015) üniversite öğrencilerinde iyimserlik, mutluluk ve özgecilik arasındaki ilişkiye baktığı araştırmasında iyimserlik ile mutluluk arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Özgecilik ile mutluluk arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin iyimserlik, mutluluk ve özgecilik düzeylerinde aile gelir düzeyine ve cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmazken öğrenim gördükleri fakülteye göre anlamlı derecede farklılık görülmüştür.

Yazıcı (2015) Beden Eğitimi Öğretmeni adaylarının zindelik ve mutluluklarını incelediği araştırmasında, katılımcıların orta seviyenin üzerinde zinde ve mutlu oldukları, zindelikleri ile mutlulukları arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki olduğu ve gelir durumuna göre mutluluk düzeylerinin anlamlı şekilde değiştiği saptanmıştır.

Akış (2015) Türkiye’de mutluluğun dağılışını ve dağılıştta tesirli olan coğrafi etmenlerin neler olduğunu saptamaya çalıştığı araştırmasında tarım sektöründe çalışan nüfusun oranı, kamu kurum ve kuruluşlarının faaliyetlerinden memnuniyet düzeyleri ve toplam yaş bağımlılık oranı ile illerin mutluluk düzeyleri arasında pozitif bir ilişki bulunduğu belirlenmiştir. Buna karşın net göç hızı, hizmet sektöründe çalışanların oranı, boşanma ve işsizlik oranları, intihar hızı, kadın ve

erkek nüfus için ortalama ilk evlenme yaşı ve lise mezunlarının oranı arasında ise negatif anlamda bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Eroğlu ve arkadaşları (2015) tipik gelişim gösteren çocuğa sahip anneler ile özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin iyilik hali, psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeylerini inceledikleri çalışmada tipik gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin iyilik hali, psikolojik sağlamlık ve mutluluk puanlarının özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin iyilik hali, psikolojik sağlamlık ve mutluluk puanlarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Köse (2015) araştırmasında ergenlerde akran ilişkilerinin mutluluğa etkisini incelemektedir. Çalışmanın sonucunda akran ilişkilerinin mutluluğu anlamlı düzeyde, pozitif yönde ve doğrudan yordadığı görülmüştür.

Yalçın (2016) araştırmasında saldırganlık ile mutluluk arasındaki ilişkileri incelemektedir. Araştırmada üniversite öğrencilerindeki mutluluğun saldırganlığı negatif yönde ve %10 değerinde açıkladığı tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda mutluluğun saldırganlığı azaltmada önemli bir faktör olduğu ve saldırganlığın ilgili değişkenlere göre farklılaşmalar gösterdiği söylenmektedir.

Şaşmaz (2016) çocuğu olan evli ve evli olmayan bireylerin psikolojik sağlamlık ve mutluluklarını incelediği araştırmasında çocuğu olan evli olmayan bireylerin cinsiyetlerine göre gruplar arasında mutluluk ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Erkeklerin mutluluk düzeyleri kadınların mutluluk düzeylerine göre daha düşük bulunmuştur. Çocuğu olan evli kişilerin mutluluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile psikolojik sağlamlık ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre çocuğu olan evli bireylerin psikolojik sağlamlıkları arttıkça mutlulukları da artmaktadır.

Karataş (2016) kendisinin geliştirdiği terapi programının ergenlerin duygularını ifade etme eğilimleri, mutluluk düzeyleri, psikiyatrik belirtileri ve duygu düzenleme güçlüklerine etkisini incelemektedir. Sonuca göre deney grubunun son test puanları kontrol grubundan anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Ayrıca deneyden önce ve deneyden sonra yapılan testlerde de deney grubundaki bireylerin puanları anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Deney grubundakilerin duygu düzenleme güçlüğü düzeyinde dürtü alt boyutu ve psikiyatrik belirti düzeyinde düşmanlık alt boyutunun

azaldığı, duygu ifade eğilimleri düzeyinde pozitif ve yakınlık boyutunun ve mutluluk düzeyinde pozitif duygu alt boyutunun arttığı bulunmuştur.

Açıkgöz (2016) çalışmasında Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi bir, iki ve üçüncü sınıflarında öğrenim gören genç hekim adaylarının psikolojik sağlımlıkları ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Akademik başarıları yüksek olan öğrencilerin psikolojik sağlamlık, mutluluk ve mizah tarzlarına katılımcı ve kendini geliştirici mizah ile olumlu yönde anlamlı derecede yüksek puan aldığı saptanmıştır. Elde edilen bulgulara dayanarak psikolojik sağlamlık ile mutluluk düzeyi ve mizah tarzları arasında cinsiyet, akademik başarı, aile yapısı, babanın eğitim düzeyi ve sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık bulunmuştur.

Düzgün (2016) ortaokulda çalışan öğretmenlerin sınıf yönetimi ve mutlulukları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında öğretmenlerin mutlulukları orta düzeyde çıkmıştır. Erkek ortaokul öğretmenleri, daha önce sınıf yönetimi ile ilgili ders, 51 ve üzeri yaş grubundaki öğretmenler, kurs ya da seminer almış olan öğretmenler, meslekteki kıdemi en yüksek olan 21 yıl ve üzeri kıdeme sahip öğretmenler anlamlı derecede daha yüksek mutluluk düzeyine sahiptir. Buna karşın ortaokul öğretmenlerinin; branşı, medeni durumu, bulunduğu okuldaki çalışma süresi, daha önce sınıf yönetimi ile ilgili bir yayın okuyup okumama durumu, eğitim düzeyi ve okuldaki ortalama sınıf mevcudu mutluluk düzeylerinde anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Duran (2016) okul yöneticilerinin öz yeterlikleri ile mutlulukları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında bireylerin öz yeterlik ile mutlulukları arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca yöneticilerinin öz yeterlik ve mutlulukları iyi düzeyde saptanmıştır. Yöneticilerin öz yeterlik ve mutluluk düzeylerine yönelik görüşleri meslekteki kıdem gruplarına göre farklılaşmaktadır. Mutlulukta en yüksek puana 1-5 yıl arasında mesleki kıdemi olan yöneticilerinin sahip olduğu, bunu 6-10 yıl, 16-20 yıl, 21 yıl ve üzeri, son olarak da 11-15 yıl arası mesleki kıdemi olan okul yöneticilerinin takip ettiği görülmektedir.

Kabakaş (2016) hemodiyaliz alan kişilerin psikolojik dayanıklılıklarının, yakın ilişkilerdeki yaşantıları ve mutlulukları üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri mutluluk düzeyini arttırmakta olduğu, bireylerin tedavi süreleri arttıkça mutluluk düzeyleri de düşmekte

olduğu, bireylerin yaşları arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de artmakta olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Araştırmada yer alan bireylerin meslek, gelir düzeyi ve ilaçları düzenli kullanıp kullanmadıklarına göre de anlamlı sonuçlar elde edilmemiştir. Bunun yanında bireylerin mutluluk düzeyleri arttıkça kaçınma düzeyleri de düşmekte olduğu ve bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arttıkça mutluluk düzeyleri de artmakta olduğu görülmektedir.

Odabaş (2016) araştırmasında online oyun bağımlılığının öznel mutluluk üzerindeki etkisini incelemektedir. Araştırmadan elde edilen bulgular, online oyun bağımlılığı ve öznel mutluluk arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu yönündedir. Sosyodemografik değişkenler bazında değerlendirildiğinde ise üniversite öğrencilerinde cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerinin sadece online oyun bağımlılığı için anlamlı farklılık oluşturduğu, akademik başarının hem oyun bağımlılığı hem de öznel mutluluk için anlamlı düzeyde farklılığa sahip olmadığı, gelir düzeyi değişkeninin ise online oyun bağımlılığı ve öznel mutluluk için anlamlı farklılık oluşturduğu bulgularına ulaşılmıştır.

2.2. İYİMSERLİK

Felsefe tarihinde antikçağ stoacılığının doğada her şeyin iyi ve yetkin bulunduğu, kötülüğün gerçekdışı bir görünüş olduğu düşüncesiyle ortaya çıkan iyimserlik kavramının tarihi, dünyayı iyi ideasının ürünü sayan Platon'un düşüncelerine kadar dayanmaktadır (Avcı, 2009).

İyimserlik “içinde yaşanılan durum ve koşullardan bağımsız olarak görece, sürekli ve tutarlı biçimde kişinin yaşamında olumsuz sonuçlar yerine olumlu durumlarla karşılaşma eğilimi” olarak tanımlanmıştır (Scheier ve Carver, 1992). Goleman (2000) iyimserliği “zorluklara ve engellemelere rağmen hayatta her şeyin iyi gideceğine dair güçlü bir beklenti” olarak tanımlamıştır. İyimserlik “bir biçimde yaşama uyum sağlayabilme özelliği” olarak tanımlanırken, kötümserlik ise daha çok “ruhsal bir yetersizlik” olarak görülmektedir (Daco, 1989).

İyimserlik iki yaklaşım şeklinde ele alınabilmektedir. Bunlardan birisi geleceğe yönelik iyimserliktir. Scheier ve Carver (1985) iyimserliğe “bireyin içinde yaşadığı durum ve koşullardan farklı olarak bir kişilik özelliği” olarak bakmıştır. İyimserlik “geleceğe yönelik pozitif beklentiler” kötümserlik ise “negatif beklentilerdir.” Kişinin gelecekle ilgili olumlu bir bakış açısı ile beklentileri olması iyimser bireylerin özelliği olarak görülürken hayata dair geleceğe dair beklentisi

olmayan veya daha az beklentisi olan bireyler kötümser olarak nitelendirilebilmektedir (Carver ve ark., 1994). Bir diğer yaklaşım ise açıklama biçimi olarak iyimserliktir. Açıklama biçimi olarak iyimserlik “bireylerin olumsuz olayların nedenlerini, açıklama alışkanlıklarını yansıtan bilişsel bir kişilik değişkeni” olarak ele alınmaktadır (Peterson, 1991). Açıklama biçiminin kapsadığı üç nitelik vardır (Akt. Gillham ve ark., 2001). Bunlar:

1. Kişiselleştirme,
2. Kalıcılık,
3. Yaygınlık.

Olumsuz olayda kötümser açıklama biçimini benimseyen birey, olayı içsel, değişmez ve genelleyci bir yaklaşımla açıklar. Yani sorun kendisindedir, durumun değişmeyeceğine, hep olduğu gibi kalacağına inanır. Olumsuz olayda iyimser açıklama biçiminde ise birey kötü durumun sadece yaşamın bir bölümü ile ilgili olduğunu, bu durumun çevresel faktörlerden ortaya çıktığını ve sadece bu duruma bu kötü olaya has olduğunu bilmektedir. Bu durum açıklama biçiminin kişiselleştirme boyutunu oluşturmaktadır. Açıklama biçiminin kalıcılık boyutunda ise şu bakış açısı yer almaktadır. Olumlu olaylar için kötümser açıklamada bu durumun değişken, sadece ilgili duruma özgü ve diğer insanlar sayesinde geliştiği inancı vardır. Buna karşılık iyimser açıklamada ise bu durum değişmez, sadece ilgili duruma özgü değil sürekli böyle kalacak ve bu olumlu durum kişinin kendisinden kaynaklanmaktadır (Gillham ve ark., 2001; Seligman, 2007). Bir diğer boyut olan yaygınlıkta ise kötümser bakış açısına sahip bireyler kötü olayların sürekli tekrarlayacağına ve bu durumun kendi hataları olduğuna dair bir inanca sahiptirler. İyimserler ise yaşanan olayların o an için geçerli koşullarla ilgili olduğu ya da diğer insanlarla ilintili olduğu anlayışına sahiptirler (Seligman, 2007).

Yukarıda bahsedilen iki yaklaşım arasında önemli ayrım vardır. İyimserliği beklenti açısından ele alan yaklaşımda olayların nedenlerine bakmaya, bireyin geleceğe ilişkin olumlu beklentilerini bilmeye lüzum yoktur. Burada mühim olan bireyin pozitif sonuçların meydana geleceğine dair inancı olmasıdır. Ancak diğer taraftan açıklama biçimi yaklaşımında olayların neticelerini izah şekli önemli görülmektedir. Örneğin iş hayatında başarılı olacağı inancı taşıyan birisi bu durumu şansından kaynaklı görüyorsa kötümser, yeteğinden kaynaklı görüyorsa iyimser olarak nitelendirilir (Wrosch ve Scheier, 2003).

İyimserlik, iyimserlik eğilimi ve iyimserlik durumu olmak üzere birbiriyle ilişkili iki kavram olarak incelenmektedir. İyimserlik eğilimi “gelecekte kötü şeylerden ziyade iyi şeylerin olacağı beklentisi içerisinde olmayı” ifade ederken, iyimserlik durumu ise “özel ve sınırlı durumlarda kötü yerine iyi olmayı seçmesini” ifade etmektedir. İyimserlik eğilimi “genellenmiş beklentileri”, iyimserlik durumu ise “özel sınırlı durumlardaki beklentilerle” ilgilidir (Daco, 1989).

İyimserliğe yönelik bir diğer kavramsal inceleme ise karşılaştırmalı iyimserlik ve gerçekçi olmayan iyimserlik şeklindedir. Karşılaştırmalı iyimserlikte birey diğer kişilerle karşılaştırdığında kendisinin olumsuz olaylarla karşılaşma olasılığını daha düşük görürken olumlu olaylarla karşılaşma olasılığını daha yüksek görmektedir. Gerçekçi olmayan iyimserlikte ise, olumsuz olayların meydana gelme olasılığını gerçekte olabileceğinden daha düşük görürken olumlu olayların ortaya çıkma olasılığını daha yüksek görmektedir (Türküm, 1999).

İyimserlik basit bir formatta gibi görünse de aslında etkili bir iyimserlik, çalışma ve pratik gerektirmektedir. Basit iyimserlik kişileri daha iyi hissettirse de hayat akışı içerisinde kişiyi bulunduğu konumdan çok da ileriye götürememektedir. Dinamik iyimserlik uygulamaya dönük olmasına rağmen pasif iyimserlik genelde düşüncede kalmaktadır. Dinamik iyimser bireylerin olumlu bakış açıları onları davranışta bulunmaya sevk eder. Dinamik iyimserler davranışlarını sonuçlara göre değerlendirerek daha sonraki davranış biçimlerini bu geri bildirimler doğrultusunda şekillendirmeye isteklidirler. Dinamik iyimserler hayat akışı içerisinde karşılaştıkları kötü olaylar karşısında karamsarlıktan ziyade davranışlarını yeniden şekillendirmeye odaklanırlar. Dinamik iyimserler beklentilerini zorlayan olaylar karşısında olayı rahatlıkla kabullenebilmektedirler. Dinamik iyimserlik, kişilerin mutluluğuna katkı sağladığı gibi hedeflerine ulaşmasında katkı sağlamaktadır (More, 2006; Akt. Gençoğlu, 2006).

Duygusal zekâ açısından iyimserliğe bakıldığında iyimserlerin sahip olduğu olumlu bakış onları umutsuzluğa karşı korumakta ve hayattan daha büyük kazançlar sağlamasına vesile olmaktadır. Yapılan çalışmalardan bazıları iyimserlerin sağlıklı olduklarını, mutlu evliliklerinin olduklarını, okul başarılarının yüksek olduğunu, hatta uzun ömürlü olduklarını göstermektedir (McGinnis, 1998).

İyimserliğe biyolojik çerçeveden bakan araştırmacılar iyimserliğin doğuştan gelen bir özellik olduğunu savunurlarken bunun aksine Seligman'ın da dâhil olduğu bir grup da iyimserliğin öğrenilebilir ve geliştirilebilir olduğunu savunmaktadırlar. Bu bakış açıları iyimserliği hem doğuştan gelen hem de öğrenilebilir bir özellik olarak karşımıza çıkarmıştır (Gençoğlu, 2006).

İyimser bireylerin kişisel özelliklerine bakıldığı zaman bu kişilerin eylem insanları oldukları görülmektedir. Bu kişiler sorunla karşılaştığı zaman sorunun geçmesini beklemek yerine sorunun çözümünde aktif rol almayı istemekte ve çözüm arayışı içerisine girmektedirler. Sorunları halledilmek için var oldukları inancı ile görerek buldukları alternatif çözümlerden birinin mevcut sorunu gidereceğine olan inançları tamdır (Fellman, 2000). Scheier ve arkadaşları (1989) iyimserlerin yaşadıkları sıkıntılı durumlarda durumu denetlenemez algıladıklarında var olan gerçekleri kabul ettiklerini ancak kendileri açısından durum denetlenebiliyorsa sorun odaklı başa çıkma yöntemlerini uygulamaya koyduklarını belirtmektedir (Akt. Açıköz, 2006). İyimserler hayatta karşıladıkları güçlüklerle rahatlıkla karşı koyabilirler, öz güvenleri yeterlidir, mutludurlar, çok fazla beklenti içerisinde değillerdir, kendilerinin gerçekçi değerlendirirler, rahat şekilde iletişim kurabilirler, sağlıklı ilişki yürütebilirler (Kutlu ve ark., 2004). İyimserler düşüncelerinin olumsuz şekilde ilerlemesini engellerler ve mantıklı çerçevede olumlu şekilde görmeye çalışırlar (McGinnis, 1998). Bu olumlu bakış açısı kişinin gerek kendisi gerekse çevresi ile sürtüşmelerini azaltacağı için kişi daha mutlu, huzurlu ve rahat bir hayat sürdürecektir (Kasatura, 1998).

İyimserlik eğilimini kişinin yetiştirilme tarzı da belirleyebilmektedir. Aile içerisinde ebeveynlerin yorumlama biçimleri, çocuklara karşı tavırları, çocukların davranışlarına tepkileri çocukların iyimserlik eğiliminde etkili sayılmaktadır (Fincham, 2000). Yaşam olaylarına karşı iyimser bakış açısı ile bakan ailelerin çocukları iyimser bakış açısını, kötümser bakan ailelerin çocukları ise kötümser bakış açısını erken yaşta öğrenebilmekte ve hayatının geri kalanında bu şekilde davranabilmektedir (Carr, 2004).

İyimserlik eğilimine kültürler arası bir bakış açısı ile bakıldığında bireylerin olayların yorumlanmasında bir takım farklılıklar gösterdiği bilinmektedir. Özellikle toplumsal yapının önemli olduğu doğu toplumları, bireyselleşmenin ön plana çıktığı batılı toplumlardan daha az iyimser bulunmuştur. Benzer biçimde komünist ülke

vatandaşları demokratik toplum vatandaşlarından daha az iyimser bulunmuştur (Peterson ve Seligman, 2004). Bireylerin ait oldukları kültürel yapının iyimserlik ve kötümserlik durumlarını etkileyebileceği görüşünden hareketle çalışmalar yapılmasına rağmen kültürel etki henüz tam olarak bir netlik kazanmamıştır (Chang, 2001).

İyimserlik eğilimini etkileyen unsurlardan biri de sosyoekonomik durumdur. Düşük sosyoekonomik çevre iyimserlik eğilimini olumsuz yönde etkilerken, gelecekle ilgili olumsuz beklentilerin de kaynağı olabilmektedir (Robb ve ark., 2009).

2.2.1. İyimserlik ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Scheier ve Carver (1985) üniversite öğrencilerinde iyimserlik, başa çıkma ve sağlık ilişkisini incelediği araştırmalarında iyimserlik puanları yüksek çıkanların düşük çıkanlara göre daha az fiziksel sıkıntıları ifade ettikleri tespit edilmiştir.

Dejoy (1989) lise öğrencisi sürücüler üzerinde yapmış olduğu araştırmada trafik kazalarında risk algılaması ve iyimserlik arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonucuna göre, iyimser bireylerin kaza riskinde algılanan kontrol yeteneğinin daha fazla olduğu, iyimser bireylerin yaşadıkları trafik kazalarından çok fazla etkilenmediği, küçük trafik kazalarının iyimser bireyler için kazanılmış bir yaşam deneyimi olarak algılandığı sonucuna varılmıştır.

Aydın ve Tezer (1991) üniversite öğrencilerini iyimser ve kötümser şeklinde ayırarak karşılaştırmalı bir çalışma yapmışlardır. Araştırma sonucunda; iyimser öğrencilerin kötümser öğrencilere oranla daha az sağlık sorunları yaşadıkları, iyimserlik düzeyi azaldıkça sağlık sorunlarında artış gözlemlendiği, iyimserlik ve akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki olduğu, iyimserlik eğiliminin cinsiyete bağlı olarak farklılık göstermediği sonucuna ulaşmışlardır.

Fontaine ve arkadaşları (1993) üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik beklentileri ile strese yönelik kontrol algıları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada iyimserliğin algılanan kontrol ile olumlu bir ilişkiye sahip olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca bu araştırma kapsamında iyimserliğin stres karşısında aktif başa çıkma ve olumlu yorumlarda bulunma ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Schulman ve arkadaşları (1993) iyimserlik ve kalıtım arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla tek ve çift yumurta ikizleri üzerinde çalışma yapmışlar ve tek yumurta ikizlerinin iyimserlik düzeylerinin çift yumurta ikizlerinin iyimserlik düzeylerine göre daha yüksek ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir.

Sethi ve Seligman (1993) iyimserlik ve dini inanç ilişkisini incelemek amacıyla dokuz farklı inanç türünden bireyler üzerinde incelemeler yapmış ve yaşam biçimini dini inançlarına göre belirleyen bireylerin iyimserlik düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmişler, bu durumun dinin ne kadar umut yarattığı ile ilişkili olduğundan kaynaklandığı sonucuna ulaşmışlardır.

Colligan ve arkadaşları (1994) Seligman açıklama biçimi, fiziksel sağlık ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında kötümser olan katılımcıların ruh sağlıklarının daha düşük ve ilaç kullanma düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Tekek (1995)'in iyimserlik ve menopoza karşı tutum arasındaki ilişkiyi incelediği araştırma sonucuna göre iyimser kadınlar menopozun olumsuz etkilerinde benzer inançları taşımazlarken, kötümser kadınların ise menopozun olumsuz etkileri konusunda benzer inançlara sahip oldukları gözlemlenmiştir. İyimser kadınlar menopoz sonrası semptomlarının azalacağına ve iyileşme olacağına inanırlarken, kötümser kadınların iyileşme konusunda olumsuz düşüncelerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Hart ve Hittner (1995) üniversite öğrencilerinde yaptıkları çalışmada; iyimser kişilerin kötümser kişilerden daha sağlıklı, problem odaklı, stresle başa çıkmada çeşitli yöntemleri denedikleri ve sosyal destek alma yöntemlerini kullandıklarını; kötümser kişilerin ise kaçma gibi geçici başa çıkma yöntemleri kullandıklarını bulmuşlardır. İyimserlerin duygularını bastırmayıp daha fazla dile getirme eğilimi içerisinde oldukları bulunmuştur. İyimser bireylerin hayatın akışı içerisinde sorumluluk almaktan kaçınmadıkları buna rağmen kötümserlerin kaçınma davranışı içerisinde oldukları tespit edilmiştir.

Harju ve Bolen (1998) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada üniversite öğrencilerinin iyimserlik düzeyleri, başa çıkma yolları ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu araştırmada iyimserliğin yaşam doyumu ve olumlu başa çıkma yolları ile pozitif yönde ilişkilere sahip olduğu ortaya konulmuştur.

Nurmi ve arkadaşları (1996) iyimserlik, yalnızlık, sosyal ilişki stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. İyimserlik puanı düşük olan katılımcıların kaçınma stratejilerini kullandıkları ve daha yüksek yalnızlık puanına sahip oldukları tespit edilmiştir. İyimserlik puanı yüksek olan katılımcıların ise sosyal ilişkilerde yaklaşma stratejisini kullandıklarını ve yalnızlık puanlarının düşük olduklarını tespit etmişlerdir.

Fontaine ve Seal (1997) kadınlarda sosyal destek, iyimserlik ve mensturasyon öncesi belirtiler arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Netice olarak sosyal destek alma ile iyimserlik arasında anlamlı ilişkiler saptanırken, mensturasyonun duygusal etkilerinde iyimserliğin herhangi bir etkisi olmadığı saptanmıştır.

Ingledeve ve Brunning (1999) üniversite öğrencilerinde önleyici sağlık davranışları, kişilik ve iyimserlik arasındaki ilişkilere bakmışlardır. Neticede dışa dönük kişiliğe sahip ve önleyici sağlık davranışları ortalaması yüksek kişilerin karşılaştırmalı iyimserlik düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna varmışlardır.

Puskar ve arkadaşları (1999) lise öğrencilerinde yaptıkları çalışmada baş etme, depresif belirtiler, yaşam olayları ve öfkenin iyimserlik ile ilişkisini araştırmışlardır. Neticede iyimserlik ve depresyon belirtileri arasında negatif yönde bir ilişki olduğu, iyimserlik düzeyi yüksek bireylerde problem odaklı baş etme stratejisi kullanıldığı ve iyimserlik düzeyi yükseldikçe öfke düzeyinin düştüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Türküm (2000) üniversitesi öğrencileri ile yaptığı çalışmada bilişsel çarpıtma düzeyleri, stresle başa çıkma biçimi, psikolojik yardıma ilişkin tutumlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuç olarak bilişsel çarpıtmaları düşük olan öğrencilerin, bilişsel çarpıtmaları yüksek olan öğrencilere göre iyimserlik düzeylerinin yüksek olduğu, ayrıca iyimserliğin stresle başa çıkmayı yordadığı yapılan regresyon analizleri sonucunda tespit edilmiştir.

Seligman (2000) uzunlamasına yaptığı araştırmada iyimserlik-kötümserlik ile ölüm oranını incelemiş ve ölüm oranı ile kötümserlik arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğunu ileri sürmüştür. 1980 ile 1988 yılları arasında toplam 96 kalp hastası üzerinde boylamsal bir çalışma yapmış, hastaların ilk kalp krizini

geçirmesinden sonraki sekiz yıl içerisinde 16 kötümser hastadan 15'inin kriz sonucu ölmesine rağmen 16 iyimser hastadan sadece 5'inin öldüğünü tespit etmiştir.

Chang ve arkadaşları (2000) çalışan üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada iyimserliğin, stres ve mesleki tükenmişliğin önlenmesinde önemli bir unsur olduğu, günlük stresten bağımsız olarak mesleki tükenmişlik konusunda koruyucu olabileceği sonucuna ulaşmışlardır.

Chang ve Farrehi (2001) lise öğrencileri üzerinde algılanan bilgi işleme stili, iyimserlik, yaşam doyumu ve depresif belirtiler arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma sonucunda, iyimserlik eğilimi ile bilgi işleme stilleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. İyimserlik; akılcı otomatik bilgi işleme stili ile ilişkilendirilebilirken, kötümserlik; deneysel bilgi işleme stili ile ilişkilendirilmiştir. Bilgi işleme modeline göre bireylerin iyimser olmalarının psikolojik durumlarını önemli oranda etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Seligman ve Issacowitz (2001) kötümser açıklama biçiminin stresli yaşam olayları ile birleşince depresyona dönüşüp dönüşmemesini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada kötümser açıklama biçiminin her zaman için depresif semptom belirtisinin göstergesi olduğunu, buna karşın iyimser tutuma sahip kişilerde depresif semptomların yalnızca negatif yaşam olaylarının ardından meydana geldiğini saptamışlardır.

Hirsch (2003) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmada iyimserliğin umutsuzluk düzeyleri ve intihar düşünceleri ile ilişkisini incelemiştir. Bu çalışmada iyimserliğin umutsuzluk ile intihar düşünceleri arasındaki ilişkiyi zayıflattığı bulunmuştur. Buna bağlı olarak iyimserliğin bu ilişkide koruyucu bir kalkan görevi gördüğü belirtilmektedir.

Baldwin ve arkadaşları (2003) Amerikalı üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada günlük yaşamda karşılaşılan stres ile iyimserlik arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışmada iyimserlik düzeyleri yüksek olan bireylerin stres puanlarının düşük olduğu ortaya konulmuştur.

Hatchett ve Park (2004) üniversitenin danışma merkezinde bireysel danışma alan üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada öğrencilerin iyimserlik düzeyleri ile sosyal destek alma gibi aktif başa çıkma stratejileri arasında olumlu

yönde, kaçınma gibi duygu odaklı başa çıkma stratejileri ile olumsuz yönde bir ilişki tespit etmişlerdir.

Carver ve Scheier (2005) hamile kadınların iyimserlik ve depresyon düzeylerini incelemişler ve çalışma kapsamında doğuma üç aylık süreleri olan kadınlara iyimserlik ölçeği ve depresyon ölçeğini uygulamışlardır. Bireylerin iyimserlik düzeyleri ile depresyon düzeyleri yüksek düzeyde ilişkili bulunmuş, doğumdan üç hafta sonra uygulama tekrarlanmış ve doğum öncesi iyimserlik düzeyi yüksek olan kadınların doğum sonrası depresyona daha dayanıklı olduğu, ayrıca doğum öncesi iyimserlik düzeylerinin doğum sonrası depresyonu yordadığı tespit edilmiştir.

Baker ve arkadaşları (2005) gelişim bozukluğu olan ve olmayan okul öncesi çağında çocuğu olan ailelerde iyilik halini ve iyimserliği incelemişlerdir. Sonuç olarak çocukların davranış problemleri artma gösterdiğinde iyimserlik düzeyleri düşük olan annelerin iyimserlik düzeyleri yüksek olan annelere göre yüksek depresyon riski taşıdıklarına ve aile düzenlerinin bozulduğu sonucuna varmışlardır.

El-Anzi (2005) üniversite öğrencilerinde kaygı, akademik başarı, kötümserlik ve iyimserlik arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Sonuç olarak iyimserlik ve akademik başarı arasında pozitif bir ilişki bulunurken, kötümserlikle akademik başarı arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Bunun yanında kızlarda iyimserlik erkeklere göre daha düşük çıkmıştır.

Korkmaz (2005) yaptığı araştırmasının sonucunda dönüşümsel liderliğin iyimserlik ve engellenme üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu bulmuştur. Ayrıca iyimserlik ve engellenme performans üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir. Bir diğer sonuçta ise, iyimserlik ve engellenme performans ile dönüşümsel liderlik arasındaki ilişkide tam olarak aracılık etmektedir. Böylece dönüşümsel liderlik stiline performans üzerindeki etkisi anlamlı fakat dolaylıdır.

Açıkgöz (2006) öğrenciler üzerinde yaptığı araştırmada öz yetkinlik, beslenme alışkanlıkları ve geleceğe yönelik iyimserlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuç olarak kız öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin erkek öğrencilerin iyimserlik düzeylerine göre daha düşük olduğu, öğrencilerin öz yetkinlik, beslenmelerine dikkat etme ve iyimserlik eğilimleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir.

Bacanlı ve Ercan (2006) depreme yaşamış öğrencilerle yaptıkları çalışmada öğrencilerin depremden bir buçuk yıl sonra deprem stresiyle başa çıkmada kullandıkları stratejilerin cinsiyet ve iyimserliğe göre anlamlı fark gösterip göstermediğini incelemişlerdir. Sonuç olarak öğrencilerin problem çözme, sosyal destek arama ve kaçınma alt ölçeklerinden aldıkları puanların cinsiyete ve iyimserliğe göre anlamlı bir fark göstermediği bulunmuştur.

Kümbül Güler ve Emeç (2006) iyimserlik, akademik başarı ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Sonuç olarak yaşam memnuniyeti ile iyimserlik arasında pozitif ilişki gözlenmiş ancak akademik başarı ile iyimserlik arasında bir ilişki tespit edilmemiştir.

Siddique ve arkadaşları (2006) Hukuk fakültesi birinci sınıf öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmada iyimserlik ile kaygı ve akademik performans arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu araştırmada iyimserliğin kaygı ile olumsuz bir ilişkiye sahip olduğu, akademik performans ile ise herhangi bir ilişkiye sahip olmadığı bulunmuştur.

Deptula ve arkadaşları (2006) üçüncü ve altıncı sınıf arasındaki 232 öğrencinin katılımıyla çocukların sosyal yeterliliği ve iyimserlik düzeylerini incelemiş, her iki cinsiyet için iyimserliğin yalnızlık ile negatif yönde, sahip olunan arkadaş sayısı ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır.

Gençoğlu (2006) üniversite öğrencilerinde kişilik özellikleri ile iyimserlik arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. İyimserlik düzeyi yüksek olanların, iyimserlik düzeyi düşük olanlara göre; antisosyal eğilim düzeyleri, nevrotik eğilim düzeyleri ve psikotik eğilim düzeyleri anlamlı olarak düşük bulunmuştur. İyimserlik düzeyi yüksek olanların, iyimserlik düzeyi düşük olanlara göre; duygusal kararlılık düzeyleri, kendini gerçekleştirme düzeyleri, aile ilişkileri düzeyleri, sosyal norm düzeyleri, sosyal ilişki düzeyleri anlamlı olarak yüksek bulunmuştur.

Nicholls ve arkadaşları (2008) araştırmalarında sporcuların iyimserlik-kötümserlik, ruhsal dayanıklılık ve başa çıkma ilişkisini incelemektedirler. Sonuç olarak dayanıklılık düzeyi düşük olan sporcular kaçınma davranışı içerisinde girmekte ve kötümserlik puanları yüksek çıkmaktadır. Bunun yanında dayanıklılık düzeyi yüksek olan sporcular problem odaklı başa çıkma stratejisi kullanmakta ve iyimserlik puanları yüksek çıkmaktadır.

