

**T.C.  
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK  
BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DEĞERİ, YAŞAMIN  
ANLAMI VE SOSYAL İYİ OLMANIN MUTLULUĞU  
YORDAMADAKİ ROLÜ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**FATMA TAŞDİBİ ÜNLÜ**

**OCAK, 2019  
MUĞLA**

T.C.  
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK  
BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DEĞERİ, YAŞAMIN ANLAMI VE  
SOSYAL İYİ OLMANIN MUTLULUĞU YORDAMADAKİ ROLÜ

FATMA TAŞDİBİ ÜNLÜ

Eğitim Bilimleri Enstitüsünce

“Yüksek Lisans”

Diploması Verilmesi İçin Kabul Edilen Tezdir.

Tezin Sözlü Savunma Tarihi: 11.01.2019

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Ash TAYLI

Juri Üyesi: Doç. Dr. Uğur DOĞAN

Juri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Ali Serdar SAĞKAL

Enstitü Müdürü: Prof. Dr. Ayşe Rezan ÇEÇEN EROĞUL

OCAK, 2019

## TUTANAK

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nün 08./01./2019 tarih ve sayılı 27/3 toplantısında oluşturulan jüri, Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliğinin (24/06 veya 38/07) maddesine göre Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Fatma Taşdibi Ünlü'nün "ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DEĞERİ, YAŞAMIN ANLAMI VE SOSYAL İYİ OLMANIN MUTLULUĞU YORDAMADAKİ ROLÜ" başlıklı tezi incelenmiş ve aday 11/01/2019 tarihinde saat 10:30 'da jüri önünde taz savunmasına alınmıştır.

Adayın kişisel çalışmaya dayanan tezini savunmasından sonra 45 dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından sorulan sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek tezin kabul edildiğine oy birliği ile karar verilmiştir.

  
Doç. Dr. Ashi TAYLI

Tez Danışmanı

  
Doç. Dr. Uğur DOĞAN

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Ali Serdar Sağkal

  
Üye

## ETİK BEYANI

Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırlanan “ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DEĞERİ, YAŞAMIN ANLAMI VE SOSYAL İYİ OLMANIN MUTLULUĞU YORDAMADAKİ ROLÜ” başlıklı Yüksek Lisans tez çalışmasında;

- Tez içinde sunulan veriler, bilgiler ve dokümanların akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde edildiğini,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçların bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunulduğunu,
- Tez çalışmasında yararlanılan eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterildiğini,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapılmadığını,
- Bu tezde sunulan çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. 11 /01 / 2019

FATMA TAŞDİBİ ÜNLÜ

*Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.*

## ÖZET

### ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DEĞERİ, YAŞAMIN ANLAMI VE SOSYAL İYİ OLMANIN MUTLULUĞU YORDAMADAKİ ROLÜ

FATMA TAŞDİBİ ÜNLÜ

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Aslı TAYLI

Ocak 2019, 150 sayfa

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin mutlulukları ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmaları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemek ve söz konusu üç bağımsız değişkenin mutluluğu ne oranda açıkladığını ortaya koymaya çalışmaktır. Çalışma da ilişkisel araştırma modeli kullanılmış olup, çalışma nicel bir araştırma olarak nitelendirilmektedir. Çalışmanın grubunu 2016-2017 yılı bahar dönemi Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Yapılan çalışmada Kişisel Bilgi Formu, Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Schwartz Değerler Listesi ve Sosyal İyi Olma Ölçeği kullanılmıştır. Çalışma 594 üniversite öğrencisinin verileri ile gerçekleştirilmiş olup öğrencilerin 230'u kız, 364'ü erkek öğrenciden oluşmaktadır.

Yapılan çalışmanın sonucunda yaşam değerinin tek başına mutluluğu %03, yaşamın anlamının %10, sosyal iyi olmanın %13 oranında açıkladığı, değişkenlerin birlikte mutluluğu %18 olarak açıkladığı, bu durumda anlamlı ancak zayıf bir ilişki ifade ettiği görülmüştür. Mutluluk ile yaşam değeri arasındaki korelasyon incelendiğinde ise güç alt boyutu ile .04, başarı alt boyutu ile .07, hazcılık alt boyutu ile .08, uyarılım alt boyutu ile .14, öz denetim alt boyutu ile .07, evrensellik alt boyutu ile .08, yardımseverlik alt boyutu ile .11, geleneksellik alt boyutu ile .09, uyma alt boyutu ile .06, güvenlik alt boyutu ile .03 ilişki sergilediği görülmektedir. Bireysel ve sosyal değerler mutluluk ile ilişkilendirildiğinde ise bireysel değerler için .10, sosyal değerler için .09 değer alındığı belirlenmiştir. Mutluluk ile yaşam değeri arasında anlamlı ancak çok zayıf bir ilişkinin olduğu yapılan analizler sonucunda görülmektedir. Mutluluk ile

yaşamın anlamı arasındaki korelasyon incelendiğinde ise var olan anlam alt boyutunun .31, bulunmaya çalışılan anlam boyutunun .14 değer aldığı, mutluluk ve yaşamın anlamı arasında var olan anlam alt boyutunda anlamlı ancak zayıf, bulunmaya çalışılan anlam boyutunda anlamlı ancak çok zayıf ilişki sergilendiği görülmektedir. Mutluluk ile sosyal iyi olma arasındaki korelasyon incelendiğinde ise .35 değerinin elde edildiği, bu durumda bizi mutluluk ile sosyal iyi olma arasında anlamlı ve zayıf bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Analiz sonuçlarında cinsiyetin mutluluk üzerinde kızlar lehine ( $p = 0.02$ ) anlamlı bir etkisinin olduğu, kızların erkeklere göre daha mutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine aynı şekilde cinsiyetin yaşam değeri üzerinde öz denetim ( $p = .00$ ), evrensellik ( $p = .00$ ), yardımseverlik ( $p = .00$ ), geleneksellik ( $p = .01$ ), uyma ( $p = .00$ ), güvenlik ( $p = .00$ ) boyutlarında erkekler lehine anlamlı bir farkın olduğu sonucuna ulaşıldığı görülmektedir. Sosyo-ekonomik düzey değişkeni incelendiğinde ise mutluluk ile anlamlı bir fark ( $p = .00$ ) sergilediği, kendisini üst ile orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerin hem orta ile alt hem de alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenlerle oranla daha mutlu oldukları görülmektedir. Yaşam değeri değişkeninde ise sadece evrensellik alt boyutunun sosyo-ekonomik değişken boyutu ile anlamlı fark ( $p = .00$ ) sergilediği görülmüştür. Kendilerini üst-orta, orta ve orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerin hem üst sosyo-ekonomik düzey hem de alt sosyo-ekonomik düzeydeki kişilere oranla evrensellik değerine daha çok sahip oldukları görülmüştür.

**Anahtar kelimeler:** Mutluluk, yaşam değeri, yaşamın anlamı, sosyal iyi olma

## **ABSTRACT**

### **THE ROLE OF LIFE VALUE, MEANING IN LIFE AND SOCIAL WELL-BEING IN PREDICTING HAPPINESS AMONG UNIVERSTY STUDENTS**

**FATMA TAŞDİBİ ÜNLÜ**

**Master Thesis, Department of Educational Sciences**

**Supervisor: Assoc. Prof. Dr Aslı TAYLI**

**January 2019, 150 pages**

The aim of this study to investigate whether there is a significant relation between university students' happiness and their life value, meaning in life and social well-being and to try to reveal how much the mentioned three independent variables explain happiness. In this study correlational research model is used, the study is described as quantitative research. The work group is constituted by students at Muğla Sıtkı Koçman University in the spring semester of 2016-217. In this study Personal Information Form, Oxford Happiness Questionnaire Short Form, Meaning in Life Questionnaire, Schwartz Value Survey and Social Well- Being Questionnaire are used. The study is performed by the data of 594 university students (230 female, 364 male).

At the end of the study, it is seen that life value explains happiness %03, meaning in life explains happiness % 10, social well- being explains happiness %13 and these three variables explains happiness %18 together, it is seen that this states meaningful but low correlation. When investigated the correlation between happiness and life value it is seen that happiness shows correlation with power subdimension .04, achievement subdimension .07, hedonism subdimension .08, stimulation subdimension .14, self direction subdimension .07, universalism subdimension .08, benevolence subdimension .14, tradition subdimension .09, conformity subdimension .06, security subdimension .03. When associated happiness with the individual and social values, it is identified that individual values get .10, social values get .09 points.

Analysis results show that there is a significant but very low correlation between happiness and life value. When investigated the correlation between happiness and meaning in life, it is seen that presence of meaning in life subdimension gets .31 and search for meaning in life subdimension gets .14 points. It is seen that there is a significant but low correlation

between happiness and meaning in life on presence of meaning in life subdimension and there is a significant but very low correlation between happiness and meaning in life on search for meaning in life subdimension. When analyzed the correlation between happiness and social well being, it is concluded that .35 point is obtained , thus there is a significant and low correlation between happiness and social well-being. Analysis results show that gender has a significant effect on happiness in favor of girls ( $p = 0.02$ ), girls are happier than boys. Likewise, it is concluded that there is a significant difference between gender and self direction ( $p = .00$ ), universalism ( $p = .00$ ), benevolence ( $p = .00$ ), tradition ( $p = .01$ ), conformity ( $p = .00$ ), security ( $p = .00$ ) dimensions of life value in favor of boys. It is seen that class level variable shows no meaningful differences with happiness, life value, meaning in life and social well-being variables. When investigated socioeconomic status variable, it shows a meaningful difference with happiness. It is seen that the people who defines themselves in the upper-middle socioeconomic status are happier than the people who defines themselves in both lower-middle and lower socioeconomic status. For the life value variable, it is seen that only universalism subdimension shows meaningful difference ( $p = .00$ ) with socioeconomic variable dimension. It is seen that the people who defines themselves in upper-middle, middle, lower -middle socioeconomic status have universalism value than the people who defines them themselves in upper and lower socioeconomic status.

**Key words:** Happiness, life value, meaning in life, social well being



## ÖNSÖZ

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemek ve söz konusu değişkenlerin mutluluğu ne oranda açıkladığını ortaya koymak amaçlanmıştır.

Bu çalışmanın gerçekleşmesinde birçok kişinin katkısı ve emeği söz konusu olmuştur. Öncelikle süreçte titiz bir şekilde beni yönlendiren ve desteklerini sunan danışmanım Doç. Dr. Aslı Taylı'ya çok teşekkür ediyorum. Araştırma sürecinde desteklerini esirgemeyen hocam Doç. Dr. Raşit Avcı'ya, Eğitim Bilimleri Bölümü'nde görev yapan tüm hocalarıma ve arkadaşlarıma, araştırmaya katılan Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi öğrencilerine çok teşekkür ediyorum.

Eğitim hayatım boyunca, maddi manevi destekçim olan, her zaman okumanın önemini vurgulayan, eğitim konusunda tüm zorluklara rağmen beni hep destekleyen aileme, özellikle annem Mesude Taşdibi'ye çok teşekkür ediyorum. Tez sürecinde desteklerini esirgemeyen, analizlerimle yardımcı olan sevgili eşim Muhammet Ünlü'ye de ayrıca teşekkür ediyorum.

Fatma TAŞDİBİ ÜNLÜ

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	vii
ÖNSÖZ.....	ix
TABLO DİZİNİ.....	xiii
KISALTMALAR DİZİNİ.....	xiv
EKLER DİZİNİ.....	xv

### BÖLÜM I

#### GİRİŞ

1.1. Genel Amaç ve Alt Amaçlar.....	7
1.2. Araştırmanın Önemi.....	8
1.3. Araştırmanın Varsayımları.....	10
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	10
1.5. Tanımlar.....	11

### BÖLÜM II

#### KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Kuramsal Çerçeve.....	12
2.1.1. Mutluluk.....	36
2.1.2. Yaşam Değeri.....	23
2.1.3. Yaşamın Anlamı.....	30
2.1.4. Sosyal İyi Olma.....	34
2.2. İlgili Yurtdışı Araştırmalar.....	36
2.2.1. Mutluluk.....	36
2.2.2. Yaşam Değeri.....	40
2.2.3. Yaşamın Anlamı.....	41
2.2.4. Sosyal İyi Olma.....	49
2.3. İlgili Yurtiçi Araştırmalar.....	51
2.3.1. Mutluluk.....	51
2.3.2. Yaşam Değeri.....	58

2.3.3. Yaşamın Anlamı.....	69
2.3.4. Sosyal İyi Olma.....	72

## **BÖLÜM III**

### **YÖNTEM**

3.1. Araştırmanın Modeli (Deseni).....	74
3.2. Evren ve Örneklem.....	74
3.3. Verilerin Toplanması.....	75
3.4. Veri Toplama Araçları.....	76
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu.....	76
3.4.2. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K).....	76
3.4.3. Schwartz Değerler Listesi (SDL).....	77
3.4.4. Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ).....	78
3.4.5. Sosyal İyi Olma Ölçeği (SİOÖ).....	79
3.5. Verilerin Analizi.....	79

## **BÖLÜM IV**

### **BULGULAR**

4.1. Üniversite Öğrencilerinden Elde Edilen Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Değişkenlerinin Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	81
4.2. Üniversite Öğrencilerinden Elde Edilen Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Değişkenlerinin Cinsiyet ve Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Açısından Anlamlılık Düzeylerinin İncelenmesi.....	85
4.2.1. Cinsiyetin Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı Ve Sosyal İyi Olma Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi.....	85
4.2.2. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Değişkenine Göre Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı Ve Sosyal İyi Olma Puanlarının Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyan Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	89
4.3. Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk ile Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	96
4.3.1. Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk ile Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı Ve Sosyal İyi Olma Arasındaki İlişki ve Korelasyon Katsayıları.....	96
4.4. Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Düzeylerinin Mutluluklarını Yordamasına İlişkin Bulgular.....	98

## **BÖLÜM V**

### **TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER**

5.1. Tartışma.....	101
5.2. Sonuç ve Öneriler.....	112
KAYNAKÇA.....	116
EKLER.....	127
ÖZGEÇMİŞ.....	135



## TABLULAR DİZİNİ

<b>Tablo 1.</b> Schwartz'ın Modelindeki 10 Değer Tanımı.....	28
<b>Tablo 2.</b> Nelson'a Göre Değerlerin Sınıflandırılması.....	28
<b>Tablo 3.</b> Rokeach'a Göre Değerlerin Sınıflandırılması.....	29
<b>Tablo 4.</b> Spranger'e Göre Değerlerin Sınıflandırılması.....	29
<b>Tablo 5.</b> Keyes'e Göre Sosyal İyi Olmanın Boyutları.....	35
<b>Tablo 6.</b> Üniversite Öğrencilerinden Elde Edilen Puanlara İlişkin Betimsel İstatikler.....	82
<b>Tablo 7.</b> Cinsiyet Değişkeninin Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Üzerindeki Etkisi İçin Bağımsız Örneklemeler İçin t Testi.....	86
<b>Tablo 8.</b> Üniversite Öğrencilerinin Algılanılan Sosyo-Ekonomik Düzeylerin Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Puan Farklarına İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	90
<b>Tablo 9.</b> Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk İle Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Arasındaki Korelasyon Katsayıları.....	97
<b>Tablo 10.</b> Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Düzeylerinin Mutluluk Düzeylerini Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi.....	99

## KISALTMALAR DİZİNİ

**ADEP:** Anne Değerler Eğitimi Programı

**AFA:** Açımlayıcı Faktör Analizi

**APA:** American Psychology Association

**DFA:** Doğrulayıcı Faktör Analizi

**İDE:** İnsani Değerler Programı

**KMO:** Kaiser- Meyer-Olkin

**KR-20:** Kuder- Richardson-20

**MEB:** Milli Eğitim Bakanlığı

**OMÖ-K:** Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu

**OÖSDKÖ:** Okul Öncesi Sosyal Kazanım Ölçeği

**SDL:** Schwartz Değerler Listesi

**SİOÖ:** Sosyal İyi Olma Ölçeği

**TUİK:** Türkiye İstatistik Kurumu

**WHO:** Dünya Sağlık Örgütü

**YAÖ:** Yaşamın Anlamı Ölçeği

## EKLER DİZİNİ

<b>Ek 1:</b> Yönerge.....	127
<b>Ek 2:</b> Kişisel Bilgi Formu.....	127
<b>Ek 3:</b> Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu.....	128
<b>Ek 4:</b> Schwartz Değerler Listesi.....	129
<b>Ek 5:</b> Yaşamın Anlamı Ölçeği.....	132
<b>Ek 6:</b> Sosyal İyi Olma Ölçeği.....	133
<b>Ek 7:</b> Etik Kurul İzni .....	134



# BÖLÜM I

## GİRİŞ

Geçmişten günümüze psikoloji ile ilgili yapılan çalışmalar daha çok ruhsal bozukluklara odaklandığından dolayı kişilerin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını anlamak amacıyla bilimsel yöntemler geliştiren pozitif psikoloji akımı ihmal edilmiş ve ruhsal yönden sağlıklı bireylerin araştırılmasının yapılamadığı görülmüştür (Doğan ve Akıncı-Çötök, 2011; Hefferon ve Boniwell, 2014). Pozitif psikoloji 1970’li yıllarda ortaya çıkmaya başlamış ve pozitif psikolojinin patoloji odaklı çalışmalardan pozitif insan özelliklerini açıklamaya çalışan bir yaklaşım haline geldiği görülmüştür. Odağında güçlü olma, olumlu özellikler, bireyin uyum sağlayıcı mekanizmaları yer alan pozitif psikolojiye göre insan bir tohuma benzetilebilmektedir. Nasıl bir tohum uygun şartlarda ağaca ve meyveye dönüşerek içinde var olan güzellikleri ortaya çıkarabiliyorsa insan da uygun çevre ve koşullarda içinde var olan yetenekleri ortaya çıkartabilmektedir (Eryılmaz, 2014).

Pozitif psikoloji iyi oluş, mutluluk, kişinin güçlü yanları, akış, hayal gücü, yaratıcılık, bilgelik, bireyleri ve toplumları nelerin geliştirdiği üzerine odaklanmaktadır. Bunun yanı sıra yaşamdaki eksikliklere ve olumsuzluklara odaklanan anlayışa meydan okumakta ve mutluluğun grup düzeyinde yoğunlaştırılmasına katkı sağlamaktadır. Psikolojiyi hastalık modelinden uzaklaştırmayı amaçlayan pozitif psikoloji müdahaleleri insanların daha mutlu olabilmelerini sağlamaktadır (Hefferon ve Boniwell, 2014).

Pozitif psikolojinin; hümanist psikoloji, psikiyatri, biyoloji ve diğer alanlarla bağlantısı olması sebebiyle ayrı bir alan mı yoksa psikolojinin genelini kapsayan bir bilim mi olduğu konusunda görüşler yer almakta olup, pozitif psikoloji iyilik hali ve en uygun işlev bilimi olarak değerlendirilmektedir. Genel anlamda sadece mutlulukla ilgilenen bir bilim dalı değil psikolojinin tamamlayıcısı olduğu görüşü savunulmaktadır. İnsanların



ve çevrenin iyi olmasını amaçlayan bir bilim dalının psikoloji bilimine önemli katkıları olacağı düşünülmektedir (Hefferon ve Boniwell, 2014). Bu bağlamda Seligman (2002) da pozitif psikolojinin olumlu bir psikoloji olduğuna, bireyleri, aileleri ve toplulukları geliştirmek için kurulan bilimsel bir anlayışa sahip olduğunu belirtme olup, aynı zamanda pozitif psikolojinin öznel deneyimlere dayanmakta olduğu, geçmişte iyi olma ve memnuniyet, şuan da akış, sevinç ve mutluluk, gelecekte iyimserlik, umut ve inanç şeklindeki bilişsel yapılarla ilgili olduğunu belirtmektedir.

Pozitif psikoloji bilimine yönelik birçok eleştiri yer almaktadır. Bu eleştirilere bakıldığında pozitif psikolojinin bencil bir psikoloji bilimi olduğu savı yer almakta olup, aksine pozitif psikolojinin bireylere, toplumlara ve bilime yeni bir bakış açısı ve insanlığın gelişimine yönelik deneysel kanıtlar sunduğu görülmektedir. Ayrıca öznel iyi olma düzeyi yüksek bireylerin özgeci olmaya daha yatkın oldukları ve başkalarına yardım etmede daha ön planda oldukları görülmektedir. Bu nedenle de pozitif psikolojinin bencil bir psikoloji olmadığı sonucuna varılabilir. Yapılan bir diğer eleştirisi ise pozitif psikolojinin yeni bir kavram olmadığı yönündedir. Birçok geleneksel terapi yaklaşımı acıyı azaltmaya ve mutluluğu arttırmaya çalıştığı için pozitif psikoloji ilkelerinin geleneksel terapi yaklaşımlarında kullanıldığı belirtilmektedir. Örneğin Aristoteles'in en yüksek iyiliği mutluluk olarak ifade etmesi, faydacıların mutluluğun ölçülebildiğini öne sürmeleri örnek gösterilmektedir. Eski Yunan felsefesinde, ruh sağlığı alanında, hümanizmde, zengin bir tarihçeye sahip olduğu görülmektedir. Eleştirilerden bir diğeri pozitif psikolojinin diğer görüşlere olumsuz psikoloji olarak baktığı yönündedir. Ancak pozitif psikoloji diğer görüşlere genel psikoloji bakış açısıyla yaklaşmaktadır (Hefferon ve Boniwell, 2014). Lazarus (2003) ise pozitif psikolojinin olumluya çok vurgu yaptığını, olumsuzu ihmal ettiğini dile getirmekte olup, psikolojide olumlu ve olumsuzun ayrımının uygun olmayacağını belirtmektedir. Aynı zamanda pozitif psikolojinin yöntemsel anlamda da problemlerinin olduğundan bahsetmektedir. Kowalski (2002) ise son yıllarda pozitif psikoloji alanına ilginin arttığını, pozitif psikolojinin insanın doğası üzerinde neyin iyi olduğuna odaklandığı için diğer olumsuz özelliklere odaklanmaktan kaçındığını belirtmektedir. Çalışmanın bağımlı değişkeni olan mutluluğun alan yazında pozitif psikolojinin bir konusu olarak ele alındığı görülmektedir.

Pozitif psikoloji alanında yapılan araştırmalarda mutluluk çok ilgi görmüş, mutluluğun ne olduğu, nasıl ölçülebileceği, elde edilip edilemeyeceği, belirleyicilerinin neler

olabileceği gibi pek çok soruya yanıtlar aranmıştır (Doğan, Sapmaz ve Akıncı-Çötök, 2013). Pozitif psikoloji alanındaki en temel sorulardan biri mutluluğun ölçülüp ölçülemeyeceği sorusu olmuştur. Pozitif psikoloji alanında yer alan konuların daha önce çalışılmamış olmasının nedenleri arasında bu konuların araştırılmasının ve ölçülmesinin zor olduğu düşüncesi yer almaktadır. Daha sonraları bilimsel ölçme araçları geliştirilerek erdem ve mutluluğun ölçülmesi için çalışmalar yapılmaya başlanmıştır (Hefferon ve Boniwell, 2014). Mutluluğun bireyin içinde bulunduğu psikolojik, ekonomik, sosyolojik ve siyasal yapıya bağlı olarak gerçekleşen bir olgu olduğu (Aluş ve Selçukkaya, 2015), kişinin mutluluğunun artması için de psikolojik anlamda sağlığının iyi olması, akademik, sosyal ve mesleki anlamda da başarı sağlaması gerektiği düşünülmektedir. Mutluluğun kişinin yaşamına ve olaylara karşı bakış açısıyla alakalı olduğu (Asıcı ve İkiz, 2015), aynı zamanda kişinin bireysel özellikleri ile kazanımları ve öznel iyi oluşunun kişinin mutluluğunu belirleyebildiği (Yang, 2008) alan yazında görülmektedir. Mutluluk değişkeninin araştırma geçmişinin çok olmasına rağmen güncel ve gelişime açık bir kavram olduğu görülmektedir (Akın ve Şentürk, 2012).

Günümüzde yaşam koşullarının kötüleşmesi, krizler, yoğun iş hayatı gibi etmenler mutluluk kavramını ön plana çıkarmaktadır (Güdü-Demirbulat ve Avcıkurt, 2015). Kişisel gücün ve yeni imkânların olmasının fiziksel engeli olan kişilerde mutluluğu sağladığı (J. Kim, M. Kim ve Park, 2016), üniversite öğrencilerinde de kişisel gücün mutluluğu olumlu yönde etkilediği bilinmektedir (A. Akın ve Ü. Akın, 2015). Hem sosyal beceri düzeyi düşük hem de kendisini mutsuz algılayan kişilerin stresle başa çıkmakta zorlandıklarını ifade edilmektedir (Karahana, Dicle ve Eplikoç, 2007). Okula ilgi kaybı ve aileden kaynaklı tükenmişliğin ergenlerin öznel iyi oluşlarını azalttığı (Aypay ve Eryılmaz, 2011), siber zorbalık ile siber mağduriyetin ergenlerin mutlulukları ile olumsuz ilişki sergilediği, mutluluğun ergenleri koruyucu bir işleve bürünebildiği (Padır, Eroğlu ve Çalışkan, 2015), ergenlerde akran desteğinin mutluluğu doğrudan etkilediği, akran desteğine sahip ergenlerin daha mutlu olduğu (Köse, 2015) görülmektedir. Geleceğe yönelik olumlu beklentiler, yeterlilik ihtiyacının karşılanması, olumlu hava koşulları, şükretmek, fiziksel iyi oluşun varlığının mutluluğu sağladığı ve arttırdığı, olumsuz olaylar yaşamak, fizyolojik rahatsızlığı olmak, özerkliğin engellenmesi durumunda da kişinin mutsuz olduğu ifade edilmektedir (Eryılmaz, 2015). İyimser insanların daha mutlu olduğu görülmekte olup (Gülcan ve Nedim-Bal, 2014;

Sapmaz ve Doğan, 2012), iş yerinde mutlu olan kişilerin fazladan çalıştıkları (Alparslan, 2015), ancak işkolik kişilerin mutlu olmadığı, yalnız ve mutsuz kişiler haline geldikleri, çevresi ile ilişkisinin zedelendiği, hızlı yemek yeme nedeniyle kilo alımı gibi hayatlarında birçok olumsuz olaya neden olduğu görülmektedir (Yüksekbilgili ve Akduman, 2016). Kişinin mutluluğunun hayatındaki bir çok değişkene bağlı olduğu, koruyucu ve iyileştirici bir işlevinin olduğu alan yazında görülmektedir.

İnsanın mutlu olmasını etkileyen birçok değişkenin olduğu bilinmektedir. Kişinin içinde bulunduğu toplum yapısındaki kuralların kişinin davranışlarını ve mutluluğunu etkileyebileceği bilinmekte olup yaşam değerlerinin mutluluk için belirleyici olduğu düşünülmektedir. Geçmişten günümüze insanın hayatında var olduğu bilinen değerlerin, 20. yüzyıldan itibaren dini, ideolojik, felsefi ve sanatsal açıdan incelendiği, bunun yanında sosyoloji ve psikoloji bilimlerinin de inceleme konusu haline geldiği görülmektedir (Baş ve Hamarta, 2015). İnsanın var oluşundan bu yana değer olduğu, insanı açıklayan en önemli kavramlardan biri olduğu görülmekte olup (Göz, 2014), sosyal bilimlerde değer kavramı üzerine birçok araştırmanın gerçekleştirildiği ve değerlerin insanların hayatına yön verdiği sonucuna ulaşıldığı görülmektedir (Acun, Yücel, Önder ve Tarman, 2013). Ancak değerlerin sosyoloji ve psikoloji bilimlerinde araştırma konusu haline gelmesinin 20. yüzyıla dayandığı görülmektedir (Baş ve Hamarta, 2015). Değerler insanın hayatına yön veren, önemli kararların alınmasında rol oynayan, kişinin çevresiyle ilişkisini belirleyen bir faktördür (Harris, 2017). Değerler, hayatımızın her alanında yer almakta olup (Deveci ve Ay, 2009) insan davranışlarını anlayabilmede önemli bir aracı konumundadır (Asan, F. Ekşi, Doğan ve H. Ekşi, 2008). Özellikle son yıllarda hem ülkemizde hem de dünyada olumsuz davranışların bireyler tarafından sergilenme oranının artması ve toplumsal yapıda oluşan tehditler değer değişkeninin tam anlamıyla kazanılmadığını ortaya koymaktadır (Deveci ve Ay, 2009).

Kişisel çabalarla elde edilen değerlerin yaşamda anlam kazanmada rol oynadığı, yaşamın anlamı yüksek olan kişilerin hem içsel hem de dışsal değerleri daha çok önemsedikleri görülmektedir (Siwek, Oleszkowicz ve Slowinska, 2017). Televizyonun çocuklara rol model olduğu, değerler yönünden çocuklara yönelik programların tekrar değerlendirilmesinin gerektiği (Erdoğan, 2010), yaşam değeri ile eşitlikçi cinsiyet rolü ile evlilikte cinsiyet rolü arasında ilişkinin olduğu (Öngen ve Aytaç, 2013), değerlerin psikolojik iyi oluşu arttırdığı (Telef, Uzman ve Ergün, 2013), güç, başarı, hazcılık, öz

denetim, evrenselcilik, yardımseverlik, uyum ve güvenlik değerlerinin de benlik saygısını arttığı bilinmektedir (Yıldız, Dilmaç ve Deniz, 2015). Ergenlerin insani değer yönelimlerinin başarı amaç yönelimlerinin anlamlı düzeyde yordadığı, değerlerin arttığında başarı amaç yönelimlerinin de arttığı görülmektedir (Karababa, Oral ve Dilmaç, 2014). İnsani değerlerin yüksek olduğu kişilerin siber mağduriyete uğrama durumlarının azaldığı belirtilmektedir (Büyükyıldırım ve Dilmaç, 2015; İdi-Tulumcu ve Tulumcu, 2015).

Çalışmanın bir diğer kavramı olan yaşamın anlamı, anlam arayan tek varlığın insan olmasından kaynaklı araştırmacıların ilgi odağı haline gelmiştir (Emmons, 2003). Adler (2006) yaşamın anlamının ne olduğuna yönelik sorulan sorunun insanlık tarihinin geçmişi kadar uzun olduğunu söylemektedir. Geçmişte filozoflar, teologlar, sanatçılar ve bilim insanları tarafından sorulan bu soru (Baş ve Hamarta, 2015) günümüzde pozitif psikoloji çatısı altında ele alınmaktadır. Yaşamın anlamına yönelik çalışmaların başlangıcı olarak Frankl gösterilmekte olup, “İnsanın Anlam Arayışı” adlı kitabının kavram için önemli bir yere sahip olduğu görülmektedir (Akın ve Taş, 2015). Frankl (2013) yaşamın anlamını insanı güdüleyen temel bir güç ve bu gücü bulma çabası olarak ifade etmektedir.

