

T. C.
EGE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**KİŞİSEL PROJELERİN
ORGANİZASYONU ve ÖRÜNTÜSÜ AÇISINDAN
YAŞAM DOYUMU**

DOKTORA TEZİ
(Sosyal Psikoloji)

ÜNSAL YETİM

DANIŞMAN
Prof. Dr. ŞEFİK UYSAL

T. C.
Yükseköğretim Kurulu
Dokümantasyon Merkezi

İZMİR - Ocak - 1991

16120

Ö N S Ö Z

Yaşam doyumu, antik çağdan bu yana incelenen bir konu. İnsanın yaşamından doyum bulmasını, haz dolu yaşantılara daha fazla sahip olmasını içeren bu olgu, kuşkusuz hemen herkesin ilgisini çekmektedir. İnsan, kendi yaşamının olumlu hale gelmesine doğal olarak duyarlıdır. Bu çalışmanın aydınlatmak istediği de insanın günlük yaşamının özelliklerini inceleyerek, sözkonusu özelliklerin yaşamdan alınan doyuma olan etkilerini ortaya çıkarmaktır. Elde edilecek bilginin pratik anlamda bireylere geribildirim sunacağını umuyorum.

Yaşam doyumu konusuyla yüksek lisans dersleri sırasında karşılaştım. Bu kavramın temel niteliklerini, özelliklerini bana tanıtan ve tüm akademik çalışmalarında desteğini esirgemeyen değerli hocam Prof.Dr. Nuri BİLGİN'e minnet borçluyum. Yine yüksek lisans ve doktora çalışmalarım süresince yaptığı değerli katkılarından dolayı danışmanım Prof.Dr. Şefik UYSAL'a teşekkürlerimi sunarım. Yöntem ve istatistiksel analiz konularında yaptığı yardımlardan dolayı hocam Prof.Dr.Yurdal TOPSEVER'e; çalışmamın başından beri benimle konuyu tartışarak, eleştirilerini sunan arkadaşım Öğ.Gör.Melek GÖKTEN'e teşekkür ederim.

Ayrıca bu araştırmanın başından sonuna kadar gösterdiği anlayış ve destekten dolayı sevgili eşim Nalan YETİM'e içten teşekkürlerimi sunarım.

Ünsal YETİM

Bornova, Ocak, 1991.

İ Ç İ N D E K İ L E R

	<u>Sayfa</u>
Giriş.....	1
I.BÖLÜM:KURAMSAL ÇERÇEVE ve ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	3
A.İnsana İlişkin Kuramsal Açıklamalar.....	4
1.G.Kelly'nin Kişisel Yapı Kuramı.....	4
a)Bilimci İnsan.....	6
b)Kişisel Yapı Kuramı.....	7
c)Yapının Formal Özellikleri.....	10
d)Yapı Tipleri.....	11
e)Bir Postüla ve Sonuçları.....	13
2.Sosyal Öğrenme Kuramı.....	20
3.Biliş Araştırmalarının Ulaştığı Genel Sonuçlar.....	24
B.Günlük Yaşamın Açıklanması.....	33
1.Amaç Kuramı.....	33
a)Tarihsel Geçmiş.....	34
b)Amacın Bilişsel, Duygusal ve Davranışsal Özellikleri....	37
c)Amaca Erişme.....	41
d)Amaç Sisteminin İşleyişi.....	42
e)Amaçlılık ve Niyet.....	45
2.Kişisel Projeler Yaklaşımı.....	47
a)Analiz Birimleri Olarak Kişisel Projeler.....	49
b)Kişisel Projelerin Yapısı ve Organizasyonu.....	50
c)Kişisel Projelerin Analizinde Sınıflama Şemaları.....	62
d)Zaman Çerçevesi.....	63
e)Kaynak Ekolojisi.....	63
f)Morfolojik Örüntü.....	64
g)Proje Sisteminin Değerlendirilmesi.....	64

h)Kişisel Projelerin Analizinin Çevre Psikolojisi Bakımından Uygunluğu.....	66
1)Kişisel Projeler Yaklaşımının Uygulanması.....	67
C.Yaşamdan Alınan Doyum ya da Subjektif İyi Oluş.....	68
1.Subjektif İyi Oluşu Tanımlama ve Ölçme.....	69
a)Subjektif İyi Oluş Tanımları.....	69
b)Tek Maddeli Ölçekler.....	72
c)Çok Maddeli Ölçekler.....	76
d)Subjektif İyi Oluşun Yapısı.....	77
e)Ölçme Sorunları.....	79
2.Subjektif İyi Oluşu Etkileyen Etmenler.....	81
a)Subjektif Doyum.....	81
b)Gelir.....	82
c)Diğer Demografik Değişkenler.....	84
3.Davranış Özellikleri ve Sonuçları.....	86
a)Sosyal Temas.....	86
b)Yaşam Olayları.....	88
c)Aktiviteler.....	89
d)Kişilik.....	89
e)Sonuç.....	92
4.Subjektif İyi Oluş Kuramları.....	92
a)Ereksel Kuramlar.....	93
b)Aktivite Kuramları.....	97
c)Tavandan-tabana ve Tabandan-tavana Kuramları.....	98
d)Bağ Kuramları.....	100
e)Yargı Kuramları.....	102
D.Araştırmanın Modeli.....	107
II.BÖLÜM:YÖNTEM.....	113
A.Tanımlar.....	113
B.Kabuller.....	114

	<u>Sayfa</u>
C.Amaçlar ve Sınırlılıklar.....	114
D.Beklentiler.....	115
✓ E.Araçlar.....	116
F.Denekler.....	120
G.Uygulama.....	121
H.Seçilen İstatistiksel Teknikler.....	121
III.BÖLÜM:BULGULAR.....	125
✓ A.Yaşam Doyumu Ölçeği.....	125
B.Öğrenci Örnekleme.....	126
1.Varyans Analizi.....	126
2.Grup Düzeyinde Diskriminant Analizi.....	130
a)Yaşam Doyumunu Belirleyen Kişisel Proje Değişkenleri....	133
b)Anlamlı Kişisel Proje Değişkenlerine Göre Diskriminant Analizi.....	134
3.Birey Merkezli Diskriminant Analizi.....	136
a)Stepwise Regresyon Analizi.....	139
b)Anlamlı Birey Merkezli Proje Değişkenlerine Göre Diskriminant Analizi.....	140
C.Yetişkin Örnekleme.....	142
1.Varyans Analizi.....	142
2.Grup Düzeyinde Diskriminant Analizi.....	144
a)Yaşam Doyumunu Belirleyen Kişisel Proje Değişkenleri....	146
b)Seçilen Kişisel Proje Değişkenlerine Göre Diskriminant Analizi.....	146
3.Birey Düzeyinde Diskriminant Analizi.....	147
a)Yaşam Doyumunu Belirleyen Birey Merkezli Kişisel Proje Değişkenleri.....	147
b)Seçilen Birey Merkezli Değişkenlere Göre Diskriminant Analizi.....	150

	<u>Sayfa</u>
IV.BÖLÜM:YORUM VE TARTIŞMA.....	154
A.Öğrenci Örnekleme.....	154
B.Yetişkin Örnekleme.....	159
C.Örneklemeden Elde Edilen Sonuçların Karşılaştırılması.....	162
V. BÖLÜM:ÖZET ve SONUÇLAR.....	165
ABSTRACT	
EKLER	



T A B L O L A R I N L İ S T E S İ

	<u>Sayfa</u>
TABLO-1 :DİZİSEL ANALİZ:.....	51
TABLO-2 :KİŞİSEL PROJELERİN İÇERİK KATEGORİLERİ:.....	62
TABLO-3 :SUBJEKTİF İYİ OLUŞ ÖLÇEKLERİ.....	73-74-75
TABLO-4 :YAŞAMDAN ALINAN DOYUM MODELİ.....	111
TABLO-5 :DİSKRİMİNANT ANALİZİNİN TEK BOYUTLU GRAFİĞİ.....	123
TABLO-6 :YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİNİN GÜVENİRLİĞİ.....	125
TABLO-7 :YÜKSEK VE DÜŞÜK YAŞAM DOYUMLU GRUPLARIN BELİRLENMESİ.....	126
TABLO-8 :YAŞAM DOYUMU VE KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİNE GÖRE VARYANS ANALİZİ.....	127-128
TABLO-9 :KARŞILAŞTIRMALI KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ VE YAŞAM DOYUMU GRUPLARINA GÖRE DİSKRİMİNANT ANALİZİ.....	130-131
TABLO-10:STEPWISE REGRESYON ANALİZİ SONUÇLARI.....	133
TABLO-11:SEÇİLEN PROJE DEĞİŞKENLERİ AÇISINDAN DİSKRİMİNANT ANALİZİ.....	135
TABLO-12:BİREY MERKEZLİ KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİNE GÖRE DİSKRİMİNANT ANALİZİ.....	137-138
TABLO-13:YAŞAM DOYUMUNU AÇIKLAYAN BİREY MERKEZLİ KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ.....	139
TABLO-14:YAŞAM DOYUMUNU AYIRDEDEN BİREYSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ.....	141
TABLO-15:ANLAMLI BİREYSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ VE İKİ YAŞAM DOYUMU GRUBUNA GÖRE VARYANS ANALİZİ.....	142
TABLO-16:KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ VE İKİ YAŞAM DOYUMU GRUBUNA GÖRE VARYANS ANALİZİ.....	143-144
TABLO-17:28 KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENİ VE 2 YAŞAM DOYUMU GRUBUNA GÖRE GRUP MERKEZLİ DİSKRİMİNANT ANALİZİ.....	145
TABLO-18:STEPWISE REGRESYON ANALİZİ.....	146
TABLO-19:ANLAMLI DEĞİŞKENLERE VE İKİ YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİNE GÖRE DİSKRİMİNANT ANALİZİ.....	147

TABLO-20: BİREY MERKEZLİ KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ VE İKİ YAŞAM DOYUMU GRUBU İÇİN DİSKRİMİNANT ANALİZİ.....	148-149
TABLO-21: STEPWISE REGRESYON ANALİZİ.....	150
TABLO-22: ANLAMLI BİREYSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ VE YAŞAM DOYUMU GRUPLARINA GÖRE DİSKRİMİNANT ANALİZİ.....	151
TABLO-23: ANLAMLI BİREYSEL PROJE DEĞİŞKENLERİNE VE YAŞAM DOYUMU GRUPLARINA GÖRE VARYANS ANALİZİ.....	152



G İ R İ Ő

Psikolojide insanın mutsuzluğu, sorunları ve sıkıntılarını üzerine çok sayıda araştırma olmasına karşılık, mutluluk ve doyumlu olma konusundaki inceleme ve araştırmaların azlığı hayli Őařırtıcıdır. Ayrıca, doyum ve mutluluğu konu alan araştırmaların çoğu, iş doyumunu, konut doyumunu gibi spesifik alanlarda yoğunlaşmakta ve insanın günlük yaşamını dikkate almamaktadır. Oysa insan, eylemlerini acı ve keder kadar, haz ve zevke göre de düzenler. Bireyler, sosyal yaşamlarında ilişkilerini haz alma yönünde en fazlaya çıkarmaya çabalarken; mutsuzluk, başarısızlık gibi sonuçlardan kaçınmaya zen gösterirler. Bu araştırmada, insan yaşamında kritik bir önem taşıyan yaşam doyumunu incelenecektir.

İnsan aktivitelerinin, özellikle de yaşam doyumuyla ilgili ve üzerinde bilişsel bir yargının verildiği eylemlerin, birey tarafından bilinçli ve amaçlı olarak ele alındıkları bilinmektedir. İnsan; yaşamına amaç ve anlam katan, dünyayı kendine göre yorumlayan, gerçekliği oluşturan aktif bir varlıktır. İnsanın bu amaçlı doğası, onun günlük ilişkilerindeki amaçlı uğraşılarında, geleceğe ilişkin planlar yapmasında açıkça görülmektedir.

Yaşamdan alınan doyum ya da subjektif iyi oluş, insanın kendi yaşamını bütün olarak değerlendirmesidir. Bu değerlendirmeye katılan değerlişkenler oldukça çeşitlidir. İnsanların içinde yaşadıkları objektif durumların, maddi kaynakların, sahip olunan sosyal ilişkiler ağının ve nihayet kendine güven, denetim odağı, stres gibi psikolojik özelliklerin hepsi, yaşam doyumunu yargısında değerlendirilmektedir. Ancak sorun, bireyin günlük yaşam içerisinde srdrdğu uğraşıların kapsamında bu değerlişkenlerin yapısal etkilerini incelemek olduğunda, araştırmacı, kaçınılmaz olarak yaşamı temporal düzeyde değerlendirmek durumunda kalacaktır. Temporal bir bağlam içerisinde yaşamdan alınan doyuma etkide bulunan değerliş-

kenler, anlamlı bir bütün halinde incelenebilir. Ayrıca sözkonusu değişkenlerin göreceli etkilerinde süreç içerisinde oluşan değişmeler, ancak böyle bir yaklaşımla değerlendirilebilir. Böyle bir değerlendirmeye olanak tanıyan psikolojik analiz birimi kişisel projelerdir.

Araştırmamızın problematiği, bireyin günlük yaşamının incelenmesinde yatmaktadır. Araştırmamızda, bu noktadan hareketle, günlük yaşam kişisel projelerle incelenerek; bu projelerle anlam kazanan çeşitli sosyal psikolojik değişkenlerin yaşam doyumuna olan etkileri ortaya konmaya çalışılacaktır. Böylece yaşam doyumunun, bireyin ele aldığı amaçlı aktivitelere bağlı bilişsel bir sonuç olduğunu iddia eden kuramsal açıklamalar bir ölçüde sınanmış olacaktır.

I.BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bireyin yaşamının akışı içerisinde cereyan eden davranışların ve yaşantıların yapısı, organizasyonu ve sonuçlarını konu alan literatür üç alanda odaklaşmaktadır. Bunlardan ilki, insanın genel olarak dünyayı algılayışı ve dünyaya bakışıyla ilgili kuramsal açıklamalardır. Genel bir insan modeli olarak ortaya konan bu yaklaşımlardan George Kelly'nin Kişisel Yapılar Kuramı ve Etkileşimsel Sosyal Öğrenme Kuramı ele alınacaktır. Araştırma açısından her iki kuramın katkısı önemlidir. Şöyle ki, insanın dünyayı algılayışı, olayları zihninde yapılandırışı ile ilgili bu açıklamalar; günlük yaşam içinde cereyan eden amaçlı organize etkinliklere temel bir çerçeve sunmaktadırlar. Belirtilen kuramlara ek olarak bilişsel psikolojinin empirik bulgu ve sonuçlarına değinilecektir. Şema ve onunla bağlantılı kavramlar bireyin genel değerlendirme çerçeveleridir ve yaşam ilgi ve amaçlarının değerlendirilmesinde önemli rol oynarlar.

Öte yandan planların, yapıların, organize amaçlar setinin yaşama aktarılması, eyleme dökülme süreci, incelenecek olan ikinci literatür kaynağıdır. Burada yaşamın belirli bir amaç yönünde temporal akışına değinen Amaç Kuramı ve Kişisel Projeler Yaklaşımı üzerinde durulacaktır. Bize göre bütün psikolojik araştırmaların amacı, günlük yaşamdaki bireyi açıklamaktır. Bu bakımdan bireyin yaşam içindeki eylemlerinin değerlendirilmesi gerekir.

Son olarak yaşam amaçlarını, kişisel projelerini gerçekleştirme sürecinde ilerleyen bireyin yaşamından aldığı doyum, değerlendirilecek üçüncü literatür kaynağıdır. Subjektif iyi oluş ya da yaşamdan alınan doyuma ilişkin açıklamalar araştırmamızla doğrudan ilgilidir. İnsanın

kendini, dünyayı ve olayları değerlendirme niteliğinin bir biçimi olan yaşam doyumu yargısı, yine yaşam içinde sürdürülen amaçlı eylemlerin bir ürünüdür. Dolayısıyla bu alanda yapılmış olan kuram ve açıklamalar insan aktivitesinin genel bir sonucu olarak değerlendirilecektir.

A.İnsana İlişkin Kuramsal Açıklamalar

İnsanın günlük yaşam içerisinde yaptığı davranışların temel nedenlerini açıklamak üzere sayısız kuram ileri sürülmüştür. Kuramlar kapsamında yapılan genellemeler pratikte karşılaşılan davranışları yorumlamada referans kaynakları olmaktadır. Bu çerçevede ilk olarak G.Kelly'nin kişisel yapılar kuramı ele alınacaktır. Kelly'nin ulaştığı teorik sonuçlar kendinden sonra gelen kuramcılar tarafından da geliştirilmiştir. Kelly'nin kişisel yapılar kuramı, sosyal öğrenmecileri etkileyerek bugün adına bilişsel psikoloji dediğimiz yeni bir araştırma alanının doğmasına neden olmuştur. Şimdi sırasıyla kişisel yapılar kuramını, sosyal öğrenme kuramını ve bilişsel psikolojinin ulaştığı genel sonuçları ayrıntılı olarak değerlendirelim.

1.G.Kelly'nin Kişisel Yapı Kuramı

Kelly açıklamalarına "gerçek nedir?", "doğru nedir?" felsefi sorularıyla başlar. Ona göre bu sorular oluşturulacak bir kuram ve insana ilişkin açıklamalar için bir başlangıç noktasıdır. Kelly(1955) sorulara yanıtını "yapıcı alternatifizm"(constructive alternativism) doktrini ile verir. Yapıcı alternatifizm, evrenin tüm yorumlamalarının bir revizyon veya yer değiştirme olduğunu dile getirir. Bu görüşe göre hiçbir şey dokunulamaz, değiştirilemez değildir. Hiçbir politika, din, ekonomik ilke mutlak ve değiştirilemez olarak "doğru" değildir. Hepsi yalnızca insanın şeyleri farklı görmesiyle değişebilir.

Felsefi olarak ulaşılan bu nokta, Kelly'i psikolojik bir sonuca vardırır. Şöyle ki; olaylar yalnızca insanın zihninde varolduğundan on-

ları yapılandırmada çeşitli yolların bulunması da kaçınılmazdır. Her olay özneye göre değişik perspektiflerden yorumlanabilir. Kişiler kendi iç dünyalarına ait deneyimlerini veya dış dünyaya ait pratik ilişkilerini yorumlamada değişik seçeneklere sahiptirler.

Kelly, yapıcı alternatifizm konusunda görüşlerini şöyle sürdürür: "Doğanın ne olduğu veya gerçeğin nasıl olduğu sorusu sonunda bir şeye dönüşür: karşı karşıya kaldığımız olayların nasıl olduğu geniş çeşitlikte bilişsel yapılara bağlı olduğu kadar, tasarlama yetisine sahip insan zekasına da bağlıdır"(Kelly,1970,s.1).

Felsefi bir yargı olan yapıcı alternatifizm, kendi zıttı olan Aristo mantık ilkeleriyle karşılaştırılabilir. Aristo, önce özdeşlik ilkesini ortaya koyar: "A,A'dır". A şeyinin kendisi objektif gerçekliğin içindedir; o yalnızca bir geçerli yoruma açıktır. Varsayalım ki, bir kişinin davranışına neden olan bir güdü vardır. Psikolog, kişinin davranışının altında yatan bu güdüyü anlamıyor ya da yanlış anlıyorsa; bu onun problemidir, onun hatasıdır. Kelly, bu açıklamaların aksine A'nın kişi A olarak neyi oluşturuyorsa o olduğunu ileri sürer. Gerçeklik, gerçeklik olarak oluşturulan şeydir.

Felsefeden psikolojiye dönerek Kelly, davranışların hiçbir zaman total olarak belirlenemeyeceğini iddia eder. İnsan, olayları yorumlamada, revizyona tabi tutmada veya yer değiştirmede bulunmada her zaman özgürdür. Böylece bilişsel kuram özgürlük-determinizm bağlamında temellenir. Kelly'nin deyişiyle, "Determinizm ve özgürlük birbirinden ayrılmaz. Hangisinin diğerini belirlediği, diğerinin niteliğini etkilemez" (Kelly,1955,s.21).

Buraya kadar daha çok felsefi temellerini ortaya koymaya çalıştığımız bilişsel kuram, açıklamalarını özneye, yani insana dayandırır. Aktif olarak dünyayı yapılandıran, zihninde temsil eden insana uygun olan

bu açıklama modeli, insanı bir bilim adamı olarak tanımlamaktadır.

a)Bilimci İnsan (Man the scientists)

Kelly, insanları betimlemede, bilim adamını kendisine model olarak alır. Bilim adamının düzenli olarak gelecekteki olayları öngörmesini(prediction) sağlayan kuramlar yoluyla yaşamı netleştirmeye çalıştığı; diğer bir deyişle onun ana amacının belirsizliği azaltmak olduğu söylenebilir. Kelly, bilim adamları gibi tüm insanların da belirsizliği azaltmak suretiyle yaşamlarını netleştirmeye çalıştıklarını ve böylece bilim adamı değil, bilim adamı gibi ayırımın geçerli olmadığını savunur. İnsan,yaşam olaylarını öngörmeye(anticipation) ve onları kontrol etmeye çabalayan bir varlık olarak olaylara ait iş gören hipotezler kurar.

Ancak insan, kelimenin dar anlamında dünyaya sınırlı açıdan bakan, veri elde etmeye çalışan, değerlendirme yapan ve sofistike yöntemler kullanan bir bilim adamı olarak nitelendirilemez. İnsanın hipotez kurma süreci, bilimsel araştırmada hipotezin geçerliliği ya da geçersizliğini ortaya çıkarma süreci ile aynıdır. Bilim adamı gibi tüm insanlarda gelecekle ilgilenirler ve şimdiki yalnızca olaylara katılmak için bir tez kuramı olarak kullanırlar. "Öngörü, yalnızca kendi yararı açısından sürdürülemez. Çünkü gelecekte gerçeklik daha iyi ifade edilmiş, gösterilmiş olacaktır. Gelecektir insanı coşkulandıran. Kişi geleceğe her zaman şimdinin penceresinden erişir"(Kelly,1955,s.49).

Özetle bilimin amacı olayları anlamak, öngörmek ve değiştirmektir. Yalnızca bilim adamı değil, tüm insanlar, bu amaçları paylaşır. Hepimiz geleceği öngörme ve beklediğimiz sonuçlar temelinde planlar yapma eğilimini taşırız.

İnsanın bilim adamı olduğu genellemesi, kuramda iki sonuca yol açar. Bunlardan ilki yukarıda değindiğimiz geleceği öngörme çabasıdır.

Kelly(1955),insanın tüm davranışlarının doğayı öngörme(anticipation) olarak ele alınması gerektiğini vurgular. Gelecekteki olayları öngörme veya onları kontrol etme yoluyla kişinin gerçeklik algısı düzenli olarak test edilmektedir.

İnsanı bilim adamı olarak niteleyen anolojinin ikinci sonucu, insanın çevresine pasif olarak tepki gösteren değil, çevreyi aktif olarak temsil eden bir varlık olduğudur. Psikoloğun olgular hakkındaki kuramsal nosyonları rasyonel olarak formüle ve revize ettiği gibi, insan da çevresini yorumlar, yeniden yorumlar, kurar(construction) ve yeniden kurar(reconstruction). Yani Kelly için yaşam, yaşantı dünyasını gerçek hissedilir kılan sürekli bir mücadele yoluyla karakterize edilir. Kişilerin kendi kaderlerini biçimlemelerini sağlayan yaşamın bu niteliğidir.

b)Kişisel Yapı Kuramı

Kelly'nin kişisel yapı kuramının esası bireylerin kendi çevrelerindeki insanları ve şeyleri algılama biçimlerinde yatar. Kuram, insanın yaşamındaki olayları anlamasını ve düzene koymasını sağlayan psikolojik süreçler üzerinde odaklaşır. Kelly'nin kişilik sisteminde ana kuramsal yapı, "yapı" kavramının kendisidir:"İnsan, kendisinin yarattığı açık/saydam örüntüler(patterns) veya kalıplar yoluyla dünyayı algılar ve bu kalıpları yarattıktan sonra insan, dünyanın kompoze edilen bu biçimini geçerli kılmaya çalışır. Bu örüntüler olmaksızın dünya fark-sız bir homojenitede, kişinin dünya hakkında herhangi bir anlam veremeyeceği şekilde belirir"(Kelly,1955,s.8-9).

Kelly'nin tasarladığı kişisel yapılar işte bu saydam/açık örüntüler veya kalıplardır. Diğer bir söyleyişle yapı, bireyin kurduğu, kişisel dünyası hakkında deneyimlerini yorumladığı düşünce kategorisidir. Bu bakımdan yapı bir idea veya düşüncedir. Ayrıca yapı, benzerlikler ve

zıtlıklar anlamında gerçekliğin değişik yanlarına anlam katan tutarlı bir formdur. "Heyecan verici-durgun", "rafine-kaba", "zeki-aptal", "iyi-kötü", "dindar-dindar olmayan", "dostça-düşmanca" gibi düşünme kategorileri bu tanımlamaya giren örneklerdir.

Yapıların çoğu insanın günlük yaşamındaki olayları oluşturmada kullanılır. Herbirimiz için gerçeklik farklı kalıplar ve yapılar yoluyla süzgeçten geçirilir. Bu da bizim dünyayı tutarlı olarak algılamamız için gereklidir.

Kelly'e göre insan, yaşadığı olayların ve deneyimlerinin replikasyonlarını oluşturarak onları öngörür ve kontrol eder. Bu süreç hangi olayların olacağına ilişkin beklentinin ortaya çıkması ve olayların anlamlarının yorumlanması için somut bir temel sağlaması bakımından önemlidir. Birey bu sayede kendi deneyim alanı dahilinde bir örüntüyü veya olayların tekrarlanır oluşunu algılar, tanır ve sonuçta, bu olaylar hakkında bir yapı ve anlam geliştirir. Deneyimin, yorumlamanın bu temporal süreci, oluşturma(construction) olarak adlandırılır. Oluşturma, kişinin deneyimlerini düzenli ve anlamlı olarak bir yapıda genelleme kapasitesidir.

Böylece birey yapılarını kurarak, olaylar hakkında uygun öngörü ve kontrol olanağını elde eder. Yapıların yokluğu durumunda yaşam kaotiktir. Bu durumda kişinin dünyayı anlamada hiçbir tutarlı yolu kalmaz. Kişi geleceğe ait beklentilerini oluşturamıyorsa şimdiki olayların anlamı kalmaz. Kişisel yapılar, bireye dünya üzerinde düzen ve öngörülebilirlik kurma olanağını sağlar.

"İnsan bilim adamıdır" modeline uygun olarak Kelly, bireyin bir hipotez tarzında yapısını oluşturduktan sonra, yapının öngörme gücünü test edeceğini ileri sürer. Yapı yalnızca varolan olaylar açısından test edilmez; yeni gelişecek olaylar açısından da sürekli değerlendiril-

rilir. Eğer yapı olayları doğru olarak öngörmekte ise kişi bu yapıyı korur. Aksine öngörü geçersiz ise yapı revizyona uğrar veya tamamen bırakılabilir. Kısaca yapının geçerliliği onun öngörme yeterliliği ile test edilir. Yapılar, çevrese olayları test etmede kullanılan sözel etiketlerdir.

Kelly tüm yapıların bipolar veya dikotomik olduğunu belirtmiştir. Ona göre insan düşüncesinin esası, yaşam deneyimlerini grinin çeşitli tonları olarak değil, siyah-beyaz olarak algılamaktır. Daha açık olarak söylersek birey, deneyimlediği olaylarda bir diğer olayla benzer ve farklı görülen yanları gözler. Örneğin, insan, kimi insanların şişman kimilerinin zayıf, kimisinin zengin, kimisinin yoksul olduğu gibi zıtlıklara dikkat eder. Benzerlikler ve zıtlıkların gözlenmesi kişisel yapıların biçimlenmesine yol açar. Böylece bir yapının biçimlenmesi için en azından üç öge gerekir: Yapıda iki öğenin birbiriyle benzer, üçüncü öğenin diğerleriyle zıt olması. Ali ve Ahmet onurludur, Mehmet değildir gibi. İki benzer ögeye benzerlikler kutbu, benzemez ögeye kontrastlık kutbu denir.

Yapının formal özelliklerine geçmeden önce akla gelen bir sorunun cevaplanması gerekli görülmektedir. Niçin insanlar farklı yapıları oluşturur? Bireylerin yapıları neden birbirinden farklıdır? Kelly bu sorularla ilgilenmez. Onun yapıların gelişimi ve oluşması konusunda bireysel farkları dikkate almadığı görülmektedir. Ayrıca Kelly'nin kuramı tarihi bir kuram değildir. Yani Kelly'i bireyin ilk yaşantılarından, bebekliğinden başlayan bir açıklama zinciri yerine, daha çok yetişkin insanın yaşamının açıklanması ilgilendirmektedir. Ancak, yapılar bir yerlerden gelmek, oluşmak durumundadır. Bize göre yapıların geçmiş yaşantıların, yaşayış biçimlerinin, gözlem, taklit ve model almanın bir ürünü olduğunu varsaymak daha mantıklı görünmektedir. Çevresel yaşantılara ilişkin farklı deneyimlerin, bireyler arasında yapı sistemleri farklılı-

ğına yol açması daha olasıdır.

c)Yapının Formal Özellikleri

Kelly tüm yapıları belirli formal özelliklerin karakterize ettiğini öne sürmüştür. Bunlardan ilki, yapının belirli bir olaylar alanını kapsayan bir kuramı temsil etmesidir. Buna uygunluk ranjı denir. Uygunluk ranjı belirli bir yapının uygun olduğu veya uygulanabilir olduğu tüm olayları kapsar. Yani söz konusu yapı bazı olaylar için uygun, diğerleri için değildir. Örneğin, "akademik-akademik değil" yapı boyutu, entellektüel ve bilimsel çalışmaların genel düzenlenişi bakımından oldukça uygunken, evli ya da bekar oluşa ilişkin bir yapılanma için uygun değildir. Kelly, bir yapının öngörme etkililiğinin, yapı kendi olay ranjı dışına çıkarılarak genellendiğinde, ciddi olarak tehlikeye sokulduğuna işaret eder. Böylece tüm yapılar için olay ranjı değişirken her yapı sınırlı bir uygunluk ranjına sahiptir.

Ayrıca her yapı kendi uygunluk ranjı içerisinde o yapıyı tipik olarak temsil eden ya da yapıyı göstermede en yararlı görülen olaylara sahiptir. Bu olaylar, yapı bir eksen üzerinde gösterildiğinde eksenin en uygun noktasına denk düşerler. Yapıyı tipik olarak gösteren bu olayların eksenindeki yerine uygunluk odağı denir. Örneğin, bir kişinin "onurlu-onursuz" kişisel yapısında uygunluk odağı olan olaylar "diğer kişinin parasına ve malına el koyma" olabilir. Bir yapının uygunluk odağı her zaman yapıyı uygulayan bireye özgüdür.

İkinci formal özellik yapıların değişimi ile ilgilidir. Kelly buna yapının geçirgenlik boyutu der. Geçirgen bir yapının öğelerine ait uygunluk ranjının sınırları henüz oluşmamıştır. Buna karşın geçirgen olmayan bir yapı, kendi orjinal formülasyonunun ortaya koyduğu olaylar dışındaki yeni yaşantıların, olayların yorumuna kapalıdır. Geçirgenlik-geçirmezlik boyutunda mutlak anlamdan çok dereceli bir açık-

lık-kapalılık söz konusudur. Yani mutlak anlamda geçirgen olmama, katı bir kişiliğe işarettir ve nadiren gözlenir. Aynı şekilde tamamen geçirgen bir yapıya sahip olma, yapının öngörme özelliğinin yitmesi anlamına gelir ki, bu olanaksızdır. Geçirgenliğin yalnızca belirli bir yapının uygunluk ranjına göre olabildiğine dikkat edilmelidir. Yapı kendi ranjından öte herhangi bir deneyime, tanım gereği geçirgen değildir.

d)Yapı Tipleri

Kelly, yapıların kendi öğeleri, olayları üzerinde uyguladıkları kontrole göre sınıflandırılacağını savunmuştur. Kelly, dış üyeliklere karşı kendi öğelerini kapatan yapıya kapalı yapı(preemptive construct) demiştir. Bu tür yapılama "başka hiçbir şey ama şu" türü düşünen katı kişinin karakteristiğidir. Etnik etiketleme kapalı yapıların kullanılmasına bir örnektir. Örneğin, bir kişi Çingene olarak tanımlanmışsa, o kişi hakkında başka hiçbir şey dikkate alınmayıp yalnızca çingene olarak düşünülür. Yine bir profesör öğrencileri tarafından duygusuz olarak etiketlenmişse, onun çocuklarına karşı yumuşak huylu biri olduğu, artistik hobileri olduğu veya sosyal reform yanlısı olduğu gibi diğer özellikleri bir kenara bırakılır. Bu çevremizdeki dünyanın farklı yanlarını görme, yeniden yorumlama, yeniden değerlendirme hakkının reddedilmesi anlamına gelir(Bannister ve Fransella,1971).

Birleştirim yapısı(constellatory construct) yapının öğelerinin diğer alandaki öğelerle birlikte olmasına açık bir yapı olması anlamına gelir. Ancak bu yapı diğer alanlardaki öğeleri kendi üyeliği altına alır. Yani bir kez bir olay bir yapının altında görülmüşse, bu olayın diğer karakteristikleri sabitleştirilir. Sterotipik ve tipolojik düşünce bu tür yapıya girer. Böyle bir yapıya örnek olarak "eğer bir kişi futbolcuysa o kişi kaba, duyarsız ve aptaldır" yargısını ele alalım. Burada sporcu spordan farklı şeylerle değerlendirilebilir. Ancak bu kişinin başka neler tarafından değerlendirilebileceğini gösteren bir zemin

yoktur. Tanımı gereği bu yapı, kişinin alternatif bir görüşü uyarlama şansını sınırlar. Kişi bir kategoriye yerleştirilmişse, bundan sonra onun diğer karakteristikleri de bu sınıfa atfedilir.

Alternatif yapılanmalara açık olan yapıya hipotez yapı (propositional construct) denir. Bu yapı, bireyin yeni yaşantılara açık olmasına ve alternatif dünya görüşlerini edinmesine olanak verdiğinden, diğer iki yapıyla çelişiktir. Hipotez düşünme esnek düşünmedir. Kişi sürekli olarak yeni deneyimlere açıktır ve varolan yapılarını değiştirme becerisine sahiptir. Buradan hipotez yapıların arzu edilir, diğerlerinin arzu edilmeyen yapılar olduğu anlaşılmamalıdır. Kelly bunun açıkça doğru olmadığını belirtmiştir. Kişi yalnızca hipotez yapıları kullanıyorsa dünya ile ilişkisini sürdüremez, kararlarında sebata erişemez. Bununla birlikte Kelly, bireyin entellektüel olgunluğa sahip olabilmesi için hipotez yapılarla ilişkili olması gereğini vurgular. Bu olmaksızın birey gerçekliği stereotipik algılar, değişmez ve kapalı kalır. Kısaca tüm yapılar olayları kurgulamada, yapılamada gereklidir.

Bunların dışında yapılar, çeşitli yönlerden kategorize edilebilir. Örneğin, anlaşılabilir yapılar görece geniş olay spektrumunu kapsar. Tesadüfi yapılar daha dar ranjda olayları kapsar. Bir başka açıdan merkezi ve yan yapılar ayırdedilebilir: Merkezi, ana işlevi yöneten yapılar vardır. Merkezi yapıda bir değişme yaratmayan yan yapılar vardır.

Kelly'nin temel postülasına geçmeden önce kapalı yapı ve birleştirim yapı arasındaki farka yeniden değinmek gerekli görünmektedir. Kapalı yapı ve birleştirim yapısı ayırımında ilk bakışta belirgin bir farklılığın olmadığı söylenebilir. Verilen örneklere kabaca baktığımızda, bunların birbirinin yerine geçebileceğini görmekteyiz. Ancak her iki yapı arasında ince bir fark vardır. Şöyle ki, kapalı yapıda yapının nesnesi hakkında yalnızca bir şey düşünülürken; birleştirim yapısında yapının nesnesinin diğer özellikleri kabul edilmekle birlikte,

bir özelliğin diğerlerine göre baskınlığı söz konusudur. Örneklere yeniden dönersek, kapalı yapıda kişi yalnızca Çingene olarak görülür. Onun başka özelliklerinin varolma şansı baştan yoktur. Birleştirim yapısında ise kişinin diğer özelliklerinin varlığı bilinmekle birlikte, bu kişinin futbolcu olma özelliği diğer özelliklerini geri plana iter. Yine de Kelly'nin nasıl bir yaklaşımla bu ayrıma ulaştığı konusunda elimizde yeterli kadar açıklama yoktur. Görüldüğü kadarıyla her iki yapı aslında tek bir olgunun açıklanmasını sağlamaktadır. Sonuçta katı karakterli bir insanın stereotipik düşünmesi çok olasıdır. Kısaca yapı tipleri konusunda Kelly'nin sınıflaması ikiye indirgenebilir. Bunlar, tipolojik yapı ve hipotez yapısıdır.

e) Bir Postüla ve Sonuçları

Kelly'nin temel postülası "kişi kendi psikolojik süreçlerini olaylara katılma yollarını kullanmak suretiyle yaşama geçirir-kanalize eder" ifadesi ile açıklanmıştır(Kelly,1955,s.20-21). Bu postüla, bireyin gelecekteki olaylara ait öngörmelerinin, onun davranışlarını belirlediği anlamına gelir. Başka bir anlatımla insan beklentilerine göre davranır.

Kelly'nin temel postülası, davranışın bireyin bir durumda oluşturduğu anlam ranjı ile sınırlı olduğunu açıklar. Bu bakımdan bir anlam ve amaca bağlı olarak yönlendirilmiş olan davranış, çeşitli zaman ve durumlara göre değişmez. Kişinin yaşam içindeki ilerleme süreci ya da kişinin kendini gerçekleştirme çabası Kelly'e göre çeşitli "yollar"ın bir ağıdır ve doğası gereği anlamsızlığa, öngörülemezliğe karşıttır. Bu ifadede geçen "yollar" yapılarla eş anlamlıdır. Her birey, farklı yollar (yapılar) oluşturur ve kendi gelişim sürecini ilerletebilmek için duruma göre bunlardan birini seçer. "Olaylara katılma kavramı", bilişsel kuramın öngörücü(predictive) ve güdüsel yanını ifade eden bir kavramdır. Birey yaşamına etkide bulunan olaylara katılmasını kolaylaştıran gerçekliği öngörmeye çabalar. Kelly'nin kuramında olaylara katılma kavramı

olayların önceden kestirilmesi çabasını dile getirir. Böylece insan eylemleri amaçlılığa kavuşur. Birey, kişisel yapıları yoluyla bugünü değerlendirerek geleceğe katılır.

Kelly, yukarıda aktardığımız postüladan çeşitli sonuçlar çıkarılmıştır. Bunlardan ilki kişiliğin biricik(unique) oluşunu anlamamızda özellikle yararlı olan bireysellikdir: "Kişiler, birbirlerinden olayları yapılandırma tarzları bakımından farklılaşırlar"(Kelly,1955,s.55).

Kelly'e göre iki insan tıpatıp aynı görünüşte, ikiz olsa dahi olaylara tamamen aynı yönde yaklaşmaz ve yorumlamazlar. Her kişi gerçekliği kendi biricik kişisel yapı gözlüğüyle görür. Dolayısıyla insanlar arasındaki farklılıklar, onların olayları farklı perspektiflerde oluşturmalarından kaynaklanır.

Postüladan çıkan ikinci sonuç, kişilerin farklı gidiş yolları için yapılarını organize etmeleridir. Kelly, bu organizasyonun evrim yoluyla mükemmelle kavuştuğunu savunur. Kısaca onun deyişiyle organizasyon: "Her kişi olaylara daha iyi, uygun katılımı gerçekleştirmek amacıyla evrimler yaşar; böylece yapı sistemi düzenli bir ilişkiye, organizasyona kavuşur"(Kelly,1955,s.56) şeklindedir.

Özetle organizasyon sonucunda Kelly, kişinin hatalarını en aza indirmek için yapılarını hiyerarşik olarak organize etmesini anlatır. Bu sonuç kişilerin yalnızca yapı türleri sayısında değil, yapıların organizasyonunda da farklılaştığını ortaya koymaktadır. Kelly'e göre yapı sisteminin organizasyonu, mantıksal bir sonuçtur. Yapılar, pramidik bir düzen içerisindedirler. Yani bazı yapılar sistemin diğer parçaları ile ilişkileri bakımından "üst" yapı olurken, diğer bazıları "alt" yapı olurlar. "Üst" yapı diğer yapıları kapsarken, "alt" yapı diğerleri tarafından kapsanır. Burada temel nokta, insanların farklı kişisel yapı hiyerarşisine sahip olmalarıdır. Kelly, yalnızca yapıları organize etme tarzı

bilinerek davranış hakkında anlamlı ifadelerde bulunulabileceğini belirtmiştir.

Kelly'nin perspektifinde, herhangi bir durumda bilgilerin davranışa dönüşmesi (pratiğe geçirilmesi), bireylerin olaylara uygun olarak kurdukları yapıları uygulamalarına ve bu uygulanan dikotomik yapıların sonuçlanmasına bağlıdır. Kelly'nin seçim sonucu, insanların bir tercihte bulunma eylemini betimler: "Kişi kendi sisteminin tanımını ve kapsamını daha olası kılma amacıyla dikotomik yapılardan bir alternatifi seçer" (Kelly, 1955, s.64). Daha açık bir deyişle, eğer kişi bir seçim durumu ile karşı karşıya ise (kişinin yapılarından birini kullanmak durumunda kaldığı koşul) dünyayı daha iyi anlamasını sağlayan ve halihazırdaki yapısını daha netleştiren bir alternatifi seçecektir. Böylece kişi, kendi yapı sisteminin öngörmedeki etkililiğini arttırır. Diğer bir deyişle, kişi olayı en anlaşılabilir kılan bir yapı kutbunu seçer.

Seçim iki tür amaçla yapılabilir. Birincisi, kişi geçmişte doğru olarak oluşturulmuş bir deneyimin geçerliliğini daha olası kılacak alternatifleri seçebilir. Buna tanımlı pekiştirme denir. Yani, kişi neyle sonuçlanacağını bildiği bahislere girer ve sonra da sonucun kendini teyid etmesini bekler. Eğer beklenen gerçekleşir ve yapı doğrulanırsa, yapı doğru öngörüm sağladığından pekişecektir. İkinci tür seçimde kişi olayları anlamasını daha da genişleten alternatiflere yönelir. Burada yapının uygunluk geçerliliğinin arttırılması sözkonusudur. Böylece yapı, yeni ve uygun olaylar için de geçerli hale gelir.

İki tür seçim için Kelly, güvenlik (security) ve macera (adventure) olmak üzere iki farklı özellik tespit etmiştir. Kişi sürekli olarak iki özellikten hangisiyle yapısını daha ileriye götüreceğine karar vermeli-dir. Örneğin, bir üniversite öğrencisi hep benzeri dersleri mi almalı, yoksa farklı dersleri mi almalıdır?

Kelly, insanın pekiştirme veya acıdan kaçmayı arayan bir varlık olduğunu kabul etmez. Ona göre temel olarak insan, kendi yapı sistemini geçerli kılar ve genişletirken gelecekteki olayları önceden kestirir. İnsan kendi yapı sisteminin uygunluk ranjını arttırma yönünde ilerler.

Yukarıdaki soruya dönecek olursak ne diyebiliriz? Kişi olayları yorumlamada kendini güvende görür, güvenli hisseder ve yanlış olma ihtimali olsa bile risk alabilecek kadar kendini rahat bulursa, seçimlerini yapı sistemini genişletecek tarzda yapar. Aksine kişi olayları doğru olarak öngörmede kendini güvensiz ve yetersiz görürse, seçimini muhtemelen tanımlayıcı tarzda yapar.

Kelly, insanın herhangi bir durumda sahip olduğu bilgilerin pratiğe aktarılması sürecini açıklayan bir model ileri sürmüştür. Dikkat-karar-kontrol olarak tanımlanan bu üç ögeli model, oluşturulan yapıdan açık davranışa gitme seyrini betimler. Dikkat-karar-kontrol üçlüsünde ilk basamak dikkatliliklidir. Kişi durumla ilgili çeşitli yapıları değerlendirir, karşılaşılabileceği çeşitli olasılıkları gözden geçirir. Buna bir sorunun çeşitli yanlarını gözden geçirme örnek olarak verilebilir. Dikkat basamağından sonra bireyin soruna uygun düşen yapıyı birçok yapı arasından seçip, olasılığı bire düşürmesi evresi gelir. Buna karar basamağı denir. Kişi burada kullanacağı alternatiflere karar verir. Son olarak kontrol basamağında birey kararı eyleme döker ve yapıya davranış eşlik eder. Seçim yapılmıştır. Diğer bir deyişle, hangi alternatifin yapı sisteminin genişlemesine ya da tanımlanmasına yol açacağına ilişkin tahmine dayalı olarak seçimde bulunulmuştur.

Kelly, bireyin bir eyleme karar vermeden önce çok sayıda dikkat-karar-kontrol üçlüsünü deneyeceğini savunur. Sonuç olarak insan durumlara uygun yapıları önceden oluşturur ve bunları durumlara uygular, Bunun aksi yaşantımızın sürekli olarak değişmesi anlamına gelir ki, bu

koru vericidir. Yani Kelly'nin kuramında yaşam çok boyutludur ve bireyin yapı sistemi çok sayıda farklı boyutu kapsar. Kişi eylem kararına ulaşmak amacıyla bu yapılardan tek bir dikotomik yapı kalıncaya dek elemede/indirgemedede bulunur. Kelly'nin görüşüne göre kişi "bu, yalnızca bu boyut önemlidir" dediğinde eyleme hazırdır.

Yapı sistemi bireye olabildiğince olayları doğru olarak öngörme olanağı sağlar. Eğer aksi söz konusu ise, yani yapı sistemi olayları öngörmede eksik kalıyorsa değiştirilir. Kelly, yapıda olan değişimin çoğu kez bireyin varolan yapı sistemini doğrulamayan, alışılmamış olaylar sonucu olduğunu belirtmiştir. Kelly, yaşantıya baktığımızda kişinin yapı sisteminde olan değişimin, kişinin olayları başarılı olarak replikasyonu yönünde olduğunu belirtir. Bu sistemin değişimini açıklayan ilk sonuçtur. Yapı sisteminde değişimi anlatan ikinci sonuç, öğrenme sonucudur. Öğrenme sonucunda Kelly, kişisel yapı sisteminin deneyim yoluyla düzenli olarak test edilen dünyaya ilişkin bir hipotez seti olduğunu ifade eder. Bu hipotezlerin geleceği öngörmede ne kadar başarılı olduğuna ilişkin edinilen geribildirim yapılarda değişimlere yol açar. Ortaya çıkan bu değiştirilmiş yapı da sistemin tedrici değişimine ait yeni hipotez seti olarak kullanılır. Böylece sistem içinde revizyonların sürekliliği söz konusu olur.

Kelly'e göre bireysel deneyim, yaşamın yeniden oluşturulmasıdır. Yeniden oluşturma, zaman içerisinde olayların yapılara etkisi sonucu, bireyin yapılarını revizyona tabi tutmasıdır. Bu sonuç kişinin bir olay sonrası çok az veya hiçbir deneyim elde edemeyip, aynı yapıları kullanması anlamına da gelir.

Temel postüladan yapı sisteminin değişimi ile ilgili ulaşılan üçüncü sonuç, modülasyondur. Modülasyon, bir sistem içinde oluşan değişimlerin koşullarını belirler: "Kişinin yapı sistemindeki varyasyon, de-

ğişimlerin çerçevesinde uygunluk ranjı içerisinde geçirgenlik tarafından belirlenir"(Kelly,1955,s.77). Daha önce değindiğimiz gibi geçirgenlik, bir yapının kendi uygunluk ranjı kapsamında yeni yaşantı ve olayları özümleme derecesidir. Yani bu sonuç, birey ne kadar açık, geçirgen bir üst yapıya sahipse, o denli alt yapısında sistematik değişmelerin olacağını belirtir. Üst yapı geçirgen değilse, sistemde değişme olmaz. Sonuç olarak kişi yalnızca yeni olayları veya eski olayları yapılandırmaz; yapılandırmadaki değişimin kendisini de oluşturur. Diğer bir anlamıyla yapının değiştirilmesi kişi için bir olay olduğundan, kişi değişmelerin bir sistem içinde oluşturulduğu kavramsal değişim çerçevesine sahiptir. Diğer türlü değişme oluşmaz.

Kelly'nin yapı sisteminin değişimi konusundaki görüşlerini böylece özetledikten sonra, onun temel postülasından çıkardığı diğer sonuçları ele alalım. Kelly'e göre insan davranışlarının genellenebilir oluşunun nedeni yapılarıdır. Davranışların genellenebilirliği sorununa Kelly, genellik sonucunda değinir. Genellik, "kişinin olayları, yaşantısını oluşturma biçimini diğer kişinin oluşturma biçimine benzer olmasıdır. Kişinin, psikolojik süreçleri diğerinkine benzerdir"(Kelly,1955,s.90). Yani eğer iki kişi dünyayı aynı gözle görüyorlarsa, onlar muhtemelen birbirine benzer şekilde davranırlar. Burada önemli nokta, insanların ne aynı olayları deneyimlemesi ne de benzeri davranışlar göstermeleridir. Benzer olmalarının nedeni, olayların onlar için aynı psikolojik anlamı içermiş olmasındandır. Kelly(1955) aynı kültüre, gruba ait bireylerin yaşantılarını birbirine benzer şekilde yapılandırdıklarına inanır.

Kelly'nin sosyal psikolojiyi özellikle ilgilendiren bir diğer sonucu toplumsallıktır. Toplumsallık sonucu, kişinin diğer insanlarla ve onların yapılarıyla ilişkisini betimler; "Toplumsallık kişinin diğerinin yapı süreçlerini anlamak amacıyla diğerinin yapısı hakkında

oluşturduğu yapılarıdır"(Kelly,1955,s.95). Toplumsallık sonucunda rol kavramı çok önemlidir. Kelly rolü, "kişinin kendisiyle birlikte olan diğerlerini sürekli olarak anlamasını sağlayan bir davranış örüntüsü" (Kelly,1955,s.97-98) olarak tanımlamıştır. Diğer bir deyişle, rol oynamak diğerinin beklentilerine uygun davranıyor olmaktır. Rol oynamak için bireyin diğerinin yapı sistemini anlaması gerekir. Kelly, diğer kişinin bakışını ve beklentilerini anlamayı rol yapısı olarak adlandırmıştır: "Rol, rol oynayanın sosyal ilişkide bulunduğu diğerinin yapı sistemi hakkında kurduğu yapılarına dayanan psikolojik bir süreçtir"(Kelly,1955, s.97). Bu sonuçlar Kelly'nin sosyal davranış hakkında temel görüşlerini ortaya koyar. O, eğer diğer insanlarla yapısal etkileşimlere girilmek isteniyorsa (ki bu kaçınılmazdır), bireyin, diğer insanların şeyleri nasıl gördüğünü belirlemesi ve ondan sonra da diğer insanlarla ilişkisinde onların algılarını değerlendirmesi gerektiğine işaret etmiştir. Rol oynama, karşılıklı olduğunda en derin, mahrem tipte sosyal etkileşimler oluşur.

Buraya kadar temel görüşlerini ortaya koyduğumuz Kelly hem çağdaşlarını hem de günümüz psikolojisini derinden etkilemiş bir kuramcıdır. Bellek, sosyal biliş, kendilik algısı, bilişsel çelişki ve sosyal temsiller alanlarında yapılan araştırmaların bir çoğu Kelly'nin ulaştığı sonuçları desteklemiş ve onları derinleştirmiştir. İleride değineceğimiz gibi bellek ile ilgili araştırmaların ortaya çıkardığı şema kavramı, yapılara oldukça benzer niteliktedir. Şemaların, diğerine ilişkin bilgiler, kendini algılama gibi sosyal psikolojik yanını çalیشان araştırmacılara göre, Kelly temel bir çerçeve sunan ilk kuramcıdır(Lindzey ve Aronson,1968).

Kelly'nin yarattığı bu etkiler oldukça anlamlıdır. Ama daha da önemlisi onun tüm insanların yaşamına ilişkin, günlük yaşama ilişkin vurgulamalarıdır. Gergen(1982)'e göre Kelly'nin kişisel yapılar kuramı

empirik metateori ve psikolojik işlevlilik(günlük yaşam) arasında bağlantı kuran tek açık kuramdır. Onun kuramı, bir grup insanı, hastayı veya organizmayı değil, yaşayan eylemde bulunan tüm insanları açıklar. Bu haliyle Kelly'nin kuramı bilişsel olduğu kadar sosyal psikolojiktir.