Avcı (2009) iyimserlik eğitim programının öğrencilerinin iyimserlik düzeylerine etkisini incelemiştir. Sonuç olarak olumsuz yükleme yapan öğrencilerin geleceğe yönelik iyimserlik puanları arasında anlamlı düzeyde ve negatif yönde bir ilişki olduğu, deney grubundaki öğrencilerin geleceğe yönelik iyimserlik düzeylerinde anlamlı bir artış gözlenmezken, yükleme biçimi olarak iyimserlik düzeylerinde anlamlı düzeyde bir artış olduğu sonucuna varılmıştır.

Nes ve arkadaşları (2009) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada üniversite öğrencilerinin okulu bırakma ve iyimserlik düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu araştırmada iyimserliğin okulu bırakma ile olumsuz; akademik motivasyon, akademik başarı ve uyum ile olumlu ilişkilere sahip olduğu bulunmuştur.

Ruthig ve arkadaşları (2009) üniversiteye başlayan bireylerin iyimserlik düzeyleri ile psikolojik sağlıkları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmada iyimserliğin üniversiteye başlayan öğrencilerin birinci yılın sonunda yaşadıkları stres ve depresyon düzeyini yordayan bir faktör olduğu bulunmuştur. Ayrıca bu araştırma kapsamında algılanan akademik kontrolün de üniversite birinci sınıf öğrencilerinin iyimserlik düzeyini yordayan bir faktör olduğu ortaya konulmuştur.

Puskar ve arkadaşları (2010) lise öğrencileri üzerinde özsaygı ve cinsiyet farklılığının iyimserlik üzerine etkilerini incelemiştir. Araştırma sonucunda erkek öğrencilerin iyimserlik düzeyi kız öğrencilere göre yüksek bulunurken, iyimserlik ve özsaygı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Vural (2010) kendisinin hazırladığı Psikolojik Destek Programı'nın hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocukların annelerinin iyimserlik, umutsuzluk negatif duygu ve pozitif duygu düzeylerine etkisini incelemektedir. Uygulanan program sonucunda deney grubunda iyimserlik ve umutsuzluk açıdan anlamlı bir fark bulunurken, negatif duygu ve pozitif duygu açısından anlamlı farklılık bulunamamıştır. Program sonucunda deney ve kontrol grupları arasında iyimserlik, umutsuzluk ve negatif duygu düzeyleri açısından anlamlı farklılık bulunmazken; pozitif duygu düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir.

Parmaksız (2011) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada öğretmen adaylarının benlik saygısı ölçeğinin alt boyutlarından öz güven, benlik değeri, başarıya, depresif duygulanım ve üretimin iyimserliği anlamlı düzeyde yordadıkları

ortaya konulmuştur. Ayrıca bu araştırmada iyimserlik ile depresif duygulanım arasında olumsuz yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Son olarak öğretmen adaylarının sınıf, cinsiyet ve sosyoekonomik durum değişkenlerine göre iyimserlik puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma saptanırken; yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yer değişkenine göre farklılaşma saptanmamıştır.

Yalçın (2011) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada üniversite öğrencilerinde iyimserlik, sosyal destek ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu araştırmada algılanan sosyal destek, iyimserlik ve yaşam doyumu arasında olumlu ilişkiler olduğu bulunmuştur. Ayrıca bu araştırma kapsamında iyimserliğin yaşam doyumunu anlamlı bir biçimde yordadığı ortaya konulmuştur.

Eryılmaz ve Atak (2011) ergen öznel iyi oluşunun iyimserlik ve öz saygı ile ilişkisini incelemişlerdir. Ergen öznel iyi oluşunun öz saygı ile orta düzeyde olumlu iyimserlik ile yüksek düzeyde olumlu ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca iyimserliğin ergen öznel iyi oluşunu %25 düzeyinde yordadığı bulunmuştur.

Karagöz (2011) ergenlerde yaptığı çalışmasında olumlu düşünme eğitim programının depresyon, geleceğe yönelik iyimserlik ve bilişsel çarpıtma düzeylerine etkisini incelemiştir. Sonuç olarak deney grubundaki öğrencilerin bilişsel çarpıtma ve depresyonlarında anlamlı derecede azalma olduğu, iyimserliklerinin anlamlı derecede arttığı görülmüştür. Ayrıca depresyon ve iyimserlik arasında negatif yönlü ilişki saptanmıştır. Bilişsel çarpıtma düzeyleri ve iyimserlik arasında ters yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır. Depresyon ile bilişsel çarpıtma düzeyleri arasında ise pozitif yönde güçlü bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Sapmaz ve Doğan (2012)'in çalışmasında mutluluk ve yaşam doyumu üzerinde iyimserliğin yordayıcı rolünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Sonuçlar yaşam doyumu ve mutluluk ile iyimserliğin pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bunun yanında iyimserliğin yaşam doyumuna ilişkin varyansın ise % 60'ını, mutluluğa ilişkin varyansın % 59'unu açıkladığı bulunmuştur.

Ergün Başak (2012) anne-babalarının gelir düzeyi düşük olan üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında sosyal bağlılık, öz duyarlık ve iyimserlik ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkileri incelemeyi hedeflemiştir. Sonuç olarak sosyal bağlılık ve öz duyarlığın, iyimserlik üzerinde doğrudan etkiye psikolojik dayanıklılık üzerinde ise dolaylı etkiye sahip olduğunu bulgulanmıştır. Ayrıca,

iyimserliğin psikolojik dayanıklılık üzerinde doğrudan etkiye sahip olduğu da belirlenmiştir.

Eryılmaz (2012)'ın üniversite öğrencilerinde benlik saygısı, yaşam doyumu, kontrol odağı ve iyimserliğin psikolojik sağlamlığı yordama gücünü incelediği araştırmasında benlik saygısı, yaşam doyumu, kontrol odağı ve iyimserliğin; psikolojik sağlamlıkla düşük ve orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu saptanmıştır. Bunun yanında fakülte değişkenine göre benlik saygısı, yaşam doyumu ve kontrol odağının farklılaştığı; benlik saygısı, yaşam doyumu, kontrol odağı, iyimserlik ve psikolojik sağlamlığın yaşa ve cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır.

Gençoğlu (2012) duygusal farkındalık eğitiminin genç yetişkinlerin iyimserliklerine etkisini incelediği araştırmasında eğitim programının iyimserlik düzeyini yükselttiği sonucuna ulaşmıştır.

Özcan Ceran (2013)'ın umut ve başa çıkma tarzlarının iyimserlik üzerindeki rolünü incelediği araştırmasında ilk modelde umut ölçeğinin amaca ulaşma kapasitesi ve amaca güdülenme alt boyutlarının iyimserliği anlamlı düzeyde yordadığını göstermiştir. İkinci modelde başa çıkma tarzları eşitliğe sokulduğunda, olumlu bilişsel yapılama, amaca güdülenme, duyguları açığa vurma, kendini suçlama, davranışsal kaçınma, kabul etme ve inkâr etme boyutlarının iyimserliğin anlamlı yordayıcıları olduğu görülmüştür.

Erdoğan (2013) öğretmenler üzerinde yaptığı araştırmasında başarı algıları ve öz yeterlikte umut, akademik iyimserlik ve mesleki hazzın yordayıcılıklarını incelemektedir. Netice öğretmenlerin başarı algısı, öz yeterlik, akademik iyimserlik, mesleki haz ve umut düzeylerinin pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili olduğunu göstermiştir. Bunun yanında en yüksek korelasyon akademik iyimserlik ile başarı algısı arasında gerçekleşmiştir. Sonuçlar öğretmenlerin öz yeterliklerini akademik iyimserlik, başarı algısı, mesleki haz ve umutun; başarı algılarını ise umut, akademik iyimserlik ve mesleki hazzın pozitif yönlü olarak etkilediğini göstermektedir.

Öztürk (2013)'ün üniversite öğrencilerinin iyimserlik, dindarlık ve dini yönelim düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında iyimserlik ile dindarlık ve dini yönelim arasında olumlu yönde bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca yine

iyimserlikle namaz kılma, Kur'an okuma, dua etme ve öznel dindarlık algısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Ulusoy ve Duy (2013)'un öğrenilmiş iyimserlik psikoeğitim uygulamasının 8. sınıf öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ve öğrenilmiş çaresizlik üzerindeki etkisini incelediği araştırmalarında uygulanan programın akılcı olmayan inançları azaltmada anlamlı bir etkisi olduğu ancak öğrenilmiş çaresizlik puanlarını azaltmada anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır.

Kararımak ve Güloğlu (2014) çalışmasında depreme maruz kalmış yetişkinlerde psikolojik sağlık ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuç olarak psikolojik sağlık ile güvenli bağlanma arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca güvenli bağlanma, olumlu duygular ve iyimserlik psikolojik sağlamlığı yordayan önemli değişkenlerdir.

Gençoğlu ve arkadaşları (2014)'nin araştırmasında hangi cinsiyetin daha iyimser olduğu sorusuna cevap aranmıştır. Araştırma sonucunda kız ve erkek öğrencilerin çoğunlukla erkeklerin daha iyimser olduğu algısına sahip olduğu fakat bu sonucun istatistiksel olarak anlamlı olmadığı, cinsiyete göre iyimserlik düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Uzun (2014)'un sınıf öğretmenlerinin sahip olduğu bireysel değerler ile akademik iyimserlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında öğretmenlerin genel akademik iyimserlik düzeylerinin iyi seviyede olduğu sonucuna ulaşılmış; cinsiyet, yaş ve mesleki kıdem değişkenlerinin anlamlı bir farklılık göstermediği gözlenmiştir. Araştırma sonunda sınıf öğretmenlerinin sahip oldukları değer tipleri ile akademik iyimserlik arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu ve değer tiplerinin, akademik iyimserliğin anlamlı yordayıcısı olduğu sonucuna varılmıştır.

Oda (2014)'nin 11-13 yaş gurubundaki spor yapan ve yapmayan öğrencilerin iyimserlik ile saldırganlık düzeylerini incelediği araştırmasında spor yapıp yapmama durumuna göre öğrencilerin saldırganlık ve iyimserlik puanlarında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Öğrencilerin iyimserlik puanlarına baktığımızda, yaş, baba eğitim, gelir seviyesi değişkenlerinde anlamlı farklar görülürken; cinsiyet, anne eğitim seviyesi, kardeş sayısı, yaptığı spor branşı değişkenlerinde anlamlı fark olmadığı görülmüştür.

Alkış (2014) çalışmasında Türkiye ve İngiltere'de eğitim alan uluslararası öğrencilerde gözlemlenen kültürleşme stresinin iyimserlik, duygusal zekâ ve kendini izleme ile olan ilişkisini incelemektedir. Sonuç olarak Türkiye örneğinde iyimserlik; İngiltere örneğinde duygusal zekâ kültürleşme stresinin anlamlı yordayıcıları bulunmuştur.

Gülcan ve Nedim Bal (2014) yaptıkları araştırmada iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkililiğinin saptanmasını hedeflemişlerdir. Sonuçlara göre mutluluk ve yaşam doyumu ile iyimserliğin pozitif yönde ilişkili olduğu orataya çıkmıştır.

Şanlı ve Balcı Çelik (2015) engelli çocuğa sahip annelerin iyimserlik düzeyini yükseltmek amacıyla uyguladıkları grup rehberliği programı sonucunda annelerin iyimserliklerinde yükselme görmüşlerdir.

Şahin (2015)'in üniversite öğrencilerinin iyimserlik, mutluluk ve özgecilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında iyimserlik ile mutluluk arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Özgecilik ile mutluluk arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Özgecilik ile iyimserlik arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öğrencilerinin iyimserlik, mutluluk ve özgecilik düzeylerinde ailenin gelir düzeyine ve cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmazken sınıf düzeyleri ve öğrenim gördükleri fakülte değişkeni açısından anlamlı farklılık görülmüştür.

Kökseven (2015)'in ilkökul öğretmenlerinin akademik iyimserlik düzeyleri ile iş doyumları arasındaki ilişkiyi belirlediği çalışmasında ilkökul öğretmenlerinin akademik iyimserlik düzeylerini etkileyen faktörler ile iş doyumlarını etkileyen faktörler arasında pozitif, doğrusal ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğretmenlerin akademik iyimserliklerini etkileyen faktörlere ilişkin algılarında cinsiyet, medeni durum ve görev yaptığı okuldaki öğretmen sayısına göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yaş, mesleki kıdem, mezun oldukları okul ve görev yaptığı okuldaki öğrenci sayısına göre ise istatistiksel bakımdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Karacaoğlu ve Köktaş (2016) psikolojik iyi olma ve psikolojik dayanıklılık arasında nasıl bir ilişki olduğu ve bu ilişkide iyimserliğin nasıl bir etkiye yol açtığı sorusuna yanıt aramaya çalışmışlardır. Sonuçlara göre hastane çalışanlarının psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek, psikolojik olarak dayanıklı oldukları ve

genellikle iyimser oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca çalışanların psikolojik dayanıklılığının, psikolojik iyi olma düzeylerini pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde etkilediği; iyimserliğin ise bu ilişkide kısmi aracı değişken rolünü oynadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Karaçam ve Pulur (2016) beden eğitimi öğretmenlerinin akademik iyimserlik, başarı algısı, fiziksel saygı ve psikolojik iyi oluş düzeylerini farklı değişkenlere göre incelemektedirler. Araştırma sonuçlarına göre başarı algısı ve akademik iyimserlik düzeyleri cinsiyete göre kadın beden eğitimi öğretmenleri lehine anlamlı bir şekilde değişmektedir. Beden eğitimi öğretmenlerinin akademik iyimserlik, başarı algısı, fiziksel saygı ve psikolojik iyi oluş düzeyleri ile yaş ve kıdemleri arasında anlamlı fark olmadığı saptanmıştır.

Kandemir (2016)'in umut, iyimserlik ve dindarlık arasındaki ilişkileri incelediği çalışmasında dindarlık-umut, dindarlık-iyimserlik ve umut, iyimserlik ve dindarlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bununla birlikte dindarlık ve içsel dinî motivasyonun umutlu ve iyimser olmayı anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir.

Fırat (2016)'ın okulların akademik iyimserlik düzeyinin öğretmenlerin epistemolojik inançları ve bazı değişkenler açısından incelediği çalışmasında öğretmenlerin akademik iyimserlik düzeylerinde öğretmenlerin cinsiyet, yaş, kıdem, sertifikalı eğitim sayısı, okul türü, okuldaki öğrenci sayısı, okulun bulunduğu yer, okulun öğretmen sayısı, okulun bulunduğu bölgelere göre anlamlı farklılıklar görülmüş; öğretmenlerin epistemolojik inançlarıyla okulların akademik iyimserlikleri arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Fırıncı Kodaz (2016)'ın iyimserlik, geleceğe yönelik tutum, akademik içsel motivasyon ve akademik doyumun birbirleriyle aralarındaki ilişkilerinin yapısal eşitlik modellemesi yardımıyla test ettiği çalışmasında geleceğe yönelik tutumun iyimserlik ve akademik içsel motivasyon ilişkisinde; akademik içsel motivasyonun ise iyimserlik ve akademik doyum ilişkisinde mediatör rolü olduğunu göstermektedir. Yani öğrencilerin iyimserlikleri arttıkça geleceğe yönelik tutumlarının olumlu yönde artırdığı, olumlu tutumların artması akademik içsel motivasyonun oluşmasını kolaylaştıracağı, oluşan akademik içsel motivasyonun

öğrencilerin akademik hayatından daha fazla doyum elde etmelerini sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Okutan (2016) çalışmasında zihin engelli çocuğa sahip ebeveynlerde iyimserlik, yaşam doyumunu ve psikolojik belirti düzeylerini incelemektedir. Araştırma sonucunda ebeveynlerin eğitim durumu, çocuk sayısı ve sosyo ekonomik durumu ile psikolojik belirti düzeyi arasında anlamlı düzeyde farklılaşma olmazken iyimserlik ve yaşam doyumunu ile arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu bulunmuştur. Ayrıca ebeveynlerin psikolojik belirti ve iyimserlik düzeylerinin yaşam doyumunu anlamlı bir düzeyde açıkladığı saptanmıştır.

Ergen (2016)'in sınıf öğretmenlerinin akademik iyimserlikleri, sınıf yönetim becerileri ve mesleki bağlılıkları arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçladığı çalışmasında sınıf öğretmenlerinin mesleki bağlılıkları ve akademik iyimserlikleri çoğu zaman düzeyinde, sınıf yönetim becerileri ise her zaman düzeyinde çıkmıştır. Ayrıca sınıf öğretmenlerinin akademik iyimserliklerinin medeni durum, cinsiyet ve okulun bulunduğu yer değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı ancak sınıf mevcudu ve öğretmenlikte hizmet yılı değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte sınıf öğretmenlerinin akademik iyimserlikleri ile sınıf yönetim becerileri; mesleki bağlılıkları ile sınıf yönetim becerileri; mesleki bağlılıkları ile akademik iyimserlikleri arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ayrıca mesleki bağlılığın sınıf yönetim becerilerindeki toplam varyansın %14'ünü, akademik iyimserliğin sınıf yönetim becerilerindeki toplam varyansın %33'ünü, akademik iyimserlik ve mesleki bağlılığın birlikte sınıf yönetim becerilerindeki toplam varyansın %35'ini açıkladığı saptanmıştır.

Boz (2016)'un okul yöneticilerinin otantik liderlik davranışlarıyla öğretmenlerin örgütsel sinizm ve okulların akademik iyimserlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi saptama amacıyla yaptığı çalışmasında öğretmenlerin görüşlerine göre okullarının akademik iyimserlik düzeyleri orta düzeyde katılıyorum değer aralığında tespit edilmiştir. Sonuçlara göre okul yöneticilerinin sergiledikleri otantik liderlik davranışları ile okulların akademik iyimserlik düzeyleri arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü ilişki saptanmıştır. Araştırma bulguları öğretmenlerin örgütsel sinizm düzeyi ile okulların akademik iyimserlik düzeyi arasında ise orta düzeyde ve negatif yönde ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Buna göre okul yöneticileri otantik

davranışlar sergiledikçe öğretmen algılarına göre okulların akademik iyimserlik düzeyi anlamlı şekilde yükselmektedir.

2.3. YAŞAM ANLAMAMI

Yaşamın anlamı üzerinde düşünülmesi insanlık tarihi kadar eski zamanlara kadar dayanmaktadır (Adler, 2010). Yaşamın anlamı kavramı “ilk olarak 20. yüzyılın başında W. Dilthey, E. Spranger, S. Freud ve A. Adler’in eserlerinde daha sonra 1940’larda V. Frankl ve A.N. Leontiev’in eserlerinde görülür” (Leontiev, 2005).

Yaşamın anlamı ile ilgili çalışmaların da psikoloji alanında yer edinmeye başlaması 2. Dünya savaşıdan sonra olmuştur. Logoterapinin II. Dünya Savaşı sırasında toplama kamplarında ortaya çıktığı varsayılmaktadır. Bu yanlış bir varsayımdır. Dr. Frankl temel düşüncelerini 1920-30’lar sırasında bir öğrenci ve sonra asistan doktorken ve Viyana’nın önde gelen akıl hastanesi Steinhof’da çalışırken geliştirmiştir. Frankl ilk olarak Varoluşsal Analiz diye adlandırdığı temel kavramlarını geliştirmiştir. Bundan 50 yıl sonra ise Logoterapinin deneysel olarak test edilen ve onaylanan şu anki kavram ve metotlarını geliştirmiştir (Fabry, 2005).

Frankl’in ortaya attığı logoterapideki logos Yunancada anlam kavramının karşılığıdır ve Frankl kuramını anlam terapisi olarak isimlendirmiştir. O’na göre insanın anlam arayışı yaşamındaki temel motivasyondur. Bu anlam arayışı doğal ve sağlıklı yaşamın bir parçası olarak ele alınır. Logoterapi temelde üç ana prensipten oluşmaktadır (Frankl, 2010);

1. Yaşam bir anlam barındırmaktadır.
2. Hayatta bireyin temel motivasyon kaynağı anlam arayışı içerisinde olmaktır.
3. Yaşamda anlam, insan acı çekiyorken bile bulunabilir.

Frankl’a göre, “insandaki temel güdüleyici güç, yaşamını anlamlı kılma veya bir anlam bulma çabasıdır” (Frankl, 2010). İnsanoğlu ne kadar zor şartlar içerisinde bulunursa bulunsun yaşamına küçücük de olsa bir anlam katabiliyorsa yaşamaya, mücadele etmeye gücü var demektir. Anamlılık kavramı, “temel anlamda, kişinin yaşamının uyumlu, önemli, yönetilebilir ve sahiplenici bir duygusu” olarak tanımlanır (Schnell, 2009). Yaşamın anlamı kavramı ise çeşitli şekillerde tanımlansa da daha çok “güç, yoğunluk ve insanların anlam, önem ve hayatlarının amaçlarını şekillendirme ya da onları güçlendirme çabaları ya da arzuları” olarak tanımlanmaktadır. (Steger ve ark., 2008).

Frankl, yaşam anlamını öznel olarak ele almaktadır. Onun bakış açısına göre herkes için geçerli, genel, tüm toplum tarafından benimsenmiş bir anlam arayışı yoktur. Tam aksine yaşam anlamının kişiden kişiye değiştiğini, öznel olduğunu, duruma ve ana göre sürekli yenilendiğini savunmaktadır. Bunun için yaşamın anlamına genel bakılamayacağını ortaya koymaktadır (Frankl, 2010).

Adler de bir bakıma aynı yaklaşım içerisindedir. Adler'e göre hayatta ne kadar insan varsa o kadar da farklı anlam vardır. O zaman her insanın anlamı kendisindedir ve kendisi için doğru olabilmektedir. Yani mutlak bir anlamdan söz etmek olası değildir (Adler, 2010).

Ayrıca Adler, anlama farklı bir eklemede bulunur ve yaşamın anlamı ile topluma katkıyı adeta özdeşleştirir. Doğru anlam sadece aktarılabilmesi durumunda olasıdır. Adler anlamı, topluma olan katkıyı esas alarak değerlendirir ve anlama bu doğrultuda değer verir. Adler, biricik doğru anlamların başkaları için taşıdıkları anlamlar olduğunu belirtir. Bu bakış açısı ile insan diğerleri ile ilgilendiği sürece, diğerlerinin yaşamlarına katkı sağladığı sürece kısacası toplumsal ilgiyi önemseydiği sürece yaşamını anlamlı kılabilir (Adler, 2010).

Freud nevroz hastalarında görülen belirtilerin bir anlamı olduğunu ifade etmiştir. Yapılan bu keşif psikanaliz tedavisine temel teşkil etmiştir. Psikanalizin yöntemlerinden olan yorumlama, hastanın semptomlarında saklı olan anlamı saptamak için bir araçtır. Psikanalizde yaşamın anlamı, yorumlama ve bilinçaltının kullanımından geçmektedir (Jones, 1981). Jung psikonevrozun ortaya çıkmasında anlam yoksunluğunun önemli yeri olduğunu belirtmektedir. O'na göre nevrotik birey yaşamda anlamdan yoksun ve bundan ötürü acı çeken bireydir. Terapi sürecinde danışanın ruhsal ihtiyaçları dikkate alınmalı, anlam bulması için desteklenmeli ve özgürleşmesi sağlanmalıdır (Jung, 1933; Akt. Parlak, 2014).

Gestalt terapiye göre ise insan her şeye bir anlam yükleme eğilimindedir, yaşadığı alana ya da tüm alana bir anlam yüklemekten edemez ve bu konuda çok başarılıdır. İnsan yeni bir ortama girdiğinde oraya bir anlam yükler. Eğer o çevreye, ortama anlam yüklemiyorsa o çevre yoktur. Kişi sözel olarak bir şeyi birisine ifade etmeliyim derken anlam yükler ve her bireyin yüklediği anlam o bireye özgüdür (Akkoyun, 2005).

Hayata anlam verme, “insanın kendisi, yaşadığı dünya ve etrafındaki âlem hakkında arayışlarına tatminkâr cevaplar bulmasını” ifade etmektedir (Akıncı, 2005). Yaşamda anlam; “insanın kendisi, kendi yaşamı ve genel olarak yaşamın ne anlama geldiğine yönelik arayışları sonucunda ortaya çıkan bireyin kendi kaynakları ve kişisel özellikleri doğrultusunda şekillenen bir değerlendirmedir” (Arda, 2011). Steger (2012)'a göre yaşamda anlam, “kişinin yaşamını anlamlandırmasını sağlayan bir hedefe, bir misyona ya da kapsayıcı bir yaşam amacına sahip olma derecesidir.”

İnsan kendini ve dünyayı anladığında, yeryüzünde eşsiz olduğunu kavradığında ve yaşamlarında başarılı olmaya çalışma kimliği sergilediğinde yaşamın şu anki anlamını yaşar. Bu yüzden insanoğlunun hem sahip olduğu hem de aradığı anlam tarafından motive edildiği düşünülür. Dolayısıyla insan anlam arayışında da bulunmaktadır. Anlam arayışı insanın güçlü, yoğun ve canlı bir arzusu ve anlam oluşturma ya da var olan anlamı artırma çabası yaşamlarının amacı olarak tanımlanmaktadır (Steger ve ark., 2008).

Frankl'a göre anlam bir gerilim yaratır ancak bu gerilim psikolojik sağlık için gereklidir (Karahan ve Sardoğan, 2004). Frankl'a göre insanın gerilim yaşamadan bir dengeye ihtiyacı yoktur tam aksine amaçları uğruna mücadele etmeye, çabalamaya gereksinimi vardır (Altıntaş ve Gültekin, 2005).

Frankl'ın insanı içten iten dürtüler ile insanı dışarıdan çeken anlam arasında yaptığı ayırım dikkat çekicidir. Buradaki fark, dürtü ile çaba arasındadır. İnsan, kendisini çağıran bir amaca yönelmekte ve bu amaç için çabalamaktadır. Frankl'a göre anlam bireyin içinde değil aksine dış dünyadadır (Akt. Bahadır, 2000).

Anlam dört boyutta incelenebilir. Birincisi rahatlama, sakinlik ve dinginlik duygusuna karşılık gelen pozitif duygular, huzur ve ruhsal barış hissini içerir. İkinci boyut, kişinin kendi yaşamından beklediği anlam, şimdi ve gelecekte kişinin yaşamından duyduğu tatmin hissi ve düşüncesinden meydana gelir. Bu, yaşamda bir yöne ve gelecek amaçlara doğru bir bakış açısıdır. Aynı zamanda bu, iyi bir insan olmayı ve kişinin kendisi hakkındaki öğrenmeleri gibi kişisel büyümeyi işaret eder. Üçüncüsü, anlam kişinin manevi yaşamına katkı sağlayabilir. Bu dini inançlardan bağımsızdır. Dördüncü boyut anlamın yoksunluğu ve kaybı, negatif duyguları, konfüzyonu ve yaşam değerinin kaybını ifade eder (Jim ve Andersen, 2007).

Frankl (2009) insanın, hangi koşullar altında olursa olsun, yaşamının anlamını asla yitirmediğini söyler. Frankl'a göre yaşamın anlamı acı çekmeyi de ölmeyi de yoksunluğu da kapsar.

Kişi aradığı anlamı bulduğu zaman bu durum kişiyi sadece mutlu etmez hayattaki güçlüklerle karşı durabilme becerisi de kazandırır (Ryff ve Singer, 1998). “Bireyin umutsuz anlam arayışı boşa çıktığı zaman ne olur?” sorusuna Frankl bu durumun öldürücü olabileceği cevabıyla karşılık verir (Frankl, 2009).

Yaşamın anlamı yaratılmaz, yaşamın anlamı ancak bir arayışa girmek şartıyla bulunabilir. Yaşam anlamının farkında olunmasa da anlam, bulunduğumuz her an ve her yerde birçok biçim ve formda bulunmaktadır. Yaşamın anlamının ne olduğu sorusu sorulmadan önce, ne yaptığımız, ne için yaptığımız, yaşadığımız hayatın, işimizin bizim için anlamının ne olduğu soruları cevaplanmalıdır. Yaşadığımız her gün anlamlı cevaplarla doludur. Ancak bu anlamlar, bir süre durup anlama gerekli değer verilerek fark edilir. Anlamı algılamak ve kavrayabilmek için bulunulan yerde ve anda tam olarak olunmalıdır. Ev ve iş yaşamındaki çılgın tempo ve hareket yoğunluğu varlığın doğasını zorlamaktadır. Eğer varlığı aramak için bu tempoya bir ara verilmezse anlam ulaşılmaz bir rüyaya dönüşür. Anlam en basit tanımıyla dünyadaki yaşamın ritmidir ve bizim için her an ulaşılabilir (Pattakos, 2010).

2.3.1. Yaşamın Anlamı ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Chamberlain ve Zika (1988) sadece kadın çalışma grubu ile yaptıkları araştırmada iyi oluş ile dinseliliğin yaşamın anlamıyla ilişkisini araştırmışlardır. Araştırma sonucunda dinselilik ve yaşamın anlamı ölçekleri arasında düşük düzeyde ilişki bulunmuştur.

Zika ve Chamberlain (1992) yaptıkları çalışmada yaş ortalaması yirmi dokuz olan anne ve altmış yaş üstü 137 kişi ile yaşamın anlamı ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Yaşamın anlamını ölçen ölçme araçları puanları ile psikolojik iyi oluş arasında yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur.

Lindeman ve Verkasalo'nun (1996) demografik değişkenlere göre yaşamın anlamı ve benlik saygısı değişkenini inceleyen çalışmalarına farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile itfaiyecilerle öğretmenleri katılmıştır. Karşılaştırma grubu olarak da hemşirelik öğrencileri ve sosyal çalışma bölümünde

öğrenim gören öğrencilerden veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda itfaiyeci eğitimcilerinin deneyimledikleri anlam düzeyleri psikoloji, hemşirelik, sosyal çalışma bölümü öğrencilerinden daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca deneyimlenen yaşamın anlamı ile benlik saygısı arasında yüksek ilişki saptanmıştır. Ek olarak, farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin anlam deneyimi düzeylerinin farklılaştığı ve eğitim düzeyi arttıkça (buldukları sınıf düzeyi yükseldikçe) deneyimlenen anlamın arttığı belirlenmiştir.

King ve Napa (1998) 104 üniversite öğrencisi ve 264 yetişkinde nelerin iyi bir yaşamı sağladığını araştırmışlardır. Bu çalışmada iyi oluş kavramı yerine iyi yaşam kavramı ele alınmıştır. Araştırma sonucunda yaşamda anlam deneyimi ve mutluluğun iyi bir yaşamın göstergeleri olduğu bulunmuştur. Ancak para faktörünün iyi bir yaşamın göstergesi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Edwards ve Holden (2001) yaşamın anlamı ve baş etme stratejilerinin intihar belirtilerini yordamasını ele almışlar, aralarında intihar düşüncesine de sahip olan 298 üniversite öğrencisine anlamı ölçen iki ölçek vermişlerdir. Bulgular yaşamın anlamı ile intihar belirtileri arasında negatif yönde ilişki olduğunu göstermektedir. Baş etme becerileri ve intihar belirtileri arasındaki ilişkinin yaşamın anlamı için tampon görevi gördüğü varsayımı ise sadece kadın katılımcılar için geçerli bulunmuştur. Sonuç olarak yaşamın anlamı ve baş etme değişkenlerinin her intihar belirtisi için yordayıcı olmadığı saptanmıştır. Yaşamın anlamı ile intihar eğilimi ve depresyon arasında da ciddi ilişkiler bulunmuştur.

Scannell ve arkadaşları (2002) yaş ortalaması 37 olan 83 yetişkin ile yaptıkları çalışmada pozitif ve negatif iyi oluşla yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi bilişsel ve duyuşsal anlam açısından incelemişlerdir. Araştırma sonucunda cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Duyuşsal anlamla ilgili yaşa göre bir fark bulunmamışken, bilişsel anlam için daha genç grup yaşlı gruptan daha düşük puan almıştır. Bir negatif (depresyon) ve iki pozitif özellik (mutluluk ve spiritüel iyi oluş) olmak üzere üç faktör bilişsel anlamı yordamıştır. Üç pozitif iyi oluş da (mutluluk, spiritüel iyi oluş ve benlik saygısı) duyuşsal anlamı yordamıştır. İyi oluşun göstergeleri olan ölçeklerin kullanıldığı çalışmada iki farklı regresyon analizi sonuçları karşılaştırılmış olup, iyi oluşun bilişsel anlamdan çok duyuşsal anlamla ilgili olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak hem bilişsel hem de duyuşsal anlam iyi

oluşla ilişkili olarak değerlendirilmesine rağmen anlamın hissedilmesinin (duyuşsal) anlamın yapısından daha önemli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Hensler McGinnis (2004) tarafından gerçekleştirilen araştırmada boylamsal ve nitel araştırma yöntemi olan gömülü teori yöntemi ile 12 kadının kariyer ilerlemesine yaşam anlamının ve rol modellerinin katkıları incelenmiştir. Katılımcılar yaşamın anlamının kaynağı olarak aile, kariyer, eğitsel ve entelektüel büyüme, özerklik ve arkadaşlığı belirtmiştir. On yıl süresince yaşamda anlam yükledikleri şeyin değişip değişmediği sorusu sorulan katılımcıların çok azı yaşam anlam kaynaklarının değişmediğini birçoğu ise yaşam anlam kaynaklarının değiştiğini ifade etmiştir. Bazıları başlangıçta kariyer ve eğitimi önemserken on yıl sonunda aile ve arkadaşlığa öncelik verdiğini, bazılarının ise on yıl süresince yaşam anlam önceliğinin sürekli değiştiğini ilk önce akranları arasında popüler olmanın önemli olduğu, sonrasında para ve kariyerin, daha sonra kariyer ve ilişkilerin şu anda ise aile ilişkilerin önemli olduğunu ifade etmiştir. Araştırmada kadınların hırs ve bağlılıkları vurgulanmakla beraber kadınların aile yaşantılarını, kariyerlerini, eğitimsel deneyimlerini, arkadaşlıklarını ve kendilerine ait özerkliklerini getirdiği görülmüştür. Rol modellerin, kadınların eğitsel ve kariyer seçeneklerini etkilediği ve bu rol modellerinin de anne-baba, kardeşler, diğer aile üyeleri, eğitimciler ve meslektaşlardan oluştuğu görülmüştür.