Alan yazına bakıldığında yaşamın anlamının birçok faktöre karşı koruyucu işlev üstendiği görülmektedir. Yaşamın anlamının, ergenler üzerinde sigara ve içki içme davranışı hariç sağlık riski davranışlarına ve zayıf psikolojik sağlığa karşı koruyucu bir işlevinin olduğu (Brassai, Piko ve Steger, 2011), ayrıca yüksek düzeyde yaşamın anlamına sahip olan kişilerin tehlikeli içki içme ihtimalinin azalabileceği belirtilmektedir (Meisel ve Palfai, 2015). Madde bağımlısı olmayan gençlerin madde bağımlısı olan gençlere oranla daha yüksek yaşam anlamına sahip oldukları görülmekte, yaşam anlamının madde bağımlılığı için koruyucu bir faktör olabilmektedir (Eryılmaz, 2017). Yaşamın anlamının intihar eğiliminin altında yatan en önemli faktör olabileceği, intihar düşüncesinin üç göstergesinden biri olduğu (depresyon, bir intihar geçmişi ve yaşamın anlamı) belirtilmektedir. Yaşamın anlamı düşük olan kişilerin intihar girişiminde bulunma ihtimalleri daha yüksek olduğu bilinmektedir (Braden, Overholser, Fisher ve Ridley, 2015). İntihar ile yaşamın anlamının negatif korelasyon sergilediği, yaşam anlamları yüksek olan kişilerin intihar etme oranlarının daha az olduğu ifade edilmektedir (Wilchek-Avaid, 2015; Wilchek-Avaid ve Malka, 2016). Depresyonu düşük, yaşamını anlamlı gören kişilerin yaşamlarından daha fazla memnun oldukları

görülmektedir (Cömert, Atalay-Özyeşil ve Özgülük, 2016). Yaşamın anlamı intihar riskine karşı koruyucu bir faktör konumundadır (Marco, Güillen ve Botella, 2017). Bunların yanı sıra yaşamın anlamının şükran ile öznel iyi oluş (Datu ve Matco, 2015), pozitif dini başa çıkma (Krok, 2015) arasında anlamlı ilişki sergilediği, yaşamın anlamının kariyer seçiminde temel mesele olarak ele alındığı, kişilerin mesleklerini yaşam anlamlarına göre seçtiğini vurgulamaktadır (Bernaurd, 2016). Yaşam anlamı yüksek olan kişilerin daha affedici olduğu görülmektedir (Canatan, Sarıçam ve Biçer, 2015). Ayrıca kişinin yaşam anlamı ile yaşam amacı arasında pozitif ilişki olduğu alan yazında görülmektedir (Demirbaş-Çelik, 2016).

Kişinin mutluluğunu etkileyen değişkenlerden bir diğeri de kişinin toplum içinde kendini nasıl değerlendirdiği ve toplum içinde nasıl bir ilişki sergilediğidir. Kişinin toplum içinde kendi nasıl değerlendirdiğini (Kaya, 2013) ifade eden sosyal iyi olma kavramının alan yazın araştırmalarında yeni bir kavram olduğu ve araştırma sayısının sınırlı olduğu ve bu nedenle de araştırmacıların ilgisini çektiği görülmektedir. Sosyal iyi olma kavramı Keyes tarafından 1998 yılında bireyin toplum içindeki konumuna ve işlevselliğine ilişkin değerlendirmesi olarak tanımlanmış ve Keyes tarafından Sosyal İyi Olma Ölçeği (SDL) geliştirilmiştir (akt. Morales, Delgado-Valencia, Rojans-Ballestores ve Caueo-Urizar, 2016). Bireylerin mutluluğunun ve gelişiminin yeterli olmadığı günümüzde bireylerin sosyal bir varlık olarak toplumla birlikte gelişmesi istenmektedir. Bunun içinde bireylerin toplum içinde mutluluklarının ve sosyal iyi olma durumlarının yüksek olması gerekmektedir (Yurcu ve diğerleri, 2015). İnsanların yalnızken mutsuz, diğer insanlarla sosyalleşme ve iletişim halinde olması durumunda daha mutlu olduğu (Kahneman ve diğerleri, 2004), insanın toplum içindeki varlığının önemini gösteren çalışmaların olduğu görülmektedir. Yang (2008)'da kişinin sosyal hayattaki konumunun mutluluğu için belirleyici olduğunu belirlemekte olup, kişinin algıladığı mutluluğunun diğer insanlarla oluşturdukları sosyal desteklerine etki ettiği, algıladığı mutluluğu düşük olan kişilerin diğer insanlarla oluşturdukları sosyal desteklerinin düşük seviyede olduğu görülmektedir (King, Vidourek, Merianos ve Sing, 2014). Sosyal iyi olmanın düşük olmasının yaşlı kötüye kullanımı ile birleşince ölüm riskini arttırdığı (Dong ve diğerleri, 2010), cinsel azınlık durumunda olan kişilerle aynı cinsiyette olan kişilerin mutlulukları arasında bir fark olmadığı, düşük düzeyde mutluluğa sahip olanların toplumsal yapıya nedenli olduğu (Thomer ve Reczek, 2016) ve bu nedenle de toplumun mutluluk üzerindeki etkisinin ne derece güçlü olduğu görülmektedir. Yurcu, Kasalak ve Akıncı

(2015) günümüzde bireysel mutluluğun yeterli olmadığını, sosyal bir varlık olan insanın toplum içinde de bir yer edinebilmesinin çok önemli olduğunu dile getirmişlerdir. Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'de sosyal iyi olmayı uzun bir süredir sağlığın tanımı içinde yer vermektedir (Hashemi ve diğerleri, 2016).

Alan yazın incelemeleri sonucunda mutluluğu açıklamaya çalışan yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma kavramlarına yönelik ortak bir çalışmanın olmadığı görülmüştür. Tüm bu kavramların her insanın ulaşmak istediği mutluluk kavramı üzerinde olumlu ya da olumsuz etkilerinin olup olmadığı araştırılmak istenmiştir. Yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın mutluluk ile doğru orantılı olduğu, bir değer kişinin arttığı durumda mutluluğunda arttığı görülmektedir. Sosyal iyi olmanın Türk alan yazında yeni çalışılmaya başlanan bir değişken olması, mutluluk ile yapılacak olan çalışmalarda öncü konumunda olabileceği düşünülmektedir. Bu çalışma mutluluğun açıklanmasında yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın açıklama oranını göstermekle birlikte, üniversite öğrencileri boyutunda çalışmalarda kullanılabilecek bir rol üstlenebileceği düşünülmektedir.

### **1.1. Genel Amaç ve Alt Amaçlar**

Araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemek ve söz konusu değişkenlerin mutluluğu ne oranda açıkladığını ortaya koymaktadır. Bu bağlamda araştırmanın alt amaçları şunlardır;

1. Mutluluk, yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın betimsel istatistikleri nelerdir?
2. Üniversite öğrencilerinin mutluluğunun yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma düzeyleri cinsiyet ve algılanan sosyo-ekonomik düzey açısından farklılaşmakta mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin mutluluğu ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma arasında ilişki var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin mutluluğunu yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma ne oranda açıklamaktadır?

## 1.2.Araştırmanın Önemi

Mutluluk değişkeni geçmişten günümüze kadar önemini koruyan ve aynı zamanda araştırmacıların ilgisini çeken bir kavram olmuştur. Pozitif psikoloji alanına yönelen ilgi sonucu mutluluğun daha çok araştırıldığı ve bunun yanı sıra ne olduğu, nasıl ölçülebileceği, elde edilip edilemeyeceği, belirleyicilerinin neler olabileceği gibi pek çok soruya yanıt arandığı görülmüştür (Doğan ve diğerleri, 2013). Alan yazına yeni giren bir kavram olmamasına rağmen mutluluk, güncel ve gelişime açık bir kavram olma özelliğini korumaktadır (Akın ve Şentürk, 2012). Mutluluğa sahip olmayan, olumsuz duygular yaşayan kişilerin daha fazla risk altında olduğu, olumsuz duygular ifade eden kişilerin daha az yaşadığı bilinmektedir (Cohen, Doyle, Alper ve Skoner, 2003). Aynı zamanda kendilerini mutlu ifade eden kişilerin psikolojik belirtileri daha az yaşadığı, kendilerini mutsuz ifade eden kişilerin psikolojik belirtileri daha fazla yaşadığı (Alver, Dilekmen ve Ada, 2010) görülmektedir. Mutluluğun kişinin yaşamına ve olaylara bakış açısı ile alakalı olduğunun düşünülmesi (Asıcı ve İkiz, 2015), kişinin hayatındaki gelişmelerin mutluluğu üzerinde ne kadar etkili ve önemli olabileceğini bize göstermektedir. Mutluluğun kişinin hayatının her alanında var olduğu, mutluluğun varlığının artmasının kişileri daha işlevsel hale getirirken, varlığının azalması durumunda kişilerin hayatında olumsuz sonuçlara neden olduğu düşünülmektedir.

Günümüzde yaşam koşullarının kötüleşmesi, krizler, yoğun iş hayatı gibi etmenler mutluluk değişkenini daha ön plana çıkarmaktadır (Güdü-Demirbulat ve Avcıkurt, 2015). Aynı şekilde ülkemizde ve dünyada son yıllarda olumsuz davranışların bireyler tarafından sergilenme oranının artması ve toplumsal yapıda oluşan tehditler yaşam değerlerin tam anlamıyla kazanılamadığını düşündürmektedir (Deveci ve Ay, 2009). Değerlerin 20. yüzyıldan itibaren dini, ideolojik, felsefi ve sanatsal açıdan incelendiği, sosyoloji ve psikoloji bilimleri konusu haline geldiği görülmektedir (Baş ve Hamarta, 2015). Yaşam değerleri de mutluluk gibi hayatımızın her alanında yer almakta (Deveci ve Ay, 2009) ve yaşam değerlerinin insan davranışlarını anlamlandırabilmede önemli bir aracı görevi üstlendiği görülmektedir (Asan, F. Ekşi, Doğan ve H. Ekşi, 2008). Değerlerin psikolojik iyi oluşu arttırdığı (Telef, Uzman ve Ergün, 2013), yaşam değerlerine sahip olmanın kişileri daha mutlu hale getirdiği düşünülmektedir. Alan yazına bakıldığında da yaşam değerleri ile mutluluğun ilişkili olduğu görülmektedir (Özdemir ve Koruklu, 2011; Selim, 2008). Bunun yanı sıra bu iki değişkenin alan

yazında uzun zamandır yer aldığı görülmekte ve mutluluğun açıklanmasında yaşam değerlerinin önemli bir etkisinin olduğu düşünülmektedir. Özellikle değerlerin kısıtlı bir alanla sınırlı olmaması, insanın hayatının her alanında yer alması araştırma açısından ayrı bir önem taşımaktadır.

Günümüzde pozitif psikolojinin bir konusu olarak ele alınan yaşamın anlamına (Akın ve Taş, 2015) yönelik sorulan soruların mutluluk ve yaşam değeri değişkenlerinde de olduğu gibi insanlık tarihinin geçmişi kadar eski olduğu (Adler, 2016) görülmektedir. Alan yazına bakıldığında kişilerin değerlerinin yaşamlarında anlam kazanmada rol oynadığı, yaşamını anlamlı gören kişilerin yaşam değerlerine daha çok önem verdiği görülmektedir (Siwek, Oleszkowicz ve Slowinska, 2017). Aynı zamanda yaşamın anlamı ile mutluluğun birbirini etkilediği (Bailey ve Fernando, 2012), yaşamlarını anlamlı gören kişilerin daha mutlu olduğu bilinmektedir. Yaşamın anlamının tehlikeli içki içme davranışına (Meisel ve Palfai, 2015), madde bağımlılığına (Eryılmaz, 2017), intihar eğilimi ve girişimine (Braden, Overholser, Fisher ve Ridley, 2015; Marco, Güillen ve Botella, 2017; Wilchek-Avaid, 2015; Wilchek-Avaid ve Malka, 2016), depresyona (Cömert, Atalay-Özyeşil ve Özgülük, 2016) vb. karşı koruyucu bir işlevinin olduğu alan yazın incelendiğinde ortaya çıkmaktadır. Yaşamın anlamının koruyucu rol olarak üstlendiği değişkenlerin yokluğunda kişilerin mutlu olabileceği, zaten yaşam anlamları düşük olan kişilerin bu değişkenlere maruz kalması durumunda mutlu olamayacakları düşünülmektedir. Yaşam anlamının kişilerin hayatını geniş bir alanda etkilediği ve varlığında kişilerin mutluluğunu sağladığı gibi, olumsuz yaşam koşullarına karşı koruduğu da görülmektedir.

Mutluluğun ve gelişimin yeterli olmadığı günümüzde bireylerin sosyal bir varlık olarak toplumla birlikte gelişmesi istenmektedir. İnsanların yalnızken mutsuz, diğer insanlarla sosyalleşme ve iletişim halinde olması durumunda daha mutlu olduğu (Kahneman ve diğerleri, 2004) bilinmektedir. Benzer şekilde kişinin sosyal hayattaki konumunun mutluluğu için belirleyici olduğu (Yang, 2008), yaşam değeri düşük olan kişilerin yalnız ve mutsuz (Karababa ve Dilmaç, 2016) olduğu da bilinmektedir. Kişinin algıladığı mutluluğunun diğer insanlarla oluşturdukları sosyal desteklerine etki ettiği, algıladığı mutluluğu düşük olan kişilerin diğer insanlarla oluşturdukları sosyal desteklerinin düşük seviyede olduğu görülmektedir (King, Vidourek, Merianos ve Sing, 2014). Bu durumlardan yola çıkarak bireylerin toplum içinde mutluluklarının ve sosyal iyi olma durumlarının yüksek olması gerektiği düşünülmektedir (Yurcu ve diğerleri, 2015).



Sosyal iyi olma değişkeni, kişinin toplum içinde kendini nasıl değerlendirdiği (Kaya, 2013) şeklinde ifade edilmekte olduğu ve bu değişkenin alan yazın araştırmalarında yeni bir değişken olduğu görölmektedir.

Araştırmacı tarafından yapılan alan yazın incelemelerinin sonucunda çalışmanın araştırma konusu olarak ele alınan değişkenlerinin birlikte incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Özellikle sosyal iyi olma değişkeninin yurt içi ve yurt dışı alan yazında yeni giren bir değişken olması, Türkiye’de çalışılmaya başlanan yeni bir değişken olması ve bu konuda yapılan çalışmaların sınırlı olması ele alınan çalışmanın daha önemli olabileceğini, sosyal iyi olma değişkeni boyutundaki alan yazın boşluğun önemli bir kısmını doldurabileceği düşünölmektedir. Yaşam değerinin ve yaşamın anlamının mutluluğu etkilediği alan yazında görölmekle birlikte sosyal iyi olmanın çalışıldığı ve mutlulukta bir farklılaşmaya neden olup olmadığı konusundaki çalışmalar sınırlı kalmaktadır. Aynı zamanda araştırmanın alan yazında mutluluğu etkilediği görölen yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma çalışmalarına da öncü olabileceği düşünölmektedir.

### **1.3. Varsayımlar**

Bu araştırma da aşağıda yer alan varsayımlardan hareket edilmiştir.

- 1.Araştırmada, üniversite öğrencilerinin araştırma sırasında uygulanan ölçme araçlarına samimi ve doğru cevaplar verdikleri varsayılmıştır.
- 2.Üzerinde araştırma yapılan grubun, evreni temsil edecek nitelik ve niceliğe sahip olduğu varsayılmıştır.

### **1.4.Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Yapılan çalışmada elde edilen veriler Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi öğrencileri ile sınırlıdır.
2. Yapılan alışma, araştırmada yer alan değişkenleri ölçmek için geliştirilen ölçeklerle toplanan bilgilerle sınırlıdır.

3. Araştırma da yer alan değişkenler kuramsal çerçevenin açıklandığı kısımda yer alan kavramlar kadardır.

### 1.5.Tanımlar

**Mutluluk:** Mutluluk her insanın hayatı boyunca sahip olmak ve ulaşmak için çabaladığı, maddi ve manevi doyuma ulaştığında hoşnutluğa sebep olan, insan ilişkilerini oluşturan psikolojik ve biyolojik bir durumdur (Aluş ve Selçukkaya, 2015).

**Yaşam değeri:** Değer, insanlık varlığının, neyin doğru, neyin iyi veya neyin istenen olduğunu ve bunlara ulaşılmasını sağlayan hareket ve davranışların neler olduğu konusunda sınırlarının çizildiği sosyal bilimler konusudur (Yıldız ve diğerleri, 2013).

**Yaşamın anlamı:** Yaşamın anlamı insanda var olan temel güdüleyici güçtür ve bu gücü bulma çabasıdır (Frankl, 2013).

**Sosyal iyi olma:** Sosyal iyi olma kavramı Keyes (1998)'e göre “bireyin toplum içindeki konumuna ve işlevselliğine ilişkin değerlendirmesidir” (akt. Kaya,2013).

## BÖLÜM II

### KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

#### 2.1. Kuramsal Çerçeve

##### 2.1.1. Mutluluk

Mutluluk kavramı üzerine yapılan çalışmalar çok eskiye dayanmaktadır. İlkçağlardan beri insanların ilgisini çeken, üzerine sözler söylenen bir kavram haline gelmiştir ancak bilimsel anlamda ele alınması 1980'lerden sonralara dayanmaktadır (Doğan ve diğerleri, 2013). 1974 yılında sadece mutluluk konulu çalışmaların yayınlandığı “Journal of Happiness Studies” adlı uluslar arası bir derginin yayın hayatına girmesiyle bu konu bilimsel anlamda üzerine yoğun çalışmalar yapıldığı bir kavram haline gelmiştir (Şeker, 2009). Mutluluğun bilimsel anlamda ele alınmasının bu denli gecikmesinin sebebi de yakın çağ ve günümüzde daha somut bir kavram olarak ele alınırken geçmiş zamanda daha çok mitolojik, dinsel, felsefi ve tasavvufi açıdan ele alınması şeklinde olmuştur (Aluş ve Selçukkaya, 2015). Mutluluğun tanımlanması psikolojinin bilim olmasından önce M.Ö. 2400'lü yıllarda felsefe alanında yapılmıştır. Sokrates zamanından bu yana “Nasıl yaşamalıyım? Ne çeşit bir yaşam beni mutlu eder?” gibi sorular ortaya çıkmıştır ve cevaplarının felsefe alanından geldiği görülmüştür (Eryılmaz, 2014).

Alan yazın incelendiğinde mutluluk kavramı ile benzer anlamlı kullanılan birçok sözcüğe ulaşılmıştır. Bunlar; kendini gerçekleştirme, uyum, memnuniyet, ekonomik refah, iyilik hali ve yaşam kalitesi (Hefferon ve Boniweel, 2014), moral, öznel iyi olma (Bülbül ve Giray, 2011) gibi kavramlardır. Özellikle son yıllarda oldukça araştırılan bir konu haline gelen (Akın ve Özkaya, 2015) kavramın araştırılmasının en önemli nedenlerinden biri herkesin mutlu olmak istemesi ve hayatının amacı haline getirmesi

olarak ifade edilmektedir (Bülbül ve Giray, 2011). Akın ve Satıcı (2001)'ya göre ise mutluluk kavramını araştırmaya değer kılan en önemli neden insanların sağlığı, yaşam kalitesi ve gelecek beklentileri üzerinde açıklamalar yapmasıdır. Mutluluk alanında birçok araştırma yapılmasıyla birlikte mutluluğun bireyin fizyolojik gerçeği olduğu göz önünde bulundurulmalıdır (Baysal ve Aka, 2013). Günümüzde mutluluk; beklentilerin tatmin olması, memnuniyet, hoşnutluk duygusuna sahip olmak, beden ve zihin boyutunda iyi olma gibi somut şekilde ölçülebilen ve yorumlanabilen pozitif olma şeklinde varlık kazanmaktadır. Mutluluğun belirleyicileri maddi ve manevi değerlere, kişinin kendisi, içinde bulunduğu sosyal çevre ve toplum yapısında oluşturmuş olduğu ilişkiye dayanmaktadır. Genel anlamda ise mutluluk bireyin içinde bulunduğu psikolojik, ekonomik, sosyolojik ve siyasal yapıya bağlı olarak gerçekleşen bir olgudur (Aluş ve Selçukkaya, 2015).

Araştırmacılar arasında mutluluğun insanı olumlu yönde etkilediği görüşü ortak olsa da, ne olduğu ve bireyin nasıl mutlu olduğu konusunda ortak bir görüş oluşmamıştır (Akın ve Satıcı, 2011). Bu nedenle de herkesin üzerinde uzlaşabileceği bir tanımlanamamıştır. Genel olarak mutluluk her insanın hayatı boyunca sahip olmak ve ulaşmak için çabaladığı, maddi ve manevi doyuma ulaştığında hoşnutluğa sebep olan, insan ilişkilerini oluşturan psikolojik ve biyolojik bir durum olarak tanımlanmaktadır (Aluş ve Selçukkaya, 2015). Bireyin sahip olduğu mutluluğun artması kişinin sadece psikolojik anlamda sağlıklı olmasını değil, akademik, sosyal ve mesleki alanda da başarılı olmasını sağlamaktadır ayrıca mutluluğun kişinin yaşamına ve olaylara karşı bakış açısıyla alakalı olduğu kabul edilmektedir (Asıcı ve İkiz, 2015). Birinci ve Dirik (2010) de mutluluğu bir bakış açısı, bilişsel bir durum olarak tanımlamaktadır. Yüksekbilgili ve Akduman (2016) insanların isteklerinin ve ihtiyaçlarının karşılandığı zamanlarda mutlu olduğunu, sıradaki istek ya da ihtiyaç gündeme gelinceye kadar insanın mutlu kaldığını belirtirler. Kısacası istekleri ve ihtiyaçları karşılanan insanların mutlu olduğunu dile getirmektedirler. Akın ve Özkaya (2016)'da haz odaklı mutlu olabilen insanların yaşam doyumlarını anlık mutluluk sağlayan aktivitelere yönelerek sağladıklarını belirtmektedir.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK)'nin 2011 yılında yapmış olduğu Yaşam Memnuniyeti Araştırması'nda mutluluk "acı, keder ve ızdırabın yokluğu ve bunların yerine tatmin duygularının varlığıyla karakterize edilen durum; hayattan genel olarak memnun olma hali" olarak tanımlanmaktadır (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2011).

Mutluluk; kişinin hayatındaki olumlu düşünce ve duyguların fazla olmasıdır diğer bir ifadeyle kişinin yaşamından aldığı doyumun ve olumlu duyguların toplamıdır (Kangal, 2013). Mutluluk, kişinin kendi değerlerine göre hayatını dolu ve anlamlı bir şekilde algılayabildiği bir süreçtir (Şeker, 2009). Mutluluk, hissedilen bir duygudur ya da bu his sırasında oluşan bir durumdur (Bülbül ve Giray, 2011). Selim (2008)'e göre mutluluk kişinin kendi yaşam kalitesini değerlendirebilme derecesidir. Aluş (2016)'un yapmış olduğu çalışmada da mutluluğun ne olduğu sorusuna verilen cevapların büyük çoğunluğu “insanın sevdikleri ile beraber olmasıdır” şeklindedir. Eryılmaz (2014)'a göre ise mutluluk maruz kalınan değil müdahil olunalabilen bir duygudur. Doğan ve diğerlerine (2013) göre ise mutluluk yaşamın bilişsel ve duyuşsal olarak değerlendirilmesidir. Sapmaz ve Doğan (2012)'a göre mutluluk insan davranışlarının nihai amacıdır.

Mutluluk bireyin olumlu duyguları çok, olumsuz duyguları az yaşaması, yaşamdan aldığı doyumun yüksek olması anlamına gelmektedir (Diener, 1984 akt. Doğan, Sapmaz, 2012). Bir diğer anlamıyla mutluluk içsel anlamda zengin, anlamlı ve dolu dolu bir hayatı devam ettirebilmektir (Harris, 2017). Freud (2016a, 2016b)'a göre mutluluk, fazlasıyla engellenen ihtiyaçların tatmin edilmesiyle gerçekleşmektedir. Mutlu insanların fantezi kurmadıklarını, mutsuz insanların tatmin olamadıkları için fantezi kurduklarını belirtmektedir (Freud, 2016b). Mutluluğun %10'u bireyin yaşam koşullarından, %50'si bireyin genetik özelliklerinden, %40'da bireyin yaptığı amaçlı etkinliklerden oluştuğu düşünülmektedir (Birinci ve Dirik, 2010; GÜDÜ-DEMİRBUĞLU ve Avcıkurt, 2015).

Mutluluk kavramı sadece araştırmacıların değil bunun yanı sıra düşünürlerin, sanatçıların, davranış bilimcilerin, siyasetçilerin, iktisatçıların ve işletmecilerin ilgisini çekmektedir. Bu yüzden hemen hemen tüm sosyal bilimcilerin ilgisini çektiği söylenebilmektedir (Bülbül ve Giray, 2011). Sokrates, Aristoteles ve Platon insanların mutlu olmak için erdemli bir hayatın peşinden koşmaları gerektiğine savunmaktaydılar, Epicurus ve ondan sonra gelen faydacılar ise asıl mutluluğun olumlu duyguların ve zevklerin çok olması ile gerçekleşeceğine savunmuşlardır (Hefferon ve Boniwell, 2014). Aristoteles için mutluluk teorik bilgeliktir. Herkes için tek bir doğru mutluluğun olmadığını ifade etmiştir (Birlik, 2013). Faydacılara göre mutluluk en yüksek sayıda insanın mutluluğudur, arzu edilen son gayedir, haz odaklı birincil değerdir. Temel anlamda arzu edilendir denilebilmektedir (Möngü, 2015). Freud (2016a, 2016b) ise haz

ilkesinin insanlara dayattığı mutluluğun amaç olmadığını ancak bu yolda harcanan çabalara insanların devam edilmesi gerektiğini söylemektedir. İnsan bünyesinin kişinin mutlu olma ihtimalini sınırlandırdığını ancak insanların mutlu olmak istedikleri için berbat halde olduklarını söylemektedir (Freud, 2016b). Platon'a göre mutluluk en yüksek iyidir. İyi ve mutluluk onun için bir bütündür. Bunun sebebi de insanın mutluluğa her zaman ulaşmaya çalışmasıdır. İnsanın her türlü etkinliğinin amacı mutluluğa ulaşmaktır. Ayrıca Platon mutluluğu beden ve ruhtan oluşan insanın ruhun önderliğinde uyumlu bir bütün olması olarak açıklamaktadır (Birlik, 2013). Frankl (2013)'a göre ise mutluluk aranmaz, mutlu olmak için bir neden aranır. Mutlu olmak için bir neden bulunduğu mutluluğun otomatik olarak geldiğini dile getirmektedir. Russell (2016)'a göre ise mutluluğun koşulu çevrenin kişinin kendisinden hoşnut olması şeklindedir. Russell'a göre mutluluk iki yönlüdür. Somut ve hayali mutluluk, maddi ve manevi mutluluk ya da duygusal ve mantıksal mutluluk şeklinde ikiye ayrılmaktadır. Bu mutluluk çeşitlerinin birinin herkes için geçerliken diğerinin yalnız okuyup yazabilen insanlar için geçerli olduğunu belirtmektedir.

Mutluluğun dayanağı çevreye ve insanlara dostça ilgi duymaktan ve keyif duygusuna sahip olabilmekten geçmektedir. Mutluluğun sırrı ise insanın ilgilerinin olabildiğince çok olmasından geçmektedir. Bir insanın ilgilerinin çok olması ile mutlu olması doğru orantılıdır, çünkü bir ilgisinden vazgeçse başka ilgisine yönelebilir ve kaderin ilgiler üzerindeki etkisini azaltmış olmaktadır (Russell, 2016). Freud (2016a, 2016b) nasıl bir iş adamının tüm sermayesini tek bir işte harcamayacaksa insanların da mutluluğu tek bir kaynaktan beklememesi gerektiğini dile getirmektedir. İnsanları mutluluğa götürebilecek birçok yolun mevcut olduğunu ancak bu yollardan hiçbirinin kesin olmadığını söylemektedir. Russell mutlu insanların dışadönük, özgürce sevebilen ve çokça ilgisi bulunan kişiler olduğunu söylemektedir, Russell'a göre insan mutluluğunu bu ilgilerinden ve sevgisinden ve bu ilgi ve sevgisini başkaları için ilgi çekici hale getirmesi ile sağlamaktadır. Mutluluk hem dış faktörlere hem de iç faktörlere bağlı olarak gelişebilmektedir. Ayrıca bir insanın mutlu olabilmesi için öncelikle kendisine saygı duyması gerekmektedir (Russell, 2016).

Mutluluğun bedensel, sosyal, zihinsel, duygusal ve mesleki bileşenleri bulunmaktadır, gerçekten mutlu olmak isteyen kişiler bu bileşenleri dikkate almalı ve aralarındaki dengeyi sağlayabilmelidirler (Çakıcı, 2015). Asıcı ve İkiz (2015)'e göre de kişinin mutluluğunun artması için hem psikolojik olarak sağlıklı olması hem de akademik,

sosyal ve mesleki yaşamda başarılı olması gerekmektedir. Kişinin içinde bulunduğu ülkenin sosyo-demografik özelliklerinin de mutluluk üzerinde etkisinin olduğu düşünüldüğünde mutluluk ile yaşam memnuniyeti arasında yakın bir ilişki bulunmaktadır. Toplumdaki insanların mutlu olabilmesi için kamu uygulamalarının göz ardı edilmemesi gerekmektedir. Kamu hizmetleri toplumun ihtiyaçlarını belirleyip, toplumun refahını ve mutluluğunu arttıracak politikalar geliştirmesi gerekmektedir. Bu şekilde devletin en büyük amacı olan vatandaşlarını mutlu etmek olgusu gerçekleştirilebilir (Şeker, 2009). Can güvenliğinin sağlanamadığı, savaşın ve yoksulluğun olduğu ülkelerde yaşayan çocukların mutluluk algıları, huzurlu ve refah içinde yaşayan çocukların mutluluk algılarından farklılık göstermektedir. Çocuğun içinde yaşadığı ülke, yaşam koşulları, sosyo-ekonomik ve sosyo-kültürel özellikleri çocuğun mutluluk algısını değiştirebilmektedir (Ünüvar, Çalışandemir, Tagay ve Amini, 2015).