Kelly'nin yaklaşımından etkilenen bir diğer kuram, etkileşimci sosyal öğrenme kuramıdır. Başlangıcında davranışçı ilkelerin egemen olduğu bu kuram giderek bilişsel ve etkileşimsel öğelere daha çok yer vermiş ve kendisini bilişsel sosyal öğrenme kuramı olarak yenilemiştir. Kişi-çevre uyumu ya da etkileşimcilik yanıyla çok geniş alanları kapsayan bu yaklaşım, temelde insanın bilişsel öğelerinin belirleyici olduğuna inanır. Mischel(1981), Kelly'nin çağdaş yaşamı ve onun içindeki insanın anlaşılmasını sağlayan kuramsal temeli atan bir psikolog olduğunu belirtmiştir.

Ancak Kelly'nin kuramında temel bir eksiklik göze çarpmaktadır. Söyle ki, Kelly'nin insanı daha çok bir bilgi işlem makinası gibidir. Birçok sosyal psikoloğa ve kişilik psikoloğuna göre Kelly, insanın duygularını ihmal etmiştir. İnsan duygularınının ya da insanın duygusal yanınının davranışa ve yapılara etkisi açıktır. Bu bakımdan Kelly'nin yaklaşımı, duygusal boyut katılarak geliştirilmeli veya değiştirilmelidir.

2.Sosyal Öğrenme Kuramı

Etkileşimci sosyal öğrenme kuramı bireyle çevre arasında çok karmaşık bir etkileşimin olduğunu savunur. Bireyin belirli bir durumda nasıl etkileşimde bulunacağını bilişsel kişi değişkenleri tayin eder (Mischel,1981). Bilişsel kişi değişkenleri uyaranların algılanmasını, seçilmesini, yorumlanmasını ve kullanılmasını belirlerler. Geleneksel kişi değişkenlerinden(örneğin, treytler, alışkanlıklar, bastırılmış yaşıntılar) farklı olarak burada sözü edilen kişi değişkenleri, halihazırda iş gören aktif bilişsel süreçlerdir. Bu değişkenler kişi ile

çevre arasında dinamik, iki yönlü bir ilişki sağlarlar. Yani etkileşimci öğrenmecilere göre çevre, bireyi birey de çevreyi etkiler.

Mischel(1981,s.344-351) kişi değişkenlerini şöyle sıralamıştır:

1.Kompetanlık: Gözleme dayalı öğrenme yoluyla birey fiziki ve sosyal çevre ve bunlarla ilişkisi hakkında enformasyon elde eder. Kişi çevre ile aktif olarak başetmede kullanacağı becerileri, kavramları, problem çözme stratejilerini geliştirir. Mischel, bu yeterliliklerin çevresel uyarılar yoluyla mekanik olarak aktive edilen bir statik bellek dizini olmadıklarını vurgular. Onlar daha çok bireyler tarafından kullanılan, her durumda geniş çeşitlilikte yapıları veya tepkileri ortaya çıkaran süreçlerdir. O zaman yeterlilikler, bireyin çevre ile olan etkileşiminde kullandığı araçlardır. Her araç gibi bunlarla ne yapılacağı, kullanımının imajinasyonu ile sınırlıdır.

2.Kodlama Stratejileri ve Kişisel Yapılar: İnsanlar yalnızca çevrenin farklı yanlarını ayırdedip seçmezler, ayrıca seçtikleri uyarılara farklı anlamlar yüklerler. Mischel(1981)'e göre kişilik psikolojisi uyarı girdilerini kodlama(gösterme, sembolize etme) ve onlardan elde edilen bilgiyi gruplama yollarını ele almak zorundadır. Çünkü uyarılar kişiye göre değişebilmektedir.

George Kelly(1955)'nin Mischel üzerinde etkisi burada açıkça görülmektedir. Kelly, herhangi bir olayın çeşitli yollardan yorumlanabileceğini ve insanların yorumladıkları deneyimlere ilişkin yapıları seçmekte özgür olduklarını savunmuştur. Bu, aynı fiziki durumun bireylerce farklı kodlanabileceği, oluşturulabileceği ve farklı tepkileri ortaya çıkarabileceği anlamına gelir. Kişinin kodlama stratejileri ve yapılar, davranışın tutarlı olmasını sağlarlar. Bu ikisi arasında(davranış ve yapı) tutarlılık yoksa, birey tarafından yapılar gözden geçirilebilir veya değiştirilebilir. Kodlama stratejileri ve kişisel yapılar

dünyanın hangi yanlarına katıldığını ve onların nasıl yorumlandığını belirler.

3.Beklentiler: Gerçekte icra edilen performans gözönüne alındığında, en önemli kişi değişkeninin kişinin beklentisi olduğu ortaya çıkar. Kişi, "eğer böyle davranırsam şu sonucu elde ederim" şeklinde bir hipotez oluşturur. Bu, davranış-sonuç beklentisi olarak adlandırılır. Duruma ait herhangi bir enformasyon yoksa, birey bu duruma benzer geçmiş yaşantılarına dayanarak beklentiler oluşturur. Kişi duruma ilişkin enformasyona sahipse, bu enformasyona göre davranır. Değişen durumlar karşısında beklentilerini değiştirmeyen bireyleri Mischel "uyumsuz"(maladaptive) olarak adlandırır. Mischel(1968)'e göre davranışın en önemli determinantı sonucun subjektif değeridir.

Kişinin kurguladığı ikinci tür hipotez, uyaran-sonuç beklentisidir. Birinci olay olduğunda onu ikinci olayın izleyeceğini öğrenerek beklentilerimizi oluştururuz.

Üçüncü tür hipotez benliğe ilişkin yeterlilik(self-efficacy) beklentisidir. Kişinin gerçek yaşamda davranışta bulunma ve kendi yeterlilik kapasitesine ait beklentisi, benliğe ilişkin yeterlilik olmaktadır. Kısaca kişinin "düşündüğüm şeyleri yapabilecek kapasitedemiyim?" sorusuna verdiği cevaplar bu tür beklentiye girerler.

4.Subjektif Değerler: Kişi güçlü bir davranış veya benliğe ilişkin yeterlilik beklentisine sahip olsa da, bu beklentilerini davranışa dönüştüremeyebilir. Çünkü elde edeceği sonucu çabaya değer görmeyebilir. Geniş anlamda kişinin değerleri, diğer kişi değişkenlerinin davranışa, performansa dönüşmesini belirlerler.

5.Düzenleyici Sistemler ve Planlar: Sosyal öğrenme kuramına göre davranışlar birey tarafından düzenlenir. Saptanan performans standartlarını gerçek performans aşarsa, kişi kendini iyi, mutlu hisseder. Aksi durum

bireyin kendini kötü hissetmesine yol açar. Yani davranış bireyin kendisini pekiştirmesinden ve cezadan daha çok etkilenir.

İnsan ayrıca geleceğe ilişkin amaçlar oluşturur ve amaçlarına erişebilmek için yaşamındaki olayları planlar. Tipik olarak en yakın dönemli olan amaçlar(kısa vadeli amaçlar) en önce ele alınırlar. Sosyal öğrenme kuramı insan davranışını teleolojik görür.

Amaçlar ve planlar, davranışı yönlendirir. Geleceğe ait amaçlar oluşturulduktan sonra, kişi deneyimlerini organize ederek amacına erişme olasılığını arttırır. Yaşantılar kişinin amaca erişmesinde pekiştiricidirler. Eğer amaçlar çok uzak ve güçse, engellenme veya depresyon ortaya çıkar.

Amaçlar kişinin kapasitesi ile ilişkili olmalıdır ve sonuca erişmede alt amaçların başarılmış olması gerekir. Asıl amaç(hedef) nadiren bir seferinde elde edilir. Bunun yerine çeşitli alt amaçlardan sonuca erişilir. Performans standartları gerçekçi olmalıdır. Çok güç erişilen katı standartlar kişinin kendini mutsuz görmesine, depresyona, kronik çaresizliğe, değersizlik duygularına, amaçsızlığa yol açar.

Kişisel yeterlilik, bireyin eylemi yürütme kapasitesinde olmasıdır. Kişinin kendisini eylemi yapabilir olarak görmesine, algılanan kişisel yeterlilik denir(Bandura,1977). Algılanan kişisel yeterlilik çeşitli etmenlerden etkilenir. Örneğin, sözel etkileme yoluyla kişi kaçınacağı bir durumu denemeye kalkışabilir. Sözel etkilemenin gücü geçici ve kısa sürelidir. Genelde kendini yeterli görenler düşük yeterlilikte görenlere göre performansta daha iyi ve daha mutludurlar.

Mischel'in bilişsel kişi değişkenleri üzerinde yaptığı bu açıklamalardan sonra sosyal öğrenme kuramının genel karakteristiğini belirlemek yararlı olacaktır. Böylece kuramın dayandığı ilkeler açıklıkla ele alınabilir. Bu bakımdan Endler ve Magnusson(1976), çağdaş enterak-

siyonizmin dört temel özelliğini şöyle sıralamışlardır:

1.Davranış, kişinin karşı karşıya kaldığı birey ve çevre arasında çok yönlü bir etkileşim veya sürekli bir süreçtir.

2.Bu etkileşim sürecinde birey, niyetli, amaçlı aktif bir ajandır.

3.Etkileşimin kişi tarafında, duygusal etmenler belirli rol oynasa da bilişsel etmenler temel belirleyicidirler.

4.Etkileşimin durum tarafında, birey için durumun psikolojik anlamı önemli bir belirleyicidir.

Görüüleceği üzere bilişsel sosyal öğrenme kuramı yaşamın herhangi bir durumunda bireyin davranışlarını anlamada çok önemli determinantları ortaya çıkarmıştır. İnsan aktif, amaçlı bir varlık olarak değerlendirilmiş; onun değer, beklenti ve yeterlilikleri gözönüne alınarak, psikolojik yapısı açıklanmaya çalışılmıştır. Sosyal öğrenme kuramına göre, bireyin amaçları doğrultusunda planlar yapması, ilgilerini kendi beklenti, yetenek, yeterlilik ve değerlerine göre değerlendirmesi yaşamın hemen her alanında görünen bir durumdur. Bütün bunlar bize insan eylemlerinin organize niteliğini göstermektedir.

Sonuç olarak Kelly'nin bilişsel kuramı ve sosyal öğrenme kuramı insana bakış açımızı oldukça bütünler, paralel yönde açıklamalar sunmaktadırlar. Ancak etkileşimcinin durumsal etmenleri yalnızca insan ögesi bakımından ele alması, eksik bir açıklamadır. Şöyle ki, çağdaş çevre psikolojisinin bulgularına göre çevrenin bireyden bağımsız etkileri söz konusudur(Stokols ve Schumaker,1981). Çevresel ortamların bireyin davranışlarını belirlediğine ilişkin sayısız bulgu vardır. Bu bakımdan davranış ve çevrenin etkilerinin ayrı değerlendirilmesi gerekmektedir.

3.Biliş Araştırmalarının Ulaştığı Genel Sonuçlar

Bu bölümde bilişsel yapı ile ilgili şema, formül(script), episod

ve olay gibi bazı kavramlar üzerinde durulacaktır. İlgili kavramlar bize hem kuramsal bir yönelim sağlamakta hem de yaşamın günlük akışının bilişsel analizini kolaylaştırmaktadır.

Konuya başlamadan önce biliş, bilişsel organizasyon, yapı gibi bilişsel psikolojinin temel kavramlarını açıklığa kavuşturmak yararlı olacaktır. Biliş, çevre, benlik(self) veya davranış hakkında her türlü bilgi, görüş veya kanı anlamına gelmektedir(Festinger,1957). Tanımlanan olaylar arasındaki ilişkiler sistemine ise yapı denmektedir(Peak,1958). Abelson ve Rosenberg(1958) bilişsel organizasyonun üç ögenin birleşiminden oluştuğunu savunmuşlardır. Bunlar:(a)Aktörler:Kişi, diğerleri ve gruplar; (b)Anlamlar:Eylemler, araçsal tepkiler; (c)Sonuçlar: Çıktılardır. Yazarlara göre, bu ögeler olumlu, olumsuz, null ve ambiveland olmak üzere dört tip ilişki ili birbirine bağlanabilirler.

Scott(1962), bilişsel yapı kavramıyla bireyin tüm bilişsel dünyasını, bireyin çevre ile ilişkisinin nihai biçimini, kalıcı ve düzenli özellikleri anlar. Buna göre bilişsel yapı, kişinin kendini ve dünyayı fenomenolojik temsilidir.

Bilişsel yapı içerisinde özgül olayalara has referans çerçeveleri olarak şemalar uzun yıllardan beri araştırılmalıdır. Sosyal algı, bellek alanlarında yapılan araştırmalardan gelen bu kavram, daha çok sosyal psikolojik bir bakış açısı ile ele alınacaktır. Bu anlamda sosyal biliş bizim için daha önem taşımaktadır.

Sosyal biliş, sosyal algıdan daha geniş ölçekli bir kavramdır. Sosyal algıda diğerinin davranışının nedenlerini anlamak önem taşırken, sosyal bilişte diğer kişiler hakkında genel olarak düşündüklerimiz önem taşımaktadır. Kısaca sosyal biliş, bizim sosyal enformasyona ne şekilde önem verdiğimizizi onu nasıl depoladığımızı, bütünleştirdiğimizi ve hatırladığımızı belirlemeye yöneliktir.

Sosyal bilişlerin zihindeki organizasyonu şemalardır. Şemalar, yaşantı yoluyla oluşan bilişsel çerçevelerdir. Bir kez oluşturulduktan sonra onlar sosyal algının yeniden algılanışı ve hatırlanması üzerinde güçlü etkilere sahiptirler(Fiske ve Taylor,1983; Hastie,1981).

Şemalar zihnimizdeki bilişsel dosyalar olarak görülebilir. Yani yaşantı yoluyla oluşturulan çerçeveler olarak onlar, yeni giren enformasyonun düzenlenmesine, yapılandırılmasına ve organizasyonuna yardımcı olurlar. Daha açık bir deyişle sosyal şema, çeşitli kavramlarla ilişkili bilgi ağlarının karşılıklı bağlantılı bir yapısıdır(Fiske ve Linville, 1980). Bu ağlar kavramla ilgili özgül örnekleri oluşturan yaşantılardan soyutlanmıştır. Örneğin, yaşamınızda birçok öğretmenle karşılaşmışsınızdır. Elbette bu bireylerin her biri kişi olarak biricik insanlardır. Ancak size bir öğretmeni tanımla, betimle diye bir soru yöneltildiğinde, bu soruyu yanıtlamada zorluk çekmezsiniz. Çünkü öğretmenlerle olan yaşantılar temelinde bu kategoriye uyan insanın ne gibi özellikler, anlamlar taşıdığına ilişkin genel bir nosyona sahiptir. Bu bilgi yapısının içinde bir öğretmenin sahip olduğunu düşündüğünüz treytlar, onun gösterdiğini düşündüğünüz çeşitli davranışlar ve onların fiziki görünümüne ilişkin çeşitli imajlar vardır. Bu karşılıklı bağlantılı fikirler ve enformasyon parçalarının tamamı bir şemayı oluşturur. Yani burada şema, bir sosyal grubun üyeleri hakkında sizin düşüncenizi ve anlayışınızı kapsayan bilişsel çerçevedir. Bu noktada sizin tipik öğretmenin karakteristikleri üzerinde fikirleriniz prototipleri oluşturur.

Prototipler şemaya çok benzer nitelikli bilişsel yapılardır. Ancak şema tipik kategori üyelerinin gösterdiği özellikler hakkında genel beklentileri belirlerken, prototipler biraz daha ileri giderek bu kategoriye en iyi temsil eden örneği belirlerler.

Çeşitli sosyal olaylar, etnik gruplar hakkında ayrı şemalar geliştirebiliriz. Tüm bu bilgi yapıları sosyal psikologların rol şeması diye adlandırdığı şeyi oluşturur. Rol şeması, sosyal grup üyeleri hak-

kında edindiğimiz enformasyona ait bilişsel çerçevelerdir. Bu tür şemalar sterotipler ve önyargılarla yakından ilişkilidirler(Hamilton,1981).

Çeşitli kişilik eğilimlerine(treytler) ve sosyal davranışa ilişkin amaç ve perspektif şemaları vardır. Treytler açısından çoğumuz dost canlısı olma, saldırganlık, onurluluk gibi önemli bireysel özelliklere dayanan şemalar geliştiririz. Yaşantılarımız rehberliğinde çoğu kişinin bildirilen bu özellikler açısından nasıl betimleneceğini biliriz. Ayrıca bizim için önemli bazı hedef, amaçlar veya sosyal yaşamın arzu edilen yanları için çeşitli şemalar oluştururuz. Özel bir birey için uygun olan bu tür çerçeveler kişi şeması olarak adlandırılır.

Kendimize, benliğimize ilişkin şemalar benlik şemalarıdır. Kendi kişilik özelliklerimiz ve davranışımızla ilgili bilişsel çerçeveler benlik şemasında toplanır(Marcus ve Sentis,1982). İnsan, yaşamı boyunca kendi davranışlarını ve duygularını gözler, onları değerlendirir. Ayrıca kendimiz hakkında diğerlerinden edinilen sosyal enformasyonlar da benlik şemasının oluşmasında önemli bir faktördür. Sonuçta birçok boyutta kendi kişiliğimize ait kalıcı bir kavram biçimlendiririz. Ancak benlik şemasının boyutları bireye özgüdür. Yani benlik şeması bazı treytlerde çok iyi işlenmiş, geliştirilmiş iken diğer bazılarında net olmayabilir. Bütün şemalarda olduğu gibi bir kez benlik şeması oluşturulup, biçimlendiğinde bu çerçeve benliğe ait yeni enformasyonun algılanmasını ve işlenmesini belirler.

Son olarak olay şemaları ya da prosedürel şemalar açıklanması en karmaşık olanlardır. Bunlar, bildiğimiz durumlarda olan olayların normal ya da olağan cereyanını yansıtan bilişsel yapılardır(Schank ve Abelson, 1977). Flavell(1963), şemanın eylem sıralanışına ve davranışın seri cereyanına ait bir referans bilişsel yapı olduğunu ileri sürmüştür. Yazara göre şema, davranışsal öğelerle doğrudan ilişkili sınırlı totallemelerden oluşmuştur. Bu yanıyla şema planlarla eş anlamlıdır. Ancak şema

yalnızca bir plan değil, aynı zamanda o planın yürütücüsüdür. O bir eylem örüntüsü olduğu kadar, eylem için oluşturulmuş bir örüntüdür. Ayrıca bütün bilişsel kuramların temel kabulü, çevreyi istenen yönde değiştirmeye yönelik amaçlar setine ve bu sete bağlı planlara sahip bir insan modelidir(Bower,1978; Newell ve Simon,1972; Powers,1978).

Öykülerin ve yaşam olaylarının şematik yapısını ele alan çalışmalar, olay şemalarının organize bir yapıya sahip olduğunu bulmuşlardır. Bower, Black ve Turner(1979), olayların içindeki çeşitli episodların ve sıralı eylem cereyanının bellekte hiyerarşik olarak organize olduğunu bulmuşlardır. Bir başka araştırmacıya göre(Schank,1975a,1975b) sosyal olay şemaları kendi nedensel ilişkiler ağına göre organizedir.

Olay şemaları yalnızca hiyerarşik olarak organize değil, ama aynı zamanda temporal olarak organizedirler. Olay şemasının temporal yapısı eylemlerin amaçlı sıralanışını ortaya koyar. Rutin eylemlerde bu amaç sırası temporal akış içinde gizlidir. Rutin olmayan eylemlerde(projeler, uğraşlar) amaç sırası açıkça ortaya konur veya onlar değerlendirenin varsaydığı bir açıklıktadır.

Bu noktada temporal akışa kapsamlı olarak açıklık getirmek yararlı olacaktır. Yani eylem, olay, episod, formül(script) gibi sözü geçen kavramların niteliklerini bilmek; günlük yaşamın netleşmesini sağlayacaktır.

Hepimiz gerçekliği oluşturmada, yapı taşları olarak hizmet gören kavramlar setine sahibiz. Bunlar içinde eylemleri tanıma yetisi özel bir yere sahiptir. Eylem, gözleyen için bir sosyal anlama sahip davranış parçasıdır. Eylem, genellikle yapılırken farkında olunmayan otomatik ve ani bir süreçtir. Eylemlerimiz ambivalent, negatif veya pozitif sonuçta olabilir.

Sonuçla eylemin organizasyonu olaydır. Olaylar iyi ya da kötü

olarak değerlendirilebilir. Olaylar hakkında yaşıntıyı, deneyimi organize etmek için nedensel analiz gereklidir.

Episod, eylemlerin belli bir sınır içinde sıralanması, akışı anlamına gelir. Bir olay içinde çeşitli episodların birbiri ardına geliştiği bir süreç birliği vardır. Örneğin, iş görüşmesinde ilk episod el sıkışma, tanışma ve gülümsemeyi içerir.

Sosyal episodun içeriğinde yalnızca açık davranış değil, katılanların düşünceleri, duyguları, niyetleri ve planları da vardır. Episod, eylemlerin sıralı akışını kapsadığından organizedir. Episodların yalnızca başlangıç ve sonuç aşamaları açıkça, net olarak gözlenebilir. Bu aşamalar genellikle bir seremoni ile işaretlenir. Buna örnek olarak üniversiteye giriş ve mezuniyeti verebiliriz.

Olayların eylem ve episodlarını formül(script) olarak adlandırılan bilişsel yapılarda organize ederiz(Abelson,1981). Formüller tekrarlı yaşantılar sonucu biçimlenir ve olay şemaları ile aynı niteliktedir. Çeşitli olaylara ilişkin zihnimize formüller vardır. Bunlara örnek olarak kütüphanede kitap arama formülü, geziye çıkma formülünü verebiliriz. Bu olaylarda sıra hiç değişmez ve biz bunu bir ritüel olarak değerlendiririz(Goffman,1967).

Abelson(1976)'a göre sosyal bir davranış iki sürecin oluşumuna bağlıdır. Bunlar:(a)Durumu kapsayan belli bir formülün seçilmesi,(b) Formüle dayalı olarak katılımcı bir rol almadır. Herhangi bir durumda formülsüz bir kişi şaşkın, yanlış yönelimli ve ne yapacağını bilmez bir durumdadır.

Özetle sosyal şemalar sosyal gerçekliğin ne anlama geldiğini belirlemeye yöneliktir ve yaşantımızı kolaylaştırırlar. Şema bizi büyük miktarda bilişsel çabadan kurtarır. Bir kez oluştuğunda aynı uyarının ve olayın tekrarlı şekilde vuku bulması durumunda olayın ya da uyarının

bir anlama sahip olmasını sağlar. Yaşam onlada daha kolaydır. Ancak etiklilik ve kolaylık "doğru" olma anlamına gelmez. İnsan şemalarının bir çoğu, oluşturana göre çarpıtılmış ve yanlıdır.

Her kişinin gerçekliği farklı gördüğü söylenegelmiştir. Bu ifade bize çevrede olan olayların birey tarafından filtre edilerek alındığını ve tahrif edildiğini anlatır. Dünyanın görünüşü geçmiş yaşantılardan biçimlendiğinden, şemanın bu etkileri yaratması normal bir durumdur. Yani sosyal dünyayı bilişsel çerçevelerimize göre algılarız. Çevremizde olan insanların davranışlarını kendi beklentilerimizi onaylayacak tarzda yorumlarız.

Şema bir kez oluştuktan sonra değişmeye karşı dirençlidir. Şema ile çelişen bilgiyi değiştirme eğilimindeyiz. Çelişik bilgiyi güvenilirmez ve muğlak buluruz. Son bulgular bu tür bilginin otomatik olarak atıldığını göstermiştir(Bargh,1982). Ayrıca insanların kendi şemalarını onaylayan enformasyona doğrudan dikkatlerini yönelttikleri bulunmuştur (Swann ve Read,1981).

Şemanın bellek üzerinde de güçlü etkileri vardır. Bilişsel çerçevemize uygun olan bilgileri hatırlarız(Cohen,1981; Hastie ve Kumar, 1979).

Dikkatimizi sık sık içe, kendimize yöneltiriz. Bu tür dikkat kendi iç ideal ve standartlarımızla yaşamımızı karşılaştırmaya yol açar. Çoğunlukla bu ideallerin gerisinde kalındığından bu yaşantılar acı vericidir. Hissedilen mutluluğun veya yaşamdan alınan doyumun bu tür karşılaştırmalar sonucu ortaya çıktığına ilişkin bulgular vardır(Michalos, 1976,1982). Bu konuya öznel iyi oluş kuramlarında değinilecektir.

Sonuçta ideallerimize ulaşmak için yoğun çaba gösterip, içinde bulunduğumuz durumlarla, olmak istediğimiz durumlar arasındaki mesafeyi kapatmak isteriz(Gibbons ve Wicklund,1976). Ancak zaman zaman da ideal-

lerimizden daha ileriye ulaştığımızı hissedebiliriz(Carver ve Scheier, 1981). Bundan dolayı benliğe dikkatin yöneltilmesi her durumda acı verici olmayabilir.

Sonuç olarak dikkati içe yöneltme, davranışımızı iç standartlarımızla karşılaştırdığımız, onu bir şekilde uyarladığımız ve sonra da yeniden işleme uğrattığımız bir uyum sürecinin yaratılmasını ortaya çıkarmaktadır. Eğer ideallerimize, standartalarımıza hiçbir şekilde erişme olanağı yoksa, böyle bir uyumu yapamayız. Dolayısıyla benliğe yönelmiş olan dikkati çeker, başka yönlere kaydırırız. Birçok araştırma bu görüşü desteklemektedir(örneğin, Scheier ve Carver,1983). Bireylerin dikkatini içe yönelten koşullar bir yandan tutumlar ve değerler arasında tutarlılığı arttırırken, diğer yandan tutumlar ile açık davranışlar (eylemler) arasındaki tutarlılığı arttırırlar.

Şema ile ilgili yapılan araştırmalar, insan yaşamında subjektif ve bilişsel etmenlerin önemini açıklıkla ortaya koymuşlardır. Kuramsal model olarak Kelly ve etkileşimcilerin dile getirdiği rasyonel, çağdaş bilişsel psikoloji araştırma ve bulgularıyla desteklenmiş ve geliştirilmiştir. Şema, kişisel yapı kavramına dayanan ve onun eksikliklerini tamamlayan bir kavramdır.

Biliş araştırmalarının ortaya çıkardığı bir diğer sonuç, insan zihninin gerçekliği, yaşamı oluşturmada asıl faktör olmasıdır. İnsanın oluşturduğu temsillerin, onun yaşamını ve davranışını belirlediği açıklıkla sergilenmektedir. Bu bakımdan bütün insan eylemleri oluşturulan yapının doğrulanması ve etkililiğin arttırılmasına yöneliktir.

Bilişsel psikoloji, kendi biliş ölçütü açısından sosyal psikolojiyi yeniden yorumlamaktadır. Rol, prototipler, stereotipler, önyargı, sosyal olaylar ve episödlar olarak değinilen sosyal psikolojik kavramlar, bir kaynağa göre yeniden örgütlenmişlerdir. Bu kaynak bilindiği gi-

bi şemalar, kişisel yapılardır. Sosyal psikoloji terminolojisinin sözü edilen bu yeniden yorumlanması, günümüzde adına bilişsel sosyal psikoloji denilen akımı doğurmuştur. Ancak sosyal psikolojinin yalnızca biliş ölçütü açısından ele alınması kanımızca ortaya oldukça yanlış bir tablo çıkarmaktadır. Şöyle ki, insanın grup içindeki veya toplum içindeki davranışları her zaman rasyonel, belli bir amaca yönelik değildir. Anlık duygusal etkiler, kolektif bilinçdışı gibi önemli faktörlerle davranışın ortaya çıkma olasılığı aşıkardır. Öte yandan çevre psikolojisinin açıklıkla kanıtladığı üzere, çevrenin ve durumların davranışta olan değişiklikleri yaratması söz konusudur.

Sonuçta ne denebilir? İnsanın kendi gelişim çizgisinin, kendi olma arzusunun büyük ölçüde bilişsel modelin önerdiği çerçeveye uygun olması akla yatkın görünmektedir. Yani, birey için vazgeçilemez olan yaşam alanlarında benlikle ilgili projelerde, bilişsel hesaplamalar baskınlık kazanmaktadır. İnsan mantığının başat olduğu temel alanlar vardır. Ama aynı şekilde insanın duygularıyla davrandığı, kendini sosyal çevrenin etkisine bıraktığı anlar da vardır. Her ne kadar bunlar benlikle ilişkili projeler kadar yoğun ve belirgin değilse de; pratikte insan ilişkileri büyük ölçüde duygusal öğelere dayanmaktadır. Ayrıca bireyin hem mantıksal davrandığı alanları hem de duygusallığının ağır bastığı alanları birlikte etkileyen çevre, ekoloji ögesi vardır.

Çevresel etmenler her iki ögeyi de belirleyen kalıcı değişkenlerdir. Duygusal ve bilişsel alanın çevre ve birbirleriyle olan ilişkilerini açıklayacak kuramsal ve empirik çalışmalara ihtiyaç vardır. Kısaca insanın çok boyutlu olan doğası, onun yalnızca zihinsel etkinlik ile belirlenemeyeceğini göstermektedir. Bu sonuca paralel olarak insanı konu alan psikolojinin o arada sosyal psikolojinin yalnızca bir mantıki rasyonele dönüştürülemeyeceği vurgulanmak durumundadır.

Değinilmesi gereken bir diğer nokta, olay şemaları, formüller olarak açıklanan eylem alanıdır. Günlük yaşamın akışı içinde amaçların oluşması, amaca yönelik eylemlerin sıralı cereyanı ve değerlendirme süreci, gerçekte nasıl ilerlemektedir?

Planlı zihinsel etkinliğin yaşam içinde ortaya çıkması, eyleme dönüşmesi, birbirini karşılıklı olarak etkileyen ikili bir yapının varlığını ortaya koymaktadır. Yani, eylem alanında olup bitenler, zihini doğrular veya şemaları genişletirken; zihinsel yapılar eylem alanını belirlemektedir. Yapılarda olan değişikliklerin, eylem alanındaki değişmelere, durumlara bağlı olacağı; burada vurgulanması gereken önemli bir noktadır.

Bilişsel psikolojinin günlük yaşamın açıklanmasına verdiği önem, bizi, kaçınılmaz olarak bireyin sahip olduğu, yürüttüğu projelerinin gerçekleşme sürecine götürmektedir. Böylece zihinsel etkinlikle başlanan bu süreç, asıl hedefine ulaşmış olacaktır.

B. Günlük Yaşamın Açıklanması

Bu bölümde araştırmanın problematiği açısından oldukça önem taşıyan kuramsal açıklamalar tartışılacaktır. Günlük yaşamın amaçlı aktiviteler bakımından analizi, Amaç Kuramı ve Kişisel Projeler Yaklaşımı ile ele alınacaktır. Şimdi sırasıyla sözü edilen yaklaşımlara değinelim.

1. Amaç Kuramı

Şimdiye kadar ele alınan kuramsal modeller, insan davranışının organize niteliğini, amaçlılığını ve bir son noktaya yönelik olduğunu ortaya koymaktadır. İnsan, çeşitli durumlarda amaçlı olarak ilişkiye girer ve amaçlarına erişmek için davranışlarını planlar.

Gerçek yaşamda tek bir durum içinde bile varolan faktörlerin karmaşıklığı, bilinen bir olgudur. Çoğu yaşam durumlarında cereyan eden davranışlar çok boyutlu, karmaşık, sıralı ve aşama aşama ilerleyen nite-

liktedir. Yani, insan davranışını anlama ve açıklama, dinamik bir sistem içerisinde çoklu nedenlerle uğraşmayı gerekli kılar. Amaç kuramında karmaşık insan davranışı, amaçların karşılıklı ilişkisinin bir ifadesi ve bu amaçlara erişmede çeşitli yolların seçilip uygulanması anlamına gelir.

Yalnızca farklı durumlarda ve akıp giden zaman içerisinde anlaşılabilen bir davranış ritmi veya örüntüsü vardır. Bu akış içerisinde davranışlarda hem stabilite hem değişkenlik, hem durağanlık hem süreğenlik sözkonusudur. Davranışın belirli bir zaman içerisinde ilerleme/gelişme sürecine baktığımızda, onun bazı bakımlardan tutarlı ve sabit, diğer bazı bakımlardan değişken olduğunu gözleriz. Bireyin hedef aldığı son noktaya/temaya bağlı olarak davranış örüntüleri ve davranış varyasyonu oluşur. Kısaca insanın amaçlı eylemleri durumlara ve zamanın akışına bakılarak incelenebilir.

a) Tarihsel Geçmiş

İnsan davranışlarının amaca yönelik oluşunun kaynaklarına ilişkin ilk açıklamalar motivasyon kuramından gelmiştir. Davranışa neden olan bir başlatıcı arama, psikolojinin uzun yıllardan beri üzerinde durduğu bir konudur.

Motivasyon kuramı tarihsel gelişimi içinde üç başlatıcı nedeni öne sürmüştür. Bunlar, hedonist haz ilkesi, bilişsel ihtiyaç veya bilme ihtiyacı ve holistik büyüme ilkesidir. Kuramın gelişimi çerçevesinde her bir öge üzerinde sayısız araştırma yapılmış ve belli bazı sonuçlara ulaşılmıştır. Burada kuramın ayrıntılarına girilmeyip, genel sonuçları özetlenecektir.

Motivasyon konusunda araştırma yapan araştırmacıların büyük çoğunluğu hedonist haz ilkesini benimsemişlerdir. Bu ilkeye göre, organizmanın eylem organizasyonu hazza yöneliktir. Bu bakımdan organizmanın

temel ereği hazza erişme veya gerilimi azaltmadır. Dürtü kuramları, içgüdü kuramları ve homoestazi kuramları bu gruba giren kuramlardır. Onlara göre organizmanın temel amacı, iç gerilimi azaltma, enerji boşaltma ve haz verene yaklaşmadır. Davranışçı kuramlar, hedonizmi farklı bir açıdan kendilerine rehber alırlar. Onlara göre çevresel uyaranların acı verici ve haz verici olanlarını öğrenme, insan tepkilerini biçimleyen ana mekanizmadır. Bu bakış açısından bütün davranışlar yaklaşma ve kaçınma gibi iki gruba ayrılır.

Bilişsel motivasyon kuramlarında bilginin işlenmesi ve bilgi işleme modelleri önem kazanır. İnsan aktif olarak çevresi hakkında bilgi arayan, bilgi edinme ihtiyacında olan bir varlık olarak değerlendirilir. Bilişçilere göre insan, bilgi edinerek ve edindiği bilgiyi organize ederek kendi iç gerilimini azaltma ve öngörülerini geğerleme olanağına kavuşur.

Holistik kuramlar insanın, kendini geğerleştirmeye çalışan veya "kendi" olmak isteyen bir varlık olduğunu vurgularlar. Onlara göre temel motivasyon kaynağı, insanın bu isteğidir ve bu istek yaşam boyu insanı davranışa yöneltir.

Kısacası nedeni iste hazza, ister bilmeye, ister kendini geğerleştirmeye dayansın, insan amaçlı(teleolojik) bir varlıktır. İnsanın amaçlı bir varlık oluşunu ortaya koyan üç motivasyon ilkesi, davranışın nedenlerini farklı perspektiflerde açıklamakla birlikte, temelde birbirlerini bütünlemektedirler. İnsan yaşam boyu kalıcı bir amaç olarak "kendini olma" hedefini, eylemlerini düzenlemede gözönünde bulundurur. Öte yandan insan, eylemlerini organize ederken ya da kendi yapısını geçerlemeye çalışırken, çevre hakkında enformasyon alma ihtiyacındadır. Bilindiği gibi bu konu sosyal etkide enformatif etki başlığı altında tartışılmaktadır. Böylece insan kendini geğerleştirme hedefine daha çok ulaşır. Tek tek eylemlerin başarılması sonucunda insan hazza erişir. Yapılan

bir işin, geçerlenen bir öngörümün bireyde yaşatacağı sonuç hazdır. Sonuç olarak insan eylemlerinde, hedonizmin sürekliliği kaçınılmazdır.

Motivasyon kuramında ele alınan ve davranışı başlatan faktörler her durumda aynı etkiyi gösteren mutlak ilkeler olarak ele alınmamalı, insanın amaçlı doğası vurgulanmalıdır. Bu yönde insana baktığımızda motivasyon kuramını besleyen çeşitli açıklamalarla karşı karşıya kalırız. Örneğin, McDougall(1930), insanın amaçlarına erişmek doğrultusunda aktif çaba gösteren bir varlık olduğunu belirtmiştir. "Bir olayı olacakmış gibi değerlendirir, onu gerçekleştirecek bir olasılık olarak görürüz. Bu arzumuza göre davranarak olayların akışını istediğimiz doğrultuda yönlendiririz"(McDougall,1930,s.5).

Yazar, insanın bir sistem olarak(bilişsel, duygusal ve davranışsal bir sistem) amaçlarına göre zaman içerisindeki eylem akışını planladığını öne sürmüştür. Amaçlar ve amaçlı davranışlar, biliş, duygu ve davranış arasındaki karşılıklı ilişkilerle, uyaranların temporal akışı içerisinde birbirleriyle kurulan bağlarla ve dış uyaranlar kadar düşüncelerin duygusal tepki ile açık davranışı ortaya çıkarmasıyla meydana gelir ve biçimlenirler.

F.H.Allport(1937), McDougall'ın görüşlerinde etkilenecek bir kişilik kuramı ortaya koymuştur. Allport, amaçların treytlardan daha ayırıcı ve dinamik olduğunu öne sürmüştür. Ona göre davranışın istatistiksel frekanslarından çok organize örüntülerinin bilinmesi önemlidir. Çünkü insan, teleonomik bir varlıktır.

Murray ve Kluckhohn(1953), kişiliğin genel fonksiyonlarından birinin bireyin gelecekteki amaçlarına erişmesini sağlamak üzere seri davranış programlarını(serialeri) biçimlemek olduğunu öne sürmüşlerdir. Seri program, gelecekteki bir hedefi öngören alt amaçların düzenlenmesi anlamına gelir. Eğer tüm alt amaçlar uygun ise istenen sonuç ortaya çı-

kar(Hall ve Lindzey,1978). Seri program kavramı, bir patikada ilerlemeyi sağlayan çeşitli alt adımların kavramsallaştırılması olarak da görülebilir. Yaşam akışının analizinde patikalar, kısa ve uzun vadeli aktiviteleri planlama, bireysel değerlendirme stillerini ortaya koyma bakımından önemlidir.

Benzer olarak Lewin(1935), davranışı bir amaç patikasında yer alan çeşitli adımlar olarak değerlendirmiştir. Lewin'in kuramında, alt amaçların değeri, nihai amaçla olan araçsal ilişkilerinden kaynaklanır. Yazara göre, bireyin davranışları, düşünce ve eylemlerin kesintisiz akışından ibarettir ve onlar bir aktiviteden diğer aktiviteye dönüşümle karakterize edilir.

Aktarılan bu görüşler ışığında,insan, başlangıçta amaçlı bir varlıktır. Davranış temelde amaca yöneliktir. Çoğu insan davranışı, yalnızca amaca erişmedeki rolü bilinmek suretiyle anlaşılabilir. Davranışın amaca yönelik oluşu, onu organize kılar,ona örüntü kazandırır.

b)Amacın Bilişsel, Duygusal ve Davranışsal Öğeleri

Amaçlar organizmanın elde etmeye çalıştığı son durumlardır.Amaca yönelik davranışlar, organize ve doğrultuludurlar. Her amacın kendisiyle bütünleşen bilişsel, duygusal ve davranışsal öğeleri vardır.

Amacın bilişsel ögesi, onun zihinsel temsilinin(imaj) ve plan doğrultusunda gidiş yollarının oluşturulmasını kapsar. Amaçta, hedeflenen noktaya ait temsillerin, bu noktaya varacak olası yolların bulunması gerekir. Bunların bilinçli olarak söze dökülmesi gerekmez. Amacın bilişsel ögesini açıklayan genel sistem kuramı(Powers,1973;1978), enformasyon işleme modeli(Simon,1967) ve formül kuramı(Schank ve Abelson,1977) olmak üzere üç ayrı yaklaşım vardır.

Powers(1973;1978), insanın amaçlı davranışını, amacın bir hedef olarak algılanışını açıklayan bir kuram ileri sürmüştür. Powers'a göre

insan, davranışı için rehber olan genel ilkeleri veya ipuçlarını (heuristics) kullanır. Kişi bu ilkeleri söze döker veya dökmez. Genel ilkeler duruma özgü gidiş yollarını kapsayan bir stratejinin ortaya çıkmasını sağlarlar. Powers'a paralel olarak Schank ve Abelson(1977) insanların yeni veya belirsiz durumlarda bir amaca erişmelerini sağlayan plan ya da genel bilgi öbeklerini kullandıklarını belirtmişlerdir. Formüller, bir duruma has planın ayrıntılı işleyişi ile birlikte kişinin amaçlarını ve durum içindeki diğer kişilerin beklentilerini kapsarlar. Formül kavramı, olay şemaları ve bilişsel yapılarla birlikte bilişsel psikolojinin temel konularından biridir. Formüllere bilişsel psikolojinin sonuçlarında ayrıntılı olarak değinildiğinden burada yalnızca bilişsel bir öge olarak önemi vurgulanacaktır.

Enformasyon işleme modelinde(Simon,1967) temel sorun, amaçların nasıl ortaya çıktığı ve amaçlardan birinin nasıl seçildiğidir. Miller ve arkadaşları(1960) insanın canlı, yaşıyor olmasından dolayı planların ortaya çıktığını ve eyleme konulduğunu; bir kez bir plan seçildikten sonra planın kendi içinde gidişinin çeşitli alt adımlarla(episodlar) yürütüldüğünü önermişlerdir. Hangi planın seçileceği problemi yazarlara göre bir motivasyon problemidir. Sonuçta planın yürütülmesinden doğan olası olumlu değer seçimi belirler ve planlar değer hiyerarşisine göre organize edilirler. Miller ve arkadaşları(1960) amaçların planla birleşmekten çok imajla(değerle) birleştiğini vurgulamışlardır. Onlara göre biyolojik makina bir kez çalıştıktan sonra planlar arka arkaya gelen silsileler halinde birey ölünceye dek sürerler.

Yazarların yöntem açısından ikinci katkıları, insan davranışının örüntülü, birbiriyle ilişkili ve bütünsel karakterine ilişkin açıklamalarıdır. Bu bütün içinde bir eylemi diğerlerinden izole edip analiz etmeyle ya da davranışı kendi bağlamından koparıp çalışmakla insan doğasının niteliği keşfedilemez. Bu nedenle yazarlara göre davranış bilimcile-

ri olabildiğince doğal durumların içinde çalışmalarını sürdürmelidirler.

Powers(1973),niçin belli bir referans ilkesinin seçildiği sorusuna yanıt getirilmedikçe modelin eksik kalacağını belirtir. Soruya açık, somut pekiştirmeler nedeniyle seçimin yapıldığı yanıtını getirmek tatminkar değildir. Bundan dolayı Powers reel, moral ve soyut değer ve ilkelerin sistematik birliği sonucu insanın belli bir amacı seçtiğini öne sürer. Ancak sözü edilen bu moral, reel ve soyut değer sisteminin hangi değişkenleri kapsadığı, insanın çeşitli amaç ve planlarını hangi faktörlere göre değerlendirdiği, kuramda açık değildir.

Duygu amacın temel motivasyonel ögesidir. Young(1949,1959,1961), doğada duygusal süreçlerin motivasyonel olduğunu belirtmiştir. Duygular olumluluğu en yükseye çıkarma ve olumsuzluğu en aza indirme ilkesine göre davranışı düzenlerler:"Duygular ve davranışın istikrarlı ve kalıcı determinantları olan motivasyonların,değerlendirici özelliklerin gelişmesine yol açarlar"(Young,1961,s,66).

Yazara göre duygusal süreçlerin üç özelliği vardır. Bunlar, sinyal(olumlu ya da olumsuz), şiddet ve süredir. Uyarıcı,duygusal uyarılma yoluyla kişiyi harekete geçirir. Duygusal uyarılma ve uyarıcıların birleşmesiyle ortaya çıkan yaşantı birikimi yoluyla kişi bir değer sistemini ortaya koyar ve geliştirir. Bu değer sistemi geçici durumlara karşı esnek olmasına rağmen genelde stabildir.

Değer sistemi affektif olduğu kadar bilişsel ve davranışsal örüntüleri de kapsar. Ancak motivasyonun gücü onları organize eden duygusal süreçlerin şiddetine bağlıdır. İnsanı bir objeye yaklaştıran veya uzaklaştıran,motivasyonun duygusal yanısıdır. Özetle Young, duygusal süreçlerin öğrenilmiş davranış örüntülerinin organizasyonunda, düzenlenmesinde ve kalıcılığında merkezi bir rol oynadıklarına inanır. Young'un duygularla ilgili bu açıklamaları çeşitli psikologlarca da benimsenmiştir

(örneğin, McClelland,1951,1955; Solomon,1977,1980; Tomkins,1980,1981).

Ancak diğer birçok psikolog objeye ilişkin motivasyonların ilk yapılanışında duyguların önemini paylaşırken; bilişlerin objeye ilişkin sonraki eylemleri, davranışları duygular kadar etkileyebileceğine işaret etmektedirler(Zajonc,1980; Mandler,1975; Weiner,1980).

Amacın davranış ögesi, amaca erişmeyi sağlayan planlarla bütünleşen eylemleri kapsar. Young'un ve diğerlerinin belirttiği gibi kişinin bir amacı olabilir, ama onu uygulamaya geçirmeyebilir. Ancak plan uygulamaya sokulmuşsa, eylem kararı verilmişse muhtemelen bu plan bir seri davranışla ilişkili olacaktır. Davranışlar basit ve karmaşık, kısa veya uzun süreli olabilir. Davranışsal süreçler bilişsel ve duygusal süreçlerle ayrı gibi görülse de gerçekte onlarla yakından ilişkilidir. Bir planın yürütülmesi duygusal sonuçlar ve planın yürütülmesinden amaçlanan bilgi ile doğrudan ilişkilidir. Kişinin planı yürütme becerisi ve yeteneği üzerine değerlendirmeleri(örneğin, öz-yeterlilik kavramı, Bandura,1977) ve kişinin duygusal uyarılma düzeyi planının uygulamaya aktarılma sürecini tayin eder.

Özetle, amacın bilişsel, duygusal ve davranışsal ögeleri vardır. Amacın bilişsel ögesi, amacın zihinsel temsili, amaç hiyerarşisinin oluşturulması ve amaca giden yolların belirlenmesi ile ilgilidir. Ayrıca bilişsel süreçler bir planın aktive edilip, edilmeme kararında da etkilidirler. Amacın duygusal ögesi amaçla bütünleşen duygusal tepkilerdir. Nihayet davranış ögesi, amacın gerçekleşmesine yönelik planla bütünleşen eylemleri kapsar.

Bilişsel, duygusal ve davranışsal ögelerin birbirinden ayrı ancak birbirleriyle bağlantılı oldukları önerilmiştir(Lazarus, Coyne ve Folkman,1980). Bir amaç içerisinde bu üç ögenin şiddet ve netlik derecesi değişebilir. Bilişsel yanı baskın, duygusal yanı zayıf olan bir

amaç, tutum ya da değerlerle ilişkili olurken; bilişsel yanı zayıf duygusal yanı baskın bir amaç, tepkinin, isteğin bir ifadesi olabilir. İyi geliştirilmiş, detaylı bir planı olan bir amaç, daha fazla niyeti ortaya koyarken; plansız bir amaç, fantaziye işaret edebilir.

ç) Amaca Erişme

İnsanın eylemleri genelde amaca erişmeye yöneliktir. Amaçlar hiyerarşik olarak organize bir yapıdadır. Yani bir amaç, arzu edilen son noktaya varmada, birbirleriyle ilişkili alt amaçları kapsar.

Kişinin herhangi bir durumda eylemde bulunma kararı ya da eylemler arasında yaptığı seçim, amaçlar arasındaki karşılıklı ilişkiye bağlıdır. Eylemlerin sırası, amaçların seri organizasyonuna bağlıdır. Kişinin aklında çeşitli amaçlar vardır ve bu amaçların herbirine erişildikçe diğerine doğru eylemlerin akışı süreklidir. Eğer amaca yönelik herhangi bir ilerleme olmuyorsa, eylem ve dolayısıyla plan sonlandırılır. Bu bakımdan günlük aktivitenin iyi organize edilmiş ve rutin olduğu, bir eylemden diğerine geçişin düzgün, kolaylıkla sağlandığı görülür. Kişi, günlük yaşamda bir kararda ya da seçimde bulunduğu nadiren haberdardır.

Öte yandan, bazı günlük eylemlerin iyi organize edilmediğini, anlık etkilere göre belirlendiklerini gözleyebiliriz. Amaçların hiyerarşik ve seri organizasyonu, yaşamın bir evresinden diğerine geçişi, kişiye çok az hissettirecek kadar geniş bir periyotta davranışı düzenler. Yalnızca amaçlar engellendiğinde veya amaçtan bir sapma olduğunda, seçim sorunu ve potansiyel bir çatışma durumu söz konusudur.

Amaçların seri, hiyerarşik organizasyonu, yaşam boyunca aktivitelere yön verir ve potansiyel çatışmaları azaltır. Ortamdan ortama değişmeler görülse de kişinin amaç sistemi oldukça kalıcıdır.

Amaçlar, uzun ya da kısa süreli olma bakımından değişiklikler gösterebilirler. Uzun süreli amaçlarda daha çok bilişsel değerlendirme sözkonusudur. Amaçların önemi, onların amaç hiyerarşisindeki yerine ve diğer amaçlarla ilişkilerine bağlıdır. Amaç sisteminin yapısına bağlı olarak durumdan duruma kişi tutarlılık veya değişkenlik gösterebilir. Amaçlar, onlarla bütünleşen planların karmaşıklığına ve değişkenliğine göre değişebilir.

d)Amaç Sisteminin İşleyişi

Amaçlar, duygusal, bilişsel ve davranışsal süreçlerin bir kombinasyonu olarak davranışı düzenlerler ve örgütlerler. Amacın işleyiş dinamikleri, aktivasyon, koruma ve sonlandırma gibi üç kısımda ele alınabilir.

Çoğu amaç kuramcısı amaçların bir kompütürde olan programlar gibi zihinde bulduklarına ve aktive edilmeyi beklediklerine işaret etmiştir. Bu ortak kabulden sonra kuramcılar amacın hayata geçirilmesine verdikleri önem ve amaç ve planlar arasında bir seçimde bulunma sorununa verdikleri cevaplar bakımından birbirinden farklılaşmaktadırlar. Miller ve arkadaşları(1960) niçin belli bir amacın seçilmiş olduğu sorusuna imajla bütünleşen değerlere bakılarak cevap verilebileceğini önermişlerdir. Bindra(1978)'ya göre bu sorun güdülenmeyi sağlayan iç ve dış değişkenlerle açıklanabilir.

Belli bir amacı seçme sorunu, amacın olası değeri ve amaca erişme olasılığı tarafından belirlenir. Karar her zaman iki alternatiften birisi seçilerek verilmez; çeşitli olası amaç kombinasyonları ve amaca erişme sıraları ile birden çok alternatifin değerlendirilmesi söz konusudur. Bu tür seçme ya da karar durumları basit veya karmaşık, kısa veya uzun süreli, düşük ya da yüksek çatışmalı olabilirler. Sonuçta kişi bir amacı seçer, diğerlerini atar. Bu noktada karar vermeyi kolaylaştırmak

ve çatışmayı azaltmak amacıyla amaç yapısı yeniden organize edilir.

Kişilerin açık pekiştirmelerin bulunmadığı uzun süreli amaçlarını nasıl korudukları ilginç bir sorudur. Bu soruyu değerlendirirken, ilk olarak bellek deposundaki imajların anahtar rol oynadıkları kabul edilmelidir(McMahon,1973). İnsanlar olgunlaştıkça bu tür imajlar hem amaçlarını/hedeflerini korumada bir referans noktası olarak, hem de amaçla/hedefle bütünleşen duygulardan dolayı bir pekiştirme olarak kullanılırlar(Horowitz,1970). Bir amacın sonucunu hayal etme, amaçla bütünleşen duyguyu ortaya çıkarır. Bu durum, bazı insanların amaca erişmektense onun fantazisini tercih etmelerini açıklayabilir. İkincisi, kişi amacına doğru ilerlerken, alt amaçları oluşturur. Her alt amacın başarılması kişiyi hedefe varmaya güdüleyen bir pekiştirmedir. Burada bireysel farklılıklar gözlenebilir. Bazı kişiler kendi beklentilerini nihai hedefe göre düzenlerken, diğer bazıları nihai hedefe ulaşmada düzenli ödüle ihtiyaç duyarlar.