Westerhof ve Bohlmeijer (2004) yaptıkları deneysel çalışmada 57 yaşlıya hatıraları anma programı ile kişisel anlam düzeylerini yükseltmeleri ve depresif belirtilerinin azaltılması amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda program uygulanan grubun karşılaştırma grubu ile yaşamın anlamının kaynakları açısından farklılaştığı bulunmuştur.

Steger ve Kashdan (2007) psikoloji öğrencileri ile yaşamın anlamı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, etnik köken) açısından bir fark bulunmamıştır. Yaşamın anlamı ölçeğinin alt boyutları ve yaşam doyumu arasında ilişki bulunmuş olup yaşamın anlamı arasındaki ilişki pozitif iken anlamın aranmasıyla ilgili ilişki negatif yönde olmuştur.

Jaarsma ve arkadaşları (2007) tarafından yapılan çalışmada psikolojik iyi olma ile yaşamın anlamı arasında ilişki olduğu görülmüştür. Aynı zamanda aynı

çalışmada yaşamın anlamı dışa dönüklük, uyumluluk, dürüstlük gibi kişilik özellikleri ile pozitif; nevrotiklik ile negatif ilişkili bulunmuştur.

Steger ve arkadaşları (2008) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada mevcut yaşam anlamı varlığına yönelik alt boyut ile psikolojik iyi oluşun alt boyutu olan yaşamda amaçlar ve kendini kabul arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş olup, diğer alt boyutlarla yüksek düzeyde ilişki bulunmamıştır. Mutsuz geçmiş, belirsiz gelecek ve düşük düzeyde psikolojik iyi oluşun aranan yaşam anlamı düzeyini arttırdığı bulunmuştur. Tüm araştırma sonucunda, aranan yaşam anlamının önemli bir fonksiyon olduğu ancak iyi oluşla daha az derecede ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca aranan yaşam anlamının kişilik özelliklerinden farklı olarak değerlendirilmesi gereken ayrı bir yapı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Schlegel ve arkadaşları (2009) gerçek benlik imajı ile yaşamda anlama ilişkin çalışmalarını beş farklı aşamada gerçekleştirmişlerdir. Bu çalışmalarda gerçek benlik imajı, yaşamda anlam ve buna ek olarak duygu-durum ile farklı kişilik özelliklerinin ölçülmesi amaçlanmıştır. Tüm çalışmalarda gerçek benlik imajı, yaşamda anlamın geliştirilmesiyle pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca yapılan son çalışmada gerçek benlik imajının yaşamda anlamın artırılmasına kılavuzluk ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Demirbaş (2010) yaşamda anlam ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması, üniversite öğrencilerinde yılmazlık düzeyleri ile yaşamda anlam düzeyleri arasındaki ilişkinin irdelenmesi ve yaşamda anlamın üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine, yaşlarına, öğrenim gördükleri fakülteye göre anlamlı olarak farklı olup olmadığını incelemiştir. Analizler sonucunda Türk kültürüne uyarlanan yaşamda anlam ölçeğinin yeterli düzeyde geçerlilik ve güvenilirlikte olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yılmazlığın iki alt boyutu olan toparlanmaya yönelik kişisel güçlü yönler ve kendine yönelik olumlu değerlendirmeler ile yaşamda anlamın alt boyutları olan yaşamda anlamın varlığı ve aranması arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Yılmazlığın alt boyutu olan yeniliklere açık olma ve yaşamda anlamın alt boyutları olan yaşamda anlamın varlığı ve aranması arasında ise anlamlı ilişki tespit edilememiştir. Yaşamda anlam öğrencilerinin yaşlarına, cinsiyetlerine ve fakültelerine göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

Arda (2011) yaptığı çalışmada kanser hastalarında yaşamda anlamı ve yaşamda anlamla ilişkili olabilecek demografik özellikler, hastalık değişkenleri, stresle başa çıkma tarzı, algılanan sosyal destek, yaşam kalitesi, depresyon ve psikopatolojik eğilimler arasındaki ilişkiyi sağlıklı bireylerle karşılaştırarak incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre kanser hastaları ile sağlıklı bireyler arasında yaşamda anlam düzeyleri açısından anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Kanser hastalarında ve sağlıklı bireylerde yaşamda anlam ile ilişkili olabilecek diğer değişkenlerin arasındaki ilişkiye bakıldığında; kanser hastalarında yaşamda anlam ile algılanan sosyal destek, problem odaklı başa çıkma, yaşam kalitesi pozitif yönde ilişkili bulunmuşken; depresyon ve psikopatolojik eğilimler negatif yönde bir ilişki içinde bulunmuştur. Sağlıklı grupta yaşamda anlam ile diğer değişkenler arasındaki ilişkiler de benzer yönde tespit edilmiştir.

Taş (2011) araştırmasında öğretmenlerde iç-dış kontrol odağı, sosyal karşılaştırma, yaşam doyumu ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda yaşam anlamının mevcut anlam alt boyutu ile sosyal karşılaştırma ve yaşam doyumu arasında pozitif; iç-dış kontrol odağı arasında negatif ilişki olduğu saptanmıştır. Öğretmenlerin yaşam anlamlarının mevcut anlam alt boyutunun yaş, cinsiyet, meslekteki çalışma süresi, medeni durum ve eğitim durumu açısından anlamlı farklılıklar göstermediği saptanmıştır. Öğretmenlerin yaşam anlamlarının aranan anlam alt boyutunun medeni durum ve cinsiyet açısından anlamlı farklılık gösterdiği; eğitim durumu, yaş ve meslekte çalışma süresi açısından anlamlı farklılıklar göstermediği saptanmıştır. Öğretmenlerde yaşam doyumunun cinsiyet açısından anlamlı farklılık gösterdiği; yaş, medeni durum, eğitim durumu ve meslekteki çalışma süresi açısından anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Öğretmenlerde sosyal karşılaştırmanın eğitim durumu, cinsiyet açısından anlamlı farklılık göstermediği; yaş, medeni durum ve meslekteki çalışma süresi açısından anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Öğretmenlerin iç-dış kontrol odağı meslekteki çalışma süresi, yaş, cinsiyet açısından anlamlı farklılık gösterdiği; medeni durum ve eğitim durumu açısından anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır.

Bektaş (2012) araştırmasında otomotiv sektöründe çalışan orta ve üst düzey yöneticilerde iş tatmini ve motivasyonun yaşamın anlamı üzerindeki etkisini incelemektedir. Sonuç olarak yaşam anlamının mevcut anlam alt boyutu ile iş tatmini ve içsel motivasyon arasında pozitif; dışsal motivasyonla ise negatif ilişkili olduğu

tespit edilmiştir. Buna ek olarak yöneticilerin mevcut anlam düzeyinin medeni durum ve cinsiyet açısından anlamlı farklılık gösterdiği; yaş, toplam çalışma süresi, eğitim durumu, aylık ücret ve kurumdaki çalışma süresi açısından anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Yöneticilerin iş tatmini ile yaşam anlamlarının aranan anlam alt boyutu arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Buna ek olarak yöneticilerin aranan anlam düzeyinin eğitim durumu, toplam çalışma süresi ve aylık ücret değişkenleri açısından anlamlı farklılık gösterdiği; cinsiyet, yaş, medeni durum, kurumdaki çalışma süresi açısından anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.

Dursun (2012) üniversite öğrencilerinde yaptığı çalışmada iyimserlik, yaşamın anlamı, stresle başa çıkma stilleri ve umudun katkısının öznel iyi oluşu yordama üzerindeki rollerini belirlemeye çalışmıştır. İlk analizde; iyimserlik, umut ölçeğinin her iki alt ölçeğinin olumlu duygulanımı olumlu ve anlamlı olarak yordadığını; modele araçsal ve duygusal destek başa çıkma stili eklendiğinde ise açıklanan varyans üzerinde %05 düzeyinde anlamlı bir yükseliş olduğu bulunmuştur. İkinci analizde; yaşamın anlamı anketinin her iki alt ölçeği, iyimserlik, umut ölçeğinin yalnızca amaca güdülenme alt boyutunun yaşam doyumunu anlamlı olarak yordadığı; modele araçsal ve duygusal destek başa çıkma stili eklendiğinde ise açıklanan varyans üzerinde %01 düzeyinde anlamlı bir yükseliş olduğu bulunmuştur.

Yeniçeri (2013) çalışmasında hayatta anlam bulabilmenin ilişkili ve kendileşme benlik yönelimlerinin her iki iyi oluş türü üzerinde kısmi bir rol oynadığını, hayatta anlam arayışının ilişkili benlik yönelimi ile öznel ve psikolojik iyi oluş arasında negatif yönde kısmi aracı rolü olduğunu, dinsel ve dinsel arayış değişkeninin hayatta anlam varlığını, hayatta anlam varlığının da öznel ve psikolojik iyi oluşu yordadığını bulgulamıştır.

Yüksel (2013) üniversitede öğrenim gören öğrenciler ile yaptığı çalışmada genç yetişkinlerin sahip oldukları tutkulu, oyun gibi, arkadaşça, mantıklı, sahiplenici, özgeci aşk tutumları ile sahip oldukları mevcut yaşam anlamı ile aranan yaşam anlamı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonucunda genç yetişkinlerin sahip olduğu aşk tutumları alt boyutları ile yaşamın anlamı alt boyutları arasında ilişki olduğu görülmüştür. Genç yetişkinlerdeki yaşamın anlamı ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişki de incelenmiştir. Buna göre yaşamın anlamının algılanan sosyoekonomik düzey, cinsiyet ve ebeveyn birlikteliği ya da ayrı oluşuna

göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bunun yanında genç yetişkinlerdeki yaşamın anlamının doğum sırasındaki konuma ve algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Aktaş ve Şimşek (2014) araştırmalarında Türk kültüründe yaşam doyumu ile yaşamın anlamı algısını, Neşet Ertaş türküleri örnekleminde analiz etmektedirler. Sonuçlara göre, 131 adet türkü üzüntü ve 68 adet türkü mutluluk temalarında sınıflandırılmış olup bu bulguların Türk kültüründe yaşamın anlamı ve yaşam doyumu bağlamında mutsuzluğun yaygınlığına ilişkin sonuçlar olarak değerlendirilmektedir.

Baş (2014) araştırmasında üniversite öğrencilerinde yaşamda anlam ve değerler arasındaki ilişkinin incelenmesini hedeflemiştir. Araştırma sonucunda mevcut anlam ile maneviyat, toplumsal değerler, fütüvvet, insan onuru, özgürlük, entelektüel değerler ve kariyer değerleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Mevcut anlam ile materyalistik değerler ve romantik değerler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Aranan anlam ile materyalistik değerler, toplumsal değerler, romantik değerler, kariyer değerleri, özgürlük ve entelektüel değerler arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Maneviyat ile aranan anlam arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. İnsan onuru ile aranan anlam arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Mevcut anlamın yordayıcıları fütüvvet, maneviyat ve materyalistik değerler bulunmuştur. Diğer alt boyutların mevcut anlamı anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Aranan anlamın yordayıcıları maneviyat, romantik değerler ve özgürlük bulunmuştur. Diğer alt boyutların aranan anlamı anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur.

Demirbaş (2014) araştırmasında üst-düzey kişilik ile yaşamda anlam arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların aracılık rolünü test etmiştir. Lise öğrencilerinin üst-düzey kişilik yapıları ile yaşamda anlamın varlığı arasındaki ilişki temel psikolojik ihtiyaçlar aracılığıyla sağlanmaktadır. Lise öğrencilerinin üst-düzey kişilik yapıları ile yaşamda anlam arayışı arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolü yoktur. Ancak esneklik ve yaşamda anlam arayışı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkili bulunmuştur. Yaşamda anlam ile durağanlık arasında ise anlamlı ilişki bulunmamaktadır. Bu model her iki cinsiyet grubunda aynı şekilde geçerlidir.

Çamur (2014) araştırmasında geç ergenlik dönemindeki gençlerde yaşamda anlam ile dindarlık arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır. Sonuçlar cinsiyet, yaşanan yer, öğrenim görülen sınıf, öznel dindarlık ve yaşamda anlam algısının yaşamda anlam varlığını, anlam arayışını ve dindarlığı etkilediğini; ayrıca yaşamda anlam varlığı ile dindarlık boyutları arasında yüksek düzeyde pozitif yönde ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

Yıkılmaz ve Demir Gütül (2015) yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyoekonomik düzeylere göre yaşamda anlam, yaşam doyumunu ve bilinçli farkındalık düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektedirler. Sonuçlar algılanan sosyoekonomik düzeye göre sadece yaşamda anlamın varlığı ve yaşam doyumunu düzeylerinin farklılaştığını göstermektedir. Sosyoekonomik düzeyini düşük algılayanların yaşam doyumunu sosyoekonomik düzeyini hem orta hem de yüksek algılayanlara göre anlamlı düzeyde düşüktür. Yaşamda anlam varlığı puanları bakımından ise sadece kendilerini düşük sosyoekonomik düzeyde algılayanların anlamın varlığı puanlarının kendilerini orta sosyoekonomik düzeyde algılayanlara göre anlamlı düzeyde düşüktür. Ayrıca bilinçli farkındalık ve yaşamda anlamın varlığının yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığını, anlam arayışının ise yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığını göstermektedir.

Kızılırmak (2015) çalışmasında genç yetişkinlerin yaşamda anlam varlığı ve anlam arayışları ile maneviyat düzeyleri ve beş faktör kişilik özelliği arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda genç yetişkinlerin yaşamda anlam varlığı ve anlam arayışı düzeylerinin cinsiyet açısından farklılık göstermediği bulunmuştur. Kişilik özellikleri ile yaşamda anlamın varlığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, yaşamda anlam arayışı sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özelliği ile ilişkili bulunmuştur. Araştırmada elde edilen diğer sonuçlara göre maneviyat alt boyutları ile birlikte yaşamda anlam varlığı varyansının %10'unu, anlam arayışı varyansının %12'sini açıklamaktadır. Kendini aşma, kişiler ötesi özdeşim ve manevi kabullenme değişkenlerinin anlam varlığı düzeyini yordadığı ve kişiler ötesi özdeşim ile anlam varlığı arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca genç yetişkinlerin kendini aşma düzeylerinin anlam arayışı düzeylerini yordadığı, bireylerin kendini aşma, kişiler ötesi özdeşim ve manevi kabullenme düzeyleri ile anlam arayışları arasında negatif ilişki olduğu görülmüştür.

Ünal (2015)'in araştırmasında öğretmenlerin mesleki bağlılıkları üzerinde iş doyumunu, yaşam doyumunu ve yaşam anlamı değişkenlerinin etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre yaşam anlamı medeni duruma göre farklılaşmakta olup diğer değişkenlere göre farklılık göstermemektedir. Araştırmada incelenen dört değişken arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı saptanmıştır. Ayrıca iş doyumunu, yaşam doyumunu ve yaşam anlamının birlikte mesleki bağlılığı anlamlı bir biçimde yordadığı belirlenmiştir.

Söylemez (2016) çalışmasında manevi zekâyı yaşamın anlamı ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak incelemektedir. Araştırma sonucunda manevi zekâ ile yaşamın anlamı ve yaşam doyumunu arasında sırasıyla .365 ve .219 değerinde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Regresyon analizi sonucunda da manevi zekânın yaşamın anlamı üzerindeki etkisi 0.133 ve manevi zekânın yaşam doyumunu üzerindeki etkisi de 0.048 olduğu görülmüştür.

Topuz (2016) araştırmasında genç yetişkinlerde din ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Sonuç olarak alınan din eğitiminin yaşamın anlamına ulaşmaya katkı sağladığını ve yaşamın mevcut anlamını açıklamada dinî şuur düzeylerinin etkili olduğunu göstermektedir. Yaşamın mevcut anlamını açıklamada en önemli bağımsız değişken dinî şuur değişkenidir. Dinî değer, dinî bilinç ve dinî davranış ile yaşamın mevcut anlamı arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Bunun yanında ilahiyat fakültesi öğrencilerinin yaşamın mevcut anlamını diğer fakülte öğrencilerine göre daha yüksek düzeyde hissettikleri anlaşılmaktadır. Analiz sonuçları ayrıca, yaşamda aranan anlamı açıklamada dinî şuur düzeylerinin etkili olmadığını; bununla birlikte, yaşamda aranan anlam ile dinî bilinç düzeyi arasında anlamlı ve negatif ilişkilerin olduğunu göstermiştir.

2.4. YAŞAM DOYUMU

Yaşam doyumunu kavramını ilk olarak Neugarten ortaya atmıştır. Yaşam doyumunu “bir insanın beklentileri ile elinde olanların karşılaştırılması ile elde edilen durum ya da sonuçtur.” Yaşam doyumunu, “kişinin amaçlarına ulaşmadaki bireysel değerlendirmelerinin ürünüdür. Bu kavram “belirli bir duruma ilişkin bir doyum değil, genel olarak tüm yaşantılardaki doyumunu” ifade eder. “Moral, mutluluk ve benzeri açılardan iyi olma halini” ifade eder (Karataş, 1988).

Yaşam doyumunu genel olarak “kişinin kendi yaşamından duyduğu memnuniyeti” ifade etmektedir (Telman ve Ünsal, 2004). Çivitçi (2009), yaşam

doyumunu “bireyin kendi yaşamından bütün olarak ya da aile, arkadaş, yaşanılan çevre gibi belirli yaşam alanları açısından hoşnut olup olmadığına ilişkin yaptığı genel bilişsel değerlendirmeler” olarak değerlendirmektedir. Diğer bir tanımda yaşam doyumunu, “kişinin hayatının belli bir noktası hakkındaki duygu ve tutumlarını içeren ve pozitiften negatife doğru değişen genel bir değerlendirmesi” olarak tanımlanmaktadır (Özmete, 2011). Aynı zamanda, “kişinin mutluluğunun ve refahının sübjektif ve açık bir değerlendirmesi” olarak da ifade edilmektedir (Yiğit ve ark., 2011). Ünal (2011) ise yaşam doyumunu “bireyin kendi kültürü ve değerler sistemi içinde kendi durumunu algılayış biçimi” olarak görmektedir.

Yaşam doyumunu duyusal ve bilişsel değerlendirme olarak ele alınmaktadır. Duyusal değerlendirme kişinin belirttiği duygulanım yaşantılarının sıklığını ifade etmektedir. Bilişsel değerlendirme ise kişinin bütün olarak yaşam doyumunu bilişsel çerçeveden değerlendirmesidir (Sahranç, 2007).

Yaşam doyumunu kişinin geçmişteki, şu andaki ve gelecekteki doyumunu, yaşamını farklılaştırma isteğini ve yakınlarının onun yaşamı hakkındaki görüşlerini içermektedir. Doyum alanları iş, serbest zaman, aile, benlik, para, sağlık ve kişinin yakın çevresidir (Diener ve ark., 1999).

Neugarten, yaşam doyumunu belirlemek için beş kriter kullanmaktadır (Karataş, 1988). Bunlar:

- Bireyin günlük yaşam akışı içerisindeki faaliyetlerden zevk alması,
- Bireyin geçmişte yaşadıklarının sorumluluğunu üstlenmesi, bireyin yaşam hedeflerinin olması ve birey için yaşamın anlamlı algılanması,
- Bireyin belirlediği hedeflere ulaştığı inancını gütmesi,
- Bireyin kendisini değerli bir varlık olarak görmesi
- Bireyin genel olarak hayata karşı iyimser bir bakış açısı içinde olmasıdır.

Yaşam doyumunu tüm yaşam alanları ile ilgili oluşundan dolayı yaşam doyumunu etkileyen faktörler de çok çeşitlilik göstermektedir. Yaşam doyumunu etkileyen faktörlere dikkat çeken birçok araştırmacı bulunmaktadır. Aşağıda yaşam doyumunu etkileyen faktörleri ele alan bazı araştırmalar verilmiştir.

Flanagan (1978)’ın belirttiği yaşam doyumunu etkileyen faktörler ise şöyle sıralanabilmektedir.

- Yakınında bulunan kişiler ile olan ilişkiler,
- Kendine olan güven,
- Çocuk sahibi olma ve çocuğunu yetiştirme,
- Eşler arasındaki ilişkide var olan içtenlik,
- Diğer insanlar için faydalı olabilme,
- Yerel etkinliklere katılma,
- Öğrenme sürecinde faal olma,
- Kendini tanıma,
- İş sahibi olma,
- Sosyalleşme,
- Kenidini eğlendirecek aktivitelerle uğraşma biçimindedir.

Bireylerin yaşam doyumunu etkileyen unsurlar ile ilgili şu şekilde bir sıralamadan da bahsedilebilir (Keser, 2005):

- Günlük yaşam akışı içinde mutlu olmak
- Hayatı anlamlı olarak görmek
- Hedeflerine ulaşmada uyum
- Pozitif bireysel kimlik,
- Bedenen kişinin kendisini iyi hissetmesi,
- Ekonomik, güvenlik ve sosyal ilişkiler.

Yaşam doyumunun bazı değişkenlerle ilişkisine bakacak olursak; birçok araştırmada cinsiyete göre mutluluk ya da doyum açısından çok az bir farkın varlığından söz edilebilmektedir (Yetim, 1991). Bunun yanında yapılan birçok çalışmada da kadınların iş ve yaşam doyumlarının erkeklerden daha yüksek olduğu görülmektedir (Özdevecioğlu, 2004). Yapılan çalışmalarda kariyer tatmininin yaşam doyumunu zaman zaman olumlu yönde etkilediği, kimi zamanda örneklem grubuna göre çok etkisinin olmadığı gözlemlenmektedir (Çakmak Doruk, 2008). Bazı araştırmalar eğitim düzeyine göre yaşam doyumunda farklılaşmanın olmadığını saptarken bazıları kadınlar açısından eğitilmiş olmanın yaşam doyumunu üzerinde olumlu etkilere sahip olduğunu saptamaktadırlar. Bir meta analiz çalışmasında, yaşam doyumunu ile yaş arasındaki korelasyonun sıfıra yakın olduğunu sonucuna ulaşılmıştır. Çeşitli çalışmalar ise bireylerin evli olmalarının yaşam doyumunu ile anlamlı ilişkisinin olmadığını sonucuna ulaşımlardır (Yetim, 1991).

2.4.1. Yaşam Doyumu ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Homel ve Burns (1989) yaptıkları araştırmada aile ortamının ev, sokak ve mahalle düzeylerinin çocukların yaşam doyumuna olan etkisini incelemiştir. Sonuçlara göre mahalle değişkenine ait puan, toplam yaşam doyum puanı varyansının % 3,3'ünü açıklamıştır ve ayrıca arkadaş ve aile ile doyumun anlamlı bir yordayıcısıdır. Bunun yanında mahalle sorunları arttığında yaşam doyumunu düşmekte, çocuklara yetersiz bakımın olduğu evlerde yaşam doyumunu düşmekte ve düşük gelirli ailelerin çocuklarının yaşam doyumları daha düşük düzeyde bulunmaktadır.

Huebner (1991) çocuklarda yaşam doyumunu incelemiştir. Sonuçlara göre yaşam doyumundaki bireysel farklılıklar, kişilik özellikleri ile ilişki göstermesine rağmen sosyodemografik değişkenlerle ilişki göstermemiştir. Yüksek yaşam doyumuna sahip öğrenciler iç denetim odağı, yüksek benlik saygısı ve dışa dönüklük gösterirken; daha düşük düzeyde kaygı ve nörotiklik göstermişlerdir.

Gitmez ve Morçöl (1994) yaptıkları araştırmada yaşam doyumunu ile sosyoekonomik düzey arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuç olarak en düşük yaşam doyumunu en alt sosyoekonomik düzeyde olanlarda; orta düzeyde doyum orta düzey sosyoekonomik düzeyde olanlarda; en yüksek yaşam doyumunu ise en üst sosyoekonomik düzeyde olanlarda bulunmuştur.

Huebner ve arkadaşları (1999) yaptıkları araştırmada ortaokul öğrencilerinde yaşam doyumunu ve benlik saygısı üzerinde çalışmışlardır. Sonuç olarak çocukların akademik yeterlilik algıları, yaşam doyumundan ziyade daha fazla benlik saygısıyla ilişki göstermiştir; buna karşın çocukların aile ilişkilerinin kalitelerini algılamaları, yaşam doyumuyla en güçlü ilişki göstermiştir.

Selçukoğlu (2001) çalışmasında araştırma görevlilerinde yaş, cinsiyet, bölüm, kıdem, öğrenim seviyesi, medeni hal bağımsız değişkenlerinin tükenmişlik düzeyi, yalnızlık ve yaşam doyumuna etkisini tespit etmektedir. Araştırma kadın araştırma görevlilerinin, erkek araştırma görevlilerine nazaran daha fazla duygusal tükenme hissi yaşadıklarını tespit etmiştir. En yüksek duyarsızlaşma düzeyi 20-24 yaş grubunda gözükürken, en düşük duyarsızlaşma 30-34 yaş grubu araştırma görevlilerinde görülmüştür. Kadın araştırma görevlilerinde kişisel başarı düzeyi, erkek araştırma görevlilerine göre daha yüksek bulunmuştur. Yalnızlık duygusunu en çok hissedenlerin bekâr araştırma görevlileri olduğu görülürken, yaşam doyumunu

düzeylerinin incelenmesinde ise sayısal ve sözel bölümde çalışan araştırma görevlileri arasında bir fark bulunmamıştır.

Ünal ve arkadaşlarının (2001) çalışmasında yaşam doyumu evlilerde bekârlara göre, kadınlarda erkeklere göre, aylık gelirlerini yeterli bulanlarda yeterli bulunmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca bireyin iş doyumunu arttıracak ve tükenmeyi azaltacak girişimlerde bulunmasının, mutluluğa ve yaşam doyumuna katkıda bulunacağı saptanmıştır.

Gilman (2001) ergenlerde sosyal ilgiler, ders dışı etkinlikler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Sosyal ilgiler yaşam doyumu ile yüksek düzeyde ilişki göstermiştir. Ders dışı etkinliklere daha fazla katılan ergenler daha yüksek düzeyde yaşam doyumu göstermişlerdir.

Aysan ve Bozkurt (2004)'un okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumu ile ilgili yaptıkları araştırmada medeni durum, sorunları olduğunda psikolojik yardım alıp almama durumları, mesleklerini isteyerek seçip seçmemeleri, kıdem, mesleklerini severek ve isteyerek devam ettirip ettirmedikleri ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bunun yanında çalışma ortamından memnun olup olmama durumuna, meslek yaşamındaki başarılarını algılamalarına, mezun olunan kurumda kazandırılan bilgi ve becerileri yeterli bulup bulmama ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir.

Keser ve Yılmaz (2006) Türkiye'de görev yapan akademisyenlerin iş doyumunun yaşam doyumlarına etkisini araştırdıkları çalışmalarında şu sonuçları elde etmişlerdir: Kadın akademisyenlerin yaşam ve iş doyumu düzeyleri, erkek akademisyenlere göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. 41-50 yaş grubundaki akademisyenlerin iş doyumları diğer yaş gruplarındaki akademisyenlere göre daha yüksektir. Doçentlerin iş doyumları, araştırma görevlilerine göre olumlu yönde anlamlı farklılık göstermiştir.

Gilman ve Huebner (2006) yaptıkları araştırmada yüksek yaşam doyumuna sahip ergenlerin özelliklerini incelemişlerdir. Yaşam doyumu ile ebeveyn ilişkileri, yüksek not ortalaması, kişilerarası ilişkiler, umut, benlik saygısı, öğretmenlere karşı tutum, okula karşı tutum arasında olumlu ilişki bulmuşlardır; fakat sosyal stres, depresyon, kaygı ve dış denetim odağı arasında olumsuz yönde ilişki tespit etmişlerdir. Çok yüksek yaşam doyumu düzeyine sahip ergenler, daha düşük yaşam

doyumunu düzeyine sahip ergenlerden tüm ölçümlerde benlik saygısı, umut ve iç denetim odağında daha yüksek puanlar alırlarken kaygı, sosyal stres, depresyon ve öğretmenlere yönelik olumsuz tutumlara ilişkin ölçümlerde ise ortalamanın altında puanlar almışlardır.

Vurgun ve arkadaşları (2006) beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeyleri ile yaşam doyumlarını incelemiştir. Öğretmenlerinin hem yaşam doyumları hem de tükenmişlik düzeyleri cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır. Ayrıca çalıştıkları okulda spor salonuna olan öğretmenlerinin, yaşam doyumunu daha yüksek çıkmıştır.

Çeçen (2007) üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu ve cinsiyete göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerini incelemiştir. Sonuçlara göre erkekler kızlara göre daha fazla duygusal yalnızlık çekmekte ayrıca yaşam doyumunu düşük olanların da yüksek olanlara göre daha fazla duygusal yalnızlık çektiği görülmektedir.

Tuzgöl Dost (2007) çalışmasında üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeylerini cinsiyet, algılanan ekonomik durum, algılanan akademik başarı, gelecekte beklenen, algılanan anne-baba tutumu, yalnızlık ve dini inanç değişkenlerine göre incelemektedir. Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeyleri cinsiyet, algılanan ekonomik durum, algılanan akademik başarı, dini inanç gelecekte beklenen ve yalnızlık değişkenlerine göre farklılaşmaktadır.

Şahin (2008) çalışmasını beden eğitimi öğretmenleri üzerinde yapmıştır. Araştırma, öğretmenlerin yaşam doyumunu ve tükenmişlik seviyeleridir. Araştırma sonucunda, devlet okullarında çalışan beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam doyumunu seviyelerinin daha düşük olduğu ve daha çok tükenmişlik sorununa sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca beden eğitimi öğretmenliğini bilinçli olarak tercih edenlerin tükenmişlik durumunun düşük olduğu, yaşam doyumunun ise daha yüksek seviyede olduğu saptanmıştır. Bununla beraber okul materyallerinin eksikliği, spor salonlarının eksikliği gibi durumlar da tükenmişliği arttırmada, yaşam doyumunu ise azaltmaktadır. Ayrıca yaş ilerleyen beden eğitimi öğretmenlerinin başarı seviyelerinin arttığı saptanmıştır. Bu da yaşam doyumunu seviyesini arttırmaktadır. Son husus ise, öğretmenlerin ders çokluğunun bu iki değişken üzerinde bir etkisi olmadığıdır.

Dilmaç ve Ekşi (2008) öğrenciler üzerinde benlik saygısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Sonuç olarak öğrencilerin benlik saygısı ile yaşam doyumları arasında orta düzeyde ve pozitif anlamlı ilişki saptanmıştır. Ayrıca yaşam doyumuna ilişkin varyansın % 72'sinin öğrencilerin sosyoekonomik düzeyi ile açıklandığı görülmüştür.

Çeçen (2008) araştırmasında yaşam doyumunun yordanmasında aile bütünlük duygusu, bireysel bütünlük duygusu ve benlik saygısı değişkenlerinin ne düzeyde katkıda bulunduğunu belirlemeye çalışmıştır. Sonuçlara göre yaşam doyumu ile benlik saygısı ve bireysel, ailesel bütünlük duygusu arasında olumlu yönde orta ve görece olarak güçlü düzeyde ilişkiler olduğu görülmüştür. Yaşam doyumunu yordamaya ilişkin ele alınan tüm değişkenlerin toplam varyansın %40'ını açıklamıştır. Yaşam doyumunu yordamaya en fazla katkıda bulunan değişkenin bireysel bütünlük duygusunun alt boyutu olan anlaşılabilirlik boyutu olduğu bu değişkeni sırasıyla aile bütünlük duygusu, benlik saygısı, yönetilebilirlik ve anlamlılık değişkenlerinin izlediği saptanmıştır.

Oktan (2008) araştırmasında üniversite sınavına hazırlanan gençlerin psikolojik sağlamlıklarını; sınava kaçınıcı kez girdiklerine, cinsiyete, problem çözme becerilerine ve yaşam doyumlarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemiştir. Sonuç olarak yaşam doyumu düzeyine göre psikolojik sağlamlığın anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Ho ve arkadaşları (2008) yaptıkları çalışmada ergenlerde yaşam olayları, kişilik özellikleri ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Sonuç olarak yaşam doyumu ile olumsuz yaşam olayları arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Bunun yanında yaşam doyumunun yordanmasında, kişilik özelliklerinin üzerindeki olumsuz yaşam olaylarının kısmi bir arabulucu etkisinin olduğunu göstermiştir.