Bireyin içinde bulunduğu toplum yapısı (bireyci ve kolektivist) bireyin mutluluk anlayışını (Akın ve Saticı,2011), hayata bakış açısı da bireyin mutluluk düzeyini (Akın ve Şentürk, 2012) değiştirebilmektedir. Mutluluk bireyin içinde yer aldığı psikolojik, ekonomik, sosyolojik ve siyasal yapıya bağlı olarak şekillenebilmektedir (Aluş ve Selçukkaya, 2015). Bireyci kültürler içinde yetişen bireylerde benliğin bağımsız olması ve özerkliği büyük önem taşımaktadır. Bireyci kütlülerde mutluluk bireyin kişisel başarısı, kendisi hakkındaki olumlu duygu ve düşüncelere sahip olması olarak değerlendirilirken toplulukçu kültürlerde ise mutluluk farklı benliklerin dengesinin sağlanması ile oluştuğu varsayılmaktadır. Kişinin başarısının toplumun yapısını ve dengesini bozduğu belirtilmektedir. Toplulukçu kültürlerde mutluluk toplumsal bütünlüğün sağlanması ve bu bütünlük ile gerçekleşen denge ile sağlanmaktadır (Eryılmaz, 2014). Akın ve Saticı (2011)'da kolektivist toplumlar içinde yaşayan bireylerin mutluluğu toplumsal uyumda bulduklarını desteklemektedir. Batı ülkelerinde üstün zekâya sahip gençler yeteneklerini tam anlamıyla kullanamadıkları ve bu yeteneklerine uygun çalışma alanı bulamadıkları için mutsuz olabilmektedirler. Doğu ülkelerinde ise durum bu şekilde değildir. Hindistan, Çin ve Japonya gibi ülkelerde politik dış etkiler gençlerin mutluluğuna engel olabilmektedir, Batı ülkelerinde ise gençlerin mutluluğuna iç engeller müdahale edebilmektedir. Gençler için önemli olan amaçları bulunmaktadır, bu amaçlarda başarılı olabildikleri sürece mutlu olabilmektedirler. Ayrıca batı ülkelerindeki insanlar için mutluluk geçimini sağlamakla

sınırlı değildir, onlar aynı zamanda başarı duygusunu da yaşamak istemektedirler (Russell, 2016). Freud (2016a) ise uygar insanların mutlu olma ihtimallerinin bir kısmından kendilerine güvenlik sağlayabilmek için vazgeçtiklerini, uygarlık yolunda insanların ödediği bedelin ise kaybettikleri mutluluk olduğunu söylemektedir.

İnsanların başkalarıyla birlikte iken en mutlu, yalnızken en mutsuz olduğu belirtilmektedir (Kahneman, Schkade, Schwarz ve Stone, 2004). Yaşam biçimleri, dünya hakkındaki görüşleri çevresindeki insanlar tarafından iyi karşılanmayan insanların çoğu mutlu olamamaktadır. Günümüzde ise insanlar çok farklı gruplara ayrılabilir ve bu farklar giderek daha da belirginleşebilmektedir. Benzer zevkleri ve düşünceleri olan insanların birbirleri ile ilişki kurmaları insanların mutlulukları artırmaktadır. Toplumda da hoşgörünün artırılmasının en iyi yolu mutlu olan bireylerin sayılarının artırılmasından geçmektedir (Russell, 2016). Ailesi ile birlikte yaşayan yaşlıların da duygusal dengesizlik, sorumluluk ve yalnızlık düzeylerinin artmasına bağlı olarak mutlu olma oranlarının azaldığı, algılanılan kontrol düzeyinin artmasıyla da mutlu olma oranlarının arttığı belirtilmektedir (Eryılmaz ve Atak, 2011). Karşı cinsle ilişki içinde bulunmanın da insanın mutluluğunu arttırdığı düşünülmektedir (Asıcı ve İkiz, 2015).

Seligman (2002) mutluluğu teşvik eden olayların kolaylıkla gerçekleştiğini belirtmektedir. Russell (2016) ise çok nadir durumlar dışında insanların mutluluğa ulaşması için çaba harcaması gerektiğini, olgun bir meyve gibi insanın kucağına düşmeyeceğini söylemektedir. Gelişmekte olan ya da başarılabilir ve anlamlı hayalleri olan kişiler olmayan kişilere göre daha mutludurlar. Fiziksel aktivitelerde bulunmak hem kişilerin hem de toplumların iyi oluşlarını keşfetmesini sağlamakta, aynı zamanda da insanları mutlu yapmaktadır (Hefferon ve Boniwell, 2014). Russell (2016) yorgunluğun mutluluğa engel olduğunu, fazla olmamak kaydıyla sadece vücut yorgunluğunun insanda mutluluk yaratabileceğini belirtmektedir. Mutluluk salgıları olarak bilinen serotonin, endorfin, enkefalin, noradrenelin, dopamin gibi veya stres hormonları olarak bilinen kortizol, vosepressin gibi maddelerin az ya da çok salgılanması ile mutluluk arasında ilişki bulunmaktadır (Tarhan, 2017). Fizyolojik açıdan bakıldığında serotonin hormonu salgılandığında kişi mutlu olmaktadır, psikolojik açıdan bakıldığında ise serotonin hormonunun salgılanmasını gerektiren koşulların yerine gelmesi gerekmektedir. Bu koşullar için kişinin kendini güvende ve iyi



hissetmesi, alışkanlıklarına devam edebilmesi ve mutluluk ile özdeşleştirdiği birçok şeyi söyleyebiliriz (Baysal ve Aka, 2013).

Tarhan (2017)'a göre insanın mutlu ve başarılı olmasının ilk şartı kişinin kendini bilmesi, kendisini tanıyabilmesi şeklindedir. Russell (2016) başarının mutluluğun öğelerinden sadece birisi olduğunu, kişinin sadece başarı için mutluluğun diğer öğelerini feda etmesi durumunda kişi için olumsuz sonuçlara neden olabileceğini belirtmektedir. İnsanı hiç durmadan bir başarıdan diğer başarıya götüren uğraşların insanın çok hoşuna gittiğini ve bu nedenle insanı yapıcılığın yıkıcılıktan daha çok mutlu ettiği belirtilmektedir. Rekabeti mutluluğun kaynağı olarak görmekte, bu yolda başarıyı önemsememenin mutsuzluğa neden olabileceğini belirtmektedir. Ayrıca psikolojik baskının olduğu yerlerde mutluluğun olmadığını, ölçülü gücün mutluluğu arttırabileceğini ancak gücün amaç haline getirilmesi durumunda insanın içinde felakete yol açabileceğini söylemektedir.

Her insanın doğuştan mutlu olmaya hakkı vardır, eğer kişi mutlu değilse çoğu zaman doğru yoldan sapmakta ve dünyaya nefret duyabilmektedir. Mutluluğunu arttırmak isteyen insanlar içlerinde var olan çekememezliği azaltmalı ve hayranlığı arttırmalıdır. İnsan zihninin aktif olarak çalışıldığı ve yaşanan anda az şeylerin unutulduğu durumlarda insanlar büyük hazlar yaşayabilmektedir. Bu durum mutluluğun temel taşlarından birini oluşturmaktadır. İnsanları yapay mutluluklar tatmin etmemektedir, gerçekten doyurucu, insanın yeteneklerini tam anlamıyla kullanabildiği, dünyayı doğru olarak algılayabildiği durumlarda insanlar gerçekten mutlu olabilmektedir (Russell, 2016).

Yüksek oranda olumlu duygulara sahip kişilerin daha az oranda olumlu duygulara sahip kişilere oranla daha dirençli ve sağlıklı olduğu belirtilmektedir (Cohen ve diğerleri, 2003). Sağlığın ölçütü uzun ömür olarak değerlendirildiğinde mutlu insanların daha uzun süre yaşadığı görülmektedir (Rasmussen ve Pressman, 2009 akt. Hefferon ve Boniwell, 2014). Yaşamı tehdit eden hastalıklarda kişinin olumlu duygulara ve iyimserliğe sahip olması sağlık yönünden her zaman iyi sonuçlara neden olmayabilmektedir. Dengeli seviyelerde olumlu duygulara sahip olan kişilerde hastalığın iyileştiği görülebilmektedir ancak yüksek oranda mutluluk sergileyenlerde zararlı sonuçlara neden olunabilmektedir. Mutlu insanların fazla iyimser olması bazen doktor tedavisinin reddedilmesine ya da ertelenmesine neden olabildiği için olumsuz sonuçlarla karşılaşabilmektedir (Hefferon ve Boniwell, 2014).

İnsanı mutlu eden pek çok değer bulunmaktadır. Bu değerler güç, sağlık, başarı, sevgi ve paradır. Kişiden kişiye insanı mutlu eden değerlerin ölçüsü değişebilmektedir. Üretmeye ve çalışmaya değer veren insanlar için mutluluk, hayatları için hizmet yolundaki başarılarıdır (Selim, 2008). Mutluluk, kişinin kendi değerlerine göre hayatını dolu ve anlamlı bir şekilde algılayabildiği bir süreçtir. Mutluluğu algılama sürecini etkileyen birçok değişken bulunmaktadır, bu değişkenler kişiden kişiye farklılık gösterebileceği gibi, ülkeden ülkeye, coğrafi bölge farklılıklarında ya da farklı değerlere sahip toplumlarda da farklılıklar gösterebilmektedir (Şeker, 2009). Türk ailesinde mutluluk algısı ve değer arasındaki ilişkiye bakıldığında Türk ailesinin hem modern hem de geleneksel değerleri bir arada taşıdığı bir geçiş ailesi olduğu, Türk ailesinin sosyo-ekonomik açıdan modern özellikler taşıdığı, değerler anlamında muhafakazar özelliklerini koruduğu söylenebilmektedir (Aluş ve Selçukkaya, 2015).

Sosyolojik analizler sonucunda kişinin sosyal hayattaki konumunun mutluluk için uzun zamandır belirleyici olduğu yapılan çalışmalarda belirtilmektedir (Yang, 2008). Kangal (2013)'a göre insanlar kendilerinden daha üst konumdaki insanlara bakarak mutsuz olurken kendilerinden daha alt konumdaki insanlara bakarak mutlu olabilmektedirler. İşin kişinin iyi oluşu üzerinde etkisinin olduğu, kişinin işini ve kariyerini nasıl algıladığının mutluluk seviyesini daha ileri düzeyde etkileyebildiği görülmektedir. İşin statüsü değil kişinin işini nasıl gördüğü önemlidir (Hefferon ve Boniwell, 2014). Kişinin mutluluk düzeyini en uzun süre olumsuz olarak etkileyen yaşam olayları eşin ölümü ya da uzun süreli işsiz kalmaktır (Clark ve diğerleri, 2008). Kişinin mutluluğu ile çalışma hayatı arasındaki ilişkiye bakıldığında işkoliklik ile bireysel mutluluk arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Kendisini işine adayan kişilerin hem kendisini hem de ailesini ve çevresini ihmal ettiği, bu nedenle de yalnız ve mutsuz bireyler haline geldiği ortaya çıkmıştır. İş odaklı bir hayatın beraberinde birçok olumsuzluğu getirdiği, bu olumsuzluklarında kişinin mutsuz olmasına neden olduğu belirtilmektedir. Bu olumsuzluklar; hızlı yemek yendiği için kilo alınması, hayatı hızlı yaşamak zorunda olduğumuz için ilgi göstermemiz gereken kişilere yeterli ilgiyi gösteremememiz, çevremizdeki insanlara sevgi ve ilgi gösteremememiz, hızlı çalışıldığı için hata oranının artması, hızlı karar alındığı için yanlış karar alınabilmesi, hızlı işlerden kaynaklı kalitesiz işler şeklinde sıralanmaktadır (Yüksekbilgili ve Akduman, 2016).

Gelirin mutluluğu etkilediği düşünülmektedir. Fakir ülkelerde yaşayan insanların gelirleri ile sadece temel biyolojik ihtiyaçlar karşılanmaktadır, zengin ülkelerde ise yoksulluğun olumsuz etkilerinden korunmak için halka sosyal refah programları uygulanmaktadır. Gelirin iyi olduğu ülkelerde insan haklarının daha iyi olduğu, suç oranının az olduğu, demokrasinin olduğu, okuryazarlık oranının daha yüksek olduğu, uzun ömür ve sağlık durumunun daha iyi olduğu görülmekte bu durumlarında mutluluğa etki ettiği düşünülmektedir (Hefferon ve Boniwell, 2014). Para belli bir noktaya kadar insanda mutluluğun artmasına sağlamakta, belli bir noktadan sonra mutluluğun artmasını sağlamamaktadır (Russell, 2016). Kangal (2013)'da gelirin göreceli olarak kişinin mutluluğu etkilediğini söylemektedir. Orta seviyede gelir elde eden kişilerin kendilerinden daha düşük elde eden kişilere karşı daha mutlu olduğu belirtilmiştir (Yazıcı, Caz ve Tunçkol, 2016). Kişilerin refah düzeyi algıları yükseldikçe gelirin mutluluk üzerindeki etkisinin azaldığı da görülmektedir (Köksal ve Şahin, 2015). ABD'de mutluluk üzerine elde edilen en uzun zaman aralığına ait verilerin kullanılmasıyla oluşturulan bir çalışma da kişinin içinde bulunduğu yaş, yaşam dönemi, yaş aralığı gibi etkenlerin mutlulukta farklılıkla neden olduğu, yaş faktörünün hayatın seyrinde mutluluk üzerinde önemli bir etki gösterdiği bulunmuştur. Otuz yılı aşkın bir süreyi kapsayan bu çalışma mutluluğun yaş dönemlerine göre ilk önce azaldığı sonra artış gösterdiği gözlenmektedir. Bununla birlikte mutluluğun belirleyicilerinin bireysel özellikler ve kazanımlarla ilgili olduğu, öznel iyi oluşun mutluluk için ölçüt olduğu, cinsiyet ve etnik farklılığın mutluluk için belirleyiciliğinin özellikle son otuz yıllık çalışmalarda azaldığı görülmektedir. Sonuç olarak yaşla birlikte cinsiyet, etnik grup ve eğitimsel farklılıkların azaldığını bunu da mutluluk için önemli olan çeşitli sosyal koşullara maruz kalınmasıyla ilişkili olabileceği (medeni durumum, sağlık gibi) belirtilmektedir (Yang, 2008). Gülcan ve Nedim-Bal (2014)'in yapmış olduğu çalışmada da yaşın arttıkça mutluluğun azaldığı, genç bireylerin yaşı daha büyük olan kişilere göre daha mutlu oldukları belirlenmiştir. Yine aynı şekilde Kangal (2013) yaşa göre mutluluğun U şeklinde değişim gösterdiğini, gençlik ve yaşlılık dönemlerinde kişilerin daha mutlu olduğunu söylemektedir.

Varoluşsal psikoloji, üç tip mutluluk olduğunu söylemektedir. Bunlar otantik mutluluk, psikolojik iyi oluş ve kronik mutluluk şeklindedir. Otantik mutluluk kişilerin otantik olmasından kaynaklanır, psikolojik iyi oluş erdemli işleri yapma konusundaki eğilimden kaynaklanır, kronik mutluluk ise kişiye verilen manevi bir hediyedir. Mutluluğun bir

sonuç değil süreç olduğu, mutluluğun kişinin kendisine karşı ilgi göstermesinden ve kendinden daha yüce şeylere hizmet etme çabasından kaynaklandığı belirtilmektedir (Hefferon ve Boniwell, 2014). Mutluluk ve yaşamın anlamı arasında bir ilişkinin olduğu ve bu ilişkinin kişilerin iyi oluşlarını arttırdığı belirtilmektedir. Yaşamın anlamı boyutunda yüksek puan alan kişilerin mutluluk boyutunda da yüksek puanlar aldığı King ve Napa (1998)'nin çalışmasında görülmektedir.

Fordyce (1983), çalışmasında 14 Temel Mutluluk Prensiğini oluşturmuştur. İnsanların bu 14 özelliği uyguladıklarında daha mutlu olacakları belirtilmiştir, yaptığı çalışmalarda bu görüşleri ile doğru orantıdadır. 14 Temel Mutluluk Prensiği; kişinin daha aktif olması ve bir şeylerle meşgul olmalı, insanlarla sosyalleşmek için daha fazla vakit harcamalı, anlamlı işlerde üretken olmaya çalışmalı, yapacak olduğu işleri organize bir şekilde planlayabilmeli, endişelenme durumunu bırakmalı, beklentilerini daha az seviyede tutmayı öğrenmeli, olumlu, pozitif düşünmeyi öğrenmeli, şuna odaklanabilmeli, sağlıklı bir kişiliğe sahip olmak için çabalamalı, dışa dönük, sosyal bir insan olmak için çabalamalı, kendisi olmalı, olumsuz duygularını ve problemlerini azaltmalı, diğerleri ile yakın ilişkiler kurmalı, mutluluğa değer vermeli şeklindedir. Kişiler bu prensipleri kendi kendine uygula programlarında uyguladıklarında daha mutlu olacakları ifade edilmektedir.

Günümüzde dünya çapında yapılan araştırmalarda hangi ülkenin ne kadar mutlu olduğu belirlenmeye çalışılmaktadır. Cambridge Üniversitesi'nde yer alan bir araştırma kurumu tarafından 2 yılda bir güncellenen Avrupa Sosyal Araştırmaları, 2002 yılından bu yana Avrupa Birliği ülkelerindeki insanların mutluluk düzeylerini ölçmeye çalışmaktadır. Yine aynı şekilde ülkemizde TÜİK'in 2003 yılında çalışmalarına başladığı ve ilk sonucunu 2004 Nisan ayında duyurduğu Yaşam Memnuniyeti Araştırması, ülkemizde mutluluk üzerine yapılan ilk kapsamlı araştırma olmaktadır (Şeker, 2009).

Dünya Mutluluk Raporu'na (2016) göre en mutlu ülke Kosta Rika olmuştur, Danimarka, İzlanda, İsviçre, Finlandiya ilk beş ülke içerisinde yer almaktadır. Türkiye ise Dünya Mutluluk Raporu'nda yer alan 157 ülke arasında 78. ülke olarak seçilmiştir. En mutlu ülkelerin genellikle güneşin çok olmadığı, ışığın az olduğu yerler olduğu araştırma sonuçlarında görülmektedir (Hefferon ve Boniwell, 2014). TÜİK (2014)'in ülkemizde yapmış olduğu çalışmada en mutlu ilimiz Sinop olarak belirlenmiştir. Sinop'u Afyonkarahisar ve Bayburt illeri takip etmektedir. En mutsuz ilimiz ise Tunceli olarak belirlenmiştir.

TUİK (2015)'in yapmış olduğu Yaşam Memnuniyeti Araştırması sonucunda mutlu olduğunu beyan eden bireylerin sayısında 2014 yılından 2015 yılına artış gerçekleşmiştir. 2014 yılında çalışmaya katılanların %56,3 ü mutlu olduğunu beyan ederken 2015 yılında çalışmaya katılanların %56,6 sı mutlu olduğunu beyan etmiştir. Yine aynı araştırmada kadınların mutluluk oranlarının azalırken erkeklerin mutluluk oranlarının arttığı, en mutlu olan kesimin 18-24 yaş grubu olduğu, evli bireylerin evli olmayan ya da boşanmış bireylere göre daha mutlu olduğu, eğitim düzeyinin belli bir seviyeye kadar mutluluğu arttırdığı daha sonra azalttığı, ailenin varlığının insanı daha çok mutlu ettiği, sağlıklı olmanın değerlerde ilk sırada yer aldığı ortaya çıkmıştır. Eğitimin belli bir seviyeye kadar mutlu etmesine rağmen (TUİK, 2015) yükseköğrenimli insanlar arasında en mutlu insanları bilim insanları oluşturmaktadır (Russell, 2016). Üniversite ve yüksekokul mezunları diğer mezuniyet durumundaki kişilere göre daha mutlu olmaktadır (Kangal, 2013).

Yapılan çalışmalar sonucunda cinsiyet ile mutluluk arasında düşük düzeyde ilişki bulunduğu, cinsiyetin mutluluk için ayırt edici bir değişken olmadığı belirtilmektedir (Asıcı ve İkiz, 2015; Kangal, 2013; Koydemir ve Mısıır, 2015; Sotgiu, 2016; Yang, 2008). Cinsiyetin mutlulukla pozitif ilişkili olduğu çalışmalarda bulunmaktadır ancak bu durum cinsiyetin toplumsal roller içerisinde yaşam boyu algıları etkileyen bir değişken olmasına bağlanmaktadır (Gülcan ve Nedim-Bal, 2014). Ayrıca işkoliklik (Yüksekbilgili ve Akduman, 2016), maddi durum (Gülcan ve Nedim-Bal, 2014), devlet üniversitesinde ya da vakıf üniversitesinde öğrenim görmek (Gülcan ve Nedim-Bal, 2014), marka alışverişi (Köksal, Bayraktaroğlu ve Sarı, 2014) ile mutluluk arasında da anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı belirtilmektedir.

Mutluluk ile pozitif ilişki içinde olan kavramlar alan yazında araştırıldığında bilişsel esneklik (Asıcı ve İkiz, 2015), algılanılan kontrol düzeyi (Eryılmaz ve Atak, 2011), geleceğe yönelik olumlu beklentiler (Eryılmaz, 2015), yeterlilik ihtiyacının karşılanması (Eryılmaz, 2015), fiziksel iyi oluş (Eryılmaz, 2015), arzuların tatmin olması (Eryılmaz, 2015), dini sorumlulukları yerine getirmek (Eryılmaz, 2015), turizm (Güdü-Demir-Bulat, 2015), iyimserlik (Gülcan ve Nedim-Bal, 2014; Özdemir ve Koruklu, 2011), yaşam doyumu (Gülcan ve Nedim-Bal, 2014), evli olmak (Akın ve Şentürk, 2012; Bülbül ve Giray, 2011; Kangal, 2013; Yazıcı, Caz ve Tonçkol, 2016), gelir düzeyi (Akın ve Şentürk, 2012; Şeker, 2009), akran desteği (Köse, 2015), güç (Özdemir ve Koruklu, 2011), başarı (Özdemir ve Koruklu, 2011), hazcılık (Özdemir ve Koruklu,

2011), öz yönelim (Özdemir ve Koruklu, 2011), evrensellik değeri (Özdemir ve Koruklu, 2011), uyma (Özdemir ve Koruklu, 2011), güven (Özdemir ve Koruklu, 2011), iş yeri mutluluğu (Alparslan, 2015), kişisel güç (A. Akın ve Ü. Akın, 2015), bağımsız benlik kurgusu (Koydemir ve Mısıır, 2015), spor (Yazıcı, Caz ve Tunçkol, 2016), karşı cinsle ilişki içinde olmak (Asıcı ve İkiz, 2015), sosyal beceri düzeyi (Karahana ve diğerleri, 2007) gibi kavramlarının olduğu bulunmuştur.

Mutluluk ile negatif ilişkili olan çalışmalar alan yazında incelediğinde yalnızlık (Demir ve Kutlu, 2016; Eryılmaz ve Atak, 2011), sosyal etkileşim kaygısı (Demir ve Kutlu, 2016), duygusal dengesizlik (Eryılmaz ve Atak, 2011), sorumluluk (Eryılmaz ve Atak, 2011), okula ilgi kaybı (Aypay ve Eryılmaz, 2011), aileden kaynaklı tükenmişlik düzeyi (Aypay ve Eryılmaz, 2011), olumsuz olaylar yaşamak (Eryılmaz, 2015), fizyolojik olarak rahatsız olmak (Eryılmaz, 2015), özerklik ihtiyacının engellenmesi (Eryılmaz, 2015), öz eleştiri (Doğan ve diğerleri, 2013), psikolojik belirtiler (Alver ve diğerleri, 2010), siber zorbalık (Padır ve diğerleri, 2015), özel gereksinimli çocuğa sahip olmak (Eroğlu, Özcan-Arııcı ve Peker, 2015) kavramların olduğu bulunmuştur.

### 2.1.2. Yaşam Değeri

Geçmişten günümüze insanın hayatını etkileyen bazı olgular vardır. İnsanın varlığından itibaren var olan değer kavramı, insanı ele alan en önemli kavramlardan biridir (Göz, 2014). Ancak değerlerin dini, ideolojik, felsefi ve sanatsal açıdan incelenmesi, bunun yanı sıra sosyoloji ve psikoloji bilimlerinin de inceleme konusu haline gelmesi 20. yüzyılda gerçekleşmektedir (Baş ve Hamarta, 2015). Birçok sosyal bilimin üzerinde araştırmalar yaptığı konuların başında gelen değer kavramı üzerine felsefe, psikoloji ve eğitim bilimleri alanlarında yapılan tanımların ortak noktasını değerlerin insanın hayatına yön vermesi oluşturmaktadır (Acun ve diğerleri, 2013).

İnsanı açıklayan kavramlardan biri olan değerler, kişinin kalbindeki en derin arzularıdır, kişinin hayatını sürdürürken rehberlik eden ve motive eden yol gösterici ilkelerdir, kişinin özünde onun için en önemli olan şeylerin yansımasıdır. Değerler kişinin ulaşmayı arzuladığı istikamettir, ancak bu istikamet sona ulaşmayan sonsuz bir durumu temsil etmektedir. Kısacası değerler hayatımıza amaç, anlam ve arzu katmanın bir aracıdır. Değerler kişinin nasıl bir insan olmak istediğini belirlemektedir. Değerler kişinin hayatına yön vermektedir, hayattaki önemli değişikliklerin yapılmasında bir

motivasyon kaynağı oluşturmaktadır, kişinin çevresiyle nasıl bir ilişki kurmak istediğini belirlemektedir (Harris, 2017). Aktepe ve Yel (2009)'e göre değerler kişinin hayata karşı bakış açısını ve amaçlarını oluşturan, kişinin aldığı kararları etkileyebilen, kişinin inançlarını ve prensiplerini oluşturan tercihleridir. Bolat (2013) ise değerleri insanların yaşantıları sonucu oluşturduğu duygu, düşünce ve çıkarımları neticesinde hayata karşı sergilediği tavrın sonucu ortaya çıkan davranış kriterleri olarak dile getirmektedir. Göz'e (2014) göre değerlerler, insanlar tarafından kabul görmekte olan, insanın hayatını etkileyebilecek, hedeflenen, arzulanan, maddi ve manevi, olumlu ve olumsuz her türlü şeydir. Kısacası bu tanımların ortak noktasını değerlerin insanın hayatına yön vermesi oluşturmaktadır (Acun ve diğerleri, 2013).

Son yıllarda dünyada olduğu gibi ülkemizde de şiddet, kötü alışkanlıklar, sevgi ve hoşgörü gösterememe gibi davranışlarda artış gözlenmiştir. Toplumsal yapımızdaki bu olumsuz değişimler gelecek nesil için tehdit haline gelmektedir. Ülkemizde meydana gelen bu olayların nedeni insanlarımızın istedik değerleri tam anlamıyla kazanamamasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Değerler hayatımızın her alanında aile, akraba, komşu, alışveriş, düğün, bayram vb. yer almaktadır (Deveci ve Ay, 2009).

Değerler toplum ve birey bazında büyük öneme sahiptir. Değerler evrensel hatta kişisel olarak farklılık gösterebileceği gibi kültürel, siyasal, ekonomik anlamda da farklılıklar gösterebilmektedirler. Bir toplumda kabul gören değer başka bir toplumda kabul görmeyebilir, bir bireyin kabul ettiği değeri başka bir birey kabul etmeyebilir, zamandan zamana dahi farklılıklar gözlemlenebilmektedir. Ancak hepsinin sahip olduğu ortak bir özellik vardır. Bu ortak özellikte değerlerin önemli olması, ahlaki ya da dini temellere dayanmasıdır. Aynı zamanda bireyin sosyal bir çevre içinde yerini alabilmesi için o çevrenin öngördüğü değerleri benimsemesi ve uyması gerekmektedir (Aluş ve Selçukkaya, 2015). Toplumlar varlıklarını sağlıklı bir şekilde devam ettirebilmek için değerlere sahip olmalıdır (Göz, 2014). Kısacası toplumlar, sahip oldukları değerlerin ileriye yönelik sürdürülebilmesi için, toplum içinde yer alan bireylerintoplumun sahip olduğu kültürel değerleri benimsemesini ve koruması gerekmektedir (Baloğlu-Uğurlu, 2014). Toplumun devamlılığını sağlayacak olan değer olan yaşama hürriyetinin korunması gerekmektedir. Toplumlar sadece yaşama hürriyetine sahip çıkan kişiler sayesinde korunmakta ve devamlılığını sağlamaktadır. Sevmeyi ve aşkı yansıtmakta olan yaşama hürriyetinin gelecek nesillere aktarılarak toplumların yaşaması sağlanabilmektedir (Göz, 2014).

İnsanların göçebe hayattan yerleşik hayata geçmelerinden bu yana diğer insanlarla ve toplumlarla oluşturdukları etkileşim sonucunda meydana gelen değer olguları gelişip insanlar içinde yaygınlaşarak değer sistemini oluşturmuştur (Bolat, 2013). Değerler kültürün manevi öğeleri içinde yer almaktadır. Her kültürün kendine has değerleri vardır. Batı kültürünün değerleri bireyin kendi yararına yöneliktir, faydacıdır. Batı kültürüne ait değerlere başarmak, tanınmak, mevki örnek verilebilir. Bireyin ön plana çıkmasına yöneliktir. Doğu kültüründe ise bu durum tam tersidir. Kollektif değerler daha ön planda olmaktadır (Oral,2015). Kişinin sahip olmuş olduğu değerler toplum içindeki konumunu belirlemektedir (Yazıcı, 2006).

Sosyal bir varlık olan insanın çevresindeki diğer insanlarla bir arada yaşaması zorunludur. İnsanların bir arada yaşayabilmesi içinde bir takım kuralların hayata geçmesi gerekmektedir. Bu kurallar toplumun büyük bir kısmı tarafından benimsenmektedir. Benimsenen bu kurallarında önemli kısmını değerler oluşturmaktadır. Bu nedenle de değerler insan ve insan hayatının birçok alanıyla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Yalar ve Yanpar-Yelken, 2011). Aktepe ve Yel (2009) toplumun değer yargılarının olduğunu, herkesin bu değer yargılarını kabul ettiğini ve kişilerin tutum ve davranışlarını bu değer yargılarını etkilediğini dile getirmektedirler. Yazıcı (2006)'da değerler ile önce bireyin kendisini daha sonra da toplumun bireyi kontrol etmesinin kolaylaştığı dile getirilmektedir. Toplumun kendi kültürünü oluşturmasının, toplumun içinde yer alan kişilerin değer yargılarını oluşturabilmelerini sağladığı gibi var olan değerlerin bireylere aktarılmasını da sağladığı belirtilmektedir.

Değerler neyin doğru neyin yanlış olabileceği konusunda insanlara rehberlik etmektedir. Ancak değerler toplumun ihtiyaçlarına cevap verilebildiği sürece varlıklarını sürdürebilmektedirler. İhtiyaçların karşılanamadığı durumlarda mevcut değerlerin yerini yeni değerler almaktadır. Bu tarz değişimlerde toplumda sıkıntı yaşanmamaktadır (Aluş ve Selçukkaya, 2015). Toplum genelinde meydana gelen değer değişimlersosyal ve kültürel değişimleri de beraberinde getirmektedir. Değer değişimleri sadece toplumsal değişimi sağlamadığı gibi çağları değiştirebilecek niteliklere kadar nitelikli hale bürünebilmektedir (Aktepe ve Yel, 2009).