Amaca yönelik davranışı korumada üçüncü faktör, iç standartlar ve bireyin kendisini pekiştirmesidir(Bandura,1977; Carver,1979; Staats, 1975). Etkileşimci sosyal öğrenmecilerin üzerinde hayli durdukları bir özellik olarak iç standartlar, bilişsel faktörlerle yakından ilişkilidirler. İç standartların gelişmesi, kişinin dış uyaranlar bakımından yoksun olduğu durumlarda, kendisini pekiştirme yoluyla amacını korumasını ve bir plan dahilinde alt amaçlarını başarmasını sağlar. İç standartlar ayrıca kritisizm, suçlama, onur duygusu gibi duygularla bütünleşerek, uzun süreli amaca yönelik davranışı düzenlemede anahtar rol oynarlar(Fishbein ve Ajzen,1975).

Bu çabalar, karmaşık bilişsel operasyonlarla ve çeşitli duygularla bağlantılıdır. Kısaca amaca yönelik aktiviteyi korumada, bilişsel ve duygusal süreçlerin birbirleriyle yakın ilişkisi vardır.

Simon(1967), bir amacın sonlandırılmasına yol açan durumları şöyle sıralamıştır:(1)İsteğin elde edilmesi, amaca erişme; (2)Amacın tamamıyla olmasa da yeteri kadar iyi elde edilmesi; (3)Belli bir miktarın üzerinde zamanın kullanılmış olmasından, sürenin dolmasından dolayı; (4)Cesaretin,şevkin kırılmış olmasından dolayı, başarısızlık nedeniyle.

Bunlardan başka, kişi bir amacını, diğer amacının gerçekleşmesini sağlamak üzere geçici olarak erteleyebilir. Daha genel olarak amaca yönelik aktivite, bilişsel, duygusal ve davranışsal süreçlerdeki herhangi bir bozulma nedeniyle sonlandırılabilir. Böylece Simon'ın teklif ettiklerine, (5) amacın geçici ertelenmesi ve (6) işlevlilikte bir bozulma ve dengesizliği ekleyebiliriz.

Amaç kuramcılarının değindikleri sonlandırma etmenleri oldukça formaldır. Yani, sosyal yaşamda bireyin amacını sonlandırıp, sonlandırmamasına, diğer kişilerin, statünün veya psikolojik değer yargılarının etkisi, bu kuramda ele alınmamıştır. Sonlandırma süreci, projeler yaklaşımla daha bütünsel bir yapıya kavuşacaktır.

Amaç kuramcılarına göre, bireysel amaçların kolleksiyonundan çok, hiyerarşik olarak organize bir amaç sistemi vardır. Amaç sistemi kendi içinde stabil öğeleri içerirken; amaçlar arasındaki ilişkiler, durumsal değişmelere bağlıdır. Amaçlar, genellikle belli bir doğrultuda ve organize edilirler. Ancak, koşullara göre onların reorganizasyonları da yapılabılır.

Amaç sistemi ile ilişkili bir diğer konu, amaçlar arasında potansiyel çatışma olasılığıdır. Çatışma olasılığı, hemen tüm amaç kuramcısı tarafından vurgulanmıştır(Lewin,1935; Miller et al.,1960; Pervin,1977; Powers,1973,1978; Staats,1975; Vickers,1973). Çatışma, birbirleriyle uzlaşmaz iki amacın varolduğu durumdur. Powers(1973)'a göre, bu durum anksiyeteye yol açar.

Amaç hiyerarşisinde çatışan amaçların yeri ve önemine bağlı olarak kişi az ya da çok şiddette bir amaç çatışması yaşar. Kişinin alt amaçları birbirleriyle çatışmalı ise bir yaşam krizi gündeme gelir. Çatışma,amaç sisteminin yeniden organizasyonu da dahil çeşitli yollarla çözümlenir. Amaçların reorganizasyonu küçük değişikliklerle yapılabileceği gibi asıl amacın değiştirilmesiyle de yapılabilir. Böyle bir durum kişilikte önemli izler yaratabilir.

Amaçlarla ilgili tehditkar bir sorun, onların bilinç dışı veya farkındalık dahilinde olmadığıdır. Nisbett ve Wilson(1977) ve Shevrin ve Dickman(1980) insanın davranışına etki eden etmenleri her zaman fark etmediğini belirtmişlerdir. Farkındalık sorunu çeşitli alanlarda olabilmektedir. Birincisi, kişi, belli olay karakteristikleri ile bütünleşmiş duygusunun farkında olmayabilir. İkincisi, kişi ulaşacağı son noktayı tahrif edebilir veya yanlış etiketleyebilir. Üçüncüsü, kişi planlarını, becerilerini söze dökmeyebilir. Ancak hayvanların ve makinaların planlarını, eylemlerini söze dökmeksizin amaca yönelik davranış gösterdiklerini kabul ediyorsak, bu tür temsilleri insanlar için de kullanabiliriz.

e) Amaçlılık ve Niyet

Amaç kavramı psikoloji için yeni bir kavram değildir ve bu kavram sosyal biliş gibi alanlara artarak girmeye devam etmektedir(Cantor ve Mischel,1979). Öyleyse niçin yıllardan beri bu alan ihmal edilmiştir? Bu sorunun cevabı amaç kavramına ve ilgili kavramlara tarihsel olarak olumsuz bir bakışın olmasında aranabilir.

Teleoloji amaçlı davranışın çalışılmasını hedefler. Teleolojik açıklamalar, amaçlı davranışın niçin yapıldığına dair yararlı cevaplar sunarlar. Ancak bu açıklamalar amaçlı davranışın ölçütünü tanımlamazlar. Ayrıca onlar, çeşitli canlılarda niyet ve amacın varlığı gibi konularda

bir çok sorun ve pürüzleri içerirler.

Niyetli davranışı anlama ve tanımlama psikologların (Greenwald, 1970; Irwin,1971; Kimble ve Perlmutter,1970) ve felsefecilerin (Anscombe, 1976) problem alanlarından biridir. Felsefeciler niyet ve gerçekte olan arasındaki ilişkinin net olmadığını; niyet edilenle davranışsal olarak ortaya konan arasındaki ilişkinin açık olmadığını belirtmişlerdir. Ayrıca davranışın nedenlerine ilişkin niyet probleminin davranışın sonuçlarıyla zıt olması da söz konusudur(Binkley, Bronough ve Matras,1971; Daveney,1979; Davidson,1971).

W.James(1982), Miller ve arkadaşları(1960) gibi psikologlar niyeti davranışa iten, davranışı planlayan dinamik bir motor olarak değerlendirmişlerdir. İnsanlar diğerinin davranışına niyet ve amaç atfederler ve yapılan eylemler bu atıflardan etkilenir(Berndt ve Berndt,1975; Cantor ve Mischel,1979; Heider,1958; Kelley,1968; Norman,1981).

Ayrıca niyet kavramı benlikle ilgili olarak gelişimsel perspektiften de ele alınabilir. Piaget(1952,1962) niyetin davranışın gelişimsel karakteristiği olduğunun, yalnızca amaca yönelik davranışta değil, dış uyaranların yokluğunda amaç ve planların oluşturulmasında ve aktif keşif ve deneme-yanılma yoluyla şema geliştirilmesinde niyetliliğin en yüksek biçimde var olduğunu belirtmiştir.

Araştırmacılar, niyetli davranış ve amaçlı davranışı birbirinin yerine koyarlar. Kimi araştırmacılara göre niyet ve amacın bilinçli olması gerekir. Arzunun bilinçli olması gerekmez.

Özetle, amaç kuramı insan davranışının amaçlı, organize bir doğası olduğunu vurgular. Bu perspektifte kişilik dinamik bir sistem olarak ortaya çıkmaktadır. Önerilen kavramsallaştırma hem yapıyı hem süreci gözönüne almaktadır. Uyumlu kişilik hem çeşitli durumlarda tutarlıdır;hem durumlara göre değişkendir(Magnusson,1974; Pervin,1977). Kişi-

lik bu bakış açısından yaşamın akışının amaca yönelik doğasını vurgulayan bütünsel bir kavram, dinamik bir sistemdir.

Yukarıda kavramsal çerçevesi sunulan amaç kuramı ile ilgili yapılan araştırmaların iki ayırtedici özelliği vardır. Birincisi ele alınan amaçlar ve durumlar temsil edici niteliktedir(Brunswick,1956; Pervin, 1977). Yani ele alınan amaç ve durumun birey için anlamlı olması, bireyin gerçek yaşamında bulunması gerekir. Laboratuvar çalışmaları ve kişilik envanterleri, çoğunlukla bireyin günlük yaşamı ile bağlantısız uyarıları kullanmaktadırlar. İkincisi, araştırma hem ideografik(bireye özgü) hem nomotetik(genele özgü) olmalıdır. Yani bireyin yapısını anlayarak genel bir ilkeye varılmak istenmektedir.

2.Kişisel Projeler Yaklaşımı

Amaç kuramı, genel olarak insanın amaçlı doğasını betimlemiştir. Bu kuramda insanın amaç organizasyonuna ait bir yapı ortaya konulmaya çalışılmıştır. Ancak önceden de değinildiği gibi, günlük yaşamda bu organizasyonun nasıl işlediği; organizasyonun hangi analiz birimlerine bakılarak değerlendirilebileceği konularında daha spesifik yaklaşımlara gerek vardır. Bu bakımdan bir analiz birimi olarak kişisel projeler, amaç kuramını pratiğe aktaran değerlendirme araçlarıdır. Ayrıca amaç kategorisi, içinde birçok değişik türde proje, uğraş ve ilgiyi kapsayabilen genel bir kategoridir. Dolayısıyla amaçlar, sınıflama bakımından genel bir birim olmalarına karşın; özelde bir kişinin belli bir zamanda yürüttüğü eylemlerin akışını değerlendirmede yetersiz kalmaktadırlar. Sosyal psikolojinin ve kişilik araştırmalarının hedefi yalnızca insanların genel amaç çerçevelerini bulmak değil; aynı zamanda günlük yaşamın açıklanmasını sağlamaktır.

Psikolojinin tarihsel misyonu insanı daha iyi açıklayan analiz birimlerini keşfetmek ve araştırmaktır. Uygun analiz birimlerinin keş-

fedilme arzusu, sosyal psikoloji ve çevre psikolojisinde son yıllarda sıklıkla vurgulanan bir konudur(Russell ve Ward,1982; Stokols,1982). Bu bölümde yeni ve insanı açıklamaya daha uygun bir analiz birimi olarak kişisel projeler tanıtılacaktır.

Kişilik psikolojisinde biofiziksel, motivasyonel, sosyal, bilişsel ve durumsal çeşitli analiz birimleri ortaya konmuş ve her birim çerçevesinde sayısız araştırma yapılmıştır. Ancak sözü geçen birimlere etkide bulunan etmenler sistematik olarak ele alınmamıştır. İnsan kişiliğini açıklama amacıyla ileri sürülen birimlere hangi etmenler etkide bulunmaktadır? Bir birime dayalı olarak yapılan empirik çalışmaların gelişmesini hangi etmenler kolaylaştırır ya da zorlaştırır? Bu ve benzeri sorular literatürde nadiren ele alınan konulardır. Görünen odur ki, kişilik araştırmacıları, Kelly'nin de belirttiği gibi kendi kuramsal sistemlerini en fazla tanımlayan ve genişleten birimleri seçmekte, diğerlerini ihmal etmektedirler.

Bir analiz birimi kuramsal zeminde varlığını sürdürebilir. Ancak onun gelişmesi operasyonlara açık olup olmamasına bağlıdır. Bu bakımdan potansiyel bir birimin metodolojik bir tekniğe de sahip olması gerekir. Birimin tekniği kolaylıkla uygulanabiliyor ve anlaşılabiliriyorsa o birim gelişebilir. Ne yazık ki, birçok birim bu bakımdan yeterli olmasına, uygulamaya elverişli olup hakkında çok fazla araştırma yapılmasına rağmen kuramsal yararlılık açısından literatüre yeni birşey katmamışlardır (Little,1983).

Birimleri kısıtlayan bir diğer etmen, onların operasyonel manipülasyona açık olmamasıdır. Bu tür birimler yalnızca ders kitaplarında yaşarlar. Murray(1951,1959)'ın ortaya koyduğu analiz birimi bunlardan biridir. Murray, insan davranışının temporal yanını vurgulayıp, serial analiz adını verdiği bir birimi formüle etmiştir. Serial analiz(seri

program), bireylerin kendi zamansal eylem planlarına uygun olarak davrandıkları anlamına gelmektedir. Ne yazık ki, bu değerli çalışma serial programların ölçülmesini sağlayacak bir yöntemin olmamasından dolayı bir kenara atılmış, bırakılmıştır.

Kişisel projeler yaklaşımı, Murray'ın dile getirdiği görüşleri paylaşmaktadır. Yani bu yaklaşım, bireyin kişilik evrimini hem temporal hem de kalıcı boyutta ele alacak; her iki ölçüte de uygun bir alternatif analiz birimini amaçlamaktadır.

a) Analiz Birimleri Olarak Kişisel Projeler

Kişisel proje, bireyin istediği bir duruma veya korunması gereken bir amaca yönelik olarak zamanda gelişen ve ilerleyen karşılıklı bağlantılı eylemler setidir. Tanımdan anlaşılacağı gibi ele alınan analiz birimi birey tarafından istenen bir sonuca olası gidiş yollarının organizasyonunu kapsamaktadır. Projenin nihai bir hedefi, amacı vardır. Bu, onun görece kalıcı yanını gösterir. Ayrıca projenin zaman içinde birbirine bağlanan dizisel bir eylem akışı vardır. Temporal bir süreç olarak kişisel proje, amaç kuramında vurgulandığı gibi birçok alt aşamanın ve değişimlerin toplamıdır. Little(1972) kişisel projelerin insan eyleminin bilişsel, duygusal ve davranışsal yanlarını yansıtan olaylar olduğunu vurgulamıştır. Bu haliyle kişisel proje, amaç kuramında değinilen bütün amaç öğelerini kapsar. Yani projeler, insanın bilişsel, duygusal ve davranışsal yanlarını bir olayda bütünleştirmektedir. Bundan başka kişisel projeler bireye has, doğal ve etkileşimsel analiz birimleridir(Argyle ve Little,1972). İnsanın bir zaman dilimi içerisindeki aktif ilişkilerini ortaya koyarlar. Kısaca bir analiz birimi olarak onlar, bireyi hem temporal hem de kalıcı olarak değerlendirmemizi sağlarlar.

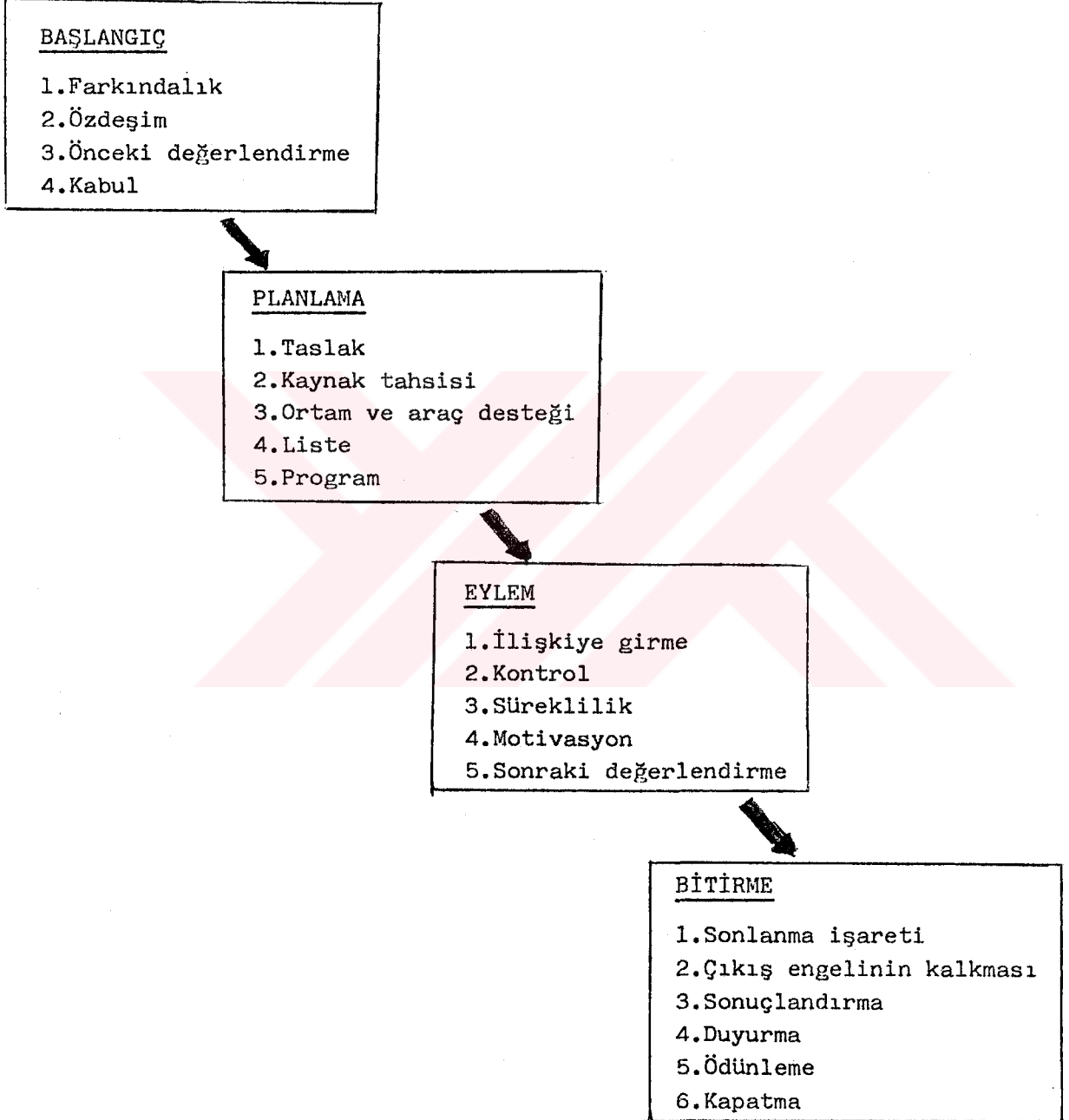
Şimdi bu yaklaşımı somut olaylar düzeyine indirerek nelerin kişisel proje olarak görüldüğüne bakalım. Günlük yaşam içinde karşılıklı

ilişkili eylemler seti olarak tanımlanan projelere şu örnekleri verebiliriz: "Bir elbise dikmek", "kayak öğrenmek", "Universiteden mezun olmak". Diğer bazı projeler, kişiye daha özgü ve onun iç dünyasını yansıtan olaylardır. Bunlara "Ali'nin tırnaklarını yemesini engellemek", "işini kaybetmemek" gibi örnekler verilebilir. Yine bazı projeler kişi için çok anlamlı ve yüklü olabilir. Yani hem mükemmelliyetçilik duygumuza hem de obsesyonlarımızı yansıtan bazı projelere sahip olabiliriz. "Babanın ölümünü kabul etmeyerek, yaşadığını varsaymak", "hükümeti devirmek", "otoriteye boyun eğmek", "kendini tahrip etmek" gibi örnekler bunlardandır.

b) Kişisel Projelerin Yapısı ve Organizasyonu

Projeler gelişecekleri aşamaların sırasına ve ilerleyişine göre analiz edilirler. Tablo-1 projenin başlangıcından sonlanışına kadarki tipik gelişimini ortaya koymaktadır. Projenin gelişmesi dört genel aşama ve bu aşamalara bağlı 20 alt adımda ele alınmıştır. Her projenin her aşamada aynı ilerlemeyi göstermesi beklenmez. Ancak bütün projelerin dört ana aşamadan geçtiği, yaklaşımın temel varsayımıdır. Aşağıda bu aşamalar ve alt adımlar açıklanacak ve her aşamada kişilikte ortaya çıkabilecek bireysel farklılıklar proje bazında değerlendirilecektir.

Tablo-1
DİZİSEL ANALİZ



KAYNAK: Little,1983.

1. Aşama: BAŞLANGIÇ

Projelerin gelişiminde ilk aşama, onun mümkün olabilirdiğinin farkına varılmasından, projenin açıkça kabul edilmesine kadar olan süre ve eylemleri kapsar.

Projenin gelişmesinde ilk eylem, onun olabilirdiğinin farkına varılmasıdır. Farkındalığı sağlayan kaynaklar çeşitlidir. Birincisi, birey bilinçli olarak(örneğin, bireyin istediği bir durum ile gerçekte olan durum arasındaki uyumsuzluğu değerlendirmesi) ya da bilinç dışı (rüya ve hayaller) olarak bir projenin olabilirdiği hakkında kendisi farkındalık geliştirebilir. İkincisi, projeler dış ajanlar tarafından başlatılabilir. "Artık kendine bir iş bul", "beni evine ne zaman davet edeceksin?" gibi ifadeler bir kişinin farkındalık geliştirmesini sağlayabilirler. Bu bakımdan iç ve dış deneyime açık olma özelliği bireyler arasında farklılaşma yaratabilir(Schachtel,1959). Başka bir projeyi eylem aşamasına getirmiş bireyler, yeni bir proje davetine uymak istemezler. Proje farkındalığına etki eden bir diğer etmen, bireyin insana ya da şeye yönelik oluşudur(Little,1972a,1972b,1976). İnsan eğilimli olanlar özellikle diğerlerinin katıldığı projelere duyarlıdırlar. Eşya, şey yönelimli olanlar ise mekanik, insani olmayan alanlardaki projelere karşı duyarlıdırlar. Bu alt adımda ayrıca bastırma-duyarlılık arama boyutunda bireysel farklılaşma eklenebilir(Byrne,1964). Duyarlılık, heyecan arayanlar kendilerini tehdit eden, canlı projeleri seçerken; bastırma yanlıları ayrımsız olumlu özellikteki projeleri seçerler. Bastırma yanlıları için projeler hep aynı şekilde, başarılması gereken nitelikte olmalıdır.

Birey, bir projenin farkına varabilir, onun hakkında bir farkındalık geliştirebilir, ancak o proje henüz yapılandırılmamış ve bütünleşmemiş olabilir. Dolayısıyla da sözkonusu proje daha ileriye varamaz.

Özdeşim alt basamağı projenin kodlandığı, etiketlendiği, depolandığı ve netleştirildiği bir süreçtir. Ayrıca bu süreç, içerisinde projenin kaynağı değerlendirilip önemli kararlar alınır. Bu alt adımda projeye ilişkin sorumluluk atfedilir. Örneğin, bir kişiyi babası "artık bir iş bul" diye uyarmış olsa bile, kişi bu alt adımda iş bulma projesini kendi sorumluluğu altına alabilir. Bu durumda kişi kendini projeyi başlatan olarak görür ve onunla özdeşim kurar. Sorumluluk atfetme ve özdeşim kurma bakımından denetim odağı bireyler arasında farklılaşmada etkili olmaktadır(Phares,1976). İçseller, projelerini diğer kişilerden çok kendilerinin yarattığına inanırlar. Sonuç olarak kişisel projenin kaynağı(başlatanı) ile özdeşim sonraki adımların yürütülmesinde önem taşır.

Kişi olası bir projenin farkına varıp, onunla özdeşleştikten ve onu kendi atıfsal bağlamına yerleştirdikten sonra, zaman ve kaynaklar açısından bu projenin taleplerini değerlendirir. Bu değerlendirme bir anlamda projenin ilk değerlendirmesidir. Buradaki işlemleri belirleyen süreçler, projenin tamamlanması sonucu elde edileceklerin bireyin değer ve ihtiyaçlarına uygunluğu ile bu projenin diğer aktif projelere olan uyumudur. Daha önce değinilenlere ek olarak burada çeşitli düzeyde bireysel farklılaşmalar gözlenebilir. Sözgelimi, değerlerin belirlenmesi (Rokeach,1973) bireyin değerleriyle proje arasındaki uyuşmanın ortaya çıkmasına yardımcı olabilir. Kavramsal karmaşıklık skorları(Hunt,1975, Schroder ve Suedfeld,1971). Projelerini çok boyutlu, karmaşık gören bireylerle; projelerini kabul edilir veya kabul edilemez gibi ikili gören bireyleri ayırdedebilir. Projelerini iki alternatifli görenler bu alt adımı doğrudan geçerler. Bu tür bireylerin otoriteriyenizm ölçeklerinden yüksek puan almaları beklenir(Cherry ve Byrne,1977).

Bireyin projeyi yürütme kararına vardığı diğer bir alt adım da kabuldür. Projeyi yürütme yönünde varılan karar bağlanma bakımından

farklılaşabilir. Yani birey, bir projeyi zorunlu olarak kabul etmenin burukluğunu yaşayabilir ya da gerçekten istediği kendisince değerli bir uğraşı ele almanın hazzını duyabilir. Kabul adımı gözlenen bireysel farklılıklar diğer alt adımlarda değinilenlerin aynılarıdır. Ancak birey karara ulaşmada ne kadar çok zaman harcamışsa, o oranda sıkıntı, anksiyete yaşayacaktır. Projenin kabul edilmesi kararının zamanlama ve sonuç açısından yalnız başına veya diğerleriyle birlikte alınması önem taşır. Birey kararı ne şekilde alırsa alsın, kararı verdikten sonra suskunluğunu çözer ve bir duyuru ile("hey Ahmet gelecek yıl okula dönüyorum") bu adımı noktalar.

2.Aşama:PLANLAMA

Projenin kabul edilmesi ile birlikte onun planlanması, insani ve maddi destek sağlanması ile ilgili sorunlar başlar.

Birçok projede(örneğin, akademik araştırmalar) mali destek, araştırma desteği veya kurumsal onay alabilmek için bir taslak ya da proje önerisinin sunulması gerekir. Taslağın amacı, belli bir ölçüte göre projenin kabul edilebilirliğini sınamaktır. Akademik projelerde olduğu gibi kişisel projelerde de projelerin uygun kişiler veya "meslektaşlar" tarafından gözden geçirilmesi gerekebilir. Kişisel proje taslağı, muhtemel olarak mali ya da sosyal destek verecek kişilerle birlikte değerlendirilecek nitelikte formal bir yapıya sahip olabilir. Bir taslak bireyce hedeflenen temel amaçları ve gidişatı ortaya koyar. O, potansiyel olarak projeye katkı sağlayacak kişileri cezbedecek şekilde ifade edilmiştir. Özetle taslak, projenin planlanmış olduğunu duyurur. Taslakta bireyin hedeflediği, projenin sosyal kabul edilebilirliğine ilişkin geri bildirim almaktır. Ayrıca taslak diğerlerinin projeye katılmasını sağlamak için açık bir davet niteliği taşır. Bu alt adımda iletişim becerileri ve sosyal beceriler bakımından bireyler arasında farklılıklar gözlene-

bilir. Taslağın diğerlerine sunulması aşamasında makyivellist özelliklerde artma beklenir(Christie ve Geis, 1968). Sonuçta bu alt adım ya olumsuz geribildirim nedeniyle projenin sonuçlandırılmasına ya da onay olarak mali kaynak, destek ve liste alt adımlarına doğru ilerlenmesine yol açar.

Mali kaynak, mekan ve araç desteği alt adımları projenin yönetsel aşamalarıdır.

Mali kaynak, projenin desteklenmesi ve sona erdirilmesi için gerekli parasal kaynağın provizyonu anlamına gelir. Bu bazı projeler için gerçekten parasal anlamda olabilirken diğer bazılarında otorite figürü ile resmi ilişkiye girme gibi sembolik anlamda da olabilir.

Projelerde, maddi kaynak ve ortam gerektiren olaylardır. Her proje, gerçekleştirilmek için davranışların araç veya vasıtası rolünü oynayan bir takım eşyalar gerektirir: Davranışlar, eşyalar ve durumlar arasında bir karşılıklılık vardır(Bilgin,1981). Projelerin içinde ilerleyeceği, gelişeceği mekanları önceden planlamayan kişiler engellenme duygusunu hissederler. Projenin gelişim seyrinde ve alt aşamalarında gereken alan ihtiyacı, çevre psikolojisinin mahremiyet ve kişisel alanın ihlali araştırmaları tarafından ortaya konulmuştur(Altman,1978; Olson et.al., 1976). Çevre psikologlarına göre, insanın yaşadığı çatışmaları yaratan en önemli kaynak projelerin gerçekleşeceği alanların yeterli ya da uygun olmayışıdır.

Projeyi yürütmenin en önemli adımlarından biri projeye katılanların liste edilmesidir. Araştırma asistanları ya da konsültantlar, proje sahibinin zaman alıcı ya da uğraştırıcı gördüğü konularda yardım sağlarlar. Bazı aktiviteler, fazladan eğitim ve beceriyi gerekli kılabilir. Proje sahibinin bu gibi konularda yardım alacağı insan kaynaklarını belirlemesi gerekir. Ancak bu diğer kişilerin olaya karışmasının şart ol-

duğu veya bu kişilerin projede asıl rolü oynadıkları anlamına gelmez. İnsanlar, bazı projelerde diğerlerini ast pozisyonda liste ederlerken, diğer bazı projelerde kendilerini ast pozisyonda listeleyebilirler. Listeleme alt adımında bireyler arasında farklılıklar gözlenebilir. Şöyle ki, bazı insanlar günlük projelerini sürdürmede sabit yardım kaynaklarını kullanırken, diğer bazıları kendilerini istenmeyen insanlar tarafından projelerinden dışlanmış gibi görebilirler. Ödül alma veya diğerlerinden olumlu pekiştirme alma kapasitesi bu alt aşamadaki başarı ya da başarısızlıkla ilişkili önemli değişkenlerden birisidir.

Bundan önceki alt adımlar, kişisel proje organizasyonunun kalıcı ve sosyal yanları ile ilişkiliyken, programlama alt adımı temporal öge ile ilişkilidir. Kişisel projeler zamana dağıtılmış olaylardır ve bu dağıtılmış aktivitelerin başarılı olarak tamamlanması gereklidir. Eylemlerin zaman içinde tamamlanma sırasının programlanması, projenin sonuçlandırılma aşamasına varması için bir gerekliliktir. Bazı bireyler özellikle de klasik dışa dönükler(Wilson,1977) bu aşamayı toptan atlayarak doğrudan eylem aşamasına geçerler. Diğer bazı bireyler, planın ayrıntıları ve programlama üzerinde çok fazla durarak, eylem aşamasına bir türlü varamazlar. Bu bireyler liste ettikleri birçok yardımcıyı yitirerek taslak alt adımına geri dönerler.

Üçüncü Aşama:EYLEM

Kişisel projenin eyleme dökülmesi, ilişkiye girme ile başlayan ve sonraki değerlendirme ile sona eren beş alt adımı kapsar.

İlişkiye girme alt adımında birey çok fazla uyarılır. Birey geçici bir süre kaynakları ve enerjiyi diğer projelerden çekerek söz konusu projeye aktarır. Projeler arasında, kaynak, zaman ve enerji tahsisi bakımından ekolojik bir ilişkiden ve bu anlamda bir proje ekolojisinden, eylem ekolojisinden(Moles,1978) sözedilebilir. Görüleceği gibi ilişki-

ye girme basamağı çok fazla enerji gerektirmektedir. Dolayısıyla enerji düzeyi ve atılım gücü bakımından bireysel farklılaşma gözlenebilir. Örneğin, Jackson Kişilik Envanteri'nin Enerji Düzeyi alt ölçeği (Jackson, 1977) bu alanla doğrudan bağlantılıdır.

Proje uyarıldıktan sonra eylem aşaması birbirini etkileyen ve birbirine giren kontrol, süreklilik ve motivasyon gibi üç süreci kapsar.

İlişkiye girme basamağının başlangıcından itibaren projenin amaçlarından sapmasına karşı düzeltici eylemlerin yapılması gereklidir veya kaynakların fazla kullanımına karşı bir sınırlama getirme zorunluluğu vardır. Kişisel projeleri sınırlamaya isteklilik veya gidişatı kontrol etme bakımından, bireyler arasında bireysel farklılaşma gözlenir. Bazı insanlar özellikle cezadan kaçmaya motive olanlar (içedönükler, Gray, 1972) proje amaçlarından sapmayla yüzleşmekten ve düzeltici eylemlerde bulunmaktan çok projeyi kendi haline bırakıp, diğerlerinin projeyi yıkmasına izin verirler. Buna karşın bazı insanlar da proje üzerinde denetimlerini uygulamaktan büyük haz duyarlar ve projelerini kendi güçleriyle özdeşleştirirler (McClelland, 1981).

Kişisel projelerin zamana yayılmış, karşılıklı bağlantılı eylemler olduğu hatırlanmalıdır. Süreklilik fonksiyonu ayrı eylemlerin bir projede birleşmesini, karşılıklı ilişkiye girmesini güvence altına alır. Süreklilik programla ilgili çatışmalarda ve kaynakların paylaşılmasına ilişkin sorunlarda bir enformasyon ve iletişim merkezi olarak işlev görür. Planlama aşaması ile çok yakın bağlara sahiptir ve planlama aşamasında kritik olan bireysel farklılaşmalar bu aşamada da işlev görmektedir.

Süreklilik ile ilgili önemli bir konu, kişisel proje ekibinin büyüklüğüdür. Az insanın katıldığı projelerde çok insanın katıldığı projelere göre sürekliliğin etkinlikle sağlanması ve görevlerdeki karşılıklı

ilişkililiğin kurulması daha olasıdır. "Evlat edinme", "iş bulma", "aile geleneğini kırma" gibi yoğun kişisel projelerin koordinasyonu oldukça güçtür.

Proje sahibi ile birlikte projeye katılan tüm kişilerin motivasyon düzeyi projenin başarıyla tamamlanması için gerekli değişkenlerden biridir. Liste adımıyla yardım edici veya engelleyici bazı özellikler, burada yeniden hissedilir. Bazı bireyler liste adımını başarmalarına ve motive olmalarına rağmen etkin idari becerileri olmadığından başarısızlığa uğrarlar. Dolayısıyla onların günlük ilişkileri karmaşayla ve karıştırmalarla doludur.

Kontrol-süreklilik-motivasyon üçlüsü eylem aşamasında lineer olarak işlev gören bir sistem değildir. Başarılı kişisel projelerde, bu öğelerin lineer ilişkisinden çok dengesi önemlidir.

Dengeli kişisel projeler istenen sonuca ulaşır. Ancak projenin orjinal plana göre başarılıp başarılmadığı sorunu, bir değerlendirmeyi gerekli kılmaktadır.

İlk değerlendirmede projenin kabulüne ilişkin bir karara varıldığı gibi, sonraki değerlendirmede gidişin sonlandırılıp sonlandırılmaması kararına varılır. Burada projenin amaçlarıyla başarılanlar arasındaki uyumsuzluk değerlendirilir. Uyumsuzluk minimal olduğu oranda proje sonlandırılma aşamasına ilerler. Aksine uyumsuzluk maksimalse projeye devam etme veya sona erdirme kararından birinin verilmesi gerekir. Dolayısıyla bu alt adım proje amaçları ve sonuçları arasındaki algılanan uyumsuzluğa dayanarak, projenin yeniden aktive edilmesi ya da sona erdirilmesi kararına ulaşmada bir geribildirim adımıdır.

Eylem aşaması, orjinal projenin psikolojik paha-yarar kararının daha da karmaşık olmasına yol açar. Şöyle ki, kolaylıkla birçok alt proje üretebilen ve kolaylıkla insanları projesine çekebilen bireyler, son-

raki değerlendirmelerini projelerini basit, döz goren bireylere göre daha güç yaparlar. "Birey olmak" gibi bir projeyi tamamlamak, "yeni bir bisiklet almak" gibi bir projeyi sonlandırma kararından doğal olarak daha güçtür. En azından bu projelerden birincisi her an yaşanması, izlenmesi gereken bir süreç niteliği taşıırken, ikincisi zaman içinde daha sınırlı bir nitelik gösterir.

4.Aşama:BITİRME

Bir kişisel projenin sona erdirilmesi ilk bakışta basit bir prosedür olarak görülebilir. Nitekim, amaç kuramcılarına göre bu aşama görece daha basit ve formaldır. Oysa projeye çok kişinin katılması ve büyük destek ekibinin bulunması oranında projeyi sona erdirmeye karmaşıklaşır. Gerçekte bazı projeler hiçbir zaman sonlandırılmaz.

Projenin gidiş seyri yavaşladığında, sonlanma aşamasının başladığını bildiren bir sinyal ortaya çıkar. Kimin sinyali verdiği, proje ekibi içinde gücün dağılımına ve mali destek durumuna bağlıdır. Örneğin, akademik projelerde mali desteği veren kurum genellikle bir final raporu ister. Bu anlamda sonlandırma sinyali, proje raporunun verilmesi gerektiğini hatırlatan bir uyarıdır. İkili ilişkilerde(muhataplar arası) sonlanma sinyali kişinin jest, mimik ve davranışlarıyla verilir.

Endüstri ve hükümet projelerinin yönetimi ve planlanması, kişisel projeleri anlamada yararlı modellerdir. Geniş ölçekli korpore eylemlerin planlanmasında görülen önemli bir sorun, geniş operasyonu, yararsız, küçük operasyonlarla harcama kararıdır. Bu tür ekonomik kararlar, genellikle durgun, sıkıntılı ekonomik dönemlerde alınır. Porter(1976), bu tür harcama kararlarına karşı işlev gören çıkış engellerini analiz etmiştir. Çıkış kararı, çoğunlukla bir başarısızlık sinyali olarak dışarıdan empoze edilir. Bu karar genellikle sosyal amaçlarla çatışır ve hem geniş hem de dar operasyonların kısa ve uzun dönemde yararları vardır.

Çıkışa konan engeller, yöneticilere geniş operasyonu yararsız küçük parçalara ayırarak harcama ya da tamamıyla koruma sorumluluğunu yükleyerek onlara baskı uygularlar. Birçok kişisel projede projeden çıkış engeli sorunu vardır. Yürütülen birçok projenin sonlandırılmayacağı proje sahibine bildirilebilir. Yani projeye katılan kişiler, projenin sonlandırılmayacağını varsayarlar. Bu durumda örneğin, bir proje boşanma mahkemesinde on yıl sonra bitebilir. Bireylerin avukatları veya yargıçlar, harcama kararına karşı çıkış engellerini ortaya koyabilirler.

Eğer herhangi bir nedenle proje sonlandırılmak durumunda ise ve bu karara karşı projenin sürmesi yönünde bir baskı varsa, yapılması gereken çıkış engelinin ortadan kaldırılmasıdır. Bunu yapabilmenin stratejileri, destek ekibinin söz konusu projeden başka projelere kaydırılmasından, projenin bitirilmesini önleyen engelin fiziki zora dayanan bir güçle kaldırılmasına kadar değişen ranjlarda olabilir. Bütün projeler çıkış engeline sahip değildir ve planlamanın iyi yapılması durumunda engeller baştan önlenebilir.

Eğer engeller varsa, onlar tanımlanıncaya ve kaldırılıncaya kadar bir projenin tamamen sona erdirilmesi mümkün değildir. Kurumsal projelerin harcama kararları üzerinde yapılacak formal analizler, kişisel projelerde bu bakımdan olagelen süreçlerin anlaşılmasında zengin hipotez kaynağı olarak işgörebilirler. Sonuç olarak "arkadaşlığın bozulması", "boşanma", "işini kaybetme", "bir kurumdan istifa etme" veya "birinin canına kastetme" gibi kişisel projeler harcama dinamiklerinin empirik olarak incelenebileceği somut olaylardır.

Bir projenin sonlanmasıyla ilişkili iki önemli durum vardır. Birincisi, projenin sonucudur. Sonuç, projeye eylemsel olarak odaklaşmanın sona ermesi, tamamlanması anlamına gelir. İkincisi, projenin kapatılmasıdır. Kapatma, projeyi çevreleyen periferik öğelerin atılmasıdır.

Projeyi sonuçlandırma birçok bakımdan kişiye zor gelebilir. Birey projeyi içgüdüsel olarak ödüllendirici bulabilir ve böyle bir projeyi kapatma ona acı verebilir. Bazı bireyler projelerine neredeyse senfonik bir yapı kazandırır. Dolayısıyla sonuçlanmanın uygun "iklimde" olması gereklidir. Üretken bir projenin sonlandırılması hem proje sahibinde hem de kişilerde düş kırıklığına yol açabilir.

Sonuç alt adımı ile ilgili önemli bir motivasyon, projenin değerlendirilmesinden korkmadır. Dış yargının çoğunlukla olumsuz olacağı düşünülür ve eleştiriden kaçınmak için proje yeniden aktivasyon aşamalarına sokulabilir. Bu stratejiyi profesyoneller ve politikacılar çok sık uygularlar.

Kişisel projeler, akademik projeler gibi yayınlanmasalar da, çeşitli aşamalarda çevreye duyurulurlar. Bazı projeler yalnız çevreye duyurulmak için ele alınırlar. Bunlara örnek "tanınmış bir politik kişi ile bir yemeğe katılma", "vücut geliştirme kursuna katılma" gibi projelerdir. Kişisel projelerin diğerlerine duyurulması konusunda ilginç bireysel farklılaşmalar ortaya çıkar. Bazı bireyler için projeler başarısız, başarısızlığı ve hatta çeşitli ilgisiz yanları ile çevrenin tüketimi için vardır. Bu bireyler projelerini eldivenleri gibi giyerler. Diğer bazıları projelerinin eksik, hatalı yanlarını gizleyerek, proje raporlarına alıcı seçerler. Buna bağlı olarak bireyler kendi destek timine bilgi verme bakımından farklılaşırlar.

Proje tamamlanıp, çevreye duyurulduktan sonra, projeyi inceleyenlerden, bilenlerden elde edilen çeşitli türde ödünlemeler(compensation) ortaya çıkar. Mali ödeme, ödünlemeye açık bir örnektir. Neyin uygun ve değerli bir ödünleme olduğuna ilişkin bireysel farklılaşmaların olacağı aşikardır. Bazı bireyler için ödünleme paketi planlama aşamasında görüşülür("eğer benim vergi sorunuma yardım edersen sana kayak kaymasını öğretirim" gibi). Diğer bazıları için ödünleme içsel motivasyonu doyuran

bir şey, konuyla ilgisiz bir ödülde olabilir.

Aktiviteler, sonuç alt aşamasında kesilmesine karşın yan fonksiyonlar faaliyetlerini sürdürürler. Bir projenin gerçekten sonlanması, destek timinin dağıtılması ve vaadlerin bitirilmesi ile olur. Buna projenin kapatılması denir.

Bazı durumlarda projenin kapanması imkansızdır. Sonuç alt adımında somut bir durdurma durumu söz konusu iken, bu alt adımda durdurma sembolik bir anlam taşır. Mikroanalitik düzeyde sonuç ile kapatma arasındaki fark bir yandan "allahısmarladık" deme ile gerçekten evden ayrılma arasındaki kontrast gibi görülebilir. İlkinden sonrakine geçme çoğunlukla engelleyici ve acıdır. Yani kapının açılıp, gidilmesi genellikle zor bir durumdur.

Çoğu proje için kapatma en son ulaşılabilecek durumdur. Eğer insan yaşamı bir proje olarak görülürse, sonlandırma aşaması ölme sürecini belirtmektedir.

c) Kişisel Projelerin Analizinde Sınıflama Şemaları

TABLO-2

KİŞİSEL PROJELERİN İÇERİK KATEGORİLERİ

<u>KATEGORİ</u>	<u>ÖRNEK</u>
Akademik	"Psikoloji ödevini bitirme"
Kişiler arası ilişkiler	"Barry ile ilişkiyi geliştirmeye çalışma"
Kişisel	"Utangaçlığı yenme"
Hobiler/zevkler	"Makrome saksı askıları yapma"
Kültürel/okuma	"Baleye gitme"
Armağanlar/tatiller	"Yılbaşı armağanları yapma"
Seyahat	"Cape Breton'a gitme"
Çevresel uyum	"Kışa hazırlanma"
Mesleki/iş	"İyi bir iş bulma"
Ev uğraşları	"Daireyi kendinin kılma"
Manevi	"Bahtın yaver gitmesini sağlama"
Sağlık/vücut	"Rejim yapma"

KAYNAK: Little, 1983

Araştırma amacına bağlı olarak kişisel projeler çeşitli sınıflama şemalarına göre analiz edilebilir. Örneğin, Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada(Little,1981) 12 içerik kategorisi ortaya çıkmıştır. Bunlar tablo-2'de gösterilmiştir.

Literatürde öğrenciler dışındaki diğer popülasyonların projelerine ilişkin herhangi bir kategori sistemi çalışması yoktur. Bu bakımdan öğrenci popülasyonu da dahil tüm popülasyonlarda yapılacak bir içerik analizi çalışması kategori sisteminin zenginleşmesine yardımcı olabilir. Kişisel projelerin anlaşılmasında projelerin kategorilerine göre analize tabi tutulması ayrıca yararlı görünmektedir(Landfield,1971; Little,1976; Sewell ve Little,1973).

d)Zaman Çerçevesi

Projeler tanımı gereği zamana yayılık olaylardır. Projeleri kuşatan zaman çerçevesi birkaç dakikadan bütün bir yaşam süresine kadar değişebilir. Sürenin ötesinde projeler temporal örüntüleri bakımından analiz edilebilirler. Projelerin bazıları ara verilmiş, kesintili projeler olabilirken, diğer bazıları herhangi bir kesintiye uğramamış, süreğen bir yapıda olabilirler. Bazı projeler mevsimlik veya tekrarlı olurken, diğer bazıları bir kez yapılan projeler olabilirler. Kişisel projenin zorluğu ve öneminin, projenin temporal basamaklarıyla ilişkili olabileceği önerilmiştir(Little,1981). Ancak projenin zaman ve temporal örüntü açısından bir sınıflama şeması henüz geliştirilmemiştir.

e)Kaynak Ekolojisi

Projeler, zamanda ve mekanda cereyan eden olaylar olarak insani ve fiziki kaynak sistemlerinden doğarlar ve onlardan yardım alırlar. Projenin destek sistemini ortaya çıkaracak indekslerin geliştirilmesi gereklidir. Böylece, projenin sosyal ekolojinin çeşitli yönleri ile ilişkisi değerlendirilebilir. Fiziki ve insani çevrenin projeye olan kat-

kısı bu bakımdan çeşitli indeksler yoluyla ölçülmelidir. Geliştirilecek bir proje analizi ölçeğinin projeyi çevreleyen ve besleyen insani desteği ve fiziki mekanı bir değişken olarak hedeflemesi gereklidir.

f) Morfolojik Örüntü

Yöntembilimsel olarak bireyin doğrudan tepkileri üzerinde çalışmak arzu edilen bir durumdur. Ancak projelerin dayandıkları temeli, ana kaynağı tahmin etmek için kuramsal bir çalışmada gereklidir. Böylece belli bir amaçla ortaya çıkan projenin zaman içindeki örüntüsü daha doğru analiz edilebilir. Yani projeler doğrultuları veya amaçları yoluyla karakterize edilebilir. Nihayet projeleri morfolojik tiplere göre kataloglayabiliriz. Sözgelimi, bireylerin değişik projeleri misyonlar, ricalar, rutinler, operasyonlar gibi arketipik proje formlarına indirgenebilir.

Buna bağlı olarak her projenin dayandığı değer ekolojisini ve eylem ekolojisini sorgulayabiliriz. Eylem ve değer merdiveni diye adlandırılan bu prosedür kişisel projeler ile moleküler eylemler ve üst değerler, güdüler veya amaçlar arasındaki ilişkileri analiz etmektedir (Little 1983). Bireylere bildirdikleri projeleri için "gelecek hafta veya daha ileride ne yapacağı" sorulabilir. Böylece eylem sıraları veya eylem ekolojisi belirlenmektedir. Ayrıca bildirilen her proje için bireye "bu proje ile niçin ilgilenmekte?" sorusu sorulabilir. Bu soruya verilen yanıtlar, projenin dayandığı üst değerleri ve amaçları belirlememizi sağlar. Her iki soruya verilen yanıtları birlikte değerlendirerek bireyin projesini moleküler eylem düzeyi ve molar düzey (değerler) açısından nereye yerleştirdiğini bulabiliriz.

g) Proje Sisteminin Değerlendirilmesi

Buraya kadar projeleri tekil Uniteler olarak inceledik. Böyle bir yaklaşım sınırlı amaçlar için uygunken, kişilerin hayatında ortaya çıkan

sistematik nitelikleri incelemede yetersiz kalmaktadır. Zamanın herhangi bir anında bireyler çeşitli sayıda kişisel projelerle ilgilidirler ve bunların birey bazında bir bilişsel organizasyonu vardır. Kısaca, bireyin yaşam içinde ele aldığı çoklu uğraşlar organizasyona, yapıya ve dinamik özelliklere sahiptir. Örneğin, basit iki projeli bir sistemde bir proje diğer projenin yürütülmesini ve gerçekleştirilmesini engelleyebilir veya kolaylaştırabilir. Ayrıca diyelim ki; A projesi B'yi kolaylaştırırken, B projesi A'yı kolaylaştırmayabilir. A projesini "iyi bir fiziki yapıya sahip olma" ve B projesini "kimya sınavından başarılı olma" olarak ele alalım. Görüleceği gibi A projesi bireyin gevşemesine ve konsantrasyonunu arttırmasına yol açacağından B projesine yardımcı olacaktır. Ancak B projesinin A projesine yardımcı olması olası değildir. Sonuç olarak herhangi iki proje arasında karşılıklı olumlu, karşılıklı olumsuz etki, asimetrik etki(biri olumlu, diğeri olumsuz) ve birbirinden bağımsız olma(etki yok) durumları sözkonusudur.

Sonuç olarak proje analizi yaklaşımı bireyin proje sisteminin birliğini, çelişkisini ve çatışma derecesini bulmamıza imkan tanırken, bu yolla proje sistemleri arasındaki ilişkiyi incelememizi de sağlar. Yani birden fazla bireyin projelerini karşılaştırabiliriz. Örneğin, aile içinde bir üyenin projelerini ailenin diğer üyelerinin projeleri ile sürekli çatışma içinde bulabiliriz. Bir diğer ailede bir aile üyesinin proje sistemi diğer aile üyelerinin proje sistemleri ile çok uyumlu olabilir. Daha da ileri giderek aileye özgü proje örüntülerini inceleyerek ailenin proje sistemine ilişkin bir tipoloji ortaya koyabiliriz.

Projelerin karşılıklı bağımlılığını incelemeye verilen bu ilgi, insan kişiliğini treytlere ya da tek tek özelliklerle açıklama yanlılığını da azaltır(Sampson,1977).

Birçok psikolog, günlük eylemlerin bireyce ortaya konulmasının ve idare edilmesinin transaksiyonel bir bağlamda incelenmesi gereğine işaret etmelerine rağmen, metodolojik açıdan yetersiz kalmışlardır. Bu

bakımdan proje ünitesi günlük davranışın analizine cevap verir niteliktedir

h) Kişisel Projelerin Analizinin Çevre Psikolojisi Bakımından Uygunluğu

Çevre psikolojisinde son yıllarda önemli değişimler yaşanmıştır. Stokols(1982)'in gözlediği gibi, çevre psikolojisi izole çevresel uyarıları çalışmaktan vazgeçerek, çevresel davranışın ortaya çıktığı temporal çerçevelerin analizi de dahil bağlamsal çevre değişkenlerini araştırmaya yönelmiştir. Hem Stokols(1982) hem Russell ve Ward(1982) çevresel deneyime etki eden faktörler olarak planların, projelerin ve niyetli aktivitelerin merkezi rolüne değinmişlerdir. Kısaca çevre psikolojisi, bireyler ve onların sosyal ve fiziki çevreleri, arasında zaman içindeki karşılıklı etkileşimini kendisine araştırma alanı olarak tayin etmiştir. Böyle bir odaklaşma zamana yayılık kişi-çevre etkileşimlerini açıklamada yeni metodolojileri gerekli kılar. Kişisel projeler bu ihtiyacı çeşitli bakımlardan karşılar niteliktedir.

Proje analizi mekanla özdeşleşme veya yer kimliği(place-identity) alanında ortaya çıkan sorunları keşfetmede kullanılabilir. Mekanla özdeşim bireylerin öznel olarak bir yere bağlanmalarıdır. Yani mekanla özdeşim, çevresel deneyimin duygusal bağlanma yanıdır. Projelerin cereyan edeceği mekanların bilinmesi bireyin temel lokasyonunu açığa çıkarır. Bir başka açıdan projeler kapsamında hangi mekanların, bölgelerin ve alanların bireyin öz kimliğini(self-identity) yansıtan yerler olduğu bulunabilir. Bir kadının benliği ile özdeşiminin en yüksek olduğu mekanlar ev içinde olabilir ve bundan dolayı da bu kişi projelerini ev içinde yürütecek şekilde düzenleyebilir. Kişi için kişisel olarak anlamlı olan projelerin analizi böylece çevresel çerçevenin(setting) yabancılaşmayı sağlayan ve bireyi yansıtan yanlarını nitelememize izin verir.