Siyez ve Kaya (2008) farklı sosyometrik statülerdeki öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmalarında popüler öğrencilerin yaşam doyumları reddedilen ve ihmal edilen öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olarak bulunmuştur.

Bilge ve arkadaşları (2009) Aile Mahkemesi'nde çalışan sosyal hizmet uzmanı, psikolog ve pedagoğun yaşam doyumları, meslek doyumları ve ilişkilere yönelik akılcı olmayan inançlarını incelemişlerdir. Sonuçlara göre uzmanların yaşam

doyumları ve meslek doyumları arasındaki ilişki yüksek ve anlamlı çıkmıştır. Bunun yanında kadınların erkeklere göre yaşam doyumunu daha yüksek çıkmıştır. Ayrıca alt düzeyde sosyoekonomik düzeye sahip uzmanların yaşam doyumunu daha yüksek bulunmuştur.

Çivitçi (2009) araştırmasında ilk ergenlik evresindeki öğrencilerin bazı kişisel ve ailesel özelliklerinin en çok aile doyumunu ile ilişkili olduğu; bunu sırasıyla genel yaşam doyumunu, benlik, okul, arkadaş ve yaşanan çevre doyumununun izlediği görülmektedir. Sınıf düzeyi, algılanan anne-baba tutumları ve algılanan akademik başarı, diğer bağımsız değişkenlere göre daha fazla sayıdaki yaşam doyumunu boyutuyla ilişkili bulunmuştur.

Dingiltepe (2009) boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yaşam kalitesi ile yaşam doyum düzeylerini karşılaştırmıştır. Sonuç olarak boşanmış aileye sahip öğrencilerin yaşam doyumunu boşanmamış aileye sahip öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerine göre anlamlı derecede düşük bulunmuştur.

Kırtıl (2009) ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin yaşam doyumları ile duygusal zekâları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuç olarak duygusal zekâ alanları ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yaşam doyumunu ortalamalarında ve genel duygusal zekâ ortalamalarında okul öncesi eğitime alınıp alınmadığına, yaşa, anne-baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılaşmaların olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Hiloğlu (2009) araştırmasında zorbalığa karışmayan öğrencilerin çok boyutlu öğrenci yaşam doyumunu ölçeğinin boyutları olan okul, arkadaş, aile, benlik, çevre ve yaşam doyumunu toplam puanlarının; zorbalığa karışan öğrencilerin okul, arkadaş, aile, benlik, çevre ve yaşam doyumunu toplam puanlarına göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Gençay (2009) çalışmasında beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının yaşam doyumunu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesini amaçlamıştır. Sonuç olarak cinsiyete göre umutsuzluk düzeylerinde anlamlı farklılık saptanmamıştır ancak kızların yaşam doyumları daha yüksek bulunmuştur. Bunun yanında araştırmada öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin başlangıçta düşük olduğu ancak okuldaki sınıf düzeyleri arttıkça umutsuzluk düzeylerinin arttığı bulunmuştur. Ayrıca

yaşam doyumu ve mesleki gelecek beklentisinin umutsuzluk üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Baştuğ (2009) araştırmasında voleybol antrenör adaylarının yaşam doyumu ile empatik becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuç olarak antrenör adaylarının yaşam doyum düzeyleri ile empati beceri düzeyleri arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca evli antrenörlerin yaşam doyumu ile empatik beceri puanlarının evli olmayan antrenörlerden daha yüksek olduğu, cinsiyete göre yaşam doyumu ile empatik beceri puanlarının anlamlı şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çankaya ve Ekinci (2010)'nin yaptıkları çalışmada sosyal odaklılığın yaşam doyumu üzerindeki etkisinin takım çalışması aracılığı ile azaldığı belirlenmiştir. Takım çalışmasının öğretmen adaylarının sosyal odaklılık özellikleri ile yaşam doyum düzeyleri arasında tam aracılık etkisi yaptığı saptanmıştır.

Şahin (2010) çalışmasında ilköğretim öğretmenlerinin yaşam doyumu, yaratıcılık ve tükenmişlik düzeylerini incelemektedir. Öğretmenlerin yaşam doyumu ve duygusal tükenme düzeyleri algılanan düşük sosyoekonomik düzeye sahip olma yönünde anlamlı bulunmuştur. Öğretmenlerin yaşam doyumu ve yaratıcılık düzeyleri ise medeni durum, cinsiyet, branş, kıdem yılı, eşin mesleğinden etkilenmemektedir.

Güngör (2011) araştırmasını üniversite öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemek için yapmıştır. Sonuç olarak, yaşam doyumu ile süreklilik kaygı arasında negatif korelasyon bulunmuştur. Durumluk-sürekli kaygı ve yaşam doyumu açısından algılanan akademik başarı düzeyi, sınıf düzeyi ve yaşa göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Kız öğrencilerde erkek öğrencilere göre sadece sürekli kaygı düzeylerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Demir (2011) çalışmasında üniversite öğrencileri arasında kimlik işlevleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamaktadır. Sonuç olarak kimlik işlevlerinin boyutlarını oluşturan hedef, yapı, gelecek, kontrol ve uyum boyutları birlikte, öğrencilerin yaşam doyumu puanlarının %28'ini yordamaktadır.

Telef (2011) araştırmasında öğretmenlerin iş doyumları, öz-yeterlikleri, tükenmişlikleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Sonuç olarak öz-yeterliğin alt boyutlarından öğretim stratejileri, öğrenci katılımını sağlama ve sınıf

yönetimi yeterliklerinin öğretmenlerin yaşam doyumları ve iş doyumları ile pozitif; tükenmişlikleri ile negatif ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca öğretmenlerin iş doyumları, öz-yeterlikleri, tükenmişlikleri ve yaşam doyumlarında demografik değişkenlere göre bazı farklılıklar saptanmıştır.

Tümekaya ve Çelik (2012) yaptıkları araştırmada öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisini incelemiştir. Sonuç olarak öğretim elemanlarının yaşam doyumları ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin anlamlı olduğunu göstermiştir. Cinsiyete göre yaşam doyumları ve evlilik uyumunda anlamlı bir fark olmazken; akademik unvana göre ise evlilik uyumunda anlamlı fark bulunmazken yaşam doyumlarında anlamlı bir fark bulunmuştur. Araştırmada öğretim elemanlarının çalışma yılına göre yaşam doyumları ve evlilik uyumları arasında bir fark saptanmamıştır ancak evlilik uyumu ve yaşam doyumunun öğretim elemanın girdiği ders saatine göre anlamlı düzeyde farklı olduğu belirlenmiştir.

Şar ve arkadaşları (2012) yaptıkları araştırmada atama bekleyen öğretmen adaylarının yaşam doyumlarını yordayıcı değişkenler olarak öğrenilmiş çaresizlik, umutsuzluk ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini incelemiştir. Sonuçlara göre belirsizliğe tahammülsüzlük ve umutsuzluk atama bekleyen öğretmen adaylarının yaşam doyumunu önemli derecede yordarken, öğrenilmiş çaresizliğin yaşam doyumunu önemli derecede yordamadığı bulunmuştur.

Çivitçi (2012)'nin çalışmasının sonucunda yaşam doyumunu yüksek olan öğrencilerde başarı ihtiyacı yaşam doyumunu düşük olanlardan daha fazla saptanmıştır. Öğrencilerin özerklik ve başatlık ihtiyaçları da yaşam doyumuna göre değişmemektedir. Ayrıca, yaşam doyumunu yüksek olan kızların başatlık ihtiyacının yaşam doyumunu düşük olan kızlara göre daha fazla olduğu; yaşam doyumunu düşük olan erkeklerin özerklik ihtiyacının da yaşam doyumunu yüksek olan erkeklere göre daha fazla olduğu görülmüştür. Bunun yanında yaşam doyumunu ve cinsiyet etkileşiminin başarı ihtiyacı üzerindeki ortak etkisi ise anlamlı bulunmamıştır.

Eryılmaz (2012) çalışmasında üniversite öğrencilerinde benlik saygısı, yaşam doyumunu, kontrol odağı ve iyimserlik değişkenlerinin psikolojik sağlamlığı yordama gücünü incelemektedir. Araştırmada yaşam doyumunu, benlik saygısı, iyimserlik değişkenlerinin psikolojik sağlamlığı yordamada istatistikî açıdan anlamlı

katkılarının olduğu gözlenirken; kontrol odağı değişkeninin katkısının tek başına anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmada ayrıca yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik, kontrol odağı değişkenlerinin psikolojik sağlamlıkla orta ve düşük düzeyde olumlu yönde anlamlı ilişki olduğu gözlenmiştir. Son olarak psikolojik sağlamlık, yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının cinsiyet ve yaşa göre anlamlı bir biçimde farklılaşmazken; fakülte değişkenine göre yaşam doyumu, benlik saygısı ve kontrol odağının farklılaştığı tespit edilmiştir. Buna göre eğitim fakültesi öğrencileri, fen edebiyat fakültesi ve iktisadi idari bilimler fakültesi öğrencilerden daha yüksek bir yaşam doyumuna sahiptir ve bu fark istatistikî olarak anlamlıdır.

Özdemir ve Koruklu (2013) yaptıkları çalışmada okula bağlanma, ana-babaya bağlanma ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Sonuçlar, hem ababaya hem de anneye bağlanmanın yaşam doyumu ile olumlu ilişkili olduğunu; okula bağlanma boyutlarından ise sadece öğretmene bağlanmanın yaşam doyumu ile olumlu ilişkili olduğunu göstermiştir. Çoklu regresyon analizi hem anne hem de babaya bağlanma için kurulan modellerde okula bağlanmanın ana-babaya bağlanma ile yaşam doyumu arasında kısmi aracılık rolü olduğu yönünde kanıt sağlamıştır.

Kıvılcım (2014) araştırmasında öğretmenlerde öz yeterlik, iş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Sonuçlar iş doyumu ve öz yeterlikte cinsiyete göre anlamlı farklılık olmadığını ancak branşa göre anlamlı farklılık olduğunu; yaşam doyumunda ise cinsiyet ve branşa göre anlamlı farklılık olmadığını göstermektedir.

Koçak (2014) çalışmasında kişilerarası çatışma ve yaşam doyumu ilişkisini belirlemeyi amaçlamaktadır. Araştırmada kişilerarası çatışmaların yaşam doyumu ile ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. İlişkinin yönü ise negatiftir. Diğer bir ifade ile çatışma kavramına dair olumsuz düşünceler arttıkça, yaşanan çatışmaların sıklıkları arttıkça ve çatışmaların olumsuz etkilerindeki artış yaşam doyumu düzeylerinde düşüş yaşanması anlamına gelmektedir.

İnci (2014) araştırmasında aday öğretmenlerin duygusal zekâ ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucu incelendiğinde aday öğretmenlerin genel duygusal zekâ düzeylerini yüksek olarak algıladıkları görülmektedir. Bunun yanında yaşam doyumları çok yüksek olmasa da orta düzeyin

üzerinde çıkmıştır. Yaşam doyum düzeyi aday öğretmenlerin istedikleri bölümde okuyup okumadıklarına, ailelerinin gelir durumuna ve kendi gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmıştır. Diğer değişkenler açısından ise anlamlı farklılık görülmemiştir. Araştırmanın neticesinde aday öğretmenlerin yaşam doyumunu ve duygusal zekâ düzeyleri arasında olumlu yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Alt boyutlar açısından bakıldığında ise duygusal zekânın alt boyutları olan kişisel farkındalık ve genel ruh hali boyutları ile yaşam doyumunu arasında orta düzeyde; kişilerarası ilişkiler, uyum yeteneği ve stres yönetimi boyutları ile yaşam doyumunu arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki ortaya çıkmıştır.

Otrar ve Fındıklı (2014) yaptıkları araştırmada okul yöneticilerinin yaşam doyumları ve mizah tarzları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Sonuç olarak mizah tarzları alt boyutlarından kendini geliştirici, katılımcı ve saldırgan mizah tarzları ile yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Demografik değişkenlerden cinsiyet ile kendini yıkıcı ve saldırgan mizah tarzı arasında; okul türü ile kendini geliştirici mizah tarzı ve yaşam doyumunu arasında; okul kademesi ile yaşam doyumunu, katılımcı ve kendini geliştirici mizah tarzı arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmuştur.

Bozoğlan (2014) çalışmasında sosyal destek değişkeninin doğrudan ve yaşam doyumunu değişkeninin aracılığıyla çatışma durumunu açıklama düzeyini araştırmıştır. Sonuçlar sosyal desteğin yaşam doyumunu aracılığıyla çatışmayı %34 oranında yordadığını ortaya koymuştur.

Günaçtı Atasoy (2014) araştırmasında beden eğitimi öğretmenlerinin serbest zamana yönelik tutumlarını ve yaşam doyumunu düzeylerini incelemektedir. Araştırma sonucunda beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam doyumlarının, yaş, medeni durum, çalışma süresi, sosyoekonomik değişkenler açısından anlamlı bir şekilde farklılaştığı; cinsiyet ve mesleki kıdem değişkenleri açısından ise anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Beden eğitimi öğretmenlerinin yaşları ve çalışma süreleri arttıkça yaşam doyum düzeyleri azalırken, serbest zamana yönelik tutumlarının ise arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında beden eğitimi öğretmenlerinin serbest zamana yönelik tutumları ve yaşam doyumları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Şahin (2014) öğretmenlerde psikolojik sağlamlık, öz duyarlık ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Yaşam doyumunu ve öz duyarlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Ayrıca psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumunun öz duyarlık üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür.

Öztürk (2014) araştırmasında sınıf öğretmenlerinin yaşam doyumları ile değer tercihleri arasındaki ilişkiyi tespit etmeyi amaçlamıştır. Sonuçta sınıf öğretmenlerinin yaşam doyumları ile değer tercihleri arasında ilişkinin var olduğu sonucu bulunmuştur.

Aydemir ve arkadaşları (2015) yaptıkları çalışmada özel eğitim okullarında çalışan öğretmenlerin yaşam doyumunu ve tükenmişlik düzeylerini incelemektedirler. Sonuçlara göre, katılımcıların tükenmişlik düzeylerinin meslekte çalışma sürelerine, yaşlarına, çalışmakta oldukları okul türüne göre; yaşam doyum düzeylerinin ise yaşlarına ve cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermektedir.

Recepoğlu ve Ülker Tümlü (2015) yaptıkları çalışmada akademik personelin yaşam doyumları ve mesleki doyumları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Sonuç olarak, mesleki doyum ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Mesleki doyumun yaşam doyumuna ilişkin toplam varyansın %12'sini açıkladığı söylenebilir. Ayrıca akademik personelin yaşam doyum düzeyleri; yaşa, cinsiyete, medeni duruma, hizmet yılına, unvana ve buldukları üniversitedeki hizmet yılına göre anlamlı şekilde farklılık göstermemektedir.

Özkara ve arkadaşları (2015) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerini araştırmışlardır. Sonuçlar öğrencilerin yaşam doyumlarının sigara kullanımı, cinsiyet ve öğrenim gördüğü üniversitelere bağlı olarak anlamsız; alkol kullanımı ve aile gelir düzeylerine bağlı olarak ise anlamlı olduğunu göstermektedir.

Çelik (2015) araştırmasında kendini gizleme ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide, heyecan arayışının aracılık rolünü incelemektedir. Sonuçlara göre yaşam doyumunu heyecan arayışı ile pozitif, kendini gizleme ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Bunun yanında heyecan arayışının yaşam doyumunu ile kendini gizleme arasındaki ilişkide, aracı etkiye sahip olmadığı baskıcı ve moderatör etkiye sahip

olduğu saptanmıştır. Ayrıca aracılık analizinde heyecan arayışının, kendini gizlemenin yaşam doyumu üzerindeki negatif etkisini arttırdığı görülmektedir.

Yıkılmaz ve Demir Gdl (2015) yaptıkları araştırmada niversite ğrencilerinin algıladıkları sosyoekonomik düzeylere göre yaşamda anlam, yaşam doyumu ve bilinçli farkındalık düzeylerini incelemektedirler. Sonuçlara göre sosyoekonomik düzeyini düşük düzeyde algılayanların yaşam doyumu hem orta hem de yüksek düzeyde algılayanlara göre anlamlı düzeyde düşüktür. Ayrıca sadece kendilerini düşük sosyoekonomik düzeyde algılayanların anlam varlığı kendilerini orta düzeyde algılayanlara göre anlamlı düzeyde düşüktür. Bunun yanında anlamın varlığı ve bilinçli farkındalığın yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı, anlam arayışının ise yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir. Sonuç olarak bilinçli farkındalık düzeyi ve yaşamı anlamlı bulma yüksekliği yaşamdan yüksek düzeyde doyum elde etmede etkili olan faktörlerdendir.

Güven (2015) araştırmasında yaşam amaçları ve yaşamın anlamı ile yaşam doyumu ve yakın ilişki eğilimleri arasında anlamlı ilişkiler var mıdır sorusuna yanıt aramaktadır. Ölçeklerden elde edilen puan ortalamalarının araştırmada ele alınan tüm değişkenlere göre anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiş, ölçeklerin toplam ve alt ölçek puanları arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Üniversite ğrencilerinin yaşamda sırasıyla en fazla kişi odaklı bir yaşam anlamına sahip oldukları; anlamsızlık odaklı cevaplar verdikleri; duygu ve ilişki, amaç, nesne, yaşam, din, kişilik, yönetim ve hukuk sistemi ve son olarak anlam odaklı yaşam anlamına sahip oldukları bulunmuştur.

Güler (2015) çalışmasında niversite ğrencilerinde beden imajı ile yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Sonuç olarak kız öğrencilerde erkeklere oranla beden imajının düşük olduğu görülmüştür. Maddi durumundan memnuniyetsizliğin ise beden imajı, yaşam doyumu ve umutsuzluk üzerinde olumsuz etkisi olduğuna dair sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmada yer alan diğer sosyodemografik özelliklere göre anlamlı bir sonuç elde edilmemiştir. Araştırmada grubun vücut algısı orta düzeyde, yaşam doyumları ise yüksek düzeyde bulunmuştur. Beden imajının hem yaşam doyumunu hem de umudu etkilediğine dair anlamlı sonuçlar elde edilmiştir.

Akgün (2015) araştırmasında lise öğretmenlerinin yaşam doyumu düzeyleri ile psikolojik sermaye düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Yapılan korelasyon analizleri psikolojik sermaye ve alt boyutları ile yaşam doyumu arasında pozitif korelasyon olduğunu göstermiştir. Ayrıca psikolojik sermayenin yaşam doyumundaki değişimlerin %47,1'ini açıkladığı bulgulanmıştır. Lise öğretmenlerinin psikolojik sermaye ve alt boyutları ile yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyet, mesleki kıdem değişkenlerine göre anlamlı farklılaşmadığı ancak medeni durum, aylık gelir, okulda çalışma süresi değişkenlerine göre anlamlı farklılaştığı bulunmuştur. Evli öğretmenlerin psikolojik sermaye ve yaşam doyumu düzeyleri bekâr öğretmenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Yüksek lisans eğitimi almış öğretmenlerin öz yeterlilik ve yaşam doyumu düzeyleri lisans eğitimi almış öğretmenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Bulunduğu okulda çalışma süresi daha fazla olan öğretmenlerin, okulda çalışma süresi daha az olan öğretmenlere göre psikolojik sermaye ve yaşam doyumu düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Aylık geliri daha fazla olan öğretmenlerin, aylık geliri daha az olan öğretmenlere göre psikolojik sermaye ve yaşam doyumu düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Yaşı daha büyük olan öğretmenlerin, yaşı daha küçük olan öğretmenlere göre öz yeterlilik ve dayanıklılık düzeyleri daha yüksek bulunmuştur.

Ünal (2015) araştırmasında kamuya ait ilkokul ve ortaokullarda görev yapan öğretmenlerin mesleki bağlılıkları üzerinde iş doyumu, yaşam doyumu ve yaşam anlamı değişkenlerinin etkisinin belirlenmesini amaçlamıştır. Araştırma sonuçlarına göre öğretmenlerin mesleki bağlılık düzeylerinin kısmen katılıyorum düzeyinde, iş doyumlarının beni orta düzeyde tatmin eder düzeyinde, yaşam doyumlarının kısmen katılıyorum düzeyinde ve sahip oldukları yaşam anlamının ise belirli bir anlamın varlığı düzeyinde olduğu bulunmuştur. Öğretmenlerin iş doyumu, yaş, branş ve okul kademesine göre; yaşam doyumu, cinsiyet ve medeni duruma göre; sahip oldukları yaşam anlamı ise medeni duruma göre farklılaşmakta olup diğer değişkenlere göre farklılık göstermemektedir. Öğretmenlerin mesleki kıdem ve eğitim durumu değişkenlerine göre hiçbir boyutta anlamlı farklılık bulunmamıştır. Araştırmada incelenen dört değişken arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca iş doyumu, yaşam doyumu ve yaşam anlamının birlikte mesleki bağlılığı anlamlı bir biçimde yordadığı belirlenmiştir.

Soydan (2015) araştırmasında üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile yaşam doyumu ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yaşam doyumu ve internet bağımlılığı arasında negatif yönlü ve zayıf ilişki vardır. Cinsiyet, yalnızlık hissi, akademik ortalama, alkol kullanımı, sigara kullanımı, günlük internet kullanım süresi, interneti kullanım amaçları ve internete bağlanılan cihaz ile internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Bunun yanında anne-baba tutumu ve ailenin aylık geliri ile internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Ayrıca internet bağımlılığı ile yaş arasında negatif yönlü ve zayıf anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Sarıdemir (2015) araştırmasında yaşın, cinsiyetin, öğretmen algılarına göre okul müdürlerinin liderlik stillerinin, okul müdürünü sevmenin ve öğretmenlik mesleğini sevmenin öğretmenlerin yaşam doyumu düzeyleri üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlamıştır. Sonuç olarak, okul müdürlerinin liderlik stillerini dönüşümcü liderlik stili olarak algılayan öğretmenlerin yaşam doyum düzeyleri yüksek çıkmışla beraber okul müdürünün liderlik stilini yüksek dönüşümcü liderlik stili olarak algılayan öğretmenlerin yaşam doyum düzeyi, düşük dönüşümcü liderlik stili olarak algılayan öğretmenlerin yaşam doyum düzeyinden anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Öğretmenlerin yaşam doyumu cinsiyete ve okul müdürlerini sevmelerine göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Öğretmenlerin yaşları arttıkça yaşam doyumları da düşmektedir. Öğretmenlik mesleğini seven öğretmenlerin yaşam doyumu, öğretmenlik mesleğini sevmeyenlerinkinden anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

Kirişoğlu (2016) araştırmasını genç yetişkin bireylerin aile yapılarının, kişilerin benlik saygısı ve yaşam doyumu üzerindeki etkisini belirleyebilmek amacıyla yapmıştır. Bulgular kısmında aile yapısı, benlik saygısı ve yaşam doyumu çeşitli sosyodemografik özelliklerle ilişkilendirilmiş ve bazı değişkenlerde anlamlı farklılık bulunmuştur. Aile yapısı ile benlik saygısı arasında tüm alt ölçeklerde anlamlı ilişki bulunurken, aile yapısı ile yaşam doyumu arasında tüm alt ölçeklerde de anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca yaşam doyumu ile benlik saygısı arasında pozitif yönlü ilişki olduğu görülmüştür.

Aydın (2016)'ın çalışmasının temel amacı psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterliği, kaygı ve umut düzeylerinin yaşam doyumları üzerindeki etkisini incelemektir. Araştırma sonucunda psikolojik danışma öz-

yeterliğinin umut üzerinde pozitif, kaygı üzerinde ise negatif bir etkiye sahip olduğu belirlenirken; umudun yaşam doyumu üzerinde pozitif etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca kaygının umut ve yaşam doyumu değişkenlerinin her ikisinin üzerinde negatif etkisinin olduğu bulgulanmıştır. Son olarak psikolojik danışma öz-yeterliğinin cinsiyet, öğretim türü ve Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneğine üyelik durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği, bölümü tercih etme nedenine göre ise anlamlı farklılıkların olduğu sonucu elde edilmiştir.

Ergün (2016)'ün araştırmasında yaşam doyumu ve iş doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre iş doyumu ve alt boyutları ile yaşam doyumu arasında kuvvetli ilişki tespit edilmiştir. Diğer yandan hem iş doyumu hem de yaşam doyumu düzeyleri, kimi demografik faktörlere göre farklılaşma analizine tabi tutulmuştur. Bu doğrultuda yaş, cinsiyet, branş, kıdem, okul türü, medeni durum, çocuk sahibi olma değişkeni, mesleğini isteyerek seçme değişkeni, mesleğin saygınlığa sahip olup olmadığı değişkeni açısından farklılaşmalar tespit edilmiştir.

Yıldız (2016) araştırmasında üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ düzeylerinin ve yaşam doyumlarının öğrencilerin depresif belirtilerini anlamlı bir biçimde yordayıp yordamadığını ve sözü edilen duygusal zekâ, yaşam doyumu ve depresyon değişkenlerinin sınıf düzeyi ve cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektedir. Araştırmada duygusal zekâ, yaşam doyumu ve depresyon değişkenlerinin birbirleriyle ilişkili olduğu saptanmış ve duygusal zekâ ve yaşam doyumunun depresyonu anlamlı şekilde açıklayabildiği gözlemlenmiştir. Cinsiyetin de yaşam doyumu, duygusal zekâ ve depresyon üzerinde anlamlı şekilde etkili olduğu bulunurken, sınıf seviyelerinin belirtilen faktörler üzerinde ayrıştırıcı anlamlı bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür.

Özdemir ve Dilekmen (2016) yaptıkları çalışmada genel olarak eğitim fakültesi öğrencilerinde duygusal zekâ ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Sonuç olarak, duygusal zekâ toplam ve alt boyutları ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında duygusal zekânın, yaşam doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Duygusal zekâ açısından öğrenim görülen bölümlere göre anlamlı farklılaşma görülmezken; yaşam doyumu açısından psikolojik danışmanlık ve rehberlik ile matematik, sınıf, sosyal bilgiler ve fen bilgisi öğretmenlikleri arasında psikolojik danışmanlık ve rehberlik lehine; İngilizce öğretmenliği ile sosyal bilgiler ve fen

bilgisi öğretmenlikleri arasında İngilizce öğretmenliği lehine; fen bilgisi öğretmenliği ile matematik ve sınıf öğretmenlikleri arasında fen bilgisi öğretmenliği lehine anlamlı düzeyde farklılaşma görülmüştür. Duygusal zekâ düzeyinde sosyallik ile duygusallık alt boyutları hariç, öz kontrol ve iyi oluş alt boyutları ile duygusal zekâ toplam boyutunda ve yaşam doyumunda dördüncü sınıfların lehine anlamlı farklılaşma görülmüştür.

Şahin (2016) çalışmasında rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin yaşam doyumları ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamıştır. Çalışmada öğrencilerin yaşam doyumlarının yüksek, internet bağımlılıklarının düşük olduğu saptanmıştır. Cinsiyete göre internet bağımlılıkları erkeklerin kadınlara göre daha yüksek, yaşam doyumları ise kadınların erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur.

Tel ve Sarı (2016) yaptıkları araştırmada genel olarak üniversite öğrencilerinde yaşam doyumları ve öz duyarlılığın alt boyutları arasındaki ilişkiyi incelemektedirler. Sonuç olarak yaşam doyumları; öz duyarlılığın pozitif alt boyutları olan bilinçlilik, öz sevecenlik ve paylaşımların farkında olma ile pozitif, öz duyarlılığın negatif alt boyutları olan izolasyon, öz yargılama ve aşırı özdeşleşme alt boyutları ile negatif ilişkili çıkmıştır. Öz duyarlılığın bilinçlilik alt boyutunda kadınlar erkeklere göre anlamlı düzeyde düşük puan almışlardır. Aşırı özdeşleşme boyutunda ise erkekler kadınlara göre daha yüksek puan almışlardır.

BÖLÜM III YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMA MODELİ

Bu araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama biçiminde yapılmıştır. Tarama modelleri, “geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır.” İlişkisel tarama modelleri ise “iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir” (Karasar, 1991).

3.2. ÇALIŞMA GRUBU

Araştırmanın çalışma grubunu 2015-2016 eğitim-öğretim yılında Gaziantep Üniversitesi’nde bulunan farklı bölümlerden pedagojik formasyon eğitimi alan tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilmiş 687 öğretmen adayı oluşturmaktadır.

Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının demografik özelliklerine ait frekans ve yüzdeler Tablo 3.1.’de verilmiştir.

Tablo 3.1. Çalışma grubuna ait demografik bilgiler

Değişkenler		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Erkek	474	69.0
	Kadın	213	31.0
Bölüm	Biyoloji	65	9.5
	Kimya	37	5.4
	Hemşirelik	63	9.2
	gıda mühendisliği	33	4.8
	Tarih	49	7.1
	iktisat	33	4.8
	matematik	30	4.4
	müzik	62	9.0
	işletme	33	4.8
	Türk dili ve edebiyatı	55	8.0
	gastronomi	37	5.4
	antrenörlük	34	4.9
	ilahiyat	36	5.2
	ebelik	53	7.7
	İngiliz dili ve edebiyatı	33	4.8
uluslararası ticaret ve lojistik	34	4.9	
Aile gelir düzeyi	1500 den az	107	15.6
	1500-4500 arası	488	71.0
	4500 den çok	92	13.4
Anne-baba hayatta olma durumu	ikisi de sağ	626	91.1
	ikisi de ölü	3	.4
	anne ölü	10	1.5
	baba ölü	48	7.0
Algılanan anne-baba tutumları	otoriter	94	13.7
	demokratik	241	35.1
	koruyucu	333	48.5
	ilgisiz	19	2.8
Doğum sırası	ilk	196	28.5
	ortanca	303	44.1
	son	169	24.6
	tek	19	2.8
Nerede kalındığı	ailemle	361	52.5
	tek başına	85	12.4
	ev arkadaşımlla	137	19.9
	yurtta	94	13.7
	akraba yanında	10	1.5
Arkadaş sayısı	hiç yok	17	2.5
	1 tane	56	8.2
	2-4 arası	343	49.9
	4-6 arası	149	21.7
	7 ve üstü	122	17.8
Topluluk üyeliği	evet üyeyim	146	21.3
	hayır üye değilim	541	78.7
Amaçladığı bölümde okuma	evet okuyorum	358	52.1
	hayır okumuyorum	329	47.9

Tablo 3.1. incelendiğinde araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 474'ünün (%69) erkeklerden, 213'ünün (%31) ise kadınlardan oluştuğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 65'inin (%9,5) biyoloji, 37'sinin (%5,4) kimya, 63'ünün (%9,2) hemşirelik, 33'ünün (%4,8) gıda mühendisliği, 49'unun (%7,1) tarih, 33'ünün (%4,8) iktisat, 30'unun (%4,4) matematik, 62'sinin (%9,0) müzik, 33 'ünün (%4,8) işletme, 55'inin (%8) Türk dili ve edebiyatı, 37'sinin (%5,4) gastronomi, 34'ünün (%4,9) antrenörlük, 36'sının (%5,2) ilahiyat, 53'ünün (%7,7) ebelik, 33'ünün (%4,8) İngiliz dili ve edebiyatı, 34'ünün (%4,9) uluslararası ticaret bölümünde okuduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 107'sinin (%15,6) aile gelir düzeyi 1500 den az, 488'inin (%71,0) aile gelir düzeyi 1500-4500 arası, 92'sinin (%13,4) aile gelir düzeyi 4500 den çok olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 626'sının (%91,1) anne-babasının ikisinin de sağ, 3'ünün (%0,4) anne-babasının ikisi de ölü, 10'unun (%1,5) annesinin ölü, 48'inin (%7,0) babasının ölü olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 94'ünün (%13,7) algılanan anne-baba tutumlarına göre otoriter, 241'inin (%35,1) demokratik, 333'ünün (%48,5) koruyucu, 19'unun (%2,8) ilgisiz olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 196'sının (%28,5) doğum sırasına göre ilk çocuk, 303'ünün (%44,1) ortanca çocuk, 169'unun (%24,6) son çocuk, 19'unun (%2,8) tek çocuk olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 361'inin (%52,5) ailesiyle kaldığı, 85'inin (%12,4) tek başına kaldığı, 137'sinin (%19,9) ev arkadaşıyla kaldığı, 94'ünün (13,7) yurttan kaldığı, 10'unun (1,5) akraba yanında kaldığı görülmektedir.

Araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 17'sinin (%2,5) arkadaş sayısının hiç olmadığı, 56'sının (%8,2) arkadaş sayısının 1 tane olduğu, 343'ünün (%49,9) arkadaş sayısının 2-4 arası olduğu, 149'unun (%21,7) arkadaş sayısının 4-6 olduğu, 122'sinin (%17,8) arkadaş sayısının 7 ve üstü olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 146'sının (%21,3) herhangi bir topluluğa üye olduğu, 541'inin (%78,7) herhangi bir topluluğa üye olmadığı görülmektedir.