Değerlerin insanın hayatında önemli bir yeri vardır. Bireylerin olumsuz durumlarla baş edebilmesinin bir yolu da değerlerdir. Bireyin sahip olmuş olduğu değer yargıları, kişinin karşılaştığı durumlarla baş edebilmesini sağlamaktadır (Dilmaç, M. Deniz ve E. D. Deniz, 2009). Değerlerin kişilere rehberlik edici, yol gösterici bir işlevi vardır



(Canatan, 2008; Harris, 2017). Değerler insan davranışlarını dolaylı ve doğrudan yollarla etkileyebilmektedir (Acun ve diğerleri, 2013), bu nedenle de insan davranışlarını anlamlandırabilmede değerlerin önemli bir yeri olmaktadır (Asan ve diğerleri, 2008). Değerler insanların duygu, düşünce ve davranışlarıyla yakından ilgilidir (Oral, 2015), bireyler arasında sosyalleşme süreciyle geleceğe aktarılmaktadır (Canatan, 2008). Kısacası değerlerin kişilerin davranışlarını değiştirdiği ve kişilerin birbirlerine karşı olan tavırlarını etkiliği söylenebilmektedir (Baysal ve Saman, 2010). Aynı zamanda değerlerin toplumsal yaşamı yani sosyal ilişkileri yönlendirebilme işlevi vardır (Özkan ve Soylu, 2014).

Değerler eğitim yoluyla geliştirilebilir ve olgunlaştırılabilir (Yalar ve Yanpar-Yelken, 2011). Hergün giderek artan ve toplumun huzurunu bozan olayları meydana getiren kişilerin değerleri kazanamadığı, iyi bir eğitim alamadıkları dile getirilmektedir. Değerlerin de ilk önce ailede daha sonra okullarda kazanılabileceği belirtilmektedir (Yazıcı, 2006). Eğitim hem evrensel hem de kültürel değerlerin aktarılmasında önemli bir işleve sahiptir (Cihan, 2014), eğitimin kültürel değerlerin aktarıcı olduğu herkes tarafından kabul görmektedir ( Baloğlu-Uğurlu, 2014). Yaşamın bütünü içerisinde yer alan (Deveci ve Ay,2009) değerlerin öğrenilmesinde ve aktarılmasında bilgi ve düşünce önemli bir yer kaplamaktadır. Kişiler yeni öğrendikleri şeylerle tercihlerini ve yargılarını değiştirebilmektedirler. Değerler sosyal roller ile sonraki kuşaklara aktarılabilmektedir. Bu roller mesleki, cinsel, sosyal ve kişisel kimlik yapılarını oluşturabilmektedir (Aktepe ve Yel, 2009). Değerlerin eğitim ortamında uygulamaya konulması, öğrencilerin hem duyuşsal hem de toplumsal gelişimlerine katkı sağlamaktadır (Çubukçu, Eker-Özenbaş, Çetinbaş, Satı ve Yazlık-Şeker, 2012). Değerlerin öğretilmesindeki amaç toplumsal ve evrensel değerlere sahip kazandığı değerleri hayatında uygulayabilen bireyler yetiştirebilmektir (Özmen, Er ve Gürgil, 2012).

Toplumun her kademesinde önemli bir yeri olan değerlerin aktarımı oldukça önemli bir konudur. Bireyin topluma uyum sağlayabilmesi, topluma faydalı olabilmesi için değer aktarımının sağlanması gerekmektedir. Değer aktarımının sağlıklı bir şekilde yapılamadığı durumlarda bireyler toplum için sorun haline gelebilmektedir. Özellikle eğitim alanında değerlerin aktarımı son yıllarda gündeme gelmektedir. Ailenin değerlerin aktarılması ve eğitiminin sağlanmasında temel olduğu düşünülmektedir (Bolat, 2013). Değerlerin nesilden nesle aktarılmasının yolu eğitimden geçmektedir.

Özellikle teknolojik gelişmeler nedeniyle modern yaşamın sunduğu değer bunalımlarının önüne geçebilmek için değerler eğitimine önem verilmesi gerektiği düşünülmektedir (Kamalak,2016). Eğer toplumdaki bireyler değerlerin kaybolmasına yönelik çalışmalar sergilerlerse değerler zamanla unutulur ancak korunmasına yönelik çalışmalar sergilerlerse değerler bir sonraki nesle aktarılır. Bu durum değerlerin toplum tarafından içselleştirilebilmesine ve genel kabul halinde gelmesine bağlıdır (Özkan ve Soylu, 2014). Değerlerin sonraki nesillere aktarımında problem yaşanması ya da eksik aktarımı söz konusu olduğunda başka kültürlerin etkisinde kalma ihtimali olabilmektedir. Kültürel değerlerini yıpranan toplumların birlik ve beraberlikleri bozulmakta, ayakta kalması zorlaşmaktadır (Kamalak, 2016).

Değerler, üç evrensel ihtiyacın bilişsel temsili olarak meydana gelmiştir. Bunlar biyolojik ihtiyaçlar, sosyal etkileşime yönelik ihtiyaçlar ve toplumsal ihtiyaçlar şeklindedir. Bireyler ve gruplar davranışlarını açıklayabilmek için biyolojik, sosyal ve toplumsal ihtiyaçlarının bilişsel temsili olan değerleri kullanmaktadırlar (Demirutku ve Sümer, 2010). Değer kavramı kullanıldığı paradigma ya da bağlama göre farklı anlamlara gelebilen bir kavramdır, bu açıdan kullanım yelpazesi geniştir (Baş ve Hamarta, 2015). Alan yazın incelendiğinde iyilik, fedakârlık, dürüstlük, adalet, saygı, güven, barış, özgürlük, vatanseverlik, sadakat, örf ve adet gibi kavramların değerlere örnek olduğu (Aluş ve Selçukkaya, 2015), yaşam biçimi veya hayat tarzı kavramlarının eş anlamlı olarak kullanıldığı görülmektedir (Aktepe ve Yel, 2009). Değer kavramını açıklamak için alan yazında birçok kuramcı yaklaşımlar ortaya koymuştur. Bu yaklaşımlar; Schwartz'ın Değerler Yaklaşımı, Nelson'un Değerler Yaklaşımı, Rokeah'ın Değerler Yaklaşımı ve Spanger'in Değerler Yaklaşımıdır.

Değer kavramını açıklamaya çalışan yaklaşımlardan biri olan Schwartz'ın Değerler Yaklaşımı değerleri on altı boyutta incelemiştir. Güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz yönelim, evrenselcilik, iyilikseverlik, geleneksellik şeklindedir. Aşağıdaki tabloda Schwartz'ın Değerler modelinde yer alan on değer tanımlanmaktadır.

Tablo 1

*Schwartz'ın Modelindeki 10 Değer Tanımı*

Güç	Sosyal statü ve saygınlık, insanlar ve kaynaklar üzerinde hâkimiyet ya da kontrol (sosyal güç, zenginlik, otorite, toplumsal imajı koruma)
Başarı	Sosyal standartlara göre (başarılı, becerikli, azimli gibi) yeterlik göstererek kişisel başarı elde etme
Hazcılık	Kişisel doyum ya da memnuniyet (hayattan zevk alma)
Uyarılım	Heyecan, yenilik ve yaşama meydan okuma (cesaret, değişken yaşam, heyecanlı yaşam)
Özyönelim	Bağımsız düşünme ve hareket etme, üretme, araştırma (üretkenlik, özgürlük, meraklı, bağımsız, kendi amaçlarını seçme)
Evrenselcilik	Anlama, saygı duyma, hoşgörü, tüm insanların ve doğanın korunması (sosyal adalet, açık fikirlilik, dünya barışı, erdem, güzel bir dünya, doğayı koruma, eşitlik)
İyilikseverlik	Sık sık görüştüğü kişilerin çıkarını koruma ve geliştirme (yardımcı, bağışlayıcı, dürüst, sadık)
Geleneksellik	Geleneksel kültür ve dinin kişiye empoze ettiği düşünce, geleneklere saygı, bağlılık ve kabul etme (hayattaki yerini kabul, adanmış, geleneğe saygı, alçakgönüllü, ölçülü)
Uyma	Başkalarını rahatsız edecek, onlara zarar verecek ya da sosyal beklenti ve normları zedeleyecek hareketlerin, eğilimlerin ve duyguların kontrol edilmesi (itaatkâr, öz disiplin, kibarlık, büyüklere ve ebeveynlere saygı)
Güvenlik	Toplumun, ilişkilerin ve kendinin güvenliği, uyumu ve istikrarı (aile güvenliği, ulusal güvenlik, sosyal düzen, karşılıklı iyilik, aidiyet duygusu)

(Kaynak: *Bilsky ve Schwartz, 1994 akt. Telef, Uzman ve Ergün, 2013, sf 1299-1300*)

Nelson ise değerleri 3 gruba ayırmıştır. Bunlar bireysel değerler, grup değerleri ve sosyal değerler şeklinde yer almaktadır.

Tablo 2

*Nelson'a göre Değerlerin Sınıflandırılması*

Bireysel Değerler	Bireysel değerler seçim yapmada ya da aldığımız ürünlerde, hobilerimizde olduğu gibi diğer kişisel tercihlerimizle ilgilidir (Michaelis, 1988: 361).
Grup Değerleri	Grup değerleri, belli bir grubun üyeleri tarafından paylaşılan değerlerdir. Bu grup; aile, kulüp, dini ya da politik bir grup olabilir (Naylor ve Diem, 1987: 350).
Sosyal Değerler	Sosyal değerler ise adalet, saygı, farklılık, eşitlik gibi değerlerdir ve bireyin mevcut toplumsal yapı içerisinde varlığını devam ettirmesini sağlar (Michaelis, 1988: 361). Sosyal değerlerin tanımlanmasında sosyalleşme, sosyal bilinç, norm ve grup ruhu gibi kavramlar kullanılmaktadır (Akbaş, 2004: 19).

(Kaynak: *akt Yazar, 2006, sf 501-502*)

Rokeach'a göre ise değerler temel değerler; başarı, özgürce seçim, eşitlik erdem vb. ile araç değerler; cesaret, sorumluluk, gerçeklik, tutku vb. şeklinde ikiye ayrılmaktadır.

Tablo 3

*Rokeach'a göre Değerlerin Sınıflandırılması*

Temel Değerler	Arzu edilen nihai değerleri içerir.	Başarı, özgürce seçim, eşitlik, erdem, vb.
Araç Değerler	Temel değerlere ulaşmak için kullanılacak davranış tarzlarını ifade eder.	Cesaret, sorumluluk, gerçeklik, tutku vb.

(Kaynak: akt Yazıcı, 2006, sf 502)

Spranger ise değerleri bilimsel değerler, ekonomik değerler, estetik değerler, sosyal değerler, politik değerler ve dini değerler olmak üzere altı farklı şekilde tanımlamıştır.

Tablo 4

*Spranger'e göre Değerlerin Sınıflandırılması*

Bilimsel Değerler	Gerçeğe, bilgiye, muhakemeye ve eleştirel düşünceye önem verir. Bilimsel değerleri olan insan deneysel, eleştirici, akılcı ve entelektüeldir.
Ekonomik Değerler	Yararlı ve pratik olana önem verir. Ekonomik değerlerin hayatta önemsenmesi gerektiğini belirtir.
Estetik Değerler	Simetri, uyum ve forma önem verir. Birey hayatı olayların bir çeşitliliği olarak görür. Sanatın toplum için zorunluluk olduğunu düşünür.
Sosyal Değerler	Başkalarını sevme, yardım ve bencil olmama esastır. En yüksek değer insan sevgisidir. Bu insan sevgisini insanlara sunar. Nazik ve sempattir. Bencil değildir.
Politik Değerler	Her şeyin üstünde kişisel güç, etki ve şöhret vardır. Esas olarak kuvvetle ilgilidir.
Dini Değerler	Evreni bir bütün olarak kavrar ve kendisini onun bütünlüğüne bağlar. Dini uğrunda dünyevi fazları feda eder.

(Kaynak: Akbaş, 2004: 30-31 akt Yazıcı, 2006, sf 502)

Değerler insan davranışlarına kaynaklık teşkil edebilen ve davranışların yargılanabilmesini sağlayan anlayışlardır. Değerlerin özelliklerine baktığımızda toplum ya da birey tarafından benimsendiği, birleştirici bir yönünün olduğu, toplumun sosyal ihtiyaçlarını karşıladığını, bireylerin iyiliği için var olduğuna inanıldığı, insanların duygu ve inançlarına yönelik yargılar olduğu, insanların davranışlarını yönlendirebildiği, normlar oluşturduğu görülmektedir (Çubukçu ve diğerleri, 2012). Kulasızoğlu ve Dilmaç (2000) ise insani değerlerin hayatın sütunu olduğu, insani değerlerle ahlaki değerlerin birbirleriyle örtüştüğünü dile getirmişlerdir.

Freud (2016a)'a göre değer yargıları mutluluk arzusunun peşinden gidilmesi şeklindedir. Değer yargıları dediğimiz şey ise Freud (2016b)'a göre kişinin kendi yanlısamalarını birçok argümanla desteklemesidir. Freud yaşamın büyük bir değerinin olmadığını ancak insanların yaşam değerinden başka bir şeyleri olmadığını söylemektedir.

İdealistlere göre değerler; değişmeyen ve bütün insanlara uygulanabilen ilkelerdir. Felsefe, tarih, edebiyat gibi sanat dersleriyle değerlerin aktarımı sağlanır. Realistlere göre değerler; insan teorilerinin doğal, fiziki ve sosyal yasalara göre değiştirilip, değerlerin evrensel ve sonsuz olan doğa yasalarının üzerine oturtulması şeklindedir. Pragmatistlere göre ise değerler; yer, zaman ve duruma göre değişmektedir. Evrende sürekli değiştiği için değerlerde sürekli değişmek zorundadır (Aktepe ve Yel, 2009).

Değerlerin bir bölümü cinsiyete göre farklılaşırken bir bölümü farklılaşmadığı görülen çalışmaların varlığı kadar (Baş ve Hamarta, 2015; Dilmaç, Bozgeyikli ve Çıkkılı, 2008; Durmuş, 2011) erkeklerin ve kadınların değer yönelimlerinin farklı olmasından ziyade benzer olduğunu gösteren çalışmaların olduğu da görülmektedir (Demirutku ve Sümer, 2010). Yaş olgusuna göre değerlerin değişip değişmediği araştırıldığında farklılıklar gösterdiğini belirten çalışmalar (Dilmaç ve diğerleri, 2008) alan yazında bulunmaktadır.

Alan yazın incelendiğinde değerler ve yaşamın anlamı arasında hem pozitif hem de negatif yönlü ilişkinin olduğu, değerlerin yaşamın anlamını önemli derecede yordadığı görülmüştür (Baş ve Hamarta, 2015). Yaşamı anlamlı hale getirmek için kişinin değerlerini netleştirmesi ve bu netleştirdiği değerlerle bağ kurması gerekmektedir (Harris, 2017).

### **2.1.3. Yaşamın Anlamı**

Bilindiği üzere dünyada anlam arayan tek tür insandır. Yaşamın anlamını oluşturma insan beyninin düzenlediği bir fonksiyondur. İnsanın kavramsallaştırma, yaratma ve anlam aramak için kullandığı birçok yol araştırmacılar tarafından odak noktası haline gelmektedir (Emmons, 2003).

Geçmişten günümüze kadar yaşamın anlamı için filozoflar, teologlar, sanatçılar ve bilim insanları görüşlerini bildirmişlerdir. Bu nedenle de yaşamın anlamının ne olduğuna yönelik verilen cevaplar öznel olmuştur (Baş ve Hamarta, 2015). Günümüzde ise

yaşamın anlamı kavramı pozitif psikolojinin bir konusu olarak çalışılmaktadır (Akın ve Taş, 2015). Psikoloji bilimi de yaşamın anlamından daha çok kişinin yaşamındaki anlam düzeyine ilgi göstermektedir (Demirbaş-Çelik, 2016).

Yaşamın anlamının ne olduğuna yönelik sorulan soru insanlık tarihinin geçmişi kadar eskidir. Adler insanların bu soruyu kendilerine genellikle yenilgiye uğradıkları zaman sorduklarını dile getirmiştir (Adler, 2016). Bireyin yaşamının anlamını bulmaya çalışması doğumdan ölüme kadar geçen süreçteki en sıkıntılı yolculuklardan biri olduğu (Canatan ve diğerleri, 2015) yaşamın genel bir anlamından söz etmenin mümkünü olsa da yaşantı anlamında mümkün olmadığı belirtilmektedir (Baş ve Hamarta, 2015). Felsefe, din, psikoloji, edebiyat vb. birçok alanda yer alan yazarlar yaşamın anlamının bireyin karşılaştığı en önemli sorunlardan biri olduğuna inanmaktadır (Klemke, 2000). Adler (2016) yaşamın anlamı kavramının içerdiği bütün görüş ve düşüncelerin belirleyici özelliğinin genel geçer niteliklere sahip olduğunu dile getirmiştir.

Anlam hayatın önemli olduğunu ve sadece günlerden ve yıllardan ibaret olmadığını hissetmemizi sağlamaktadır. Anlam yaşadığımızın bilincinde olmamızı sağlayan ve enerjimizi istediğimiz geleceğe ulaşmak için planlamamızı sağlayan bağlantılar ağıdır (Akın ve Taş, 2015). Anlam insanın hayatına yön vermektedir (Aydın, Kaya ve Peker, 2015). Yaşamda anlam bulmak çalışmanın yan ürünüdür (Corey, 2008). Kant'a göre de yaşamın anlamı insanı mutluluğa götüren her şeydir (Canatan ve diğerleri, 2015).

Yaşamın anlamı kavramına yönelik çalışmaların oluşmasında esin kaynağı Frankl'dır. Frankl'ın yazmış olduğu "İnsanın Anlam Arayışı" kitabı anlamın kavramsallaştırılmasında önemli bir yere sahiptir (Akın ve Taş, 2015). Nazi Toplama Kampında yaşadığı olaylar yaşamın anlamını sorgulamasını sağlamıştır. Yaşamlarının anlamı olan ve sorumlulukları olan insanların hayatta kalma oranının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Kişilerin çok kötü şartlarda dahi hayatlarına devam ettirebilmesini yaşamlarındaki anlama bağlamış, ruh sağlığının vazgeçilmez ön koşulu olarak insanın anlam arayışı içinde oluşturduğu içsel gerilimi ortaya koymasını göstermiştir (Frankl, 2013). Yüksel (2012)'de kişinin yaşamında anlama sahip olup olmamasının kişinin hayata karşı duruşunu belirlediğini, yaşamında anlam bulan kişilerin zorlu yaşam olaylarına karşı daha güçlü durduğunu, kişiyi zorlayan duygularla daha kolay baş edebildiğini belirtmiştir. Aynı zamanda yaşamda anlama sahip kişilerin yaşamdan doyum sağlayabildiği ve olumlu benlik algısı geliştirebildikleri belirtilmektedir.

Frankl (2013)'a göre yaşamın anlamı insanda var olan temel güdüleyici güçtür ve bu gücü bulma çabasıdır. Yaşamın anlamının sadece kişinin kendisi tarafından bulunabileceği için eşsiz ve özel olduğunu belirtmiştir. Kişinin idealleri ve değerleri için ölme yetisine dahi sahip olması gerektiğini belirtmektedir. Frankl (2013) yaşamın anlamının değişken olduğunu hatta insandan insana, günden güne, saatten saate değişebileceğine bu yüzden daha çok belli bir andaki yaşamın öznel anlamına odaklanmanın gerektiğine vurgu yapmıştır. Kişinin soyut bir anlam arayışına girmemesi gerektiğini belirtmiştir. Kişinin yaşamında anlam bulmaya çalışmasının insanda var olan temel güdüleyici bir güç olduğunu, bu anlamı da sadece kişinin kendisi tarafından bulunabileceğini, insanın ancak kendi yaşamının anlamına ulaştığı zaman doyuma ulaşabileceğini söylemiştir. Kişinin hayatının anlamını bulmak için tek muhatabının kendisi olduğunu fark etmesi gerektiğini, kişinin soyut bir yaşam anlamı arayışına girmesi yerine hayattaki somut görevlerini yerine getirmek ve var oluşunun özünü sorumlulukta araması gerektiğini dile getirmektedir.

Frankl (2013) insanların yaşamın anlamını üç farklı yoldan elde edebileceklerini söylemektedir. Bu yollar; 1. Bir eser yaratmak ya da iş yapmak, 2. Bir insanla yaşantı içine girmek (sevgi), 3. Kaçınılmaz bir acıya karşı tavır oluşturabilmektir. İlk yolun bir eser yaratmak ya da iş yapmanın yani çalışmanın oldukça açık olduğunu ikinci ve üçüncü yolların biraz daha karmaşık olduğunu belirtmektedir. İkinci yol olan sevgi yaşamak, bir insanı sevmek, doğayı ve kültürü yaşamak, karşımızdaki insanı severek onun potansiyellerini geliştirmesini sağlamak anlamına gelmektedir. Kimse karşısındakini sevmediği sürece onun özünün farkına varamaz. Üçüncü yol olan acıya karşı tavır oluşturmak ise çaresiz kaldığımız, değiştiremeyeceğimiz olaylara mağruz kaldığımızda dahi hayatımızın bir anlama sahip olmasını başarabileceğimizi ifade etmektedir. Kişinin içinde bulunduğu zor durumu dahi başarıya dönüştürebileceğini ve bu özelliğin insana özgü olduğunu dile getirmektedir.

Frankl'a göre irade için kişinin yaşamına anlam yüklemesinin üç yararı bulunmaktadır. Bu yararlar yaratıcılık, varoluşsal ve tutumsal değerler şeklinde yer almaktadır. Frankl'dan sonra gelen diğer araştırmacılar kültürler arası geçerliliği olan yaşamın anlamı konusunu içeren yedi kaynağın olduğunu belirtmişlerdir. Bu kaynaklar başarı, ilişki, kabul, din, yakınlık, doğruluk şeklinde belirtilmektedir (Hefferon ve Boniwell, 2014).

Kavramla ilgili en önemli bulgular Adler'in çalışmalarında yer almaktadır (Demirdağ ve Kalafat, 2015). Adler (2016)'de dünyada ne kadar insan varsa o kadar yaşamın anlamına yönelik görüşün olduğunu ve hiç kimsenin yaşamının anlamının kusursuz ve doğru olmadığını belirtmektedir. Bir anlamdan söz edebilmemiz için anlamın başka insanlarla ilişki içerisinde olması gerektiğini söylemektedir. Adler'e göre bireyin sahip olduğu anlam topluma yaptığı katkı kadardır (Taş, 2015).

Yaşamda bir amaç edinmek için mücadele etmek ve anlamlılık duygusuna sahip olmak insanı ayıran özelliklerdendir (Corey, 2008). Bireyin yaşamının anlamına sahip olup olmaması bireyin hayata karşı duruşunu değiştirmektedir. Yaşamını anlamlı gören bireylerin olaylar karşısında daha güçlü, zorluklarla daha kolay baş edebildiğini söylenebilmektedir (Yüksel, 2012). Yaşamımızı anlamlandırma işi büyük önem taşımaktadır, bunun sebebi de yaşama verdiğimiz anlamın bizi bir melek ya da kötü bir ruh gibi etkisi altına bulundurmasından kaynaklanmaktadır (Adler, 2016).

Yaşamın anlamının kariyer danışmanlığı için önemini olduğu, kariyer seçiminin yaşamın anlamının temel meselesiyle ilgili olduğu vurgusu yapılan çalışmaların yanı sıra (Bernard, 2016) intihar, umutsuzluk gibi faktörler için önleyici ve koruyucu bir işlevinin olduğunu (Marco ve diğerleri, 2017) vurgusunu yapan çalışmalar alan yazında bulunmaktadır.

Alan yazın incelendiğinde değerler ile yaşamın anlamı arasında hem pozitif hem de negatif yönlü ilişkilerin olduğu, değerlerin yaşamın anlamını açıklamada önemli bir yordayıcı olduğu bilgisi verilmektedir. Kadın öğrencilerin toplumsal değerler, maneviyat, insan onuru, özgürlük, entelektüel değerlerle, kariyer değerlerinin erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu, yaşamın anlamının cinsiyete göre anlamlı bir fark sergilemediği sonucuna ulaşıldığı görülmüştür. Toplumsal değerler, maneviyat, materyalistik değerler, romantik değerler, insan onuru, özgürlük fütüvvet, kariyer değerleri, entelektüel değerlerin var olan anlamla pozitif yönde ilişki sergilediği görülmüştür. Bulunmaya çalışılan anlamının ise toplumsal değerler, materyalistik değerler, romantik değerler, özgürlük, kariyer değerleri ve entelektüel değerler ile pozitif yönlü maneviyat ile negatif yönlü ve anlamlı ilişki sergilediği görülmüştür. Değerler yaşamda mevcut anlamı yordayabilmektedir. Maneviyat, fütüvvet ve materyalistik değerler in var olan anlamını %9, romantik değerler, maneviyat ve özgürlüğün bulunmaya çalışılan anlamı birlikte ise %4 oranında açıkladığı sonucuna



ulaşıldığı görülmüştür. Kişinin hayatına anlam veren şeyler, kişinin değerlerine dayanmaktadır. (Baş ve Hamarta, 2015).

#### 2.1.4. Sosyal İyi Olma

Günümüzde bireyin mutluluğu ve gelişimi tek başına yeterli değildir. Bireyin toplum ile birlikte gelişmesi gerekmektedir. Sosyal bir varlık olan bireyin toplumda yer edinmesi çok önemli hale gelmiştir. Toplumda sosyal olarak iyi olan bireylere ihtiyaç bulunmaktadır, bu nedenle bireylerin sosyal iyi olmaları toplum için önemlidir (Yurcu ve diğerleri, 2015). Bireyin sosyal iyi olma düzeyi yüksek ise kendisini içinde bulunduğu topluma ait hisseder, toplumdaki diğer bireylere güvenir, diğer bireylerin iyi ve üretken olduğuna inanır. Sosyal iyi olma düzeyleri yüksek olan bireyler aynı zamanda dünyaya bir katkı yapabileceklerine inanırlar. Toplumun insanlar ve kurumlar aracılığıyla gelişeceğine inanırlar (Kaya, 2013). Sosyal iyi olma düzeyi eğitim düzeyi ve yaş tarafından desteklenen bir başarıdır (Keyes, 1998).

Sosyal iyi olma kavramı Keyes (1998; akt. Morales ve diğerleri, 2016)'e göre bireyin toplum içindeki konumuna ve işlevselliğine ilişkin değerlendirmesidir. Sosyal iyi olma kavramının objektif olarak ölçülebilmesi için Keyes tarafından Sosyal İyi Olma Ölçeği (SDL) geliştirilmiştir. Sosyal iyi olma beş boyutta ele alınmıştır. Bu boyutlar; toplumsal bütünleşme, toplumsal kabul, toplumsal katkı, toplumsal gerçekleştirme ve toplumsal uyumdur. Toplumsal bütünleştirme; toplum içinde sürdürdüğümüz ilişkilerin kalitesinin değerlendirilebilmesi anlamına gelmektedir. Toplumsal bütünleştirmeye göre kişi etnik gruplar içinde ne kadar sağlıklı ve pozitif ilişkiler geliştirebilirse o kadar sosyal iyi olma oranı artmaktadır. Toplumsal kabul; bir grubun ya da toplumun bir parçası olabilmek ve bu durumu algılayabilmektir. Bir gruba ait olmak için en az iki şartı karşılamak gerekmektedir. Birincisi güven, kabul ve başkalarına karşı olumlu tutuma sahip olmak, ikincisi kişinin kendi hayatının olumlu ve olumsuz yönlerini kabul edebilmesidir. Toplumsal katkı; bireyin toplumun bir üyesi olabilmesi ve dünyaya bir faydasının olmasıdır. Toplumsal gerçekleştirme; topluma verilen güven demektir. Bireyin toplumun kaderine etki ettiğine inanması, toplumun nereye gittiğini görebilmesi ve kasıtlı olarak toplumun geleceği için çabalaması demektir. Toplumsal uyum; toplumun dinamiklerini anlama yeteneği olarak düşünülebilmektedir. Bireyin dünyanın niteliği,

organizasyonu ve işleyişi hakkında bilgisinin olup, dünyada olup bitenleri bilme endişesine sahip olması olarak değerlendirilebilir (Morales ve diğerleri, 2016).

Tablo 5

*Keyes'e göre Sosyal İyi Olmanın Boyutları*

Toplumsal bütünleşme	Toplum içinde sürdürdüğümüz ilişkilerin kalitesinin değerlendirilebilmesi demektir.
Toplumsal kabul	Bir grubun ya da toplumun bir parçası olabilmek ve bu durumu algılayabilmek demektir.
Toplumsal Katkı	Bireyin toplumun bir üyesi olabilmesi ve dünyaya bir faydasının olması demektir.
Toplumsal gerçekleştirme	Topluma verilen güven demektir. Bireyin toplumun kaderine etki ettiğine inanması, toplumun nereye gittiğini görebilmesi ve kasıtlı olarak toplumun geleceği için çabalaması demektir.
Toplumsal uyum	Toplumun dinamiklerini anlama yeteneği olarak düşünülebilmektedir.

(Morales, Delgado- Valencia, Rojans- Ballestores ve Caqueo-Urizar, 2016).

WHO, uzun süredir sosyal iyi olmayı genel sağlığın bir bileşeni olarak tanımlamaktadır. Sağlığı sadece hastalığın bulunmaması olarak değil kişinin fiziksel, zihinsel ve sosyal iyi olmasının tamamı olarak görmektedirler. Ayrıca hem bireyin hem de toplumun fiziksel ve zihinsel sağlığı için çalışmalar yapıyor olsada sosyal sağlık açısından fikir birliğine varılamadığı belirtilmektedir. Sosyal sağlığın ölçülmesi için iki yaklaşımın olduğu, bunların bireysel (mikro) ve toplumsal (makro) görüşler olduğu belirtilmektedir. Sosyal iyi olmanın mikro görüşü kişinin toplumdaki etkileşimine odaklanmaktadır (Hashemi ve diğerleri, 2016).

Kolombiyalı ve Perulu yetişkin göçmenlerin sosyal iyi olmalarını tanımlamak için yapılan bir çalışmada, Perulu göçmenlerin daha yüksek sosyal iyi olma düzeyine sahip olması beklenirken bir toplumda diğerinden daha yüksek sosyal iyi olma olgusunu gösteren hiçbir farklılığın olmadığı ortaya çıkmıştır (Morales ve diğerleri, 2016). Bir topluluk içerisinde yapılan çalışmada sosyal hizmet ajansına bildirilen bilgiler doğrultusunda psikolojik ve sosyal iyi olma düzeyinin düşük olması yaşlı kötüye kullanımı ile birleşince ölüm oranının arttırdığını göstermiştir. Psikolojik ve sosyal iyi olma düzeyleri düşük yaşlıların yaşlı kötüye kullanımına maruz kalmaları ise risk durumunu daha da arttırmaktadır (Dong ve diğerleri 2010).

İş hayatı ile yaşam kalitesinin bireylerin sosyal iyi olma düzeyleri hakkında yapılan bir çalışmada bazı yönetim uygulamalarının ve istihdam koşullarının kişilerin hem iş yaşamlarında hem de kişisel ve aile hayatlarında geniş boyutta sosyal iyi olma

düzelelerini etkilediği ortaya çıkmıştır. Kişilerin ihtiyaçlarının karşılanmasının toplumun sağlığı ve iyi olması için önemli olduğu belirtilmektedir (Boreham ve diğerleri, 2016).