Bir başka konu mekandan elde edilen doyumun ya da sıkıntının in-

celenmesidir. Son yıllarda yapılan çalışmalar stres ile projelerin yürütüldüğü çevrelerin arasında bir ilişki bulmuşlardır. Martensson(1977) ve Stokols ve Novaco(1981)'nin çalışmaları ulaşım stresinin ulaşılacak yerdeki aktivitelerden hoşlanma, ulaşılacak yerin önemi gibi etmenler tarafından azalabileceğini göstermiştir. Hangi çevrelerde cereyan eden projeleri bireyler daha stresli bulmaktadır? Bunu projeler analizi yöntemi ile saptamak mümkündür.

1)Kişisel Projeler Yaklaşımının Uygulanması

Bu yaklaşım, bireyi doğal ve kendi yaşamında ele almayı amaçlamaktadır. Dolayısıyla uygulamanın ilk adımı bireylere yürüttükleri ya da yürütmeyi tasarladıkları projeleri bildirmelerini istemektedir. Bildirilen projeler, sıralı analiz aşamalarından ortaya çıkan değişkenlere göre birey tarafından yargılanmaktadır. Sözgelimi, başlangıç aşaması için analizden doğrudan ortaya çıkan değişkenler kişinin projeyi başlatma sorumluluğu/insiyatifi, önem, hoşlanma ve projenin zorluğudur. Projelerin gelişim aşamasında yer alan değişkenlere göre her bir kişisel projenin organizasyonuna bakılır. Ayrıca her projenin gerçekleşeceği mekan, katılan kişi sayısı açık uçlu ölçeklerle elde edilir. Kişisel proje yönteminin sunduğu ölçmeler, araştırmanın yöntem kısmında ayrıntılı olarak ele alınacaktır.

Bireyin bildirdiği projelere ilişkin sistemin organizasyonu çeşitli yönlerden ele alınmıştır. Yukarıda projeler sisteminin değerlendirilmesinde değinildiği üzere projeler arasındaki ilişkileri ve sistemin çatışma derecesini ortaya çıkaran bir ölçek geliştirilmiştir. Ölçeğin ayrıntıları yöntem bölümünde tanıtılacaktır.

i)Sonuçlar

Görüldüğü gibi bu yaklaşım, insanı kendi doğal çevresinde, kendince anlamlı aktiviteleri yürütürken incelemeyi amaçlayan çok boyutlu ve çok yönlü bir analiz yöntemidir. Ele alınan değişkenler ve yapı bakı-

mından hedef insanın hayatın akışı içinde bir fotoğrafını elde etmek, bütünü yakalayabilmektir. Zaman, mekan, psikolojik özellikler ve temporal örüntü bakımından birçok değişkenin değerlendirildiği bir bilişsel organizasyonla karşı karşıya kalmaktayız. Bu noktada projeler yöntemiyle önceden değinilen bütün kuram ve açıklamaların, yaşayan insanı kendi dünyasında bulmak amacıyla bir senteze kavuşturulduğu görülmektedir.

Öte yandan bir ünite olarak sunulan projeler, birçok bakımdan bireyi ve ilişkilerini anlamada özgün bir analiz birimidir. Kişilik psikolojisi başta olmak üzere böyle bir birimin incelenmesi psikolojiye yeni katkılar sağlayabilir. Psikolojinin hemen her alanının sorunu insanı incelemede bir zemin, bir analiz birimi bulmaktır.

Kuramsal olarak Murray, G.Kelly ve etkileşimciler çizgisini sürdüren bu yaklaşım, amaç kuramında belirlenen çerçeveyi günlük yaşama kapsamlı olarak aktarmaktadır.

Araştırmanın modeli tartışıldığında projeler analizi yönteminin ortaya çıkardığı değişken yapısı bir kez daha ele alınacak ve yaşam doyumuna etkileri tartışılacaktır.

C.Yaşamdan Alınan Doyum ya da Subjektif İyi Oluş

Tarih boyunca felsefeciler mutluluğu insan eylemlerinin en yüksek ve nihai motivasyon kaynağı olarak görmüşlerdir. Buna karşın yakın zamanlara kadar psikologlar, mutsuzluk üzerinde çok fazla durup, mutluluğu ihmal etmişlerdir. Son 15 yılda davranış bilimcileri bu hatalarını düzeltmişler ve mutluluk hakkında hem empirik hem de kuramsal çalışmalar yapmışlardır. 1973 yılında uluslararası psikoloji abstractları (tez özetleri) mutluluğa bir bölüm ayırmaya başlamış ve 1974 yılında makalelerin çoğunluğu subjektif iyi oluşa ayrılan "Social Indicators Research" dergisi yayına girmiştir.

Subjektif iyi oluş literatürü, insanların neden ve niçin kendi yaşamlarını pozitif yollardan değerlendirdikleri üzerinde durur. Bu çalışmalar mutluluk, doyum, moral ve olumlu duygu gibi ayrı kavramları kapsar. Wilson(1967)'in bu alandaki incelemeleri iki genel sonuca ulaşmıştır. Birincisi, en avantajlı durumda olanlar en mutludur şeklindedir. "Mutlu kişi genç, sağlıklı, iyi eğitim görmüş, ekonomik bakımdan iyi, dışadönük, optimistik, tasasız, dindar, evli, ılımlı arzulara sahip, her iki cinsiyetten ve zeki kişidir"(Wilson,1967,s.294). Yazarın ulaştığı ikinci sonuç, Yunan filozoflarından bu yana mutluluk üzerine çok az kuramsal gelişmenin sağlanmış olduğudur. Wilson'ın incelemesinden sonra günümüze kadar konuyla ilgili sayısız araştırma yapılmıştır. Örneğin, araştırmalar sağlık ile mutluluk ve yaş ile mutluluk arasında önemli bir ilişki bulamamışlardır. Bundan da önemlisi yapılan çalışmalar demografik değişkenlerin mutluluğun çok küçük bir kısmını açıkladığını ortaya koymuşlardır. Bu sonuç, araştırmacıları mutluluğun psikolojik nedenlerini aramaya yöneltmiştir. Kısaca, Wilson'ın çalışmasından bu yana kuramsal çalışmalar hızla ilerlemiştir. Onun incelemesi, mutluluğu tanımlama ve ölçme üzerinde yapılan ilk çalışmalardandır. Bu bakımdan yazarın literatüre katkısı büyüktür.

1.Subjektif İyi Oluşu Tanımlama ve Ölçme

Bu bölümde çeşitli subjektif iyi oluş tanımları verilip, söz konusu kavramın ölçülmesine ilişkin özellikler ve sorunlar gözden geçirilecektir.

a)Subjektif İyi Oluş Tanımları

İnsanı konu alan çoğu sosyal bilimci ve felsefesi bir şekilde mutluluğu veya iyi oluşu tanımlama sorunu ile karşı karşıya kalmıştır. Bu bakımdan yapılan tanımlamalar üç kategoride gruplanabilir.

Birinci grupta, iyi oluş, erdem(virtue), kutsallık(holiness) gibi dış bir ölçüte dayanarak tanımlanmıştır. Coan(1977), ideal üzerine yapılan kavramsallaştırmaların kültürel olduğunu, kültürlerle ve bölgelere göre değiştiğini ortaya koydu. Mutluluğun normatif tanımlamalarında subjektif durum üzerinde durulmayıp, daha çok arzu edilir bir niteliğin elde edilişi-sahip olunuşu üzerinde duruldu. Bu tanımlamalar normatiftir; çünkü neyin istenir olduğunu tanımlarlar. Sözelimi Aristo, eudaemonia da mükemmel bir yaşama yol açan şeyin kazanılmasını işler. Bu mükemmelliğin hoşlanma duygularına yol açacağına dair bir şeyden söz etmez. Aristo, daha çok insanların yaşama biçimlerinin yargılandığı bir ölçüt olarak ve varolan yaşama biçimine karşıt bir sav olarak bir normatif standart olan eudaemonia'yı ortaya koymuştur. Bundan dolayı eudaemonia, çağdaş anlamda mutluluk değil, özel bir değer çerçevesinde yargılanan arzu edilir bir durumdur. Bu tür mutluluğun ölçütü aktörün öznel yargısı değil, gözleyenin değer çerçevesidir.

İkinci kategoride sosyal bilimciler, insanların yaşamlarını olumlu anlamda değerlendirmelerine neyin yol açtığı sorusu üzerinde odaklaştılar. Subjektif iyi oluşun bu tanımı yaşam doyumu olarak adlandırıldı ve iyi yaşamın ne olduğuna ilişkin cevaplayanın standartlarını kendisine bir tanım olarak aldı. Yaşam doyumu kavramı ile araştırmacılar, bireylerin kendi yaşamlarına ilişkin yargılarının koşullarını incelediler (Moles ve Bilgin,1985). Yüzyılımızda iyi oluşun öznel perspektifleri popüler bir fikir olmuşken, bu kavram geçmiş yüzyıllarda da üzerinde önemle durulan konulardan biridir. Marcus Aurelius, "kendini mutlu görmeyen hiç bir insan mutlu değildir" demiştir. Shin ve Johnson(1978), mutluluğu "kişinin kendi seçtiği kriterlere göre yaşam kalitesinin global bir değerlendirmesi"(s.478) olarak tanımlamışlardır. Andrews ve Withey(1976), insanların %99'unun yaşamlarında böyle bir değerlendirmede bulduklarını bulmuşlardır. Mutluluğun bir başka tanımı kişilerin arzuları ve amaç-

larından çıkan doyumunun bir harmonisi olduğudur(Chekola,1975). Eğer kişi insanın değerlendirmesine, onun yargılarına önem veriyorsa, kaçınılmaz olarak subjektif iyi oluş ve doyum ile ilgili bir fikir düzeyinde çalışmak durumunda kalacaktır.

Mutluluğun üçüncü anlamı, günlük yaşamın akışı üzerinde temellenir. Bu da günlük ilişkiler içinde olumlu duygunun olumsuz duyguya ege-men olması anlamına gelir(Bradburn,1969). Kısaca bu tanım hoş duygusal yaşantıya odaklaşır. Mutlu kişi, belirli bir yaşam periyodunda daha çok hoş duygular yaşayan kişidir.

Öznel iyi oluş araştırmalarında yaşamdan alınan doyumla olumlu duygu birlikte değerlendirilmiştir. Bu iki ögenin(yaşam doyum ve olumlu duygu) birbiriyle nasıl bir ilişkiye sahip olduğu empirik bir sorundur. Ne yazık ki, günlük yaşamda oldukça sık kullanılan mutluluk gibi kavramlar, zorunlu olarak tanımlanması güç ve biraz da farklı anlamlara gelen kavramlardır. Bilimsel araştırmalarda ve ölçme çalışmalarında bilimsel yararı olan kavramlar ise, kuramsal çerçeve içerisinde diğer değişkenlerle ilginç ilişkileri olan, ölçülebilen ve gösterilebilen kavramlardır. Bu nedenle sosyal psikologlar, yaşam kalitesi, yaşam doyum ve subjektif iyi oluş kavramlarını mutluluğa yeğlemektedirler.

Subjektif iyi oluş literatürünün ulaştığı üç genel sonuç vardır. Birincisi öznelliktir. Campbell(1976)'e göre öznellikle kastedilen şey bireyin yaşantısı, deneyimidir. Subjektif iyi oluş tanımlamalarında olması gereken objektif durum ve koşullar(sağlık, konfor, refah gibi) dikkat çekecek şekilde yoktur(Kammann,1983). Bu durum ve koşulların subjektif iyi oluş üzerinde potansiyel etkilerinin olduğu kabul edilmesine rağmen, onların SİO(subjektif iyi oluş)'un doğal ve gerekli öğeleri olarak görülmezler.

İkincisi, SİO olumlu ölçümleri kapsar. O, zihin sağlığı gelişma-

larında olduğu gibi yalnızca olumsuz etmenlerin bulunmayışı değildir. Olumsuz etmenlerin bulunmayışının yanısıra olumlu etmenlerin varlığı, yaşamdan alınan doyumunu belirlemektedir. Bununla birlikte olumlu ve olumsuz etmenler arasındaki ilişkiler henüz tamamiyle anlaşılammıştır.

Üçüncüsü, subjektif iyi oluş ölçekleri tipik olarak kişi yaşamının tüm yönlerini kapsayan global değerlendirmeleri ölçerler. Bu çalışmalarda belirli bir alanda hissedilen duygu ya da alınan doyum değerlendirilse de, temelde aranan bütün yaşama ilişkin genel yargılardır. Ölümdaki zaman dilimi birkaç haftadan bütün bir yaşam süresine kadar değişebilir. Hangi zamanın en iyi olduğuna ilişkin bir kabul yoktur. Bu bakımdan bir eksiklik SIO'nun değişik zaman periyodlarında yapısında meydana gelen farklılaşmaların bilinmemesidir.

b) Tek Maddeli Ölçekler

Yaşam kalitesini ölçmede subjektif iyi oluş merkezi önem taşıdığından (Campbell, 1976) çok sıklıkla tek maddeli ölçeklerin kullanılması bir sürpriz değildir. Tek maddeli ölçekler, genel bir görüntü verme avantajına sahip olmalarına karşın, çeşitli bakımlardan eksiktirler (McKernell, 1974). Tek bir maddenin güvenilirliğinde maddenin özgün kaleme alınışındaki farklılıkların ortaya çıkaracağı varyans ölçülememektedir. İç tutarlılık tahminlerinin elde edilememesinden dolayı bu ölçekler için ortaya konan güvenilirlik tahminleri yalnızca temporal güvenilirliğe ilişkindir. Yani gerçek değişmeyi, ölçme hatalarından ayırmak oldukça güçtür. İlk bakışta tek maddeli ölçeklerin temporal güvenilirlikleri çok yüksektir. Ancak zaman geçtikçe bu ölçekler çok maddeli ölçeklere göre daha az güvenilirlerdir (Stock, Okun, Stock, Haring ve Witter, 1982). Örneğin, Cantril'in merdivenin iki yıl içindeki güvenilirliği .65 (Palmore ve Kivett, 1977), Delighted-Terrible doyum ölçeğinin 15 dakikalık güvenilirliği .66 ve aynı ölçeğin altı yıllık güvenilirliği .40'dır (Diener, 1984).

TABLO-3
SUBJEKTİF İYİ OLUŞ ÖLÇEKLERİ

Yazarlar	Ölçekler	Ölçeklerin Betimlenmesi
Cantril, 1965	Self-Anchoring Ladder (tek maddeli)	Merdivenin en üstünde sizin için en iyi yaşam, en altıda sizin için en kötü yaşam seçenekleri bulunan 9 aralıklı bir ölçektir. Denekler bunlardan birini seçerler.
Gurin, Veroff ve Feld (1960)	Gurin Scale (tek maddeli)	Deneklere bugünlerde şeyler nasıldır sorusu sorulmakta ve onlardan çok mutlu, olabildiğince mutlu, çok mutlu değil seçeneklerinden birini seçmeleri istenmektedir.
Andrews ve Withey (1976)	Delighted-Terrible Scale (tek maddeli)	Deneklere ne kadar mutlu olduğunuzu belirtin sorusu sorulup onlardan çok iyi ve çok kötü arasında değişen 7 basamaklı sisteme göre değerlendirme yapmaları istenmektedir.
Lawton, 1975	PGCMS (çok maddeli, geriyatrik)	Bir kişinin kendi yaşına ilişkin tutumlarını ve yalnız doyumsuz yaşama ilişkin tepkilerini ölçen 17 maddeli bir ölçektir.
Morris ve Sherwood (1975)	PGC-M (çok maddeli geriyatrik)	Orjinal PGCMS ölçeğinin revizyonudur.
Neugarten, Havighurst ve Tobin (1961)	LSI (çok maddeli, geriyatrik)	İstenen ve elde edilen amaçlar arasında jest, apati, çözümlenme, cesaret ve uyum gibi faktörler ölçülmektedir.
Wood, Wylie ve Sheafor (1969)	LSI-Z (çok maddeli, geriyatrik)	LSI'nın revizyona tabi tutulmuş 13 maddelik ölçeğidir.

./..

Kozma ve Stones(1980)	MUNSH (çok maddeli, geriyatrik)	Olumlu ve olumsuz duyguları ve yaşantıları ölçen 24 maddeli bir ölçektir.
Tellegen(1979)	Differential-Personality Questionnaire-Well-Being subscale(çok maddeli, genel)	Olumlu duygu, olumlu tutum ve optimizmi ölçen 21 maddeli kişilik envanteridir.
Campbell, Converse ve Rodgers(1976)	Index of General Affect (çok maddeli,genel)	Denekler kendi yaşamlarını hoşlanılabilir-sıradan arasında değişen 8 semantik sıfat çiftinde değerlendirmişlerdir.
Underwood ve Froming (1980)	Mood Survey (çok maddeli, genel)	Hedonik düzeyi ve hedonik değişkenliği veya tepkiselliği ölçen 16 maddeli iki alt ölçektir.
Dupuy(1978)	General Well-Being Schedule (çok maddeli, genel)	Ölçekte iyi oluşla ilgili değerlendirilen alanlar şunlardır:Yaşam doyumu, sağlık, depresif duygu durumu, kişi-çevre uyumu, enerji düzeyi ve stres.
Fordyce(1978)	Self-Description Inventory (çok maddeli, genel)	Elde edilen kişisel mutluluk, mutlu kişilik, mutlu değerler ve tutumlar ve mutlu yaşam stili gibi çeşitli alanlar alt ölçeklerde ölçülmektedir. Ölçeğin iki formu arasındaki korelasyon .95'dir.
Bradburn(1969)	Affect Balance Scale	Olumlu ve olumsuz duyguyu birlikte ölçen 10 maddeli bir ölçektir.
Fordyce(1977b)	Happiness Measures	Deneklere mutlu, mutsuz, nötr oldukları zamanların oranlarını tahmin etmeleri istenmiştir. Ayrıca deneklerin genel mutluluklarını oranladıkları 11 seçenekli bir ölçek hazırlanıp sunulmuştur.

Kammann ve Flett(1983)	Affectometer	Olumlu ve olumsuz duygunun sıklığının ölçüldüğü bir ölçektir.
Larsen(1983)	Affect Intensity Measure	Kişinin duygusal tepkilerinin tipik gücü veya şiddetini ölçen bir ölçektir.
Diener, Emmons, Larsen ve Griffin(1985)	Satisfaction with Life Scale	Ergenlerden yetişkinlere kadar tüm yaşlara uygun genel yaşam doyumunu ölçen çok maddeli bir ölçektir.

KAYNAK:Diener,1984

Ölçeklerin geçerliliğine ilişkin temel kaynak, söz konusu bir ölçeğin diğer ölçeklere göre geçerliliğidir(Andrews ve Withey,1976). Diğer ölçeklere göre geçerlilik verisi temelinde Andrews ve Withey kendi Delighted-Terrible ölçeklerinin geçerli varyansın %65'ini kapsadığını tahmin etmişlerdir. Andrews ve Withey ve diğer araştırmacılar genellikle çok benzer ölçekler üzerinde(self-report'a dayalı ölçekler) durmuşlardır. Ancak ölçekler zaman zaman sözel zaman zaman yazılı anketler şeklinde uygulanmıştır. Tek maddeli ölçeklerin öz-yeterlilik, evlilik, yaşam standartları gibi dış değişkenlerle ilişkili olduğu bulunmuştur(Andrews ve Withey,1976). Larsen, Emmons ve Diener(1983) bu ölçeklerle geçerliliğe ilişkin bazı kanıtlar bulmuşlardır. Yazarların diğer iyi oluş ölçeklerine göre tek maddeli ölçeklerde buldukları geçerlilik $r=.40$ 'a yakındır. Larsen, Emmons ve Diener(1983) yapı geçerliliğini olumlu duygusal ölçekler(Tellegen'in iyi oluş ölçeği) ve olumsuz duygusal ölçekler (nörotizm) ile tek maddeli ölçeklerin korelasyonuna bakarak değerlendirmişlerdir. Değerlendirilen 8 tek maddeli ölçeğin averaj yapı geçerliliği $.35$ 'e yakın çıkmıştır. Ayrıca yazarlar bildirilen günlük duygu durumuyla bu ölçeklerin ilişkisini geçerlilik amacıyla 6-10 haftalık süre içinde incelemişlerdir. 3 tek maddeli ölçek için bu bakımdan geçerlilik $.34$ 'e yakındır. Bu konudaki son bulgu tek maddeli ölçeklerin sosyal ar-

zu edilebilirlikten çok fazla etkilendikleridir.

Orta düzeyde geçerlilik ve güvenilirlik kanıtına rağmen tek maddeli ölçekler çeşitli hataları kapsarlar. Ölçeklerden elde edilen skorlar bir bölgeye yayılmaktadır. Yani tepkiler daha çok mutluluk kategorisine kaymaktadır(Andrews ve Withey,1976). Sonucu böyle kabul etmek de potansiyel bir sorundur. Çünkü maddeler hep bir yönde puanlanmıştır. Kısaca bu ölçekler SİO'nun bütün yanlarını kapsamazlar. Tek maddeli ölçekleri kullandığımızda bireyin tek bir soruda bütün yaşantısını değerlendirip, yargıda bulunduğuna güvenmek durumundayız. Tek maddeli ölçekler kişinin öznel iyi oluşunu analiz etmemizi sağlayan bir tablo ortaya koyamazlar. SİO'nun çeşitli öğeleri dikkate alındığında, bu öğelere ilişkin bilginin tek madde kullanılmak suretiyle yitirildiği hatırlanmalıdır. Ancak çok özet, global bir iyi oluş tepkisi hedefleniyorsa, geçerlilik ve güvenilirlik bakımından bu ölçekler uygundur.

c)Çok Maddeli Ölçekler

Çeşitli çok maddeli ölçekler, özellikle yaşlılar için geliştirilmiştir(bkz.Tablo-3). Bu ölçeklerde birçok madde yaşa ve zamana bağlı olduğundan, ölçekler genç ve orta yaşlı kişilere uygun değildir. Geriyatrik ölçeklerin bir diğer özelliği, ölçekte içerilen etmenlerin hepsinin subjektif iyi oluş etmenleri olmayışındır(George,1979; Larson,1978). Yani bu ölçekler, yoğun olarak bireyin duyguları ve kendi yaşamına ilişkin bilişsel değerlendirmeleri ile oldukça yüklenmiş ölçeklerdir. Ölçeklerin diğer ölçeklere göre yüksek oranda geçerli olduğu bulunmuştur (Forrester,1980; Lohmann,1972; Moriwaki,1974; Paintal,1978). Lohmann (1977)'ın araştırmasında Philadelphia Geriyatrik Merkezi Ölçeği'nin geçerliliği .65 olarak bulunmuştur. Bu geçerlilik skoru diğerlerine göre en yüksek olanıdır. Kozma ve Stones(1980,1982), Memorial Üniversitesi Mutluluk Ölçeği için yüksek iç tutarlılık ve yüksek test-yeniden test

güvenirlik skorları bildirmişlerdir. Ölçekler bir parça farklı öğeleri ölçüyor olmalarına rağmen, sahip oldukları yüksek convergent geçerlilik onların gerçekte SİO ile doğrudan ilişkili olduklarını göstermektedir. Özetle geriyatrik ölçekler, yaşlı kişilerin yaşamdan aldıkları doyumunu tatminkar düzeyde ölçerler. Ancak bu ölçeklerin farklı popülasyonlarda kullanılması oldukça güçtür.

Bunların dışında genel kullanım için geliştirilmiş çok maddeli yaşam doyumunu ölçekleri vardır. Bunlar Tablo-3'de gösterilmiştir.

d)Subjektif İyi Oluşun Yapısı

Çok maddeli ölçeklerle birlikte öznel iyi oluşun yapısı hakkında önemli bir soru ortaya çıkmıştır. Eğer yaşamın herhangi bir özel alanından alınan doyumla ilgileniyorsanız, ortada çok yüzlü bir resim var demektir. Bireyin yaşamının özel bir alanına ait doyum yargısının yapısı, kuşkusuz kültüre ve kişinin yaşamını oluşturma biçimine bağlı olacaktır. N.E.Cutler(1979), yaşam alanlarına ilişkin doyum yapısının farklı yaş gruplarına göre değiştiğini bulmuştur. Her ne kadar alana ilişkin doyumlarla ilgili evrensel bir yapı bulunmasa da, benzerliklerinden dolayı birçok kültür ve grup için benzer bir yapı bulunabilir(Andrews ve Inglehart,1979; Usui, Keil ve Phillips,1983). Bireylerin kişisel yaşamlarına en yakın ve yaşamsal alanların SİO üzerinde en fazla etkilerinin olduğu önemli bir bulgudur(Andrews ve Withey,1976; Campbell et.al., 1976). Genelleme eksikliğine rağmen yaşam alanlarından elde edilen doyumun organizasyonunu bulabiliriz. Öznel iyi oluşun genel bir yapısı olabilir. Ancak bu yapı iyi oluş deneyimine bağlıdır. Andrews ve Withey (1976), öznel iyi oluşun yaşam doyumunu yargısı, olumlu duygu ve olumsuz duygu olmak üzere üç genel ögesini bulmuşlardır. Çeşitli araştırmacılar çeşitli metodolojileri kullanarak olumlu ve olumsuz duygunun birbirinden bağımsız olduğunu ortaya çıkarmışlardır. Ancak bu olası bağımsızlık ha-

la tartışmalıdır. Bir diğer sorun, doyum yargısı ile duygusal ögeler arasındaki ilişkinin henüz bilinmemiş olmasıdır.

1960'larda Bradburn, duygusal iyi olmayı ölçen bir ölçek geliştirdi(1969; Bradburn ve Caplovitz, 1965) ve olumlu ve olumsuz duygunun birbirinden bağımsız olduğunu buldu. Bradburn'ün sonuçları hümanist psikologlar tarafından desteklendi ve kişinin olumsuz sonuçları üzerinde daha fazla duruldu. Rogers ve Maslow bu sonucu psikopatoloji içinde yorumladılar ve yaşamın olumlu yanlarını ihmal ettiler. Kısaca Bradburn'e göre yaşamı iyileştirmek için olumsuz duyguyu azaltmak, olumlu duyguyu arttırmak gerekir. Bu sonuç birçok araştırmacı tarafından desteklenmiştir(Cherlin ve Reeder,1975; Costa ve McCrae,1980; Diener ve Emmons,1983; Harding,1982; Warr,1978). Bununla birlikte olumlu ve olumsuz duygu arasındaki ilişkiyi ara değişkenlerin etkilediği, üçüncü değişkenlerin etkisiyle ilişkinin farklılaştığına ilişkin bulgular da vardır(Feich ve Zautra,1983; Zautra,1983; Zautra ve Reich,1983). Bu konuda yapılan çalışmalar kişinin aynı anda nadiren olumlu ya da olumsuz duyguyu bir arada yaşadığını göstermiştir. Dolayısıyla kısa dönemde yaşam akışı içerisinde olumlu duygu yaşayan bireyin olumsuz duyguyla ilişkisi tersdir. Burada, kısa bir zaman periyodunda, bağımsızlık değil tersine bir ilişki söz konusudur. Ancak uzun zaman diliminde hem olumlu hem olumsuz duyguların yaşanması ve bunların birbirine olan etkilerinin nötrlenmesi söz konusudur. Duygunun şiddeti ve frekansının ölçülmesi gereklidir. Ayrıca duyguların uzun zaman diliminde ele alınmaları metodolojik bir yanlış da beraberinde getirmektedir. Çünkü kişiler için duygular, anlık yaşanan, anlık etkileri bulunan ögelerdir. Uzun dönemde hatırlanan duygunun çok belirgin bir duygu olması akla yatkındır veya son zamanlarda yaşanan duygunun daha çok hatırlanma olasılığı vardır. Bu durumda olumlu ve olumsuz duyguların birbirinden bağımsız oluşu hala tartışmaya açıktır. Duygular ortalama düzeyde ölçüldüğünde birbirinden bağımsız gibi görünür-

ken, frekans düzeyinde birbiriyle ilişkili gibi görünmektedir.

Öznel iyi oluşun üçüncü boyutu Andrews ve Withey(1976) tarafından yaşam doyumu olarak tanımlandı. Yaşam doyumu, kişinin yaşamını bilişsel olarak değerlendirmesi anlamına gelir. Bu öge dolaylı olarak duygular tarafından etkilenmesine karşın, doğrudan duygunun bir bileşeni değil, daha çok bağımsız bir boyuttur. Duygusal ve bilişsel öznel iyi oluş tepkilerine ve onların birbiriyle ilişkisine ait bulgular ortaya konmuştur(Beiser,1974; Campbell et.al.,1976; Kushman ve Lane,1980). Diener, Emmons, Larsen ve Griffin(1983) tarafından geliştirilen yaşam doyumu ölçeği, bireyin yaşamdan aldığı doyumun genel, global bir ölçümünü amaçlar. Ölçekle ilgili yapılan bir çalışmada ölçeğin tüm maddelerinin tek, genel bir faktörü kapsadığı bulunmuştur. Ayrıca ölçek yüksek alfa ve test; yeniden test güvenilirliği göstermiştir(Larsen, Diener ve Emmons,1983a).

e) Ölçme Sorunları

Subjektif iyi oluşun ölçülmesine ilişkin çeşitli sorunlar vardır. Bunlardan ilki ölçeğin cevaplayanın içinde bulunduğu anlık duygu durumundan etkilenmesidir. Anlık duygu durumunun ölçeklere olan etkisi araştırmacılar tarafından çok fazla incelenmiştir. Yapılan bir araştırmada (Schwarz ve Clore,1983) anlık duygu durumunun deneklerin öznel iyi oluş tepkilerini etkilediği ortaya çıkmıştır. Bu bulgu bellek çalışmaları tarafından da desteklenmiştir(Natale ve Hantas,1982). Ayrıca öznel iyi oluşun ölçeğin uygulanmasından hemen sonra olacak olan olaylardan etkilendiği ortaya çıkmıştır(T.W.Smith,1979). Öznel iyi olma ölçekleri varolan duygu durumundan etkilenmelerine karşın, Kammann(1983) ve Kammann et.al.(1979) duygu durumunun çok maddeli ölçeklerden elde edilen skoru çok fazla tahrif etmediğini bildirmişlerdir. Bu sorunu değerlendirmede bir başka yol, ölçme araçlarının temporal güvenilirliklerine bakmaktır.

Çünkü anlık duygunun ölçekle kısmi korelasyonunu içeren bu skorlar elde edilen değerlerin stabil olmamasına yol açarlar. Çok maddeli öznel iyi oluş ölçeklerinde bulunan yüksek temporal güvenilirlik, onların tepki zamanında duygulardan çok fazla etkilenmediklerini göstermektedir.

İkincisi, mutluluk hem bir treyt hem de bir durum olarak ele alınabilir. Treyt belli bir düzeyde duygusal yaşantının önceden varolduğu anlamına gelir. Yani bir treyt olabildiğince anlık duygu durumundan bağımsızdır. Test edilen bir treytin ne ölçüde temporal olarak stabil ve durumlar karşısında sabit olduğu empirik bir sorundur. Diener ve Larsen (1983b), kişinin ortalama düzeydeki duygularının temporal olarak stabil ve durumlar karşısında sabit olduğunu bulmuşlardır. Bu bakımdan yaşamdan alınan doyum en tutarlı ve stabil bir değişkendir. Aksine özel bir andaki duygu incelendiğinde onun tepkilere etkisi daha az stabil ve tutarlıdır. Kişisel etmenler mutluluğun %30 ile %49'unu açıklarlar. Buradan kişiliğin ya da kişinin yaşamındaki stabil şartların neden olduğu öznel iyi oluş oranını tahmin edemeyiz. Çünkü stabil çevresel etmenlerin öznel iyi oluşun stabil olmasında belli bir oranda payı vardır. İç kişisel etmenlerin mutluluktaki değişimin çoğunluğunu açıklamadığı gözlenmektedir. Sonuç olarak elde edilen güvenilirlikler mutluluğun bir kısmının kişilik nedeniyle ortaya çıktığını işaret ederken yaşam durumlarının önemine dikkati çekerler.

Görüldüğü gibi yaşam doyumuna etkide bulunan çeşitli etmenlerin belirlenmesi önemli bir ölçme sorunudur. Yaşam kalitesinin ölçülmesi ile ilgili bir çalışmada (Moles ve Bilgin, 1985), kalite algısına etkide bulunan değişkenlerin logaritmik ölçeklerle ölçülmesi gereğine işaret edilmiştir. Moles ve Bilgin (1985)'e göre, yaşam kalitesine katkıda bulunan değişkenler için optimal değerler bulunmalı ve bu optimum değerlerden sapmaların nasıl algılandığı belirlenmelidir.

Geçerlilik ile ilgili önemli bir sorun, bu ölçeklerin bireysel bildirimlere(self-report) dayanmasıdır. Yani bilinçli tahrif ve yanlış tepkiler her zaman olasıdır. En çok sorun olan bir konu da kişinin mutsuz olmasına karşın kendini mutlu göstermesidir.

Ölçeklerden hiçbiri yüksek oranda sosyal arzu edilirlikten etkilenmezler. Ölçeklerin yalan ve sosyal arzu edilirlilik ölçekleriyle korelasyonu .20 civarındadır(Larsen, Diener ve Emmons,1983a).

Sonuçta SIO ölçekleri büyük oranda geçerli varyansı kapsar görünmektedir. Ancak bu, ölçeklerin tahrif, yanlışlık gibi öğeleri içermediği anlamına gelmez. Bu konu ileride yapılacak araştırmalarla daha da netleştirilmelidir.

2.Subjektif İyi Oluşu Etkileyen Etmenler

Felsefeciler ve yazarlar, mutluluğu ortaya çıkaran çeşitli nedenlere değinmişlerdir. Örneğin, Reousseau mutluluğun kaynağını kişinin iyi bir banka hesabının olması, iyi bir aşçıya sahip olması ve iyi bir hazım sistemine sahip olması olarak bildirmiştir. Thoreau ve onun izleyicileri mutluluğun aktiviteden kaynaklandığını savunmuşlardır. Mutluluğun psikolojik nedenleri ise stoacılarından bu yana birçok düşünür ve yazar tarafından vurgulanmıştır. Astetikler, bu dünyadan kopmayı, elini eteğini çekmeyi sağlayan eylem ve tutumların iyi olmaya yol açtığını iddia etmişlerdir. Ne yazık ki, ileri sürülen bu nedenlerin pek azı empirik olarak test edilmiştir.

a)Subjektif Doyum

Çeşitli araştırma sonuçlarına göre doyum yargısı, bireyin içinde yaşadığı objektif koşullardan çok subjektif iyi olmayla koreledir. Bunun iki nedeni olabilir. Birincisi, subjektif doyum ile subjektif iyi olmanın ölçme yöntemlerinin aynı olmasıdır. Dolayısıyla her iki değişken de aynı varyansı paylaşmaktadır. İkincisi, subjektif yargılar nedensel

zincirde subjektif iyi oluŖa daha yakındır. Yani objektif koŖullar genellikle subjektif süreçler yoluyla subjektif iyi oluŖ üzerinde etkide bulunurlar.

Doyum yargısının yaşam alanlarındaki durumunu ele almak, onun yapısal niteliğini bilmemizi sağlar. Bu bakımdan çeŖitli alanlardaki doyum yargıları ile genel olarak yaşamdan alınan doyumunu karşılaŖtırmak yararlı olacaktır(Campbell,1981). Yaşam doyumunu ile en yüksek korele olan yaşam alanı benliktir. Benlikte hissedilen doyumla yaşamdan alınan doyum arasında .55 düzeyinde bir korelasyon vardır. Bu sonuç insanların kendi yaşamlarını doyumlu bulması için kendilerine güvenmelerinin gerekli olduğuna işaret eder. Yaşam standartlarından ve aile yaşamından elde edilen doyum da yaşamdan alınan doyumla yüksek düzeyde koreledir(Yetim, 1985). İş yaşamından alınan doyum SİO ile orta derecede korele iken (.37), sağlık ve toplumdaki alınan doyum SİO ile düşük düzeyde(.29) koreledir(Campbell,1981). Türkiye'de yapılan bir çalışmada ise(Yetim,1985), yaşamdan alınan doyumunu en fazla belirleyen alanların sağlık, aile, iş ve gelir ve çevresel alanlar olduğu bulunmuştur.

Sosyal psikologların subjektif doyumun,yaşamdan alınan doyumunu ve olumlu duyguyu gerekli olarak belirleyen bir öncel olduğunu açıklıkla ortaya koymaları gereklidir. Belli bazı kuramlar(örneğin, klasik koŖullama) herhangi bir subjektif veya ara değişken olmaksızın objektif koŖullarla mutluluk arasında doğrudan bir bağintı olduğunu savunurlar. Ayrıca yukarıdan aşağıya(top-down) yaklaşımı, yaşam alanlarında hissedilen doyumların kendi başlarına bir neden olmaktan çok genel yaşam doyumundan çıkarılan birer sonuç olduklarını ileri sürer.

b)Gelir

Gelir ve SİO arasında olumlu bir ilişkinin olduğuna dair uluslararası kanıtlar vardır(Larson,1978). Bu ilişki diğer değişkenler kontrol

altına alındığında da vardır. Gelirden alınan doyum mutluluk ile ilişkilidir(Braun,1977; Campbell et.al.,1976; Yetim,1985). Ayrıca nesnel gelir ölçütleri ile SİO arasında doğrudan bir ilişki olduğu çeşitli araştırmalarla ortaya çıkmıştır(Alston, Lowe ve Wrigley,1974; Andrews ve Withey, 1976; Freudiger,1980; Riddick,1980). Yapılan her çalışmada refah içinde olan bireylerin yoksullara göre daha mutlu olduğu ve refah ile mutluluk arasında bu ilişkinin çoğunlukla çok yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Ancak daha gelişmiş ülkelerin insanları yoksul ülkelere göre yüksek doyum bildirirken(Easterlin,1974; Gallup,1976-77; Silver,1980), ülke bazında bu ilişki zayıflamaktadır. Japonlar Hindistanlılardan daha mutlu değildir ve bazı bakımlardan Latin Amerika ülkeleri Avrupa ülkelerinden daha mutludur. Yani ülkenin reel geliri arttıkça, ülke insanlarının daha çok mutlu olmaları gerekmez. ABD'nin 1946-1978 yıllarını kapsayan ekonomik gelişmesi değerlendirildiğinde(Campbell,1981; Easterlin, 1974),bu dönemde reel gelir dramatik olarak artmasına karşın, bildirilen mutluluk ortalamasında herhangi bir artışın olmadığı gözlenmektedir. Her yıl yapılan surveylerde zengin bireylerin yoksullara göre kendi mutluluk düzeylerini ortalamanın üzerinde görmelerine karşın, düşük ve yüksek gelir gruplarının mutluluk ortalamasında yıllara göre bir değişim yoktur. Sonuç olarak gelirin etkisi görelidir. Gelir, yalnızca çok yoksul düzeyde olanlar için bir etkiye sahiptir. Bir kez temel ihtiyaçlar karşılandıktan sonra, gelirin mutluluğu daha fazla yükseltici etkisi kalmaz(Freedman,1978). Ayrıca gelirle birlikte değişen güç ve statü gibi etmenlerin gelir ile mutluluk arasındaki ilişkide payı vardır. Bu etmenlerin etkisi topluma göre değişir. Gelir arttıkça onların etkileri artmaz. Bir diğer etmen, sosyal karşılaştırmadır. İnsanlar kendilerinin ne kadar doyumlu olduğunu diğer insanlarla karşılaştırarak bulurlar. Kişinin sahip olduğu gelir, içinde yaşadığı sosyal çevreye göre anlam

kazanır. Ayrıca refah içinde yaşamak beraberinde stres, kirlilik, yoğunluk gibi olumsuz sonuçları getirerek gelirin etkisini dengeler. Böylece gelire bağlı olarak subjektif iyi oluşun artması engellenmiş olur. Son olarak değinilmesi gereken bir diğer konu da SİO'ya reel gelirin değil, gelir dağılımının ve dağılımın bir bölgeye yığılmasının etkide bulunduğudür.

c) Diğer Demografik Değişkenler

Yaş: İlk çalışmalar gençlerin yaşlılardan daha mutlu olduğunu bulmasına karşın (Bradburn ve Caplovitz, 1965; Gurin, Veroff ve Feld, 1960), son yıllarda yapılan çalışmalar mutluluk ile yaş arasında bir ilişkinin olmadığını göstermiştir (Alston et.al., 1974; Andrews ve Withey, 1976; Cameron, 1975; Sauer, 1977). Braun (1977), gençlerin hem olumlu hem de olumsuz duyguları daha çok bildirdiklerini; buna karşın yaşlıların daha fazla genel mutluluk ifadelerini ortaya koyduklarını bulmuştur. Bu karışık bulgulara anlam vermek amacıyla yapılan bir meta-analiz çalışmasında (Stock, Okun, Haring ve Witter, 1983), yaş ile SİO arasındaki korelasyonun sifıra yakın olduğu ve bu sonucun ilişkiye giren diğer değişkenler kontrol edilse de edilmese de aynı olduğu kanıtlanmıştır:

Cinsiyet: Kadınlar erkeklere göre daha fazla olumsuz duygu bildirmelerine karşın, aynı zamanda daha fazla kendi yaşamlarından haz duyarlar (Braun, 1977; Cameron, 1975; Gurin et. al., 1960). Yapılan birçok diğer çalışmada cinsiyetler arasında doyum ya da mutluluk açısından çok az bir farkın olduğu gözlenmiştir (Andrews ve Withey, 1976; Campbell et. al., 1976; Goodstein, Zautra ve Goodhart, 1982). Doyum açısından cinsiyetler arasındaki farklılaşma çok küçüktür.

Çalışma ve İş: Campbell arkadaşları (1976), gelir farklılıklarının etkisi kontrol altına alınsa dahi işsiz grubun en mutsuz grup olduğunu bulmuşlardır. Catalano ve Doolcy (1977), bölgesel işsizlik oranlarının duy-

gu durumunu boylamsal olarak öngörmede önemli bir değişken olduğunu bulmuşlardır. Ancak bunların dışında sözgelimi imalatçıların memurlardan daha az mutlu olduğuna ilişkin herhangi bir kanıt yoktur(Wright,1978).

Eğitim: Campbell(1981)'in datası ABD'de 1957-1978 yılları arasında eğitimin SİO üzerinde etkisinin olduğunu göstermektedir. Ancak bu etki çok güçlü bir etki değildir(Palmore,1979; Palmore ve Luikart,1972) ve gelir gibi diğer değişkenlerle etkileşim içinde görülmektedir(Bradburn ve Caplovitz,1965). Çeşitli araştırmalar diğer değişkenlerin etkileri kontrol altına alındığında eğitimin SİO üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığını ortaya koyarken(Clemente ve Sauer,1976a; Spreitzer ve Snyder 1974), diğer bazı araştırmalar kadınlarda eğitimin daha olumlu etkilere sahip olduğunu buldular(Freudiger,1980; Glenn ve Weaver,1981b; Mitchell, 1976). Campbell(1981)'in analizinde eğitimin istekleri arttırırken aynı zamanda alternatif yaşama biçimleri üzerinde kişileri yoğunlaştırdığı ortaya çıkmıştır.

Din: Dine bireyce verilen önem, dini kader anlayışı ve dinsel gelenekler genellikle SİO ile olumlu ilişki içerisindedirler(Cameron, Titus, Kostin ve Kostin,1973; Cantril,1965). Birçok çalışmada kiliseye devam eden ve kilise etkinliklerine katılan insanların daha mutlu oldukları bulunmuştur(Clemente ve Sauer, 1976a; Freudiger,1980; McClure ve Loden,1982). Yukarıda aktarılan araştırma sonuçlarında dinsel inancın ve dinsel eylemlere katılımın SİO üzerinde olumlu etkisi ortaya çıkmasına karşın, konuyla ilgili birçok sorun cevapsız kalmıştır. Din ile hangi diğer faktörler etkileşim içerisindedir? Hangi tür kader anlayışı ve katılım SİO'yu ne şekilde etkilemektedir? Eğer ilişkiye giren diğer etmenler kontrol altına alınsa dinin etkisi artar mı veya azalır mı? Bunlar gibi birçok soru ileride yapılacak araştırmalarda ele alınmalıdır.

Evlilik ve Aile: Çeşitli çalışmalar evli oluşun SİO üzerinde anlamlı bir etkisini bulmamışlarsa da(Bortner ve Hultsch,1970; Sauer,1977; Spreitzer

ve Snyder,1974) sonuçta evli oluşla SİO arasında bütün çalışmalar olumlu bir ilişkiyi ortaya koymaktadırlar(Larson,1978). Genç popülasyonu örnekleyen çalışmalarda evli kişilerin evli olmayanlardan daha çok SİO bildirdikleri bulunmuştur(Andrews ve Withey,1976; Glenn,1975). Glenn(1975), evli kadınların evli olmayan hemcinslerine göre daha çok stres yaşamalarına rağmen, bu kadınların aynı zamanda daha doyumlu olduklarını bulmuştur. Glenn ve Weaver(1979), ilişkiye giren eğitim, gelir ve mesleki statü gibi değişkenler kontrol altına alındığında dahi evli oluşun SİO'yu güçlü olarak belirleyen bir değişken olduğunu göstermişlerdir. Sonuçta evli oluş aile yaşamının öneminden dolayı genel mutlu oluşu etkiler. Evlilik ve aileden hissedilen doyum, genel iyi oluşun en önemli öngörücülerinden(predictor) biridir(Campbell et.al.,1976; Glenn ve Weaver,1979, 1981a; Yetim,1985).Ancak çocuk sahibi olmanın mutluluk üzerindeki etkisi çok fazla önemli değildir(Andrews ve Withey,1976; Glenn ve Weaver,1979; Michalos,1983).

3.Davranış Özellikleri ve Sonuçları

Bu bölümde subjektif iyi olmayı etkileyen sosyal temas, yaşam olayları, bireysel aktiviteler, kişilik gibi davranışsal özellikler ele alınacaktır.

a)Sosyal Temas

Wilson(1967), dışadönük insanların daha mutlu olduğunu bulmuştur ve Wilson'dan sonra yapılan çalışmalar bu bulguyu desteklemektedir. Ancak elde edilen bu yargı mutluluğun zorunlu olarak bu tür bir sosyal temasla gerçekleştiği anlamına gelmez. Dışadönük ya da sosyal insanlar sosyal faaliyetlerinin herhangi bir etkisi olmaksızın mutlu insanlar olabilirler.

Birçok çalışma arkadaşlardan alınan doyum ile SİO arasında olumlu korelasyonlara işaret etmiştir(Anderson,1977; Campbell et. al.,1976;

Falkman,1973; Mitchell,1976). Diğer birçok araştırmaya göre, sosyal aktivitenin nesnel ölçütleriyle SİO arasında olumlu bir korelasyon vardır (Beiser,1974; Campbell et.al,1976; Edwards ve Klemmack,1973; Knapp, 1976; Olsen,1980).

Mutluluğu arttırmaya yönelik bir eğitim programında(Fordyce, 1977a,1983),sosyal temas mutluluğu arttırma yolu olarak yararlı bulundu. Ayrıca boylamsal çalışmalarda sosyal temasda olan değişmelerin SİO' da olan değişmelere neden olduğu ortaya çıkmıştır(Bradburn,1969; Graney, 1975). Sosyal katılımın mutluluk üzerinde doğrudan etkisi bulundu. Bu etki sağlık, sosyoekonomik seviye gibi değişkenler denetim altındayken bile oldukça güçlüdür(Bradburn,1969). Ancak bütün bu bulgulara rağmen diğer bazı araştırmalar sosyal temas ve sosyal katılımı SİO arasında herhangi bir ilişki bulamadılar(Hasak,1978; Palmore ve Kivett, 1977; Sauer,1977). Çelişkili sonuçlar bize SİO ile sosyal temas arasındaki ilişkinin düşünüldüğünden daha karmaşık olduğunu göstermektedir. Phillips(1967), sosyal katılımın SİO üzerindeki etkisinin kişinin eğitimine bağlı olduğunu bulurken, Smith ve Lipman(1972) aynı değişkenin etkisinin yerleşim yerinin sınırlılıklarına bağlı olduğunu göstermiştir. Palys ve Little(1983) kişinin çevresindeki insan sayısının değil, kişinin sosyal ağıyla bütünleşmiş diğerlerinin SİO'da etkili olduğunu bulmuşlardır.

Sonuç olarak yalnızca dışadönük insanlar daha mutlu değildir. Belki de insanlar daha mutlu iken daha sosyaldırler veya Bradburn(1969)' un teklif ettiği gibi mutluluk ve sosyallik arasında iki yönlü bir ilişki vardır. Ancak henüz hiçbir deneysel çalışma bu ilişkiyi,nedensellik bağlamında ele almamıştır. Özetle, nedensel zincirde mutluluğun mu yoksa sosyal temasın mı daha önce olduğu açığa çıkmamıştır.

Sosyal teması belirleyen önemli bir yapı kişiliktir. Çünkü, kuşkusuz her bireyin farklı sosyal ilişki ve temas ihtiyacı vardır. Diener,

Larsen ve Emmons(1983b) bu açıdan dışadönüklerin sosyal çevrelerde içedönüklerden daha mutlu olduklarını buldular. Kısaca kişiliğin sosyal temas üzerindeki etkisi ele alınmak durumundadır.

Sosyal temasın türü ve niteliği çalışmadan çalışmaya değişmektedir. Çalışmalar sosyal temas olarak arkadaşların sayısı, yakın arkadaşların sayısı, sosyal temas miktarı gibi kimi ölçütleri kullanmışlardır. Arkadaşlık gibi sosyal temaslar mutluluk ile ilişkiliyken, akrabalık gibi kimi sosyal temaslar mutlulukla ilişkili değildir(Mancini ve Orthner, 1980). Mahrem ilişkiler ve aşk SİO'un en önemli öngörücülerinden biridir(Anderson,1977; Freedman,1978; Emmons , Larsen, Levine ve Diener, 1983). Bu konuda çeşitli bireysel parametrelerin gözönüne alınması gerekli görünmektedir. Ayrıca sosyal temasın ne zaman ve niçin SİO'u arttırdığına ait kuramsal değerlendirmeler gerekmektedir.

b)Yaşam Olayları

Yaşam olaylarının SİO'la tutarlı ancak orta düzeyde ilişkili oldukları bulunmuştur(Kammann,1982; Miller,1980). Kanıtlar iyi ve kötü olayların bireyin yaşamında birbirinden bağımsız olduklarını ve iyi olayların olumlu duygu ile, kötü olayların olumsuz duyguyla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadırlar(Reich ve Zautra,1981; Warr et.al.,1983; Yetim, 1985; Zautra ve Reich,1980). Bireyin olaylar üzerinde kontrol kurmasının olayların etkisinde değişmelere yol açtığı, böylece eğer bireyin kontrol hissinde bir zayıflamaya yol açıyorlarsa olumlu/hoş olayların da yaşamdan alınan doyumunu azalttıkları teklif edilmiştir(Reich ve Zautra 1981). Kısaca, olayların kontrol edilir olup olmaması SİO bakımından çok önemlidir.

Yaşam olaylarının açık olarak sınıflandırılması gereklidir. Ayrıca olaylara boylamsal olarak bakılmadığından olaylarla birlikte doyuma etkide bulunan ara değişkenler henüz saptanamamıştır. Bir diğer konu

uzun süreli ve kısa süreli olayların etkilerinin bilinmesinin gerekliliğidir. Günlük olaylar kümülatif bir tarzda bireyce hesaplanarak mı etkide bulunmaktadır? Bu ve benzeri açıklığa kavuşmamış sorular için herşeyden önce bir kavramsal çerçeve gereklidir.

c) Aktiviteler

Aktivite kuramı, geriantolojide merkezi rol oynayan bir kuramdır. Eylemli oluşun mutluluğu doğurduğunu savunan bu kuram, yaşlı insanlarla yapılan araştırmalarla desteklenmiştir(Beiser,1974; Markides ve Martin, 1979; Sauer,1977).Graney(1975) ve Maddox(1963) aktivitelerdeki boylamsal değişikliklerin yaşamdan alınan doyuma değişmelere yol açtığını bulmuşlardır. Ancak diğer bir grup araştırmaya göre aktivite ile yaşam doyumu arasında bir ilişki yoktur(Olsen,1980; Pierce,1981; Wolk ve Telleen, 1976; Bull ve Aucoin,1975). Kozma ve Stones(1978) ve S.J.Cutler(1976), bazı aktivitelerin yaşamdan alınan doyumu iyi öngörmekte iken, diğer bazılarının herhangi bir öngörme gücüne sahip olmadıklarını bulmuşlardır. Schaffer(1977), aktivite ile SİO arasındaki ilişkinin kişiliğe bağlı olduğunu kanıtlamıştır. Sonuçta belirli bir aktivite ile ilişki içinde bulunmak yaşamdan alınan doyumu arttırmaktadır. Ancak bu ilişkiyi etkileyen parametrelerin pek azı bilinmektedir.

d) Kişilik

Kişilik, "subjektif iyi oluşta kişinin varoluşunun, iç dünyasının kişiye etkide bulunan dış etkenlerden daha önemli olduğu" yaygın inancıyla mutluluğa etkide bulunmaktadır(Tatarkiewicz,1976). Bu mantık yürütme demografik değişkenlerin SİO varyansının çok az bir kısmını açıkladıkları bulgusuyla desteklenmektedir. Örneğin, Andrews ve Withey (1976)'in çalışmasında demografik değişkenler yaşam kalitesinin %10'unu açıklamaktadırlar. Yapılan araştırmalarda değişik kişilik değişkenlerinin SİO ile tutarlı bir ilişkiye sahip oldukları gösterildi.