Araştırmaya katılan 687 öğretmen adayının 358'inin (%52,1) amaçladığı bölümde okuduğu, 329'unun (%47,9) amaçladığı bölümde okumadığı görülmektedir.

3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada çalışma grubunu oluşturan bireylerin demografik özellikleri ile ilgili bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan ve cinsiyet, bölüm, ailenin gelir düzeyi, anne-babanın hayatta olma durumu, algılanan anne-baba tutumları, kardeşler arasındaki doğum sırası, üniversite hayatı boyunca nerede kaldığı, yakın arkadaş sayısı, bir öğrenci topluluğuna üye olup/olmama, amaçladığı bölümde okuyup/okumama sorularını içeren Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

3.3.2. Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu

Oxford mutluluk ölçeği kısa formu Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilmiş olup Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Akıncı Çötök ve Doğan (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek Türkçe'ye 7 madde 5'li likert tipi olarak uyarlanmıştır.

Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .74, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .85 bulunmuştur. (Akıncı Çötök ve Doğan, 2011). Bu tez çalışması kapsamında toplanan veriler ile hesaplanan güvenilirlik katsayısının 0,76 olduğu belirlenmiştir.

3.3.3. Yaşam Yönelimi Testi

Yaşam yönelimi testi, Scheiver ve Carver (1985) tarafından geliştirilmiş olup Türkçe'ye uyarlaması ise Aydın ve Tezer (1991) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Yaşam yönelimi testi 12 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçme aracıdır. Test puanları 0-32 arasındadır. Testten alınan yüksek puanlar iyimserliği düşük puanlar ise kötümserliği yansıtmaktadır.

Yaşam yönelimi testinin Türkçe formunun iç tutarlılık katsayısı 0,72; dört hafta süreli test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise 0,77'dir. Ölçeğin geçerliliği Beck depresyon ölçeği ile korelasyonuna bakılarak incelenmiş ve 0,56'lık bir korelasyon saptanmıştır (Aydın ve Tezer, 1991). Bu tez çalışması kapsamında toplanan veriler ile yaşam yönelimi testinin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0,73 olarak hesaplanmıştır.

3.3.4. Yaşamın Anlamı Ölçeği

Yaşamın anlamı ölçeği Steger ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilmiş olup Türkçe'ye uyarlama çalışması ise Akın ve Taş (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Yaşamın anlamı ölçeği 10 maddeden oluşan 7'li likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçek aranan anlam ve mevcut anlam olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçek puanları 7-70 arası değişmektedir. Öleekten alınan yüksek puanlar bireyin yaşam anlamına sahip olma düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Öleegin orijinal formu iç tutarlılık güvenirlilik katsayıları aranan anlam alt ölçeği için .87, mevcut anlam alt ölçeği için .82, dört hafta arayla elde edilen test-tekrar test güvenirlilik katsayısı ise sırasıyla .70 ve .73 olarak bulunmuştur (Steger ve ark., 2006).

Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılan Yaşamın anlamı ölçeğinin iç tutarlılık güvenirlilik katsayıları aranan anlam alt ölçeği için .83, mevcut anlam alt ölçeği için .77 ve ölçeğin bütünü için .81 olarak bulunmuştur. Dört hafta arayla elde edilen test-tekrar test güvenirlilik katsayılarının ise aranan anlam alt ölçeği için .92, mevcut anlam alt ölçeği için .89, ve ölçeğin bütünü için .94 olduğu saptanmıştır (Akın ve Taş, 2011). Bu tez çalışması kapsamında ise toplanan veriler ile hesaplanan iç tutarlılık güvenirlilik katsayıları mevcut anlam alt ölçeği için .81, aranan anlam alt ölçeği için .83 ve ölçeğin bütünü için .72 olarak bulunmuştur.

3.3.5. Yaşam Doyumu Ölçeği

Yaşam doyumu ölçeği Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilmiş olup Öleegin Türkçe'ye uyarlaması Köker ve Yetim (1991) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yaşam doyumu ölçeği 5 maddelik 7'li likert tipi bir ölçek olup, puan aralığı 5-35 arasında değişmektedir (Dağdelen, 2008).

Diener ve arkadaşları (1985) ölçeğin alpha güvenirlilik katsayısını 0,87 olarak bulmuşlardır. Öleegin ölçüt bağımlı geçerliğini ise 0,82 olarak hesaplamışlardır. Yetim (1991) ölçeğin Türkçe'ye uyarlanmasında alpha güvenirlilik katsayısını 0,86; test tekrar test güvenirlilik katsayısını 0,73 olarak hesaplamıştır. Bu tez çalışması kapsamında toplanan veriler ile hesaplanan güvenirlilik katsayısı 0,83 olarak bulunmuştur.

3.4. UYGULAMA VE TOPLANAN VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin toplanması amacıyla kişisel bilgi formu ve tüm ölçme araçlarını içeren bir kitapçık hazırlanmıştır. Kitapçığın uygulanabilmesi için Gaziantep Üniversitesi'nden ve ilgili derslerin hocalarından izin alınmıştır. Veriler gönüllü katılımında bulunan öğretmen adaylarından araştırmacının kendisi tarafından toplanmıştır. Uygulama sırasında araştırmacı dersliklerde bulunan öğrencilere kendisini tanıtmış, araştırma hakkında bilgi vermiş, doldurulması gereken kitapçık ile ilgili gerekli bilgileri aktarmıştır. Katılımcıların veri toplama kitapçığını yanıtlamalarının ortalama 5 dakika sürdüğü gözlenmiştir.

Araştırma verilerinin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizi sürecinde frekans, yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma, t testi, ANOVA, post hoc, tukey HSD, LSD, korelasyon, adimsal regresyon tekniklerinden yararlanılmıştır.

BÖLÜM IV BULGULAR

4.1. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN CİNSİYETE GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşip/farklılaşmadığına ilişkin bulgular Tablo 4.1.'de gösterilmiştir.

Tablo 4.1. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşip/farklılaşmadığına ilişkin t testi sonuçları

	Cinsiyet	N	X	ss	t	P
Mutluluk	Erkek	213	23.25	4.89	-1.646	.100
	Kadın	474	23.88	4.46		
İyimserlik	Erkek	213	27.49	7.07	-.878	.380
	Kadın	474	27.97	6.28		
Yaşam anlamı	Erkek	213	49.91	8.04	.673	.501
	Kadın	474	49.45	8.37		
Yaşam doyumu	Erkek	213	20.96	6.68	-2.671	.008*
	Kadın	474	22.38	6.29		

*p<.05

Tablo 4.1. incelendiğinde, erkek ve kadın öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik ve yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olmadığı; yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında mutluluk, iyimserlik ve yaşam anlamı düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı; kadın öğretmen adaylarının yaşam doyumununun erkek öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

4.2. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN BÖLÜME GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin bölüme göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin bulgular 4.2., 4.3., 4.4. ve 4.5.'te gösterilmiştir.

Tablo 4.2. Öğretmen adaylarının mutluluk düzeylerinin bölüme göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Bölüm	N	X	ss	F	p	Fark
Mutluluk	(1)biyoloji	65	24.49	4.28	4.589	.000*	1>9
	(2)kimya	37	23.65	4.82			2>9
	(3)hemşirelik	63	23.35	3.62			3>9
	(4)gıda mühendisliği	33	24.33	3.68			4>9
	(5) tarih	49	24.65	3.72			5>9
	(6)iktisat	33	24.06	5.43			6>9
	(7)matematik	30	22.50	5.10			8>9
	(8)müzik	62	24.82	3.64			8>16
	(9)işletme	33	19.15	4.67			10>9
	(10)Türk dili ve edebiyatı	55	24.47	4.07			13>9
	(11)gastronomi	37	22.70	4.62			14>9
	(12)antrenörlük	34	22.38	5.18			15>9
	(13)ilahiyat	36	24.86	4.90			14>16
	(14)ebelik	53	25.08	3.79			
	(15)İngiliz dili ve edebiyatı	33	23.61	4.69			
	(16)uluslararası ticaret ve lojistik	34	21.53	6.07			
toplam	687	23.68	4.60				

*p<.05

Tablo 4.2. incelendiğinde, bölüme göre öğretmen adayları arasında mutluluk açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre biyoloji, kimya, hemşirelik, gıda mühendisliği, tarih, iktisat, müzik, Türk dili ve edebiyatı, ilahiyat, ebelik, İngiliz dili ve edebiyatı bölümü öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin işletme bölümü öğretmen adaylarına; müzik ve ebelik bölümü öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin uluslararası ticaret ve lojistik bölümü öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Tablo 4.3. Öğretmen adaylarının iyimserlik düzeylerinin bölüme göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Bölüm	N	X	ss	F	p	Fark
İyimserlik	(1)biyoloji	65	28.80	5.95			13>2
	(2)kimya	37	25.65	6.89			13>7
	(3)hemşirelik	63	26.92	5.08			13>16
	(4)gıda mühendisliği	33	27.06	6.85			
	(5)tarikh	49	28.26	6.87			
	(6)iktisat	33	28.79	7.06			
	(7)matematik	30	25.50	7.78			
	(8)müzik	62	28.98	6.43			
	(9)işletme	33	26.70	4.54	2.227	.005*	
	(10)Türk dili ve edebiyatı	55	28.04	7.42			
	(11)gastronomi	37	27.40	7.15			
	(12)antrenörlük	34	28.50	6.45			
	(13)ilahiyat	36	31.50	5.48			
	(14)ebelik	53	28.23	5.64			
	(15)İngiliz dili ve edebiyatı	33	27.64	5.91			
	(16)uluslararası ticaret ve lojistik	34	25.20	7.80			
	toplam	687	27.82	6.53			

*p<.05

Tablo 4.3. incelendiğinde, bölüme göre öğretmen adayları arasında iyimserlik açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre ilahiyat bölümü öğretmen adaylarının iyimserlik düzeyinin kimya, matematik, uluslararası ticaret ve lojistik bölümü öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Tablo 4.4. Öğretmen adaylarının yaşam anlamı düzeylerinin bölüme göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Bölüm	N	X	ss	F	p	Fark
Yaşam anlamı	(1)biyoloji	65	51.23	7.70			14>3
	(2)kimya	37	48.40	6.55			14>4
	(3)hemşirelik	63	47.59	6.70			14>9
	(4)gıda mühendisliği	33	46.67	8.35			14>15
	(5)tarikh	49	51.24	8.50			14>16
	(6)iktisat	33	50.54	7.57			
	(7)matematik	30	48.83	9.79			
	(8)müzik	62	50.56	8.75			
	(9)işletme	33	47.06	7.47	3.010	.000*	
	(10)Türk dili ve edebiyatı	55	51.25	9.09			
	(11)gastronomi	37	48.89	7.37			
	(12)antrenörlük	34	50.38	7.95			
	(13)ilahiyat	36	48.83	10.33			
	(14)ebelik	53	53.79	7.99			
	(15)İngiliz dili ve edebiyatı	33	46.06	7.83			
	(16)uluslararası ticaret ve lojistik	34	47.26	6.81			
	toplam	687	49.59	8.27			

*p<.05

Tablo 4.4. incelendiğinde, bölüme göre öğretmen adayları arasında yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre ebelik bölümü öğretmen adaylarının yaşam anlamı düzeyinin hemşirelik, gıda mühendisliği, işletme, İngiliz dili ve edebiyatı, uluslararası ticaret ve lojistik bölümü öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Tablo 4.5. Öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeylerinin bölüme göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Bölüm	N	X	ss	F	p	Fark
Yaşam doyumu	(1)biyoloji	65	21.60	6.32	5.384	.000*	1>9
	(2)kimya	37	19.92	6.70			3>9
	(3)hemşirelik	63	20.90	6.18			4>9
	(4)gıda mühendisliği	33	23.03	5.63			5>9
	(5) tarih	49	22.84	7.82			6>9
	(6)iktisat	33	21.36	7.36			8>9
	(7)mat	30	20.13	7.08			10>9
	(8)müzik	62	23.64	5.83			12>9
	(9)işletme	33	15.88	5.10			13>1
	(10)Türk dili ve edebiyatı	55	22.65	5.35			13>2
	(11)gastronomi	37	19.73	5.22			13>3
	(12)antrenörlük	34	22.68	5.77			13>7
	(13)ilahiyat	36	26.06	6.18			13>9
	(14)ebelik	53	24.17	5.42			13>11
	(15)İngiliz dili ve edebiyatı	33	23.45	5.71			13>16
	(16)uluslararası ticaret ve lojistik	34	20.44	6.28			14>9
	Toplam	687	21.94	6.44		15>9	

*p<.05

Tablo 4.5. incelendiğinde, bölüme göre öğretmen adayları arasında yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre biyoloji, hemşirelik, gıda mühendisliği, tarih, iktisat, müzik, Türk dili ve edebiyatı, antrenörlük, ilahiyat, ebelik, İngiliz dili ve edebiyatı bölümü öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin işletme bölümü öğretmen adaylarına; ilahiyat bölümü öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin biyoloji, kimya, hemşirelik, matematik, işletme, gastronomi, uluslararası ticaret ve lojistik bölümü öğretmen adaylarına; antrenörlük bölümü öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin işletme bölümü öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

4.3. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN AİLE GELİR DÜZEYİNE GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin aile gelir düzeyine göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin bulgular tablo 4.6.'da gösterilmiştir.

Tablo 4.6. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin aile gelir düzeyine göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Aile gelir düzeyi	N	X	ss	F	p	Fark
Mutluluk	(1)1500 den az	107	24.25	4.36	2.022	.133	Yok
	(2)1500-4500 arası	488	23.46	4.62			
	(3)4500 den çok	92	24.22	4.74			
	toplam	687	23.68	4.60			
İyimserlik	(1)1500 den az	107	28.53	6.18	2.540	.080	Yok
	(2)1500-4500 arası	488	27.91	6.40			
	(3)4500 den çok	92	26.51	7.45			
	toplam	687	27.82	6.53			
Yaşam anlamı	(1)1500 den az	107	48.54	9.60	1.038	.355	Yok
	(2)1500-4500 arası	488	49.75	7.95			
	(3)4500 den çok	92	49.94	8.23			
	toplam	687	49.59	8.27			
Yaşam doyumu	(1)1500 den az	107	20.80	7.38	2.078	.126	Yok
	(2)1500-4500 arası	488	22.09	6.18			
	(3)4500 den çok	92	22.43	6.55			
	toplam	687	21.94	6.44			

p<.05

Tablo 4.6. incelendiğinde, aile gelir düzeyine göre öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyinin aile gelir düzeyine göre farklılaşmadığı söylenebilmektedir.

4.4. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN ANNE-BABANIN HAYATTA OLMA DURUMUNA GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin anne-babanın hayatta olma durumuna göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin bulgular tablo 4.7.'de gösterilmiştir.

Tablo 4.7. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin anne-babanın hayatta olma durumuna göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Anne-baba hayatta olma durumu	N	X	ss	F	p	Fark
Mutluluk	(1)ikisi de sağ	626	23.67	4.61	.400	.753	Yok
	(2)ikisi de ölü	3	22.33	4.16			
	(3)anne ölü	10	22.70	5.16			
	(4)baba ölü	48	24.14	4.52			
	Toplam	687	23.68	4.60			
İyimserlik	(1)ikisi de sağ	626	27.79	6.44	1.074	.359	Yok
	(2)ikisi de ölü	3	24.33	6.66			
	(3)anne ölü	10	25.60	6.31			
	(4)baba ölü	48	28.85	7.73			
	toplamlam	687	27.82	6.53			
Yaşam anlamı	(1)ikisi de sağ	626	49.58	8.33	.292	.831	Yok
	(2)ikisi de ölü	3	50.00	1.00			
	(3)anne ölü	10	47.40	6.38			
	(4)baba ölü	48	50.08	8.09			
	toplamlam	687	49.59	8.27			
Yaşam doyumu	(1)ikisi de sağ	626	22.00	6.39	.423	.736	Yok
	(2)ikisi de ölü	3	19.00	3.46			
	(3)anne ölü	10	20.50	5.04			
	(4)baba ölü	48	21.64	7.53			
	toplamlam	687	21.94	6.44			

p<.05

Tablo 4.7. incelendiğinde, anne-babanın hayatta olma durumuna göre öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyinin anne-babanın hayatta olma durumuna göre farklılaşmadığı görülmektedir.

4.5. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN ALGILANAN ANNE-BABA TUTUMLARINA GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin algılanan anne-baba tutumlarına göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin bulgular tablo 4.8.'de gösterilmiştir.

Tablo 4.8. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin algılanan anne-baba tutumlarına göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Algılanan anne-baba tutumları	N	X	ss	F	p	Fark
Mutluluk	(1)otoriter	94	21.88	5.80	9.128	.000*	2>1
	(2)demokratik	241	24.01	4.70			2>4
	(3)koruyucu	333	24.13	3.87			3>1
	(4)ilgisiz	19	20.74	5.70			3>4
	toplam	687	23.68	4.60			
İyimserlik	(1)otoriter	94	26.14	7.44	4.558*	.004	2>1
	(2)demokratik	241	28.74	7.04			
	(3)koruyucu	333	27.76	5.61			
	(4)ilgisiz	19	25.47	8.26			
	toplam	687	27.82	6.53			
Yaşam anlamı	(1)otoriter	94	48.00	8.28	3.122	.025*	2>1
	(2)demokratik	241	50.77	7.69			
	(3)koruyucu	333	49.24	8.45			
	(4)ilgisiz	19	48.58	10.43			
	toplam	687	49.59	8.27			
Yaşam doyumu	(1)otoriter	94	19.72	6.87	8.988	.000*	2>1
	(2)demokratik	241	22.68	6.14			2>4
	(3)koruyucu	333	22.30	6.20			3>1
	(4)ilgisiz	19	17.10	8.12			3>4
	toplam	687	21.94	6.44			

*p<.05

Tablo 4.8. incelendiğinde, algılanan anne-baba tutumuna göre öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre; demokratik anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin otoriter ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; koruyucu anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin otoriter ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; demokratik anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının iyimserlik düzeyinin otoriter anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; demokratik anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının yaşam anlamı düzeyinin otoriter anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; demokratik anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin otoriter ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; koruyucu anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin otoriter ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

4.6. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN DOĞUM SIRASINA GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin doğum sırasına göre farklılaşıp/farklılaşmadığına ilişkin bulgular tablo 4.9.'da gösterilmiştir.

Tablo 4.9. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin doğum sırasına göre farklılaşıp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Doğum sırası	N	X	ss	F	p	Fark
Mutluluk	(1)ilk	196	24.34	4.60	2.824	.038*	1>2
	(2)ortanca	303	23.19	4.71			
	(3)son	169	23.90	4.20			
	(4)tek	19	22.89	5.64			
	toplam	687	23.68	4.60			
İyimserlik	(1)ilk	196	28.01	6.40	1.541	.203	Yok
	(2)ortanca	303	28.16	6.42			
	(3)son	169	27.25	6.62			
	(4)tek	19	25.53	8.46			
	toplam	687	27.82	6.53			
Yaşam anlamı	(1)ilk	196	49.03	7.95	.965	.409	Yok
	(2)ortanca	303	50.14	8.39			
	(3)son	169	49.43	8.43			
	(4)tek	19	48.10	8.09			
	toplam	687	49.59	8.27			
Yaşam doyumu	(1)ilk	196	22.37	6.43	1.053	.368	Yok
	(2)ortanca	303	21.46	6.55			
	(3)son	169	22.32	6.27			
	(4)tek	19	21.74	6.22			
	toplam	687	21.94	6.44			

*p<.05

Tablo 4.9. incelendiğinde, doğum sırasına göre öğretmen adayları arasında iyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı; mutluluk açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında iyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu düzeyinin doğum sırasına göre farklılaşmadığı; doğum sırası ilk olan öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin doğum sırası ortanca olan öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

4.7. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN NEREDE KALINDIĞINA GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin nerede kalındığına göre farklılaşip/farklılaşmadığına ilişkin bulgular tablo 4.10.'da gösterilmiştir.

Tablo 4.10. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin nerede kalındığına göre farklılaşip/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Nerede kalındığı	N	X	ss	F	p	Fark
Mutluluk	(1)ailemle	361	24.16	4.07	4.683	.001*	1>3
	(2)tek başına	85	24.32	4.66			2>3
	(3)ev arkadaşıyla	137	22.33	5.37			
	(4)yurtta	94	23.22	4.91			
	(5)akraba yanında	10	24.10	4.63			
	toplam	687	23.68	4.60			
İyimserlik	(1)ailemle	361	28.44	6.11	1.999	.093	Yok
	(2)tek başına	85	27.74	6.92			
	(3)ev arkadaşıyla	137	26.89	7.85			
	(4)yurtta	94	26.96	5.48			
	(5)akraba yanında	10	26.80	6.01			
	toplam	687	27.82	6.53			
Yaşam anlamı	(1)ailemle	361	49.65	8.73	.775	.542	Yok
	(2)tek başına	85	50.10	8.27			
	(3)ev arkadaşıyla	137	49.33	7.22			
	(4)yurtta	94	48.87	7.70			
	(5)akraba yanında	10	53.20	10.10			
	toplam	687	49.59	8.27			
Yaşam doyumu	(1)ailemle	361	22.26	6.28	1.870	.114	Yok
	(2)tek başına	85	21.92	6.46			
	(3)ev arkadaşıyla	137	20.64	6.88			
	(4)yurtta	94	22.61	6.18			
	(5)akraba yanında	10	22.00	7.16			
	toplam	687	21.94	6.44			

*p<.05

Tablo 4.10 incelendiğinde, nerede kalındığına göre öğretmen adayları arasında iyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı; mutluluk açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında iyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu düzeyinin nerede kalındığına göre farklılaşmadığı; ailesi ve tek başına kalan öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin ev arkadaşı ile kalan öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

4.8. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN ARKADAŞ SAYISINA GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin arkadaş sayısına göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin bulgular tablo 4.11.'de gösterilmiştir.

Tablo 4.11. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin arkadaş sayısına göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları

	Arkadaş sayısı	N	X	ss	F	p	Fark
Mutluluk	(1)hiç yok	17	21.24	5.65	6.324	.000*	5>1
	(2)1 tane	56	23.21	4.22			5>3
	(3)2-4 arası	343	23.14	4.86			
	(4)4-6 arası	149	24.18	4.13			
	(5)7 ve üstü	122	25.16	3.96			
	toplam	687	23.68	4.60			
İyimserlik	(1)hiç yok	17	26.06	8.20	2.803*	.025	5>3
	(2)1 tane	56	26.98	6.32			
	(3)2-4 arası	343	27.34	6.83			
	(4)4-6 arası	149	28.20	6.27			
	(5)7 ve üstü	122	29.34	5.58			
	toplam	687	27.82	6.53			
Yaşam anlamı	(1)hiç yok	17	49.82	8.04	1.188	.315	Yok
	(2)1 tane	56	50.45	7.18			
	(3)2-4 arası	343	49.06	7.94			
	(4)4-6 arası	149	49.44	8.95			
	(5)7 ve üstü	122	50.82	8.75			
	toplam	687	49.59	8.27			
Yaşam doyumu	(1)hiç yok	17	18.88	8.67	2.745	.028*	4>1
	(2)1 tane	56	20.70	6.44			5>1
	(3)2-4 arası	343	21.65	6.34			
	(4)4-6 arası	149	22.68	6.02			
	(5)7 ve üstü	122	22.83	6.71			
	toplam	687	21.94	6.44			

*p<.05

Tablo 4.11. incelendiğinde, arkadaş sayısına göre öğretmen adayları arasında yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olmadığı; mutluluk, iyimserlik ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında yaşam anlamı düzeyinin arkadaş sayısına göre farklılaşmadığı; 7 ve üstü arkadaşı olan öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin 2-4 arkadaşı olan ve hiç arkadaşı olmayan öğretmen adaylarına; 7 ve üstü arkadaşı olan öğretmen adaylarının iyimserlik düzeyinin 2-4 arkadaşı olan öğretmen adaylarına; 4-6, 7 ve üstü arkadaşı olan öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin hiç arkadaşı olmayan öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

4.9. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN TOPLULUK ÜYELİĞİNE GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin topluluk üyeliğine göre farklılaşıp/farklılaşmadığına ilişkin bulgular tablo 4.12.'de gösterilmiştir.

Tablo 4.12. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin topluluk üyeliğine göre farklılaşıp/farklılaşmadığına ilişkin t testi sonuçları

	Topluluk üyeliği	N	X	ss	t	p
Mutluluk	evet üyeyim	146	22.80	5.29	-2.622	.009*
	hayır üye değilim	541	23.92	4.37		
İyimserlik	evet üyeyim	146	27.49	7.24	-.680	.497
	hayır üye değilim	541	27.91	6.33		
Yaşam anlamı	evet üyeyim	146	48.95	8.25	-1.050	.294
	hayır üye değilim	541	49.76	8.27		
Yaşam doyumu	evet üyeyim	146	21.81	6.41	-.273	.785
	hayır üye değilim	541	21.97	6.46		

*p<.05

Tablo 4.12 incelendiğinde, bir öğrenci topluluğuna üye olan ve olmayan öğretmen adayları arasında mutluluk açısından anlamlı bir farklılık olduğu; iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Buna göre bir öğrenci topluluğuna üye olmayan öğretmen adaylarının mutluluğunun üye olan öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu; öğretmen adaylarında iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyinin topluluk üyeliğine göre farklılaşmadığı söylenebilmektedir.

4.10. ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN AMAÇLADIĞI BÖLÜMDE OKUMAYA GÖRE FARKLILAŞIP/FARKLILAŞMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin amaçladığı bölümde okumaya göre farklılaşıp/farklılaşmadığına ilişkin bulgular tablo 4.13.'de gösterilmiştir.

Tablo 4.13. Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin amaçladığı bölümde okumaya göre farklılaşp/farklılaşmadığına ilişkin t testi sonuçları

	Amaçladığı bölümde okuma	N	X	ss	t	p
Mutluluk	evet okuyorum	358	24.23	4.43	3.242	.001*
	hayır okumuyorum	329	23.09	4.72		
İyimserlik	evet okuyorum	358	28.99	6.49	4.989	.000*
	hayır okumuyorum	329	26.54	6.35		
Yaşam anlamı	evet okuyorum	358	50.90	7.82	4.389	.000*
	hayır okumuyorum	329	48.16	8.51		
Yaşam doyumu	evet okuyorum	358	23.38	5.72	6.317	.000*
	hayır okumuyorum	329	20.36	6.81		

*p<.05

Tablo 4.13. incelendiğinde, amaçladığı bölümde okuduğunu ve okumadığını belirten öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre amaçladığı bölümde okuduğunu belirten öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumunun okumadığını belirten öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

4.11. ÖĞRETMEN ADAYLARININ İYİMSERLİK, YAŞAM ANLAMI VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN MUTLULUK DÜZEYİNİ YORDAYIP/YORDAMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Öğretmen adaylarının iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin mutluluk düzeylerini yordamasına ilişkin analizler çoklu doğrusal regresyon ile yapılmıştır. Öğretmen adaylarının iyimserlik, yaşam doyumu ve yaşam anlamı puanları bağımsız değişken; mutluluk puanları ise bağımlı değişken olarak analize dâhil edilmiştir. Regresyon analizinde değişken seçimi için adımsal metot kullanılmıştır. Adımsal regresyon yapılmadan önce bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken olan mutluluk ile ilişkisi korelasyon katsayıları ile tablo 4.14.'te incelenmiştir.

Tablo 4.14. İyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu ve mutluluk arasındaki ilişkilere yönelik korelasyonlar

	İyimserlik	Yaşam anlamı	Yaşam doyumu	Mutluluk
İyimserlik	1	.195**	.355**	.437**
Yaşam anlamı		1	.250**	.311**
Yaşam doyumu			1	.620**
Mutluluk				1

** : p<0.01

Tablo 4.14. incelendiğinde, tüm bağımsız değişkenler ile mutluluk bağımlı değişkeni arasında korelasyon olduğu, bağımsız değişkenlerin kendi aralarında

regresyon varsayımlarını (çoklu bağlantı probleminin olmaması) ihlal edecek düzeyde çok yüksek bir korelasyon olmadığı görülmektedir.

Daha sonraki aşamada regresyon modelinin uygunluğu tablo 4.15.'de incelenmiştir.

Tablo 4.15. Tüm adımlarda regresyon modelinin bir bütün olarak anlamlı olup olmadığını test eden ANOVA sonuçları

Model		Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	Sig.
1	Regresyon	5586.054	1	5586.054	427.517	.000b
	Hata	8950.403	685	13.066		
	Toplam	14536.457	686			
2	Regresyon	6366.866	2	3183.433	266.533	.000c
	Hata	8169.591	684	11.944		
	Toplam	14536.457	686			
3	Regresyon	6632.757	3	2210.919	191.057	.000d
	Hata	7903.700	683	11.572		
	Toplam	14536.457	686			

a.: Bağımlı değişken: Mutluluk

b.: (Sabit). Yaşam doyumu

c.: (Sabit). Yaşam doyumu, iyimserlik

d.: (Sabit). Yaşam doyumu, iyimserlik, yaşam anlamı

Tablo 4.15.'e göre F değeri 191,057; p değeri (sig.) ise 0,000'dır. Bunun anlamı mutluluk değişkeninin modelde yer alan bağımsız değişkenler ile tahmin edilmesinin istatistiksel olarak mümkün olduğudur. Yani iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu değişkenlerinin her birinin bağımlı değişken üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Her bir adımdaki belirleyicilik katsayısı ve belirleyicilik katsayısındaki değişimler Tablo 4.16.'da sunulmaktadır.

Tablo 4.16. Mutluluk düzeyi puanlarına uygulanan adımsal regresyon analizinde her bir adımdaki belirleyicilik katsayıları

Model	R	R ²	Adj.R ²	R ² Değişim	F Değişim	Sig.
1	.620 ^a	.384	.383	.384	427.517	.000
2	.662 ^b	.438	.436	.054	65.374	.000
3	.675 ^c	.456	.454	.018	22.977	.000

a.: (Sabit), Yaşam doyumu

b.: (Sabit), Yaşam doyumu, iyimserlik

c.: (Sabit), Yaşam doyumu, iyimserlik, yaşam anlamı

Tablo 4.16.'da görüldüğü gibi mutluluk puanlarının yordanmasına ilişkin adımsal regresyon analizi üç aşamada tamamlanmıştır. İyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu anlamlı yordayıcılar olarak bulunmuştur.

Birinci adımda, mutluluğun en güçlü yordayıcısı ya da mutluluk puanlarındaki varyansın en büyük açıklayıcısı olarak yaşam doyumu değişkeni analize girmiş ve toplam varyansın %38,4'ünü açıklamıştır.

İkinci adımda, yaşam doyumu değişkenine ilaveten mutluluk ile ilgili varyansa katkı sağlayan iyimserlik önemli bir yordayıcı olarak analize girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı %5,4 olup iki değişken birlikte mutluluk puanlarındaki toplam varyansı %43,8'e yükseltmiştir.

Üçüncü adımda ise; yaşam doyumu ve iyimserlik değişkenlerine ek olarak yaşam anlamı değişkeni analize girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı %1,8 olup üç değişken birlikte mutluluk puanlarındaki toplam varyansı %45,6'ya yükseltmiştir. Sonuç olarak; yaşam doyumu, iyimserlik ve yaşam anlamı değişkenlerinin mutluluk puanlarındaki toplam varyansın %45,6'sını açıkladığı görülmüştür.