## 2.2. İlgili Yurt Dışı Çalışmaları

### 2.2.1.Mutluluk

Kişinin kendine yönelik mutluluk ve yaşam memnuniyetini arttırmak için Fordyce (1977) tarafından tasarlanan kendi kendine uygulanabilen üç çalışma yürütmüştür. 338 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bu çalışmada insanların davranışlarını ve tutumlarını değiştirdikleri takdirde mutlu olabilecekleri savını ortaya atmıştır. Yapılan çalışmalarda anlamlı düzeyde mutluluk artışları gözlemlenmiştir. Yapılan çalışmalar sonucunda kendi kendine yapılan bu çalışma programının mutluluklarını ve yaşam memnuniyetlerini arttırmak isteyen kişilere faydalı olabileceği belirtilmektedir. Fordyce, 1983 yılında yapmış olduğu başka bir çalışmasında 226 yetişkin üzerinde mutluluğu arttırma çalışmaları gerçekteşirmiştir. Çalışmalar 14 Temel Mutluluk Prensibi üzerine oluşturulmuştur. Yapılan çalışmalar sonucunda kişilerin mutluluk oranlarının arttığı ve programın mutluluk üzerinde uzun süreli etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Fordyce, 1983).

Genellikle olumsuz duygular yaşadığını söyleyen kişilerin olumlu duygular yaşadığını söyleyen kişilere göre daha fazla risk altında olduğu düşünölmektedir. Cohen ve diğerleri (2003) soğuk algınlığına karşı kişilerin dirençleri üzerinde bir çalışma yapmışlardır. On sekiz ile elli dört yaş arasında yer alan 334 gönöllünün yer aldığı bu çalışmada katılımcılar hem sağlık, mutluluk, memnun ve rahat olma gibi olumlu duyguları yaşamaya yönelik eğilimleri hem de endişeli, düşmanca ve depresif özellikleri konusunda değerlendirilmiş ve çalışmaya alınmışlardır. Katılımcıların burunlarına nezle virüsü verilmiş ve katılımcılar temiz bir otele beş gün boyunca incelemeye alınmışlardır. Bu süre için katılımcıların nezle olup olmayacakları incelenmeye çalışılmıştır. Daha çok olumlu duygular sergileyen katılımcıların daha az hastalık belirtileri gösterdiği, daha az olumlu duygular sergileyenlerin daha fazla hastalık belirtileri gösterdiği belirlenmiştir (Cohen ve diğerleri, 2003). Pressman ve Cohen (2007) tarafından ünlü psikologların otobiyografisinin incelendiği bir çalışma da daha çok olumlu duyguları ifade eden kelimeleri kullanan psikologlarındaha çok olumsuz

duyguları ifade eden kelimeleri kullanan psikologlara göre ortalama olarak altı yıl daha uzun süre yaşamlarına devam ettikleri belirlenmiştir.

Deneyim örnekleme yönteminin kullanıldığı bir çalışmada insanların gün içerisindeki mutlulukları ölçülmeye çalışılmıştır. Tasarlanan işleyişle insanlar sistematik olarak ne zaman, kiminle, ne kadar mutlu olduklarını yazmışlardır. 909 kadından elde edilen deneyim örnekleme çalışmalarının yakın benzerlikler gösterdiği belgelenmiştir. İnsanların başkaları ile beraberken en mutlu, yalnızken en mutsuz olduğu sonucuna varılmıştır. İşten sonra kişinin sosyalleşmesi, rahatlaması, akşam yemeği, öğle yemeği, televizyon izleyebilmesi, iş yerinde sosyalleşebilmesi, evde telefon ile konuşabilmesi, yemek yapabilmesi, çocuk bakımını yerine getirebilmesi, ev işlerini yapabilmesi, işten eve dönmesi, ve işe gitmesi en mutlu eden etkinliklerden en mutsuz eden etkinliklere doğru yer almaktadır (Kahneman ve diğerleri, 2004).

İnsanın mutluk seviyesine uzun süreli olumsuz etki ettiği yaşam olaylarının kişinin eşinin ölmesi ya da uzun süreli işsiz kalması olarak belirtilmektedir. Kişinin önceki iyi oluş durumuna geçiş yapabilmesi için beş ile yedi yıl arasında bir zaman diliminin gerektiği belirtilmiştir. Bir yıl ve üzeri işsiz kalan erkeklerin işlerini kaybetmeden önceki iyi oluşlarına tekrar sahip olamadıkları belirlenmiştir (Clark ve diğerleri, 2008).

ABD’de mutluluk üzerine elde edilen en uzun zaman aralığına ait verilerin kullanılmasıyla oluşturulan bir çalışma da kişinin içinde bulunduğu yaş, yaşam dönemi, yaş aralığı gibi etkenlerin mutlulukta farklılıkla neden olduğu, yaş faktörünün hayatın seyrinde mutluluk üzerinde önemli bir etki gösterdiği bulunmuştur. Otuz yılı aşkın bir süreyi kapsayan bu çalışma mutluluğun yaş dönemlerine göre ilk önce azaldığı sonra artış gösterdiği gözlenmektedir. Bununla birlikte mutluluğun belirleyicilerinin bireysel özellikler ve kazanımlarla ilgili olduğu, öznel iyi oluşun mutluluk için ölçüt olduğu, cinsiyet ve etnik farklılığın mutluluk için belirleyiciliğinin özellikle son otuz yıllık çalışmalarda azaldığı görülmektedir. Sonuç olarak yaşla birlikte cinsiyet, etnik grup ve eğitimsel farklılıkların azaldığını bunu da mutluluk için önemli olan çeşitli sosyal koşullara maruz kalınmasıyla ilişkili olabileceği - medeni durumum, sağlık gibi belirtilmektedir (Yang, 2008). Yang (2008)’ın çalışmasında da belirttiği gibi yapılan analizler sonucunda kişinin sosyal hayattaki konumunun mutluluk için uzun zamandır belirleyici olduğu yapılan çalışmalarda belirtilmektedir.

King ve diğeri (2014), 485 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen bir çalışmada stres, sosyal destek ve mutluluğun incelendiği bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çalışmanın ilk amacının öğrencilerin algıladıkları mutluluğun, stres ve diğeri insanlarla olan sosyal destek ilişkilerine etkisinin incelenmesi oluşturmaktadır. Ayrıca öğrencilerin yaş ortalamalarının 21 olduğu, %66'sının herhangi bir öğrenci organizasyonuna katılmadığı ve %34'ünün herhangi bir olaya karıştığı belirtilmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda öğrencileri en çok mutsuz eden şeylerin hem iş yaşamında ( $X=3.56$ ) hem de okul ortamındaki ( $X=3.57$ ) maddi problemlerin olduğu belirtilmiştir. Öğrencilerin mutluluk oranlarının hesaplandığı 16 maddelik ölçekteki puan aralığının 16-80 arasında değiştiği ve öğrencilerin mutluluk ortalamalarının 57.21 olduğu belirtilmiştir. Ayrıca 12-56 arasında değişen stres ölçeğinden öğrencilerin aldığı puan ortalamasının 27.38 olduğu, öğrencilerin %61'inin yüksek stres seviyesine sahip olduğu, %39'unun düşük stres seviyesine sahip olduğu belirtilmiştir. Öğrencilerin akut stres yaşadıkça en çok kullandıkları stres yöntemlerinin müzik, büyük resme bakmak ve konuşmak olduğu, en az ise ondan geri sayım ve meditasyon olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak öğrencilerin %72'si stres yönetimi kullanma tekniklerinden düşük, %28'si yüksek kullanma sıklığı belirtmiştir. Öğrencilerin ebeveynlerine ve arkadaşlarına yakın hissettiklerini belirttikleri, 2 ila 8 arasında değişen puan aralığında, bu ifadenin ortalamasının 6.65 olduğu belirtilmiştir. Öğrencilerin %62,1'inin diğeri insanlara duygusal olarak yakın hissettiklerini belirttikleri ifade edilmiştir. Sonuç olarak algılanılan mutluluğun öğrencilerin stres seviyelerine ve sosyal desteklerine etki ettiği, algılanan mutluluğu düşük seviyede olan öğrencilerin stres seviyelerinin daha yüksek olmasının yanı sıra diğeri insanlarla olan sosyal destek düzeylerinin düşük olduğu belirtilmiştir.

J. Kim ve diğeri (2016) tarafından fiziksel engeli olan Koreli bireyler arasındaki travma sonrası büyüme faktörlerinin mutluluk ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Travma sonrası büyüme, mutluluk ve yaşam doyumu beş boyutta ele alınmıştır. Bunlar başkalarıyla ilişkilendirilmek, yeni imkanlar, kişisel güç, ruhsal değişim ve yaşamın takdir edilmesi olarak belirtilmiştir. Çalışmanın katılımcıları Güney Kore'de yaşayan 212 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 14 ile 62 arasında değişmektedir. Katılımcıların %42'si ( $N=90$ ) lise mezunu, %37'si ( $N=78$ ) üniversite mezunu olduğu belirtilmiştir. Ayrıca katılımcıların spor kulüplerindeki faaliyet sürelerinin 3 aydan 35 yıla kadar olduğu belirtilmiştir. Yapılan

çoklu regresyon analizi sonucunda ele alınan beş boyutun fiziksel engeli bulunan kişilerin yaşam doyumunun %31.8'ini, mutluluğun %32.9'unu açıkladığı belirtilmiştir. Çalışmanın sonucunda yeni imkânların ( $t=2.77$ ,  $p<.01$ ), ruhsal değişimin ( $t=2.81$ ,  $p<.01$ ) ve yaşamın takdir edilmesinin ( $t=2.49$ ,  $p<.05$ ) yaşam doyumunu öngördüğü, yeni imkânlar ( $t=2.64$ ,  $p<.01$ ) ile kişisel gücün ( $t=2.77$ ,  $p<.01$ ) mutluluğu öngördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Kısacası travma sonrası büyüme faktörlerinin fiziksel engeli olan bireylerde yaşam doyumları ve mutlulukları ile pozitif ilişkili olduğu belirtilmiştir. Ayrıca yeni imkânlar alanının fiziksel engeli bulunan bireyler için olumlu yaşam değişikliği sağladığı ve bu alanın önemli olduğu belirtilmiştir.

Mutluluk ve mutsuzluğun araştırılmasının amaçlandığı bir çalışmada İtalyan psikoloji lisans öğrencilerinin kendilerini mutlu hissettiren en önemli şeyleri ve kendilerini mutsuz hissettiren şeyleri belirtmeleri istenmektedir. Katılımcıların belirtmiş oldukları mutluluk ve mutsuzluk unsurlarının hayatlarında ne derece var olduğunu değerlendirmeleri istenmiştir. Sonuç olarak katılımcıların mutluluğu ve mutsuzluğu tamamıyla zıt iki kavram olarak algılamadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Çalışmaya katılan katılımcıların genel özelliği olarak orta derece de mutlu olmaları ve sadece biraz mutsuz olmaları olarak belirtilmektedir. Ayrıca cinsiyetin hem mutluluk hem de mutsuzluk için belirleyici bir farklılık oluşturmadığını göstermektedir (Sotgiu, 2016).

Agbo ve Ome (2017) tarafından Doğu Nijerya'daki genç yetişkinler arasındaki mutluluk kavramları ve belirleyicilerinin araştırıldığı bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya Nijerya Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi lisans ve lisansüstü öğrencileri katılmıştır. Katılımcıların yaş dağılımı 17 ila 36 arasında değişmekte iken, çalışmanın örneklemini 125 genç üniversite öğrencisinin oluşturduğu ifade edilmiştir. Katılımcılardan mutluluklarını özetlemeleri ve insanı mutlu ettiğini düşündükleri şeyleri ifade etmeleri istenmiştir. Katılımcıların verdiği cevapların analizleri sonucunda hem duygusal hem de bilişsel değerlendirmelerle mutluluğu ifade ettikleri belirlenmiştir. Ayrıca katılımcıların mutluluk tanımlarında, diğerlerine odaklanmak yerine kendilikleri üzerinde yoğunlaştıkları ifade edilmiştir. Araştırmacılar, bu sonucun Batı kültürü dışında bireyselci görüşü savunan toplumların olmadığı görüşe aykırı bir kanıt olduğu ifade edilmişlerdir. Cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde ise kadınların mutluluğu birbiriyle bağlantılı, erkeklerin daha bireyselci ifade ettikleri belirlenmiştir. Erkeklerin ( $x = 3.19$ ) mutluluk yönelimlerinin kadınlardan ( $x = 2.04$ ) fazla olduğu ifade edilmiştir.

Veenhoven (2017) tarafından Mutluluk Dünya Veritabanı'nın verileri kullanarak mutluluğun yıllara göre değişiminin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Kullanılan Mutluluk Dünya Veritabanı'nın 1950 ile 2010 yılları arasını kapsadığı, 67 ülkede 1531 veri noktasını ifade ettiği, 10 yıldan 40 yıla kadar uzanan 199 zaman serisinin kullanıldığı belirtilmiştir. 199 zaman serisinin % 67'sinde mutluluğun arttığı, % 33'ünde azaldığı ifade edilmiştir. Aynı zamanda 67 ülkenin %62'sinde mutluluğun 1.6 oranında arttığı belirtilmiştir. 199 zaman serisindeki mutluluğun yıllık ortalama artışının .16 olduğu ifade edilmiştir. 67 ülke arasındaki yıllık ortama artışın .12 olduğu belirtilmiştir. 1950 ile 2010 yılları arasında mutluluğun artışının aşamalı olarak düzenli bir şekilde arttığı ifade edilmiştir.

### 2.2.2.Yaşam değeri

Yirmi beş ile otuz beş yaş arasında matematik ve fen alanında lisansüstü öğrenim görmekte olan 275'i erkek, 255'i kadın olan 530 öğrencinin iş tercihleri, yaşam değerleri ve kişisel görüşlerinin incelendiği bir çalışma da gelişimsel değişiklikler ve cinsiyet farklılıklarının oluşturduğu değişimler belirtilmiştir. Toplumsal cinsiyet farklılıklarının zamanla arttığı, anne olan kadınların önceliklerinin değiştiği belirtilmiştir. Erkeklerin ise kadınlara göre daha kariyer odaklı bir bakış açısıyla devam ettikleri, iyi ürünler ortaya koyma, risk alma, alanlarında tanınmaya önem verdikleri belirtilmiştir (Ferriman, Lubinski ve Benbow, 2009).

Çalışkan, Sapmaz ve Uzunkol (2015) tarafından değer tercihleri ve yaşam hedefleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya 273 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda güvenlik, yardımseverlik ve uygunluk değerlerinin içsel yaşam hedeflerini pozitif anlamda öngördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanı sıra güç ve hazcılık değerlerinin dışsal yaşam değerlerini öngördüğüne ulaşılmıştır.

SDL ile Kişisel Yatırım Ölçeğinin arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Finlandiya'da devam etmekte olan Kişisel ve Sosyal Kalkınmanın araştırıldığı boylamsal bir çalışmaya 50 yaşında olan 217 ile 224 arasında değişen katılımcı yer almıştır. SDL'nin doğrulama faktör analizi sonucunda başarı, gelenek, uyarılım, hazcılık, güvenlik, uyuma, güç, evrenselcilik (toplumsal kaygının alt faktörleri, hoşgörü ve doğayı koruma ile birlikte), yardımseverlik (bakım ve bağımlılık alt

faktörleri ile birlikte) ve öz denetim (özerklik ve özerklik alt faktörleri ile) alt boyutları olduğu belirtilmiştir. Kişisel yaşam yatırımları ölçeği değerlendirilirken ise ruhsal arıtma (biliş, bağımsızlık, yaşam öyküsü ve ölüm öğeleri), temel ihtiyaçlar (cinsellik, aile ve iş) ve zevk (sağlık, boş zaman ve arkadaşlar) boyutları belirtilmiştir. Yapılan analizler sonucunda ruh arıtma boyutunun evrenselliğin alt faktörlerinin üçü (toplumsal kaygılar, hoşgörü ve doğanın korunması) ile pozitif yönlü anlamlı ilişki sergilediği belirtilmiştir. Temel ihtiyaçlar boyutunun başarı ve yardımseverlik ile pozitif korelasyon sergilediği, yardımseverlik ve hazcılık ilişkili olduğu belirtilmiştir (Hietalahti, Tolvanen ve Kokko, 2015).

Siwek ve diğerleri (2017) tarafından kişisel çabalarla elde edilen değerlerin yaşamda anlam kazanmada belirgin bir rol oynadığı tezini doğrulamayı amaçlayan bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Ayrıca çalışmada yaşamda motivasyon ve anlam türleri arasındaki ilişkileri keşfetmek amaçlanmıştır. Değerleri araştırmak ve motivasyonları arttırmak için 353 üniversite öğrencisine ölçekler uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda yaşamdaki anlamın motivasyonla ve katılımcıların kişisel çabalarıyla gerçekleştirdiği bazı değerlerle ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaşamın anlamı, erkekler için nesnel başarı değeri, kadınlar için ise samimiyet, dostluk değeri olarak öngörülmüştür. Ayrıca yaşam anlamları yüksek olan kişilerin motivasyona daha fazla önem verdikleri ve günlük çabalarında hem içsel hem de dışsal değerleri daha yakından ilişkilendirerek yaşamlarına daha fazla anlam yükledikleri sonucuna ulaşılmıştır.

### **2.2.3. Yaşamın Anlamı**

Kişisel hedeflerin ve yaşamın amacının yaşamın anlamını oluşturma konusundaki etkisinin incelendiği bir çalışmada hedeflerin hayatı anlamlı, değerli ve yaşamaya değer hale getirme konusunda etkisinin olduğu belirtilmektedir (Emmons, 2003). Kanserli 172 genç ve orta yetişkin üzerinde yapılan bir çalışmada kanserden kurtulan kişilerin yaşamlarında anlam ifade etme çabalarının tecrübelerindeki başarıyı etkileyebildiği, travma sonrasındaki büyümeyi deneyimleyebildikleri, yaşamlarını anlamlı bulabildikleri ve adil bir dünya inançlarını geri kazandıklarını belirtmektedir. Yaşamda anlam oluşturma çabalarının başarılı bir şekilde oluşturulmasıyla kanser deneyiminde daha iyi etki yaptığı görülmüştür ( Park ve diğerleri, 2008).



Brassai ve diğeri (2011) tarafından yaşamın anlamının ergenlerin psikolojik sağığı üzerinde koruyucu bir etkisinin olup olmadığını araştıran çalışma gerçekleştirilmiştir. Yaşamda anlam aramanın uzun zamandır ergenlik gelişiminde koruyucu bir faktör olarak önerildiğı araştırmacılar tarafından belirtilmektedir. Çalışmanın amacı kısaca büyük ölçüde araştırılmamış bir popülasyon da yaşamın anlamının koruyucu bir faktör olarak etkisinin incelenmesi olarak ifade edilmektedir. Ayrıca madde kötüye kullanımı, sağık riski davranışları, psikolojik sağık, cinsiyet farklılıkları gibi değışkenlerin çok boyutlu değerlendirmesinin yapılması da amaçlanmıştır. 2006 yılında Romanya orta öğretim okullarında kayıtlı öğrencilerden oluşan 1977 katılımcıdan veri toplanmıştır. Kendi kendine uygulanan anketler, yaşamın anlamı ve psikolojik sağık maddeleri de dahil olmak üzere veri toplama yöntemi olarak kullanılmıştır. Çalışmanın sonucunda yaşamın anlamının sigara içimi ve içki içme haricinde sağık riski davranışları üzerinde koruyucu bir rolünün olduğu ortaya çıkmıştır. Erkekler arasında yaşamın anlamının sadece yasadışı uyuru ve yatıştırıcı kullanımı ile ilişkili olduğu görülürken, kadınlarda yaşamın anlamının aşırı içki içme, güvensiz cinsiyet, egzersiz ve diyet kontrolü eksikliği ile ilişkili olduğu görümlüktedir. Psikolojik sağığın yaşamdaki anlam ile güçlü bir ilişki içinde olduğu çalışmada belirtilmektedir. Ergenler üzerinde gerçekleştirilen bu çalışmada yaşamdaki anlamın sağık riski davranışlarına ve zayıf psikolojik sağığa karşı koruyucu bir rol üstlendiği belirtilmektedir.

Bailey ve Fernando (2012) tarafından rutin ve proje tabanlı boş zamanın mutluluk ve yaşamın anlamı üzerine etkisinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya 305 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapısal eşitlik modellemesi ve regresyon analizleri, yaşamın anlamı, mutluluk ve rutin eğlence amaçlı zamanlar arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca sosyal katılım, kişisel düşünce ve dışarıda geçirilen zamanın, mutluluk ve yaşamın anlamın güçlü yordayıcıları olduğu belirtilmektedir.

Boyraz ve diğeri (2015) tarafından ölüm ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın amacını ölümün kabulünün 3 farklı boyutunun (nötr, yaklaşım ve kaçış) belirtilerinin yanı sıra nötr kabul ve keder belirtileri arasındaki ilişkinin yaşamın anlamına aracılık ettiği yönündeki ilişkisini araştırmak oluşurmaktadır. Çalışma 160 yaşlı bireyden toplanmıştır. Yalnızca nötr kabul, keder belirtileri ile anlamlı şekilde ilişkili olduğu, iki değışken arasındaki ilişkinin yaşamın anlamı vasıtasıyla sağılandığı sonucuna ulaşılmıştır. Ölümü yaşamın

doğal bir parçası olarak algılayan katılımcılar, yaşamlarında daha büyük bir anlam hissine sahip olduklarını ve bu da düşük semptomlar şeklinde gördüklerini belirtmişlerdir.

Braden ve diğerleri (2015) yaşamın anlamı ile depresyona maruz kalmış gazilerde intihar ilişkisini araştıran bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. İntihar ABD’li gaziler arasında önemli bir sağlık sorunu haline geldiği, intihar eden gazilere daha önceden sorulduğunda intihar düşüncelerini inkâr ettikleri belirtilmiştir. Çalışma kapsamında depresyonu bulunan 110 gaziye yaşamın anlamı ve intihar düşüncelerinin ölçülmesine yönelik görüşmeler yapılmıştır ve kendi kendine anket formları kullanılarak gazilerin kendilerini ifade etmeleri sağlanmıştır. Yaşamın anlamı, depresyon ve intihar öyküsünün anlatıldıktan sonra bile intihar düşüncesi ile belirgin şekilde ilişkili olduğu, hayatın anlamının daha önce göz ardı edilen intihar riskinin bir göstergesi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut çalışmada yaşamın anlamının yüksek risk grubunda bulunan gazilerde şiddetli intihar düşüncesi ile anlamlı şekilde ilişkili bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca intihar düşüncesinin en iyi üç göstergesinin şiddetli depresyon, bir intihar girişimi geçmişi ve yaşamın anlamı olduğu belirtilmiştir. Aynı zamanda yaşamın anlamının intihar eğiliminin altında yatan en önemli faktör olabileceği belirtilmiştir.

Datu ve Matco (2015) tarafından Filipinli ergenler üzerinde şükran ve yaşam memnuniyetinin yaşamın anlamındaki aracı rolünü araştıran bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Yapılan mevcut çalışma yaşamın anlamının aracılık etkisinin şükran ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiye göre değerlendirmektedir. Çalışma 409 Filipinli öğrenciye uygulanmıştır. Bulgular şükran ve yaşamın anlamının yaşam doyumu ile pozitif ilişki sergilediğini ortaya koymaktadır. Ancak bulunmaya çalışılan anlam ile var olan anlam arasında negatif korelasyonun olduğu belirtilmektedir. Ayrıca çalışmada gerçekleştirilen çoklu regresyon analizi sonucunda yaşamın anlamının varlığının kısmen de olsa şükran ve öznel iyi olma arasındaki ilişkiye aracılık ettiği ortaya çıkmıştır.

Krok (2015) tarafından dini başa çıkma, psikolojik iyilik ilişkisinde yaşamın anlamının rolünün incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın amacını yaşamdaki anlamın varlığı, araştırılması ve kişisel anlam açısından anlaşılıp anlaşılmadığının dini baş etme ve psikolojik iyilik ilişkisinin araştırılması oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında iki çalışma yapılmıştır. Çalışma 1’de yaşları 19 ile 62 arasında değişen 187

katılımcı yer aldı. Katılımcıların % 91.8'inin Hristiyan, % 8.2'sinin kendilerini inanmayan olarak tanımladığı belirtilmiştir. Yaşamın anlamını, dini baş etmeyi ve psikolojik iyi olmayı ölçen üç ölçek katılımcılara uygulanmıştır. Sonuç olarak pozitif dini başa çıkmanın varlık ve arama ile pozitif korelasyona sahip olduğu bulunmuştur. Ayrıca dini baş etme ile psikolojik iyi olma arasında önemli bir ilişki bulunamamıştır. Bununla birlikte olumsuz başa çıkma ile psikolojik iyilik arasında negatif korelasyon olduğu belirtilmiştir. Sonuç olarak çalışma 1 dini baş etme ve psikolojik iyilik arasındaki ilişkide yaşamdaki anlamın varlığının aracılık rolü olduğunu belirtmektedir. Çalışma 2'de ise 182 katılımcıya üç yöntemden oluşan bir anket verilmiştir. Katılımcıların yaş aralığı 21 ila 63 arasında değişmektedir. Katılımcıların % 92.3 ü Hristiyan, % 7.7 si kendisini inançsız olarak belirtmektedir. Katılımcıların başarı, ilişki, din, kendini aşma, kendini kabul, yakınlık ve adil muamele alanları ölçülmeye çalışılmıştır. Pozitif dini başa çıkma ve kişisel anlam arasında pozitif korelasyon elde edilmiştir.

Meisel ve Palfai (2015) tarafından yaşamın anlamının, sosyal etkilerden tehlikeli içki etkilerine karşı koruyucu bir faktör olup olmadığını araştıran bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın örneklemini son otuz gün içinde alkol tüketen 156 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmanın sonucu yaşamın anlamının hem emredici normlar ile doğrudan teklifler ile ağır içki içme arasındaki ilişkiyi hafiflettiğini ortaya çıkarmıştır. Kısacası araştırma sonucu yüksek düzeyde yaşamın anlamına sahip olan kişilerin tehlikeli içki içme oranlarını azaltabileceğini ortaya koymaktadır.

Wilchek-Aviad (2015) tarafından göç eden (Etiyopyalı) gençler ve İsraili gençler arasında yaşamın anlamı ve intihar eğiliminin araştırıldığı bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Gelişmekte olan ülkelerin göçmenleri olan Etiyopya'da doğan genç göçmenlerin İsrail gençliğine kıyasla daha büyük risk altında olduğu yapılan çalışmada görülmüştür. Nüfustaki intihar eğiliminin ya da intihara neden olan etmenlerin etkileri 277 ergen (15 ile 18 yaş arası) üzerinde incelenmiştir. Yaşamın anlamı ile intihar eğilimi arasında genel olarak anlamlı negatif korelasyon bulunmuştur. Göçmen ve yerli gençlerin yaşamdaki anlamları arasında bir fark bulunamamıştır. Göçmenlerde yüksek intihar eğilimi, kaygı ve depresyon görülürken, erkekler kadınlara göre daha fazla kaygı yaşandığı gözlemlenmiştir. Aynı zamanda Etiyopyalı erkek ve kadın çocukları arasında depresyonda fark tespit edilmemiştir.

Wang ve Liao (2015) tarafından Çin dilinde yaşamın anlamını ölçen bir ölçek geliştirme çalışması yürütülmüştür. Tayvan halkından rastgele seçilen 500 katılımcıdan, yazılı bir ankete cevap vermeleri istenmiş ve bu anket sonucunda 476 geçerli cevap elde edilmiştir. Katılımcıların yaşlarının 18 ile 63 arasında değiştiği belirtilmektedir. 41 maddeyle yola çıkılan ölçekten beş faktörlü 33 maddelik bir ölçek elde edildiği belirtilmiştir. Ölçeğin boyutları yaşam hedefleri, heyecan ve bağlılık, anlama ve insan varlığına duyu ya da anlam şeklinde belirtilmiştir. Hazırlanan ölçeğin iç tutarlılık ve test tekrar test güvenilirliği ile eş zamanlı geçerlilik gösterdiği belirtilmiştir. Çalışmanın kültürel bağlamda öznel yaşamın anlamını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir çalışma olduğu belirtilmiştir.

Bernaurd (2016) tarafından kariyer danışmanlığında bir paradigma olarak yaşamın anlamı incelenmiştir. Kariyer seçiminin yaşamın anlamının temel meselesiyle ilgili olduğu belirtilmiştir. Yaşam tasarımı ve pozitif psikoloji alanında yeni eğilimler oluşturduğu için araştırma konusu yapıldığı belirtilmektedir. Yapılan bu çalışma yaşamın anlamının çeşitli bileşenlerini (felsefi, teorik ve amprik psikoloji) incelemektedir. Ayrıca mesleki rehberlik kavramının yararlılığını ve birliğini ortaya koymayı ve teorik ilkelerini modellemeyi amaçlamaktadır.

Cömert ve diğerleri (2016) tarafından Türk öğrencileri üzerinde yaşamdan memnuniyet, yaşamda anlam, üzücü çocukluk deneyimleri ve psikolojik semptomlar konulu bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çalışmanın amacını üzücü çocukluk deneyimleri, depresyon, kaygı ve stresin anlam duygusunun varlığını ve Türkiye'deki yetişkinlerin yaşam doyumunun, yaşamlarının anlamını bulmaya yönelik katkılarının araştırılması oluşturmaktadır. Çalışma yaş ortalaması 20.2 olan 400 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada depresyon, anlam varlığı, anlam aralığı ve yaşam doyumu puanları erkekler ve kadınlar açısından karşılaştırıldığında kadınlar ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bunun yanı sıra üzücü çocukluk yaşantıları, kaygı ve stres üzerinde erkekler ile kadınlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunduğu ifade edilmiştir. Hiyerarşik regresyon analizi sonucunda modelin tamamının anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaşamda depresyon ve anlam varlığı, yaşamdaki doyumun varyansına anlamlı katkılar sağladığı belirtilmektedir. Ayrıca depresyonu daha düşük ve yaşamında anlam ifade edebilen öğrencilerin yaşamda daha fazla memnun olma eğilimi gösterdikleri belirtilmiştir.

Damásio, Hauck-Filho ve Koller (2016) tarafından yaşamın anlamını ölçen iki ölçeğin karşılaştırıldığı bir çalışma gerçekleştirildi. Çalışmanın amacını MLQ Durum Ölçeği ile SoME-Anlamlılık ölçeklerinin amaçlanan aynı değişkenleri ölçtüğünü ispatlamaktır. Çalışmaya 22 Brezilya eyaletinden, yaşları 18 ila 91 arasında değişen 3.020 kişi katılmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda MLQ Durum Ölçeğinin tek boyutlu olması desteklenmiştir, ancak iki farklı gizil değişkenin SoME-Anlamlılık Ölçeğini açıkladığı araştırmacılar tarafından ileri sürülmektedir. Bu iki gizil değişkenin ölçeğin amaçladığı değişkenlerden öte üretkenlik ve maneviyat değişkenlerini ölçmeye daha yakın olduğunu ileri sürülmektedir.