Yüksek kendine güven(self-esteem) öznel iyi oluşun en güçlü öngörücülerinden biridir. Kendine güveni yüksek olan kişiler daha doyumlu ve mutludurlar(Anderson,1977; Czaga,1975; Higgins,1978; Kozma ve Stones, 1978; Reid ve Zeigler,1980). Campbell ve arkadaşları(1976), bireyin kendisinden memnuniyetinin yaşam doyumunu ilâ çok yüksek oranda korele olduğunu bulmuşlardır. Ancak mutsuzluk anlarından kendine güven düşmektedir(Wessman ve Ricks,1966). Bu sonuç duygu durum ile kendine güven arasında ikili bir ilişki olduğuna işaret edebilir ve burada akla gelen önemli bir soru insanlar mutsuzken neden kendilerine güvenlerinin düştüğüdür?

SİO ile tutarlı bir ilişkiye sahip olan bir diğer değişken içten denetimlilikdir. İçten denetimlilik kişinin olayların sonuçlarını dış nedenlerden çok kendisine yüklemesi, atfetmesi anlamına gelir. Bu değişken genellikle denetim odağı kapsamında değerlendirilir.

Çeşitli popülasyonlarda yapılan araştırmalar, içten denetimlilik ile SİO arasında bir ilişkinin olduğuna işaret etmişlerdir(Baker,1977; Brandt,1980; Sundre,1978). Ancak dıştan denetimliliğin yüksek öznel iyi oluşa yol açtığı herhangi bir kültür veya toplumun olup olmadığı merak edilebilir. Eğer meydana gelen olaylar olumsuzsa(başarısızlık gibi), bu olayların sonuçlarını dış güçlere yüklemek daha iyi olabilir. Eğer kişi özgürlüğe çok fazla imkan tanımayan bir çevrede yaşıyorsa, dıştan denetim mutlulukla ilişkilidir. Bu sonuç Felton ve Kahona(1974) tarafından desteklenmiştir. Kişinin yaşamını kontrol etmesi ve kişi tarafından algılanan seçim özgürlüğü gibi, iç değişkenlerin mutlulukla ilişkili olduğu ortaya konmuştur(Eisenberg,1981; Reid ve Zeigler,1980). Kişinin kendi yeterliliğini, kişisel kaynaklarını ve başa çıkma yollarını değerlendirmesi ile ilişkilidir(Campbell et.al.,1976; Noberini,1977). Ancak kişilik ile mutluluk arasında nedensel bir ilişki kurulamaz. Dıştan dene-

timde olan bireyler çok kötü, talihsiz koşullar altında yaşıyor olabilirler. Aksine içten denetimli olan bireyler ise çok iyi ve talihli koşullar altında yaşıyor olabilirler.

Dışa dönüklük, duyarlılık ve sosyallikle yaşamdan alınan doyumun ilişkili olduğu bulunmuştur(Gorman,1972). Costa ve McCrae(1980) dışa dönük olmanın mutlulukla, nörotizmin mutsuzlukla ilişkili olduğunu ortaya koydular. Bu bulgu diğer araştırmacılar tarafından da desteklenmiştir (Cameron,1975; Hartmann,1934).

Zeka bir kişilik boyutu olarak yaşamdan alınan doyumunu etkileyecek olan bir değişkendir. Ancak IQ testleriyle ölçülen zekanın mutlulukla ilişkili olmadığı ortaya çıkmıştır(Hartmann,1934; Palmore,1979; Palmore ve Luikart,1972; Sigelman,1981). Zekanın artışına paralel olarak bazı olumsuz duyguların artması(Fellows,1956), ilginç bir bulgudur.

Yakın zamanlarda popüler olan kişilik boyutu, maskülin ya da fe-minin cinsiyet eğilimlerinden birinin baskınlık göstermediği androjenidir. Wish(1977), cinsel yanı baskın olan kadınların(erkeklerin değil) daha uyumlu olduklarını bulmuştur. Diğer araştırmalar androjen kişilik eğiliminde olan bireylerin yaşamlarından daha çok doyum buldukları savını desteklemişlerdir(Allen-Kee,1980; DeGuire,1974; O'Sullivan,1980).

Diener, Larsen ve Emmons(1983b), kişilerin kendi kişiliklerine uyan durum ve çevrelerde bulduklarında yaşamlarından daha çok doyum bulduklarını bulmuşlardır. Yani bireyin kendi yapısına uygun çevrede uzun süre yaşaması, onun daha çok mutluluk duygusu göstermesine neden olur.

Kişilik hakkında daha çok çalışma yapılmalıdır. Örneğin optimizmin olaylardan mı kaynaklandığı, olaylara neden mi olduğu açık değildir. Optimizm ve kendine güvenin olumlu duygularla ilişkisini araştırarak

boylamsal ve deneysel çalışmalara ihtiyaç vardır.

e) Sonuç

Demografik değişkenlerin doyum varyansının çok az bir kısmını açıkladığı vurgulandı. Bu bulgu araştırmacıları diğer potansiyel değişkenleri (örneğin, kişilik, değer, tutum) araştırmaya yöneltmiştir. Ancak hiçbir değişken tek başına doyum varyansının çoğunu açıklayamaz. Yani subjektif iyi oluşa çok sayıda değişken etkide bulunur. Sıcaklığın değişmesinden kişilik ve çevre arasındaki etkileşimlere kadar bütün değişkenler muhtemelen SİO'yu etkilerler. Bunlardan herhangi birinin öncelikli etkisinin olduğunu söylemek gerçekçi değildir. Yine de bireye özgü durumlardan kalkılarak soyut kavramlara varıldıkça (örneğin, amaçlar ve projeler) SİO ile değişkenler arasında güçlü ilişkiler bulunabilmektedir. Burada ihtiyatlı yaklaşımda bulunmak gereklidir. Çünkü, birkaç değişkenin çok öneme haiz olduğu iddiası gerçekçi olmamaktadır.

Sonuç olarak mutluluk üzerinde yapılan bütün çalışmalar bazı eksikliklere sahiptir. Bunlardan pek azı deneysel, yarı deneysel veya boylamsal araştırmalardır. Dolayısıyla pek çok çalışmada nedenselliğin yönünü belirlemek olanaksızdır. Örneğin, sağlık ve sosyal temas mutluluktan kaynaklanabileceği gibi mutluluğa da neden olabilirler. İstatistiksel olarak curvilinear ya da enteraksiyonel etkilerin bu literatürde ele alınmaması da bir başka sorundur. Ayrıca önemli bir eksiklik, çoğu araştırmada empirik çalışmaya rehberlik eden bir kuramsal temelin olmamasıdır.

4. Subjektif İyi Oluş Kuramları

Wilson (1967), antik Yunandan beri mutluluğu anlamada çok az kuramsal gelişme olduğunu kaydetmiştir. Son yıllarda çeşitli yönde kuramsal gelişmeler görülmesine karşın, ilerleme istenen düzeyde değildir. Kuram ile araştırma arasındaki bağa şiddetle ihtiyaç duyulmaktadır.

a)Ereksel(Telic) Kuramlar

Subjektif iyi oluşun ereksel ya da sonlu açıklamaları, mutluluğun amaç veya ihtiyaç gibi bazı durumlara erişildiğinde elde edildiğini öne sürerler. Wilson(1960) tarafından önerilmiş olan bir kuramsal postüla "ihtiyaçların doyurulması mutluluğa, doyurulmamış ihtiyaçlar mutsuzluğa neden olur"(s.71) şeklindedir. Subjektif iyi oluş hakkında yapılan araştırmaların çoğu, açık olarak belirtilmese de ihtiyaç ve amaçlarla ilişkili bir modele dayanmaktadır. Bunlarda ihtiyaç ve isteklerle ilişkili kaynakların yeterlilik dereceleri değerlendirilmiş ve bu kaynaklar SİO ile korele edilmiştir. Ancak bu çalışmalarda duruma özgü kuramsal formülasyonlara nadiren rastlanmaktadır.

Çoğu felsefeci ereksel kuramlarla ilgili sorunlarla ilgilenmiştir. Örneğin, mutluluk kişinin isteklerinin doyurulması sonucunda mı yoksa onların bastırılmasıyla mı elde edildiği sorusu felsefecilerce ele alınmıştır. Hedonistler isteklerin doyurulmasının iyi oluşu yarattığını savunurlarken, estetikerler arzudan arınık olmayı mutluluğun kaynağı olarak görmüşlerdir. Hangi istek ve amaçlar en önemlidir ve farklı istekler arasında nasıl bir denge vardır? Belli bazı istekler mutluluk için zararlı mıdır? Belki de en önemli soru, kişinin isteğine önceden erişmiş olması mı yoksa istenen bir hedefe doğru ilerleme sürecinin mi mutluluğu doğurduğudur? Scitovsky(1976)'nin ifade ettiği gibi "amaçlara giden bir yolda olmak ve onlara erişmek için savaşmak, gerçekte amaçlara erişmekten daha doyum vericidir"(s.62).

Alternatif ereksel kuramlar, öğrenilmiş, yaşantı sonucu olan ihtiyaçların doyurulması üzerinde durmuşlardır. Kişi bunların farkında olur ya da olmayabilir. Bu kuramlarda ihtiyaçların doyurulmasının mutluluğa yol açacağı postüle edilmiştir. Amaç kuramlarında ise, kişinin farkında olduğu belirli istekleri üzerinde durulur. Kişi bilinçli olarak belli

amaçlara erişmek istemektedir ve mutluluk, kişi bunlara eriştiğinde ortaya çıkar(Michalos,1980). İhtiyaçlar ve amaçlar, ihtiyaçların belli amaçlara yol açması bakımından birbiriyle ilişkilidirler. Ayrıca kişinin sahip olduğu değerler de bazı amaçların ortaya çıkmasına neden olurlar. Maslow tarafından teklif edildiği gibi, ihtiyaçlar belki evrenseldir veya Murray tarafından postüle edildiği gibi, ihtiyaçlar bireylere göre değişmektedir. İhtiyaçların, amaçların ve isteklerin doyurulmasının, mutlulukla bir şekilde ilişkili olduğu, yaygın olarak kabul görmektedir.

Maslow tüm bireylerde aynı düzen içinde ilerleyen evrensel ihtiyaçlar hiyerarşisini ortaya koymuştur. Maslow'un kuramı üzerinde yapılan çalışmalar, kuramı destekleyici kanıtlar elde edememişlerdir(Lawler ve Suttle,1972; Wahba ve Bridwell,1976). Kuramı mutluluğa uygulamadan önce daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir. Murray, geniş sayıdaki ihtiyaçların orijinlerine göre değiştiğini postüle etmiştir. İnsanlar bu ihtiyaçlarında(örneğin, başarı ve onay) büyük oranda farklılaşmaktadırlar. Diener, Larsen ve Emmons(1983b), insanların belirli ihtiyaçları doyurulduğunda mutlu oldukları fikrini destekleyen bulgular sunmuşlardır. Yazarların mutluluğa yaklaşımı kişi-çevre uyummasına dayanmaktadır. Yani insanlar, kendi kişiliklerine uygun çevrelerde bulduklarında mutlu olurlar.

İnsanın çeşitli evrensel ihtiyaçları(örneğin, yeterlilik, onaylanma ve anlaşılma) dile getirilmiştir. Eğer bunlar gerçekten evrensel iseler, o zaman onların doyurulması tüm kültürlerde mutluluğu ortaya çıkarır. Reich ve Zautra(1981), bireysel yeterlilik düşüncesinin, olumlu duygunun asıl kaynağı olduğunu postüle etmişlerdir. Mutlu oluştaki sosyal desteğin önemi(Campbell et al.,1976), bu değişkenin sürekli bir ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Optimum düzeyde bir uyarılmanın, önemli bir mutluluk kaynağı olduğuna işaret edilmiştir. Scitovsky(1976), yeterli oranda uyarılmanın ya da duyarlılığın, olumlu duyguyu arttırdığını

bulmuştur.

Amaçların ve isteklerin ihtiyaçlardan daha bilinçli öğeler olduğu savunulmuştur. Çoğu insan önemli gördüğü bir amacını elde edince mutluluk duyar. Ancak burada anahtar soru, amaca erişmenin kişiler arasında uzun dönemli doyum farklılığına mı yol açtığı, yoksa yalnızca kısa dönemde duygudurumsal yükselmeye mi yol açtığıdır? Bazı kuramcılar(örneğin, Chekola,1975), mutluluğun kişinin yaşam planını(kişinin entegre amaçlar seti) başarıyla sürdürmesine bağlı olup, olmadığını tartıştılar. Kişinin sahip olduğu amaçlar birbirleriyle çatışma içinde olabilir. Yaşam planı yaklaşımına göre, mutluluk iki temel etmene bağlıdır:Amaçların bir sistem içinde uyumlu entegrasyonu ve bu amaçların başarılması.

Yaşam planıyla aynı doğrultuda kişisel projeler yaklaşımını benimseyen Palys ve Little(1983), insanların kişisel proje ve ilgilerinin olduğunu ve bu projelerin total bir proje sisteminde bütünleştiğini test ettiler. Yazarlar, proje ve proje sistemini ölçerek, doyumsuz kişilerin uzun dönemli ödül içeren amaçlarla ilişkili olduklarını, kısa süreli pekiştirme ya da hazza çok az sahip olduklarını buldular. Doyumsuz kişilerin projeleri güç ve uzun dönemliydi. Aksine daha doyumlu bireyler, daha hoşlanılabilir, daha az güç ve kısa dönemli önem içeren projelere sahiptiler. Bu çalışmada ortaya çıkan diğer önemli değişkenler, bireyin projeleri üzerinde kurduğu kontrol ve çevreden aldığı sosyal destektir.

Ereksel kuramlara göre, yaşamdan alınan doyuma çeşitli etmenler müdahalede bulunabilirler. Birincisi, bireyler kısa dönemde mutluluk getiren amaçları tercih edebilirler. Ancak bu amaçların uzun süreli sonuçları mutluluğa zarar verebilir. Çünkü onlar, bireyin sahip olduğu diğer amaçlara müdahale edebilir. İkincisi, insanın amaçları veya istekleri birbirleriyle çatışmalı olabilir. Bundan dolayı,onların hepsini bir anda

doymak olanaksızdır. İnsanların ihtiyaçları ve istekleri bilinçdışı da olabileceğinden, bunlar birbirleriyle çatışma halinde iseler, onları tanımak ve bütünleştirmek güçleşir. Son olarak insanlar, kötü koşullardan, beceri eksikliğinden ve amaçların çok talep edici olmasından dolayı amaçlarına erişmeye yetenekli olmayabilirler.

Ereksel kuramların : Birçok eksiklikleri vardır. Bu yaklaşımlar, nadiren açık olarak formüle ve test edilmişlerdir. Ayrıca birçok yaklaşım yanlışlanma olasılığını içermez. İhtiyaçların ve isteklerin açık, net ölçümleri gereklidir. Amaçlara erişmenin SİO'yu arttırıp arttırmadığını belirlemede boylamsal metodolojiler yardımcı olabilirler.

Amaçlara, ihtiyaçlara erişmenin mutluluğa yol açtığı savına dayanan literatür, hazzın ve acının birbiriyle ilişkili olduğunu savunur. Kişi kendi yaşamında bazı şeylerin kaybolması, eksikliği anlamında amaçlara ve ihtiyaçlara sahiptir. Yani çoğu ihtiyaç ve amaç formülasyonu yoksunluğun veya eksikliğin mutluluk için ön şart olduğunu vurgular. Bu yaklaşımların ana kabulü, daha fazla yoksunluğun(buradan da mutsuzluğun) amaçlara erişmeyi sağlayarak daha çok hazzı yol açacağıdır.

Kısaca bu yaklaşıma göre, kişinin istekleri ve amaçları tamamen doyurulmuşsa büyük bir mutluluk hissi ya da doyuma erişme olanaksızdır. Houston(1981), "ihtiyaca dayanan bir yoksunluk yaşadığımızda ve bu ihtiyacı doymaya yetenekli olduğumuzda, genetik yapımız muhtemelen en mutludur"(s.7) demiştir. Bu görüşe benzer olarak Wilson(1967)'a göre "ihtiyaçlar doğada döngüsel ve bu döngüde çoğu ödüllendirici durumlar normal ve düzenli şekilde tekrarlanırlar"(s.76). Bu perspektiften biyolojik ihtiyaçlar, kişinin bir amaca eriştiğinde yenisini oluşturarak kendilerini yenileyen bir niteliktedir.

Acının ve hazzın bir şekilde birbiriyle bağlantılı olduğu en çok yararlanılan düşüncelerden biridir(Tatarkiewicz,1976). Örneğin İtalyan

yazar Verri'ye göre haz her zaman sıkıntıdan sonradır. Daha fazla haz duyan bireyler aynı zamanda daha fazla olumsuz duygu yaşayan bireylerdir(Diener, Larsen, Levine ve Emmons,1984). Hazzın ve acının birbiriyle ilişkide olmasına neden olan bir diğer öge psikolojik yatırım veya bağlanmadır. Eğer kişinin önemli bir amacı varsa ve bunun için çok çaba harcamışsa, başarısızlık çok fazla mutsuzluk getirir. Başarı ise daha çok mutluluğa yol açacaktır. Kişi eğer amacına çok yatırımda bulunmamış ise, başarısızlık büyük bir mutsuzluk getirmeyecektir. Böylece bağlanma ve çaba kişinin hissedeceği duygunun şiddetini arttırabilmektedir.

Solomon(1980)'un kuramına göre, iyi bir şeyi yitirmek mutsuzluğa kötü bir şeyi yitirmek mutluluğa yol açar. Ayrıca yaşanan duygunun büyüklüğü hakkında duruma özgü öngöründe bulunulabilir. Bu kuramın tersi de şöyle olabilir: Bir nesne yittiğinde, bu nesneye olan alışkanlıklardan daha fazla bir duygu hissedilir. Örneğin, bir arabanız varsa ve bu sizin yaşamınızın bir parçası haline gelmişse, ondan az bir haz duyarsınız, Ancak arabanız çalındığında, daha fazla mutsuz olursunuz. Bu alışkanlık modeli iyi şeylerin zamanla mutluluk verme gücünün azaldığını, ancak bir süre sonra onların yitirilmesinin daha fazla mutluluk yarattığını ortaya koyar. Bu kuram üzerinde yapılan ilk çalışma kuramı desteklememiştir (Sandvik ve Diener,1983).

b)Aktivite Kuramları

Ereksel kuramlar, mutlulukta son durumları önemli bulurken, aktivite kuramları mutluluğun insan aktivitesinin bir ürünü olduğunu belirtirler. Örneğin,dağa tırmanma aktivitesi,dağın doruğuna erişmeden daha fazla mutluluk vericidir. Aristo, ilk ve en önemli aktivite kuramcılarında biridir. O, mutluluğun erdemli aktiviteden geldiğini, yani iyi başarılan aktivitenin mutluluk getirdiğini vurgulamıştır. Aristo'ya göre belli bazı yetenekler ve mutluluk, erdemli aktiviteler mükemmel şekilde

yapılmış ise ortaya çıkarlar. Çağdaş geriantoloji aktiviteyi daha global terimlerle tanımlamaktadır. Bu bilimde hobiler, sosyal etkileşim ve egzersizler aktiviteler olarak ele alınmıştır.

Aktivite kuramında çoğunlukla vurgulanan bir tema, bireysel farklılığın mutluluğu düşürmesi ile ilgilidir ve buna ilişkin empirik kanıt ortaya konmuştur(Csikszentmihalyi ve Figurski,1982). Mutluluk üzerine konsantre olma kişiyi mutsuzluğa sürükler. Bu yaklaşıma göre, kişi önemli aktivitelere ve amaçlara konsantre olmalıdır. Kısaca mutluluk, aktivitelerin sonucunda niyetli olarak istenilmeden gelecek bir sonuçtur. Bu düşünceler henüz açıkca formüle ve test edilmemiştir. Buna rağmen onlar, literatürde çok sık kullanılmaktadır.

Aktivite ve SİO ilişkisi üzerinde en açık formülasyon akış kuramıdır(Csikszentmihalyi,1975). Bu formülasyonda kişinin beceri düzeyi yeterli ise aktiviteler ve bunlara karşı koyanların zaman içindeki ilerleyişinin haz getireceği öne sürülmüştür. Eğer aktivite çok kolay ise can sıkıntısı yaratır. Aksine zor ise anksiyete yaratır. Eğer kişi yoğun uğraştırmayı gerektiren ve sahip olduğu becerileriyle işin zorluğu hemen hemen eşit olan bir aktivite ile ilişkili ise, olayın tamamlanma süreci hazların akışını getirecektir. Aktivite kuramcıları mutluluğun davranıştan kaynaklandığını vurgularlar. Ancak telik kuramlarla aktivite kuramlarının uzlaşmaz olması gerekmez. Daha çok onlar birbirini tamamlayan niteliktedirler.

c)Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları

Tavandan-tabana ve tabandan-tavana yaklaşımları, çağdaş psikolojide oldukça popüler yaklaşımlardır ve aynı tarz açıklamalar mutluluk literatüründe de yapılmaktadır. Örneğin bazı felsefecilere göre, mutluluk birçok küçük hazzın toplamından ibarettir. Tabandan-tavana görüşü çerçevesinde kişi anlık haz ve acılarının bir muhasebesini yaparak ken-

dini mutlu ya da mutsuz olarak görür. Yani mutlu yaşam mutlu anların bir bütünüdür. Locke'un indirgemeci(reductionist) görüşü veya atomistik felsefi yaklaşımlar bu kuramın temelini oluştururlar(Kozma ve Stons,1980). Bunun aksine tavandan-tabana kuramı, şeyleri olumlu yönde yaşamının genel, global bir eğilim olduğunu ve bu eğilimin bireyle dünyası arasındaki anlık etkileşimleri etkilediğini savunur. Diğer bir deyişle, kişi küçük hazlardan hoşlanır, çünkü mutludur. Kant'ın felsefi görüşü bu kuramı temellendirmektedir. Üst düzeydeki ögeler arasındaki nedensellik ilişkisi, düşük düzeyde, element düzeyindeki ilişkilere yansır.

Tavandan-tabana yaklaşımında mutluluk, kişinin global bir özelliğidir ve bu özellik kişinin olaylara tepki göstermesini etkiler. Kişinin olaylara hoşgörüsüyle bakıyor olması, onun tek tek olaylarda da hoşgörülü olmasını gerektirir. Tavandan-tabana yaklaşımının ve felsefecilerin görüş birliğine vardığı ortak nokta, mutlulukta odağın tutumlar olduğudur. Örneğin, Demokritos "mutlu yaşamı iyi talihe veya dış koşullara bağlı görmeyip, kişinin zihinsel niteliklerine bağlı görmüştür. Önemli olan kişinin neye sahip olduğu değil, sahip olduklarına nasıl tepkide bulunduğu"(Tatarkiewicz,1976,s.29). Andrews ve Withey(1976), tavandan-tabana yaklaşımını destekleyen kanıtlar elde ettiler. Yazarlar, yaşam alanlarından elde edilen doyumun genel olarak yaşamdan alınan doyumunu öngörme de yetersiz kaldığını buldular. Özetle bulgular, yaşam alanlarından elde edilen doyumun global yaşam doyumuna neden olmaktan çok kendilerinin global yaşam doyumundan kaynaklandığını göstermiştir. Kişinin yaşamında olumlu yaşantıların birikimi anlamında bir olumlu dünya görüşünün oluşması gereklidir. Yani genel bir eğilim olarak mutlu dünya görüşünün oluşumu tabandan-tavana yaklaşımını doğrulamaktadır. Ancak bir kez oluştuktan sonra bu dünya görüşü alanlardan alınan doyumunu belirlemektedir. Hedonistelere göre hazlar, dikkatli olarak seçilmiş ve biriktirilmişse (tabandan-tavana kuramı) kişi mutlu olabilir.

Yukarıda aktarılan her iki görüşte kısmen doğrudur. Ancak tavadan-tabana yaklaşımında sözü geçen içsel etmenlerin nasıl ortaya çıktığı ve tabandan-tavana yaklaşımında moleküler olayların nasıl etkileşimde buldukları henüz açıklığa kavuşmamıştır. İnsanlar olayları subjektif olarak algıladıklarından tavadan-tabana oluşan bir sürecin varlığı gereklidir. Ancak belli bazı olayların bütün insanlar tarafından haz verici olarak görülmesi de mümkündür. Bu gerçekte tabandan-tavana yaklaşımının yararlı olduğunu göstermektedir. Olayların birikiminin kişiliği ve bilişi nasıl değiştirdiğini anlamak gereklidir. Ayrıca insanın iyimser bir doğa geliştirme/kazanma sürecini ve bu iyimser doğanın değişmeye olan direncini çalışmak gereklidir. Uzun ve kısa süreli mutluluğu yaratmada geniş ölçekli yaşam olayları ve günlük hazların etkileşiminin üzerinde daha çok çalışması gereklidir.

Subjektif iyi oluş alanında tavadan-tabana ve tabandan-tavana yaklaşımlarıyla ilgili iki tartışma konusu vardır. Bunlardan birincisi, mutluluğun bir treyt veya bir durum olduğunu savunur. Bu görüşü savunanlar mutluluğun mutlu şekilde tepkime eğilimi olduğunu öne sürerler.

İkinci tartışma mutluluğu ortaya çıkarmada hoş olayların rolü üzerinedir(Lewinsohn ve Amenson,1978; Lewinsohn ve MacPhillamy,1974). Lewinsohn ve meslektaşlarının hoş olayların yokluğunun depresyona yol açtığı düşüncesi bir tabandan-tavana yaklaşımı olarak değerlendirilebilir. Ancak kritikler depresyonun, hoş olaylara tepkime başarısızlığa neden olduğunu belirtmektedirler(Sweeney, Schaeffer ve Golin,1982) ve bu görüş de tavadan-tabana yaklaşımı olarak ortaya çıkmıştır. Hoş olayların eksikliğinin depresyona neden olduğu veya depresyondan kaynaklandığını açıklığa kavuşturacak araştırmalara gerek vardır.

d)Bağ Kuramları

İnsanların mutlu olma eğilimine neden sahip olduklarını açıklayan

çeşitli araştırmalar vardır. Bu kuramlardan bir çoğu, bağ modelleri altında belleğe, koşullamaya veya bilişsel ilkelere dayanır. Mutluluğa ilişkin bilişsel yaklaşımlar henüz çok yenidirler. Bilişsel yaklaşımlardan biri, kişinin kendisini ilgilendiren olaylara ilişkin atıfları üzerinedir(Schwarz ve Clore,1983). Sonuçta iyi olaylar eğer iç, bilişsel ögelere atfedilmişse daha fazla mutluluk getirirler. Diğer bir olasılık atıf olsun olmasın iyi olarak görülen olayların mutluluk getirmesidir.

Mutluluğa ilişkin genel bilişsel yaklaşım, onun bellekte bir ağının bulunduğu üzerinedir. Bower(1981), insanların halihazırdaki duygu durumlarına göre geçmiş anılarını hatırladıklarını ve yorumladıklarını bulmuştur. Bellek ağları üzerinde yapılan çalışmalar, mutlu kişilerin birbiriyle olumlu ilişkilerle bağlı zengin bir ağının olduğunu göstermiştir. Aksine mutsuz kişilerin birbiriyle olumsuz ilişkilerle bağlı sınırlı ve izole ağlara sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Olumlu ağa sahip olan birey, olaylara olumlu şekilde tepkir.

Konuyla ilişkili bir başka kuram, duyguların ortaya çıkmasında klasik koşullamanın önemini vurgulamaktadır. Araştırmalar, duygu yüklü koşullamaların sönmeye çok dirençli olduklarını göstermiştir. Kişi böyle duygusal yaşantılara sahip olabilir ve bunlarla geniş sayıda günlük uyarın arasında bağ kurabilir. Zajonc(1980), duygusal tepkinin, uyarının bilişsel değerlendirilmesinden daha bağımsız ve daha ani olduğunu ileri sürmüştür.

Koşullama ve bellek ağları, bilinçli bir yönlendirme ya da müdahale yapılmaksızın kendiliğinden işlev görebilirler. Ancak kişinin yaşamındaki duygusal bağları bilinçli olarak yönlendirdiğine ilişkin kanıtlar vardır. Fordyce(1977a), olumsuz düşünceleri azaltmaya yönelik bilinçli girişimlerin mutluluğu arttırdığını; Kamman(1982), sabahları olumlu ifadeleri kendisine sesli olarak söyleyen bireylerin güne daha

T. C.

**Yükseköğretim Kurulu
Dokümantasyon Merkezi**

iyi başladıklarını bulmuşlardır. Böylece mutsuzluğu getiren düşüncelerden kaçınmada bilinçli çabalar ve mutlu birşeyi düşünme etkinliği, mutluluğu belli oranda arttırmaktadır.

Bazı bireyler olumlu bağlara sahip güçlü ağları oluşturmuşlar ve olaylara olumlu yönden bakmayı alışkanlık haline getirmişlerdir. Felsefeciler bu kişilerin "bir tabiat haline getirilmiş mutluluğu elde edenler" olduklarını belirtmişlerdir. Hayata Pollyanna gibi yaklaşan bir kişi dünyayla olumlu ağlara sahip kişinin prototipidir(Matlin ve Stang, 1978). Çeşitli çalışmalar(Dember ve Penwell,1980; Matlin ve Gawron, 1979) mutluluk ile olumlu ağlar yanı ağır basan bilişsel sistem ve Pollyanna kişiliği arasında bir ilişki bulmuşlardır. Diğer bazı bireyler ise yaşama, olaylara kötümser bakmayı bir kişilik özelliği olarak geliştirmişlerdir. Toplum örnekleyen bir çalışmada(Abbey ve Andrews,1986) olaylara kötümser bakmanın, depresif duyguların ve stresin yaşam doyumunu azaltan önemli etmenler olduğu bulunmuştur.

Kişiliğin ve dış olayların etkisini bütünleştirici bir etkileşimsel model ortaya konabilir. Kişi mutlu tepkilere zemin hazırlayan bir ağa sahip olabilir. Ancak sisteme giren olaylar bağlar tarafından çarpıtılmış olsa da, olaylar da zamanla bağları değiştirebilir. Diğer bir deyişle, kişinin ağı yeni bağlar tarafından az ya da çok oranda etkilenir.

e)Yargı Kuramları

Mutluluğun bazı standartlarla gerçek koşullar arasındaki karşılaştırmalar sonucu ortaya çıktığını postüle eden birçok kuram vardır. Eğer gerçekteki durum saptanan standartı aşarsa mutluluk oluşacaktır. Doyum gözönüne alındığında bu tür karşılaştırmalar bilinçli olarak yapılabilir. Ancak duygu durumunda standartlarla karşılaştırma olayı,bilinçsiz ya da bilinçdışı yapılmaktadır. Yargı kuramları ne tür olayların olumlu ya da olumsuz olduğunu öngörmemesine rağmen, olayların ortaya çıkaraca-

ğı duygunun miktarını öngörürler.

Yargı kuramlarını sınıflamada bir yol, onların ele aldığı standartlara bakmaktır. Sosyal karşılaştırma kuramında kişi diğerlerini bir standart olarak kullanır. Eğer kişi kendini diğerlerinden daha iyi görüyorsa, bu kişi doyumlu veya mutludur(Carp ve Carp,1982; Emmons et.al., 1983; Michalos,1980).

Adaptasyon(Brickman, Coates ve Janoff-Bulman,1978) ve ranj-frekans(Parducci,1968,1982) kuramlarında kişinin geçmiş yaşamı bir standart olarak kullanılır. Eğer kişinin şimdiki yaşamı bu standartı aşıyorsa, bu kişi muhtemelen mutludur. Kişi başka standartlara da sahip olabilir. Örneğin kişi kendi kendilik kavramına dayanan bir başarı standardı veya ailesine dayanan bir başarı standartına göre mutluluğunu yargılayabilir.

Her kurama göre standartlar farklı yollardan ortaya çıkmaktaysa da yargılama, hepsinde asıl etkinliktir. Sosyal karşılaştırmada, proksimal diğer kişiler, önemlerinden dolayı daha fazla ağırlıklandırılır. Dermer, Cohen, Jacobsen ve Anderson(1979), proksimal kişilerin gerçekte zaman ve mekanda kişiden uzak olsalar bile bir karşılaştırma standardı olarak kullanıldıklarını göstermişlerdir. Seidman ve Rapkin(1983), sosyal karşılaştırmaların zihin sağlığı üzerindeki etkisine ait bulunan kanıtları incelemiş ve Wills(1981) talihsiz, statü yitiren kişilerin bir standart olarak kullanıldığı karşılaştırmaların subjektif iyi oluşu arttırdığını bulmuştur.

Bu kuramların temel eksikliği kişinin kendisi ile diğeri arasında neden karşılaştırma ihtiyacı duyduğunu, bu ihtiyacın hangi koşullarda ortaya çıktığını ortaya koyamamalarıdır. Freedman(1978)'ın belirttiği gibi cinsellik gibi bazı konularda karşılaştırma önemli olmayabilir. Çünkü, insanlar kendi değer ve ihtiyaçlarına dayanan iç standartlara sahiptirler. Ancak Emmons ve meslektaşları(1983) bir çok alanda yapılan

karşılaştırmaların, doyumu öngören en önemli etmenlerden biri olduğunu bulmuşlardır.

İlk olduklarında olaylara uyum, onların iyi ya da kötü oluşlarına bağlıdır. Zaman geçtikçe olaylar gücünü kaybederler. Kişi hep iyi koşullara uyum sağlamışsa daha çok mutluluk duyamaz. Benzeri bir adaptasyon süreci kötü koşullar ve olaylar için de söz konusudur. Adaptasyon kuramı bireyin kendi yaşantısından çıkardığı standarta dayanır. Eğer halihazır-
daki olaylar standartlardan daha iyiyse birey mutlu olacaktır. Ancak iyi olaylar ardarda sürerse adaptasyon sağlanacak; böylece bireyin standartları yükselecek ve sonuçta birey yeni oluşacak olaylar için yeni bir kriter oluşturacaktır(Brickman ve Campbell,1971). Adaptasyon kuramına göre yakın zamanda meydana gelen değişiklikler mutluluğu ya da mutsuzluğu doğururlar. Bundan dolayı bu kuram değişiklikleri sisteme yeni bir girdi olarak görür ve değişiklikler olayların algılanan averaj düzeyinden daha çok mutlulukla ilişkilidir. Sonuçta kişinin standartı herhangi bir düzeye göre yükselecek veya düşecektir; yalnızca bu düzeyden sapmalar duyguları ortaya çıkarır.

Brickman ve meslektaşları(1978),piyangoda büyük ikramiye kazananların daha mutlu kişiler olmadığını ve ağır düzeyde kaza geçirmiş kişilerin normallerden daha az mutlu olmadığını bulmuşlardır. Araştırmacılar bu bulguları insanların olaylar talihli ya da talihsiz olsa da bir şekilde uyum sağladıkları şeklinde yorumladılar. Wortman ve Silver(1982), boylamsal bir çalışmada yukarıdaki sonuçları teyit etmiştir. Yazarlar bir kazada spinal kordu zedelenmiş olarak kurtulan bireylerin çok mutsuz olduğunu bulmuşlardır. Ancak bu bireylerin duyguları çabucak mutluluğa doğru kaymaya başlamıştır. Bu da aşırı talihsiz olaylarda bile uyumun çabuklukla oluştuğunu göstermiştir. Cameron(1974) ve Feinman(1978), diğer özürlü grupların kontroller kadar mutlu olduğunu kanıtladılar. Adaptasyon için ne kadar süre gerektiği, hangi koşullarda bireylerin adapte

olduğu ve insanların tamamıyla adapte olup olmadıkları sorularına ilişkin boylamsal çalışmalar gerekmektedir. Ne miktarda zaman ve yaşantı birikimi bir standartın oluşması için gereklidir ve yakın zamanda olan olaylar nasıl ağırlıklandırılacaktır? Kanıma göre, insanların bütün koşullara tamamıyla uyum sağlaması olanaksızdır. Uyum koşulları durumun etkisini azaltsa bile tamamen ortadan kaldıramaz. Hele olay felç gibi bir çaresizlik durumu olduğunda koşullara uyum, bu olumsuz etkiyi ancak bir dereceye kadar azaltabilir. Sonuç olarak adaptasyon insan yaşamında kaçınılmaz bir süreç olarak ortaya çıkarken, onun sınırları ve parametreleri henüz tamamıyla anlaşılammıştır.

Parducci(1968), insan yargısı üzerinde bir laboratuvar modeli oluşturarak mutluluğa ilişkin provakatif bir kuram geliştirmiştir. Ranj-frekans modeli olarak tanınan bu kuram yargılanan olaylara ilişkin yaşantıya dayalı kesin dakik bir standart ortaya koymuştur. Bu kuram laboratuvar ortamında adaptasyon düzeyi yaklaşımını başarılı bir şekilde uygulamıştır. Model, yaşam olaylarını bir yöne yığılı olarak gösteren(yani apsis ordinat ekseninde bir uca yığılı dağılım) bireyler için çok ilginç açıklamalar yapmaktadır. Yani, en büyük mutluluk yaşayanların, olayları daha çok negatif uca yığan kişiler olduğu öngörülmektedir.

Daha önceden açıklandığı gibi olayların ortalama düzeyde olumlu oluşu kişinin mutluluğuna etkide bulunmamaktadır. Çünkü, kişi olaylara uyum sağlamaktadır. Ranj-frekans modeli karşılaştırma standartı noktasının, olaylar ranjinin orta noktasına veya medyanına yakın olduğunu ortaya koymuştur. Bu noktanın üstündeki olaylar kişiyi mutlu kılar. Olayların daha çok olumsuz dağılımına sahip birey, zamanın büyük çoğunluğunda mutlu olacaktır. Çünkü olayların çoğu karşılaştırma standartının üzerinde olacaktır. Bu anlamda olayların mutlak olarak olumluluğu veya iyiliği önemli değildir. Dağılımın biçimi önemlidir.

Olaylar, olumlu olarak dağılıyorsa (dağılımın pozitif uca yığılması) kişi mutsuz olur. Yani yaşamında hep pozitif, olağanüstü anlara sahip kişiler mutsuzluğa mahkumdurlar. Parducci(1968)'nin işaret ettiği gibi "eğer en iyi, en güzel, nadiren olan birşeyse, onun yaşantı ranjında bulunmaması daha iyidir"(s.90). Bu öngörme çok mutlu anların kişinin yaşamını zenginleştirdiğine ilişkin genel inanışla çelişmektedir. Ancak, ranj-frekans kuramının öngörümleri çok spesifik ve tes edilebilir nitelikte olduğundan sonuçların yalanlanması oldukça güçtür.

Yargı kuramları içinde en popüler yaklaşım kişinin gerçek koşulları ile emelleri arasındaki uyumsuzluğu ele alan emel düzeyi kuramıdır. (Carp ve Carp,1982). McGill(1967) ve Wilson(1960), mutluluğun kişinin karşılanmış ve karşılanmamış arzularının birbirine oranına göre belirlendiğini belirtmişlerdir. Emel düzeyi kuramına göre, yüksek emeller kötü koşullar kadar mutluluğu tehdit ederler. Kyniklerin ifade ettiği gibi istediği kadar paraya kavuşmamış hiçbir kişi zengin olamaz. Emel düzeyi, kişinin yaşantılarından ve amaçlarından ortaya çıkar. Mutlulukla, objektif koşullar ile emeller arasındaki uyumsuzluk korele olmasına rağmen emel düzeyi ile mutluluk arasındaki ilişki çok güçlü değildir(Emmons et. al.,1983; Gerrard, Reznikoff ve Riklan,1982; Kammann,1982; Wilson,1960).

Tüm yargı kuramlarında çok genel bir sonuç vardır: Karşılaştırmalar yalnızca alanlarda (örneğin, gelir alanı) mı yoksa genel olarak yaşamın değerlendirilmesinde mi yapılmaktadır? Dermer ve meslektaşları(1979) karşılaştırmaların yaşamın bütün alanlarında yapıldığını bulmuşlardır. Ayrıca Emmons ve meslektaşları(1983) ve Dermer ve meslektaşları(1979)'nin bulguları birçok doyum yargısında sosyal karşılaştırmaların önemli olduğunu göstermelerine rağmen, bireyin yaşantısına duygunun daha fazla etkide bulunduğu ortaya çıkarmıştır. Sonuç olarak, etkileri bakımından karşılaştırmaların bir sınırı olmalıdır.

Özetle, yalnızca kişilik özelliği ve durumsal olan mutluluğun ayırdedilmesi değil, haz ve doyum gibi farklı süreçlere bağlı subjektif iyi oluşun ayırdedilmesi gereklidir. Subjektif iyi oluşun yapısı bütün boyutlarıyla tanınmalı ve yanlışlanabilir öneriler getirilmelidir. Yukarıda değinilen her kuramsal yaklaşımın keşfedilmeye, derinleştirilmeye ihtiyacı vardır. Ayrıca bu konuda önemli bir eksiklik kuramların belli bir yapıda bütünleştirilmemesidir. Literatürde kuramların sentezine ilişkin herhangi bir çalışma göze çarpmamıştır.

D.Araştırmanın Modeli

Kendi temporal süreçleri içerisinde bilinçli amaç, ilgi ve uğraşları konu alan her araştırma, kaçınılmaz olarak bilişsel rasyoneli kuramsal bir temel olarak kabul edecektir. Yani daha başlangıçta dış etmenler veya anlık duygusal tepkilere göre eylemlerini yönlendiren bir insan rasyoneli dışlanmak durumundadır. Bunun yerine istendik hedeflere ulaşmada gerçekliğin temsillerini kuran, olaylara ilişkin senaryolar oluşturan bir insan modeli, incelenen konu hakkında ilk varsayım olmaktadır. Yani temel hareket noktası, yaşamını bilinçli eylemleriyle netleştirmeye geleceği doğru olarak öngörmeye veya kendi hipotezlerini geçerlemeye çabalayan bilimci bir insandır.

G.Kelly ve onun devamcılarının(bilişselcilerin) vurguladıkları üzere yaşamın temsili, gerçekliğin yeniden üretilmesi, birey için oldukça kritik bir olgudur. Yaşam içerisinde her kişi kendi yaşam çizgisinin kendisini, kafasını doğrulamasını, öngörebildiği, güvenebildiği bir sosyal ortam içerisinde bulunmayı ister. Bu statik değil aksine dinamik, gelişken bir olgudur. Süren yaşam periyodlarında bireyin temsilleri kendisini daha fazla gerçekleyici tarzda gelişir, zenginleşir. Bireyin eylemleri ve çabaları kabaca iki alanda toplanır: Kendini daha fazla doğrulayan, daha fazla "kendi" kılan bir dünya tasarımına sahip olmak ve

sosyal dünyası içerisinde uyumlu yaşamak. Her iki öge, bireyin yaşamı içinde birbirini bütünleyen ve temelde bireyi doyumlu kılan asıl etkinliklerdir.

Son yıllarda sosyal psikoloji ve kişilik psikolojisinde çok sık vurgulandığı gibi amaç, davranış ve eylemler kendi doğal ortam ve süreçleri içinde ele alınmalıdır. Böylece bireyin yaşam örgüsü, davranış örüntüleri(patterns) ve günlük yaşamın organizasyonu açıklığa kavuşabilir. Davranışa yönelten tek bir etmen(örneğin, motivasyonlar, treytlar) ya da her durumda davranışın genel bir öngörücüsünün bulunduğu fikri, psikolojiyi kısır bir noktaya sürüklemiştir. Yaşamın ardışık gelişimi sırasında eylem ve olaylara neden olan faktörlerin çokluğu ve kendi içlerindeki karmaşık amaç organizasyonu, bu tür görüşlerin revize edilmesini gerektirmektedir. Amaç kuramında bu olgu açıklıkla gösterilmektedir. Yani bireyin amaçlı doğası değişik motivasyon kaynaklarından beslenen, durumun niteliklerine göre oldukça esnek olmakla birlikte kalıcı hedefler bakımından kararlı hiyerarşik bir yapıdadır. Bu yapı bütünü içerisinde episod ve olaylara bağlı olarak çeşitli alt amaçlar vardır.

Hedeflenen bilimsel inceleme zemini, bireyin kendi doğal çevresi ve olağan süreci içerisinde ele alınmasıdır. Bunun başarılması herşeyden önce uygun bir analiz ünitesinin varlığına bağlı görünmektedir. Potansiyel bir ünitenin bireyin kalıcı ve temporal bilişsel özelliklerini, toplumla ilgili kişisel yapılarını kapsamaması gerekir. İleri sürülen her iki ölçüt açısından kişisel projeler uygun analiz üniteleridir. Bireyin genel amaç sistemi ve bütün bilişsel ağı bir araştırma kapsamında incelemeyeceğinden, özgün bir durum içerisinde oluşan süreç ve özellikleri değerlendirmek, gerçekçi bir hedef sayılır. Özetle kişisel projeler kapsamında ulaşılmak istenen iki konu vardır. Birincisi, kişisel projelerin gelişim seyrinde ortaya çıkan yapının bireye has(ipsative) ve genele has(normative) yanlarını açıklığa kavuşturur. Yani bir kişisel

projenin başlangıcından sonlanıncaya kadar ortaya çıkan bireysel ve genel bilişsel değerlendirme özelliklerinin anlaşılması, bu analiz yöntemiyle olanaklı hale gelmektedir. Bu olgunun projeler sistemi halinde bütünsel olarak ele alınması gereklidir. İkincisi, projenin gelişim süreci içerisinde ortaya çıkan kalıcı birtakım kişilik özelliklerinin, bireysel farkların birey bazında/doğal ortam içerisinde kalınarak saptanmasıdır. Kişilik eğilimleri durumlardan bağımsız, sosyal çevreden izole değişkenler olmayıp, sosyal bağlama göre ortaya çıkma dereceleri değişen özelliklerdir.

Subjektif iyi oluş, insanın amaçlı bilinçli eylemleri, kişisel yapılarını gerçekleştirme aktiviteleriyle ortaya çıkan bir sonuçtur. İnsan "kendi" olma hedefinde her adımı başarırken mutluluk, doyum gibi öznel sonuçlara ulaşır. Anlık duygu durumunda değişimler, geçici dış etkiler (örneğin, hava değişimi) gibi bazı değişkenler mutluluğa etkide bulunabilirler. Ancak hedeflenen, kişinin kendi yaşamına ilişkin genel bilişsel değerlendirmesidir. Dolayısıyla bu tür bir yargıyı ortaya çıkaran etkinliklerin bilinçli, amaçlı olması gereklidir. Sonuç olarak yaşamdan alınan doyum bilişsel bir değerlendirmeye dayanır ve bu değerlendirmede kişinin hipotezlerinin geçerlenmesinin, başardığı uğraş ve projelerin etkisi vardır.

Yaşamdan alınan doyumun kuramsal zeminleri henüz net olarak açığa çıkmamışsa da aktivite kuramları ve telik kuramlar bu öznel yargının ortaya çıkmasını daha çok açıklar niteliktedir. Eylemleri sürdürürken mi yoksa eylemlerin başarılması sonucu mu böyle bir yargının ortaya çıktığı önemsiz bir sorundur. Kişi belli bazı eylemleri yürütürken anksiyete yaşasa da genelde istediği için, haz duyduğu için bir projeyi ele alır. Her alt adımın tamamlanması bireye doyum yaşatarak onu sona doğru iter. Dolayısıyla doyumun miktar olarak eylemleri yaparken mi yoksa eylemlerin sonucunda mı çok olacağı kesin olarak bilinmeyen bir durumdur. Ancak

sağduyu bize bilişsel bir değerlendirmenin geçmişte yapılmış aktivitelerin sonuçlarına bakılarak yapıldığını; buna karşın gelecekte ele alınacak bir proje için hem sürecin hem de nihai sonucun birlikte gözönüne alındığını söylemektedir.

Öte yandan önceki bir araştırmancın bulgularının işaret ettiği gibi (Yetim, 1985) ülkemiz koşullarında bireyin kendi amaçlarına erişmesini engelleyen dış sosyo-kültürel bir çerçeve sözkonusudur. Birçok olayda birey insiyatifini ya da müdahalesini deneyemez. Çünkü böyle bir zemin baştan oluşturulmamıştır. Dolayısıyla birey kendini yeterli görse de, bu çerçeveye göre davranmak, dış engellere göre davranışını yönlendirmek zorundadır. Ayrıca gelişme yolunda olan ülkelerde maddi ve sosyal olanaklar henüz yeterince karşılanmadığından, bireyin yaşamında bu kaliteler önemli yer işgal ederler. Yol, su, kanalizasyon, düzenli ulaşım gibi objektif etmenler, ülkemiz insanının doyumunda önemli etkileri olan değişkenlerdir. Sonuç olarak bireyin kendi bilişsel özelliklerini uygulama fırsatını büyük oranda engelleyen bir çerçevenin araştırmada sorgulanması gereklidir. Yani, örneğin bireyin kendi çalışma koşullarını değiştirme fırsatı yokken, ona çalışma yaşamı ile ilgili ele aldığı projelerin neden başarısız olduğunu sormak anlamlı gözükmemektedir. Ayrıca objektif çevre koşullarının yetersizliği, uğraşları başlamadan sona erdiren bir nitelikte olabilir. Kişinin arzu ettiği hedefler için yeterli kaynakların olmayışı, onu doyumsuzluğa itebilir.

Sonuç olarak bireylerin kendi yaşamlarından aldıkları doyumun belirleyen ikili bir yapı ile karşı karşıya kalınmaktadır. Bunlardan birincisi, projelerin sürdürülmesi ve başarılmasına ilişkin bilişsel organizasyondur. Bu bakımdan proje bazının rasyoneli ve değerlendirme ölçütleri Little'ın kişisel projeler metodolojisinden çıkarılmıştır. Projenin başlangıç aşamasından eylem aşamasına kadarki gelişim seyri ve genel olarak proje sisteminin yapısı ile doğrudan ilgili değişkenler Tablo-4'de gösterilmiştir. İkincisi objektif engellerdir. Ülke koşulları gözönüne alınarak, bilişsel bir değerlendirmeye zorunlu olarak müdahale eden bu etmenlerin değiştirilmesi gereklidir.

TABLO-4

YAŞAMDAN ALINAN DOYUM MODELİ

I .PROJE GELİŞİM SÜRECİ

BAŞLANGIÇ

Değişkenler

- 1.Projeye verilen önem
 - a)Kısa vadeli
 - b)Uzun vadeli
- 2.Projeden hoşlanma
- 3.Projenin zorluğu
- 4.Projeyi başlatmada bireysel sorumluluk(insiyatif)
- 5.Projenin bireyin değerleriyle uyumu
- 6.Projenin çevreye duyurulması/bilinirlik (Visibility)

PLANLAMA

Değişkenler

- 1.Çevrenin projeye verdiği önem
- 2.Projenin gelişeceği mekan
- 3.Projeye katılanların listesi
- 4.Projeden beklenen başarı

EYLEM

Değişkenler

- 1.Kontrol
- 2.Projeye bağlanma
- 3.Projeden sağlanan başarı
- 4.Bireysel proje/grup projesi
- 5.Projenin diğer projelere olumlu etkisi
- 6.Projenin diğer projelere olumsuz etkisi

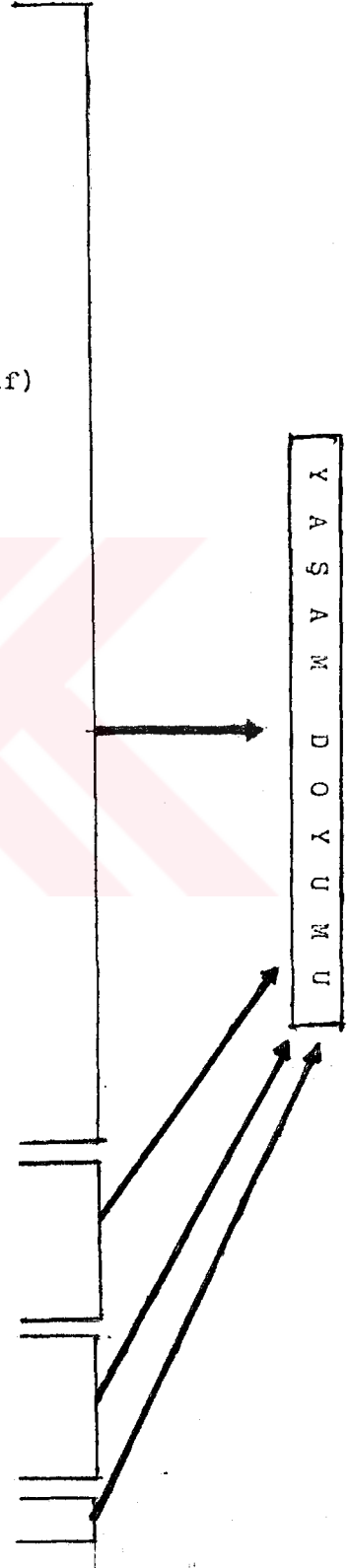
II .PROJEYE İLİŞKİN SİO DEĞİŞKENLERİ

- 1.Stres
- 2.Bireye haslık/yaşam stiline uygunluk
- 3.Zamanın uygunluğu

III.PROJE SİSTEMİ

- 1.Projenin aldığı eksi değer
- 2.Proje sisteminin çatışma değeri

IV .OBJEKTİF ENGELLER



Tablo-4'de bildirilen değişkenlerin yaşamdan alınan doyumunu açıklayacak ve farklı düzeylere ayırdedecek bir yapıyı ortaya koyması beklenmektedir. Buna bağlı olarak araştırmanın amacı, doyumlu ve doyumsuz bireylerin bilişsel özelliklerini sözügeçen değişkenler açısından incelemektir. Modelin sınanması, yöntem bölümünde ayrıntılarıyla açıklanacağı üzere alan araştırmasıyla yapılacaktır. Bireylerden değişkenlere ilişkin bilgiler, self-report tekniğine dayalı olarak elde edilecektir.