Tablo 4.17. Her bir aşamada elde edilen regresyon katsayıları, katsayıların anlamlılık durumu, kısmi korelasyonlar ile çoklu bağlantı istatistikleri

Model		Regresyon Katsayıları		Standardize	t	Kısmi Korelasyon	Çoklu bağlantı istatistikleri	
		B	Std. Hata	Beta			Tolerans	VIF
1	(Sabit)	13.97	.49		28.52**			
	Yaşam doyumu	.44	.02	.62	20.68**	.62	1.00	1.00
2	(Sabit)	10.49	.64		16.49**			
	Yaşam doyumu	.38	.02	.53	17.35**	.55	.87	1.14
	İyimserlik	.18	.02	.25	8.08**	.29	.87	1.14
3	(Sabit)	7.40	.90		8.23**			
	Yaşam doyumu	.36	.02	.50	16.34**	.53	.84	1.19
	İyimserlik	.16	.02	.23	7.59**	.28	.86	1.16
	Yaşam anlamı	.08	.02	.14	4.79**	.18	.93	1.08

a. **: p<0.01

b. Bağımlı değişken: Mutluluk

Aşamalı regresyon analizi sonucunda öğretmen adaylarının mutluluk puanları yaşam doyumu, iyimserlik ve yaşam anlamı tarafından pozitif yönde ve anlamlı şekilde yordanmaktadır. Öğretmen adaylarının yaşam doyumu puanı 1 arttığında mutluluğu 0,36 puan; iyimserlik puanı 1 arttığında mutluluğu 0,16 puan; yaşam anlamı puanı 1 arttığında mutluluğu 0,08 puan artmaktadır. Beta katsayılarından mutluluğun görece en önemli yordayıcıları sırasıyla yaşam doyumu, iyimserlik ve yaşam anlamı olduğu anlaşılmaktadır. Büyüköztürk (2009)'e göre

tolerans değerinin 0,2'nin altında olması ve VIF değerinin 10'un üstünde olması çoklu bağlantı problemi olduğuna işaret etmektedir. Buna göre çoklu bağlantı istatistiklerinden regresyon varsayımlarının ihlal edilmediği anlaşılmaktadır.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. SONUÇ VE TARTIŞMA

5.1.1. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde erkek ve kadın öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik ve yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olmadığı; yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında mutluluk, iyimserlik ve yaşam anlamı düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı; kadın öğretmen adaylarının yaşam doyumunun erkek öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Literatür incelendiğinde mutluluğun cinsiyet açısından farklılaşmadığına dair birçok çalışma bulunmaktadır. Cihangir Çankaya (2009) araştırmasında öğretmen adayları üzerinde mutluluk açısından anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Saygın ve Arslan (2009) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada mutluluk açısından anlamlı bir farklılık saptamamışlardır. Yine Kara (2010) mutluluğun cinsiyete göre değişmediğini saptamıştır. Eryılmaz ve Aypay (2011) kadın ve erkek ergenler arasında mutluluk açısından anlamlı bir farklılık bulmamışlardır. Şahin ve arkadaşları (2012) ise üniversite öğrencileri arasında mutluluk açısından anlamlı bir farklılık bulmamışlardır. Toprak (2014) kadın ve erkek ergenlerle yaptığı çalışmasında mutluluk açısından anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Duman (2014) ise öğretmen adaylarında yaptığı çalışmasında mutluluk ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki saptamamıştır. Tingaz ve Hazar (2014) yaptıkları çalışmada beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde eğitim alan öğrencilerin mutluluklarının cinsiyete göre farklılaşmadığını saptamıştır. Şahin (2015) araştırmasında üniversite öğrencilerinde mutluluğun cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediğini saptamıştır. Sevindik (2015)'in yaptığı çalışmada ise

araştırmaya katılan bireylerin mutluluk düzeyi ortalamaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu çalışmaların yanı sıra mutluluğun cinsiyet açısından farklılaştığını öne süren çalışmalar da mevcuttur. Atay (2012)'ın çalışmasında kadın olmanın mutluluğa katkı sağladığını vurgulanmıştır. Gülcan (2014) araştırmasında kadınların erkeklerden daha yüksek mutluluk düzeyine sahip olduğunu tespit etmiştir. Şaşmaz (2016)'ın çalışmasında kadınların mutluluk düzeylerinin erkeklerin mutluluk düzeylerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Akın ve Şentürk (2012) ise yaptıkları araştırmada erkeklerin kadınlara göre daha mutlu olduğunu saptamışlardır.

Literatür incelendiğinde iyimserliğin cinsiyet açısından farklılaşmadığına dair birçok çalışma bulunmaktadır. Aydın ve Tezer (1991) çalışmalarında iyimserlik düzeyinde cinsiyete göre anlamlı fark bulamamışlardır. Puskar ve arkadaşları (1999) kız öğrencilerin iyimserlik düzeylerini erkek öğrencilere göre düşük bulmuştur fakat aradaki fark anlamlı bulunmamıştır. Eryılmaz (2012) araştırmasında üniversite öğrencilerinde iyimserliğin cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığını bulmuştur. Erdoğan (2013) ilköğretim öğretmenlerinde akademik iyimserlik düzeyinin cinsiyete göre değişmediğini bulmuştur. Gülcan (2014) araştırmasında iyimserlik açısından cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşma saptamamıştır. Uzun (2014) sınıf öğretmenlerinin akademik iyimserlik düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediğini saptamıştır. Oda (2014) araştırmasında iyimserlik puanında cinsiyete göre anlamlılık bulamamıştır. Gençoğlu ve arkadaşları (2014) yaptıkları araştırmada kız ve erkek öğrencilerin erkeklerin daha iyimser olduklarına dair bir algıya sahip olsalar da, bu algının anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Katanalp Biroğul (2015) cinsiyet açısından öğretmenlerin akademik iyimserliklerinin anlamlı düzeyde farklılaşmadığını görmüştür. Köksezen (2015) ilkokul öğretmenlerinin akademik iyimserlik düzeylerinin cinsiyete göre değişmediğini saptamıştır. Şahin (2015) araştırmasında üniversite öğrencilerinin iyimserlik düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediğini bulmuştur. Ergen (2016) sınıf öğretmenlerinin akademik iyimserliklerinin cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını saptamıştır. Bu çalışmaların yanında iyimserliğin cinsiyete göre farklılaştığını öne süren çalışmalar da azımsanmayacak derecededir. Aymir (2004) sigorta çalışanları üzerinde yaptığı çalışmasında kadınların erkeklere oranla iyimserlik düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulmuştur. Parmaksız

(2011) öğretmen adaylarının cinsiyet değişkenine göre iyimserlik puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma saptamıştır. Kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha iyimser olduğunu belirlemiştir. Karaçam ve Pulur (2016) yaptıkları çalışmada akademik iyimserlik düzeyini cinsiyete göre kadın beden eğitimi öğretmenleri lehine anlamlı bir şekilde farklılaştığını bulmuştur. Açıkgöz (2006) ise çalışmasında erkek öğrencilerin iyimserliklerini kız öğrencilere göre anlamlı şekilde yüksek saptamıştır. Puskar ve arkadaşları (2010) da lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada yine erkek öğrencilerin iyimserlik düzeyini kız öğrencilere göre yüksek bulmuştur.

Literatür incelendiğinde yaşam anlamına cinsiyetin anlamlı şekilde etki etmediğine dair çok fazla araştırma mevcuttur. Steger ve arkadaşlarının (2006) yapmış olduğu çalışmada yaşam anlamı aranan anlam alt boyutunun cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı görülmektedir. Steger ve Kashdan (2007) psikoloji öğrencileri ile yaşamın anlamı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda cinsiyet açısından bir fark bulunmamıştır. Demirbaş (2010) araştırmasında yaşamda anlamın üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini bulmuştur. Arda (2011) kanser hastaları ve sağlıklı bireylerle yapmış olduğu çalışmada, her iki gruptaki bireylerde cinsiyetler arasında anlam açısından anlamlı bir farklılık bulunmadığını belirtmiştir. Yüksel (2013)'in araştırmasında genç yetişkinlerin aranan yaşam anlamı, mevcut yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Baş (2014)'in araştırmasında kadın öğrencilerin, yaşamın mevcut anlamı ve yaşamın aranan anlamı puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu farkın hem yaşamın mevcut anlamı için hem de yaşamın aranan anlamı için anlamlı olmadığı görülmüştür. Kızılırmak (2015) genç yetişkinlerin yaşamda anlam varlığı ve anlam arayışı düzeylerinin cinsiyet açısından farklılık göstermediğini bulmuştur. Baş ve Hamarta (2015) üniversite öğrencilerinde yaptıkları çalışmada yaşamın anlamının cinsiyete göre farklılık göstermediğini saptamışlardır. Bu çalışmaların yanında yaşam anlamının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığını saptayan çalışmalar da mevcuttur. Taş (2011) mevcut yaşam anlamı açısından cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı, aranan yaşam anlamı açısından erkeklerin kadınlardan daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Bektaş (2012) ise yaptığı bir çalışmada otomotiv sektöründe çalışan orta ve üst düzey

yöneticilerde yaşam anlamının mevcut anlam alt boyutunun cinsiyet faktörüne göre incelendiğinde kadınların lehine anlamlı bir farklılık gösterdiğini tespit etmiştir.

Literatür incelendiğinde yaşam doyumunun kadınlarda anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu ortaya koyan çalışmaların çokluğu dikkat çekmektedir. Köker (1991) sorunlu ve normal ergenlerin yaşam doyumunu düzeyini karşılaştırdığı araştırmasında normal grupta bulunan kızlar, normal grupta bulunan erkeklerden; sorunlu grupta bulunan kızlar sorunlu grupta bulunan erkeklerden daha doyumlu görülmektedir. Karlıdağ ve arkadaşları (2001) kadın hekimlerin yaşam doyumunu erkek hekimlerden anlamlı düzeyde daha yüksek bulmuşlardır. Deniz ve Yılmaz (2004)'in araştırmasında yaşam doyumunu açısından kız öğrenciler erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Keser (2005) otomotiv sektöründe çalışan kadınların yaşam doyumunun erkeklere göre daha yüksek olduğunu bildirilmiştir. Tuzgöl Dost (2007) tarafından yapılan çalışmada kız öğrencilerin yaşam doyumları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Gençay (2009) araştırmasında beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinden erkeklerin kızlara göre yaşam doyum düzeylerinin daha düşük olduğunu belirlemiştir. Recepoğlu (2013) tarafından yapılan çalışmada kadın öğretmen adaylarının yaşam doyum düzeyleri erkek öğretmen adaylarının yaşam doyum düzeylerinden daha yüksek bulunmuştur. Gülcan (2014)'in araştırmasında kadınların yaşam doyumunun erkeklere göre daha yüksek oldukları saptanmıştır. Sarıkadıoğlu (2016) yetişkinler üzerinde yaptığı araştırmasında kadınların erkeklere oranla yaşam doyumunun daha yüksek olduğunu bulmuştur. Elkin (2016) ise çalışmasında erkeklerin yaşam doyumunun anlamlı düzeyde yüksek olduğunu görmüştür. Literatürde cinsiyet açısından yaşam doyumunda anlamlı bir farklılaşmanın olmadığını ileri süren çalışmaların çokluğu da dikkat çekmektedir. Diener ve Diener (1995) 31 ülkede, 49 üniversiteye yaptıkları çalışmada yaşam doyumunu açısından kadınlar ve erkekler arasında anlamlı düzeyde farklılık saptanmamıştır. O'Conner ve Vallerand (1998) yaşlılarda yaşam doyum düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını tespit etmişlerdir. Vara (1999), yoğun bakım hemşirelerinde yaptığı çalışmada yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır. Erdem ve arkadaşları (2004) hemodiyaliz hastalarıyla yaptıkları çalışmada ise cinsiyet ve yaşam doyumunu arasında ilişki bulamamıştır. Şahin (2008) beden eğitimi öğretmenlerinde yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşma göstermediğini saptamıştır. Gümüşbaş (2008) ergenlerin

cinsiyete göre yaşam doyum düzeylerinde anlamlı bir fark olmadığını bulmuştur. Gün ve Bayraktar (2008) göç etmiş ergenlerde yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuştur. Kırtıl (2009) erkek ve kız ergenler arasında yaşam doyumunu açısından anlamlı bir fark bulamamıştır. Şahin (2010) ilköğretim öğretmenlerinin yaşam doyumlarının cinsiyete göre anlamlı şekilde değişmediğini bulmuştur. Ünal (2011) lise öğrencilerinde cinsiyet değişkeninin yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordamadığına ulaşmıştır. Telef (2011) çalışmasında kadın öğretmenlerin yaşam doyumunu algılarını daha yüksek saptamasına rağmen bu durum anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Tümkaya ve arkadaşları (2011) lise öğrencilerinin cinsiyete göre yaşam doyumlarının farklılaşmadığını görmüşlerdir. Giusta ve arkadaşları (2011) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, kadın ve erkeklerde yaşam doyumunu düzeylerinin benzer olduğunu bulmuşlardır. Tümkaya ve Çelik (2012) öğretim elemanlarında cinsiyete göre yaşam doyumunu açısından anlamlı fark olmadığını tespit etmişlerdir. Altundağ (2013) anne-babası boşanmış ergenlerin yaşam doyumlarında cinsiyete göre anlamlı bir fark bulamamıştır. Akyol (2013) ergenlerin yaşam doyumunu düzeyleri üzerinde cinsiyetin anlamlı düzeyde fark oluşturmadığını bulmuştur. Günaçtı Atasoy (2014) beden eğitimi öğretmenlerin yaşam doyumlarının cinsiyet değişkeni açısından ise anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını tespit etmiştir. Kıvılcım (2014) öğretmenlerde yaşam doyumunu ortalama puanlarında cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık olmadığını belirlemiştir. Yine Kumar (2014), öğretmenlerin cinsiyete göre yaşam doyumlarında anlamlı farklılık olmadığını saptamıştır. Toprak (2014) erkek ve kadın ergenler arasında yaşam doyumunu açısından anlamlı farklılık gözlememiştir. İnci (2014) çalışmasında öğretmen adaylarının yaşam doyumunu düzeylerine ilişkin algılarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık oluşturmadığını bulmuştur. Duy ve Yıldız (2014) yaşam doyumunu üzerinde cinsiyetin anlamlı bir etkisinin olmadığını bulmuştur. Akgün (2015) lise öğretmenlerinin yaşam doyumunu düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını tespit etmiştir. Sarıdemir (2015) öğretmenlerin cinsiyetinin yaşam doyumunu düzeyi üzerindeki etkisinin anlamlı çıkmadığı sonucuna ulaşmıştır. Receptoğlu ve Ülker Tümülü (2015) akademik personelin yaşam doyum düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılık göstermediğini saptamışlardır. Ezerçe (2016) yaşam doyumunu ile cinsiyet arasında ilişki tespit edememiştir. Özbek (2016) evli bireylerde yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılık göstermediğini bulmuştur. Kermen ve arkadaşları (2016) yaşam

doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuştur. Söylemez (2016) genç yetişkin katılımcıların yaşam doyumlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediğini saptamıştır.

Öğretmen adaylarında mutluluk, iyimserlik ve yaşam anlamı düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmamasının beklendik bir sonuç olduğu söylenebilir. Çünkü mutluluk, iyimserlik ve yaşam anlamının bireylerin cinsiyetleri ile değil iç dünyaları ve kişilik özellikleri ile ilgili olacağı düşünülebilir. Ayrıca çalışmanın cinsiyet faktörünün herhangi bir ayrışmaya sebebiyet verecek bir örneklem grubu üzerinde yapılmamış olması da bu sonucu ortaya çıkarabilir. Kadınların erkeklerden daha fazla yaşam doyumuna sahip olmasında ise kadınların erkeklere göre daha fazla yaşam alanı (iş hayatı, çocuk bakımı, ev işleri, sosyal ilişkiler, etkinlikler vb.) ile ilgili faaliyetler yapacak olmasının ve bu faaliyetlerin getireceği sorumlulukları aşıyor olmanın vereceği hazdan kaynaklandığı söylenebilir. Bunun yanında toplumun cinsiyet üzerine yüklediği roller açısından kadınların duygularını daha rahat ifade edebilmeleri, sosyal ilişkilerinin daha kuvvetli olması, işlerini yaparken kendilerine yetebilecek olmaları, daha üretken olmaları; erkeklerin ise duygularını ifade etmede daha çekingen davranmaları, sosyal ilişkilerinin daha yüzeysel olması, bazı ihtiyaçlarının karşılanmasında kadınlara muhtaç olmaları, ailenin maddi yükünün birinci derecede erkeklere yüklenmesi gibi etkenlerin etkili olacağı düşünülebilir.

5.1.2. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Bölüme Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde bölüme göre öğretmen adayları arasında mutluluk açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre biyoloji, kimya, hemşirelik, gıda mühendisliği, tarih, iktisat, müzik, Türk dili ve edebiyatı, ilahiyat, ebelik, İngiliz dili ve edebiyatı bölümü öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin işletme bölümü öğretmen adaylarına; müzik ve ebelik bölümü öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin uluslararası ticaret ve lojistik bölümü öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Yapılan analizde bölüme göre öğretmen adayları arasında iyimserlik açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre ilahiyat bölümü öğretmen adaylarının iyimserlik düzeyinin kimya, matematik, uluslararası ticaret ve lojistik bölümü öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Yapılan analizde bölüme göre öğretmen adayları arasında yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre ebelik bölümü öğretmen adaylarının yaşam anlamı düzeyinin hemşirelik, gıda mühendisliği, işletme, İngiliz dili ve edebiyatı, uluslararası ticaret ve lojistik bölümü öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Yapılan analizde bölüme göre öğretmen adayları arasında yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre biyoloji, hemşirelik, gıda mühendisliği, tarih, iktisat, müzik, Türk dili ve edebiyatı, antrenörlük, ilahiyat, ebelik, İngiliz dili ve edebiyatı bölümü öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin işletme bölümü öğretmen adaylarına; ilahiyat bölümü öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin biyoloji, kimya, hemşirelik, matematik, işletme, gastronomi, uluslararası ticaret ve lojistik bölümü öğretmen adaylarına; antrenörlük bölümü öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin işletme bölümü öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Literatür incelendiğinde bölüme göre mutluluk düzeyine bakıldığında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Tingaz ve Hazar (2014) araştırmasında beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin mutluluk düzeyleri, ilköğretim matematik öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilere göre daha yüksektir. Şahin (2015) araştırmasında öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülteye göre mutluluklarında anlamlı derecede farklılık görmüştür.

Literatür incelendiğinde bölüme göre iyimserlik düzeyine bakıldığında anlamlı farklılık olan ve olmayan çalışmalar mevcut olmasına rağmen pek çalışma olmadığı görülmüştür. Açıkgöz (2006) öğrencilerin bölümlere göre iyimserlik puan ortalamalarına ilişkin araştırma bulgularında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulamamıştır. Fakat Şahin (2015) araştırmasında öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte değişkeni açısından iyimserlik düzeylerinde anlamlı derecede farklılık görmüştür.

Literatür incelendiğinde bölüme göre yaşam anlamı düzeyine bakıldığında daha çok anlamlı farklılık olduğu yönünde çalışmalara rastlanmıştır. Lindeman ve Verkasalo (1996)'nin demografik değişkenlere göre yaşamın anlamını inceleyen çalışmasına farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile itfaiyecilerle öğretmenleri katılmıştır. Karşılaştırma grubu olarak da hemşirelik öğrencileri ve

sosyal çalışma bölümünde öğrenim gören öğrencilerden veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda itfaiyeci eğitimcilerinin deneyimledikleri anlam düzeyleri psikoloji, hemşirelik, sosyal çalışma bölümü öğrencilerinden daha yüksek bulunmuştur. Ek olarak, farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin anlam deneyimi düzeylerinin farklılaştığı belirlenmiştir. Topuz (2016)'un çalışmasında ilahiyat fakültesi öğrencilerinin yaşamın mevcut anlamını diğer fakülte öğrencilerine göre daha yüksek düzeyde hissettikleri görülmektedir. Parlak (2014) ise araştırmasında kız öğrencilerin yaşamda anlamlarının bölüme göre anlamlı farklılık göstermediğini saptamıştır.

Literatür incelendiğinde bölüme göre yaşam doyumu düzeyine bakıldığında anlamlı bir farklılık olduğunu dile getiren çalışmalar kadar anlamlı bir farklılık olmadığı dile getiren çalışmalar da bulunmaktadır. Ulucan ve arkadaşları (2011) beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin bölüme göre yaşam doyumlarında anlamlı farklılığa rastlamışlardır. Beden eğitimi öğretmenliği bölümü ile antrenörlük eğitimi bölümü öğrencilerinin yaşam doyumlarının spor yöneticiliği bölümü öğrencilerine göre yüksek olduğu bulunmuştur. Dilekmen ve Özdemir (2016)'in çalışmasında yaşam doyumunda psikolojik danışmanlık ve rehberlik ile sınıf, fen bilgisi, matematik ve sosyal bilgiler öğretmenlikleri arasında psikolojik danışmanlık ve rehberlik lehine; İngilizce öğretmenliği ile sosyal bilgiler ve fen bilgisi öğretmenlikleri arasında İngilizce öğretmenliği lehine; fen bilgisi öğretmenliği ile matematik ve sınıf öğretmenlikleri arasında fen bilgisi öğretmenliği lehine anlamlı düzeyde farklılaşma görülmüştür. Selçukoğlu (2001)'nin araştırmasında ise yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesinde sayısal ve sözel bölümde çalışan araştırma görevlileri arasında bir farklılık görülmemiştir. Kaya (2006) askeri okul öğrencilerinde yaşam doyumu düzeylerinin eğitim-öğretim görülen bölüme göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını bulmuştur. Şahin (2010) ilköğretim öğretmenlerinin branşlarına göre yaşam doyumlarında anlamlı farklılık olmadığını saptamıştır. Recepoğlu (2013) tarafından yapılan araştırmada da öğretmen adaylarının yaşam doyumlarının öğrenim gördükleri bölümlere göre anlamlı şekilde değişmediği bulunmuştur. Kıvılcım (2014) öğretmenlerde yaşam doyumu ortalama puanlarında branş açısından anlamlı bir farklılık olmadığını belirlemiştir. Işık ve Koçak (2014)'ın araştırmasında bölüme göre öğrencilerin yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur. İnci (2014) yaşam

doyumunu açısından öğretmen adaylarının görüşlerinin öğrenim gördüğü bölüm değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Öğretmen adaylarında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerinin öğrenim gördükleri bölüme göre farklılık göstermesinin mezuniyet sonrası iş bulma olanakları; iş alanlarının net veya belirsiz, dar veya geniş çerçevede olması; adayların bölümlerini yetenek, ilgi ve isteklerine göre seçip seçmemeleri; öğrenim gördükleri bölümde aldıkları eğitim; mezun olduktan sonra yapacakları işin nitelikleri gibi faktörlerden etkileceği düşünülebilir.

5.1.3. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Aile Gelir Düzeyine Göre Farklılaşım/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde aile gelir düzeyine göre öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyinin aile gelir düzeyine göre farklılaşmadığı söylenebilmektedir.

Literatürde aile gelir düzeyine göre mutluluk açısından anlamlı bir farklılık olmadığını saptayan çalışmalar az sayıdadır. Derleme çalışmalarında Diener ve arkadaşları (1999) mutluluk ve gelir arasında doğrudan nedensel ilişkiden söz etmenin güç olduğunu ifade etmektedirler. Kara (2010) mutluluğun cinsiyet ve gelir düzeyine göre değişmediğini saptamıştır. Tingaz ve Hazar (2014)'ın araştırmasında beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde eğitim alan öğrencilerin, ailelerinin aylık gelir durumuna göre mutluluklarında bir değişiklik görülmemektedir. Ancak, aylık aile geliri, 0-1000 TL grubuna giren öğrencilerin mutlulukları, 1001-3000 ve 3000+ grubunda olan öğrencilerin mutluluklarından daha yüksektir. Şahin (2015) ailenin gelir düzeyine göre mutluluk düzeylerinde anlamlı bir farklılık görmemiştir. Bunun yanında literatürde gelir düzeyine göre mutluluğun anlamlı şekilde farklılaştığını öne süren çalışmalar oldukça fazladır. Diener ve arkadaşları (2002) sosyoekonomik düzeyin mutluluk üzerinde çok az da olsa bir etkiye sahip olduğunu savunmaktadırlar. Diener ve Seligman (2004)'a göre ülkelerin refah düzeyleri arttıkça mutluluk düzeyi belli bir orana kadar artmakta, sonrasında ise daha fazla sosyal ilişkiler ve iş doyumu önem kazanmaktadır. Aydemir (2008) araştırmasında gelir durumu çok iyi olanların, diğerlerine göre daha mutlu oldukları sonucuna

ulaşmıştır. Tosyalı (2010)'nın araştırmasında ekonomik durumunu çok iyi-iyi olarak algılayan bireylerin ilişkilerde mutluluk algıları yüksek, ekonomik durumunu kötü-çok kötü olarak algılayan kişilerin ilişkilerde mutluluk algıları daha düşük bulunmuştur. Şentürk (2011) gelir düzeyine göre mutluluğun arttığı sonucuna ulaşmıştır. Akın ve Şentürk (2012)'ün çalışmasında gelir attıkça mutluluk da artmaktadır. En yüksek mutluluk düzeyine 1125-1349 Euro arasında geliri olanların sahip olduğu görülmektedir. Bunu 1350-1574 Euro arasında geliri olanlar takip etmektedir. Mutsuzluk oranlarına bakıldığında en yüksek düzey 50-99 Euro arası geliri olanlarda görülmektedir. Atay (2012) ise araştırmasında yüksek gelirin mutluluğu olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Toprak (2014) ergenlerde mutluluğun sosyoekonomik düzeye göre farklılaştığı bulgusuna ulaşmıştır. Sevindik (2015)'in çalışmasında gelir düzeyi orta olanların mutluluk düzeyi, gelir düzeyi iyi olanların mutluluk düzeyinden yüksek bulunmuştur. Gelir düzeyi düşük olanların mutluluk düzeyi, gelir düzeyi iyi olanların mutluluk düzeyinden yüksek bulunmuştur. Gelir düzeyi düşük olanların mutluluk düzeyi, gelir düzeyi orta olanların mutluluk düzeyinden yüksek bulunmuştur.

Literatür incelendiğinde gelir düzeyinin iyimserlik üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığını ifade eden araştırmalar oldukça azdır. Şahin (2015)'in araştırmasında ailenin gelir düzeyine göre iyimserlik düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Ancak gelir düzeyinin iyimserlik üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ifade eden araştırmalar azımsanmayacak derecededir. Güleri (1998)'nin yaptığı araştırma bulguları düşük sosyoekonomik düzeyde olan işçi gençlerin, üniversite gençlerine oranla daha kötümser oldukları yönündedir. Parmaksız (2011)'in araştırmasında ailelerinin sosyoekonomik durumu orta olan öğretmen adaylarının iyimserlikleri ailelerinin sosyoekonomik durumu düşük olanlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Oda (2014) iyimserlik puanlarının gelir seviyesi ile ilişkisinde; 600 TL ve altı geliri olanlar ile 601-899 TL, 600 TL ve altı ile 1200-1499 TL arası geliri olanlar arasında, 900-1199 TL arası geliri olanlar ile 601-899 TL olanlar, 900-1199 TL arası ile 1200-1499 TL geliri olanlar, 1500 TL üstü geliri olanlar ile 601-899 TL arası olanlar, 1500 TL üstü geliri olanlar ile 1200-1499 TL arası geliri olanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı sonuçlara ulaşmıştır. Gülcan (2014)'in araştırmasında öğrencilerin iyimserlik düzeyinin ailesinin sosyoekonomik düzeyi ile ilgisi incelendiğinde; sosyoekonomik

düzeyi iyi olanların en yüksek iyimserlik ortalamasına, düşük olanların en düşük iyimserlik ortalamasına sahip oldukları görülmektedir.

Literatürde yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olmadığını dile getiren çalışmalar mevcuttur. Yüksel (2013)'in çalışmasında genç yetişkinlerin sahip olduğu aranan yaşam anlamı, mevcut yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı sosyoekonomik düzeye göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Parlak (2014)'in çalışmasında araştırmaya katılan kız öğrencilerin Yaşamda anlam ölçeği puanları gelir seviyesine göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Söylemez (2016)'in çalışmasında sosyoekonomik seviye gruplarının yaşam anlamı arasında anlamlı bir fark yoktur. Bunun yanıdaysa yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olduğunu dile getiren çalışmalar da mevcuttur. Demir Güdül ve Yıkılmaz (2015)'in yaptıkları çalışmada yaşamda anlam varlığının sadece düşük ve orta düzeyde sosyoekonomik düzeye göre farklılık gösterdiği, anlam arayışının ise sosyoekonomik düzeye göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Sosyoekonomik düzeyini düşük olarak algılayan öğrencilerin anlamın varlığı puanları sadece sosyoekonomik düzeyini orta olarak algılayan gruba göre anlamlı düzeyde düşüktür.

Literatürde yaşam doyumu açısından aile gelir düzeyine göre anlamlı farklılık olduğunu ortaya koyan çalışmaların anlamlı farklılık olmadığını ortaya koyan çalışmalardan fazla olması dikkat çekmektedir. Özbek (2016)'in çalışmasında evli bireylerde yaşam doyumunun gelir düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Elkin (2016)'in araştırmasında araştırmaya katılan yaşlıların yaşam doyumu düzeyleri ile gelir durumlarına bakıldığında; gelir düzeyi yüksek olanların puan ortalaması daha yüksek bulunmuş olmasına karşın gelir durumu ile yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlılık saptanmamıştır. Söylemez (2016)'in çalışmasında sosyoekonomik seviye grupları ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir fark yoktur. Diener (1984) ise yaptığı çalışma ile sosyoekonomik düzey ve yaşam doyumu arasında pozitif bir korelasyon olduğunu vurgulamıştır. Tuzgöl Dost (2007)'un araştırmasında ekonomik durumu yüksek olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları, ekonomik durumu orta ve düşük olanlardan; ekonomik durumu orta olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ise ekonomik durumu düşük olanlardan anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Yılmaz ve Altınok (2009) yaptıkları çalışmada yaşam doyumunun gelir düzeyinden etkilendiğini bulmuşlardır. Bilge ve arkadaşları (2009) sosyoekonomik düzeye göre yapılan yaşam

doyumunu karşılaştırılmasında ise kendisini alt düzeyde algılayan aile mahkemesi uzmanlarının lehine anlamlı fark bulmuşlardır. Şahin (2010)'in araştırmasında öğretmenlerin algıladıkları sosyoekonomik düzeye göre yaşam doyumunu düzeyi arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Buna göre öğretmenlerin yaşam doyumunu düzeylerinin, düşük sosyoekonomik düzeye sahip olma yönünde önemli düzeyde anlamlı olduğu bulunmuştur. Tümkaya ve arkadaşları (2011) yaşam doyumunda gelir düzeyine göre geliri 1001 TL ile 1250 TL arasında olan öğrenciler lehine anlamlı farklılık olduğu sonucuna varmışlardır. Kabasakal ve Uz Baş (2013) tarafından yapılan çalışmada da yaşam doyumunun ekonomik düzeye göre anlamlı şekilde farklılaştığı sonucu ortaya çıkmıştır. Toprak (2014)'ın çalışmasında sosyoekonomik düzeyi düşük olan ergenler yaşamlarının çeşitli boyutlarından daha az doyum alırken, sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlar ise yaşamlarından daha fazla doyum almaktadırlar. Günaçtı Atasoy (2014) beden eğitimi öğretmenlerin yaşam doyumlarının sosyoekonomik değişkenler açısından anlamlı bir şekilde farklılaştığını saptamıştır. Işık ve Koçak (2014) araştırmalarında ailesinin maddi durumunu iyi/çok iyi olarak algılayan öğrencilerin yaşam doyumlarının ailesinin maddi durumunu normal ve kötü/çok kötü olarak algılayan öğrencilerin yaşam doyumundan anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Yıkılmaz ve Demir Güdül (2015) araştırmalarında yaşam doyumunun algılanan sosyoekonomik düzeye göre anlamlı biçimde değiştiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu değişimin sadece sosyoekonomik düzeyi düşük düzey olanlar ile sosyoekonomik düzeyi orta ve yüksek düzey olanlar arasında olduğu görülmüştür.

Öğretmen adaylarında ailenin gelir seviyesine göre herhangi bir farklılaşmanın olmamasında örneklem grubunun çoğunluğunun aynı gelir düzeyine sahip olması, bireylerin gelirine uygun bir şekilde giderlerini ayarlayabilmesi, ayrıca bireyin bu olumlu boyutları yaşamasında gelir dışında başka faktörlerin etkili olabilmesinin neden olacağı düşünülebilir.

5.1.4. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Anne-Babanın Hayatta Olma Durumuna Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde anne-babanın hayatta olma durumuna göre öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumunu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında

mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyinin anne-babanın hayatta olma durumuna göre farklılaşmadığı söylenebilmektedir.

Literatürde anne-babanın hayatta olma durumuna göre mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından çok az sayıda çalışma bulunmaktadır. Toprak (2014)'ın araştırmasında babanın sağ olmasıyla mutluluğun anlamlı düzeyde ilişkisine rastlanmamasına rağmen annenin sağ olması ergenlerin mutluluğu ile anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Yaşam doyumu düzeyinin annenin sağ olmasına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ancak babanın sağ olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Parlak (2014)'ın araştırmasında araştırmaya katılan kız öğrencilerin yaşamda anlam ölçeği puan ortalamaları hem annenin hem de babanın sağ-özü olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Öğretmen adaylarında anne-babanın hayatta olma durumuna göre farklılığın olmaması üzerinde örneklem grubundaki bireylerin çoğunun anne-babasının sağ olması, anne-baba vefat edenlerde ilk başta bu duruma alışmak zor olsa da sonradan anne-babanın yokluğuna göre yaşam faaliyetlerin dizayn edilmesi ve bireylerin anne-baba ile olan ilişkisinin niteliği etkili olabilir.