Murphy ve diğerleri (2016) inanç, anlam ve barışın kanserli kişiler üzerindeki etkisinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çalışmanın verileri Amerikan Kanser Topluluğunun Kanser Gereksinim Çalışması- II'den alınmıştır. Katılımcı sayısı 8405 kişidir. Çalışmanın analizlerinde fiziksel bileşenlerin yanı sıra zihinsel bileşenleri de ölçmeyi amaçlayan çalışmalar yürütülmüştür. Zihinsel işleve ilişkin anlam yoluyla inancın etkisinin, dolaylı ve fizyolojik işleve karşı daha anlamlı olduğu sonucuna ulaşıldığı belirtilmektedir. Bu çalışmanın bulguları, inancın kanserden kurtulanların yaşam kalitesine önemli katkılar sunduğu gibi anlamın ve barışında dolaylı yoldan kanserden kurtulan kişilerin yaşam kalitesine katkı sağladığı sonucuna ulaşıldığını belirtmektedir.

Teques ve diğerleri (2016) tarafından onkoloji hastalarının duygusal zekalarının ve yaşamlarının anlamlarının incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Kanserlin 20. yüzyılın hastalığı olarak gördüklerini ve genel anlamda iyi olma yöntemi, tedavisi ve adaptasyonu için dünya çapında kaygılandıklarını belirtmişlerdir. Bu çalışmanın amacını duygusal zekâ, yaşamın anlamı ve kanser hastalığı olan insanlar ile sağlıklı insanlar arasındaki yaşamlarındaki memnuniyetleri arasındaki farklılıkları test edebilmektir. Çalışma hem deney hem de kontrol grubu olmak üzere kanserli hastalar ve sağlıklı hastalar olmak üzere iki bağımsız grupta gerçekleştirilmiştir. İlk grupta rahatsızlığı olmayan 214 Portekizli katılımcı, ikinci grupta ise kanserli 202 hastada bulunmaktadır. Gruplara faktör analizi, güvenirlik ve geçerlilik analizleri yapıldıktan sonra çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın sonucunda duygusal zekânın algılanma kapasitesinin, yaşamın anlamının ve yaşamdan memnun olma durumunun kanser hastalarında rahatsızlığı olmayan sağlıklı gruba oranda daha fazla sergilendiği belirlenmiştir. Aynı zamanda kanser hastalarında yaşamın anlamı ile yaşamdan

memnun olma arasındaki ilişki genel popülasyona göre önemli ölçüde daha yüksek olduğu görülmüştür. Kısacası duygusal zekânın ve yaşamın anlamının hem sağlıklı insanlarda hem de özellikle onkolojik rahatsızlığı olan kişilerde yaşamdan memnun olabilmeleri için önemli etkenler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Wilchek-Aviad ve Malka (2016) tarafından dindarlık, Yahudilikte yaşamın anlamı ve intihar eğilimi konulu bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma yaşamdaki anlamın veya eksikliğin gençler arasında intihar eğilimleri üzerindeki etkisi ve yaşam düzeyi ve intihar eğilimleri anlamındaki dindarlık seviyesi arasındaki etkisi incelenmiştir. Çalışma 15 ile 18 yaş arasında değişen, dini ve laik okullarda öğrenim görmekte olan 450 Yahudi öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bulgular yaşamın anlamı ile intihar eğilimleri arasında cinsiyet veya dindarlık düzeyinin ötesinde önemli ve negatif bir korelasyon olduğunu göstermektedir. Ayrıca Yahudi dini inancı olan ve laik gençler arasında intihar eğilimi düzeyinde fark bulunamamıştır. Ancak, Yahudi dini inancı olan gençler arasında daha düşük seviyede depresyon olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle çalışmada yaşamdaki anlamın gençler arasında intihar eğilimini en aza indirmedeki egemen değişken olduğuna karar verilmiştir. Sonuç olarak özellikle intihar için çok önemli olan yaş aralığında önleme, müdahale ve tedavi planlarının oluşturulmasının teşvik edilebileceği, bu programların yaşamda anlam bulma üzerine kurulu olması gerektiği belirtilmiştir.

Wells, Veach, Martyr ve LeRoy (2016) tarafından genetik danışmanlarının yaşamlarının anlamını geliştirmelerine yönelik bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Genetik danışmanlarının, genetik riskle ilgili karar verirken anlam soruları ile uğraşan hastalar ve ailelerle rutin olarak ilgilendikleri görüştükları belirtilmektedir. Hem teoride hem de araştırmada genetik danışmanlarının çalışmalarıyla önemli kişisel bilgiler edindikleri ve inançları ve değerleri ile ilgili olarak kendilerini yansıtan uygulamalardan profesyonel anlamda geliştirdikleri görülmektedir. Çalışmada ulusal örnekleme 298 kişi olan genetik danışmanlar, demografik özelliklerini ve yarı yapılandırılmış bir telefon görüşmesine katılma istekliliğini değerlendirirken katılımcılarla kısa bir anketi tamamlamışlardır. Çeşitli deneyim düzeylerine sahip 68 birey ile röportaj yapılmıştır. 1) kendileri için anlamlı bir hayatı nasıl tanımladıkları, 2) anlam duyguları üzerindeki yaşam boyu etkili olan kaynakları, 3) hem kişisel hem de mesleki bağlamda taşıdıkları anlamları, 4) anlamlarını doğrulayan ve karşı gelen işle ilgili bağlamları, 5) anlam anlamlarının zamanla nasıl değiştiği maddeleri yapılan röportajlarda görülmüştür. 25

röportaj analiz edilmiştir. Bu röportajlardan beş tema, otuz iki etki alanı ve yirmi dokuz kategori elde edilmiştir. Yapılan çalışmadaki ortak bulgular; ilişkileri uygun bulmanın önemi, kişisel gerçekleştirme, hastalık ve kayıp kişisel ve hasta deneyimleri, dini veya manevi temeller, değer çatışmaları, rekabet eden yükümlükler, empati geliştirilmesi, alçak gönüllüğün artması şeklinde belirtilmiştir.

Zhang ve diğerleri (2016) tarafından Çinli üniversite öğrencilerinin yaşamlarının anlamlarının kaynaklarının incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma öğrencilerin yaşamlarındaki anlam kaynaklarının yapısını keşfetmek için tasarlanmıştır. Çalışma iki kısımda yürütülmüştür. İlk çalışmada 171 öğrencinin yaşamını anlamlı kılan şey sorusuna cevap vermesi istenmiştir. Bu cevaplar 74 sıkça ifade edilen fikri ortaya çıkarmıştır. Daha sonra bu fikirlerden hareketle bir anket tasarlanmıştır. İkinci çalışma 523 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda yedi alt boyut tanımlanmıştır. Bunlar; kişisel gelişim (kişinin isteklerini yerine getirmesi ve kendini geliştirebilmesi), sosyal bağlılık (topluma katkıda bulunmak ve ilkelerine uymak), kişiler arası ilişkiler (aile üyeleri, arkadaşlar ve diğerleri ile olan ilişkiler), laik arayışlar (diğer bir deyişle kararlı iş, malzeme mülkleri ve sosyal statü), yaşamdaki deneyimler (yaşamdaki tüm sevinçleri ve kederleri yaşamak), medeniyet (okuma, düşünme, müzik ve sanat) ve özerklik (özgürce kararlar almak, kendi hayatından sorumlu olmak) şeklinde belirtilmektedir.

Marco ve diğerleri (2017) tarafından yaşamın anlamının sınır kişilik bozukluğu olan kadınlarda umutsuzluk ve intihar ile ilgili ilişkisinin inceleyen bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Sınır kişilik bozukluğu olan 124 kadın ile gerçekleştirilen bu çalışmada intihar risk faktörlerinin umutsuzluk ve yaşamın anlamı ile ilişkisi incelenmiştir. Yapılan çalışma sonucunda yaşamın anlamının intihar düşüncesine karşı koruyucu bir faktör olduğu sonucuna varılmıştır. Yaşamın anlamı intihar risk faktörleri ile umutsuzluk arasındaki ilişkiyi modelleyebilmektedir. Sınır kişilik bozukluğu olan kadınların intihar faktörünün önlenmesinde ve tedavisinde önemli bir yerinin olduğu vurgulanmaktadır.

Siwek ve diğerleri (2017) tarafından Polonyalı üniversite öğrencilerinin kişisel çaba ve motivasyonların da gerçekleşen değerlerin ve yaşamların anlamlarının incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın amacı kişisel çabalarda elde edilen değerlerin hayatta anlam kazanmada belirgin bir rol oynadığının tezini doğrulamaktır. Aynı zamanda yaşamda motivasyon ve anlam türleri arasındaki ilişkileri keşfetmek amacı

çalışmada güdülmüştür. Çalışmanın örneklemini Wrocławbased üniversitesinde öğrenim görmekte olan 353 öğrenci oluşturmaktadır. Yapılan çalışma sonucunda yaşamdaki anlamın motivasyonla ve katılımcıların kişisel çabalarında gerçekleştiği ve bazı değerlerle ilişkili olduğu bulunmuştur. Yaşamda anlamın erkekler için finansal başarı değeri, kadınlar için ise samimiyet/dostluk değeri olarak belirlenmiştir. Ayrıca çalışmada yaşam anlamları düşük ve yüksek olan bireyler karşılaştırılmıştır. Yaşam anlamları yüksek olan bireylerin özerk motivasyonlarının daha önemli olduğu ve günlük çabalarında hem içsel hem de dışsal değerlerin daha yakından ilişkilendirerek daha fazla anlam yüklediği bulunmuştur.

#### 2.2.4. Sosyal İyi Olma

Alan yazında sosyal iyi olma ile ilgili çalışmalar incelendiğinde az sayıda çalışmanın olduğu görülmüştür. Bu çalışmalar şu şekildedir. Bir topluluk içerisinde yapılan çalışma da sosyal hizmet ajansına bildirilen bilgiler doğrultusunda psikolojik ve sosyal iyi olma düzeyinin düşük olması yaşlı kötüye kullanımı ile birleşince ölüm oranının arttırdığını göstermiştir. Psikolojik ve sosyal iyi olma düzeyleri düşük yaşlıların yaşlı kötüye kullanımına maruz kalmaları ise risk durumunu daha da arttırmaktadır (Dong ve diğerleri, 2010).

Kolombiyalı ve Perulu yetişkin göçmenlerin sosyal iyi olmalarını tanımlamak için yapılan bir çalışmada, Perulu göçmenlerin daha yüksek sosyal iyi olma düzeyine sahip olması beklenirken bir toplumda diğerinden daha yüksek sosyal iyi olma olgusunu gösteren hiçbir farklılığın olmadığı ortaya çıkmıştır (Morales ve diğerleri, 2016).

İş hayatı ile yaşam kalitesinin bireylerin sosyal iyi olma düzeyleri hakkında yapılan bir çalışmada bazı yönetim uygulamalarının ve istihdam koşullarının kişilerin hem iş yaşamlarında hem de kişisel ve aile hayatlarında geniş boyutta sosyal iyi olma düzeylerini etkilediği ortaya çıkmıştır. Kişilerin ihtiyaçlarının karşılanmasının toplumun sağlığı ve iyi olması için önemli olduğu belirtilmektedir (Boreham ve diğerleri, 2016).

Storelli (2016) tarafından Latin Amerika'daki yaşlı yetişkinler için sosyal destek ve iyi olmanın incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmada yer alan beş ülkede yaşayan yaşlı bireylerin akraba olmaları ya da olmamalarına göre birbirlerine destek sağlamalarının psikolojik iyi olmayı etkileyip etkilemediği incelenmiştir. Çalışmaya katılan ülkeler Arjantin, Şili, Brezilya, Meksika ve Uruguay'dır. Latin Amerika



ülkelerinin nüfusunun uzun süredir yaşlandığı belirtilmiştir. Çalışmada 7.000 binden fazla yaşlı yetişkin üzerinden veri elde edilmiştir. Sonuçta akraba olmayan kişilerin desteğinin yaşlılar arasında oluşan olumsuz psikolojik iyilik halinden kaynaklandığı belirtilmiştir. Yine aynı şekilde Latin Amerika'daki yaşlı yetişkinlerin arasında aile desteğinin devam ettiği ve geleceğe yönelik politikaların aile bakımını destekleyecek şekilde olması gerektiği belirtilmiştir.

Hashemi ve diğerleri (2016) İran'da sosyal iyi olmayı ölçmek ve izlemek için bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Sosyal iyi olmayı ölçmede bir takım farklı yaklaşımların olduğu gözlemlendiği için göstergelerden yararlanarak önceden var olan modellerden yararlanarak birleşik bir model oluşturulduğu belirtilmiştir. Toplumda sosyal sağlığı etkileyen toplumsal ve bireysel faktörlerin olduğu ve sosyal sağlığın etkilerinin ve sonuçlarının belirlenmesi istenmektedir. Bunun içinde sosyal iyi olmanın alt boyutları olan toplumsal bütünleşme, toplumsal kabul, toplumsal katkı, toplumsal gerçekleştirme ve toplumsal uyum değişkenleri düşünülmektedir. İran'da yapılan bu çalışmanın yanında yıllardır birçok ülkede sosyal iyi olma çalışmalarının gerçekleştirildiği belirtilmektedir. Yapılan çalışmanın sonucunda İran'da gerçekleştirilmiş olan bu çalışmanın sonuçlarının diğer ülkelerde gerçekleştirilen sosyal iyi olma izleme çalışmalarıyla benzer sonuçlar gösterdiği yargısına varılmıştır. Yapılan çalışmanın ayrıca İran'da yapılacak olan sosyal iyi olma ölçme ve izleme çalışmaları için olumlu katkı sağlayacağı yazarlar tarafından dile getirilmiştir.

Broughton, Payne ve Liecht (2017) tarafından arkadaş, sohbet grubunda yaşlı erkeklerin sosyal hayatları ile iyi olmalarının incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile 14 yaşlı erkek katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın sonucunda sohbet gruplarının duygusal sağlık ve sağlık durumunun kolaylaştırdığı belirtilmiştir. Katılımcıların gruba ait olma hissi yaşadıkları ve eğlenceli vakit geçirebildikleri belirtilmiştir.

## 2.3. İlgili Yurt İçi Çalışmaları

### 2.3.1. Mutluluk

Karahan, Dicle ve Eplikoç (2007)'un üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının mutluluk algıları ve sosyal beceri düzeylerine göre değişip değişmediğinin bulunması amaçladıkları çalışmalarında 1276 üniversite öğrencisinden veri elde etmişlerdir. Elde edilen bu veriler sonucunda ulaşılan bulgular hem sosyal beceri düzeyi düşük hem de kendilerini mutsuz algılayan bireylerin stresle başa çıkmada kendilerini çaresiz gördükleri, hem sosyal beceri düzeyi yüksek hem de kendilerini mutlu algılayan bireylerin kendilerini stresle başa çıkmada daha güvenli yaklaşımları bulunmuştur. Ayrıca kendini mutlu hisseden bireylerin sosyal beceri düzeylerinin kendini mutsuz hisseden bireylere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Şeker (2009)'in yapmış olduğu çalışmada uluslar arası çalışmalar incelendiğinde gelir düzeyinin yüksek olmasıyla mutluluk arasında bir ilişki bulunmuş, yine aynı şekilde milli geliri yüksek olan ülkelerin daha mutlu olduğu sonucuna varılmıştır. Kangal (2013)'ın mutluluk üzerine yaptığı çalışmasında da paranın insanı her zaman mutlu etmediği, paranın mutluluk üzerinde göreceli bir etkisinin olduğunu, bireylerin toplumsal konumlarında kendilerinden yüksek konumda olan kişilere göre kendilerini değerlendirdiklerinde mutsuz, kendilerinden aşağı konumda olan kişilere göre kendilerini değerlendirdiklerinde mutlu olduklarını, evli bireylerin evli olmayan bireylere göre daha mutlu olduğu, yaşın insan hayatında U şeklinde bir değişim sergilediğini, gençlikte ve yaşlılıkta insanların daha mutlu olduklarını, üniversite ve yükseköğretim mezunlarının diğer mezuniyet durumlarına ya da okula gitmeyenlere göre daha mutlu olduklarını belirtmektedir. Köksal ve Şahin (2015)'in gelir ve mutluluk üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarında kişilerin refah düzeylerini algılama seviyelerinin artmasına bağlı olarak gelirin kişinin mutluluğu üzerindeki etkisinin azaldığı sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca yapılan çalışma da aylık hane halkı gelirinin artmasıyla mutluluğun pozitif yönlü ilişkisi olduğu belirtilmektedir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri, mutluluk algıları, gelecekte umutlu olma algıları ve beklentilerini gerçekleştirme algılarının incelendiği bir çalışmada, çalışmaya 997 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda kendini mutlu olarak algılayan kişilerin psikolojik belirtileri, kendini mutsuz ya da kısmen

mutsuz olarak algılayan kişilere göre anlamlı ve düşük düzeyde ilişkili bulunmuştur. Yine aynı şekilde beklentilerini gerçekleştirmiş olarak algılayan kişilerin beklentilerini gerçekleştirmemiş ya da kısmen gerçekleştirmiş olarak algılayan kişilere; kendilerini gelecekte umutlu olarak algılayan kişilerin kendilerini kısmen gelecekte umutlu ya da gelecekte umutlu olmayan kişilere göre psikolojik belirtileri ile anlamlı ve düşük düzeyde ilişkili bulunmuştur (Alver ve diğerleri, 2010).

Bülbül ve Giray (2011) tarafından sosyo-demografik değişkenler ile mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesinin amaçlandığı bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Yapılan bu çalışmada sosyo-demografik değişkenler ile mutluluk arasındaki ilişkinin %50 civarında olduğu belirtilmiştir. Evli, ev hanımı, genç bayanların orta ve üst mutluluk seviyesinde olduğu, kentte yaşayan, çalışan, düşük gelir düzeyinde yaşayan erkeklerin orta ve üst mutluluk seviyesinde olduğu, kişileri en çok mutlu eden şeyin aileleri olduğu görülmüştür. İlkokul mezunu olan orta yaş grubundaki emekli kişilerin de orta ve üst düzey mutlulukları olduğu ve onlar için en önemli mutluluk faktörünün sağlık olduğu sonucuna varılmıştır.

Ailesi ile birlikte yaşayan 218 yaşlı üzerine yapılan bir çalışmada yaşlı kişilerin duygusal dengesizlik, sorumluluk ve yalnızlık düzeylerinin artmasına bağlı olarak mutlu olma oranlarının azaldığı, algılanılan kontrol düzeyinin artmasıyla birlikte de mutluluk oranlarının arttığı belirtilmektedir (Eryılmaz ve Atak, 2011). Üniversite öğrencilerinin sosyal etkileşim kaygısı ile mutlulukları arasındaki ilişkide yalnızlığın aracı rolünün incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiş, bu çalışmada da 594 üniversite öğrencisinden çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Sosyal etkileşim kaygısı ve yalnızlık mutluluğu negatif ve anlamlı düzeyde yordamaktadır. Sonuç olarak sosyal etkileşim kaygısının mutluluğu ve yalnızlığı yordadığı, yalnızlığın da mutluluğu yordadığı ve yalnızlığın sosyal etkileşim kaygısı ile mutluluk arasında kısmi oranda aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Genel anlamda sosyal etkileşim kaygısı yaşayan insanlar yalnızlaşmakta, yalnızlaşan insanlar mutsuz olabilmektedir (Demir ve Kutlu, 2016).

Lise öğrencilerinin okul tükenmişliği ve öznel iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada 373 lise öğrencisi katılımcı olarak ele alınmıştır. Elde edilen sonuçlara bağlı olarak okula ilgi kaybı ve aileden kaynaklı tükenmişlik düzeyleri artan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin düştüğü, yani negatif yönlü bir ilişkinin olduğu gözlemlenmiştir (Aypay ve Eryılmaz, 2011).

Padır ve diğerleri (2015) ergenlerin öznel mutlulukları ile siber zorbalık ve siber mağduriyetleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çalışmaya 274 lise öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda elde edilen bulgular siber zorbalık ile siber mağduriyetin mutluluk ile negatif ilişkili olduğunu belirlemiştir. Ergenlerin mutluluk düzeylerinin arttığına siber zorbalık yapma ve siber mağduriyet yaşama oranlarının azaldığı, mutluluğun ergenleri koruyucu bir işlev sergilediği görülmektedir. Araştırma da elde edilen başka bir bulguda siber zorbalığın siber mağduriyeti pozitif yönde yordadığıdır. Siber zorbalık yapan ergenlerin siber mağduriyete uğrama ihtimalleri çok yüksektir.

Ergenlerde akran desteği ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışma da 164 ergenden veri toplanmıştır. Toplanan veriler sonucunda yapılan analizde ergenlerde akran desteğinin mutluluğu doğrudan, pozitif ve anlamlı bir şekilde yordadığı, akran desteğine sahip olan ergenlerin mutlu olma oranlarının arttığı sonucuna varılmıştır. Arkadaşlık ilişkisinin bu denli önemli olmasının sebebi ergenlerin arkadaşlığa yükledikleri anlamlardan kaynaklanmaktadır. Ergen için akran onu dinleyen, destekleyen, nasihat vermeyen, güven duyduğu kişidir. Akran grupları ergene ait olma duygusunu yaşatırlar ve sosyalleşmesi sağlarlar (Köse, 2015).

Öz eleştiri ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmaya yaşları 19 ile 28 arasında değişen 222 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın sonucunda öz eleştiri ve mutluluk arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Öz eleştirinin alt boyutlarına bakıldığında içsel öz eleştiri ve karşılaştırmalı öz eleştiri ile mutluluk arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu durumda öz eleştiri düzeyinin yüksek olmasının bireyin duygu durumunu belirleyebileceği söylenebilmektedir (Doğan ve diğerleri, 2013).

Yetişkinlerin gün içindeki mutluluk ve mutsuzluk sebeplerinin araştırıldığı çalışmada 28 ile 65 yaş arasında değişiklik gösteren toplam 68 yetişkin üzerinde doğal deneyim örnekleme yöntemi kullanılarak araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre yetişkinlerin günün saatlerine göre, evde, ev dışında ve iş yerinde mutluluklarının ve mutsuzluklarının nedenlerinin değiştiği belirlenmiştir. Yine aynı çalışmada yetişkinlerin mutluluk oranının mutsuzluk oranından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışmaya katılanların %70'i çalışma boyunca mutlu olduklarını ifade etmişlerdir. Bu durum katılımcıların fizyolojik ve psikolojik olarak kronik hastalığı bulunmamasına bağlanmaktadır. Mutluluklarını arttırmak için geliştirilen stratejiler kullanıldığında

yetişkinlerin mutlulukları arttığı görülmektedir. Bu stratejiler kişinin arzularının tatmin olması, dini sorumlulukları yerine getirebilmek, çevre ile olumlu ilişkiler kurabilmek vb. şeklindedir. Katılımcılar bu stratejileri mutluluklarının nedeni olarak algılamaktadırlar. Ayrıca geleceğe yönelik olumlu beklentiler, yeterlilik ihtiyacının tatmini, olumlu hava koşulları, şükür hissi, fiziksel iyi oluş (dinlenebilmek, sağlıklı bir vücuda sahip olabilmek vb.) vb. mutluluk nedenleri olarak görülmektedir. Olumsuz olaylar yaşamak, fizyolojik olarak rahatsızlık duymak ve özerklik ihtiyacının engellenmesi ise mutsuzluk nedenleri olarak görülmektedir (Eryılmaz, 2015).

Mutluluk ile turizm arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada bireysel mutluktan ziyade amaçlı etkinlikler kapsamında mutluluk incelenmiştir. Tatillerin işten ve stresten uzak olduğu, insanlar için rahatlatıcı zamanları ifade ettiği için turizm amaçlı seyahatlerin insanların mutluluğunu arttırdığı sonucuna varılmaktadır. Turizm ile mutluluk arasında olumlu ilişkilerin bulunduğu belirtilmektedir (Güdü-Demirbulat ve Acıkurt, 2015).

Genç yetişkinlerin iyimserliğinin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki ilişkisinin incelendiği, 394 genç yetişkinin katıldığı bir çalışmada iyimserliğin yaşam doyumu ve mutluluk ile anlamlı düzeyde pozitif yönde ilişkisinin bulunduğu belirlenmiştir (Gülcan ve Nedim-Bal, 2014). İyimserliğin yaşam doyumu ve mutluluk üzerindeki rolünün incelendiği başka bir çalışmada da Sakarya Üniversitesinde öğrenim görmekte olan 206 katılımcı yer almıştır. Yapılan çalışma sonucunda elde edilen bulgular iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisinin olduğunu ortaya koymaktadır. İyimserlik bu çalışma kapsamında mutluluğun %59'unu, yaşam doyumunun %60'ını açıklayabilmektedir. İyimser insanların daha çok olumlu duygular yaşadıkları için daha mutlu oldukları belirtilmektedir (Sapmaz ve Doğan, 2012).

Kişilerin işlerindeki tatminleri mi yoksa iş yerinde yaşadıkları mutluluklarının mı daha önemli olduğu mu araştırılan bir çalışmada gıda ve kereste üretiminde çalışan 261 emek işçisi ile bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışma sonucunda hem içsel hem de dışsal iş tatmini yaşayan kişilerin fazladan rol davranışı gösterme üzerinde bir etkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır. Kişilerin iş yerinde fazladan rol davranışı göstermeleri ile doğrudan ilişkisi olan durumun iş yeri mutluluğu olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmanın geneline baktığımızda emek işçilerinin daha fazla çalışması istendiğinde iş yerindeki mutluluklarının daha önemli ve belirleyici olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır (Alparslan, 2015).

Koydemir ve Mısır (2015) bağımsız benlik kurgusu ve karşılıklı bağımlı benlik kurgusunun Türk kültüründe deneysel hazırlama yöntemleri ile belirginleştirilip belirginleştirilemeyeceğini ve belirginleştirilen benlik kurgularının mutluluk ile ilişkisini ortaya koymayı amaçlayan bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın grubunu iki farklı üniversiteden seçilen lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcılar bağımsız benlik, karşılıklı bağımlı benlik ve kontrol grubu olmak üzere üç farklı gruba ayrılmışlardır. Daha önceki çalışmalarda kullanılan iki görev katılımcıların benlik kurgularını uyandırmak amacıyla kullanılmıştır. Daha sonra katılımcılara benlik tanımlama testi, yaşam doyumu, pozitif duygu durumu ve negatif duygu durumu ölçekleri uygulanmıştır. Benlik tanımlama testi sonucu elde edilen bulgular doğrultusunda katılımcıların benlik kurgusu hazırlama görevlerinden başarılı oldukları sonucuna varılmıştır. Bunun yanında gruplar arasında mutluluk farklılıkları bulunmuştur. Bağımsız benlik kurgusu grubunda yer alan katılımcılar karşılıklı bağımlı benlik kurgusu grubunda yer alan katılımcılara göre yaşam doyumu ve pozitif duygu durumu ölçeklerinden daha yüksek puan, negatif duygu durumu ölçeklerinden daha düşük puan almışlardır. Çalışmada cinsiyet ile mutluluk arasında bir ilişki bulunulamamıştır. Kadınların karşılıklı bağımlı benlik kurgusu erkeklerden, erkeklerin bağımsız benlik kurgusu kadınlardan daha yüksek bulunmuştur.

Asıcı ve İkiz (2015) tarafından gerçekleştirilen 278 üniversite öğrencisinin içinde bulunduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile mutlulukları arasındaki ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yapılan çalışmalar sonucunda üniversite öğrencilerinin mutlulukları ile bilişsel esneklikleri arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişkinin bulunduğu belirlenmiştir. Bilişsel esneklikleri artan üniversite öğrencilerinin mutluluklarının da arttığı bu çalışma sonucunda söylenebilmektedir. Ayrıca mutluluk ve bilişsel esneklik değişkenlerin yaşa, eğitim durumuna, cinsiyete ve duygusal ilişki yaşama durumuna göre değişip değişmediği incelenmeye çalışılmıştır. Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin mutluluklarının cinsiyete göre değişmediği ancak bilişsel esnekliklerinin değişebildiği belirlenmiştir. Yani bilişsel esneklik mutluluğu açıklamada tek başına yeterli olamamaktadır. Yine aynı şekilde yaş, duygusal ilişki yaşama durumu ve eğitim görülen alan bilişsel esneklik ile mutluluk arasındaki ilişkisi için farklılaşma sağlayamadığı görülmektedir.

Mutluluk ile değer arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada geleneksellik değeri dışındaki diğer değerlerin (güç, başarı, hazcılık,

uyarılım, iyilikseverlik, öz yönelim, evrensellik, uyma, güven) mutluluk ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Hazcılık, evrenselcilik ve iyilikseverlik değerlerinin mutluluğu yordama da en güçlü değerler olduğu bulunmuştur (Özdemir ve Koruklu, 2011).

Selim (2008), TÜİK'in 2014 Yaşam Memnuniyeti Araştırma verilerini kullanarak Türkiye'de bireysel değer kaynağı olan değerleri incelemeyi amaçlamıştır. Çalışması sonucunda kişinin mutluluk kaynağı olarak işi görmesin de cinsiyetin büyük bir etkisi olduğuna, iş ve paraya sahip olmanın kişiyi daha fazla mutlu edeceğini düşünen kişilerin gelire ve eğitime daha çok önem verdikleri sonuçlarına ulaşmıştır.

Aluş ve Selçukkaya (2015)'nin Türk ailesinde mutluluk algısı ve değerleri konusunda yaptıkları çalışmalarında Türk ailesinin hem modern hem de geleneksel değerleri bir arada taşıdığı bir geçiş ailesi olduğu belirtmişlerdir. Türk ailesinin sosyo-ekonomik açıdan modern özellikler taşıdığı, değerler anlamında muhafakazar özelliklerini koruduğu belirtilmektedir.

Özel gereksinimli çocuğa sahip olan anneler ile tipik gelişim gösteren çocuğa sahip olan annelerin mutluluk, iyilik hali ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelendiği bir çalışma Eroğlu ve diğerleri (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda özel gereksinimli çocuğu olan annelerin tipik gelişim gösteren çocuğu olan annelere göre psikolojik sağlamlık, iyilik hali ve mutluluk düzeylerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir. Ayrıca özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin tipik gelişim gösteren çocuğa sahip annelere oranla psikolojik sağlamlık farkının düşük oranda, iyilik hali ve mutluluk farkının yüksek oranda olduğu belirtilmektedir.