II.BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde kuramsal çerçeve ve araştırmanın modeline dayalı olarak oluşturulan araştırma düzeni üzerinde durulacaktır. Daha açık bir anlatımla, araştırmanın dayandığı tanımlar, kabuller, amaç, sınırlılık ve beklentiler ortaya konup; bu kapsam içinde ölçme araçlarının geliştirilmesi, örneklem seçimi, uygulama ve verilerin analizi değerlendirilecektir.

A.Tanımlar

Araştırmanın kuramsal kısmında ele alındığı gibi kişisel projeler bireyin günlük yaşamındaki bilinçli eylemlerinin incelenmesini sağlayan analiz üniteleridir. Bir kişisel proje, birbiriyle karşılıklı bağlantılı ve örüntülü eylemler setidir. Projeler sistemi ise, bireyin belli bir zaman diliminde ele aldığı kişisel projelerin bütününe ait bir yapıdır. Kişisel proje sisteminde projelerin birbirleriyle uyumu, projelerin çatışma derecesi gibi yapı özellikleri mevcuttur.

Araştırmanın modeline, yaşam doyumuna etki eden bir değişken olarak objektif engeller belirtilmiştir. Objektif engel kavramı ile bireyin ele aldığı kişisel projelerin gerçekleşmesini olumsuz yönde etkileyen her türlü birey dışı etmenler kastedilmektedir. Bu etmenler, kişisel projelerin gerçekleşmesini engellediklerinden dolayı yaşamdan alınan doyumunu etkilerler.

Bu araştırmanın açıklamak istediği olgu olarak yaşam doyumunu, bireyin kendi yaşamı hakkındaki genel değerlendirmelerini kapsayan biliş-

sel bir yargıdır. Bu yargı, bireyin ele aldığı bilinçli aktivitelerin bir ürünüdür.

B.Kabuller

Araştırma, bilişsel psikolojinin sunduğu rasyonele dayanmaktadır. Yani insanın bilinçli aktivitelerinde daha çok bilişsel değerlendirmele-
rin egemen olduğu kabul edilmektedir. Buna bağlı olarak insanın dünyayı kendine göre oluşturan, dünyaya anlam katan aktif bir varlık olduğuna inanılmaktadır.

Günlük yaşamın incelenmesinde kişisel projeler yaklaşımı benim-
senmiştir. Yani bir kişisel projenin başlangıç, planlama, eylem ve son-
lanma gibi aşamalardan geçerek geliştiği kabul edilmiştir. Sözü edilen
bu aşamaların hemen her birey için geçerli olduğu söylenemese de, genel
olarak bütün kişisel projelerde böylesi bir gelişmenin olması akla yat-
kın görünmektedir.

Yaşam doyumunun bilişsel bir yargı olduğu gözönünde bulundurula-
rak, bu yargıya etkide bulunması olası duygusal etmenler(olumlu, olumsuz
duygu), duygu durumundaki günlük değişimler değerlendirilmemiştir.

C.Amaçlar ve Sınırlılıklar

Bu araştırmada bireylerin yaşamdan aldıkları doyumun bilişsel ya-
pısı incelenecektir. Elde edilmek istenen bilişsel yapı, bireylerin ola-
ğan yaşam seyri içerisinde ele aldıkları kişisel projeler değerlendiril-
lerek ortaya konulmaya çalışılacaktır. Araştırmada hedeflenen bir diğer
amaç, bireyin kişisel projelerini sürdürürken karşılaştığı objektif en-
gellerin, onun yaşam doyumuna olan etkisini gösterebilmektir. Özetlemek
gerekirse, bu araştırmada yaşam doymu, kişisel proje değişkenlerine ve
objektif engellere göre ifade edilmek istenmektedir.

Yukarıda belirtilen amaçlar doğrultusunda yapılacak analizler so-

nucu yaşam doyumuyla ilişkin genele özgü (normative) ve bireye özgü (ipsative) bilgilerin elde edilmesi beklenmektedir. Ancak Türk toplumunun bütün katmanlarını kapsayan genel yaşam doyumu profili, bu araştırmanın kapsamı dışındadır. Araştırma, amaçları bakımından ülkemizde ilk, öncü bir çalışmadır. Bu bakımdan hedeflenen amaçlara ulaşıldıktan sonra, tüm toplumu kapsayan örneklemeler alınarak yaşam doyumunun genel yapısına bakılabilir. Sonuç olarak araştırmanın bulguları sınırlı popülasyonlar için anlamlı olacaktır.

Değininilmesi gereken bir diğer sınırlılık, kişisel projelerin gelişim süreci içerisinde ortaya çıkan aşamaların yaşam doyumu içerisinde önemlerine göre ağırlıklandırılmamasıdır. Herşeyden önce her bireyin bu aşamaları aynı biçimde yaşadığı; aşamalarda sözü geçen değişkenlerin tümünü aynı şekilde değerlendirdiği bilinmeyen bir durumdur. Bu konuda literatürde yapılmış bir çalışma yoktur. Yaşamın temporal süreci hakkında yapılan tüm açıklamalar, kaçınılmaz olarak spekülatif olmak durumundadır. Ancak bir kişisel projeyi ele alan bireyin yaşarken bileceği içsel bir olguyla karşı karşıyayız. Araştırmanın kabulleri kısmında değinildiği gibi kişisel projeler yaklaşımı, bu konuda en akla yatkın açıklamayı sunmaktadır. Sonuç olarak bu çalışmada kişisel projelerin gelişim aşamalarının yaşam doyumuyla olan etkileri ayrı ayrı değerlendirilmeyecektir. Bunun yerine, gelişim süreci bir bütün olarak kabul edilip (sonlanma dışında), bu bütün içinde ortaya çıkan değişkenlerin yaşam doyumuyla etkileri gösterilmeye çalışılacaktır. Sonlanma aşamasının değerlendirilmesi boylamsal bir çalışmayı gerektirmektedir. Bu bakımdan sözü geçen aşama araştırmanın kapsamı dışında bırakılmıştır.

D. Beklentiler

Yukarıda sunulan çerçeve doğrultusunda araştırmanın beklentileri şunlardır:

- (1) Kişisel proje değişkenlerinin yaşam doyumunu belirlemesi,
- (2) Kişisel proje değişkenlerinin yaşam doyumundaki farklılaşmayı ayırdedebilmesi,
- (3) Kişisel proje sisteminin(projenin aldığı eksi değer ve proje sisteminin çatışma değeri) yaşam doyumunu belirlemesi,
- (4) Kişisel proje sisteminin yaşam doyumundaki farklılaşmayı ayırdedebilmesi,
- (5) Stres, bireye haslık ve zamanın uygunluğu gibi sosyal psikolojik değişkenlerin yaşam doyumunu belirlemesi,
- (6) Stres, bireye haslık ve zamanın uygunluğu gibi sosyal psikolojik değişkenlerin yaşam doyumundaki farklılaşmayı ayırdedebilmesi,
- (7) Objektif engellerin yaşam doyumuna etkide bulunması,
- (8) Objektif engellerin yaşam doyumundaki farklılaşmayı ayırdedebilmesidir.

Özetle,yaşam doyumunun kişisel proje değişkenlerinin bilişsel organizasyonuna ve objektif engellere göre belirlendiği öngörülmektedir.

E.Araçlar

Bireylerin sahip oldukları kişisel projeler ve bunlara ilişkin yaptıkları değerlendirmeleri bulmak üzere Kişisel Projeler Matrisi ve Projeler Arası Etki Matrisi Ölçekleri geliştirilmiştir. Her iki ölçeğin geliştirilmesinde G.Kelly(1955)'nin "Repertuvar Grid" tekniğinden ve Little(1983)'ın "Kişisel Projeler Metodolojisi"nden yararlanılmıştır. Kişisel projeler matrisinde önce proje kavramı ile ilgili açıklamalar ve çeşitli proje örnekleri verilmiştir. Sonra bireylerden bu açıklama ve örnekleri değerlendirip, 5-10 dakika içerisinde kendi orijinal projelerini yazmaları istenmiştir. Bundan sonra bireylerden yazdıkları kişisel projelerinden 10 tanesini seçmeleri ve matrisin satırlarına önem sıralarına göre yazmaları belirtilmiştir. Bireyler, her satırdaki projelerini

matrisin sütununda yer alan boyutlara göre değerlendirmişlerdir. Değerlendirme "0"(hiç) ile "10"(çok) arasında yapılmaktadır. Her boyut kişisel projelerin değerlendirme değişkenlerinden birini kapsamaktadır. Bu boyutlar, kişisel projeler yaklaşımından ve yaşam doyumu literatüründen seçilmişlerdir. Doğrudan kişisel projeler yaklaşımının dizisel analizine göre belirlenen ve 0-10 arasında değerlendirilen boyutlar şunlardır:

Projelere verilen uzun vadeli önem, projelere verilen kısa vadeli önem, projeden hoşlanma, projenin zorluğu, projenin çevreye duyurulması/bilinirlik(visibility), kontrol, projeyi başlatmada bireysel sorumluluk(inisiyatif), projeden beklenen başarı, çevrenin projeye verdiği önem, projenin bireyin değerleriyle uyumu, projenin diğer projelere olumlu etkisi, projenin diğer projelere olumsuz etkisi, projeden sağlanan başarı ve projeye bağlanmadır. Stres, bireye haslık/yaşam stiline uygunluk ve zamanın uygunluğu boyutları yaşam doyumu literatüründen elde edilmiştir. Böylece 17 boyut her proje açısından "0" ile "10" arasında sayısal değerler almaktadır. Bu boyutlara ek olarak projelerin "nerede" ve "kiminle" yürütüleceğini ortaya çıkaran iki açık uçlu sütun kullanılmıştır. "Kiminle" sütunundan projelerin bireysel proje/grup projesi olması ve projelere katılan toplam kişi sayısı saptanmaktadır. "Nerede" sütunundan projelerin yürütüleceği "genel", "yarı genel" ve "özel" mekanlar saptanmaktadır. Bilindiği gibi projenin gelişeceği mekan ve projenin bireysel ya da grup projesi olması, projelere katılan toplam kişi sayısı, kişisel projeler yaklaşımında önemle değinilen proje değişkenleri arasında yer almaktadırlar.

Kişisel projeler matrisi sabit bir ölçek değildir. Aksine bu ölçek, insanların eylemlerini incelemede oldukça esnektir. Yani ölçeğe cevaplayanların yapısına uygun yeni boyutlar eklenebilir veya varolan boyutlardan bazıları çıkartılabilir. Ancak ölçek yoğun bilişsel değerlendirmeye dayanmaktadır. Zaman ve cevaplayanların sağlıklı değerlendir-

meler yapabilmeleri açısından boyutların miktarının optimum tutulması gerekir.

Kişisel projeler matrisinden elde edilen veriler birey merkezli (ipsative) ve grup merkezli (normative) olmak üzere iki düzeyde incelenmektedir. Birey merkezli incelemede ölçek, her birey açısından analiz edilmektedir. Yani, her projenin değerlendirilmesini kapsayan boyutlar arasında yapısal ilişkiler bulunmaktadır. Örneğin bir projenin çevreye duyurulmasıyla onun önemli görülmesi arasında bir ilişki olup olmadığı veya o proje kapsamında zamanın uygunluğu ile algılanan stres arasında olumsuz bir ilişkinin bulunup bulunmadığı birleştirme ölçüleriyle saptanabilir. Daha teknik olarak söylersek, burada her iki değişken arasında korelasyonlar bulunup, elde edilen korelasyon değerleri Fisher formülü ile standart puanlara döndürülmektedir. Grup merkezli incelemede elde edilen sonuçlar birey düzeyinden grup düzeyine çıkarılarak her boyut 10 projeden oluşmuş bir sütun olarak görülmektedir. Böylece, sütunların ortalaması alınarak, bireylerin proje sisteminin karakteristikleri karşılaştırılmaktadır. Yani bu düzeyde yapılan değerlendirmeler, klasik kişilik ölçeklerinde yapılan değerlendirmelerle aynıdır. Ancak boyutların ölçtüğü projeler birey için anlamlıdır. Kişisel projeler, bireyin günlük yaşamının ürünüdür.

Projeler arası etki matrisinde, bireyler her projesinin bir değerine olan etkisini değerlendirirler. Ölçek 10x10'luk bir matristir. Bireyler ölçeğin hem satırına hem de sütununa önem sırasına göre projelerini kısaca yazarlar. Her proje için ikili karşılaştırmalar yapılır. Bireyler, ilk projeden başlayarak birinci projenin ikinciye, üçüncüye..... onuncuya olan etkisini "çok olumlu", "olumlu", "nötr", "olumsuz", "çok olumsuz" şeklinde değerlendirirler. Bu karşılaştırmalar, onuncu projeye kadar böylece devam eder. Bireyler, projenin bir değerine olan etkisini

"++"(çok olumlu), "+"(olumlu), "0"(nötr), "--"(olumsuz) "---"(çok olumsuz) işaretleriyle uygun hücrelere yazarlar. Bu süreç, 90 karşılaştırmaya dayanan matrisin tamamı dolduruluncaya dek sürer. Burada örneğin, birinci projenin dördüncü proje ile eşlendiğinde, birinci projenin dördüncü proje üzerinde yarattığı etki değerlendirilmektedir. Aynı iki proje ikinci kez değerlendirildiğinde(dördüncü projenin, birinci projeye olan etkisi), bu kez birinci projenin aldığı etki değerlendirilmektedir. 90 karşılaştırmaya dayanan matris tamamlandığında her projenin aldığı toplam etki ve yarattığı toplam etki bulunur. Proje etki skorları, -180 ile +180 arasında değişebilir. Bundan sonra bu indeksler, projeye verilen önem, projeden hoşlanma ve projenin zorluğu gibi kişisel proje matrisi boyutlarıyla karşılaştırılabilir. Bu indeksler, aynı zamanda kişisel proje matrisindeki ölçümlerle birleştirilebilir. Birçok farklı ilişkide sözkonusu değerler birleştirilebilir. Araştırmada bu ölçekten projenin aldığı eksi değer ve proje sisteminin çatışma değeri gibi iki boyut elde edilmiştir. Bazı proje sistemleri hayli olumlu içsel bütünlüğe ve yapıya sahipken, diğer bazı sistemler çatışmalı ve uyumsuz bir yapıya sahip olabilirler. Yani içsel bütünlüğe sahip proje sisteminde, her proje bir diğerini kolaylaştırırken, çatışmalı yapıya sahip proje sisteminde projeler birbirini engelleyebilir. Proje sistemi indeksleri, bireysel farklılıklarla da ilişkili olabilir ve eğer elde edilen veri analiz edilirse, proje sisteminin yaşam doyumu gruplarını ayırmada katkıları gözlenebilecektir.

Kişisel projeler matrisi ve projeler arası etki matrisi, psikometrik olarak geçerli ve güvenilirdir. Herşeyden önce bu ölçekler, birey için anlamlı projelerin yine birey tarafından değerlendirilmesine dayanmaktadır. Yapılan uygulamalarda hiçbir deneğin proje değerlendirme değişkenleri hakkında anlama güçlüğüne düştüğü gözlenmemiştir. Özetle birey, kendisi için anlamlı projelerini yine bunları değerlendirmesi bakımından gerekli bazı boyutlarla ele almıştır.

lenme çabasıdır. Sonuç olarak araştırmada ulaşılmak istenen hedef, yaşam doyumunu belirleyen genel değişkenleri ortaya koyabilmektir.

Öğrenci grubu, Ege Üniversitesi öğrencilerinden oluşan 220 kişidir. Bu kişilerden 100'ünün değerlendirmesi, yapılan incelemeler sonucu geçerli görülmemiştir. Sonuçta, öğrenci grubu 120 kişiye düşmüştür. Deneklerin 78'i kız, 42'si erkektir. Deneklerin yaş ortalaması, 21'dir. Üniversite mezunu, meslek sahibi yetişkinler grubu başlangıçta 120 denekten oluşmuştur. Yapılan incelemeler sonucu, 60 deneğin değerlendirmesi geçerli sayılmamıştır. Dolayısıyla bu grubun sayısı, 60 kişiye düşmüştür. Deneklerin hepsi evlidir. Bu gruba giren kişilerin 36'sı kadın 24'ü erkektir. Deneklerin yaş ortalaması 32'dir. Her iki grupta yer alan bireyler rastgele(random) örnekleme tekniği yoluyla seçilmişlerdir.

G.Uygulama

Kişisel projeler matrisi, projeler arası etki matrisi, objektif engel ölçeği, yaşam doyumu ölçeği ve demografik özelliklerin sorulduğu açık uçlu sorular, bir anket formunda birleştirilmiştir. Uygulama, bu anket formu üzerinde birebir görüşmeler yoluyla yapılmıştır. Anketin ortalama tamamlanma süresi, kişisel projeler matrisi için 20 dakika, projeler arası etki matrisi için 20 dakika, objektif engel ölçeği, yaşam doyumu ölçeği ve demografik sorular için 15 dakika olmak üzere toplam 55 dakikadır. Görüleceği gibi anket hayli yoğun bilişsel değerlendirmeler gerektiren, zaman alıcı bir ankettir. Dolayısıyla anket formları incelenerek sıkılma, yorulma gibi nedenlerle baştan savma değerlendirmeler yapan denekler araştırmadan çıkarılmıştır. Uygulamada anketör kullanılmamıştır.

H.Seçilen İstatistiksel Teknikler

Elde edilen verilerin analizinde, varyans analizi, stepwise regresyon analizi ve diskriminant analizi istatistiksel teknikleri kullanılır.

mıştır. Bu tekniklerin kullanılmasında Ege Üniversitesi Bilgisayar Araştırma Merkezi'nin istatistiksel paket programları ve SPSS paket programlarından yararlanılmıştır. Sözkonusu tekniklerden diskriminant analizi, ülkemiz psikoloji ve sosyal bilimler araştırmalarında yeni kullanılan bir teknik olması nedeniyle aşağıda kısaca tanıtılacaktır.

Diskriminant analizi, ilk kez Fisher(1936) tarafından objeleri gruplardan birinde sınıflama amacıyla geliştirilmiştir. Bundan sonraki gelişmelerle analiz, sınıflama problemlerinde yaygın olarak kullanılmıştır. Diskriminant analizi, bağımlı değişkenin kategorik, bağımsız değişkenlerin metrik olduğu durumlara uygun bir tekniktir. Çoğu araştırma durumunda bağımlı değişken iki gruptan veya iki sınıftan oluşmaktadır. Diskriminant analiz, iki veya daha çok bağımlı değişken grubunun değerlendirilmesini sağlar. İki bağımlı değişken grubunun olduğu analize iki gruplu diskriminant analizi; üç veya daha çok bağımlı değişken grubunun olduğu analize çoklu diskriminant analizi denir.

Diskriminant analizi önceden tanımlanan bağımlı değişken gruplarını en iyi ayırdeden bağımsız değişkenlerin lineer kombinasyonunu ortaya çıkarır. Sonuç, gruplar arası varyansın gruplar içi varyansa göre maksimize edilmesiyle elde edilir. Kısaca diskriminant analiz, gruplar arası varyansın gruplar içi varyansa bölünmesi işlemine dayanmaktadır. İşlemler sonucunda ortaya çıkan lineer kombinasyon şöyle bir formülasyonla gösterilebilir:

$$Z=W_1X_1+W_2X_2+W_3X_3+.....+W_nX_n$$

Z:Diskriminant skor

W:Diskriminant katsayıları

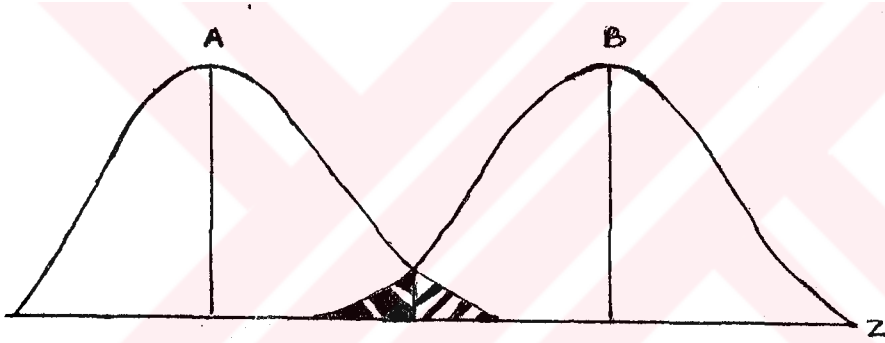
X:Bağımsız değişkenler

Formülasyonda görüleceği gibi her bağımsız değişken kendisine denk düşen ağırlıkla çarpılır ve bütün çarpım sonuçları toplanır. Sonunda her birey için kompoze, tek bir skor elde edilir. Elde edilen bu kom-

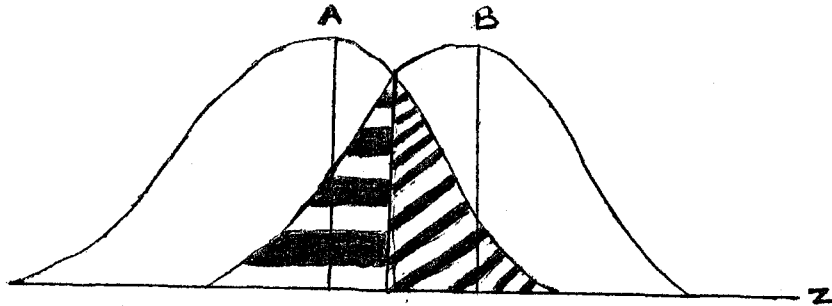
poze skorların ortalaması alınarak, grubun ortalaması bulunur. Grubun ortalamasına centroid denir. Centroid, bir bireyin belli bir grupta en tipik lokasyonuna işaret eder ve grup centroidlerinin karşılaştırılması test edilen boyutta grupların birbirinden ne kadar uzakta olduğunu göstermektedir. Diskriminant fonksiyonun, istatistiksel olarak anlamlılığı grup ortalamaları (centroidler) arasındaki uzaklığın ölçülmesine dayanmaktadır. İki grubun dağılımları birbirine ne kadar az çakışırsa, o oranda diskriminant fonksiyonun iyi ayırdettiği söylenir (bkz. tablo-5).

TABLO-5

DİSKRİMİNANT SKORLARININ TEK BOYUTLU GRAFİĞİ



İki grubu iyi ayırdeden diskriminant fonksiyon



İki grubu kötü ayırdeden diskriminant fonksiyon

Diskriminant analizinin uygulanması ve yorumu, regresyon analizine çok benzerdir. Yani diskriminant analizinde tıpkı regresyon analizinde olduğu gibi iki veya daha çok bağımsız değişkenin metrik ölçümlerinin lineer kombinasyonu, tek bağımsız değişkeni öngörmeye veya betimlemeye kullanılır. İkisi arasında en önemli fark, diskriminant analizde bağımlı değişkeninin kategorik olmasıdır. Bilindiği gibi regresyon analizinde bağımlı değişken metriktir.

Diskriminant analizi, varyans analizi(ANOVA) ile de karşılaştırılabilir. Diskriminant analizinde tek bağımlı değişken kategorik, bağımsız değişkenler metriktir. Bunun tam aksi, varyans analizi için geçerlidir. Yani varyans analizinde bağımlı değişkenler metrik ve tek bağımsız değişken kategoriktir.

Diskriminant analizinin dayandığı varsayımlar(assumptions) çok değişkenli dağılımların normalitesi ve grupların bilinmeyen dağılımlarının ve kovaryans yapılarının olduğudur. Ayrıca bireyleri gruplara sınıflarken, bireylerin yanlış gruba sokulma olasılığının her grup için eşit olduğu kabul edilmektedir. Diskriminant analizi, dayandığı varsayımların ihlal edilmesine çok fazla duyarlı olmayan bir tekniktir. Bu özellikle büyük örneklerde sözkonusudur.

Bu analiz tekniği, (1) iki veya daha çok önceden belirlenmiş grubun ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığını belirler; (2) bağımsız değişkenler üzerinde aldıkları değerlere dayalı olarak istatistiksel birimleri(bireyler veya nesnelere) sınıflar; (3) iki veya daha çok grubun ortalama değerlerinden yola çıkarak gruplar arasında en fazla farka neden olan bağımsız değişkenleri ortaya çıkarır. Kısaca diskriminant analizi, araştırmacı grup farklarını anlama veya istatistiksel birimleri doğru olarak sınıflama amacındaysa yararlı bir tekniktir.

III.BÖLÜM

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, yaşam doyumu ölçeği ile ilgili bulgular, üniversite öğrenci grubu ve üniversite mezunu, yetişkin grubu ile yapılan istatistiksel analizlerin sonuçları verilecektir.

A.Yaşam Doyumu Ölçeği

Bu ölçek, yöntem bölümünde tanıtılmıştır. Sözkonusu ölçek 5 ifadeyi kapsamaktadır. Ölçekle ilgili yapılan ön çalışmanın sonuçları tablo-6'da gösterilmiştir.

TABLO-6

YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİNİN GÜVENİRLİĞİ

MADDELER	MADDE SKOR- LARI İLE TOP- LAM SKORUN KORELASYONLARI	MADDEİNİN TOP- LAM VARYANSA KATKISI	GÜVENİRLİK İNDEKSİ	ORTALAMA	VARYANS
1	0.738	6.994	0.203	4.25	2.60
2	0.625	5.628	0.163	3.47	2.35
3	0.736	6.551	0.190	4.63	2.30
4	0.760	7.412	0.215	4.08	2.76
5	0.748	7.922	0.230	3.52	3.25

Ölçeğin güvenirlik indeksinden elde edilen varyans 34.51'dir. Sonuçta Kuder-Richardson 20 formuna göre ölçeğin güvenirliği .780, split-half iki yarım korelasyon güvenirliği .745'dir. Özetle, yapılan istatistiksel incelemeler ölçeğin tüm maddelerinin güvenilir olduğunu göstermektedir.

Bu ölçekten alınan ortalama değerlere göre yaşam doyumu iki gruba ayrılmıştır. Üniversite öğrencisi grubun ölçekten aldığı ortalama değer, 19.95 ve medyanı 20'dir. Dolayısıyla 20 ve üzeri ortalama değere sahip bireyler yüksek yaşam doyumludur, 19 ve altı ortalama değere sahip bireyler

düşük yaşam doyumlu kabul edilmiştir. Aynı şekilde üniversite mezunu meslek sahibi yetişkin grubun ölçekten aldığı puanların ortalaması 21.980, medyanı 22'dir. Bu grupta 22 ve üstü ortalama değere sahip bireyler, yüksek yaşam doyumlu, 21 ve altı ortalama değere sahip bireyler, düşük yaşam doyumlu kabul edilmiştir. Yaşam doyumu açısından her iki grubun dağılımı tablo-7'de gösterilmiştir.

TABLO-7

YÜKSEK VE DÜŞÜK YAŞAM DOYUMLU GRUPLARIN BELİRLENMESİ

	<u>Üniversite Öğrencisi Grup</u>	<u>Yetişkin Grup</u>
Yüksek yaşam doyumlular:	63(%52.5)	32(%53.3)
Düşük yaşam doyumlular :	<u>57(%47.5)</u>	<u>28(%46.7)</u>
T O P L A M :	120(%100)	60(%100)

Görüldüğü gibi yaşam doyumu ölçeği yaşam doyumunu iki gruba ayırmada oldukça etkilidir. Birçok doyum ölçeğinde, ölçeklerin ayırıcılığı düşüktür. Yani ölçekler, genellikle bireyleri yüksek yaşam doyumlu gruba sokmaktadırlar. Bu bakımdan yaşam doyumu ölçeğinin yaşamdan alınan doyum daha iyi ölçtüğü söylenebilir.

B.Öğrenci Örnekleme

Yaşam doyumu ölçeğine göre belirlenen yüksek ve düşük yaşam doyumlu gruplara varyans analizi ile grup merkezli diskriminant analizi ve birey merkezli diskriminant analizi istatistiksel teknikleri uygulanmıştır. Grupları ayırtmada ve sınıflama sorunlarında daha dakik sonuçlar elde etmek amacıyla stepwise regresyon analizi tekniğine başvurulmuş, yapılan diskriminant analizleri elde edilen verilere göre tekrarlanmıştır.

1.Varyans Analizi

Varyans analizi sonuçları projeyi çevreye duyurma/bilinirlik, kontrol, projeye çevrenin verdiği önem, projeden beklenen başarı, öncelik 1 ve projeden sağlanan başarı değişkenlerinin yaşam doyumunun farklı

iki düzeyine göre anlamlı olarak farklılaştığını göstermektedir.(bkz. tablo-8)

TABLO-8

YAŞAM DOYUMU VE KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİNE GÖRE VARYANS ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>YAŞAM DOYUMU</u> <u>DÜŞÜKLERİN</u> <u>ORTALAMASI</u>	<u>YAŞAM DOYUMU</u> <u>YÜKSEKLERİN</u> <u>ORTALAMASI</u>	<u>F</u>	<u>P</u>
Projeye verilen uzun vadeli önem	7.142	6.887	0.74	0.60
Projeye verilen kısa vadeli önem	6.950	7.439	2.76	0.09
Projenin genel önem puanı	7.031	7.134	0.20	0.65
Projeden hoşlanma	7.294	7.714	3.02	0.08
Projenin güçlüğü	5.584	5.319	0.87	0.64
Projeyi çevreye duyurma/bilinirlik(visibility)	4.949	5.911	8.08	0.005
Kontrol	6.191	6.898	8.27	0.005
Projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	7.173	7.430	0.95	0.66
Stres	4.729	4.506	0.47	0.50
Zamanın uygunluğu	5.589	6.046	2.15	0.14
Projeden beklenen başarı	6.926	7.467	7.02	0.01
Bireye haslık/Yaşam stiline uygunluk	7.156	7.473	1.88	0.17
Projeye çevrenin verdiği önem	5.193	6.114	8.16	0.005
Projenin bireyin değerleriyle uyumu	7.612	7.922	1.38	0.24
Projenin diğer projelere olumlu etkisi	6.433	6.956	2.62	0.10
Projenin diğer projelere olumsuz etkisi	3.310	3.312	0.00	0.99
Projeden sağlanan başarı	5.125	5.657	3.85	0.04
Projeye bağlanma	5.721	6.032	1.66	0.19
Grup projesi sayısı	2.105	2.381	0.35	0.56
Projelere katılan toplam kişi sayısı	4.140	5.301	3.38	0.06

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>YAŞAM DOYUMU DÜŞÜKLERİN ORTALAMASI</u>	<u>YAŞAM DOYUMU YÜKSEKLERİN ORTALAMASI</u>	<u>F</u>	<u>P</u>
Projelerin gerçekleştirileceği genel mekan sayısı	3.771	4.047	0.19	0.66
Projelerin gerçekleştirileceği yarı genel mekan sayısı	3.578	3.857	0.23	0.63
Projelerin gerçekleştirileceği özel mekan sayısı	3.473	3.587	0.04	0.82
Öncelik 1*	2.760	1.925	6.54	0.01
Öncelik 2*	2.481	1.856	3.58	0.057
Projenin aldığı ekşi değer	17.543	13	3.33	0.067
Proje sisteminin çatışma değeri	20.859	15.396	3.18	0.073
Objektif engel sayısı	2.438	2.523	0.07	0.78

*Öncelik 1, kısa vadeli projelerin uzun vadeli projelere göre öncelikli olarak ele alınmaları ve çevreye duyurulmaları anlamına gelmektedir. Bu değişken, projelerin kısa vadede önemli görülmesi değişkeninden projeleri çevreye duyurma(bilinirlik) değişkeninin çıkartılması sonucu elde edilmiştir. Buna göre, bir projenin kısa vadede aldığı önem değeri ile sözkonusu projesinin çevreye duyurulması değeri arasındaki farkın az olması, o projenin öncelikli olarak kısa vadede uygulamaya alındığını göstermektedir.

*Öncelik 2, uzun vadeli projelerin kısa vadeli projelere göre öncelikli olarak ele alınmaları ve çevreye duyurulmaları anlamına gelmektedir. Bu değişkenin elde edilmesi öncelik 1'deki sürecin aynıdır. Yani bir projenin uzun vadede önemli görülme puanından yine bu projenin çevreye duyurulması puanı çıkartılmıştır. İki değişken arasındaki fark azsa bu önceliğin uzun vadeli projeler için yapıldığı anlamına gelir.

Ortalamalara bakıldığında yaşam doyumu yüksek olan grubun projeyi çevreye duyurma(bilinirlik), kontrol, projeye çevrenin verdiği önem,

projeden beklenen başarı ve projeden sağlanan başarı değişkenlerinden düşük yaşam doyumlu gruba göre daha fazla sayısal değer aldıkları gözlenmektedir. Öncelik 1 değişkeni, dipnotta belirtildiği gibi kısa vadede önemli görülen projelerin öncelikli olarak uygulanması anlamına gelmektedir. Sözkonusu değişken açısından yüksek yaşam doyumlu grubun ortalaması, düşük yaşam doyumlulardan daha azdır. Bilindiği gibi bu, yüksek yaşam doyumlu grubun tercihini kısa vadeli projeler için kullandığı anlamına gelmektedir.

Tablo-8 incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlılığa çok yakın farklılaşma gösteren bazı kişisel proje değişkenleri görülecektir. Bunlar öncelik 2, projelere katılan toplam kişi sayısı, projenin aldığı ekşi değer ve proje sisteminin çatışma değeri değişkenleridir. Öncelik 2 değişkeni uzun vadeli projelerin öncelikli olarak uygulamaya alındığı anlamına gelmektedir. Bu değişken açısından yüksek yaşam doyumlu grubun aldığı ortalama değer, düşük yaşam doyumlu grubun aldığı ortalama değerden daha azdır. Bu sonuç, yüksek yaşam doyumlu grubun tercihini uzun vadeli projeler için de yapabileceğini göstermektedir. Yaşamdan aldığı doyumu yüksek olan birey genelde kısa vadeli projelere uygulama önceliği tanımakla birlikte, kendisi için anlamlı olan bazı uzun vadeli projeler için tercihte bulunup, onları öncelikle uygulamaya sokabilir. Projelere katılan toplam kişi sayısı değişkeni bakımından yüksek yaşam doyumlu grup avantajlıdır. Yani bu grubun sözkonusu değişkenden aldığı ortalama düşük yaşam doyumlulara göre daha fazladır. Proje sistemi değişkenleri açısından düşük yaşam doyumlu grup yüksek ortalamalar almaktadır. Projenin aldığı ekşi değer ve proje sisteminin çatışma değeri değişkenlerinden yüksek yaşam doyumlu grup daha az ortalama değer almıştır.

Basit ikili varyans analizi sonuçlarının ortaya çıkardığı tablonun derinlemesine incelenmesi diskriminant analizi ile yapılmıştır. Yaşamdan alınan doyumu iki gruba ayırmada ve gruplar arası farkı belirle-

yen anlamlı kişisel proje değişkenlerini bulmada, bu teknik yararlıdır.

2. Grup Düzeyinde Diskriminant Analizi

Burada her kişisel proje değişkeni 10 kişisel projeden aldığı ortalama değerlerle ele alınmıştır. Böylece 28 kişisel proje değişkenine ait ortalama değerlerle 2 yaşam doyumu grubu birlikte diskriminant analizi programına sokulmuştur. Analiz sonuçları anlamlıdır (Wilks Lambda: 0.656, s.d.:28 ve 91, F:1.704, P:0.03, χ^2 :44.268, s.d.:28, P:0.0284). Gruplar tek eksen üzerinde gösterilmektedir. Bu eksen üzerinde yüksek yaşam doyumu grubunun ortalaması, -0.0715, düşük yaşam doyumu grubunun ortalaması, -0.0243'dür.

TABLO-9

KARŞILAŞTIRMALI KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ VE YAŞAM DOYUMU GRUPLARINA GÖRE DİSKRİMİNANT ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>STANDART DİSKRİMİNANT KATSAYILARI</u>
Projeye verilen uzun vadeli önem	-0.0823
Projeye verilen kısa vadeli önem	-0.1571
Projenin genel önem puanı	0.0912
Projeden hoşlanma	0.1712
Projenin güçlüğü	0.0883
Projenin çevreye duyurulması (bilinirlik)	-0.3192(a)
Kontrol	0.5225(a)
Projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	0.0908
Stres	0.1103
Zamanın uygunluğu	-0.1275
Projeden beklenen başarı	0.2802(b)
Bireye haslık (yaşam stiline uygunluk)	-0.1283
Çevrenin projeye verdiği önem	0.4617(a)
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu	0.1216
Projenin diğer projelere olumlu etkisi	-0.1497
Projenin diğer projelere olumsuz etkisi	-0.1499
Projeden sağlanan başarı	0.2402(c)
Projeye bağlanma	0.1901

DEĞİŞKENLERSTANDART DİSKRİMİNANT KATSAYILARI

Grup projesi sayısı	0.0845
Projelere katılan toplam kişi sayısı	-0.2085(e)
Projelerin gerçekleşeceği genel me- kan sayısı	0.0803
Projelerin gerçekleşeceği yarı genel mekan sayısı	0.0781
Projelerin gerçekleşeceği özel mekan sayısı	-0.0225
Öncelik 1	-0.2556(b)
Öncelik 2	-0.2136(d)
Projenin aldığı eksi değer	-0.2048(e)
Proje sisteminin çatışma değeri	0.2019(e)
Objektif engel sayısı	-0.0308

-
- (a) $p < 0.005$
(b) $p < 0.002$
(c) $p < 0.01$
(d) $p < 0.057$
(e) $p < 0.065$

Diskriminant analizi sonuçları yaşamdan alınan doyumu iki farklı gruba ayırmada anlamlı etkileri olan değişkenlerin kontrol, çevrenin projeye verdiği önem, projenin çevreye duyurulması(bilinirlik), projeden beklenen başarı, öncelik 1 ve projeden sağlanan başarı olduğunu göstermiştir. Öncelik 2 değişkeni anlamlılığa oldukça yakın bir değişkendir. Değişkenlerin standart diskriminant katsayılarını(structure coefficient) kareleyerek her değişkenin diskriminant fonksiyonda açıkladığı varyans bulunmuştur. Buna göre kontrol değişkeni yaşam doyumunun iki farklı gruba ayırıldığında %27 oranında, çevrenin projeye verdiği önem değişkeni %21 oranında, projenin çevreye duyurulması değişkeni %10 oranında, projeden beklenen başarı değişkeni %9 oranında, öncelik 1 değişkeni %7 oranında, projeden sağlanan başarı değişkeni %6 oranında ve öncelik 2 değişkeni %5 oranında etkili görülmektedir.

Sözkonusu değişkenlerden yaşam doyumu gruplarının aldıkları ortalamalara bakıldığında, kontrol, çevrenin projeye verdiği önem, projenin çevreye duyurulması ve projeden beklenen başarı değişkenlerinde yüksek yaşam doyumlu grup, düşük yaşam doyumlu gruptan daha fazla ortalama elde etmiştir(bkz. Tablo-8). Öncelik 1 değişkeni açısından grup ortalamalarına bakıldığında, yüksek yaşam doyumlu grubun, düşük yaşam doyumlu gruptan daha az ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Yani yüksek yaşam doyumlu bireyler, daha çok kısa vadeli projeleri tercih etmektedirler. Projelerden sağlanan başarı değişkeninden yüksek yaşam doyumlu grubun elde ettiği ortalama, düşük yaşam doyumlu grubun ortalamasından daha fazladır. Öncelik 2 değişkeninden düşük yaşam doyumlu grubun ortalaması, yüksek yaşam doyumlu grubun ortalamasından daha fazladır. Yani yüksek yaşam doyumlu grup, genelde kısa vadeli projeleri tercih etmekle birlikte, önemli gördüğü uzun vadeli projeler için de öncelik tanımaktadır. Bu sonuç, yüksek yaşam doyumlu grubun projeleri kısa vadede önemli görme puanının, projeleri uzun vadede önemli görme puanından daha fazla olmasıyla desteklenmektedir(bkz.Tablo-8).

Projelere katılan toplam kişi sayısı, projenin aldığı eksi değer ve proje sisteminin çatışma değeri değişkenleri, istatistiksel olarak anlamlılığa yakın değerler vermişlerdir. Sözkonusu değişkenlerin herbiri yaşam doyumunun iki farklı gruba ayırılmasında %4'er oranında etkilidirler. Yüksek yaşam doyumlu bireylerin projelerine daha fazla kişi katılmaktadır. Projenin aldığı eksi değer ortalamasında ve sistemin çatışma değeri ortalamasında, düşük yaşam doyumlu grup daha fazla değer elde etmiştir.

Özetle grup düzeyindeki diskriminant analizi, tüm değişkenlerin yaşam doyumunu iki farklı gruba ayırmada etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak eksen üzerinde düşük ve yüksek yaşam doyumlu grupların, bu değişkenlerden elde ettikleri ortalamaların birbirine oldukça yakın olması, diskriminant fonksiyonun ayırdetmede yetersizliğini gösterir. Ayrıca eksen üze-

rinde yüksek yaşam doyumlu grup, düşük yaşam doyumlu gruptan daha negatif uçtadır. Bu sonuçlar beklenenle gelişiktir.

Böyle bir sonuca bazı kişisel proje değişkenlerinden(örneğin, projenin diğer projelere olumsuz etkisi, projenin aldığı eksi değer vb.) düşük yaşam doyumlu grubun daha fazla ortalama değer alması; buna karşın değişkenlerin çoğunluğunda yüksek yaşam doyumlu grubun daha çok ortalama değer alması neden olabilir. Yani sayısal değerlerdeki değişmeler, çelişik sonuçları doğurmuştur. Ayrıca her ne kadar bütün kişisel proje değişkenleri birlikte anlamlı bir farklılaşmayı sağlasa da, bu değişkenlerin içinde gerçekten katkıda bulunanlar belli sayıdadır. Anlamsız etkileri olan diğer değişkenler, anlamlı etkide bulunan değişkenlerin ayırdetme gücünü nötürlemiş veya daha eksi bir yöne çekmiş olabilir. Tüm bu nedenlerle yaşam doyumunu öngören(predict) değişkenlerin belirlenmesi gereklidir. Yani genel olarak yaşam doyumundaki varyansın açıklanmasını sağlayan öngörücülerin(predictor) belirlenmesini sağlayacak yeni bir analiz gerekli görünmektedir.

a)Yaşam Doyumunu Belirleyen Kişisel Proje Değişkenleri

Yaşam doyumundaki varyansı açıklayan kişisel proje değişkenlerini ve objektif engel değişkenini belirlemek üzere stepwise regresyon analizi uygulanmıştır. Bu analizin sonuçları Tablo-10'da gösterilmiştir.

TABLO-10

STEPWISE REGRESYON ANALİZİ SONUÇLARI

<u>ÖNGÖRÜCÜLER(PREDİCTORS)</u>	<u>ADIMLAR</u>	<u>KİSMİ R²</u>	<u>F</u>	<u>P</u>
Kontrol	1	0.2975	9.83	0.005
Çevrenin projeye verdiği önem	2	0.2311	8.65	0.005
Projenin çevreye duyurulması	3	0.1079	8.43	0.005
Projeden beklenen başarı	4	0.0867	7.25	0.01
Öncelik 1	5	0.0704	6.90	0.01
Değişkenlerin toplam açıklama oranı		R ² :0.7936	3.11	0.01

Yaşam doyumunu belirleyen değişkenler Tablo-10'da gösterilmiştir. Bunlar önem sırasıyla kontrol, çevrenin projeye verdiği önem, projenin çevreye duyurulması(bilinirlik), projeden beklenen başarı ve öncelik 1'dir. Yukarıda belirtilen tüm değişkenler birlikte yaşam doyumundaki varyansı %79 oranında açıklamaktadırlar. Tek tek değişkenlere bakıldığında, kontrol değişkeni : yaşam doyumundaki varyansın yaklaşık %30'unu, çevrenin projeye verdiği önem değişkeni %23'ünü, projenin çevreye duyurulması (bilinirlik) değişkeni %11'ini, projeden beklenen başarı değişkeni %9'unu ve öncelik 1 değişkeni %7'sini açıklamaktadırlar.

Sonuç olarak kişisel proje değişkenlerinin hepsi yaşam doyumunu iki gruba ayırmada önemli olmasına karşın, kontrol, çevrenin projeye verdiği önem, projenin çevreye duyurulması, projeden beklenen başarı ve öncelik 1 değişkenleri anlamlı katkılarda bulunmaktadır. Stepwise süreci çeşitli elemelerde bulunduğuundan varyans analizine ve diskriminant analizine göre anlamlı görünen projeden sağlanan başarı değişkeni anlamlı çıkmamaktadır. Ayrıca varyans analizi ve diskriminant analizi tablolarında görüleceği gibi öncelik 2 değişkeni anlamlılığa oldukça yakın sonuçlar vermiştir. Dolayısıyla stepwise süreci sonucu anlamlı katkıda bulunan 5 kişisel proje değişkenine projeden sağlanan başarı ve öncelik 2 değişkenleri de eklenerek yeni bir diskriminant analizi uygulanması gereklidir. Böylece bireylerin düşük ve yüksek yaşam doyumunu gruplarına doğru olarak sınıflandırılmasını sağlayacak yeni bir diskriminant fonksiyon elde edilecektir.

b)Anlamlı Kişisel Proje Değişkenlerine Göre Diskriminant Analizi

Yukarıda elde edilen sonuçlar doğrultusunda grupların ayırdedilmesini sağlamak üzere 7 kişisel proje değişkeni ve 2 yaşam doyumunu grubu için diskriminant analizi yapılmıştır. Yapılan analiz anlamlı sonuçlar vermiştir(Wilks Lambda:0.856, s.d.:7 ve 112,F:2.691, P:0.013, x^2 :17.952, s.d.:7, P:0.0128). Sözü geçen değişkenler bireyleri düşük ve yüksek ya-

şam doyumu gruplarına %100 başarıyla sınıflamaktadır. Elde edilen diskriminant fonksiyon, $y=0.5458x_1+0.4812x_2+(-0.3285)x_3+0.2951x_4+(-0.2654)x_5+0.2514x_6+(-0.2344)x_7$ şeklindedir. Bu fonksiyonda x_1 :Kontrol, x_2 :Çevrenin projeye verdiği önem, x_3 :Projenin çevreye duyurulması(bilinirlik) x_4 :Projeden beklenen başarı, x_5 :Öncelik 1, x_6 :Projeden sağlanan başarı ve x_7 :Öncelik 2'dir. "y" ise bireyin yukarıda değinilen tüm değişkenlerden aldığı toplam değer olmaktadır. Toplam bireysel değerlere göre bulunan grup ortalamaları, yüksek yaşam doyumlu grup için 6.748, düşük yaşam doyumlu grup için 5.301'dir.

TABLO-11

SEÇİLEN PROJE DEĞİŞKENLERİ AÇISINDAN DİSKRİMİNANT ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>STANDART DİSKRİMİNANT KATSAYILARI</u>
Kontrol	0.5458
Çevrenin projeye verdiği önem	0.4812
Projenin çevreye duyurulması	-0.3285
Projeden beklenen başarı	0.2951
Öncelik 1	-0.2654
Projeden elde edilen başarı	0.2514
Öncelik 2	-0.2344

Her değişkenin diskriminant fonksiyonda açıkladığı varyans, değişkenin standart diskriminant katsayısının(structure coefficient) karesi alınarak bulunmuştur. Buna göre kontrol değişkeni diskriminant fonksiyondaki varyansın %30'unu, çevrenin projeye verdiği önem değişkeni %23'ünü, projenin çevreye duyurulması değişkeni %11'ini, projeden beklenen başarı değişkeni %9'unu, öncelik 1 değişkeni %7'sini, projeden elde edilen başarı değişkeni %6'sını ve öncelik 2 değişkeni %5'ini açıklamışlardır. Görüleceği gibi bu değerler stepwise regresyon analizi sonuçları ile paralel niteliktedir.

3. Birey Merkezli Diskriminant Analizi

Yöntem bölümünde tanıtıldığı gibi, kişisel projeler matrisi bireysel bazda değerlendirilmiştir. Yani her proje açısından kişisel proje değişkenleri arasında birleştirme ölçümleri alınarak, yeni değişkenler elde edilmiştir. Özetle burada birey düzeyinden kalkılarak genele özgü bilgilere ulaşılacak istenmektedir.

Yapılan istatistiksel işlemler sonucu 29 yeni değişken elde edilmiştir. Bunlar, projeye verilen önem/projeden hoşlanma, projeye verilen önem/zamanın uygunluğu, projeye verilen önem/projenin diğer projelere olumlu etkisi, projeden hoşlanma/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk, projeden hoşlanma/projenin çevreye duyurulması(bilinirlik), projeden hoşlanma/zamanın uygunluğu, projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi, projenin güçlüğü/kontrol, projenin güçlüğü/projenin diğer projelere olumlu etkisi, projenin güçlüğü/projenin diğer projelere olumsuz etkisi, projenin güçlüğü/zamanın uygunluğu, projenin çevreye duyurulması(bilinirlik)/zamanın uygunluğu, projenin çevreye duyurulması/projeye verilen uzun vadeli önem, projeye verilen uzun vadeli önem/projenin diğer projelere olumlu etkisi, projeye verilen uzun vadeli önem/projeden sağlanan başarı, projeye verilen uzun vadeli önem/çevrenin projeye verdiği önem, projeye verilen kısa vadeli önem/projeden sağlanan başarı, projeye verilen kısa vadeli önem/çevrenin projeye verdiği önem, kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk, kontrol/projeden beklenen başarı, stres/projenin diğer projelere olumlu etkisi, stres/projenin diğer projelere olumsuz etkisi, zamanın uygunluğu/projenin diğer projelere olumlu etkisi, projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı, projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeye bağlanma, projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden beklenen başarı, projeden beklenen başarı/projeye verilen kısa vadeli önem, bireye haslık(yaşam stiline uygunluk)/projeden sağlanan başarı, bireye haslık(yaşam stiline

uygunluk)/projeye bağlanmadır.

Yukarıda değinilen 29 değişken ve 2 yaşam doyumu grubu için yapılan diskriminant analizi anlamlı çıkmamıştır(Wilks Lambda:0.806, s.d.: 29 ve 90, F:0.747, P:0.8126, x^2 :22.525, s.d.:29, P:0.7959). Tablo-12'de değişkenlerin diskriminant katsayıları gösterilmiştir.

TABLO-12

BİREY MERKEZLİ KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİNE GÖRE DİSKRİMİNANT ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>STANDART DİSKRİMİNANT KATSAYILARI</u>
Projeye verilen önem/projeden hoşlanma	0.4081(b)
Projeye verilen önem/zamanın uygunluğu	-0.044
Projeye verilen önem/projenin diğer projelere olumlu etkisi	0.1421
Projeden hoşlanma/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	-0.2901(e)
Projeden hoşlanma/projenin çevreye duyurulması	0.2865(e)
Projeden hoşlanma/zamanın uygunluğu	0.2213
Projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi	0.5462(a)
Projenin güçlüğü/kontrol	0.032
Projenin güçlüğü/projenin diğer projelere olumlu etkisi	-0.1623
Projenin güçlüğü/projenin diğer projelere olumsuz etkisi	0.1528
Projenin güçlüğü/zamanın uygunluğu	0.021
Projenin çevreye duyurulması/zamanın uygunluğu	0.054
Projenin çevreye duyurulması/projeye verilen uzun vadeli önem	0.051
Projeye verilen uzun vadeli önem/projenin diğer projelere olumlu etkisi	0.027
Projeye verilen uzun vadeli önem/projeden sağlanan başarı	0.148
Projeye verilen uzun vadeli önem/çevrenin projeye verdiği önem	-0.1532
Projeye verilen kısa vadeli önem/projeden sağlanan başarı	0.1124
Projeye verilen kısa vadeli önem/çevrenin projeye verdiği önem	-0.1018

DEĞİŞKENLERSTANDART DİSKRİMİNANT
KATSAYILARI

Kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	0.3621(c)
Kontrol/zamanın uygunluğu	0.081
Kontrol/projeden beklenen başarı	0.034
Stres/projenin diğer projelere olumsuz etkisi	0.044
Zamanın uygunluğu/projenin diğer projelere olumlu etkisi	0.091
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı	0.3123(d)
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeye bağlanma	0.0731
Çevrenin projeye verdiği önem/projeden beklenen başarı	-0.022
Projeden beklenen başarı/projeye verilen kısa vadeli önem	0.2691
Bireye haslık/projeden sağlanan başarı	0.2318
Bireye haslık/projeye bağlanma	0.2124

- (a) $p < 0.008$
(b) $p < 0.009$
(c) $p < 0.02$
(d) $p < 0.05$
(e) $0.05 < p < 0.09$

Tablo-12'de görüldüğü gibi projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi, projelere verilen önem/projeden hoşlanma, kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk ve projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı değişkenleri yaşam doyumunu iki gruba ayırmada anlamlıdırlar.