5.1.5. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Algılanan Anne-Baba Tutumlarına Göre Farklaşp/Farklaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde algılanan anne-baba tutumuna göre öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre; demokratik anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin otoriter ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; koruyucu anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin otoriter ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; demokratik anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının iyimserlik düzeyinin otoriter anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; demokratik anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının yaşam anlamı düzeyinin otoriter anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; demokratik anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin otoriter ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına; koruyucu anne-baba tutumuna sahip

öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin otoriter ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Literatürde algılanan anne-baba tutumuna göre mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı farklılık olduğunu ve olmadığını saptayan çalışmalar mevcut olmasına rağmen bu çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir. Duman (2014) öğretmen adaylarında ebeveyn tutumunun mutluluk ile anlamlı bir ilişki gösterdiğini tespit etmiştir. Ezerçe (2016) yaşam doyumu ile ebeveyn tutumları arasında ilişki tespit edememiştir. Yüksel (2013)'in araştırmasında genç yetişkinlerin ebeveyn tutumuna göre aranan yaşam anlamlarında anlamlı farklılık görülürken; mevcut yaşam anlamı ve genel yaşam anlamında anlamlı farklılık görülmemektedir. Otoriter ebeveyn tutumuna sahip ailelerin çocukları demokratik, ilgisiz ve koruyucu ailelerin çocuklarına göre daha fazla aranan yaşam anlamı puanına sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Söylemez (2016)'in araştırmasında grupların yaşam anlamları arasında anne baba tutumlarına göre anlamlı fark yoktur. Çivitçi (2009)'nin araştırmasında algılanan baba tutumu sadece okul doyumunda anlamlı fark oluşturmazken; algılanan anne tutumu yaşam doyumunun tüm boyutlarında ve genel yaşam doyumunda anlamlı farklılığa yol açmıştır. Gruplar arasında ise, anne ve babalarının tutumlarını anlayışlı-demokratik olarak algılayan öğrencilerin yaşam doyumları ilgisiz ve baskıcı-otoriter olarak algılayanlara göre daha fazla bulunmuştur. Tümkaya ve arkadaşları (2011) yaşam doyumlarında anne-baba tutumuna göre demokratik anne-baba-tutumuna lehine farklılık olduğu sonucuna varmışlardır. Tuzgöl Dost (2007) araştırmasında üniversite öğrencilerinin genel yaşam doyumlarının anne ve babalarının tutumlarına göre farklılaşmadığını saptamıştır.

Anne-baba tutumu olarak bireyi belli kurallara göre denetleyen, bireye değer veren, bireyle ilgilenen demokratik tutumun; baskı unsuru olan otoriter tutuma ve umursamayan nitelikte olan ilgisiz tutuma göre daha yüksek puanlara sahip olması beklenilir bir durum olarak görülebilir. Bunun yanında koruyucu tutumun da otoriter ve ilgisiz tutuma göre yüksek bulunmasında bireylerin alakadar olmayan ya da iletişime kapalı yaklaşımlar yerine, koruyan kollayan bir tutumu yeğlediklerinin etkili olacağı düşünülebilir.

5.1.6. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Doğum Sırasına Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde doğum sırasına göre öğretmen adayları arasında iyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı; mutluluk açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında iyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu düzeyinin doğum sırasına göre farklılaşmadığı; doğum sırası ilk olan öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin doğum sırası ortanca olan öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Literatürde doğum sırasına göre mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından yapılan çalışmaların çok az olduğu gözlemlenmektedir. Söylemez (2016)'in araştırmasına göre doğum sırası ile gruplarının yaşam anlamları ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Yüksel (2013)'in üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, genç yetişkinlerin doğum sırasına göre aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı düzeyleri anlamlı farklılık göstermemektedir. Bunun yanında doğum sırasına göre mevcut yaşam anlamının anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. İlk çocukların, son çocuk ve tek çocuğa göre daha fazla mevcut yaşam anlamına sahip olduğu görülmektedir.

İlk çocukların ortanca çocuklara göre mutluluk düzeylerinde daha yüksek sonuçlar elde etmesi ilk çocukların sorumluluk sahibi, hedefleri için mücadele eden, ebeveynlerden sonra ailenin yükünü omuzlayan, diğer kardeşlere örnek teşkil eden nitelikte olması ve bu rollerin gerekliliklerini yerine getirebilmenin yaşadığı haz olarak düşünülebilir.

5.1.7. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Nerede Kalındığına Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde nerede kalındığına göre öğretmen adayları arasında iyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı; mutluluk açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında iyimserlik, yaşam anlamı, yaşam doyumu düzeyinin nerede kalındığına göre farklılaşmadığı; ailesi ve tek başına kalan öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin ev arkadaşı ile kalan öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Literatürde nerede kalındığına göre mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından yapılan çalışmaların çok az olduğu gözlemlenmektedir. Işık ve Koçak (2014)'ın çalışmasında barınma şekli değişkenine göre ailesiyle/akrabasıyla birlikte yaşayan öğrencilerin yaşam doyum düzeyinin arkadaşlarıyla birlikte yaşayan ve devlet yurdunda kalan öğrencilerin yaşam doyum düzeyinden; özel yurttan kalan öğrencilerin yaşam doyum düzeyinin devlet yurdunda yaşayan öğrencilerin yaşam doyum düzeyinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Gülcan (2014)'ın çalışmasında bireyin yaşadığı yere göre mutluluk ve iyimserliğinin anlamlı düzeyde değişmediği sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında kendi ailesi ile kendi evinde yaşayan katılımcıların, yaşam doyumlarının yaşanılan yere göre farklılaştığı anlaşılmaktadır.

Ailesiyle ve tek başına kalan öğretmen adaylarının ev arkadaşı ile kalan öğretmen adaylarına göre daha mutlu olması ev arkadaşı ile kalanlarda ev içi görevler ve bu görevlerin paylaşımı, ev arkadaşı ile uyum, ev arkadaşı ile kurulan ilişkinin niteliği, ev arkadaşının kendi yaş grubunda olması, ev idare etme sorumluluğu etkenlerinin etkili olacağı söylenebilir.

5.1.8. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Arkadaş Sayısına Göre Farklılaşım/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde arkadaş sayısına göre öğretmen adayları arasında yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olmadığı; mutluluk, iyimserlik ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre öğretmen adaylarında yaşam anlamı düzeyinin arkadaş sayısına göre farklılaşmadığı; 7 ve üstü arkadaşı olan öğretmen adaylarının mutluluk düzeyinin 2-4 arkadaşı olan ve hiç arkadaşı olmayan öğretmen adaylarına 7 ve üstü arkadaşı olan öğretmen adaylarının iyimserlik düzeyinin 2-4 arkadaşı olan öğretmen adaylarına; 4-6, 7 ve üstü arkadaşı olan öğretmen adaylarının yaşam doyumu düzeyinin hiç arkadaşı olmayan öğretmen adaylarına; göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Literatürde arkadaş sayısına göre mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından yapılan çalışmaların çok az olduğu gözlemlenmektedir. Altundağ (2013) anne-babası boşanmış ergenlerde yaşam doyumu düzeylerinde sahip olunan arkadaş sayısı açısından anlamlı bir fark bulamamıştır. Deptula ve arkadaşları (2006) üçüncü ve altıncı sınıf arasındaki 232 öğrencinin katılımıyla her

iki cinsiyet için iyimserliğin sahip olunan arkadaş sayısı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir.

Arkadaş sayısının mutluluk, iyimserlik ve yaşam doyumu üzerinde olumlu etkisi varken yaşam anlamı üzerinde anlamlı bir etkisi saptanamamıştır. Sosyal ilişkilerin gelişmiş olmasının öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik ve yaşam doyumu üzerinde olumlu etki oluşturacağı söylenebilir. Ancak yaşam anlamı ile ilgili boyutta çok fazla arkadaşın olması bir anlam ifade etmeyebilir çünkü her bireyin yaşam anlamının kendine özgü, kendisi için doğru olduğu söylenebilir.

5.1.9. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Topluluk Üyeliğine Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde bir öğrenci topluluğuna üye olan ve olmayan öğretmen adayları arasında mutluluk açısından anlamlı bir farklılık olduğu; iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Buna göre bir öğrenci topluluğuna üye olmayan öğretmen adaylarının mutluluğunun üye olan öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu; öğretmen adaylarında iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeyinin topluluk üyeliğine göre farklılaşmadığı söylenebilmektedir.

Literatür incelendiğinde bir topluluğa üyelik olma durumuna göre mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Topluluk üyeliği olmayan öğretmen adaylarının topluluk üyeliği olan öğretmen adaylarına göre daha mutlu olması beklenmedik bir sonuç olarak yorumlanabilir. Ancak topluluğa üye olmanın getirdiği zaman, enerji ve maddi kayıp; bunun neticesinde okul işlerinin aksaması; topluluğa üyeliğin getirmiş olduğu sorumluluk; bireyin kendisini tam anlamı ile bağımsız hissedememesi duygusunun etkili olacağı düşünülebilir.

5.1.10. Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Amaçladığı Bölümde Okumaya Göre Farklılaşp/Farklılaşmadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde amaçladığı bölümde okuyan ve okumayan öğretmen adayları arasında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre amaçladığı bölümde okuyan

öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumunun okumayan öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Literatür incelendiğinde çalışmaların az olmasına rağmen amaçladığı bölümde okuyan öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği görülmektedir. Gündoğar ve arkadaşları (2007) okuduğu bölüme açıkta kalmamak için girdiğini düşünen öğretmen adaylarının yaşam doyumunun düşük olduğunu bulmuşlardır. Gençay (2009) mesleklerini istemeyerek seçen öğretmen adaylarının yaşam doyumlarının daha düşük olduğunu bulmuştur. Kabasakal ve Uz Baş (2013) okuduğu bölümden memnun olan öğretmen adaylarının yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. İnci (2014)'nin araştırmasında yaşam doyumu değişkeni açısından istediği bölümde okuyan öğretmen adaylarının görüşleri ile istediği bölümde okumayan öğretmen adaylarının görüşlerinin anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. İsteddiği bölümde okuyan öğretmen adaylarının görüşlerinin, istediği bölümde okumayan öğretmen adaylarının görüşlerinden belirgin bir şekilde farklılaştığı ve daha olumlu olduğu görülmektedir.

Amaçladığı bölümde okuyan bireylerin mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumların daha yüksek olması üzerinde bireylerin isteğine göre bu bölümlere yerleşmiş olmasının ve hedefine ulaşmış olmasının verdiği olumlu duyguların etkili olduğu ifade edilebilir.

5.1.11. Öğretmen Adaylarının İyimserlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Mutluluk Düzeyini Yordayıp/Yordamadığına İlişkin Sonuç ve Tartışma

Yapılan analizde mutluluk puanlarının yordanmasına ilişkin adimsal regresyon analizi üç aşamada tamamlanmıştır. Birinci adımda, mutluluğun en güçlü yordayıcısı olarak yaşam doyumu değişkeni; ikinci adımda, yaşam doyumu değişkenine ilaveten mutluluk ile ilgili varyansa katkı sağlayan iyimserlik; üçüncü adımda ise yaşam doyumu ve iyimserlik değişkenlerine ek olarak yaşam anlamı değişkeni modele girmiştir. Bu üç değişken birlikte mutluluk puanlarındaki toplam varyansın %45,6'sını açıklamıştır. Sonuç olarak yaşam doyumu, iyimserlik ve yaşam anlamının mutluluğu pozitif yönde ve anlamlı şekilde yordadığı görülmüştür.

Literatür incelendiğinde mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumunu birlikte ele alan çalışmaların olmadığı görülmektedir. Ancak benzer

çalışmalar mevcuttur. Harju ve Bolen (1996) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada üniversite öğrencilerinde iyimserliğin yaşam doyumu ile pozitif yönde ilişkilere sahip olduğu ortaya konulmuştur. Kümbül Güler ve Emeç (2006) üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri bir çalışmada yaşam doyumu ve iyimserlik arasında korelasyon bulmuşlardır. Steger ve Kashdan (2007) psikoloji öğrencileri ile yaşamın anlamı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda demografik değişkenler açısından bir fark bulunmamıştır. Yaşamın anlamı ölçeğinin alt boyutları ve yaşam doyumu arasında ilişki bulunmuş olup; yaşamın anlamı arasındaki ilişki pozitif iken anlamın aranmasıyla ilgili ilişki negatif yönde olmuştur. Yalçın (2011) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada üniversite öğrencilerinde iyimserliğin yaşam doyumunu anlamlı bir biçimde yordadığı ortaya konulmuştur. Taş (2011) araştırmasında öğretmenlerde yaşam doyumu, yaşamın anlamı, iç-dış kontrol odağı ve sosyal karşılaştırma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda yaşam doyumu ile yaşam anlamının mevcut anlam alt boyutu arasında pozitif ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sapmaz ve Doğan (2012)'in çalışmasında mutluluk ve yaşam doyumu üzerinde iyimserliğin yordayıcı rolü araştırılmıştır. Sonuçlar, mutluluk ve yaşam doyumu ile iyimserliğin pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca iyimserliğin yaşam doyumuna ilişkin varyansın ise % 60'ını, mutluluğa ilişkin varyansın % 59'unu açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Uğurlu (2013)'nin çalışmasında iyimserlik, yaşam doyumu ile anlamlı düzeyde korelasyon göstermektedir. Ayrıca iyimserlik yaşam doyumunu doğrudan yordamaktadır. Gülcan (2014)'in araştırması, yaşam doyumu ve mutluluk ile iyimserlik arasında anlamlı düzeyde pozitif korelasyon olduğunu göstermiştir. İyimserliğin her iki değişkeni de anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordadığı belirlenmiştir. İyimserlik hem mutluluğu hem de yaşam doyumunu olumlu etkilemektedir. Yıkılmaz ve Demir GÜDÜL (2015) yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalığın ve yaşamda anlam varlığının yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığını, anlam arayışının ise yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığını göstermektedir. Ünal (2015)'in araştırmasında iş doyumu, yaşam doyumu ve yaşam anlamının birlikte mesleki bağlılığı anlamlı bir biçimde yordadığı belirlenmiştir. Şahin (2015) mutluluk ile iyimserlik arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur.

İyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumunun mutluluğu yordadığı görülmektedir. Bu ilişkide en fazla yaşam doyumu etkili olmaktadır. Tüm bu olumlu boyutların diğer bir olumlu boyut olan mutluluk üzerinde yordayıcı olması olağan görülebilir. En çok yaşam doyumunun etkili olmasında da yaşam doyumunun hayatın tüm alanları ile ilişkili olması ve bireyin yaşadığı hayat ile beklentileri arasındaki değerlendirmelerinin etkili olduğu düşünülebilir. Yani birey beklentilerine uygun bir hayat yaşıyorsa ve hayatının tüm alanlarında doyum sahibi ise dolayısıyla mutlu olarak görülebilecektir.

5.2. ÖNERİLER

1. Bu çalışmada pozitif psikolojinin birbiriyle ilişkili olabileceği öngörülen kavramlarından sadece dördü ele alınmıştır. Pozitif psikoloji açısından birbiri ile ilişkisi olabileceği düşünülen diğer kavramlar birlikte ele alınarak çalışmalar yapılabilir.
2. Bu araştırma Gaziantep Üniversitesinde eğitim gören öğretmen adayları ile yapılmıştır. Benzer çalışmaların farklı popülasyonlarda yapılması literatüre katkı sağlayabilir.
3. Bu çalışmada mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu kavramları söz konusu çalışmada yer alan değişkenler açısından incelenmiştir. Çalışmanın dışında kalan ve söz konusu kavramlarla ilişkili olabileceği düşünülen diğer değişkenlerle ilgili çalışmalar yapılabilir.
4. Bu araştırma nicel bir araştırmadır. Daha detaylı sonuçlar elde etmek amacıyla nitel araştırmalar yapılabilir.
5. Bu araştırma öğretmen adayları üzerinde yapılmıştır. Benzer bir araştırma da öğretmenler üzerinde yapılarak iki araştırmanın sonucu karşılaştırılabilir.
6. Bu araştırma genel anlamda öğretmen nitelikleri ile ilgili ipucu veren bir araştırmadır. Bu araştırmanın sonuçlarından öğretmen nitelikleri ile ilgilenen paydaşlar bilgilendirilebilir ve böylelikle öğretmen nitelikleri ile ilgili çalışmalar planlanabilir.
7. Araştırmada kadınların yaşam doyum düzeyi erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur. Bu açıdan erkek öğretmen adaylarının yaşam doyum düzeylerini arttırabilecek çalışmalar yapılabilir. Ayrıca erkeklerin yaşam doyumlarının düşük olmasının sebepleri araştırılabilir.

8. Bölümler arasında mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu açısından farklılıklar bulunmaktadır. Bu farklılıkların nedenleri derinlemesine incelenebilir. Yine çıkan sonuçlara göre dezavantajlı konumda bulunan bölümlerin mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerini artırıcı çalışmalar yapılabilir.
9. Anne-baba tutumlarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Bu bağlamda anne-babalara sağlıklı ebeveyn tutumları konusunda eğitimler verilebilir.
10. Doğum sırasının mutluluk üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Özellikle eğitim-öğretim faaliyeti yürüten bireylerin bu sonuçları göz önünde bulundurarak öğrencilerine yaklaşımları onları daha iyi anlamalarına yardımcı olabilir.
11. Öğretmen adaylarının nerede kaldıklarına göre mutluluk düzeyleri farklılık göstermektedir. Bu açıdan öğretmen adaylarının barınma yerleri tekrar gözden geçirilerek onlara daha olumlu duygular yaşatabilecek düzenlemeler yapılabilir.
12. Genel olarak arkadaş sayısının artmasının mutluluk, iyimserlik ve yaşam doyumuna olumlu katkı sağladığı bulunmuştur. Bu açıdan bireylerin sosyalleşmelerine katkı sağlayacak aktiviteler planlanabilir.
13. Herhangi bir topluluğa üye olmayan öğretmen adaylarının üye olan öğretmen adaylarına göre daha mutlu olduğu görülmektedir. Bu bağlamda toplulukların nitelikleri bireyleri daha mutlu edebilecek şekle dönüştürülebilir.
14. Amaçladığı bölümde okuyan öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumu düzeylerin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bireyler üniversite tercihi yaparken amaçladıkları bölüme öncelik verebilirler.
15. Bu çalışmada iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumunun mutluluğu yordadığı görülmektedir. Sonraki çalışmalarda mutluluğu yordayabileceği düşünülen başka değişkenler üzerinde de araştırmalar yapılabilir.

KAYNAKLAR

- Acaboğa, A. (2007). *Din-mutluluk ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Açıkgöz, M. (2016). *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Açıkgöz, S. (2006). *Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile özyetkinlik ve iyimserlik ilişkisi: Ankara Üniversitesi örneği*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü.
- Adler, A. (2010). *Yaşamın anlamı*. Ankara: Alter Yayıncılık.
- Akarsu, B. (1998). *Felsefe terimleri sözlüğü*. İstanbul: İnkılâp Yayınları.
- Akış, Ö. (2015). Bir refah göstergesi olarak Türkiye’de mutluluğun mekânsal dağılışı. *Türk Coğrafya Dergisi*, 65, 69-76.
- Akgün, E. (2015). *Lise öğretmenlerinin psikolojik sermaye düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akın, A. ve Taş, İ. (2011). Validity and reliability of the Turkish version of the meaning in life questionnaire. *III. International Congress of Educational Research*.
- Akın, H.B. ve Şentürk, E. (2012). Bireylerin mutluluk düzeylerinin ordinal lojistik regresyon analizi ile incelenmesi. *Öneri*, 10(37), 183-193.
- Akinci Çötök, N. ve Doğan, T. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 165-172.
- Akinci, A. (2005). Hayata anlam vermede dinî değerlerin ve din öğretiminin rolü. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 3(9), 7-24.
- Akkoyun, F. (2005). *Gestalt terapi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Aktaş, H. ve Şimşek, E. (2014). Pozitif psikoloji bağlamında Türk kültüründe yaşamın anlamı ve yaşam doyumunun analizi: Neşet Ertaş türküleri örneği. *Türk Dünyası Araştırmaları*, 208, 449-480.
- Akyol, S.U. (2013). *Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu, sosyal destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Alkış, B. (2014). *Uluslararası öğrencilerde kültürleşme stresi: Duygusal zekâ, iyimserlik ve kendini izleme değişkenlerinin rolü*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Altıntaş, E. ve Gültekin, M. (2005). *Psikolojik danışma kuramları*. İstanbul: Alfa Akademi.
- Altundağ, Y. (2013). *Anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık*. Yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Arda, Ş. (2011). *Kanser hastalarında yaşamda anlamın incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Argyle, M., Martin, M. and Crossland J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. J.P. Forgas and J.M. Innes. (Ed.). *Recent advances in social psychology: An international perspective* in.(pp. 189-203). North-Holland: Elsevier.
- Atay, B. (2012). *Happiness in East Europe in comparison with Turkey*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Avcı, D. (2009). *Öğrenilmiş iyimserlik eğitim programının 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin iyimserlik düzeylerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Aydemir, H., Diken, İ.H., Yıkılmış, A., Aksoy, V.ve Özokçu, O. (2015). Özel eğitim alanında çalışan öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(Özel Sayı), 68-86.
- Aydemir, R.E. (2008). *Dindarlık ve mutluluk ilişkisi (ilk yetişkinlik dönemi)*. Yüksek lisans tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydın, F. (2016). *Psikolojik danışman adaylarında psikolojik danışma öz-yeterliği, umut ve kaygının yaşam doyumu üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Aydın, G. ve Tezer, E. (1991). İyimserlik, sağlık sorunları ve akademik başarı ilişkisi. *Psikoloji Dergisi*, 7(26), 2-9.
- Aymir, C. (2004). *Optimistic VS. pessimistic explanatory (attributional) style as a predictor of job performance in insurance sector*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aysan, F. ve Bozkurt N. (2004). Okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumu, stresle başa çıkma stratejileri ile olumsuz otomatik düşünceleri: İzmir ili örnekleme. *İnönü Üniversitesi XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*.
- Bacanlı, F. ve Ercan, L. (2006). Deprem stresiyle başa çıkmanın iyimserlik ve cinsiyete göre incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(25), 7-23.
- Bahadır, A. (2000). Psikoterapide yeni bir yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi*, 9(9).

- Baker, B.L., Blacker, J. and Olson, M.B. (2005). Preschool children with and without developmental delay: Behaviour problems, parents. optimism and well-being. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49(8), 575-590.
- Balcı, S. ve Yılmaz, M. (2002). İyimserlik ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14, 54-60.
- Baldwin, D.R., Chambliss, L.N. ve Towler, K. (2003). Optimism and stress: An African-American college student perspective. *College Student Journal*, 37(2), 276-283.
- Baş, V. (2014). *Üniversite öğrencilerinde değerler ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Baş, V. ve Hamarta, E. (2015). Üniversite öğrencilerinde değerler ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(29), 369-391.
- Baştuğ, G. (2009). Voleybol antrenör adaylarının empatik becerileri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 222-227.
- Bektaş, A. (2012). *Yöneticilerin iş tatmini ve motivasyon düzeylerinin yaşam anlamı düzeyi üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bilge, F., Sayan, A. ve Kabakçı, Ö.F. (2009). Aile mahkemesi uzmanlarının meslek doyumları, yaşam doyumları ve ilişkilere yönelik inançlarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(32), 20-31.
- Boz, A. (2016). *Okul yöneticilerinin otantik liderlik davranışları ile okulların akademik iyimserlik ve öğretmenlerin örgütsel sinizm düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış doktora tezi, Dicle Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bozoğlan, B. (2014). Çatışmanın yordayıcısı olarak sosyal destek ve yaşam doyumunu. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 22(1), 161-175.
- Burger, J.M. (2006). *Kişilik*. İ.D. Erguvan Sarıoğlu. (Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş. (2009). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology*. New York: Brunner Routledge.
- Carver, S.C. and Scheier, M.F. (2005). Optimism. C.R. Synder and J. Lopez. (Ed.). *Handbook Of Positive Psychology* in.(pp. 231-243). US: Oxford University Press.
- Carver, S.C., Reynolds, S.L. and Scheier, M.F. (1994). The possible selves of optimists and pessimists. *Journal of Research in Personality*, 28, 133-141.
- Cevizci, A. (2002). *Felsefe sözlüğü*. İstanbul: Paradigma Yayınları.
- Chamberlain, K. and Zika, S. (1988). Religiosity, life meaning, and wellbeing: Some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 411-420.

- Chang, E.C. (2001). *Cultural influences on optimism and pessimism: Differences in Western and Eastern construals of the self*. E.C. Chang. (Ed.). *Optimism and pessimism: Implications for theory, research and practice* in. (pp. 257-280). Washington: American Psychological Association Press.
- Chang, E.C. and Farrehi. A.S. (2001). Optimism/pessimism and information-processing styles: Can their influences be distinguished in predicting psychological adjustment?. *Personality and Individual Differences*. 31, 555-562.
- Chang, E.C., Rand, K.L. and Strunk, D.R. (2000). Optimism and risk for job burnout among working collage students. *Personality and Individual Differences*. 29, 225-263.
- Cihangir Çankaya, Z. (2009). Öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve iyi olma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(3), 691-711.
- Colligan, R.C., Offord K.P., Malinchoc, M., Schulman, P. and Seligman, M. (1994). Caveing the MMPI for an optimism-pessimism scale: Seligman's attributional model and the assesment of explanatory style. *Journal of Clinical Psychology*, 50(1), 71-95.
- Çakıcı, S. (2015). *Kutadgu Bilig'de mutluluk ile ahlak ilişkisi (psikosozyal bir analiz)*. Yüksek lisans tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çakıroğlu, A. (2007). *Türkiye'de yaşam kalitesi ve mutluluk arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çakmak Doruk, N. (2008). *Organizasyonlarda iş-aile ve aile-iş çatışmalarının bireylerin performansları üzerine etkisinde iş ve yaşam tatmininin rolü*. Yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çamur, Z. (2014). *Yaşamda anlam ve dindarlık ilişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çankaya, İ. ve Ekinci, A. (2010). Öğretmen adaylarının görüşleri açısından sosyal odaklılığın takım çalışması aracılığı ile yaşam doyumuna etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20, 83-99.
- Çeçen, A.R. (2007). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumunu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 180-190.
- Çeçen, A.R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama Dergisi* 4(1), 19-30.
- Çelik, E. (2015). Kendini gizleme ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide heyecan arayışının aracılık ve moderatör rolü. *Eğitim ve Bilim*, 40(181), 349-361.
- Çirkin, Z. (2015). *Gelir ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çivitçi, A. (2009). İlköğretim öğrencilerinde yaşam doyumunu: Bazı kişisel ve ailesel özelliklerin rolü. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 29-52.

- Çivitçi, A. (2012). Üniversite öğrencilerinde genel yaşam doyumu ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 321-336.
- Daaleman, T.P. (1999). Belief and subjective well-being in outpatient. *Journal of Religion and Health*, 38(3), 219-228.
- Daco, P. (1989). *Çağdaş psikolojinin olağanüstü başarıları*. O.A. Gürün. (Çev.). İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Dağdelen, M. (2008). *Üretim ve hizmet sektöründe çalışan işçilerde ruhsal sağlık düzeyi belirti dağılımı, algılanan sağlık, iş doyumu, yaşam doyumu ve sosyodemografik değişkenlerin karşılaştırılması*. Uzmanlık tezi, İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Dejoy, D.M. (1989). The optimism bias and traffic accident risk perception. *Accid Anal Prev.*, 21(4), 333-340.
- Demir, İ. (2011). Gençlerde yaşam doyumu ile kimlik işlevleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(38), 99-113.
- Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yılmazlık*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Demirbaş, N. (2014). *Üst-düzye kişilik ve yaşamda anlam: Temel psikolojik ihtiyaçların rolünün yapısal eşitlik modellemesi ile incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Deniz, M.E. ve Yılmaz, E. (2004). Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ yetenekleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı Bildiri Özetleri*.
- Deptula, D.P., Cohen R., Phillipsen L.C. and Ey, S. (2006). Experience the best: The relation between peer optimism and social competence. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 130-141.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. and Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life-satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663.
- Diener, E. ve Seligman, M. (2004). Beyond money. *American Psychological Society*, 5(1), 1-31.
- Diener, E., Diener, M. ve Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(5), 851-864.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, J. and Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Lucas, R.E. and Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. C.R. Snyder and S.J. Lopez. (Ed.). *Handbook of Positive Psychology* in. (pp. 63-73). New York: Oxford University Press.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E. and Smith, H.L. (1999). Subjective well being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.

- Dilmaç, B. ve Ekşi, H. (2008). Meslek yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, 279-289.
- Dingiltepe, T. (2009). *Parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyumu düzeyleri ile yaşam kalite düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Doğan, D.M. (1994). *Büyük Türkçe sözlük*. İstanbul: Ülke Yayınları.
- Doğan, T., Sapmaz, F. ve Akıncı Çötök, N. (2013). Öz eleştiri ve mutluluk. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 21(1), 391-400.
- Duman, S. (2014). *Öğretmen adaylarında özgünlük ve öz-duyarlılığın mutluluk ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Duran, A. (2016). *Okul yöneticilerinin mutluluk düzeylerinin öz-yeterlikleriyle ilişkisi (Amasya ili örneği)*. Yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Dursun, P. (2012). *Yaşamın anlamı, iyimserlik, umut ve başa çıkma stillerinin öznel iyi oluş üzerindeki rolü*. Doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Duy, B. ve Yıldız, M.A. (2014). Farklı zorbalık konumunda olmak empatik eğilim ve yaşam doyumu bağlamında bir fark yaratır mı?. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(3), 31-47.
- Düzgün, O. (2016). *Ortaokulda görev yapmakta olan öğretmenlerin mutluluk düzeyleri ile sınıf yönetimi becerileri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Edwards M.J. and Holden R.R. (2001). Coping, meaning in life and suicidal manifestations: Examining gender differences. *Journal of Clinical Psychology*, 57(12), 1517-1534.
- El-Anzi, F.O. (2005). Academic achievement and its relationship with anxiety, self-esteem, optimism and pessimism, in Kuwaiti students. *Social Behavior and Personality*, 33(1),95-104.
- Elkin, N. (2016). Bir aile sağlığı merkezine başvuran yaşlı bireylerde depresyon sıklığı ve yaşam doyumunun değerlendirilmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilim Dergisi*, (9)1, 9-21.
- Erdem, N., Karabulutlu, E., Okanlı, A. ve Tan, M. (2004). Hemodiyaliz hastalarında umutsuzluk ve yaşam doyumu. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*.
- Erdoğan, O. (2013). *İlköğretim öğretmenlerinin öz yeterlik ve başarı algılarında yordayıcı olarak akademik iyimserlik, umut ve mesleki haz*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ergen, Y. (2016). *Sınıf öğretmenlerinin sınıf yönetim becerileri, akademik iyimserlikleri ve mesleki bağlılıkları arasındaki ilişki (Malatya ili örneği)*. Yayımlanmamış doktora tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ergün Başak, B. (2012). *Düşük gelirli ailelerden gelen üniversite öğrencilerinin öz duyarlılık, sosyal bağlılık ve iyimserlik ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri*

- arasındaki ilişkiler.* Doktora tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ergün, B. (2016). *İş doyumunu ve yaşam doyumunu arasındaki ilişki: Öğretmenler üzerinde bir araştırma.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Eroğlu, Y., Arıcı Özcan, N. ve Peker, A. (2015). Özel gereksinimli çocuğa sahip anneler ile tipik gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlık, iyilik hali ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 5(3), 142-150.
- Eryılmaz A. (2011). Investigating adolescents' subjective well-being with respect to using subjective well-being increasing strategies and determining life goals. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 24, 44-51.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2011). Ergen öznel iyi oluşunun öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 10(37), 170-181.
- Eryılmaz, A. ve Aypay, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile kimlik statüsü ilişkisinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16, 167-179.
- Eryılmaz, S. (2012). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada yaşam doyumunu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ezerçe, E. (2016). *Eşlerin suçu affetmesi ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fabry, J. (2005), The frontiers of logotherapy. G.E. Rice. (Ed.). *Franklian Psychology: An introduction to logotherapy* in. (pp. 116-122). Viktor Frankl Institute of Logotherapy.
- Farahani, M.J., Saiah, A., Heidary, A., Nabilu, M. and Eskandaripour, S. (2011). The relationship between happiness dimensions and athletic performance in the male high school students in Ijrood. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 382-383.
- Fellman, E. (2000). *Olumlu düşünme gücü.* B. Başak ve S. Özçalı. (Çev.). İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Fırat, F. (2016). *Okulların akademik iyimserlik düzeyinin öğretmenlerin epistemolojik inançları ve bazı değişkenler açısından incelenmesi.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Fırcı Kodaz, A. (2016). *İyimserlik, geleceğe yönelik tutum ve akademik içsel motivasyon ve akademik doyum arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modellemesi ile incelenmesi.* Yayınlanmamış doktora tezi, Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Fincham, F.D. (2000). Optimism and the family. J.E. Gillham (Ed.). *The science of optimism and the hope* in. (pp. 271-298). Philadelphia: Templeton Foundation Pres.
- Flanagan J.C. (1978) A research approach to improving our quality of life. *Am Psychologist*, 33(2), 138-147.
- Fontaine, K.R. and Seal, A. (1997). Optimism, social support and premenstrual dysphoria. *Journal of Clinical Psychology*. 53(3), 243-247.
- Fontaine, K.R., Manstead, A.S.R. and Wagner, H. (1993). Optimism, perceived control over stress, and coping. *European Journal of Personality*, 7, 267 -281.
- Frankl, V.E. (2009). *İnsanın anlam arayışı*. S. Budak. (Çev.).İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Frankl, V.E. (2010). *İnsanın anlam arayışı*. S. Budak. (Çev.). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Gençay, S. (2009). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının umutsuzluk ve yaşam doyumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(27), 380-388.
- Gençoğlu, C. (2006). *Üniversite öğrencilerinin iyimserlik düzeyleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gençoğlu, C. (2012). Duygu odaklı terapiye dayalı duygusal farkındalık eğitiminin genç yetişkinlerin iyimserlik düzeylerine etkisi. Doktora tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gençoğlu, C., Alkan, E. ve Koçyiğit, M. (2014). Bir mit olarak iyimserlik; kızlar mı erkekler mi daha iyimser?. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(50), 129-138.
- Gillham, J. ve Reivich, K. (2004). Cultivating optimism in childhood and adolescence. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 146-163.
- Gillham, J.E., Shatte, A.J., Reivich, K.J., and Seligman, M. (2001). Optimism, pessimism and explanatory style. E.C. Chang (Ed.). *Optimism and Pessimism* in. (pp. 53-75). Washington: American Psychological Association.
- Gilman, R. (2001). The relationship between life satisfaction, social interest, and frequency of extracurricular activities among adolescent students. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6), 749-767.
- Gilman, R. and Huebner, E.S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 311-319.
- Gitmez, A.S. ve Morçöl, G. (1994). Socio-economic status and life satisfaction in Turkey. *Social Indicators Research*, 31(1), 77-98.
- Giusta, M.D., Jewell, S.L. and Kambhampati, U.S. (2011). Gender and life satisfaction in the UK. *Feminist Economics*, 17(3), 1-34.
- Goleman, D. (2000). *Duygusal zekâ*. S. Yücel. (Çev.).İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gökdemir Dumludağ, Ö. (2011). *Mutluluk ve iktisadi parametreler üzerine bir inceleme*. Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Göral, Ş. (2013). *İnternet ortamında geçirilen boş zamanın üniversite öğrencilerinin mutluluk ve yaşam doyumu değerlerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gülcan, A. ve Nedim Bal, P. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 2(1(ÖZEL)), 41-52.
- Güler, K. (2015). *Beden imajının üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ve umutsuzluk üzerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Güleri, M. (1998). Üniversiteli ve işçi gençliğin gelecek beklentileri ve kötümserlik iyimserlik düzeyleri. *Kriz Dergisi*, 6(1), 55-65.
- Gümüşbaş, B. (2008). *Stresle başa çıkma yollarının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gün, Z. ve Bayraktar, F. (2008). Türkiye’de iç göçün ergenlerin uyumundaki rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(2), 167-176.
- Günaçtı Atasoy, D. (2014). *Beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam doyumu düzeyleri ve serbest zamana yönelik tutumları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gündoğar D., Gül S.S., Uskun E., Demirci S. ve Keçeci D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10,14-27.
- Güngör, T. (2011). *Selçuk Üniversitesi Resim-İş Eğitimi Anabilim Dalı öğrencilerinin kaygı ve yaşam doyumu düzeyleri*. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Güven, P. (2015). *Üniversite öğrencilerinde yaşamın amacı ve anlamı ile yaşam doyumu ve yakın ilişkiler*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Habibzadeh,S. and Allahviridiyani, K. (2011). Effects of economic and non economic factors on happiness on primary school teachers and Urmia University professors. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 30, 2050-2051.
- Harju, B.L. and Bolen, L.M. (1998). The effects of optimism on coping and perceived quality of life of college students. *Journal of Social Behaviorand Personality*, 13(2), 185-200.
- Hart, K.E. and Hittner, J.B. (1995). Optimism and pesimism: Asociations to coping and anger reactivity. *Personality and Individual Differences*. 19(6), 827-839.
- Hatchett, G.T. and Park, H.L. (2004). Relationships among optimism, coping styles, psychopathology and counselling outcome. *Personality and Individual Differences*, 36, 1755-1769.