Ünüvar ve diğerleri (2015) Türkiye ve Afganistan'da yaşamakta olan okulöncesi çocuklarının mutluluk algılarını ve nelerden mutlu olduklarını belirlemek isteyen nitel bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Türkiye'den 87, Afganistan'dan 50 olmak üzere 137 okulöncesi çocuğu çalışmanın grubunu oluşturmuştur. Çocuklara "Sence mutluluk nedir? Seni en çok ne mutlu eder?" soruları yöneltmiştir. Çalışma sonucunda Türkiye'deki çocuklar için mutluluk oyun ve eğlence olurken, Afganistan'da yaşayan çocuklar için mutluluk güvenlik ve korunma olarak şekil almıştır. Araştırmanın Afganistan grubunda yer alan çocukların düşük sosyo-ekonomik yapıdan olmaları, güvenli olmayan ortamlarda büyümek zorunda olmaları, içinde yaşadıkları ülkenin ve çevrenin olumsuz koşulları çocukların mutluluk algılarını değiştirmektedir.

TUİK'in yapmış olduğu Yaşam Memnuniyeti Araştırması sonucunda mutlu olduğunu beyan eden bireylerin sayısında 2014 yılından 2015 yılına artış gerçekleştiği görülmüştür. 2014 yılında çalışmaya katılanların %56,3'ü mutlu olduğunu beyan ederken 2015 yılında çalışmaya katılanların %56,6'sı mutlu olduğunu beyan etmiş, yine aynı araştırmada kadınların mutluluk oranlarının azalırken erkeklerin mutluluk oranlarının arttığı, en mutlu olan kesimin 18 - 24 yaş grubu olduğu, evli bireylerin evli olmayan ya da boşanmış bireylere göre daha mutlu olduğu, eğitim düzeyinin belli bir seviyeye kadar mutluluğu arttırdığı daha sonra azalttığı, ailenin varlığının insanı daha çok mutlu ettiği, sağlıklı olmanın değerlerde ilk sırada yer aldığı ortaya çıkmıştır (TUİK, 2015). Yine TUİK (2014)'in yapmış olduğu çalışmada en mutlu ilimiz Sinop olarak belirlenirken, Sinop'u Afyonkarahisar ve Bayburt illerinin takip ettiği görülmüştür. En mutsuz ilimizin ise Tunceli olduğu görülmüştür. Akın ve Şentürk (2012)'ün 2007 yılında yapılan Avrupa Yaşam Kalitesi araştırmasının verilerini ikincil veri olarak kullandıkları bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Bu çalışma sonucunda erkeklerin kadınlara göre daha mutlu olduğu, evli bireylerin evli olmayan bireylere göre daha mutlu olduğu, gelir düzeyi ile mutluluğun orantılı olduğu, öğrenci ve emeklilerin daha mutlu olduğu, eğitim seviyesinin mutluluğu belli bir yere kadar arttırdığı daha sonra azalttığı ortaya çıkmıştır.

Kişinin mutluluğu ile çalışma hayatı arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırma da işkoliklik ile bireysel mutluluk arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Kendisini işine adanmış kişilerin hem kendisini hem de ailesini ve çevresini ihmal ettiği, bu nedenle de yalnız ve mutsuz bireyler haline geldiği ortaya çıkmaktadır. İş odaklı bir hayatın beraberinde birçok olumsuzluğu getirdiği, bu olumsuzluklarında kişinin mutsuz olmasına neden olduğu belirtilmektedir. Bu olumsuzluklar; hızlı yemek yendiği için kilo alınması, hayatı hızlı yaşamak zorunda olduğumuz için ilgi göstermemiz gereken kişilere yeterli ilgiyi gösteremememiz, çevremizdeki insanlara sevgi ve ilgi gösteremememiz, hızlı çalışıldığı için hata oranının artması, hızlı karar alındığı için yanlış karar alınabilmesi, hızlı işlerden kaynaklı kalitesiz işler şeklinde belirtilmektedir (Yüksekbilgili ve Akduman, 2016).

Spor Genel Müdürlüğü'nün taşra teşkilatında çalışan personelin mutluluk düzeyinin belirlenmesi amacıyla yapılan bir çalışmada 400 personel çalışmada katılımcı olarak ele alınmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda çalışmaya katılan personelin ortalamanın üzerinde mutluluk seviyesine sahip olduğu belirlenmiştir. Evli bireylerin evli olmayan



bireylere göre daha mutlu olduğu, gelir durumunu orta seviyede olarak belirten kişilerin düşük seviye olarak belirten kişilere göre daha mutlu olduğu, spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylere göre daha mutlu olduğu, İstanbul, Malatya, Tokat ve Trabzon illerinde çalışan bireylerin arasında da İstanbul'da çalışan bireylerin daha mutlu olduğu ortaya çıkmıştır (Yazıcı ve diğeri, 2016).

Hatay'da akraba evliliklerinin sıklıklarına, nedenlerine, çocukların sağlığına ve kadınların ilişkilerindeki mutluluk ve yaşam doymu düzeylerinin incelendiği bir çalışmada 584 kadın ile çalışılmıştır. Akraba evliliğinin düşük gelir, düşük eğitim seviyesi ve düşük ekonomik durum ile ilişkisi bulunurken, akraba evlilikleri ile diğeri evlilikleri arasında mutluluk ve yaşam doymu açısından bir farklılığın bulunmadığı sonucuna varılmıştır (İnanđı ve diğeri, 2016).

### 2.3.2. Yaşam Değeri

Türk öğretmenlerinin değer yönelimlerinin incelendiği bir çalışmada 183 öğretmen üzerinde uygulama gerçekleştirilmiştir. Çalışmada SDL'de yer alan değerlerin yanı sıra çalışmaya dört değer (kadında namus, laiklik, erkeğin üstünlüğü, misafirperverlik) daha eklenmiş, bunun yanında öğretmenlerin aile tanımları ve dinsel yönelimlerin değerleri ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışmaya eklenen dört değer alanının SDL'ye uygun sonuçlar elde ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Öğretmenlerin değer yönelimleri aile tanımlarına göre incelendiğinde çekirdek aile tercihinde bulunan öğretmenlerin yeniliğe açıklık değerlerine, geniş aile tercihinde bulunan öğretmenlerin ise muhafakazarcı yaklaşım değerlerine daha fazla önem verdikleri gözlemlenmiştir. Ancak iki grupta da aile tercihinde özaşkınlık ve özdenetim değerlerinde bir farklılaşma gözlemlenmemiştir. Öğretmenler dinsel yönelim tercihlerine göre incelendiğinde düşük dinsel yönelim grubunda yer alan öğretmenlerin yeniliğe açıklık değerlerine, yüksek dinsel yönelim grubunda yer alan öğretmenlerin muhafakazarcı yaklaşım değerlerine daha fazla önem verdiği gözlemlenmiştir. Dinsel yönelim açısından iki grupta özgenişletim değeri anlamında bir farklılaşma görülmezken, özaşkınlık değerinde yer alan evrenselcilik tipi düşük dinsel yönelim gösteren gruba daha fazla önemli geldiği gözlemlenmiştir (Kuşdil ve Kağıtçıbaşı, 2000).

Uyguç (2003) tarafından değerlerin cinsiyet ve meslek seçimi açısından farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymayı amaçlayan bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma

Dokuz Eylül Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan, İdari ve İktisadi Bilimler Fakültesi ve Eğitim Fakültesinden 740 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda cinsiyetin değerler açısından farklılık sergilediği, kadın öğrencilerin dişil değerleri (yardımseverlik, eşitlik, sosyal onay, sevecenlik, gerçek dostluk ve kibarlık), eril değerlere (hırslı, mantıklı, muktedir, bağımsız, sorumluluk sahibi, heyecanlı bir yaşam, özgürlük) göre daha ön planda tuttuğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin de kadın öğrencilerle aynı derecede olmasa da dişil değerleri eril değerlere göre daha ön planda tuttuğu görülmüştür. Fakülte farklılığının ise değerler açısından bir belirleyiciliğinin olmadığı ortaya çıkmıştır. Bu çalışmadan cinsiyetin değerler açısından önemli bir belirleyici olduğu görüşü ortaya çıkarken meslek seçimin bir belirleyici olmadığı ortaya çıkmıştır.

Dilmaç ve diğerleri (2008) tarafından öğretmen adaylarının değer yargılarının incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya 637 öğretmen adayı katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda evrensellik, öz yönelim ve güç değerleri arasında cinsiyetlere göre farklılıklar bulunmuştur. Yaş değişkenine göre öğretmen adaylarının değerleri incelendiğinde 17-20 yaş grubu ile 21-24 yaş grubu öğretmen adaylarının değerlerinin anlamlı düzeyde farklı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sınıf düzeyine göre incelemenin yapıldığında da sadece geleneksellik değerinin farklılaşma sağladığı yapılan çalışmada görülmüştür.

Selim (2008)'in Türkiye'de bireysel mutluluk kaynağı olan değerler üzerine yaptığı çalışmasında TÜİK'in 2004 yılı verileri kullanılmıştır. Yerleşim yeri, cinsiyet, yaş, gelir grupları, medeni durum, gelir grupları, eğitim düzeyi değişkenlerinin mutluluk kaynağı olan değerler (güç, başarı, iş, sevgi, para) üzerinde farklı etkilere sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca yapılan çalışmada mutluluk kaynağı olan işin cinsiyete göre değiştiği, iş ve paranın daha çok mutluluk getireceğine inanan kişiler için gelir ve eğitimin çok önemli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

İlköğretim öğretmenlerinin değer yargılarının belirlenmeye çalışıldığı bir çalışmada 56 sorudan oluşan bir anket öğretmenlere uygulanmıştır. Anketin içeriğini öğretmenlerin çevreyi, dünyayı, olayları ve gelişmeleri nasıl değerlendirdikleri, algıladıkları oluşturmaktadır. Çalışmaya 71 öğretmen gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada öğretmenlerin en çok önemsedikleri ilk 10 değer ile en az önemsedikleri son 10 değer bulunmaya çalışılmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen verilere göre öğretmenlerin en çok önemsedikleri ilk 10 değer; toplumsal adalet, ulusal güvenlik, aileye değer vermek,

sağlıklı olmak, gerçek arkadaşlık, dürüst olmak, sorumluluk sahibi olmak, eşitlik, kendine saygılı olmak ve anlamlı bir hayat şeklindedir. En az önemsedikleri son 10 değer ise; dünya işlerinden el ayak çekmek, zengin olmak, sosyal güç sahibi olmak, otorite sahibi olmak, hırslı olmak, heyecanlı bir yaşantı sahibi olmak, zevk, itaatkar olmak, bağlılık duygusu ve sözü geçen biri olmak şeklindedir (Aktepe ve Yel, 2009).

Yılmaz (2009) tarafından öğretmenlerin değer tercihlerinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın grubunu 2009 yılında Konya ilinde çalışmakta olan 482 ilköğretim öğretmeni oluşturmaktadır. Çalışmanın bağımlı değişkenini insani değer boyutları oluştururken, bağımsız değişkenini cinsiyet, kıdem yılı ve medeni durum oluşturmaktadır. Çalışmanın sonucuna bakıldığında kadın öğretmenlerin evrensellik, yardımseverlik, uyum ve güvenlik puanlarının erkek öğretmenlere göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmektedir. Medeni durum değişkenine bakıldığında ise güç boyutu dışındaki bütün değişkenler ile anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmüştür. Boşanmış öğretmenlerin puan ortalamasının diğer başarı, evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyum ve güvenlik boyutu açısından incelendiğinde hem bekar hem de evli öğretmenlere göre düşük olduğu belirlenmiştir. Uyarılma boyutunda ise bekar öğretmenlerin evli öğretmenlere göre daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir. Yine bekar öğretmenlerin hazcılık ve öz denetim boyutlarında hem evli hem de boşanmış öğretmenlere göre daha yüksek puan aldığı görülmüştür. Aynı şekilde boşanmış öğretmenlerin öz denetim puanı hem bekar hem de evli öğretmenlere göre düşük olduğu görülmüştür. Kıdem değişkeni incelendiğinde ise 1 ile 5 yıl arasında kıdemi olan öğretmenlerin güç boyutundan elde ettikleri puanları hem 6 ile 10 yıl hem de 21 yıl ve üstü kıdeme sahip öğretmenlerin puanlarından anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir. 11 ile 20 yıl arasında kıdeme sahip öğretmenlerin ise geleneksellik boyutundan elde ettiklerin puanların 21 yıl ve üzeri kıdeme sahip öğretmenlere göre anlamlı düzeyde farklılık sergilediği belirlenmiştir. Aynı zamanda 1 ile 5 yıl arasında kıdeme sahip olan öğretmenlerin 6 yıl ve üzeri kıdeme sahip olan öğretmenlere göre başarı, hazcılık, öz denetim, evrenselcilik, yardımseverlik, uyum ve güvenlik boyutlarından anlamlı düzeyde yüksek puan aldıkları görülmüştür. Son olarak ise 21 yıl ve üzeri kıdeme sahip olan öğretmenlerin 20 yıl ve altı kıdeme sahip olan öğretmenlere göre uyarılma boyutundan anlamlı düzeyde düşük bir puan aldıkları görülmüştür.

Balcı ve Yanpar-Yelken (2010) tarafından gerçekleştirilen ilköğretim öğretmenlerinin değer kavramına yükledikleri anlamları belirlemeye çalışan araştırmaya Mersin ilinde

görev yapmakta olan 214 sınıf ve branş öğretmeni katılmıştır. Öğretmenlere “Kendi düşüncenize göre değer nedir?” sorusunu yazılı olarak cevaplamaları istenmiştir. Elde edilen sonuçlar yedi ana grupta toplanmıştır. Bu gruplar; ölçüt olarak değer, birey ve toplum ilişkilerini düzenleyen unsur olarak değer, davranışlar bütünü olarak değer, maddi ve manevi unsurlar olarak değer, kurallar bütünü olarak değer, nitelik olarak değer, değer eğitiminin işlevleri şeklindedir. Sonuç olarak öğretmenlerin değer konusunda yaptıkları vurgu değerlerin toplumsal yaşamdaki önemi ve değerlerin bireyin sosyalleşmesi ve kişilik gelişimindeki önemi üzerine olmuştur. Öğretmenler değerlerin birey ve toplum arasındaki karşılıklı ilişkiyi düzenleyici rolüne vurgu yapmışlardır.

Baysal ve Saman (2010)’ın ilköğretim beşinci sınıf öğrencilerinin değerleri üzerine yaptıkları bir çalışmada beşinci sınıf öğrencilerinin duyarlılık, dayanışma, hoşgörü, çalışkanlık, insana ve çevreye saygı değerlerine sahip olup olmadıkları belirlenmeye çalışılmıştır. Yapılan çalışmada 2008-2009 eğitim-öğretim yılında İstanbul ve Erzurum’da öğrenim gören 60 ilköğretim okuluna devam eden beşinci sınıf öğrencileri yer almıştır. Öğrencilerin açık uçlu soruları içeren çalışma yapraklarını doldurmaları istenmiştir. Çalışmanın sonucunda beşinci sınıfın sonunda öğrencilerin değerleri doğru olarak nitelendirebildikleri ve belirtilen değerlere çoğunlukla sahip oldukları gözlemlenmiştir.

Erken çocukluk döneminde televizyonun çocuklar üzerindeki sosyal gelişimleri ve değerleri üzerindeki etkisinin anlatıldığı bir çalışmada televizyonun iyi kullanıldığı zaman çocuğun dünyasına farklı açılardan bakmasını sağlayabileceği belirtilmiştir. Televizyonun çocuklara rol model olduğu, çocukların televizyondaki karakterler ile toplumsal hayattaki karakterler ile özdeşim kurduğu, bu karakterlerin davranışlarından etkilendiği belirtilmektedir. Çocukların aynı zamanda bu özdeşim neticesinde günlük hayatta bu karakterlere benzemeye çalıştıkları belirtilmektedir. Günümüzde televizyonun hem çocukların kişilik gelişiminde hem de ülkenin milli ve manevi değerlerinin kazanılıp kazanılmamasında önemli bir görevinin olduğu vurgulanmaktadır. Çocuklara hazırlanan televizyon programlarının insani değerler yönünden tekrar değerlendirilmesi gerektiği ve televizyon programlarının çocuklar için olumlu yönde bilinçli çalışmalar yapması gerektiği belirtilmiştir (Erdoğan, 2010).

Öğretmen adaylarının bireysel ve örgütsel değerler ile öğrencilerde görmek istedikleri değerlerin önem sırasının incelenmeye çalışıldığı bir çalışmada, ayrıca bu önem sırasının cinsiyet ve mesleğin geleceğine yönelik görüşe göre farklılaşıp farklılaşmadığı

incelenmeye çalışılmıştır. Çalışmaya Gazi Üniversitesi'nde son sınıfta öğrenim görmekte olan 455 öğretmen adayı katılmıştır. Çalışmanın sonucunda öğretmen adaylarının dürüstlük, güven ve saygı değerlerine daha çok önem verdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında risk, katılım ve iş birliği değerlerine daha az önem verildiği görülmüştür. Öğretmen adaylarının öğrencilerinde görmek istedikleri değerler ile kendilerinde var olan bireysel ve örgütsel değerler arasındaki ilişkiye bakıldığında orta düzeyde, anlamlı ve pozitif bir ilişkinin olduğu bulunmaktadır. Bireysel değerler incelendiğinde kadınlar için empati ve güvenin, erkekler için hoşgörü ve riskin daha önemli olduğu; örgütsel değerler incelendiğinde kadınlar için saygı ve sorumluluğun, erkekler için dürüstlük ve hassasiyetin daha önemli olduğu sonucuna varılmıştır. Öğrencilerden beklene değerler cinsiyete göre incelendiğinde ise kadınlar için empati, saygı ve sorumluluk değerlerinin daha önemli olduğu belirlenmiştir (Özdemir ve Sezgin, 2011).

Özdemir ve Koruklu (2011) tarafından üniversite öğrencilerinin değerleri ile mutlulukları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya 19 ile 23 yaş arasında değişen 226 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda geleneksellik değeri hariç diğer bütün değerlerin (güç, başarı, hazcılık, uyarılım, özyönelim, geleneksellik, uyma, güvenlik, evrenselcilik ve iyilikseverlik değerlerinin) mutluluk ile anlamlı ilişki sergilediği görülmüştür. Hazcılık, evrenselcilik ve iyilikseverlik değerlerinin mutluluğu yordamada en güçlü değer yönelimleri olduğu belirlenmiştir.

Durmuş (2011)'un ilköğretim matematik öğretmen adaylarının sahip olduğu değerlere yönelik yapmış olduğu bir çalışmasında 2008-2009 ve 2009-2010 eğitim-öğretim yılları arasında Abant İzzet Baysal Üniversitesinde Matematik Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören 136 öğretmen adayının değer profiline ve modelleme düzeylerine bakılmıştır. Çalışmaya katılan öğretmen adaylarının pozitif değerlere sahip olma düzeyleri ile oluşturmacı değerlere sahip olma düzeyleri karşılaştırıldığında oluşturmacı değerler yönünde anlamlı bir farklılığın olduğu belirlenmiştir. Cinsiyete yönelik sahip olunan değerler açısından inceleme yapıldığında kadınların oluşturmacı değerlere pozitivist değerlere oranla daha çok sahip olduğu görülmüştür. Oluşturmacı değerlerin kadın ve erkek öğrenciler arasında herhangi anlamlı bir farka yol açmadığı belirtilirken, pozitivist değerlerde erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha pozitivist olduğu belirtilmiştir. Ayrıca yapılan çalışma da modelleme düzeylerine göre cinsiyet açısından

kadın ve erkek öğrenciler açısından anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Ayrıca sahip olunan değerlerle modelleme düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu gözlemlenmiştir.

Ortaöğretim kurumlarında çalışmakta olan yönetici, öğretmen, öğrenci ve velilerin öğretmenlerin sahip olması gereken değerleri belirlemek amacıyla yapılan bir çalışmaya Eskişehir il merkezinde çalışmakta olan iki farklı okulda görev yapan 5 okul yöneticisi, 30 öğretmen, 112 öğrenci ve 50 veli katılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda yöneticilere göre öğretmenlerin sahip olması gereken en önemli değerlerin özverili ve hoşgörülü olma olduğu ortaya çıkmıştır. Öğretmenlere göre ise kendilerinde olması gereken en önemli değer rehberlik edebilme, en az önem gösterdikleri değer ise dili kullanabilme olduğunu belirttikleri görülmüştür. Öğrencilere göre ise bu durum öğretmenlerin iletişim becerisinin iyi olması şeklinde kendini göstermiştir. Velilere göre ise öğretmenlerin sahip olması gereken değerlerin en önemlisi mesleki yeterlilikler yönünde şekillenmektedir (Çubukçu, , 2012).

Özmen, Er ve Gürgil (2012) tarafından ilköğretim branş öğretmenlerinin müfredatta yer alan değerlere ve değerler eğitimi ilişkin görüşleri araştırılmaya çalışılmıştır. Çalışmaya 2011-2012 eğitim öğretim yılında ilköğretim ikinci kademedeki çalışan 130 branş öğretmeni katılmıştır. Cinsiyet, mesleki kıdem ve branş değişkenlerinin değerler eğitimi yönelik bakış açısında bir farklılaşmaya neden olmadığı ancak derslerin içeriğini yeterli bulma değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmanın olduğu gözlemlenmiştir. Yine aynı çalışmada öğretmenlerin değerler eğitiminde kullandıkları yöntemler incelendiğinde en çok rol model olma, değerleri açıklama, ahlaki muhakeme yöntemleri olduğu belirlenmiştir.

Öngen ve Aytaç (2013) tarafından üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerini ve yaşam değerleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın amacı doğrultusunda 324 üniversite öğrencisi çalışmaya alındığı ve toplumsal cinsiyet rolüne ilişkin tutumlarının ve yaşam değerlerinin ölçüldüğü belirtilmektedir. Değişkenlerin cinsiyete göre incelenmesi sonucunda kadın öğrencilerin ortalamalarının erkek öğrencilerin ortalamalarından daha fazla olduğunun görüldüğü belirtilmiştir. Kısacası çalışmaya katılan genç kesimin toplumsal cinsiyet rollerine yönelik görüşleri arasında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlendiği bildirilmiştir. Bunun yanı sıra öğrencilerin yaşam değerleri ile toplumsal cinsiyet algılarının alt

boyutlarından olan eşitlikçi cinsiyet rolü ile evlilikte cinsiyet rolü boyutları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu belirtilmiştir.

Telef ve diğerleri (2013) tarafından öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluşları ile değerleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma 2011-2012 eğitim öğretim yılında Buca Eğitim Fakültesinde öğrenim görmekte olan 260 öğretmen adayı üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluşları ile başarı, hazcılık, evrenselcilik, öz yönelim, uyma, iyilikseverlik ve güvenlik değerleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Ancak güç, uyarılım ve geleneksellik değerleri ile psikolojik iyi oluş arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunamamıştır. Güç, başarı, uyarılım, hazcılık, evrenselcilik, öz yönelim, geleneksellik, iyilikseverlik, güvenlik ve uyma değerlerinin psikolojik iyi oluşu %20 açıkladığı gözlemlenmiştir. Hazcılık ve evrenselciliğin psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı ayrıca belirtilmektedir. Kısacası yapılan çalışmanın sonucunda değerlerin psikolojik iyi oluşu arttırdığı söylenebilmektedir.

Yıldız ve diğerleri (2013) tarafından öğretmen adaylarının sahip oldukları değerleri ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma 1245 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda benlik saygısının güç, başarı, hazcılık, öz denetim, evrensellik, yardımseverlik, uyum ve güvenlik değerleri ile pozitif yönlü anlamlı ilişki gösterdiği belirlenirken uyarılma ve geleneksellik değerleri ile anlamlı bir ilişki göstermediği belirlenmiştir.

Baloğlu-Uğurlu (2014) tarafından Amerikan ve Türk öğrencilerinin sahip oldukları değerlere yönelik bakış açılarını yansıtacakları bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Amerikan ve Türk öğrencilerinin sahip oldukları değerlerine yönelik benzer ve farklı görüşleri ortaya konulmaya çalışılmıştır. Çalışma 286 Amerikan öğrenci ile 278 Türk öğrenci arasında gerçekleştirilmiştir. Amerikan ve Türk öğrencilerin kendi içlerinde en çok puan alan tutumlarının madde bağımlılığına karşı olan tutumları olduğu görülmüştür. Amerikan öğrencileri için en düşük puana sahip olan değer çevrecilik iken, bu durum Türk öğrencileri için çok kültürlülük olarak belirlenmiştir. Amerikan ve Türk öğrenciler arasında en çok farka sahip olan değerler ise tolerans ve empati şeklinde kendini gösterirken en az farka sahip olan değerler sorumluluk ve çok kültürlülük şeklinde kendini göstermiştir.

Ergenlerin başarı amaç yönelimlerinin insani değerlerle olan ilişkisinin incelendiği bir çalışmaya 2012-2013 eğitim-öğretim yılında Denizli il merkezinde öğrenim görmekte olan 421 lise öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda ergenlerin insani değerlerinin başarı amaç yönelimlerini anlamlı düzeyde yordadığı, buna karşın olumsuz değişkenlerle ilişki içinde bulunduğu belirtilen performans yaklaşma ve performans kaçınma amaç yönelimlerini anlamlı düzeyde yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır (Karababa ve diğerleri, 2014).

Özkan ve Soylu (2014) tarafından Niğde Üniversitesi Sınıf Öğretmenliği bölümü öğrencilerinin benimsedikleri temel insani değerleri yapılan çalışmada incelenmeye çalışılmıştır. Ayrıca öğrencilerin benimsedikleri temel insani değerlerin cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim türü ve çalışmada kullanılan ölçeğin alt boyutlarına göre farklılaşp farklılaşmadığı sorularına cevap aranmıştır. Çalışmaya 488 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışma da Schwartz tarafından geliştirilmiş olan SDL kullanılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda Niğde Üniversitesi Sınıf Öğretmenliği bölümünde okuyan öğrencilerin sahip olmuş olduğu temel insani değerlerin sınıf, cinsiyet ve öğrenim türüne göre bir farklılığa sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ölçek maddelerine verilen cevaplar incelendiğinde ise başarı, güven, öz benlik, kurallara uyum, gelenek, yardımseverlik, evrensellik alt boyutlarına genellikle katılıyorum ve kesinlikle katılıyorum şeklinde bir yığılmanın olduğu, güç, teşvik ve haz alt boyutlarının bu şekilde bir durum sergilemediği sonucuna ulaşılmıştır.

Türk ailesinde mutluluk algısı ve değerleri konusunda yapılan bir çalışmada Türk ailesinin hem modern hem de geleneksel değerleri bir arada taşıdığı görülmüş, Türk aile yapısının bir geçiş ailesi olduğu belirtilmiştir. Türk ailesinin sosyo-ekonomik açıdan modern özellikler taşıdığı, değerler anlamında muhafakazar özelliklerini koruduğu yapılan çalışmada belirtilmektedir. Türk ailesinin geçmişten bu yana birçok değişim yaşamasına rağmen tarihsel birikimini ve geleneklerini koruduğu, anlayış ve öz olarak değişime az uğradığı, kendini koruduğu görülmektedir (Aluş ve Selçukkaya, 2015).

Baş ve Hamarta (2015)'nin üniversite öğrencilerinde değer ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada değerlerin yaşamın anlamı üzerindeki etkisini incelemek ve cinsiyete göre değerler ile yaşamın anlamının farklılaşp farklılaşmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Konya'da bulunan birçok üniversitede öğrenim görmekte olan 910 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda değerler ile yaşamın anlamı arasında hem pozitif hem de negatif yönlü



ilişkinin olduğu, değerlerin yaşamın anlamını önemli derecede yordadığı görülmüştür. Bunun yanı sıra değerlerin bir bölümünün cinsiyete göre farklılık gösterirken bir bölümünün farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların toplumsal değerler, maneviyat, insan onuru, özgürlük, entelektüel değerlerle, kariyer değerlerinin erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu, yaşamın anlamının cinsiyete göre anlamlı bir fark sergilemediği görülmüştür. Toplumsal değerler, maneviyat, materyalistik değerler, romantik değerler, insan onuru, özgürlük fütüvvet, kariyer değerleri, entelektüel değerlerin var olan anlamla pozitif yönde ilişki sergilediği belirtilmiştir. Bulunmaya çalışılan anlamının ise toplumsal değerler, materyalistik değerler, romantik değerler, özgürlük, kariyer değerleri ve entelektüel değerler ile pozitif yönlü maneviyat ile negatif yönlü ve anlamlı ilişki sergilediği görülmüştür. Maneviyat, fütüvvet ve materyalistik değerlerin var olan anlamını % 9, romantik değerler, maneviyat ve özgürlüğün bulunmaya çalışılan anlamı birlikte ise % 4 oranında açıkladığı sonucuna ulaşıldığı görülmüştür (Baş ve Hamarta, 2015).

Büyükyıldırım ve Dilmaç (2015) tarafından siber mağduriyetin insani değerler ve demografik değişkenler açısından incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışma 2011 - 2012 eğitim öğretim yılında İstanbul ili Pendik ilçesinde bulunan ortaöğretim kurumlarında okuyan 1028 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Dilmaç (2007) tarafından geliştirilen İnsani Değerler Ölçeği ve Arıca ve diğerleri (2012) tarafından geliştirilen Siber Mağdurluk Ölçeği ile elde edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda insani değerler (sorumluluk -.089, dostluk -.076, barışçı olma -.153, saygı -.149, hoşgörü -.109, dürüstlük -.117) ile siber kurbanlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Siber kurbanlığın cinsiyete ( $t = -1,579$ ;  $p > .05$ ), sınıfa ve yaşagöre anlamlı bir farklılık sergilemediği sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanı sıra siber zorbalığa maruz kalma ve siber kurbanlık arasındaki ilişkide anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Siber zorbalığa maruz kalan öğrencilerin puan ortalamalarının ( $x=30,94$ ), siber zorbalığa uğramayan öğrencilerin puan ortalamalarından ( $x=26.16$ ) yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Fidan (2015) tarafından ilköğretim kurumlarındaki örgütsel değerlerin öğretmen görüşleri açısından değerlendirildiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya Erzincan ilinde çalışmakta olan 210'u ilkokul, 252'si ortaokulda çalışan 462 öğretmen katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda erkek öğretmenlerin bayan öğretmenlere oranlar örgütsel değerleri daha önemli buldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonucun

okul idarecilerinin erkek olmasının nedenini açıkladığı belirtilmektedir. Anasınıfı ve sınıf öğretmenlerinin örgütsel değerlerinin diğer branş öğretmenlerine oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kıdem değişkeni incelendiğinde ise öğretmenlerin meslek kıdeminin değil, çalıştıkları okuldaki kıdem yılının örgütsel değerleri ifade etmede daha önemli olduğu belirtilmiştir.