Projeden hoşlanma/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk ve projeden hoşlanma/projenin çevreye duyurulması değişkenleri, yaşam doyumunu iki gruba ayırmada anlamlılığa yakın değerler vermektedirler.

Elde edilen sonuçların derinlemesine incelenmesi gereklidir. Yaşam doyumundaki varyansın açıklanmasını sağlayan değişkenlerin hangileri olduğu belirlenmelidir. Bu bakımdan değişkenler stepwise regresyon ana-

lizi ile bir kez daha değerlendirilmiştir.

a) Stepwise Regresyon Analizi

29 birey merkezli kişisel proje değişkeni ve yaşam doyumu değişkeni açısından yapılan stepwise regresyon analizinin sonuçları tablo-13'de gösterilmiştir.

TABLO-13

YAŞAM DOYUMUNU AÇIKLAYAN BİREY MERKEZLİ KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ

<u>ÖNGÖRÜCÜLER (PREDICTORS)</u>	<u>ADIMLAR</u>	<u>KİSMİ R²</u>	<u>F</u>	<u>P</u>
Projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi	1	0.3176	9.46	0.001
Projelere verilen önem/projeden hoşlanma	2	0.1810	7.35	0.002
Kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	3	0.1468	5.86	0.02
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı	4	0.1074	4.01	0.05
Değişkenlerin toplam açıklama oranı		R ² :0.7528	3.53	0.01

Stepwise regresyon analizi yaşam doyumunu belirleyen bireysel kişisel proje değişkenlerini ortaya koymuştur. Bunlar, projeden hoşlanma/ projenin diğer projelere olumlu etkisi, projeye verilen önem/projeden hoşlanma, kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk ve projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı değişkenleridir. Projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi değişkeni yaşam doyumundaki varyansın yaklaşık %32'sini, projeye verilen önem/projeden hoşlanma değişkeni %18'ini, kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk değişkeni %15'ini ve projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı değişkeni %11'ini açıklamışlardır. Tüm değişkenlerin yaşam doyumunda ortaya çıkan varyansı açıklama oranı %75'dir.

Görüldüğü gibi stepwise regresyon analizi değişkenlerde elemeye giderek açıklama oranları bakımından en anlamlı olanları belirlemektedir. Bunların dışında, projeden hoşlanma/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk ve projeden hoşlanma/projenin çevreye duyurulması değişkenleri de yaşam doyumunu iki farklı gruba ayırmada potansiyel etkileri olan değişkenlerdendir. Dolayısıyla stepwise süreci ile belirlenen değişkenlere sözü geçen değişkenlerin eklenerek yeni bir diskriminant fonksiyonun elde edilmesi gerekmektedir.

b) Anlamlı Birey Merkezli Proje Değişkenlerine Göre Diskriminant Analizi

Projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi, projeye verilen önem/projeden hoşlanma, kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk, projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı, projeden hoşlanma/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk, projeden hoşlanma/projenin çevreye duyurulması değişkenleri ve iki yaşam doyumu grubuna göre yapılan diskriminant analizi anlamlı çıkmıştır (Wilks Lambda: 0.871, s.d.:6 ve 113, F:2.786, P:0.0145, x^2 :16.003, s.d.:6, P:0.0143). Söz konusu değişkenler deneklerin %100'ünü doğru olarak iki yaşam doyumu grubuna sınıflamışlardır. Gruplar, bir eksen üzerinde gösterilmiştir. Bu eksen üzerinde yüksek yaşam doyumlu grubun ortalaması, 0.9960, düşük yaşam doyumlu grubun ortalaması, 0.5680'dir. Değişkenlerin standart diskriminant katsayıları tablo-14'de gösterilmiştir.

Elde edilen sonuçlara göre diskriminant fonksiyon, $y=0.5640x_1 + 0.4259x_2 + 0.3833x_3 + 0.3279x_4 + (-0.3085)x_5 + 0.3003x_6$ şeklindedir. Her değişkenin diskriminant fonksiyondaki açıkladığı varyans, onun standart diskriminant katsayısının karesinin alınmasıyla bulunmuştur. Buna göre, projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi, diskriminant fonksiyondaki varyansın %32'sini, projeye verilen önem/projeden hoşlanma %18'ini, kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk %15'ini, projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı %11'ini,

projeden hoşlanma/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk %9'unu, projeden hoşlanma/projenin çevreye duyurulması %8'ini açıklamışlardır. Elde edilen bu değerler, stepwise regresyon analizinde ortaya çıkan açıklama oranları ile paralel niteliktedir.

TABLO-14

YAŞAM DOYUMUNU AYIRDEDEN BİREYSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>STANDART DİSKRİMİNANT KATSAYILARI</u>
Projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi	0.5640
Projelere verilen önem/projeden hoşlanma	0.4259
Kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	0.3833
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı	0.3279
Projeden hoşlanma/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	-0.3085
Projeden hoşlanma/projeyinin çevreye duyurulması	0.3003

Değişkenlere verilen değerlerin iki yaşam doyumuna göre farklılaşması varyans analizi ile gözlenebilir. Bu bakımdan stepwise regresyon analizi ve diskriminant analizine göre anlamlı çıkan değişkenlere varyans analizi uygulanmıştır. Bu varyans analizi değerleri Tablo-15'de gösterilmiştir.

Tablo-15'de görüldüğü gibi diskriminant analizinde yaşam doyumunu iki farklı gruba anlamlı olarak ayıran değişkenlerden yüksek yaşam doyumlu bireyler, düşük yaşam doyumlulardan daha fazla ortalama elde etmişlerdir.

TABLO-15

ANLAMLI BİREYSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ VE İKİ YAŞAM DOYUMU GRUBUNA GÖRE VARYANS ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>YAŞAM DOYUMU DÜŞÜKLERİN ORTALAMASI</u>	<u>YAŞAM DOYUMU YÜKSEKLERİN ORTALAMASI</u>	<u>F</u>	<u>P</u>
Projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi	0.2396	0.4967	7.183	0.008
Projeye verilen önem/projeden hoşlanma	0.2589	0.4930	6.993	0.009
Kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	0.4578	0.6794	4.944	0.02
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarı	0.1185	0.3311	3.94	0.05
Projeden hoşlanma/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	0.1316	0.2679	2.84	0.09
Projeden hoşlanma/projenin çevreye duyurulması	0.1144	0.2575	2.82	0.09

C.Yetiskin Örnekleme

Öğrenci grubunda anlamlı katkıları olan yaşam doyumu değişkenlerinin Üniversite mezunu, meslek sahibi yetişkin grubundaki özelliklerini araştırmak üzere benzeri analizler tekrarlanmıştır. Elde edilen sonuçlar sırasıyla varyans analizi, grup düzeyinde diskriminant analizi ve birey düzeyinde diskriminant analizi başlıklarında ortaya konacaktır.

1.Varyans Analizi

Kişisel proje değişkenleri ve objektif engel değişkeninin yaşam doyumunun iki farklı grubuna göre nasıl farklılaştığı varyans analizi ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo-16'da gösterilmiştir.

TABLO-16

KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ VE İKİ YAŞAM DOYUMU GRUBUNA GÖRE VARYANS ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>YAŞAM DOYUMU DÜŞÜKLERİN ORTALAMASI</u>	<u>YAŞAM DOYUMU YÜKSEKLERİN ORTALAMASI</u>	<u>F</u>	<u>P</u>
Projeye verilen uzun vadeli önem	7.7357	7.5219	0.394	0.539
Projeye verilen kısa vadeli önem	7.4786	6.9625	1.479	0.226
Projenin genel önem puanı	7.5893	7.2187	1.423	0.235
Projeden hoşlanma	7.1964	7.1969	0.000	0.994
Projenin güçlüğü	5.4393	5.4562	0.002	0.962
Projeyi çevreye duyurma (bilinirlik)	6.0607	6.0187	0.009	0.922
Kontrol	6.5821	6.8281	0.667	0.577
Projeyi başlatmada bireysel sorumluluk (insiyatif)	7.4821	7.4281	0.032	0.851
Stres	5.2179	4.3719	4.319	0.039
Zamanın uygunluğu	5.8536	5.9531	0.052	0.814
Projeden beklenen başarı	7.1750	7.2250	0.043	0.829
Bireye haslık(yaşam stiline uygunluk)	7.1071	7.2062	0.087	0.765
Çevrenin projeye verdiği önem	6.2536	5.9437	0.7014	0.589
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu	7.6786	7.6844	0.000	0.983
Projenin diğer projelere olumlu etkisi	6.3464	6.2375	0.056	0.807
Projenin diğer projelere olumsuz etkisi	3.9536	3.7062	0.2924	0.597
Projeden sağlanan başarı	5.5586	5.5875	0.0269	0.864
Projeye bağlanma	5.4964	5.8219	1.0549	0.309
Öncelik 1	1.8750	1.9281	0.0172	0.891
Öncelik 2	1.8750	1.7687	0.0767	0.779
Grup projesi sayısı	1.9286	2	0.0109	0.913
Projelere katılan toplam kişi sayısı	4.5714	5.1250	0.2829	0.603

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>YAŞAM DOYUMU</u> <u>DÜŞÜKLERİN</u> <u>ORTALAMASI</u>	<u>YAŞAM DOYUMU</u> <u>YÜKSEKLERİN</u> <u>ORTALAMASI</u>		
			<u>F</u>	<u>P</u>
Projenin gerçekleşeceği genel mekan sayısı	2.8214	4.5938	9.074	0.004
Projenin gerçekleşeceği yarı genel mekan sayısı	4.1786	3.4375	1.2012	0.277
Projenin gerçekleşeceği özel mekan sayısı	4.2857	4.2188	0.008	0.924
Projenin aldığı eksi değer	17.50	19	0.1572	0.695
Proje sisteminin çatışma değeri	19.921	22.25	0.4206	0.526
Objektif engel sayısı	2.5357	1.6875	6.3692	0.013

Varyans analizi sonuçları iki yaşam doyumu grubuna göre anlamlı olarak farklılaşan değişkenlerin stres, projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısı ve objektif engel sayısı olduğunu göstermiştir. Stres ve objektif engel sayısı değişkenleri açısından düşük yaşam doyumlular yüksek ortalama alırken; projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısı değişkeni bakımından yüksek yaşam doyumlular daha fazla ortalama almışlardır. Bu sonuçlar, yetişkin grupta kişisel proje değişkenlerinin büyük oranda etkili olmadığına işaret etmektedir. Öğrenci grubu açısından anlamlı düzeyde farklılaşan değişkenler, yetişkin grubunda farklılaşmamakta, hatta bazı önemli değişkenler tersine ortalama değerler almaktadırlar. Yani bazı değişkenlerde düşük yaşam doyumlular beklenenin aksine yüksek ortalamalar elde etmişlerdir. Elde edilen verileri ayrıntılı incelemek üzere diskriminant analizi tekniğine başvurulmuştur.

2.Grup Düzeyinde Diskriminant Analizi

Yukarıda varyans analizinde işleme sokulan değişkenler açısından diskriminant analizi yapılmıştır. Sonuçlar anlamlı değildir(Wilks Lambda 0.461, s.d.:28 ve 91, F:1.296, P:0.2405, x2:34.874, s.d.:28, P:0.178). Değişkenlerin standart diskriminant katsayıları Tablo-17'de gösterilmiştir.

TABLO-17

28 KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENİ VE 2 YAŞAM DOYUMU GRUBUNA GÖRE "GRUP" MERKEZLİ
DİSKRİMİNANT ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>STANDART DİSKRİMİNANT KATSAYILARI</u>
Projelere verilen uzun vadeli önem	-0.1001
Projelere verilen kısa vadeli önem	-0.1935
Projenin genel önem puanı	0.1823
Projeden hoşlanma	0.0011
Projenin güçlüğü	0.0075
Projenin çevreye duyurulması	-0.0023
Kontrol	0.1348
Projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	0.0783
Stres	-0.4125(b)
Zamanın uygunluğu	0.0818
Projeden beklenen başarı	0.0801
Bireye haslık	0.0497
Çevrenin projeye verdiği önem	-0.1517
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu	0.0034
Projenin diğer projelere olumlu etkisi	-0.0047
Projenin diğer projelere olumsuz etkisi	-0.0971
Projeden sağlanan başarı	0.0235
Projeye bağlanma	0.1741
Öncelik 1	0.0669
Öncelik 2	-0.0977
Projelere katılan toplam kişi sayısı	0.1002
Grup projesi sayısı	0.0121
Projenin gerçekleşeceği genel mekan sayısı	0.6144(a)
Projenin gerçekleşeceği yarı genel mekan sayısı	-0.1640
Projenin gerçekleşeceği özel mekan sayısı	-0.0016
Projenin aldığı eksi değer	0.0801
Proje sisteminin çatışma değeri	0.1058
Objektif engel sayısı	-0.3079(c)

(a) $p < 0.004$

(b) $p < 0.02$

(c) $p < 0.01$

Tablo-17'den görüleceği gibi yaşamdan alınan doyumunu iki farklı düzeye ayırdetmede önem sıralarına göre projenin gerçekleşeceği genel mekan sayısı, stres ve objektif engel sayısı değişkenleri anlamlı sonuç-

lara sahiptir.

Bu sonuçlar yaşam doyumundaki varyansı açıklama yönünden yeniden değerlendirilmelidir. Böylece değişkenlerin yaşam doyumunu öngörmedeki etkileri daha net olarak ortaya çıkacaktır.

a)Yaşam Doyumunu belirleyen Kişisel Proje Değişkenleri

Bu bölümde kişisel proje değişkenleri ve objektif engel değişkeni yaşam doyumunu üzerinde regrese edilmiştir. Sözkonusu değişkenlerin yaşam doyumundaki varyansı açıklama oranlarını bulmak üzere stepwise regresyon analizine başvurulmuştur. Sonuçlar, tablo-1'de gösterilmiştir.

TABLO-18
STEPWISE REGRESYON ANALİZİ

<u>ÖNGÖRÜCÜLER(PREDİCTORS)</u>	<u>ADIMLAR</u>	<u>KİSMİ R²</u>	<u>F</u>	<u>P</u>
Projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısı	1	0.4475	10.86	0.003
Stres	2	0.2097	8.28	0.02
Objektif engel sayısı	3	0.1076	7.09	0.01
Değişkenlerin toplam açıklama oranı		R ² :0.7648	4.34	0.02

Yaşam doyumundaki genel varyansı açıklayan değişkenler, projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısı, stres ve objektif engel sayısıdır. Projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısı değişkeni yaşam doyumundaki varyansın yaklaşık %45'ini, stres değişkeni %21'ini ve objektif engel sayısı değişkeni %11'ini açıklamışlardır. Bu değişkenlerin birlikte yaşam doyumunu açıklama oranı %76'dır.

b)Seçilen Kişisel Proje Değişkenlerine Göre Diskriminant Analizi

Projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısı, stres ve objektif engel sayısı değişkenlerinin yaşam doyumunu gruplarını ayırtma özelliğini değerlendirmek amacıyla yeni bir diskriminant analizi uygulanmıştır.

Yapılan analiz, anlamlı sonuçlar vermiştir (Wilks Lambda:0.781, s.d.:3 ve 56, F:5.233, P:0.003, x^2 :14.211, s.d.:3, P:0.003). Gruplar tek bir eksen üzerinde gösterilmiştir. Bu eksen üzerinde, düşük yaşam doyumlu grubun değişkenlerden aldığı ortalama -2.4442, yüksek yaşam doyumlu grubun değişkenlerden aldığı ortalama -0.5483'dür. Diskriminant fonksiyon, $y=0.6691x_1+(-0.4581)x_2+(-0.3287)x_3$ şeklindedir. Fonksiyonda x_1 , projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısı; x_2 stres ve x_3 objektif engel sayısı anlamına gelmektedir. Bu değişkenlerin toplamından bireyin elde ettiği sayısal değer ise "y" olarak gösterilmiştir. Sözkonusu değişkenler bireyleri iki yaşam doyumu grubuna %100 başarıyla ayırmışlardır. Değişkenlerin standart diskriminant katsayıları tablo-19'da gösterilmiştir.

TABLO-19

ANLAMLIL DEĞİŞKENLERE VE İKİ YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİNE GÖRE
DİSKRİMİNANT ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>STANDART DİSKRİMİNANT KATSAYILARI</u>
Projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısı	0.6691
Stres	-0.4581
Objektif engel sayısı	-0.3287

Standart diskriminant katsayılarının karelerinin alınması sonucu her değişkenin diskriminant fonksiyonda açıkladığı varyans bulunmuştur. Buna göre projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısının diskriminant fonksiyondaki açıkladığı varyans yaklaşık %45, stres değişkeninin açıkladığı varyans yaklaşık %21 ve objektif engel sayısı değişkeninin açıkladığı varyans yaklaşık %11'dir. Görüleceği gibi bu değerler, stepwise regresyon analizi ile paralel niteliktedir.

3. Birey Düzeyinde Diskriminant Analizi

Araştırmanın yöntem kısmında ve öğrenci örnekleminin ilgili bö-

lümünde bildirilen prosedür tekrarlanarak birey merkezli 29 yeni değişken yetişkin örnekleme için elde edilmiştir. Bu değişkenler ve iki yaşam doyumu düzeyine göre yapılan diskriminant analizi anlamlı çıkmıştır(Wilks Lambda:0.512, s.d.:29 ve 30, F:0.987, P:0.5129, x^2 :29.817, s.d.:29, P:0.4254). Değişkenlerin standart diskriminant katsayıları tablo-20'de gösterilmiştir.

TABLO-20

BİREY MERKEZLİ KİŞİSEL PROJE DEĞİŞKENİ VE İKİ YAŞAM DOYUMU GRUBU İÇİN DİSKRİMİNANT ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>STANDART DİSKRİMİNANT KATSAYILARI</u>
Projeye verilen önem/Projeden hoşlanma	0.1253
Projeye verilen önem/Zamanın uygunluğu	0.2281
Projeye verilen önem/Projenin diğer projelere olumlu etkisi	0.0844
Projeden hoşlanma/Projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	0.1293
Projeden hoşlanma/Projenin çevreye duyurulması	-0.0775
Projeden hoşlanma/Zamanın uygunluğu	0.1121
Projeden hoşlanma/Projenin diğer projelere olumlu etkisi	0.1428
Projenin güçlüğü/Kontrol	0.1969
Projenin güçlüğü/Projenin diğer projelere olumlu etkisi	-0.1079
Projenin güçlüğü/Projenin diğer projelere olumsuz etkisi	-0.1514
Projenin güçlüğü/Zamanın uygunluğu	0.0991
Projenin çevreye duyurulması/Zamanın uygunluğu	0.6897(a)
Projenin çevreye duyurulması/Projeye verilen kısa vadeli önem	-0.1533
Projeye verilen kısa vadeli önem/Projenin diğer projelere olumlu etkisi	-0.041
Projeye verilen kısa vadeli önem/Projeden sağlanan başarı	0.0793
Projeye verilen kısa vadeli önem/Çevrenin projeye verdiği önem	0.3195(c)
Projeye verilen uzun vadeli önem/Projeden sağlanan başarı	0.0681

STANDART DİSKRİMİNANT
KATSAYILARI

DEĞİŞKENLER

Projeye verilen uzun vadeli önem/Çevrenin projeye verdiği önem	-0.1292
Kontrol/Projeyi başlatmada bireysel sorumluluk	0.032
Kontrol/Zamanın uygunluğu	-0.3075(c)
Kontrol/Projeden beklenen başarı	0.0204
Stres/Projenin diğer projelere olumsuz etkisi	-0.1336
Zamanın uygunluğu/Projenin diğer projelere olumlu etkisi	0.1079
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu/Projeden sağlanan başarı	-0.038
Projenin bireyin değerlerine uygunluğu/Projeye bağlanma	0.1641
Çevrenin projeye verdiği önem/Projeden beklenen başarı	0.0381
Projeden beklenen başarı/Projeye verilen kısa vadeli önem	0.1704
Bireye haslık/Projeden elde edilen başarı	0.1428
Bireye haslık/Projeye bağlanma	0.4016(b)

(a) $p < 0.002$

(b) $p < 0.05$

(c) $0.05 < p < 0.09$

Tablo-20'den görüleceği gibi projenin çevreye duyurulması/zamanın uygunluğu ve bireye haslık/projeye bağlanma değişkenleri yaşam doyumunu iki gruba ayırdetmede anlamlı sonuçlar vermişlerdir. Projeye verilen kısa vadeli önem/projeden sağlanan başarı ve kontrol/zamanın uygunluğu değişkenleri ise yaşam doyumunu iki gruba ayırdetmede anlamlılığa yakın değerler vermişlerdir.

Birey merkezli değişkenlerin yaşam doyumundaki varyansı açıklama oranları bilinerek yeni bir diskriminant analizinin yapılması gereklidir. Böylece yaşam doyumunu anlamlı şekilde öngören değişkenlere göre bireyler sınıflandırılabilir.

a)Yaşam Doyumunu Belirleyen Birey Merkezli Kişisel Proje Değişkenleri

Yaşam doyumunu açıklayan birey merkezli değişkenleri bulmak üzere yukarıda bildirilen 29 değişken, yaşam doyumunu üzerinde regrese edilmiştir. Stepwise regresyon analizinin sonuçları tablo-21'de gösterilmiştir.

TABLO-21

STEPWISE REGRESYON ANALİZİ

<u>ÖNGÖRÜCÜLER(PREDICTORS)</u>	<u>ADIMLAR</u>	<u>KİSMİ R²</u>	<u>F</u>	<u>P</u>
Projenin çevreye duyurulması/ Zamanın uygunluğu	1	0.5483	11.31	0.001
Bireye haslık/Projeye bağlanma	2	0.1257	4.28	0.05
Değişkenlerin toplam açıklama oranı		R ² : 0.6740	6.89	0.001

Stepwise regresyon analizi, projenin çevreye duyurulması/zamanın uygunluğu değişkeninin yaşam doyumundaki varyansın yaklaşık %55'ini; bireye haslık/projeye bağlanma değişkeninin yaklaşık %13'ünü açıkladığını ortaya koymaktadır. Her iki değişkeninin yaşam doyumundaki varyansı açıklama oranı, %67'dir.

Görüldüğü gibi bu analiz elemeye bulunarak, en çok açıklama gücü olan iki değişkeni belirlemiştir. Oysa potansiyel katkıları bakımından projeye verilen kısa vadeli önem/projeden sağlanan başarı ve kontrol/zamanın uygunluğu değişkenleri, yaşam doyumunu ayırtetmede önemlidirler. Dolayısıyla stepwise regresyon analizinde anlamlı çıkan değişkenlere sözü geçen değişkenler eklenerek yeni bir diskriminant analizi yapılmıştır

b)Seçilen Birey Merkezli Değişkenlere Göre Diskriminant Analizi

Projenin çevreye duyurulması/zamanın uygunluğu, bireye haslık/projeye bağlanma, projeye verilen kısa vadeli önem/projeden sağlanan başarı, kontrol/zamanın uygunluğu değişkenleri ve iki yaşam doyumunu gru-

buna göre yapılan diskriminant analizi anlamlıdır(Wilks Lambda:0.729, s.d.: 4 ve 55, F:5.111, P:0.0017, x^2 :18.016, s.d.:4, P:0.0017). Gruplar tek eksen üzerinde gösterilmiştir. Bu eksen üzerinde sözkonusu değişkenlerden düşük yaşam doyumlu grubun ortalaması, -0.1469, yüksek yaşam doyumlu grubun ortalaması, 0.2879'dur. Değişkenler, denekleri %100 başarıyla iki gruba ayırmışlardır. Analiz sonucunda ortaya çıkan diskriminant fonksiyon, $y=0.7410x_1+0.3549x_2+0.3205x_3+(-0.3008)x_4$ şeklindedir. Bu fonksiyonda x_1 , projenin çevreye duyurulması/zamanın uygunluğu; x_2 , bireye haslık projeye bağlanma; x_3 , projeye verilen kısa vadeli önem/projeden sağlanan başarı; x_4 , kontrol/zamanın uygunluğu anlamına gelmektedir. Sözkonusu değişkenlerden bireylerin aldıkları toplam puan, "y" olarak ifade edilmiştir.

TABLO-22

ANLAMLI BİREYSEL PROJE DEĞİŞKENLERİ VE YAŞAM DOYUMU GRUPLARINA GÖRE DİSKRİMİNANT ANALİZİ

<u>DEĞİŞKENLER</u>	<u>STANDART DİSKRİMİNANT KATSAYILARI</u>
Projenin çevreye duyurulması/Zamanın uygunluğu	0.7410
Bireye haslık/Projeye bağlanma	0.3549
Projeye verilen kısa vadeli önem/Projeden sağlanan başarı	0.3205
Kontrol/Zamanın uygunluğu	-0.3008

Standart diskriminant katsayılarının karelerinin alınması yoluyla her değişkenin diskriminant fonksiyonda açıkladığı oran bulunmuştur. Buna göre projenin çevreye duyurulması/zamanın uygunluğu değişkeninin diskriminant fonksiyonda açıkladığı varyans yaklaşık %55, bireye haslık/projeye bağlanma değişkeninin açıkladığı varyans yaklaşık %13, projeye verilen kısa vadeli önem/projeden sağlanan başarı değişkeninin açıkladığı varyans yaklaşık %10 ve kontrol/zamanın uygunluğu değişkeninin açıkladığı varyans yaklaşık %9'dur.

Sözkonusu değişkenlerin varyans analizi sonuçları grupların durumu hakkında bilgi verecektir. Bu bakımdan yaşam doyumuna göre 4 bireysel proje değişkeninin farklılaşması varyans analizi ile değerlendirilmiştir.

TABLO-23

ANLAMLI BİREYSEL PROJE DEĞİŞKENLERİNE VE YAŞAM DOYUMU GRUPLARINA GÖRE VARYANS ANALİZİ

DEĞİŞKENLER	YAŞAM DOYUMU	YAŞAM DOYUMU	F	P
	DÜŞÜKLERİN	YÜKSEKLERİN		
	ORTALAMASI	ORTALAMASI		
Projenin çevreye duyurulması/ Zamanın uygunluğu	-0.0763	0.2468	10.59	0.0023
Bireye haslık/Projeye bağlanma	0.2354	0.4695	3.59	0.05
Projeye verilen kısa vadeli önem/Projeden sağlanan başarı	0.1001	0.3006	2.95	0.08
Kontrol/Zamanın uygunluğu	0.3179	0.1595	2.78	0.09

Varyans analizi tablosunda projenin çevreye duyurulması/zamanın uygunluğu değişkeni açısından gruplar birbirinden oldukça farklılaşmaktadır. Yani düşük yaşam doyumlu grubun bu değişken açısından aldığı ortalama değer negatifken, yüksek yaşam doyumlu grubun aldığı ortalama değer pozitifdir. Bireye haslık/projeye bağlanma değişkeni, gruplara göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Yüksek yaşam doyumlu grubun bu değişkenden aldığı ortalama, düşük yaşam doyumlu grubun aldığından yaklaşık iki katıdır.

Projeye verilen kısa vadeli önem/projeden sağlanan başarı değişkeni iki yaşam doyum grubuna göre anlamlılığa yakın farklılaşma göstermiştir. Yüksek yaşam doyumlu grubun bu değişkenden aldığı ortalama düşük yaşam doyumlulardan daha fazladır.

Kontrol/zamanın uygunluğu değişkeni, yaşam doyumunun iki farklı düzeyine göre anlamlılığa yakın farklılaşma göstermektedir. Ancak bu değişkenden yüksek yaşam doyumlu grup, düşük yaşam doyumlu gruptan daha az ortalama elde etmiştir. Bu sonuç diğerleriyle ters yöndedir ve düşük yaşam doyumlu bireylerin projeleri üzerinde denetim kurdukları oranda onlara daha fazla zaman ayırdıkları anlamına gelmektedir. Yüksek yaşam doyumlu bireylerin projeleri üzerinde kontrol kurma ve onlara zaman ayırma ilişkisi daha zayıftır. Böyle bir sonuç düşük yaşam doyumlu bireylerin üzerinde çok fazla kontrol kurdukları bazı projelerine daha fazla zaman tanımaları anlamına gelebilir. Yani proje üzerinde algıladıkları başarısızlık şansını en aza indirdikleri durumda, bu kişilerin projelerini eyleme aktardıkları anlaşılmaktadır. Öte yandan yüksek yaşam doyumlu birey için projelerinden başarısız olma riski, daha az algılanan bir etmen olabilir. Dolayısıyla proje üzerinde kontrol ile ona zaman ayırma ilişkisi bu kişiler için optimal düzeyde kalabilir. Tüm bunlar ileri sürülebilecek olası açıklamalardır. Unutulmamalıdır ki, sözkonusu değişken açısından yüksek ve düşük yaşam doyumlu bireyler arasında anlamlı bir farklılaşma yoktur(bkz.Tablo-23).

IV.BÖLÜM

YORUM VE TARTIŞMA

Bu bölümde öğrenci ve yetişkin örneklemelerinden elde edilen bulgular araştırmanın amaç ve beklentilerine göre tartışılacak; her iki örneklemden çıkan sonuçlar karşılaştırılacaktır.

A.Öğrenci Örnekleme

Öğrenci örneklemeden elde edilen bulgular, araştırmanın genel amacını destekler niteliktedir. Yani bu örnekleme yaşam doyumu yargısı, bireyin ele aldığı kişisel projelerin değerlendirilme ve gerçekleşme sürecine bağlı olarak ortaya çıkan subjektif bir sonuç olmuştur. Diğer bir söyleyişle, bu örneklem kapsamında yaşam doyumu, kişisel proje değişkenleri bakımından ifade edilebilmiştir. Öte yandan bireylerin projelerini gerçekleştirirken algıladıkları objektif engellerin, yaşam doyumuna etkide bulunduğuna ilişkin beklenti gerçekleşmemiştir. Öğrenci örnekleminde düşük ve yüksek yaşam doyumlu bireylerin algıladıkları objektif engeller miktar olarak birbirinden farklılaşmamıştır. Yaşam doyumu değişkenleri olarak araştırmaya dahil edilen projelerle ilişkili sosyal psikolojik öğelerin, yaşamdan alınan doyuma anlamlı düzeyde etkide bulunmadığı gözlenmiştir.

Ayrıca, yaşamdan alınan doyuma etkide bulunması beklenen proje sistemi değişkenleri, potansiyel olarak önemli ancak anlamlı düzeyde etkili çıkmamıştır.

Özetle; öğrenci örnekleme için yaşam doyumu daha çok kişisel proje değişkenlerine göre belirlenen bir olgudur. Objektif engel sayısı ve yaşam doyumu değişkenleri, öğrencilerin yaşamdan aldıkları doyumu belirlemede etkili değildirler.

Genel olarak ifade edilen bu sonuçları özele indirerek, yüksek ve düşük yaşam doyumlu bireylerin genel özelliklerini inceleyelim.

Grup olarak yüksek yaşam doyumlular, projeleri üzerinde yeterli düzeyde kontrol kurma, çevreleri tarafından önemli görülen projeleri yürütme, projelerini çevre gözünde bilinir kılma(meşru kılma) ve projelerinden yüksek başarı beklentisine sahip olma özelliklerini göstermektedirler. Bu grubun önemli bir diğer özelliği genelde kısa vadeli projeleri tercih etmesidir. Ancak bu kendilerince önemli görülen bazı uzun vadeli projelerin ele alınmayacağı anlamına gelmez. Yüksek yaşam doyumlu grup, önemli gördüğü uzun vadeli projeler için de öncelik kararı alıp, onları derhal uygulamaya sokar. Son olarak değinilmesi gereken grup özelliği, yüksek yaşam doyumluların projelerinden daha fazla başarı sağlamalarıdır.

Analizlerin kesin olmasa da potansiyel olarak etkili gördüğü değişkenler, projelere katılan toplam kişi sayısı ve proje sistemi değişkenleridir. Söz konusu değişkenler açısından yüksek yaşam doyumlu grup olumlu özelliklere sahip çıkmıştır. Yani bu grupta yer alan bireylerin projelerine daha fazla sayıda kişi katılmaktadır. Yüksek yaşam doyumlu grubun ele aldığı projeler, birbirini kolaylaştırır ve uyumlu niteliktedir.

Yüksek yaşam doyumlu grup için belirtilen özelliklerin tersi düşük yaşam doyumlu grup için geçerlidir. Yani bu grup, projeleri üzerinde yetersiz denetim kurma, çevre tarafından önemli görülmeyen projeleri yürütme, projeleri çevre gözünde bilinir kılamama, düşük başarı beklentisine sahip olma ve genelde uzun vadeli projeleri tercih etme özelliklerini göstermektedir. Düşük yaşam doyumlu grubun tercih ettiği projeleri uygulamaya sokma olasılığı oldukça düşüktür. Görünen odur ki, bu grup projenin ayrıntıları üzerinde çok fazla durmakta ve çeşitli dış faktörlerden etkilenecek projeleri zamanında uygulamaya geçirememektedir. Dolayısıyla düşük yaşam doyumlu grubun projelerinden elde ettiği başarı oldukça düşüktür. Ayrıca bu grup için uzun vadeli hedefler geçerlidir. Dolayısıyla düşük yaşam doyumlu grubun projelerinden kısa va-

dede sağladığı gelişme çok fazla olmamaktadır.

Analizlerin potansiyel olarak etkili gördüğü değişkenler açısından düşük yaşam doyumlu grup dezavantajlıdır. Yani bu grubun projelerine daha az sayıda kişi katılmaktadır. Düşük yaşam doyumlu grubun ele aldığı projeler, birbirini daha çok engeller ve uyumsuz niteliktedir.

Yaşam doyumu bilişsel yargısını anlamlı olarak öngören grup merkezli proje değişkenleri kontrol, çevrenin projeye verdiği önem, projenin çevreye duyurulması, projeden beklenen başarı ve öncelik l'dir. Sözü geçen değişkenler, yaşam doyumunun %79'unu açıklamaktadır.

Birey bazında değerlendirme yapıldığında yüksek yaşam doyumlu bireylerin hoşlandıkları bir projenin diğerlerine olumlu etkisi vardır. Yani hoşlanılan projeleri ele alma, sürdürülen diğer projeler üzerinde olumlu etki yaratmaktadır. Yüksek yaşam doyumlu bireyler, önem verdikleri projelerden hoşlanırlar ve proje üzerinde kontrol kurdukları oranda o projeyi başlatma kararına varırlar. Bu bireyler, kendi yaşam ilke ve değerlerine uygun projeleri seçerler. Proje, bireyin yaşam değerleriyle uygun olduğu oranda, bireyin sözkonusu projeye bağlanması artar. Yine bu bireyler, hoşlandıkları bir projeyi başlatırlar ve böyle projeleri çevre gözünde bilinir kılarlar.

Aynı değişkenler açısından düşük yaşam doyumlu bireylere bakıldığında projeden hoşlanma ile o projenin diğer projelere olumlu etkisinin olması arasındaki bağın daha zayıf olduğu gözlenmektedir. Bu kişilerin önem verdikleri projelerden hoşlanmaları gerekmez. Düşük yaşam doyumlu bireylerin projeleri üzerinde denetim kurma ile onları başlatma arasındaki ilişki güçlü değildir. Yani bu bireyler, projeleri üzerinde denetim kuramamakta; bundan dolayı da onları başlatma kararına ulaşamamaktadırlar. Düşük yaşam doyumlu bireylerin sahip oldukları projeler, onların yaşam ilke ve değerleriyle daha az uyumludur. Yaşam ilke ve değerleriyle uyumlu olmayan projelere bireysel bağlanma, doğal olarak düşük olmaktadır

Düşük yaşam doyumlu bireylerin bir projeden hoşlanmaları ile onu başlatmaları arasında doğrudan bir ilişki yoktur. Bu kişiler, hoşlanmadıkları projeleri de başlatma zorunluluğu hissederler veya projeden hoşlanılsın hoşlanılmasın projeyi başlatma kararını vermede gecikebilirler. Çünkü bu bireylerin projelerini zamanında uygulamaya sokma olasılıkları çok düşüktür. Düşük yaşam doyumlu bireylerin ele aldıkları projeler, genelde kendi kafalarında kalan, kendilerinin hissettiği projelerdir. Bu bireyler, bir projeden hoşlanıp, önemli görselerde onu çevrelerine duyurmazlar.

Yaşam doyumunu belirleyen birey merkezli değişkenler, projeden hoşlanma/projenin diğer projelere olumlu etkisi, projelere verilen önem/projeden hoşlanma, kontrol/projeyi başlatmada bireysel sorumluluk, projenin bireyin değerlerine uygunluğu/projeden sağlanan başarıdır. Sözkonusu değişkenler, bireylerin yaşamdan aldıkları doyumun %75'ini açıklamaktadırlar.

Sonuç olarak, öğrenci örnekleminde elde edilen bulguları üç başlık altında toplayabiliriz. Bunlar, (a)kişi ögesi, (b)çevre ögesi, (c)sistem ögesidir.

Kişi ögesi, yaşam doyumunu bilişsel yargısı üzerinde etkide bulunan tutarlılık, planlılık, kişisel kontrol, haz kapasitesi ve kendine güven gibi kişilik özelliklerini kapsamaktadır. Bu öge açısından yukarıdaki sonuçlar yeniden değerlendirildiğinde, yaşamından doyumlu olan bireylerin kendi yaşam değerleriyle uyuşan projeleri ele alan tutarlı bireyler olduğu ortaya çıkmaktadır. Bu bireylerin projeye bağlanmaları, projenin kendi yaşam değerleriyle uyumlu oluşuna bağlıdır. Yaşamını doyumlu bulan bireyler kısa vadeli projelere daha çok önem atfedip, onlara uygulama önceliği tanırırlar. Bu onların planlı olduklarını gösterir. Sözkonusu bireyler projeleri üzerinde yeterli denetimi kurarlar ve

denetleyebildikleri projeleri başlatırlar. Bu sonuç, onların yeterli kişisel kontrole sahip olduklarına işaret etmektedir. Yaşamını doyumlu bulan bireyler, kişisel projelerinden daha fazla hoşlanırlar. Yani, söz konusu bireylerin haz kapasiteleri yüksektir. Yine bu bireyler sahip oldukları projelerini çevrelerine duyurmakta, onları çevre gözünde bilinir kılmaktadırlar. Ayrıca yaşamını doyumlu bulan bireyler projelerinden yüksek başarı beklentisine sahiptirler. Tüm bunlar bireyin yaşamını doyumlu buluşunun kendisine güvenmesi ile doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir.

Çevre ögesi, yaşam doyumuna etkide bulunan çevrenin sosyal onayı ve sosyal katılımı özelliklerini kapsamaktadır. Bu öge bakımından elde edilen bulgular yeniden yorumlandığında, yaşamından doyumlu olan bireylerin ele aldıkları projelerin çevreleri tarafından önemli görülmesi, onların çevrelerinden sosyal onay desteği alan bireyler olduklarını ortaya koymaktadır. Yine bu bireylerin projelerine çok sayıda kişinin katılımı, çevrenin onlara sosyal katılım desteğini verdiğine işaret etmektedir. Tüm bunlara bakarak, sosyal onay ve sosyal katılım sağlayan çevrelerde yaşayan bireylerin daha mutlu olduğu söylenebilir.

Sistem ögesi, yaşam doyumuna potansiyel olarak etkide bulunan projenin diğer projeleri engelleme derecesi ve bütün projelerden ortaya çıkan uyum değeri gibi yapı özelliklerini kapsamaktadır. Bu konudaki bulgulara yeniden dönersek, yaşamından doyum bulan bireylerin projelerinin birbirini kolaylaştıran nitelikte ve genelde birbirleriyle uyumlu oldukları görülecektir. Bunlar, yaşamdan alınan doyumun, sürdürülen projelerin birbirleriyle olumlu ilişkilerinin olmasına ve birbirleriyle uyum içinde bulunmalarına bağlı olduğunu göstermektedir.

B.Yetişkin Örneklemi

Yaşam doyumu bilişsel yargısına neden olan genel etmenleri belirlemek amacıyla ikinci kez yetişkin örnekleminde tekrarlanan analizler, öğrenci örnekleminde elde edilenlerden hayli farklıdırlar. Bu örneklemden alınan sonuçlar, yetişkin yaşam doyumunun öğrencilerin aksine kişisel projelerin gelişim seyrine göre belirlenmediğini açığa çıkarmıştır. Yani yetişkin bireylerin yaşamdan aldıkları doyum, kişisel projeler yaklaşımında ileri sürülen rasyonele uygun çıkmamaktadır. Bunun yerine, yaşam doyumunu açıklama ve ayırdetmede bazı proje değişkenlerinin süreçten bağımsız, kendi başlarına etkilerinin olduğu gözlenmiştir. Dolayısıyla araştırmanın kişisel proje değişkenlerinin ve proje sisteminin yaşam doyumunu belirleyip iki farklı düzeye ayırdedeceğine ilişkin beklentisi geçerlenmemiştir.

Öğrenci örneklemindeki bulguların aksine projelerle ilişkili yaşam doyumu değişkenleri ve objektif engel sayısı değişkeni yaşam doyumunu açıklama ve ayırdetmede anlamlı çıkmıştır.

Özetlenirse, bu örneklemden araştırmanın projelerle ilişkili yaşam doyumu değişkenlerinin ve objektif engel sayısı değişkeninin yaşam doyumunu belirleyeceğine ve iki düzeye ayırdedeceğine ilişkin beklentileri gerçekleşmiş; kişisel projeler metodolojisine dayanan diğer beklentiler gerçekleşmemiştir. Sonuç olarak, beklenti düzeyinde öğrenci örnekleminde elde edilen sonuçların hiçbiri yetişkin örnekleminde geçerlenmemiştir.

Yetişkin örnekleminde elde edilen bulgulara yeniden dönersek, yetişkin bireylerin yaşam doyumunun bazı önemli özelliklerini ayrıntılı inceleyebiliriz. Bu bakımdan grup düzeyinde yapılan analizler, yaşamını doyumlu bulan grubun, daha çok genel mekanlarda gerçekleştirilen nitelikte projelere sahip olma, projeleri yürütürken daha az stres ve objektif engel algılama özelliklerini gösterdiği ortaya çıkmıştır. Sözügeçen de-

Değişkenlerden yaşam doyumunu açıklama ve iki gruba ayırdetmede en etkili olan değişken, projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısıdır. Bu değişken yalnız başına yetişkinlerin yaşamdan aldığı doyumun %45'ini açıklamıştır. Yaşamını doyumlu bulan grubun bildirdiği projelere bakıldığında, seyahate çıkma, denize gitme, genel yerlerdeki eğlencelere katılma gibi aktivitelerin büyük yer kapladığı görülmüştür. Bu tür dinlenme olanakları genel mekanlarda gerçekleşmektedir. Bu grup böyle olanaklara sahip olduğundan, projelerinden daha az stres duyar. Yaşamını doyumlu gören grubun sahip olduğu bazı özellikler(örneğin, maddi olanaklar, sosyal statü v.b.) onların objektif engelleri daha az hissetmesine neden olabilir veya bu grupta yer alan bireyler, kendilerine gerçekçi, gerçekleştirilebilir hedefler koyduklarından objektif güçlüklerle daha az yüz yüze kalabilirler.

Aynı değişkenler açısından yaşamından doyumsuz olan grup incelendiğinde, yukarıda açıklananların tam tersi sonuçlarla karşılaşmaktadır. Yani bu grup, genel mekanlarda gerçekleştirilecek nitelikte projelere daha az sahip olma, projeleri yürütürken daha fazla stres ve objektif engel hissetme özellikleri ile karakterize edilmektedir. Yaşamını doyumsuz bulan grubun bildirdiği projeler, taksit yatırma, ek gelir bulma, borç ödeme, eşya alma, işte yükselme ve çocuğa bakma gibi daha çok ekonomik nitelikli aktivitelerden oluşmuştur. Bu tür projeler, bireyde stres yaratan yapılması objektif engellerle kesilen ve daha az genel mekan olanakları ile ilişkili projelerdir. Bu grupta yer alan bireylerin yaşları yaşamını doyumlu bulanlardan daha düşüktür ve ilgili grupta yer alan bireylerin evlilik yaşamları ve mesleki yaşamlarında geçirdikleri süre henüz çok yenidir. Yani bu grup için yaşam birçok bakımdan belli bir düzene oturmamıştır. Dolayısıyla yaşamını doyumsuz bulan grubun beklentilerinin karşılanması, yoğun çaba ve stresi beraberinde getirmektedir.

Özetle, grup düzeyinde yaşamdan alınan doyumunu açıklayan ve iki düzeye ayırdeden değişkenler, projelerin gerçekleşeceği genel mekan sayısı, stres ve objektif engel sayısıdır. Sözügeçen değişkenler, yaşam doyumunu açıklama ve iki gruba ayırdetmede %75 oranında başarılıdılar.

Yetişkin örnekleminde elde edilen bulgulara birey düzeyinde bakıldığında, yaşamını doyumlu bulan bireylerin projelerini çevrelerine duyurdukları, onları bilinir kıldıkları oranda o projelere zaman ayırdıkları ortaya çıkmıştır. Yine bu bireyler, sahip oldukları projeleri kendilerine has, yaşam stillerine uygun olduğu ölçüde o projelere bireysel bağlanma göstermektedirler.

Yaşam doyumuna potansiyel olarak katkıları olan birey merkezli değişkenler değerlendirildiğinde, yaşamını doyumlu bulan bireylerin kısa vadeli projeleri, çevreleri tarafından daha önemli görülmektedir. Ancak bu bireylerin projelerini kontrol etmeleri ile onlara zaman ayırmaları arasındaki ilişki çok güçlü değildir.

Aynı birey merkezli değişkenler açısından yaşamını doyumsuz bulanlara bakıldığında, yukarıdaki sonuçların tam tersi özelliklerle karşı karşıya kalınmaktadır. Yani, bu bireylerin projelerini çevreye duyurma, onları bilinir kılmaları ile bu projelere zaman ayırmaları arasındaki ilişki zayıftır. Bu sonuç, onların çoğu projelerini kendi içlerinde yaşadıklarından dolayı, zaman ayırma bakımından çevreye duyurulmuş ya da duyurulmamış projeler arasında bir fark çıkmamasına işaret eder. Görüldüğü gibi elde edilen bu sonuç, öğrenci örneklemindeki bulgularla paralel niteliktedir. Yine düşük yaşam doyumlu bireylerin ele aldıkları projeler kendilerine has, yaşam stillerine uygun olmadığından, bu kişilerin projelerine bireysel bağlanma göstermeleri düşüktür. Yaşamından aldığı doyumunu düşük olan bireyler, kendilerine has olmaktan çok yaşamları için zorunlu olan projeleri yürütürler. Yürütülmesi zorunlu olduğundan dolayı da bu projelere yeteri kadar içten bağlanma göstermezler.

Potansiyel katkıları olan değişkenler açısından düşük yaşam doyumlarının kısa vadede önemli gördükleri projeler, çevreleri tarafından önemli görülmez. Bilindiği gibi, bu bireylerin yaptıkları projelerden çevrenin haberdarlığı düşüktür. Çevre gözünde pek bilinmeyen, hissedilmeyen bir projenin önemli görülmesi beklenemez. Yaşamından doyumsuz olan bireylerin projeleri üzerinde denetim kurdukları oranda onlara zaman ayırdıkları gözlenmiştir. Ancak algılanan dış güçlükler ve stres nedeniyle bu bireyler, projelerinden yüksek doyum elde edemezler. Ayrıca bu bireyler, başarısızlık riskini en aza indirdikleri projelerine zaman ayırmaktadırlar. Bu da onlarda yoğun çaba ve stresi doğuran bir süreç olmaktadır.

Sonuç olarak yaşamdan alınan doyumunu açıklama ve iki düzeye ayırmada, projenin çevreye duyurulması/zamanın uygunluğu ve bireye haslık/projeye bağlanma değişkenlerinin anlamlı etkileri vardır. Sözügeçen değişkenler, yaşam doyumunun %67'sini açıklamaktadırlar.

C.Örneklemelerden Elde Edilen Sonuçların Karşılaştırılması

Araştırmamız, kişisel projeler sürecine bağlı olarak yaşam doyumunun genel belirleyicilerini ve ayırdedicilerini saptama modelini doğrulamamıştır. Şöyle ki, öğrenci örnekleme için geçerli olan kişisel projeler yaklaşımı, yetişkin örnekleme için büyük bir oranda geçerli çıkmamıştır. Sonuçlar, bireylerin içinde buldukları yaşam tarzı ve değerlendirme biçimi ile, öğrencilik yaşamından tamamen farklı bir döneme girdiklerini göstermektedir. Bu olgu nasıl açıklanabilir?

Herşeyden önce öğrenciler, kişisel projeler yaklaşımında ileri sürülen gelişim sürecine ve değerlendirme sistemine yatkın olabilirler. Çünkü öğrencilik yılları, başlangıç, planlama, uygulama ve sonlandırma ile süregelen bir projedir. Bu süreç içinde her ders, her seminer kendi

başına aynı evreleri izleyen birer proje sayılabilir. Ayrıca üniversite öğrenimi, bireyin gelecekte kendi yaşamını kurması ve kendini gerçekleştirmesini sağlaması bakımından oldukça kritik bir dönemdir. Dolayısıyla, öğrencilerin kendi akademik projelerini daha mantıklı değerlendirmeleri beklenebilir. Yani onlar, kritik önemde olan projeleri için bilişsel değerlendirmeleri daha yoğun olarak yaparlar.

Stres, objektif engel ve genel mekanda gerçekleşen projeler değişkenlerinden öğrencilerin etkilenmeleri beklenmeyebilir. Çünkü ülkemizde çoğu öğrenci, maddi bakımdan ailesine bağımlıdır. Onlar, ekonomik sıkıntıları bizzat kendileri çekmezler. Derslerin yarattığı sıkıntılar ve akademik yaşamla, öğrencilik ile ilgili objektif engeller bakımından hemen hepsi aynı koşullar altındadır. Dolayısıyla, objektif engellerin yaşamını doyumlu bulan ve bulmayan öğrenciler bakımından farklılaşması sözkonusu değildir. Yine genel mekanda sürdürülecek projeler bakımından da öğrenciler birbirleri arasında çok büyük oranda bir farklılaşma göstermezler. Seyahate çıkma, denize gitme, arkadaşlarla genel mekanlardaki eğlencelere katılma gibi etkinlikler, onların akademik projelerine göre çok fazla önemli görülmeyen projelerdir.

Üniversite mezunu, meslek sahibi yetişkin yaşamında ise, ortaya çıkan tablo hayli değişiktir. Kişilerin içinde buldukları koşullar, onların öğrenciler kadar belirgin kişisel proje yapmalarına ve bunları gerçekleştirmelerine izin vermez. Yetişkin yaşamı, belli bazı konular dışında, kişinin kendi inisiyatifi ile büyük ölçüde belirlenemeyen olaylarla doludur. Özellikle ülkemiz sosyo-kültürel değerleri ve yönetsel sisteminin, bireylerin kendi mesleki ve sosyal yaşamlarında kendi istekleri, amaçları doğrultusunda değiştirmeler yapma şansını oldukça kısıtladığı bilinmektedir. Bireyin kendini gerçekleştirme etkinliği yetersiz ekonomik koşullar ve bireysel müdahaleye izin vermeyen bürokratik anlayışlar nedeniyle engellenmektedir. Dolayısıyla yetişkin bireyler, büyük

ölçüde kendilerinin belirleyemediği koşullar altında, günlük yönelimlere göre davranmak ve amaçlarını saptamak zorunda kalırlar. Ancak kendi gelişimlerini, ekonomik düzeylerini belli bir noktaya getirmiş bireyler, sözkonusu koşullardan çok fazla etkilenmezler. Yani bu bireyler, daha çok genel mekan içinde sürdürülecek nitelikte proje fırsatlarına sahip kişilerdir. Bu bireylerin evlilik yaşamları bir düzene oturmuş, maddi beklentileri büyük ölçüde azalmıştır. Bundan dolayı, yaşamını doyumlu bulan yetişkin bireyler, daha az stres ve objektif engel yaşarlar. Sözü geçen bireyler, 32 ve daha üzeri yaşlarda olan bireylerdir. Ancak, yaşamını doyumlu bulan bu bireylerin, kendi mesleki yaşamlarında, kendilerini gerçekleştirme doğrultusunda projeler yaptıkları ve bunlardan başarıya ulaştıkları sonucuna varamayız. Ülkemizde, böylesi bireysel müdahalelere yönetsel yapı, çok fazla açık değildir.