- Hensler McGinnis, N.F. (2004). *A qualitative study of changes in career orientation: Exploring the contributions of life meaning and role modeling/mentoring to women's life/career paths*. Master of arts, The University of Maryland.
- Hills, P. and Argyle, M. (2002). The oxford happiness questionnaire: A compact scale fort the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073-1082.
- Hiloğlu, S. (2009). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin zorbaca davranışlarını yordamada sosyal beceri ve yaşam doyumunun rolü*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hirsch, J.K. (2003). *An examination of optimism, pessimism and hopelessness as predictors of suicidal ideation in college students: A test of a moderator model*. Unpublished phd thesis, University of Wyoming.
- Ho, M.Y., Cheung, M.F. and Cheung, S.F. (2008). Personality and life events as predictors of adolescents' life satisfaction: Do life events mediate the link between personality and life satisfaction?. *Social Indicators Research*, 89,457-471.
- Homel, R. and Burns, A. (1989). Environmental quality and the wellbeing of children. *Social Indicators Research*, 21(2), 133-158.
- <http://tr.wikipedia.org/wiki/Mutluluk>. (26.04.2017).
- Huebner, E.S. (1991). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly*, 6(2), 103-111.
- Huebner, E.S., Gilman, R. and Laughlin, J.E. (1999). A multimethod investigation of the multidimensionality of children's well-being reports: Discriminant validity of lifesatisfaction and self-esteem. *Social Indicators Research*, 46, 1-22.
- Ingledeu, D.K. and Brunning, S. (1999). Personality preventive health behaviour and comporative optimism about health problems. *Journal of Health Psychology*. 4(2), 193-208.
- Işık, Ö.G. ve Koçak, Ö.F. (2014). İletişim fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Selçuk İletişim*, 8(3),281-300.
- Izard, C.E. (1991). *The psychology of emotions*. New York: Plenum Press.
- İnci, S. (2014). *Aday öğretmenlerin duygusal zeka ile yaşam doyumunu düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Jaarsma, T.A., Pool, G., Ranchor, A.V. and Sanderman, R. (2007). The concept and measurement of meaning in life in Dutch cancer patients. *Psycho-Oncology*, 16(3), 241-248.
- Jim H.S. and Andersen B.L. (2007). Meaning in life mediates the relationship between social and physical functioning and distress in cancer survivors. *British Journal of Health Psychology*, 12(3), 363-381.
- Kabakaş, B. (2016). *Kronik böbrek yetmezliği olup hemodiyaliz alan 20-65 yaş arası bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin, bireylerin mutluluk düzeyleri ve yakın ilişkilerdeki yaşantıları üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Kabasakal, Z. ve Uz Başı, A. (2013). Öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 27-35.
- Kandemir, F. (2016). *Umut-iyimserlik ve dindarlık ilişkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kara, M.M. (2010). *İş tatmini ile mutluluk ve başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karacaoğlu, K. ve Köktaş, G. (2016). Psikolojik dayanıklılık ve psikolojik iyi olma ilişkisinde iyimserliğin aracı rolü: Hastane çalışanları üzerine bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 3(2), 119-127.
- Karaçam, A. ve Pular, A. (2016). Beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algısı, akademik iyimserlik, psikolojik iyi oluş ve fiziksel saygı düzeylerinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 1-22.
- Karagöz, Y. (2011). *Olumlu düşünme eğitim programının ergenlerin geleceğine yönelik iyimserlik, depresyon ve bilişsel çarpıtma düzeylerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Karahan, T.F. ve Sardoğan, M.E. (2004). *Psikolojik danışma ve psikoterapide kuramlar*. Samsun: Deniz Kültür Yayınları.
- Karahan, T.F., Dicle, A.N. ve Eplikoç H. (2007). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının sosyal beceri düzeylerine ve mutluluk algılarına göre incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 40(2), 41-61.
- Kararımak, Ö. ve Güloğlu, B. (2014). Deprem deneyimi yaşamış yetişkinlerde bağlanma modeline göre psikolojik sağlamlığın açıklanması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43(2), 01-18.
- Karasar, N. (1991). *Bilimsel araştırma yöntemi*. 4. Basım. Ankara.
- Karataş, E. (2016). *Yapılandırılmış grup sanat terapisi programının 15-18 yaş aralığındaki ergenlerin mutluluk düzeyleri, duyguları ifade etme eğilimleri, duygu düzenleme güçlükleri ve psikiyatrik belirtilerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karataş, S.Ç. (1988). *Yaşlılarda yaşam doyumunu etkileyen etkenler*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kasatura, İ. (1998). *Kişilik ve özgüven*. İstanbul: Evrim Yayınları.
- Katanalp Büroğul, H. (2015). *Farklı branş öğretmenlerinin akademik iyimserlikleri ile mesleki benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma*. Yüksek lisans tezi, Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Kaya, Ö. (2006). *Askeri öğrencilerin yaşam doyumları üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü.
- Kermen, U., Tosun İlçin, N. ve Doğan, U. (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 20-29.

- Keser, A. (2005). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi: Otomotiv sektöründe bir uygulama. *Çalışma ve Toplum*, 4,77-96.
- Keser, A. and Yılmaz, G. (2006). Effect of job satisfaction on Turkish academicians life satisfaction. *The First International Conference On Changes in Social and Business Environment*.
- Kırtıl, S. (2009). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ile yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kıvılcım, P. (2014). *Öğretmenlerde iş doyumu, özyeterlik inancı ve yaşam doyumu ilişkisinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kızılırmak, Ö. (2015). *Genç yetişkinlerde yaşamda anlamın, maneviyat ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- King L.A. and Napa C.K. (1998). What makes a life good?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 156-165.
- King, L.A. and Hicks, J.A. (2009). Detecting and constructing meaning in life events. *The Journal of Positive Psychology*, 4(5), 317-330.
- Kirişoğlu, Ş. (2016). *Genç yetişkinlerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Koçak, Ö.F. (2014). *Kişilerarası çatışmalar ve yaşam doyumu ilişkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Korkmaz, M. (2005). Duyguların ve liderlik stillerinin öğretmenlerin performansı üzerinde etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 43, 401-422.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyum düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kökseven, Ç. (2015). *İlkokul öğretmenlerinin akademik iyimserlik düzeyleri ile iş doyumları arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Köse, N. (2015). Ergenlerde akran ilişkilerinin mutluluk düzeyine etkisi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(4), 1-6.
- Kublay, D. (2013). *Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kumar, M. (2014). Study of life satisfaction among primary, middle and secondary schools teachers of Diristrict Kathua. *International Journal of Research*, 1(5), 492-498.
- Kurnaz, M. (2015). *İlk yetişkinlerde dini yönelim mutluluk ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Kutlu, M. Balcı, S. ve Yılmaz, M. (2004). İletişim beceri eğitiminin öğrencilerin kendini ayarlama ve iyimserlik düzeylerine etkisi. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*. Malatya: İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi.
- Kümbül Güler, B. ve Emeç, H. (2006). Yaşam memnuniyeti ve akademik başarıda iyimserlik etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İ.İ.B.F. Dergisi*, 21(2), 129-149.
- Küsgülü, Ü. (2014). *Üniversite öğrencilerinin mutluluk, umut ve narsisizm düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Leontiev, D.A. (2005). Three facets of meaning. *Journal of Russian and East European Psychology*, 43(6), 45-72.
- Lindeman, M. and Verkasalo, M. (1996). Meaning in life for Finnish students. *The Journal of Social Psychology*, 136(5), 647-649.
- Mahon, N.E., Yarcheski, A. and Yarcheski, T.J. (2005). Happiness as related to gender and helth in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14(2), 175-190.
- Marar, Z. (2004). *Mutluluk paradoksu*. S. Çağlayan. (Çev.). İstanbul: Kitap Yayınevi.
- McGinnis, A.L. (1998). *İyimserliğin gücü*. A. Kayaş. (Çev.). İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Nes, L.S., Evans, D.R. and Segerstrom, S.C. (2009). Optimism and college retention: Mediation by motivation, performance and adjustment. *Journal of Applied Social Psychology*, 39(8), 1887-1912.
- Nicholls, A.R., Polman, R.C., Levy, A.R. and Backhouse, S.H. (2008). Mental toughness, optimism, pessimism and coping among athletes. *Personality and Individual Differences*, 44(5), 1182-1192.
- Nurmi, J.E., Toivonen, S., Aro, K.S. and Eronen, S. (1996). Optimistic, approachoriented and avoidance strategies in social situations: Three studies on lone lines and peer relationshis. *European Journal of Personality*, 10(3), 201-219.
- O'Conner, B.P. and Vallerand, R.J. (1998). Psychological adjustment variables as predictors of mortality among nursing home residents. *Psychology and Aging*, 13, 368-374.
- Oda, B. (2014). *11-13 yaş grubundaki spor yapan ve yapmayan öğrencilerin iyimserlik ile saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Odabaş, Ş. (2016). *Üniversite öğrencilerinin online oyun bağımlılığı düzeylerinin öznel mutluluk düzeyleriyle ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Oktan, V. (2008). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Okutan, H. (2016). *Zihin engelli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının iyimserlik ve psikolojik belirti düzeyleri açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Otrar, M. ve Fındıklı, E.B. (2014). Okul yöneticilerinin mizah tarzları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Ataşehir örneği). *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 39, 145-157.
- Özata, M. (2007). *Endokrinoloji*. İstanbul: Tıp Kitabevi.
- Özbek, M. (2016). *Evli bireylerde yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşlarının çeşitli değişkenlerle incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özcan Ceran, S. (2013). *Umut ve başa çıkma tarzlarının iyimserlik üzerindeki rolü*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özdemir, M ve Dilekmen, M. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâ ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 98-113.
- Özdemir, Y. ve Koruklu, N. (2011). Üniversite öğrencilerinde değerler ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. *YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 190-210.
- Özdemir, Y. ve Koruklu, N. (2013). İlk ergenlikte ana-babaya bağlanma, okula bağlanma ve yaşam doyumu. *Elementary Education Online*, 12(3), 836-848.
- Özdevecioğlu, M. (2004). Sosyal destek ve yaşam tatmininin mesleki stres üzerindeki etkileri: Kayseri'de faaliyet gösteren işletme sahipleri ile bir araştırma. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 22(1), 209-233.
- Özer, M. ve Karabulut, Ö.Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatrics*, 6(2), 72-74.
- Özkara, A.B., Kalkavan, A. ve Çavdar, S. (2015). Spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinin araştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport*, Special Issue 3, 336-346.
- Özmete, E. (2011). Subjective well-being: A research on life satisfaction as cognitive component of subjective well-being. *International Journal of Academic Research*. 3(4), 55-61.
- Öztürk, E.E. (2013). *İyimserlik ve dindarlık*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öztürk, Z.G. (2014). *Sınıf öğretmenlerinin değer tercihleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Parlak, S. (2014). *Yüksek Öğrenim Kredi Yurtlar Kurumunda barınan kız öğrencilerin yaşam anlam düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki (İstanbul örneği)*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Parmaksız, İ. (2011). *Öğretmen adaylarının benlik saygısı düzeylerine göre iyimserlik ve stresle başa çıkma tutumlarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Pattakos, A. (2010). *Prisoners of our thoughts*. California: Berrett-Koehler Publishers.

- Peterson, C. (1991). The meaning and measurement of explanatory style. *Psychological Inquiry*, 2(1), 1-10.
- Peterson, C. and Seligman, M. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington: Oxford University Press.
- Pishva, N., Ghalehban, M., Moradi, A. and Hoseini, L. (2011). Personality and happiness. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 30, 429-432.
- Puskar, K.R., Bernardo, L.M., Ren, D., Haley, T.M., Tark, K.H., Switala, J. and Siemon, L. (2010). Self-esteem and optimism in rural youth: Gender differences, *Contemporary Nurse*, 34(2), 190-198.
- Puskar, K.R., Sereika, S.M., Lamb, J., Tusaie-Mumford, K. and McGuinness, T. (1999). Optimism and its relationship to depression. Coping, anger, and life events in rural adolescents. *Issues in Mental Health Nursing*, 20, 115-130.
- Recepoğlu, E. (2013). Öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Özel Sayı (1), 311-326.
- Recepoğlu, E. ve Ülker Tümlü, G. (2015). Üniversite akademik personelinin mesleki ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *K.Ü. Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(4), 1851-1868.
- Robb, K.A., Simon, A.E. and Wardle, J. (2009). Socio-economic disparities in optimism and pessimism. *Int. J. Behav. Med.*, 16(4), 331-338.
- Ruthig, J.C., Haynes, T.L., Stupnisky, R.H. and Perry, R.P. (2009). Perceived academic control: Mediating the effects of optimism and social support on college students' psychological health. *Social Psychology and Education*, 12(2), 233-249.
- Ryff, C.D. and Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28.
- Sahranç, Ü. (2007). *Stres kontrolü, genel öz yeterlik, durumluk kaygı ve yaşam doyumu ile ilgili bir akış modeli*. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Sapmaz, F. ve Doğan, T. (2012). Mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak iyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(3), 63-69.
- Sarıçam, H. (2014). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün mutluluğa etkisi. *Sosyal Bilimler Dergisi* 4(8).
- Sarıdemir, T. (2015). *Öğretmenlerin algılarına göre okul müdürlerinin liderlik stillerinin ve bazı kişisel değişkenlerin öğretmenlerin yaşam doyumu üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sarıkadioğlu, H. (2016). *Yetişkinlerde vücut algısı ve kendini kabul düzeyi ile yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Saygın, Y. ve Arslan, C. (2009). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 207-222.

- Scannell, E.D., Allen, F.C.L. and Burton, J. (2002). Meaning in life and positive and negative well-being. *North American Journal of Psychology*, 4, 93-112.
- Scheier, M.F. and Carver C.S. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219-247.
- Scheier, M.F. ve Carver, C.S. (1992). Effect of optimism on psychological and physical well-being: Thorical over-view and empirical update. *Cognitive Therapy and Research*, 16(2), 201-228.
- Schlegel, R.J., Hicks, J.A., Arndt, J. and King, L.A. (2009). Thine own self: True selfconcept accessibility and meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(2), 473-490.
- Schnell, T. (2009). The sources of meaning and meaning in life questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483-499.
- Schulman, P., Keith D. and Seligman, M. (1993). Is optimism heritable? A study of twins. *Behaviour Research and Therapy*, 31(6), 569-574.
- Selçukoğlu, Z. (2001). *Araştırma görevlilerinde tükenmişlik düzeyi ile yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Seligman, M. (2000). Optimism, pessimism and mortality. *Mayo Clinic Proceedings*, 75(2), 133-134.
- Seligman, M. (2002). Positive psychology, positive prevention and positive therapy. C. Synder and S. Lopez. (Ed.). *Handbook of Positive Psychology* in. New York: Oxford.
- Seligman, M. (2007). *Gerçek mutluluk*. S. Kunt Akbaş. (Çev.). Ankara: Hyb Yayınları.
- Seligman, M. (2007). *Öğrenilmiş iyimserlik*. S. Kunt Akbaş. (Çev.). Ankara: Hyb Yayınları.
- Seligman, M. and Issacowitz, D.M. (2001). Is pessimism a risk factor for depressive mood among community-dwelling older adults. *Behaviour Research and Therapy*, 39(3), 255-272.
- Sethi, S. and Seligman, M. (1993). Optimism and fundamentalism. *Psychological Society*, 4(4), 256-259.
- Sevindik, D. (2015). *Orta yaş dönemi bireylerde dindarlık- mutluluk ilişkisi: Denizli örneği*. Yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sharma, J. and Sıdhu, R. (2009). Differential stress and subjective well-being as determinants of quality of life among aged. *Indian Journal of Gerontology*, 23(2), 183-192.
- Siddique, H.I., Lasalle Ricci, V.H., Glass, C., Arnkoff, D.B. and Diaz, R.J. (2006). Worry, optimism, and expectations as predictors of anxiety and performance in the first year of law school. *Cognitive Therapy Research*, 30, 667-676.

- Siyez, D.M. ve Kaya, A. (2008). Farklı sosyometrik statülerdeki ilköğretim öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi. *Eurasian Journal of Educational Research*, 32, 69-82.
- Soydan, Z.M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Söylemez, A. (2016). *Manevi zekânın yaşamın anlamı ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Steger, M.F. (2012). Making meaning in life. *Psychological Inquiry*, 23(4), 381-385.
- Steger, M.F. and Kashdan T.B. (2007). Stability and specificity of meaning in life and life satisfaction over one year. *Journal of Happiness Studies*, 8(2), 161-179.
- Steger, M.F., Frazier, P., Oishi, S. and Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
- Steger, M.F., Kashdan, T.B., Sullivan B.A. and Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199-228.
- Şahin, C. (2016). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin internet bağımlılığı ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Contemporary Educational Studies*, 2(1), 1-13.
- Şahin, D. (2014). *Öğretmelerin öz duyarlıklarının psikolojik sağlık ve yaşam doyumu açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şahin, E. (2010). *İlköğretim öğretmenlerinde yaratıcılık, mesleki tükenmişlik ve yaşam doyumu*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S.V., Kaya S. ve Pala H. (2012) Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(3), 827-836.
- Şahin, Ş. (2008). *Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeyleri*. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Şahin, Y. (2015). *Üniversite öğrencilerinin mutluluk, iyimserlik ve özgecilik düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şanlı, E. ve Balcı Çelik, S. (2015). Grup rehberliğinin engelli çocuk sahibi annelerin iyimserlik düzeyini artırmaya etkisi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(41), 841-849.
- Şar, A.H., Işıklar, A. ve Aydoğan, İ. (2012). Atama bekleyen öğretmen adaylarının yaşam doyumunu yordayıcı değişkenlerin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 257-271.

- Şaşmaz, Ş.C. (2016). *Çocuğu olan evli ve evli olmayan bireylerin psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şentürk, E. (2011). *Mutluluk düzeyinin sosyodemografik özelliklerle lojistik regresyon analizi aracılığıyla incelenmesi ve Türkiye için bir uygulama*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tarhan, N. (2006). *Kendinizle barışık olmak, duyguların eğitimi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2013). *Duyguların psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taş, İ. (2011). *Öğretmenlerde yaşamın anlamı, yaşam doyumu, sosyal karşılaştırma ve iç-dış kontrol odağının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tekek, A.S. (1995). *The relationship between optimism and attitudes toward menopause*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tel., F.D ve Sarı, T. (2016). Üniversite öğrencilerinde öz duyarlılık ve yaşam doyumu. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16 (1), 292-304.
- Telef, B.B. (2011). Öğretmenlerin öz-yeterlikleri, iş doyumları, yaşam doyumları ve tükenmişliklerinin incelenmesi. *Elementary Education Online*, 10(1), 91-108.
- Telman, N. ve Ünsal, P. (2004). *Çalışan memnuniyeti*. İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Tingaz, E.O. ve Hazar, M. (2014). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile bazı öğretmen adaylarının duygusal zekâ ve mutluluklarının karşılaştırması. *International Journal of Science Culture and Sport*, Special Issue 1, 745-756.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Topuz, İ. (2016). Yaşamın anlamı ve din: Gençler üzerinde bir araştırma. *İslam Medeniyeti Araştırmaları Dergisi*, 1(4), 540-560.
- Tosyalı, M. (2010). *Evli bireylerde bağımlı ve özerk (sosyotropik-otonomik) kişilik özellikleri, empati ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Turan, A. (2013). *Evli bireylerin cinsel mit inançları, cinsel bilgi düzeyleri, ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tuzgöl Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(22), 132-143.
- Tümkaya, S. ve Çelik, M. (2012). Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 223-238.

- Tümkiye, S., Çelik, M. ve Aybek, B. (2011). Lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2), 77-94.
- Türküm, S. (1999). *Stresle başa çıkma ve iyimserlik*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Türküm, S. (2000). Stresle başa çıkma biçimi, iyimserlik, bilişsel çarpıtma düzeyleri ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlar arasındaki ilişkiler: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Sosyal Bilimler Dergisi*.
- Uğurlu, O. (2013). Pozitif ve negatif duyguların iyimserlik-karamsarlık ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide ara bulucu etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 28(2), 497-504.
- Ulucan, H., Kılınç, M., Kaya, K. ve Türkçapar, Ü. (2011). Beden eğitimi spor yüksekokullarında öğrenimlerine devam eden öğrencilerin umutsuzluk ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(3), 349-356.
- Ulusoy, Y. ve Duy, B. (2013). Öğrenilmiş iyimserlik psiko-eğitim uygulamasının öğrenilmiş çaresizlik ve akılcı olmayan inançlar üzerindeki etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(3), 1431-1446.
- Uzun, E.B. (2014). *Sınıf öğretmenlerinin sahip olduğu değerler ile akademik iyimserlik düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ünal, A. (2015). *İş doyumunu, yaşam doyumunu ve yaşam anlamı değişkenlerinin ilkökul ve ortaokul öğretmenlerinin mesleki bağlılıkları üzerine etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ünal, A.Ö. (2011). *Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması*. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ünal, S., Karlıdağ, R. ve Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyum düzeylerinin yaşam doyum düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(2), 113-118.
- Vara, Ş. (1999). *Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumunu ve genel yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Veenhoven, R. (2000). Freedom and happiness: A comparative study in forty four nations in the early 1990s. E.Diener and E.M. Suh (Ed.). *Culture and subjective wellbeing*. (pp. 257-288). Cambridge: MIT Press.
- Vural, M. (2010). *Psikolojik destek programının, hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocukların annelerinin umutsuzluk, iyimserlik ve pozitif-negatif duygu düzeylerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Vurgun N., Dorak F. ve Çetinkalp Z. (2006). Devlet ve özel okullarda görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam doyumları ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi. *IX. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*.

- Wrosch, C. and Scheier, M.F. (2003). Personality and quality of life: The importance of optimism and goal adjustment. *Quality of Life Research*, 12(1), 59-72.
- Yalçın, İ. (2011). Social support and optimism as predictors of life satisfaction of college students. *International Journal of Advance Counseling*, 33(2), 79-87.
- Yalçın, R.Ü. (2016). *Üniversite öğrencilerinin saldırganlık ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yazıcı, Ö.M. (2015). *Beden eğitimi öğretmeni adaylarının mutluluk ve zindelik düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yeniçeri, Z. (2013). *Yetişkinlik döneminde benlik yönelimlerinin iyi oluş üzerindeki etkisi: hayatta anlam bulmanın, ölüme yönelik tutumların ve dinsel görüşün aracı rolleri*. Doktora tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu*. Doktora tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yıkılmaz, M. ve Demir Güdül, M. (2015). Üniversite öğrencilerinde yaşamda anlam, bilinçli farkındalık, algılanan sosyoekonomik düzey ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler. *Ege Eğitim Dergisi*, (16)2, 297-315.
- Yıldız, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ, yaşam doyumu ve depresyonun cinsiyet ve sınıf seviyelerine göre etkileri. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 6(11), 451-474.
- Yıldız, Y. (2015). *Spor yapan ve spor yapmayan üniversite öğrencilerinin sosyalleşme ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yılmaz, E. ve Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 15(59), 451-469.
- Yiğit, R., Dilmaç, B. ve Deniz, M.E. (2011). İş ve yaşam doyumu: Konya Emniyet Müdürlüğü alan araştırması. *Polis Bilimleri Dergisi*, 13(3),1-18.
- Yüksel, R. (2013). *Genç yetişkinlerde aşk tutumları ve yaşamın anlamı*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Zika, S. and Chamberlain K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83, 133-145.

EKLER

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu

Değerli öğrenciler;

Elinizdeki formlar bilimsel bir araştırmaya veri toplamak amacı ile hazırlanmıştır. Formda yer alan soruları samimi ve içten yanıtlamanız araştırmanın amacına ulaşması açısından önem taşımaktadır. Lütfen tüm soruları okuyarak size en uygun seçeneği işaretleyiniz. Görüşleriniz kimliğinizden daha önemli olduğu için isim yazmanıza gerek yoktur. Yanıtlarınız sadece bilimsel amaçla kullanılacaktır. Yapacağınız katkılardan dolayı şimdiden teşekkür ederim.

Ramazan DEMİR
Psikolojik Danışman

- I. Cinsiyet: 1() Bay 2() Bayan
- II. Bölümünüz:
- III. Ailenizin gelir düzeyi
1() 1500 den az 2() 1500-4500 arası 3() 4500'den çok
- IV. Anne-babanın hayatta olma durumu
1() İkisi de sağ 2() İkisi de ölü 3() Anne ölü 4() Baba ölü
- V. Algılanan anne-baba tutumları
1() Otoriter 2() Demokratik 3() Koruyucu 4() İlgisiz
- VI. Kardeşleriniz arasındaki doğum sıranız
1() İlk 2() Ortanca 3() Son 4() Tek
- VII. Şu an nerede kalıyorsunuz?
1() Ailemle 2() Tek başıma 3() Ev arkadaşım
4() Yurtta 5() Akraba yanında
- VIII. Yakın arkadaş sayınız
1() Hiç yok 2() 1 3() 2-4 4() 4-6 5() 7 ve üstü
- IX. Bir öğrenci topluluğuna üye misiniz? 1() Evet 2() Hayır
- X. Amaçladığınız bölümde mi okuyorsunuz? 1() Evet 2() Hayır

Ek 2. Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu

1 Hiç Katılmıyorum	2 Katılmıyorum	3 Biraz Katılıyorum	4 Katılıyorum	5 Tamamen Katılıyorum
--------------------------	-------------------	---------------------------	------------------	-----------------------------

1. Kendimden hoşnut değilim.	1.....2.....3.....4.....5
2. Hayatın çok ödüllendirici olduğunu hissediyorum.	1.....2.....3.....4.....5
3. Hayatımdaki her şeyden oldukça memnunum.	1.....2.....3.....4.....5
4. Çevremdeki güzelliklerin farkına varırım.	1.....2.....3.....4.....5
5. Yapmak istediğim her şeye zaman bulabilirim.	1.....2.....3.....4.....5
6. Zihinsel olarak kendimi tamamen zinde (dinç) hissedirim.	1.....2.....3.....4.....5
7. Geçmişle ilgili mutlu anılara sahip değilim.	1.....2.....3.....4.....5

Ek 3. Yaşam Yönelimi Testi

1 Kesinlikle Katılmıyorum	2 Katılmıyorum	3 Kararsızım	4 Katılıyorum	5 Kesinlikle Katılıyorum
1. Ne olacağının önceden kestiremediğim durumlarda hep en iyi sonucu beklerim.	1.....2.....3.....4.....5			
2. Kolayca gevşeyip rahatlayabilirim.	1.....2.....3.....4.....5			
3. Bir işimin ters gitme olasılığı varsa mutlaka ters gider.	1.....2.....3.....4.....5			
4. Her şeyi hep iyi tarafından alırım.	1.....2.....3.....4.....5			
5. Geleceğim konusunda hep iyimserimdir.	1.....2.....3.....4.....5			
6. Arkadaşlarımla birlikte olmaktan hoşlanırım.	1.....2.....3.....4.....5			
7. Yapacak bir şeylerin olması benim için önemlidir.	1.....2.....3.....4.....5			
8. İşlerin istediğim gibi yürümeyeceğini neredeyse hiç beklemem.	1.....2.....3.....4.....5			
9. Hiçbir şey benim istediğim gibi gitmez.	1.....2.....3.....4.....5			
10. Moralim öyle kolay kolay bozulmaz.	1.....2.....3.....4.....5			
11. Her türlü bir olayda iyi bir yön bulmaya çalışırım.	1.....2.....3.....4.....5			
12. Başıma iyi şeylerin geleceğine pek bel bağlamam.	1.....2.....3.....4.....5			

Ek 4. Yaşamın Anlamı Ölçeği

1 Kesinlikle Doğru Değil	2 Çoğunlukla Doğru Değil	3 Kısmen Doğru Değil	4 Ne Doğru Ne Yanlış	5 Kısmen Doğru	6 Çoğunlukla Doğru	7 Kesinlikle Doğru
-----------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------	----------------------------------	----------------------	--------------------------	--------------------------

1. Yaşamımın anlamının farkındayım.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
2. Yaşamımın anlamlı olduğunu bana hissettirecek bir şeyler arıyorum.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
3. Daima yaşamımın amacını arıyorum.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
4. Yaşamımın gayet belirgin bir amacı var.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
5. Yaşamımı nelerin anlamlı kıldığını iyi biliyorum.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
6. Tatmin edici bir yaşam amacı keşfetmiş durumdayım.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
7. Daima, yaşamımı değerli hissettirecek bir şeylerin arayışı içindeyim.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
8. Yaşamım için amaç ve hedef arıyorum.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
9. Yaşamımın belirgin bir amacı yok.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
10. Yaşamıma anlam arıyorum.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

Ek 5. Yaşam Doyumu Ölçeği

1 Hiç Uygun Değil	2 Uygun Değil	3 Biraz Uygun Değil	4 Ne Uygun Ne Uygun Değil	5 Biraz Uygun	6 Uygun	7 Çok Uygun
----------------------------	---------------------	------------------------------	--	---------------------	------------	-------------------

1. Birçok bakımdan yaşamım idealime yakın.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
2. Yaşam koşullarım mükemmel.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
3. Yaşamımdan memnunum.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
4. Şimdiye kadar yaşamımda istediğim önemli şeyleri elde ettim.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
5. Eğer hayatımı yeniden yaşasaydım hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.	1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

ÖZGEÇMİŞ

Araştırmacı, 1991 yılında Mersin’de doğdu. İlk ve orta öğrenimini Mersin’de tamamladı. Lisans eğitimini 2013 yılında Ahi Evran Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışma bölümünden mezun olarak tamamladı. Halen Nurten Öztürk Ortaokulu’nda psikolojik danışman olarak görev yapmaktadır.

VITAE

The researcher was born in 1991 in Mersin. He has finished primary and secondary school in Mersin. He studied psychological counseling and guidance at Ahi Evran University and graduated from the same department in 2013. He is still working as psychological counselor at Nurten Öztürk Secondary School.