Ayrıca kişisel projeler yaklaşımının, yetişkinlerde geçerlenmemesinin bir diğer nedeni, ele alınan örneklemin farklı sosyo-ekonomik düzeyde, farklı çevrelerden ve farklı yaşlardan gelen bireylerden oluşmuş olmasındandır. Kuramsal kısımda değindiğimiz gibi, toplumun çok geniş sayıda katmanını örnekleyen bir çalışmada Abbey ve Andrews(1986), yalnızca stres ve depresif duyguların yaşam doyumunu belirlemede önemli olduğunu bulmuşlardır. Öğrenciler gibi ortak yaşam biçimleri, ortak kaygıları olan yetişkin gruplarından elde edilecek bulgular, kişisel projeler yaklaşımını doğrulayabilir.

Yetişkin örnekleminden çıkan sonuçlara dönersek, düşük yaşam doyumlu yetişkin bireylerin projelerini çevre gözünde bilinir kılmamaları, düşük yaşam doyumlu öğrencilerle ortak olan tek özellikleridir. Buradan yaşamdan aldığı doyumu düşük olan bireylerin, ele aldıkları projeleri çevrelerine duyurmayan, onları bilinir kılmayan bireyler oldukları sonucuna varabiliriz. Bu bir anlamda onların kendilerine güvensiz olduklarını göstermektedir. Bu sonuca getirilecek bir başka açıklama ise, düşük yaşam doyumlu bireylerin kendilerini destekleyen çevrelerde yaşamadıklarından dolayı projelerini somutlaştıramadıklarıdır.

V.BÖLÜM

ÖZET VE SONUÇLAR

Bu araştırmada, yaşama ilişkin subjektif bir değerlendirme olan yaşam doyumu, günlük yaşam içerisindeki aktivitelere göre incelenmiştir. Yapılan analizler, yaşam doyumu bilişsel değerlendirmesinin kişisel proje değişkenlerine göre ifade edilebileceğini göstermiştir. Araştırma, yaşamdan alınan doyumun büyük ölçüde amaçlı kişisel uğraşılara dayanan bir sonuç olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Öğrenci örnekleminde elde edilen bulgular, planlılık, tutarlılık, kişisel kontrol, haz kapasitesi ve kendine güven gibi kişi özelliklerinin; sosyal onay ve sosyal katılım gibi çevre özelliklerinin; projenin diğer projeleri engelleme derecesi ve bütün projelerden ortaya çıkan uyum değeri gibi sistem özelliklerinin yaşam doyumunu belirlemede etkili olduklarını göstermiştir. Bu sonuçlar, Palys ve Little(1983)'ın bulgularıyla ve yaşam doyumu literatürüyle paralel niteliktedir.

Yaşam doyumu yargısına neden olan değişkenlerin genelliğini araştırmak üzere ikinci bir örnekleme analizler tekrarlanmıştır. Bu örneklemeden elde edilen bulgular, yetişkin yaşam doyumunun, öğrenci yaşam doyumundan farklı olduğuna işaret etmiştir. Üniversite mezunu, meslek sahibi yetişkin bireyler için projenin çevreye duyurulması(bilinirlik) ve projenin bireyin yaşam stiline uygunluğu, projeye zaman ayrılmasını ve bireysel bağlanmayı sağlamak suretiyle yaşamdan alınan doyuma etkide bulunmaktadır. Yine, genel mekanlarda sürdürülen projelerin sayısı, stres ve objektif engeller, bireyin yaşam doyumunu açıklayan önemli değişkenlerdir. Ortaya çıkan bu sonuçlar, genel mekanların psikolojik önemine ilişkin çevre psikolojisinin bulgularını desteklemiştir. Ayrıca stres değişkeni, birçok yaşam doyumu araştırmacısı tarafından kritik bir etmen olarak değerlendirilmiştir(örneğin, Abbeys ve Andrews,1986).

Objektif engel sayısı değişkeni, ülkemizde bireylerin yaşam doyumuna etkide bulunan objektif koşulların, sosyo-kültürel değerlerin ve yönetsel anlayışların önemini ortaya koymaktadır. Bu durum, gelişmiş batı ülkelerine oranla gelişmekte olan ülkelerde, yani çevresel istikrarın bulunmadığı sosyal bağlamlarda, davranışların açıklanmasında salt bilişsel bir yaklaşımdan ziyade çevre uyaranlarının da dikkate alınması yönündeki görüşlerle (Bilgin, 1990) uyusmaktadır. Ülkemizde yetişkin bireylerin yaşamdan aldıkları doyumunu inceleyecek yeni araştırmaların, bilişsel etmenlerin yanısıra, duygusal, çevresel ve objektif etmenleri de araştırma desenlerine katmaları, yerinde bir seçim olacaktır.

Psikolojik süreçleri incelemede bir analiz birimi olarak kişisel projeler, maddi ve sosyal kaynak, kişinin projelerini sürdürürken karşı karşıya kaldığı yönetsel anlayış ve sosyo-kültürel değerler gibi yeni değerlendirme boyutlarıyla zenginleştirilmelidir. Ülkemiz yetişkin bireyleri, projelerinin değişik aşamalarında sözü geçen değişkenleri muhtemelen değerlendirmektedirler. Yine bu yaklaşımın oldukça yoğun ve zaman alıcı bilişsel hesaplamaları içerdiği dikkate alınırsa, bazı proje değişkenlerinin çıkarılması veya birbirine yakın anlamlar taşıyan bazı değişkenlerin ortak bir ad altında gruplanması yerinde olur. Ancak, böylesi kararlar, ayrıntılı deneysel çalışmaların sonucuna göre verilebilir. Bu nedenle, yaşam doyumunu ile kişisel projeler sistemi bağıntısı üzerinde daha fazla çalışılması gereklidir.

A B S T R A C T

In this study, the systemic appraisal of personal project system was utilized as an approach to understand perceived life satisfaction. Besides this approach, the objective obstacles which individuals may perceive as they perform their projects were evaluated as an important life satisfaction factor. Variables were derived from the Personal Project Matrix, Cross-Impact Matrix, Objective Obstacles Scale, and Satisfaction with Life Scale. Based on these scales a field research was done in two separate studies, one with a university sample, the other with a professional sample which consisted of married, high level educated (they have at least B.Sc. or B.A. degree) persons. The data were analyzed with stepwise regression and discriminant analysis statistical techniques.

The findings showed that personal project system variables explained and differentiated perceived life satisfaction. Especially, control perceptions on projects, others' view about projects, visibility of projects, success expectation about projects, involvement in projects of high short-term importance, congruency between person's life values and his/her projects, and absorption with project variables explained and discriminated the variability of reported life satisfaction in the university sample. On the other hand, projects performed in general places, perceived stress from carrying on projects, visibility of projects, time adequacy which person devoted to projects, self-identity of projects, and absorption with project variables had the most meaningful effects on reported life satisfaction judgements of professionals. Objective obstacles variable had meaningful effect only on professionals' life satisfaction judgements.

K A Y N A K Ç A

- Abbey, A., ve Andrews, F.M.(1986). Modeling the psychological determinants of life quality. In F.M.Andrews(Ed.), Research on the quality of life. The University of Michigan Survey Research Center-Institute for Social Research Publication.
- Abelson, R.P., ve Rosenberg, J.M.(1958). Symbolic psycho-logic:A model of attitudinal cognition. Behavioral Sciences, 3,1-13.
- Abelson, R.P.(1976).Script processing in attitude formation and decision making.In J.S.Carroll and J.W.Payne(Eds.), Cognition and social behavior.Hillsdale, NJ:Erlbaum.
- Abelson, R.P.(1981). Psychological status of the script concept. American Psychologist, 36, 715-729.
- Allen-Kee, D.(1980). The relationship of psychological androgyny to self-esteem and life satisfaction in career-oriented and home oriented women(Doctoral dissertation, University of Southern California,1980). Dissertation Abstracts International,41,1479A.
- Allport, H.F.(1937). Teleonomic description in the study of personality. Character and Personality,1,202-214.
- Alston, J.P., Lowe, G.D., ve Wrigley, A.(1974). Socio-economic correlates for four dimensions of self-perceived satisfaction, 1972. Human Organization,33,99-102.
- Altman,I.(1978). Crowding:Historical and contemporary trends in crowding research.In A.Baum and Y.Epstein(Eds.),Human Response to Crowding, Hillsdale,N.J.:Lawrence Erlbaum.
- Anderson, M.R.(1977). A study of the relationship between life satisfaction and self-concept, locus of control, satisfaction with primary relationships, and work satisfaction(Doctoral dissertation, Michigan State University,1977). Dissertation Abstracts International,38,2638 9A.(University Microfilms No.77-25,214.)
- Andrews, F.M., ve Withey, S.B.(1974). Developing measures of perceived life quality:Results from several national surveys. Social Indicators Research,1,1-26.
- Andrews,F.M., ve Withey, S.B.(1976). Social indicators of well-being: America's perception of life quality.New York:Plenum Press.
- Andrews, F.M., ve Inglehart, R.(1979). The structure of well-being in nine western societies. Social Indicators Research,6,73-90.
- Anscombe, G.E.M.(1976). Intention. Ithaca, N.Y.:Cornell University Press.

- Argyle, M., ve Little, B.R.(1972). Do personality traits apply to social behaviour? Journal for the Theory of Social Behaviour, 2, 1-35.
- Baker, E.K.(1977). Relationship of retirement and satisfaction with life events to locus of control (Doctoral dissertation, University of Wisconsin-Madison, 1976). Dissertation Abstracts International, 37, 4748B. (University Microfilms No. 76-28, 900)
- Bandura, A.(1977). Social learning theory. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Bandura, A.(1977). Self-efficacy: Toward a unified theory of behavioral change. Psychological Review, 84, 191-215.
- Bannister, D., ve Fransella, F.(1971). Inquiring man: The theory of personal constructs. Baltimore: Penguin Books.
- Bargh, J.A.(1982). Attention and automaticity in the processing of self-relevant information. Journal of Personality and Social Psychology, 43, 425-436.
- Beiser, M.(1974). Components and correlates of mental well-being. Journal of Health and Social Behavior, 15, 320-327.
- Berndt, T.J., ve Berndt, E.G.(1975). Children's use of motives and intentionality in person perception and moral judgement. Child Development, 46, 904-912.
- Bilgin, N.(1981). Çeşitli sosyo-kültürel gruplarda eşya sistemleri ve insan-eşya ilişkileri. Doçentlik tezi. Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü.
- Bilgin, N.(1990). Fiziksel mekandan insani ya da insanlı mekana. Mimarlık Dergisi-Mimarlar Odası, 90/3 , 62-65.
- Bindra, D.(1978). How adaptive behavior is produced: A perceptual-motivational alternative to response reinforcement. Behavioral and Brain Sciences, 1, 4w-91.
- Binkley, R., Bronaugh, R., ve Marras, A.(Eds.).(1971). Agent, action, and reason. Toronto: University of Toronto Press.
- Bortner, R.W., ve Hultsch, D.F.(1970). A multivariate analysis of correlates of life satisfaction in adulthood. Journal of Gerontology,

25,41-47.

- Bower, G.(1978). Representing knowledge development. In R.Siegler(Ed.), Children's thinking: What develops? Hillsdale,N.J.: Erlbaum.
- Bower, G.H., Black, J.B., ve Turner, T.J.(1979). Scripts in memory for text. Cognitive Psychology,11,177-220.
- Bower, G.H.(1981). Mood and memory. American Psychologist,36,129-148.
- Bradburn, N.M., ve Caplovitz, D.(1965). Reports on happiness. Chicago: Aldine.
- Bradburn, N.M.(1969). The structure of psychological well-being. Chicago: Aldine.
- Brandt, A.S.(1980). Relationship of locus of control, enviromental constraint, length of time in the institution and twenty-one other variables to morale and life satisfaction in the institutionalized elderly(Doctoral dissertation, Texas Woman's University,1979). Dissertation Abstracts International,40,5802B.(University Microfilms No. 80-12, 153)
- Braun, P.M.W.(1977). Psychological well-being and location in the social structure(Doctoral dissertation, University of Southern California,1976). Dissertation Abstracts International,38,2351A.
- Brickman, P., ve Campbell, D.T.(1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M.H.Appley(Ed.), Adaptation level theory: A symposium. New York: Academic Press.
- Brickman, P., Coates, D., ve Janoff-Bulman, R.(1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? Journal of Personality and Social Psychology,36,917-927.
- Brunswick, E.(1956). Perception and the representantive design of psychological experiments. Berkeley: University of California Press.
- Bryne, D.(1964). Repression-sensitization as a dimension of personality. In B.A.Maher(Ed.), Progress in experimental personality research, vol.1. New York: Academic Press.

- Bull, C.N., ve Aucoin, J.B.(1975). Voluntary association participation and life satisfaction: A replication note. Journal of Gerontology, 30,73-76.
- Cameron, P., Titus, D.G., Kostin, J., ve Kostin, M.(1973). The life satisfaction of nonnormal persons. Journal of Consulting and Clinical Psychology,41,207-214.
- Cameron, P.(1974). Social stereotypes: Three faces of happiness. Psychology Today,8,63-64.
- Cameron, P.(1975). Mood as an indicant of happiness: Age, sex, social class, and situational differences. Journal of Gerontology,30, 216-224.
- Campbell, A.(1976). Subjective measures of well-being. American Psychologist,31,117-124.
- Campbell, A., Converse, P.E., ve Rodgers, W.L.(1976). The quality of American life. New York: Russell Sage Foundation.
- Campbell, A.(1981). The sense of well-being in America: Recent patterns and trends. New York: McGraw-Hill.
- Cantor, N., ve Mischel, W.(1979). Prototypes in person perception. In L.Berkowitz(Ed.), Advances in experimental social psychology. New York: Academic Press.
- Cantril, H.(1965). The pattern of human concerns. New Brunswick, N.J: Rutgers University Press.
- Carp, F.M., ve Carp, A.(1982). Test a model of domain satisfactions and well-being: Equity considerations. Research on Aging,4,503-522.
- Carver, C.S.(1979). A cybernetic model of self-attention process. Journal of Personality and Social Psychology,37,1251-1281.
- Carver, C.S., ve Scheier, M.F.(1981). Attention and self-regulation: A control theory approach to human behavior. New York: Springer-Verlag.
- Carver, C.S., ve Scheier, M.F.(1981b). The self-attention induced feed-

back loop and social facilitation. Journal of Experimental Social Psychology, 17, 545-568.

Catalano, R., ve Dooley, C.D.(1977). Economic predictors of depressed mood and stressful life events in a metropolitan community. Journal of Health and Social Behavior, 18, 292-307.

Chekola, M.G.(1975). The concept of happiness(Doctoral dissertation, University of Michigan, 1974). Dissertation Abstracts International, 35, 4609A.(University Microfilms No. 75-655)

Cherlin, A., Reeder, L.G.(1975). The dimensions of psychological well-being: A critical review. Sociological Methods and Research, 4, 189-214.

Cherry, F., ve Bryne, D.(1977). Authoritarianism. In T.Blass(Ed.), Personality variables in social behavior. Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum.

Christie, R., ve Geis, F.(Eds.).(1968). Studies in Machiavellianism. New York: Academic Press.

Clemente, F., ve Sauer, W.J.(1976a). Life satisfaction in the United States. Social Forces, 54, 621-631.

Coan, R.W.(1977). Hero, artist, sage, or saint? New York: Columbia University.

Cohen, C.E.(1981). Goals and schemas in person perception: Making sense out of the stream of behavior. In N.Cantor and J.Kihlstrom(Eds.), Personality, cognition, and social behavior. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

Costa, P.T., ve McCrae, R.R.(1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. Journal of Personality and Social Psychology, 38, 668-678.

Csikszentmihalyi, M.(1975). Beyond boredom and anxiety. San Francisco: Jorsey-Bass.

Csikszentmihalyi, M., ve Figurski, T.J.(1982). Self-awareness and aver-

sive experience in everyday life. Journal of Personality,50,15-24.

Cutler, S.J.(1976). Membership in different types of voluntary associations and psychological well-being. The Gerontologist,16,335-339.

Czaja, S.J.(1975). Age differences in life satisfaction as a function of discrepancy between real and ideal self-concepts. Experimental Aging Research,1,81-89.

Daveney, T.K.(1979). Intentions and actions: A further consideration of causal connection. Journal for the Theory of Social Behavior,9, 221-225.

Davidson, D.(1971). Agency.In R.Binkley, R.Bronaugh, and A.Marras(Eds.), Agent, action, and reason. Toronto: University of Toronto Press.

DeGuire, K.S.(1974). Activity choice, psychological functioning, degree of satisfaction, and personality factors in educated, middle-aged women(Doctoral dissertation, Fordham University,1974). Dissertation Abstracts International,35,2424B.(University Microfilms No. 74-25, 045)

Dember, W.N., ve Penwell, L.(1980). Happiness, depression, and Pollyanna principle. Bulletin of Psychonomic Society,15,321-323.

Dermer, M., Cohen, S.J., Jacobsen, E., ve Anderson, E.A.(1979). Evaluative judgements of aspects of life as a function of vicarious exposure to hedonic extremes. Journal of Personality and Social Psychology,37,247-260.

Diener, E., Emmons, R., Larsen,R., ve Griffin, S.(1983). The Satisfaction with Life Scale. Manuscript submitted for publication, University of Illinois at Urbana-Champaign.

Diener, E., ve Emmons, R.A.(1983). The independence of positive and negative affect. Journal of Personality and Social Psychology,45, 1331-1341.

Diener, E., ve Larsen, R.J.(1983b). Affect intensity and reactions to

daily events. Manuscript submitted for publication, University of Illinois at Champaign-Urbana.

- Diener, E., Larsen, R.J. ve Emmons, R.A.(1983b). Person x situation interactions: Choice of situations and congruence response models. Journal of Personality and Social Psychology,44,1241-1250.
- Diener, E.(1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin,95,542-575.
- Diener, E., Larsen, R.J., Levine, S., ve Emmons, R.A.(1984). Frequency and intensity: The underlying dimensions of positive and negative affect. Journal of Personality and Social Psychology,46,1458-1464.
- Diener, E., Larsen, R.J., ve Griffin, S.(1985). The Satisfaction with Life Scale. Journal of Personality Assessment,49,71-75.
- Dupuy, H.J.(1978). The research edition of general psychological well-being schedule. Unpublished manuscript.
- Easterlin, R.A.(1974). Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence. In P.A.David and M.W.Redder(Eds.), Nations and households in economic growth. New York: Academic Press.
- Edwards, N.J., ve Klemmack, D.L.(1973). Correlates of life satisfaction: A re-examination. Journal of Gerontology,28,497-502.
- Eisenberg, D.M.(1981). Autonomy, health, and life satisfaction among older persons in a life care community(Doctoral dissertation, Bryne Mawr College,1980). Dissertation Abstracts International,41,3724A. (University Microfilms No. 81-03,906)
- Emmons, R.A., Larsen, R.J., Levine, S., ve Diener, E.(1983,Mayıs). Factors predicting satisfaction judgements. Paper presented at the meeting of the Midwestern Psychological Association Convention, Chicago.
- Endler, N., ve Magnusson, D.(1976). Toward an interactional psychology of personality. Psychological Bulletin,83,956-974.
- Falkman, P.W.(1973). Objective, subjective, and continuity correlates of

- life satisfaction in an elderly population (Doctoral dissertation, Iowa State University, 1972). Dissertation Abstracts International, 33, 4556-7A. (University Microfilms No. 77-25, 214)
- Fellows, E.W. (1956). A study of factors related to a feeling of happiness. Journal of Educational Research, 50, 231-234.
- Felton, B., ve Kahana, E. (1974). Adjustment and situational bound locus of control among institutionalized aged. Journal of Gerontology, 29, 295-301.
- Feinman, S. (1978). The blind as "ordinary people". Journal of Visual Impairment and Blindness, 72, 231-238.
- Festinger, L. (1957). A theory of cognitive dissonance. Evanston: Row, Peterson.
- Fishbein, M., ve Ajzen, I. (1975). Belief, attitude, intention, and behavior: An introduction to theory and research. Reading, Mass.: Addison-Wesley.
- Fisher, R.A. (1936). The use of multiple measurements in taxonomic problems. Annals of Eugenics, 7, 179-188.
- Fiske, S.T., ve Linville, P.W. (1980). What does the schema concept buy us? Personality and Social Psychology Bulletin, 6, 543-557.
- Fiske, S.T., ve Taylor, S.E. (1983). Social cognition. New York: Random House.
- Flavell, J.H. (1963). The developmental psychology of Jean Piaget. Princeton, N.J.: Van Nostrand.
- Fordyce, M.W. (1977a). Development of a program to increase personal happiness. Journal of Counselling Psychology, 30, 483-498.
- Fordyce, M.W. (1977b). The happiness measures: A sixty-second index of emotional well-being and mental health. Unpublished manuscript, Edison Community College, Ft. Myers, Florida.
- Fordyce, M.W. (1978). Prospectus: The self-description inventory. Unpublished manuscript, Edison Community College, Ft. Myers, Florida.

- Fordyce, M.W.(1983). A program to increase **happiness**: Further studies. Journal of Counselling Psychology,30,483-498.
- Forrester, N.G.(1980). Factors contributing to life satisfaction of divorced women(Doctoral dissertation, Arizona State University,1980). Dissertation Abstracts International,41,1401A.(University Microfilms No. 80-21,663)
- Freedman, J.(1978). Happy people: What happiness is, who has it, and why? New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Freudiger, P.T.(1980). Life satisfaction among American women(Doctoral dissertation, North Texas State University,1979). Dissertation Abstracts International,40,6438A.(University Microfilms No. 80-12,882).
- Gallup, G.H.(1976-1977). Human needs and satisfactions: A global survey. Public Opinion Quarterly,40,459-467.
- George, L.K.(1979). The happiness syndrome: Methodological and substantive issues in the study of social-psychological well-being in adulthood. The Gerontologist,19,210-216.
- Gergen, J.K.(1982). Toward transformation in social knowledge. Springer Series in Social Psychology. New York: Springer-Verlag.
- Gerrard, C.K., Reznikoff, M., ve Riklan, M.(1982). Level of aspiration, life satisfaction, and locus of control in older adults. Experimental Aging Research,8,119-121.
- Gibbons, F.X., ve Wicklund, R.A.(1976). Selective exposure to self. Journal of Research in Personality,10,98-106.
- Glenn, N.D.(1975). The contribution of marriage to the psychological well-being of males and females. Journal of Marriage and the Family,37,594-600.
- Glenn, N.D., ve Weaver, C.N.(1979). A note on family situation and global happiness. Social Forces,57,960-967.
- Glenn, N.D., ve Weaver, C.N.(1981a). The contribution of marital happi-

ness to global happiness. Journal of Marriage and the Family,43, 161-168.

Glenn, N.D., ve Weaver, C.N.(1981b). Education's effects on psychological well-being. Public Opinion Quarterly,45,22-39.

Goffman, E.(1967). Interaction ritual. New York: Anchor.

Goodstein, J., Zautra, A., ve Goodhart, D.(1982). A test of the utility of social indicators for behavioral health service planning. Social Indicators Research,10,273-295.

Gorman, B.S.(1972). A multivariate study of the relationships of cognitive control and cognitive style principles to reported daily mood experiences(Doctoral dissertation, City University of New York,1971). Dissertation Abstracts International,32,4211B.(University Microfilms No. 72-5071)

Craney, M.J.(1975). Happiness and social participation in aging. Journal of Gerontology,30,701-706.

Gray, J.A.(1972). The psychophysiological nature of introversion-extroversion: A modification of Eysenck's theory. In V.D.Nebylitsyn and J.A.Gray(Eds.), Biological bases of individual behavior. New York: Academic Press.

Greenwald, A.G.(1970). Sensory feedback mechanisms in performance control. Psychological Review,77,73-99.

Gurin, G., Veroff, J., ve Feld, S.(1960). Americans view their mental health. New York: Basic Books.

Hall, S.C., ve Lindzey, G.(1978). Theories of personality(3rd Edition) New York: John Wiley.

Hamilton, D.L.(1981). Cognitive processes in stereotyping and intergroup behavior. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

Harding, S.D.(1982). Psychological well-being in Great Britain: An evaluation of the Bradburn Affect Balance Scale. Personality and Individual Differences,3,167-175.

- Hartmann, G.W.(1934). Personality traits associated with variations in happiness. Journal of Abnormal and Social Psychology,29,202-212.
- Hasak, P.A.(1978). Relationships among decentration, personality, and life satisfaction in the elderly(Doctoral dissertation, University of Kentucky,1977). Dissertation Abstracts International,39, 2986B.(University Microfilms No. 78-24,397)
- Hastie, R., ve Kumar, P.A.(1979). Person memory: Personality traits as organizing principles in memory for behavior.Journal of Personality and Social Psychology,37,25-38.
- Hastie, R.(1981). Memory for information that is congruent or incongruent with a conceptual schema. In E.T.Higgins, C.P.Herman, and M.P.Zanna(Eds.), Social cognition: The Ontario Symposium on personality and social psychology. Hillsdale,N.J.: Erlbaum.
- Heider, F.(1958). The psychology of interpersonal relations. New York: Wiley.
- Higgins, D.H.(1978). Self-concept and its relation to everyday stress in middle-aged women: A longitudinal study(Doctoral dissertation, Illinois Institute of Technology,1977). Dissertation Abstracts International,38,4537B.(University Microfilms No. 78-00,865)
- Horowitz, M.J.(1970). Image formation and cognition. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Houston, J.P.(1981). The pursuit of happiness. Glenview,IL:Scott, Foresman.
- Hunt, D.E.(1975). The B-P-E paradigm for theory, research and practice. Canadian Psychology Review,16,185-197.
- Irwin, F.W.(1971). Intentional behavior and motivation: A cognitive theory. Philadelphia: Lippincott.
- Jackson, D.N.(1977). Interpreter's guide to the Jackson Personality Inventory. In P.McReynolds(Ed.), Advances in psychological assessment,vol.4. New York: Academic Press.

- James, W.(1892). Psychology: A briefer course. New York: Holt.
- Kammann, R., Christie, D., Irwin, R., ve Dixon, G.(1979). Properties of an inventory to measure happiness(and psychological health). New Zealand Psychologist,8,1-9.
- Kammann, R.(1982,Ağustos). Personal circumstances and life events as poor predictors of happiness. Paper presented at the 90th Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, D.C.
- Kammann, R.(1983). Objective circumstances, life satisfactions and sense of well-being: Consistencies across time and place. New Zealand Psychologist,12,14-22.
- Kammann, R., ve Flett, R.(1983). Affectometer2: A scale to measure current level of general happiness. Australian Journal of Psychology, 35,257-265.
- Kelley, H.H.(1968). Attribution theory in social psychology. In D.Levine (Ed.), Nebraska Symposium on motivation(Vol.15). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Kelly, G.A.(1955). The psychology of personal constructs, Vols.I-II.New York: Norton.
- Kelly, G.A.(1970). A brief introduction to personal construct theory. In D.Bannister(Ed.), Perspectives in personal construct theory. New York: Academic Press.
- Kimble, G.A., ve Perlmutter, L.C.(1970). The problem of volition. Psychological Review,77,361-384.
- Knapp, M.R.J.(1976). Predicting the dimensions of life satisfaction. Journal of Gerontology,31,595-604.
- Kozma, A., ve Stones, M.J.(1978). Some research issues and findings in the study of psychological well-being in the aged. Canadian Psychological Review,19,241-249.
- Kozma, A., ve Stones, M.J.(1980). The measurement of happiness: Develop-

- ment of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness(MUNSH). Journal of Gerontology,35,906-912.
- Kozma, A., ve Stones, M.J.(1982). Predictors of happiness. Unpublished manuscript, Memorial University of Newfoundland.
- Kushman, J., ve Lane, S.(1980). A multivariate analysis of factors affecting perceived life satisfaction and psychological well-being among elderly. Social Science Quarterly,61,264-277.
- Landfield, A.W.(1971). Personal construct systems in psychotherapy. Chicago: Rand McNally.
- Larsen, R.J.(1983). Manual for the Affect Intensity Measure. Unpublished manuscript, University of Illinois at Champaign-Urbana.
- Larsen, R.J., Diener, E., ve Emmons, R.A.(1983a). An evaluation of subjective well-being measures. Manuscript submitted for publication, University of Illinois at Champaign-Urbana.
- Larsen, R.J., Emmons, R.A., ve Diener, E.(1983,Mayıs). Validity and meaning of measures of subjective well-being. Paper presented at the Midwestern Psychological Association Convention, Chicago.
- Larson, R.(1978). Thirty years of research on subjective well-being of older Americans. Journal of Gerontology,33,109-125.
- Lawler, E.E., ve Suttle, J.L.(1972). A causal correlational test of the need hierarchy concept. Organizational Behavior and Human Performance,7,265-278.
- Lawton, M.P.(1975). The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale. Journal of Gerontology,30,85-89.
- Lazarus, R.S., Coyne, J.C., ve Folkman, S.(1980). Cognition, emotion and motivation: The doctoring of Humpty-Dumpty. In R.W.J.Nenfeld(Ed.), Psychological stress and psychotherapy. New York: McGraw-Hill.
- Lewin, K.(1935). A dynamic theory of personality. New York: McGraw-Hill.
- Lewinsohn, P.M., ve MacPhillamy, D.J.(1974). The relationship between age and engagement in pleasant activities. Journal of Gerontology,29,290-294.

- Lewinsohn, P.M., ve Amenson, C.S.(1978). Some relations between pleasant and unpleasant events and depression, Journal of Abnormal Psychology,87,644-654.
- Lindzey, G., ve Aronson, E.(Eds.)(1968). The handbook of social psychology vol.I(2nd Edition). Austin, Texas: Addison-Wesley.
- Little, B.R.(1972a). Psychological man as scientist, humanist and specialist. Journal of Experimental Research in Personality,6,95-118.
- Little, B.R.(1972b). Person-thing orientation: A provisional manual for the T-P scale. Oxford: Oxford University, Department of Experimental Psychology.
- Little, B.R.(1976). Specialization and the varieties of enviromental experience: Empirical studies within the personality paradigm. In S.Wapner et al.(Eds.), Experiencing the environment. New York: Plenum.
- Little, B.R.(1981). Georgian measurement: Toward a psychology of personal projects. Presented to the International Congress on Personal Construct Theory, Brock University, St.Catharines, Ontario, August.
- Little, B.R.(1983). Personal projects: A rationale and method for investigation. Environment and Behavior,15,273-309.
- Lohmann, N.L.P.(1977). Comparison of life satisfaction, morale and adjustment scales on elderly population(Doctoral dissertation, Brandeis University,1977). Dissertation Abstracts International, 38,418B.(University Microfilms No. 77-15,272)
- Maddox, G.L.(1963). Activity and morale: A longitudinal study of selected elderly subjects. Social Forces,42,195-204.
- Magnusson, D.(1974). The individual in situation: Some studies on individual's perception of situations. Studia Psychologica,16,124-131.
- Mancini, J.A., ve Orthner, D.K.(1980). Situational influences on leisure satisfaction and morale in old age. Journal of American Geriat-

rics Society, 28, 466-471.

Mandler, G.(1975). Mind and emotion. New York: Wiley.

Markides, K.S., ve Martin, H.W.(1979). A causal model of life satisfaction among elderly. Journal of Gerontology, 34, 86-93.

Markus, H., ve Sentis, K.(1982). The self in social information processing. In J.Suls(Ed.), Psychological perspectives on the self(Vol. I). Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

Martensson, S.(1977). Childhood interaction and temporal organization. Economical Geography, 53, 99-115.

Matlin, M.W., ve Stang, D.(1978). The Pollyanna principle. Cambridge, MA: Schenkman.

Matlin, M.W., ve Gawron, V.J.(1979). Individual differences in Pollyannaism. Journal of Personality Assessment, 43, 411-412.

McClelland, D.C.(1951). Personality. New York: Dryden.

McClelland, D.C.(1955). Notes for a revised theory of motivation. In D. C.McClelland(Ed.). Studies in motivation. New York: Appleton-Century-Crofts.

McClelland, D.C.(1981). Is personality consistent? In A.I.Rabin et al. (Eds.), Further explorations in personality. New York: John Wiley.

McClure, R.F., ve Loden, M.(1982). Religious activity, denomination membership and life satisfaction. Psychology, A Quarterly Journal of Human Behavior, 19, 12-17.

McDougall, W.(1930). Autobiography. In C.Murchison(Ed.), A history of psychology in autobiography. Worcester, Mass.: Clark University Press.

McGill, V.J.(1967). The idea of happiness. New York: Praeger.

McKennell, A.(1974). Surveying subjective welfare: Strategies and methodological considerations. In B.Strumpel(Ed.), Subjective elements of well-being. Paris: Organization for Economic Development and Cooperation.

- McMahon, C.E.(1973). Images as motives and motivations: A historical perspective. American Journal of Psychology,86,465-490.
- Michalos, A.C.(1976). The morality of cognitive decision-making. In M. Brand and D.Walton(Eds.), Action theory.D.Reidel, Dordrecht.
- Michalos, A.C.(1980). Satisfaction and happiness. Social Indicators Research,8,385-422.
- Michalos, A.C.(1982). North American social report, Vol.V: Economics, religion, and morality. D.Reidel, Dordrecht.
- Michalos, A.C.(1983). Multiple discrepancies theory. Social Indicators Research,14,347-413.
- Miller, G.A., Galanter, E., ve Pribram, K.(1960). Plans and the structure of behavior. New York: Holt.
- Miller, M.L.(1980). Adaptation and life satisfaction of the elderly(Doctoral dissertation, Boston College,1980). Dissertation Abstracts International,41,7367B.(University Microfilms No. 80-16,611)
- Mischel, W.(1968). Personality and assessment. New York: Wiley.
- Mischel, W.(1981). Introduction to personality(3rd Ed.). New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Mitchell, R.M.(1976). Paths to happiness: Residence locality and interpersonal relationships(Doctoral dissertation, University of Notre Dome,1976). Dissertation Abstracts International,37,3944A.(University Microfilms No. 76-27,291)
- Moles, A.A.(1978). Notes methodologiques et criteres d'integration d'indices pour une appreciation de la qualite de vie. Strasbourg.
- Moles, A.A., ve Bilgin, N.(1985). Yaşam kalitesi ve çevresel istikrarlılık. Seminer,4,113-131.
- Moriwaki,S.Y.(1974). The Affect Balance Scale: A validity study with aged samples. Journal of Gerontology,29,73-78.
- Morris, J.N., ve Sherwood,S.(1975). A retesting and modification of the Philadelphia Geriatric Center Moral Scale. Journal of Gerontology,30,77-84.

- Murray, H.A.(1951). Some basic psychological assumptions and conceptions. Dialectica,5,266-292.
- Murray, H.A., ve Kluckhohn, C.(1953). Outline of a conception of personality. In C.Kluckhohn, H.Murray, and D.Schneider(Eds.), Personality in nature, society, and culture(2nd Ed.). New York: Alfred.A. Knopf.
- Murray, H.A.(1959). Preparations for a scaffold of a comprehensive system. In S.Koch(Ed.), Psychology: A study of science,Vol.3. New York: McGraw-Hill.
- Natale, M., ve Hantas, M.(1982). Effect of temporary mood states on selective memory about self. Journal of Personality and Social Psychology,42,927-934.
- Neugarten, B.L., Havighurst, R.J., ve Tobin, S.S.(1961). The measurement of life satisfaction. Journal of Gerontology,16,134-143.
- Newell, A., ve Simon, H.A.(1972). Human problem solving. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Nisbett, R.E., ve Wilson, T.D.(1977). Telling more than we can know: Verbal reports on mental processes. Psychological Review,84,231-259.
- Noberini, M.R.(1977). Adaptive behavior in middle-aged women: A follow up study(Doctoral dissertation, University of Chicago,1976). Dissertation Abstracts International, 40,5211A(University Microfilms No. 80-07,107)
- Norman, D.A.(1981). Categorization of action slips. Psychological Review,88,1-15.
- Olsen, J.K.(1980). The effect of change in activity in voluntary associations on life satisfaction among people 60 and over who have been active through time(Doctoral dissertation, University of Maryland,1979). Dissertation Abstracts International,40,5211A. (University Microfilms No. 80-07,107)

- Olson, J.M., Barefoot, J.C., ve Strickland, L.H.(1976). What the shadow knows: Person perception in a surveillance situation. Journal of Personality and Social Psychology,34,583-589.
- O'Sullivan, W.M.(1980). A study of the relationship between life satisfaction of aged and perceptions they hold concerning their own masculinity or femininity(Doctoral dissertation, New York University,1980). Dissertation Abstracts International,40,5211A.(University Microfilms No. 80-17,520)
- Paintal, H.K.(1978). A correlational study of three tools for measuring succesfull aging. Indian Journal of Clinical Psychology,5,69-76.
- Palmore, E., ve Luikart, C.(1972). Health and social factors related to life satisfaction. Journal of Health and Social Behavior,13,68-80.
- Palmore, E., ve Kivett, V.(1977). Change in life satisfaction: A longitudinal study of persons aged ~~46-70~~. Journal of Gerontology,32, 311-316.
- Palmore, E.(1979). Predictors of successful aging. The Gerontologist,19, 427-431.
- Palys, T.S., ve Little, B.R.(1983). Perceived life satisfaction and the organization of personal projects systems. Journal of Personality and Social Psychology,44,1221-1230.
- Parducci, A.(1968). The relativism of absolute judgements. Scientific American,219,84-90.
- Parducci, A.(1982,Ağustos). Toward a relational theory of happiness. Paper presented at the 90th Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, DC.
- Peak, H.(1958). Psychological structure and psychological activity. Psychological Review,65,325-347.
- Pervin, L.A.(1977). The representative design of person-situation research. In D.Magnusson and N.S.Endler(Eds.), Personality at the crossroads: Current issues in interactional psychology. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

- Pervin, L.A.(1982). Current controversies and issues in personality.
New York: Wiley.
- Phares, E.J.(1976). Locus of control in personality. Morristown, N.J.:
General Learning Press.
- Phillips, D.L.(1967). Social participation and happiness. American Journal of Sociology,72,479-488.
- Piaget, J.(1952). The origins of intelligence in children. New York:
International Universities Press.
- Piaget, J.(1962). Will and action. Bulletin of Menninger Clinic,26,138-
145.
- Pierce, J.R.(1981). The relationship between continuing education and
life satisfaction in older adults(Doctoral dissertation, Georgia
State University,1980). Dissertation Abstracts International,41,
3909A.(University Microfilms No. 81-06,835)
- Porter, M.E.(1976). Please note location of nearest exit: Exit barriers
and planning. California Management Review,19,21-33.
- Powers, W.T.(1973). Behavior: The control of perception. Chicago: Aldine,
- Powers, W.T.(1978). Quantitative analysis of purposive systems: Some
spadework at the foundations of scientific psychology. Psychological Review,65,417-435.
- Reich, J.W., ve Zautra, A.(1981). Life events and personal causation:
Some relationships with satisfaction and distress. Journal of
Personality and Social Psychology,41,1002-1012.
- Reich, J.W., ve Zautra, A.(1983). Demands and desires in daily life: So-
me influences on well-being. American Journal of Community Psycho-
logy,11,41-58.
- Reid, D.W., ve Ziegler, M.(1980). Validity and stability of a new desi-
red control measure pertaining to psychological adjustment of
the elderly. Journal of Gerontology,35,395-402.
- Riddick, C.C.(1980). The life satisfaction of retired and employed older

women : A re-examination of the disengagement theory (Doctoral dissertation, Pennsylvania State University, 1980). Dissertation Abstracts International, 41, 2327A. (University Microfilms No. 80-24, 483)

Rokeach, M. (1973). The nature of human values. New York: Ronald Press.

Russell, J.A., ve Ward, M.L. (1982). Environmental psychology. Annual Review of Psychology, 33, 651-688.

Sampson, E. (1977). Psychology and the American idea. Journal of Personality and Social Psychology, 33, 767-782.

Sandvik, E., ve Diener, E. (1983). An evaluation of an opponent process theory of happiness. Manuscript submitted for publication, University of Illinois at Champaign-Urbana.

Sauer, W. (1977). Morale of the urban aged: A regression analysis by race. Journal of Gerontology, 32, 600-608.

Schachtel, E.G. (1959). Metamorphosis: On the development of affect, perception, attention, and memory. New York: Basic Books.

Schaffer, N.G. (1977). The influence of activity level, personality traits, and social-demographic variables on life satisfaction in elderly women (Doctoral dissertation, Catholic University of America, 1977). Dissertation Abstracts International, 37, 5845B. (University Microfilms No. 77-11, 942)

Schank, R.C. (1975a). Conceptual information processing. Amsterdam: North-Holland.

Schank, R.C. (1975b). The structure of episodes in memory. In D.G. Bobrow and A. Collins (Eds.), Representation and understanding: Studies in cognitive science. New York: Academic Press.

Schank, R.C., ve Abelson, R.P. (1977). Scripts, plans, goals, and understanding: An inquiry into human knowledge structures. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

Scheier, M.F., ve Carver, C.S. (1983). Two sides of the self: One for you and one for me. In J. Suls and A.G. Greenwald (Eds.), Psychological

- perspectives on the self(Vol.2). Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Schroder, H.M., ve Suedfeld, P.(Eds.).(1971). Personality theory and information processing. New York: Ronald Press.
- Schwarz, N., ve Clore, G.L.(1983). Mood, misattribution, and judgements of well-being: Informative and directive functions of affective states. Journal of Personality and Social Psychology,45,513-523.
- Scitovsky, T.(1976). The joyless economy. Oxford: Oxford University Press.
- Scott, W.A.(1962). Cognitive structure and social structure: Some concepts and relations. In N.F.Washburne(Ed.), Decisions, values, and groups.Vol,2. New York: Pergamon Press.
- Seidman, E., ve Rapkin, B.(1983). Economics and psychosocial dysfunction: Toward a conceptual framework and prevention strategies.In R.D. Felner, L.A.Jason, J.N.Moritsugu, and S.S.Farber(Eds.), Preventive psychology. New York: Pergamon Press.
- Sewell, W.R.D., ve Little, B.R.(1973). Specialists, laymen and the process of enviromental appraisal. Regional Studies,7,161-171.
- Shevrin, H., ve Dickman, S.(1980). The psychological unconscious: A necessary assumption for all psychological theory? American Psychologist,35,421-434.
- Shin, D.C., ve Johnson, D.M.(1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. Social Indicators Research,5,475-492.
- Sigelman, L.(1981). Is ignorance bliss? A reconsideration of the folk wisdom. Human Relations,34,965-974.
- Silver, M.(1980). Money and happiness? Towards "eudaimonology".Kyklos, 33,157-160.
- Simon, H.A.(1967). Motivational and emotional controls of cognitions. Psychological Review,76,29-39.
- Smith, K.J.,ve Lipman, A.(1972). Constraint and life satisfaction. Journal of Gerontology,27,77-82.

- Smith, T.W.(1979). Happiness: Time trends, seasonal variations, inter-survey differences, and other mysteries. Social Psychology Quarterly,42,18-30.
- Solomon, R.L.(1977). An opponent-process theory of acquired motivation, IV: The affective dynamics of addiction.In J.D.Maser and M.E.P. Seligman(Eds.), Psychopathology: Experimental models. San Francisco: W.H.Freeman.
- Solomon, R.L.(1980). The opponent-process theory of acquired motivation: The costs of pleasure and the benefits of pain. American Psychologist,35,691-712.
- Spreitzer, E., ve Snyder, E.E.(1974). Correlates of life satisfaction among the aged. Journal of Gerontology,29,454-458.
- Staats, A.W.(1975). Social behaviorism. Homewood,Ill.: Dorsey.
- Stock, W., Okun, M., Stock, S., Haring, M., ve Witter, R.A.(1982,Ağustos). Reporting reliability: A case study of life satisfaction research. Paper presented at 90th Annual Convention of the American Psychological Association,Washington,D.C.
- Stock, W.A., Okun, M.A., Haring, M.J., ve Witter, R.A.(1983). Age and subjective well-being: A meta-analysis. In R.J.Light(ed.), Evaluation studies: Review annual(Vol.8). Beverly Hills,CA: Sage.
- Stokols, D., ve Novaco, R.W.(1981). Transportation and well-being: An ecological perspective. I.Altman et al.(Eds.), Human behavior and environment: Advances in theory and research,vol.5. New York: Plenum.
- Stokols, D., ve Schumaker, S.A.(1981). People in places: A transactional view of settings. In J.H.Harvey(Ed.), Cognition, social behavior, and the environment. Hillsdale,N.J.: Lawrence Erlbaum.
- Stokols, D.(1982). Environmental psychology: A coming of age. In A.Kraut (Ed.), The G. Stanley Hall lecture series,vol.2. Washington, D.C.; American Psychological Association.

- Sundre, D.L.(1978). The relationship between happiness and internal-external locus of control. Unpublished master's thesis, California State University, Chico.
- Swann, W.B., Jr., ve Read, S.J.(1981). Acquiring self-knowledge: The search for feedback that fits. Journal of Personality and Social Psychology, 41, 1119-1128.
- Sweeney, P.D., Schaeffer, D.E., ve Golin, S.(1982). Pleasant events, unpleasant events, and depression. Journal of Personality and Social Psychology, 43, 136-144.
- Tatarkiewicz, W.(1976). Analysis of happiness. The Hague, Netherlands: Martinus Nijhoff.
- Tellegen, A.(1979). Differential Personality Questionnaire. Unpublished manuscript, University of Minnesota.
- Tomkins, S.S.(1980). Script theory: Differential magnification of affects. In H.E.Howe, Jr., and M.M.Page(Eds.), Nebraska Symposium on motivation(Vol.27). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Tomkins, S.S.(1981). The quest for primary motives: Biography and autobiography of an idea. Journal of Personality and Social Psychology, 41, 306-329.
- Underwood, B., ve Froming, W.J.(1980). The mood survey: A personality measure of happy and sad moods. Journal of Personality Assessment, 44, 404-414.
- Usui, W.M., Keil, T.J., ve Phillips, D.C.(1983). Determinants of life satisfaction: A note on a race-interaction hypothesis. Journal of Gerontology, 38, 107-110.
- Vickers, G.(1973). Motivation theory: A cybernetic contribution. Behavioral Science, 18, 242-249.
- Wahba, M.A., ve Bridwell, L.G.(1976). Maslow reconsidered: A review of research on the need hierarchy theory. Organizational Behavior and Human Performance, 15, 212-240.

- Warr, P.(1978). A study of psychological well-being. British Journal of Psychology,69,111-121.
- Warr, P., Barter, J., ve Brownbridge, G.(1983). On the independence of negative and positive affect. Journal of Personality and Social Psychology,44,644-651.
- Weiner, B.(1980). A cognitive(attribution)-emotion-action model of motivational behavior: An analysis of judgements of help-giving. Journal of Personality and Social Psychology,39,186-200.
- Wessman, A.E., ve Ricks, D.F.(1966). Mood and personality. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Wills, T.A.(1981). Downward comparison principles in social psychology. Psychological Bulletin,90,245-271.
- Wilson, W.R.(1960). An attempt to determine some correlates and dimensions of hedonic tone(Doctoral dissertation, Northwestern University,1960). Dissertation Abstracts,22,2814.(University Microfilms No. 60-6588)
- Wilson, W.(1967). Correlates of avowed happiness. Psychological Bulletin, 67,294-306.
- Wilson, G.(1977). Introversion/extroversion. In T.Blass(Ed.), Personality variables in social behavior. Hillsdale,N.J.: Lawrence Erlbaum.
- Wish, C.W.(1977). The relationship of sex role typing to life satisfaction in older persons(Doctoral dissertation, Ohio State University,1976). Dissertation Abstracts International,37,5820-IB. (University Microfilms No. 77-10,627)
- Wolk, S., ve Telleen, S.(1976). Psychological and social correlates of life satisfaction as a function of residential constraint. Journal of Gerontology,31,89-98.
- Wood, V., Wylie, M.L., ve Sheafor, B.(1969). An analysis of a short self-report measure of life satisfaction: Correlation with rater judgements. Journal of Gerontology,24,465-469.

- Wortman, C., ve Silver, R.(1983,Ağustos). Coping with undesirable life events. Paper presented at the 90th Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, D.C.
- Yetim, Ü.(1985). Değişik sosyo-kültürel kesimlerden kişilerde yaşam kalitesi algısı. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Young, P.T.(1949). Food-seeking, drive, affective process and learning. Psychological Review,56,98-121.
- Young, P.T.(1959). The role of affective process in learning and motivation. Psychological Review,66,104-125.
- Young, P.T.(1961). Motivation and emotion. New York: Wiley.
- Zajonc, R.B.(1980). Feeling and thinking: Preferences need no inferences. American Psychologist,35,151-175.
- Zautra, A., ve Reich, J.W.(1980). Positive life events and reports of well-being: Some useful distinctions. American Journal of Community Psychology,8,657-670.
- Zautra, A.J.(1983). Social resources and the quality of life. American Journal of Community Psychology,11,275-290.
- Zautra, A.J., ve Reich, J.W.(1983). Life events and perceptions of life quality: Developments in a two-factor approach. Journal of Community Psychology,11,121-132.

III) Şimdi de sizin işlerinizin birbirlerine olan etkisini öğrenmek istiyoruz. Kimi işler bir diğerinin yapılmasını kolaylaştırırken, kimileri zorlaştırabilir. Örneğin, "Daha iyi bir iş bulma" "Borçlarını ödeme" üzerinde olumlu etkide bulunabilirken; "Rejim yapma" "Ödevlerini tamamlama" üzerinde herhangi bir etkide bulunmayabilir. Burada, sizden istenen her bir işin/ faaliyetin bir diğeri üzerinde etkisini göstermenizdir. Bu değerlendirmeyi lütfen çok olumlu, olumlu, nötr veya hem olumlu hem olumsuz, olumsuz, çok olumsuz şeklinde yapınız. **Olumlu** için bir artı (+), **çok olumlu** için iki artı (++), **olumsuz** için bir eksi (-), **çok olumsuz** için iki eksi (- -) işaretlerini kullanınız. Bir işin diğeri üzerindeki etkisinin nötr veya hem olumlu hem olumsuz olduğunu düşünüyorsanız, o kareye 0 yazınız. Satır ve sütunlarda 1 den 10 a kadar işlerinizi yazmayı unutmayınız. Değerlendirmeyi satırlara göre yapınız.

İşaretler:

- (+ +) Çok olumlu etki
- (+) Olumlu etki
- (0) Nötr (hem olumlu hem olumsuz)
- (-) Olumsuz etki
- (- -) Çok olumsuz etki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

IV) Yukarıda belirttiğiniz 10 iş veya uğraştan sizce en önemlisi hangisidir?

.....

V) Lütfen bu işin sizce neden ve niçin önemli olduğunu aşağıya belirtiniz (Niçin bu işle ilgilisiniz?).

.....

VI) Bu işi yaparken karşılaştığınız veya karşılaşılabileceğiniz objektif güçlükler/ engeller varsa, bunları belirtir misiniz?

.....

.....

.....

.....

.....

VII) Şimdi de sizden kendi yaşamınızı değerlendirmenizi istiyoruz. Aşağıda verilen beş ifadeye katılabilir yada katılmıyabilirsiniz. Bu ifadelere katılıp, katılmadığınızı aşağıda gösterilen puanlama sistemini kullanarak gösteriniz. Cevaplarken lütfen açık ve dürüst olunuz.

7 Basamaklı Puanlama Ölçeği :

- 1: Tamamen karşıyım (veya tamamen yanlış)
- 2: Karşıyım (veya genelde yanlış)
- 3: Biraz karşıyım (veya biraz yanlış)
- 4: Ne katılıyorum ne katılmıyorum (ne doğru ne yanlış)
- 5: Biraz katılıyorum (veya biraz doğru)
- 6: Katılıyorum (veya genelde doğru)
- 7: Tamamen katılıyorum (veya tamamen doğru)

İfadeler :

- () Hayatım birçok yönlerden idealimdekine yakın
- () Hayat şartlarım mükemmel
- () Hayatımdan memnunum
- () Hayattan şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim
- () Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim

Cinsiyetiniz?

Kadın () Erkek ()

Yaşınız ? :

Mesleğiniz ? :

Teşekkürler.

T. C.
Yükseköğretim Kurulu
Dokümantasyon Merkezi