Aktepe ve Yalçinkaya (2016) tarafından değerler eğitiminin öğrenci görüşleri açısından incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya Nevşehir il merkezinde, beş devlet okulundan, hem ilkokulu hem de ortaokulda öğrenim gören 187 öğrenci katılmıştır. Yapılan analizlerin sonucunda değerler eğitiminin kadınlar lehine daha anlamlı sonuçlar sergilediği, kadınların değerler eğitimine daha olumlu yaklaştığı, kadın öğrencilerin hoşgörü eğilimlerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sınıf düzeyi açısından incelendiğinde ise 3. sınıf öğrencilerinin 5. ve 7. sınıf öğrencilerine göre değerler eğitimine daha olumlu baktıkları, 5. ve 6. sınıf öğrencilerinin hoşgörü eğilimlerinin 7. ve 8. sınıf öğrencilerine göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. 8. sınıf öğrencilerinin ise çevreyi insan ile ilişkilendirme oranlarının en az olduğu tespit edilmekle birlikte değerler eğitiminin daha alt sınıflarda işe yaradığı görüşü desteklenmiştir. Annelerin çalışıp çalışmama durumuna göre çalışmayan anneler lehine anlamlı sonuçlar sergilendiği, annesi çalışmayan öğrencilerin değerler eğitiminde anlatılanlara daha olumlu yaklaştıkları ifade edilmektedir. Araştırma da öğrencilere okulda kazandırılmak istenilen değerlerin en çok sırasıyla sorumluluk, dürüstlük, doğruluk, yardımseverlik, saygı, barış, çalışkanlık, hoşgörü, duyarlılık, sağlıklı yaşamak ve işbirliği değerleri olduğu, en az kazandırılmaya çalışılan temel değerlerin ise sırasıyla temizlik, demokrasi, eşitlik, sorumluluk, özgürlük ve gönüllülük değerleri olduğu ifade edilmektedir.

Demirel ve Gülpınar (2016) tarafından işletme sahibi olan ve işletme sahibi olmayan yöneticiler arasında yaşam ve çalışma değerleri üzerine bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma kapsamında Aksaray'da faaliyet gösteren işletmelerde görev yapan 253 yöneticiden veri toplanmıştır. Yaşam değerlerinin kişilerin günlük hayatta benimsedikleri değerler olduğu ve güç, başarı, hazcılık, yardım, öz-yönelim, geleneksellik, uyma, evrenselcilik, iyilikseverlik ve güvenlik şeklinde on altı boyutta incelemeye alındığı belirtilmiştir. Çalışma değerlerinin ise dünyevi ve normatif değerler ile bireyselci değerler olarak iki alt boyutta incelendiği belirtilmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda yaşam değerleri ile çalışma değerlerinin arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu

sonucuna varılmaktadır. Ayrıca yaşam değerlerinin çalışma değerlerini etkilediği görülmüştür.

Demirutku ve Tekinay (2016) tarafından üniversite öğrencilerinin devamsızlık durumları ile beşeri değerler arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma Ankara'da bir vakıf üniversitesinin çeşitli bölümlerinde öğrenim görmekte olan 180 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin değer yönelimlerinin Portre Değerler Anketi ile devamsızlık tutumlarının ise Semantik Farklılıklar Ölçeği ile ölçüldüğü belirtilmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda hazcılık ve uyarılma değerlerinin devamsızlık tutumları ile olumlu, öz yönelim ve uyma değerlerin ise devamsızlık tutumu olumsuz ilişki sergilediği belirtilmiştir.

Şirin ve diğerleri (2016) tarafından ana sınıfına devam eden 6 yaş grubu çocuklarına uygulanan değerler eğitimi programının etkililiğinin araştırıldığı bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmada iki yöntem kullanılmıştır. İlk yöntem ön test ve son test uygulamasının yapıldığı deney ve kontrol grubu çalışması, ikinci yöntem ise öğretmen görüşlerinin elde edildiği nitel durum çalışmasıdır. Çalışma kapsamında Ankara ilinde çalışmaya katılmak isteyen ve gönüllü olan 200 öğretmene eğitim verilmiş ve öğretmenlerin bu programı sınıflarında uygulaması istenmiştir. Çalışmanın uygulandığı okullarda programın uygulanmadığı 4 sınıf seçilmiş ve bu dört sınıf çalışmanın kontrol grubu olarak belirlenmiştir. Deney grubunun da dört sınıftan oluştuğu belirtilmiştir. Çalışma da 50 öğrenci deney grubunu, 46 öğrenci kontrol grubunu oluşturmuştur. 72 öğretmen ise hem programı hem de kendilerine verilen eğitimi değerlendirmişlerdir. Çalışmanın verilerini elde etmek için Gür (2013) tarafından geliştirilen Davranışta Değerler Ölçeği ve araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Programda sevgi, dostluk ve arkadaşlık, saygı, empati, sorumluluk, doğruluk dürüstlük, nezaket davranışları, emanet temaları işlenmiştir. Her ay bir temanın işlendiği ifade edilmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda değerler eğitimi programı kazanımlarını 6 yaş grubu öğrencilerin davranışa dönüştürebildikleri, ön test (deney grubu 133,64 kontrol grubu 130,80) ve son test (deney grubu 186,78 kontrol grubu 141,96) ortalamaları arasında anlamlı farklılıkların olduğu ve öğretmenlerin tamamının aldıkları eğitimi faydalı buldukları sonuçlarına ulaşılmıştır.

Karababa ve Dilmaç (2016) tarafından ergenlerde yalnızlığın Transaksiyonel analiz ego durumları, yaşam pozisyonları ve insani değerler açısından incelenmeye çalışıldığı bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya Denizli il merkezinde öğrenim görmekte olan

683 ergen katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda eleştirel ebeveyn, koruyucu ebeveyn ve çocuk transaksiyonel analiz ego durumları, ben ok değilim- sen ok değilsin, ben ok değilim- sen oksun, ben okum- sen oksun yaşam pozisyonları ve dostluk ile barışçı olma insani değerlerinin yalnızlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir.

### 2.3.3. Yaşamın Anlamı

Özmete (2008) tarafından yaşlılarda yaşamın anlamının objektif ve subjektif refah göstergeleri ile açıklamasının yapılması amaçlanmıştır. Nitel araştırma yönteminin kullanılması ile gerçekleştirilen çalışmaya 65 yaş üstü 10 kadın, 9 erkek katılmıştır. Yapılan çalışmada yaşlıların emekli maaşlarını yetmemesi nedeniyle memnun olmadıkları ancak idare etmeye çalıştıkları, kendine ait evi olan yaşlıların ekonomik açıdan daha memnun olduğu, erkeklerin kadınlara oranla daha sağlıklı ve enerjik hissettikleri, eş kaybının olmadığı ve çocuklarından sosyal destek gören yaşlıların daha mutlu olduğu ve yaşamdan tatmin duygusunu daha fazla aldıkları görülmüştür.

Bireyin yaşamının anlamına sahip olup olmaması bireyin hayata karşı duruşunu değiştirmektedir. Yaşamını anlamlı gören bireylerin olaylar karşısında daha güçlü, zorluklarla daha kolay baş edebildiğini söylenebilmektedir (Yüksel, 2012). Yüksel (2012) tarafından genç yetişkinlerin yaşamlarının anlamının cinsiyet, algılanılan sosyo-ekonomik düzey, algılanılan ebeveyn tutumu, ebeveyn birlikteliği ya da boşanmış olması, doğum sırası değişkenlerine göre incelendiği bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya Sakarya Üniversitesi ile İstanbul Teknik Üniversitesinde öğrenim görmekte olan 465 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda yaşamın anlamının cinsiyet, algılanılan sosyo-ekonomik durum, ebeveyn birlikteliği ya da boşanmış olması değişkenlerine göre değişmediği sonucuna ulaşılmıştır. Algılanılan ebeveyn tutumu ve doğum sırası değişkenlerine göre ise yaşamın anlamının anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Şahin, Aydın, Sarı, Kaya ve Pala (2012) tarafından umut ve yaşamın anlamının öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin incelenmeye çalışıldığı bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya 285 öğrenci katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda umut, yaşamda var olan anlam ile aranan anlamın öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı ve anlamlı düzeyde ilişkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine aynı şekilde öznel iyi oluşun

cinsiyete göre farklılık göstermediği belirlenirken, sınıf düzeyine göre farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır.

Eryılmaz (2017) tarafından madde bağımlısı olan ve olmayan gençler üzerinde yaşama anlam yükleme ve yaşam amaçları belirleme konulu bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma 20 ile 24 arasında yaşları değişmekte olan 56'sı madde bağımlısı olan 52'si madde bağımlısı olmayan 108 genç erkek üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma hem nicel hem de nitel araştırma şeklinde yürütülmüştür. Yapılan çalışmanın sonucunda madde bağımlısı olmayan gençlerin madde bağımlısı olan gençlere göre daha fazla yaşam amaçlarına sahip olduğu ve daha fazla yaşamlarına anlam yükledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Madde bağımlısı olan kişilerin yaşamlarında pek çok işlevi yerine getiremedikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Demirbaş-Çelik ve İşmen-Gazioğlu (2015) tarafından Steger, Frazier, Oishi ve Kaler tarafından 2006 yılında geliştirilmiş olan ve Demirbaş tarafından 2010 yılında Türkçeye uyarlanan Yaşamda Anlam Ölçeği'nin (YAÖ) lise öğrencilerine uyarlama çalışması yapılmıştır. Bu çalışma için ölçek 350 lise öğrencisine uygulanmıştır. Ölçeğin madde toplam korelasyonları yaşamda anlam boyutu için .51 ile .65 arasında değer alırken yaşamda anlam arayışı boyutu için .60 ile .68 arasında değer almıştır. Yine aynı şekilde ölçeğin yaşamda anlam boyutu için Cronbach's Alpha katsayısı .79 olarak belirlenirken yaşamda anlam arayışı için .84 olarak belirlenmiştir. Yapılan incelemeler sonucunda YAÖ'nin üniversite öğrencilerinde olduğu gibi lise öğrencilerinde de uygulanabileceği, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ortaya çıkmıştır.

Akın ve Taş (2015) tarafından Steger, Frazier, Oishi ve Kaler tarafından 2006 yılında geliştirilen YAÖ'nin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının incelenmesi amaçlanmıştır. Ölçeğin maddeleri arasındaki korelasyon değerleri .61 ile .91 arasında değer almaktadır. AFA, toplam varyansın %57'sini açıklamaktadır. İç tutarlılık güvenilirlik katsayısı mevcut anlam için .77, aranan anlam için .83 olarak belirlenmiştir. Test tekrar test güvenilirlik sayıları ise mevcut anlam için .89, aranan anlam için .92 olarak belirlenmiştir. Analizlerden elde edilen sonuçlara bakıldığında YAÖ'nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucuna varılmıştır.

Canatan ve diğerleri (2015) tarafından affediciliğin yaşamın anlamı üzerinde etkisinin olup olmadığını inceleyen bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın grubunu 150 üniversite öğrencisi ile son yetişkinlikte olan 50 kişi oluşturmaktadır. Yapılan

çalışmanın sonucunda yaşlı bireylerin gençlere oranla affediciliğin daha yüksek olması ile birlikte var olan yaşam anlamlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu durum gençlerde ise aranan anlamın daha yüksek olması şeklinde kendini göstermektedir. Cinsiyet değişkeni incelendiğinde ise kadınların daha affedici olduğu ortaya çıkarken cinsiyetin yaşamın anlamında bir farklılaşmaya neden olmadığı ortaya çıkmıştır. Mevcut anlam ile aranan anlam affediciliğe göre incelendiğinde mevcut anlama sahip olan kişilerin affedicilik düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlemlenirken affedicilik ile yaşamda anlam arasında pozitif ilişkilerin olduğu belirlenmiştir.

Değerlerin yaşamın anlamı üzerindeki etkisinin ve bu etkinin cinsiyete göre değişip değişmediğinin araştırıldığı bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın grubunu Konya ilinde farklı üniversitelerde öğrenin görmekte olan 910 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Yapılan çalışmanın sonucunda değerlerin yaşamın anlamı ile arasında hem negatif hem de pozitif yönlü ilişkisinin olduğu bulunmuş, değerlerin yaşamın anlamının önemli bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Ayrıca değerlerin cinsiyete göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Ancak yaşamın anlamının böyle bir farklılık sergilemediği belirtilmiştir. Kadın öğrencilerin toplumsal değerler, maneviyat, özgürlük, insan onuru, kariyer değerleri, entelektüel değerleri erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür (Baş ve Hamarta, 2015).

Yıkılmaz ve Demir-Güdül (2015) tarafından üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyo-ekonomik düzeylere göre yaşam anlamı, yaşam doyumu ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişkisinin nasıl farklılaştığı ve yaşamda anlam ile bilinçli farkındalığın yaşam doyumunu yordayıp yordamadığını incelemeyi amaçlayan bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma 509 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda sosyo-ekonomik düzeye göre sadece yaşamın anlamı ve yaşam doyumunun farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Sosyo-ekonomik düzeyini düşük algılayan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu orta ve yüksek algılayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde düşüktür. Yaşamda anlam düzeyine göre bakıldığında ise sosyo-ekonomik açıdan kendini düşük görenlerin sadece orta derecede görenlere göre düşük olduğu belirlenmiştir. Bunun yanı sıra yaşamda anlamın ve bilinçli farkındalığın yaşam düzeyini anlamlı düzeyde yordadığı ancak anlam arayışının yaşam doyumunun yordayıcı olmadığı ortaya çıkmıştır. Kısacası yaşam anlamının ve bilinçli farkındalığın yüksek olmasının yaşam doyumunun yüksek olmasıyla ilişkisinin olduğu belirtilmiştir.

Demirbaş-Çelik (2016) tarafından üniversite öğrencilerinin yaşamda anlam ve yaşam amaçları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu ilişkinin yanı sıra cinsiyetinde bu ilişkiye etkisi ayrıca çalışmada incelenmiştir. Yapılan çalışmaya Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde öğrenim görmekte olan 268 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda öğrencilerin yaşamda anlam düzeyleri ile yaşam amaçları arasında pozitif yönlü, yaşamda anlam arayış düzeyleri ile yaşam amaçları arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Bunun yanı sıra kadınların erkeklere oranla yaşamda anlam ve yaşam amacı puanlarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

#### **2.3.4. Sosyal İyi Olma**

Kaya (2013)'nin 352 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış olduğu sosyal iyi olma ve duygusal dışavurum arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmasında olumlu ya da olumsuz duygusal dışavurumun sosyal iyi olmayı olumlu yönde yordadığı olumlu duygusal dışavurumun duygusal dışavurum boyutları arasında sosyal iyi olmayı açıklayan en yüksek düzeydeki varyansa sahip bulunduğu bulunmuştur. Yapılan bu çalışma da cinsiyet, algılanılan gelir düzeyi ve farklı algılanılan anne baba tutumları ile sosyal iyi olma arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin akademik başarısı düşük olan öğrencilere göre sosyal iyi olma oranlarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Yurcu ve diğerleri (2015) tarafından Antalya'da otel işletmelerinde çalışan 250 personelin katılımıyla gerçekleşen otel işletmelerinde çalışan personelin sosyal iyi olma algılarının demografik değişkenlere göre nasıl bir değişim sergilediğini ortaya çıkarmayı amaçlayan bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Otel çalışanlarının sosyal iyi olma algıları üzerine yapılan çalışmada çalışanların sosyal iyi olma farkındalıkları ile cinsiyetleri, medeni durumları, yaşları, eğitim durumları ve gelir durumları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı ortaya çıkmıştır.

Bakalım ve Taşdelen-Karçkay (2016) tarafından arkadaşlık kalitesi ve psikolojik iyi olma arasındaki algılanılan sosyal desteğin arabulucu rolünü incelemek için bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma Uşak il merkezinde yer alan 6 devlet lisesinde öğrenim görmekte olan 529 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. 9., 10., 11. ve 12. Sınıfta öğrenim görmekte olan öğrencilerin yaş aralığı 14-19 arasında değişmektedir. Sonuç olarak

sosyal desteğin arkadaşlık kalitesi ile psikolojik iyi olma arasında tam arabuluculuk rolü üstlendiğine ulaşılmıştır.





## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde yapılan araştırmanın modeli (deseni), çalışmanın evreni, evreni temsil eden örneklem, çalışmada kullanılacak olan veri toplama araçları, veri toplama araçlarının dağıtılması, toplanması ve verilerin nasıl analiz edileceğine ilişkin bilgiler verilmiştir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli (Deseni)

Bu çalışma da üniversite öğrencilerinin mutluluklarının yaşam değeri, yaşamın anlamı, sosyal iyi olmaları ile arasındaki ilişkileri incelenmiştir. Bu çalışma ilişkisel araştırma modelinin kullanıldığı, nicel bir çalışma halini almıştır. Neden-sonuç ilişkisinin kurulamadığı, değişimle ya da denetimin yapılamadığı ya da kısmen yapılabildiği çalışmalar bu tür çalışmalara girmektedir (Erkuş, 2013). Araştırma modeli bağımlı değişken olan mutluluğun yanında bağımsız değişken olarak çalışmada yer alan yaşam değeri, yaşamın anlamı, sosyal iyi olma kavramlarının yanında cinsiyet, sınıf düzeyi ve algılanan sosyo-ekonomik düzey gibi değişkenler açısından da incelendiği için ilişkisel tarama modeli özelliklerini de taşımaktadır. İlişkisel tarama tipi araştırmalarda birden fazla özelliğe ait veriler toplanarak değişkenler arasındaki ilişkiler incelenebilmektedir (Can, 2014).

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Bir çalışmanın örneklemini oluşturabilmek için bazı koşullar gerekmektedir. Bu koşullar; elde edilen sonuçların genellenip genellenemeyeceğine, araştırmanın problemine, çalışmanın hitap ettiği evrene, bağımlı değişkenin çalışmada yer alan diğer

değişkenlere göre değişme durumuna, çalışmada yer alan değişkenlerin ulaşılmak istenen sonucu ölçme düzeyi, sayısı ve niteliğine, çalışmayı yapan araştırmacının zaman, emek ve ekonomik sınırlılıklarına göre değişebilmektedir (Erkuş, 2013).

Araştırmacının çalışmada kullandığı örnekleme yöntemi araştırmacının ihtiyaç duyacağı sayıdaki katılımcıya ulaşabilmesini sağlamak için kolaylıkla bulunabileni örnekleme yöntemi (Erkuş, 2013) olmuştur. Araştırmanın örneklemini 2016- 2017 yılında Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 594 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmanın evreni ise Türkiye'de yer alan tüm üniversite öğrencileridir.

Çalışmaya katılan öğrencilerden ilk başta kolaylıkla bulunabileni örnekleme yöntemi ile 621 veri toplanmıştır, kodlamaların hatalı ya da eksik yapıldığı görülen 27 veri işlemden çıkarılmış ve çalışmaya 594 veri ile devam edilmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilerin 230'u kadın, 364'ü erkek öğrencidir. Çalışmaya Eğitim Fakültesi, Meslek Yüksek Okulu, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İdari ve İstisadi Bilimler Fakültesi öğrencileri katılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin bölümleri Almanca Öğretmenliği (18 kişi), Beslenme ve Diyetetik (53 kişi), Harita Kadastro (5 kişi), İktisat (44 kişi), İşletme (55 kişi), Kamu Yönetimi (89 kişi), Meslek Yüksek Okulu (172), Matematik Öğretmenliği (1 kişi), Pazarlama (3 kişi), Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (79 kişi), Sağlık Yönetimi (36 kişi), Siyasi Bilimler (1 kişi), Turizm ve Seyahat (3 kişi), Türkçe Öğretmenliği (35 kişi) şeklindedir. Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş aralığı 18 ile 36 arasında değişmektedir ve yaş ortalaması 20, 67'dir. Çalışma katılan öğrencilerden kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrenci sayısı 14, üst-orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrenci sayısı 77, orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrenci sayısı 418, orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrenci sayısı 55, alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrenci sayısı 30 kişidir.

### **3.3. Verilerin Toplanması**

Araştırmada veri toplama araçları olarak, aşağıda özellikleri yer alan Kişisel Bilgi Formu, Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K), Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ), Schwartz Değerler Listesi (SDL) ve Sosyal İyi Olma Ölçeği (SİOÖ) kullanılacaktır.

### 3.4. Verilerin Toplama Araçları

#### 3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından araştırmaya katılan katılımcılardan cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, algılanan sosyo-ekonomik düzey gibi değişkenler hakkında bilgi almak için hazırlanmış bir formdur (Bkz. Ek-1 ve Ek-2).

#### 3.4.2. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K)

Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K) Doğan ve Akıncı-Çötök tarafından 2011 yılında Türkçeye uyarlanmıştır. OMÖ-K (Hills ve Argyle, 2002) bireylerin mutluluk düzeylerini değerlendirebilmek için geliştirilmiştir. Ölçek 7 maddeden oluşmaktadır ve tek faktörlü bir yapıya sahiptir. Ölçeğin iç tutarlık ve test tekrar test güvenilirlik katsayıları Doğan ve Akıncı-Çötök'un yaptığı çalışmada sırasıyla .74 ve .85 olarak saptanmıştır. Ölçeğin orijinal formu 6'lı Likert tipidir (1-Hiç katılmıyorum,...6-Tamamen katılıyorum). Ancak Türkçeye uyarlamada beşten fazla seçeneğin olması anlam karmaşasına neden olabileceği için Türkçe uyarlamasında ölçek 5'li Likert tipine göre hazırlanmıştır. Ölçeğin madde toplam korelasyonu değerleri .36 ile .55 arasında değişmektedir. Ölçek son haliyle 7 maddeden oluşan 5'li Likert tipi (1-Hiç Katılmıyorum, 5-Tamamen Katılıyorum) bir ölçek olmuştur (Doğan ve Akıncı-Çötök,2011).

Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yöntemleri uygulanmış, verilerin uygunluğunu belirlemek için örneklem uygunluğu ve Barlett Sphericity testleri yapılmıştır. Ölçeğin Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem uygunluk katsayısı .80 ve Barlet-Sphericity testi ki kare değeri 390.616 ( $p < .001$ ) olarak belirlenmiştir. Yapılan AFA sonucunda ölçeğin özdeğeri 2.782 olan ve toplam varyansın % 39.74' ünü açıklayabilen tek faktörlü bir yapı elde edilmiş. OMÖ-K' nun güvenilirliğini belirlemek için Cronbach alfa iç tutarlık ve test tekrar test yöntemleri kullanılmış. Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı yapılan çalışma sonucunda .74 olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirlik çalışmasında ise ölçek 81 üniversite öğrencisine iki hafta arayla uygulanmış

ve iki uygulama arasında .85 korelasyon elde edilmiştir (Doğan ve Akıncı-Çötök, 2011).

Ölçümlerde güvenilirlik, ölçme işleminin hatalardan arınmış olması anlamına gelmektedir. Birden fazla uygulama yapmadan, bir seferde yapılan ve ölçme işleminin kendi içinde ne kadar tutarlı olduğunu gösteren işleme Cronbach alfa denir. -1 ile +1 arasında değer alan güvenilirlik katsayısı anlamına gelen Cronbach alfa genellikle 0 ile +1 arasında değer alır ve +1'e ne kadar yakınsa güvenilirliğin o oranda güçlü olduğu anlamını taşır (Can, 2014). Ölçeğin kendine ait güvenilirlik değerlerinin yanı sıra tez çalışması için elde edilen verilerden yararlanılarak yapılan güvenilirlik analizi sonucuna bakıldığında Cronbach alfa iç tutarlık katsayısının .29 değerini aldığı görülmektedir.

### 3.4.3. Schwartz Değerler Listesi (SDL)

Schwartz Değerler Listesi (SDL), 1992 yılında Schwartz tarafından geliştirilmiştir. SDL 57 maddeden ve on alt boyuttan oluşmaktadır. Kuşdil ve Kağıtçıbaşı ölçeğin Türkçeye uyarlamasını, geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını yapmışlardır. Kuşdil ve Kağıtçıbaşı (2000) tarafından ana boyutlar ve değerler için Türkçe adlandırmalar kullanılmıştır. Her bir madde katılımcının kendi hayatında taşıdığı öneme göre 1 ile 7 (1-İlkelerime ters düşer ile 7- En üst düzeyde önemlidir) arasında değişen değerler almaktadır. 57 maddenin yanında ayrıca parantez içlerinde değerlerin açıklamaları bulunmaktadır. Ölçeğin on alt boyutu; güç, başarı, hazcılık, uyarılma, özdenetim, evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyum, güvenlik şeklindedir. Güç ve başarı alt boyutları öz genişletim grubunu, hazcılık, uyarılım, öz denetim alt boyutları yeniliğe açıklık grubunu, evrensellik, yardımseverlik alt boyutlarının öz aşkınlık grubunu, geleneksellik, uyma ve güvenlik alt boyutlarının muhafazakarlık grubunu oluşturduğu belirtilmektedir. Öz genişletim ve yeniliğe açıklık grubu bireysel değerleri, öz aşkınlık ve muhafazakarlık grubu sosyal değerleri ifade etmektedir.

Kuşdil ve Kağıtçıbaşı (2000) tarafından yapılan çalışmada değer tipleri için hesaplanan güvenilirlik katsayıları .51 - .77, değer grupları için .77 - .83 arasında değer almakta olup bu katsayılar evrensellik için .77, yardımseverlik (iyilikseverlik) için .76, hazcılık için .54, güç için .75, başarı için .66, uyarılma için .70, öz denetim için .69, geleneksellik için .63, uyma için .51 ve güvenlik için .59 olarak hesaplanmıştır. Ana değer grupları iç tutarlılık analiz sonuçlarına baktığımızda; muhafazakarlık grubu için .80, yeniliğe

açıklık değer grubu için .81, özaşkınlık değer grubu için .81, özgenişletim değer grubu için .84 olarak hesaplanmıştır (Yıldız ve diğerleri, 2013). Yine aynı şekilde yapılan tez çalışmasında kullanılan SDL'nin Cronbach alfa değeri incelendiğinde; güç alt boyutu için .67, başarı alt boyutu için .74, hazcılık alt boyutu için .50, uyarılım alt boyutu için .65, öz denetim alt boyutu için .70, evrensellik alt boyutu için .82, yardımseverlik alt boyutu için .80, geleneksellik alt boyutu için .63, uyma alt boyutu için .64, güvenlik alt boyutu için .72 değer aldığı görülmüştür. SDL'nin alt boyutlarının yapılan çalışma da güvenilir sonuçlar verdiği görülmektedir.

#### **3.4.4.Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ)**

Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ), Steger, Frazier, Oishi ve Kaler tarafından 2006 yılında geliştirilmiştir, Akın ve Taş tarafından 2015 yılında Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Ölçek 7'li Likert tipinde (1-Kesinlikle geçerli değil-7-Kesinlikle geçerli) geliştirilen bir ölçme aracıdır. YAÖ 10 maddeden oluşmaktadır. YAÖ var olan anlam (1., 4., 5., 6. ve 9. maddeler) ve bulunmaya çalışılan anlam (2., 3., 7., 8. ve 10. maddeler) şeklinde iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten elde edilebilecek puan aralığı 7 ile 70 arasında değişmektedir. Ölçeğin alt boyutlarından alınan yüksek puanlar bireyin o alt boyuta ait özelliğe sahip olma düzeyinin yüksek olduğunu, alınan düşük puanlarda bireyin o alt boyuta ait özelliğe sahip olma düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. 10 maddeden oluşan ölçeğin 9. maddesi ters puanlanmaktadır (Akın ve Taş, 2015).

Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek amacıyla yapılan AFA sonucunda 10 maddenin toplam varyansın % 57'sini açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin faktör yükleri .54 ile .77 arasında değişmektedir. Ölçeğin madde toplam korelasyonu puanları ise .42 ile .68 arasında değer almaktadır. DFA'da iki boyutlu modelin iyi uyum verdiği görülmüştür ( $\chi^2 = 77.77$ ,  $sd = 31$ ,  $RMSEA = .065$ ,  $NFI = .95$ ,  $CFI = .97$ ,  $GFI = .96$ ,  $AGFI = .93$ ,  $RFI = .93$ ,  $SRMR = .065$ ). Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları mevcut anlam alt ölçeği için .77, aranan anlam alt ölçeği için .83 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test güvenilirlik katsayıları mevcut anlam alt ölçeği için .89, aranan anlam alt ölçeği için .92 olarak hesaplanmıştır (Akın ve Taş, 2015). Ayrıca yapılan tez çalışmasında YAÖ'nin Cronbach alfa değerleri var olan anlam alt boyutu için .74, bulunmaya çalışılan anlam boyutu için .79 değer aldığı ve bu alt boyutların güvenilir sonuçlar verdiği görülmektedir.

### 3.4.5.Sosyal İyi Olma Ölçeği (SİOÖ)

Sosyal İyi Olma Ölçeği, Keyes (1998) tarafından geliştirilmiş ve Akın, Demirci, Çitemel, Sarıçam ve Ocakçı (2013) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Kendini değerlendirme ölçeğidir, kağıt kalem testi şeklinde uygulanır. Ölçek 7'li Likert ( 1, “Kesinlikle Katılmıyorum”; 2 “Önemli ölçüde katılmıyorum ”; 3 “Çok az katılmıyorum”; 4 “Kararsızım” 5 “Bazen Katılıyorum”; 6 “Önemli ölçüde katılıyorum”; 7 ise “Kesinlikle Katılıyorum”) tipinde bir ölçme aracıdır. Ölçek 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçek tek boyutta ölçüm sağlamakta ve genel bir sosyal iyi olma puanı vermektedir. Ölçeğin 8 maddesi (1., 2., 7., 8., 9., 10., 13. ve 15. maddeler) ters puanlanmaktadır. Ölçekten elde edilen puanlarının yüksek olması, sosyal iyi olma düzeylerinin yüksek olduğu anlamını taşımaktadır (Kaya, 2013).

SİOÖ'nin orijinal formu için güvenirlik ve geçerlilik çalışmalarında yapı geçerliliği DFA ile incelenmiştir. DFA sonucunda 15 maddeden oluşan 5 alt boyutlu ölçeğin uyum indeksi birinci grup için  $X^2 = 914$ , GFI = .86, AGFI = .84; ikinci grup için  $X^2 = 705$ , GFI = .95, AGFI = .92 olarak belirlenmiştir. Orijinal SİOÖ'nin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları beş alt boyut için .41 ile .81 arasında değişmektedir. SİOÖ'nin Türkçe formu için yapılan geçerlik çalışmasında yapı geçerliğini belirlemek için DFA yapılmış ve ölçeğin orijinal formunda yer alan beş boyut yerine tek boyuttan oluşan bir sosyal iyi olma modelinin daha iyi uyum verdiği ortaya çıkmıştır ( $X^2 = 155.46$ ,  $sd = 86$ ,  $p = .00001$ , RMSEA = .054, GFI = .93, AGFI = .90, SRMR = .065). SİOÖ Türkçe formunun güvenirliğini belirlemek için yapılan Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .64 olarak belirlenmiştir (Kaya, 2013). Yapılan tez çalışması sonucunda elde edilen Cronbach alfa değeri incelendiğinde ise SİOÖ'nin .65 değerini aldığı ve bu sonucun güvenilir olduğu görülmektedir.

### 3.5. Verilerin Analizi

Yapılan çalışmada mutluluk ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma değişkenleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu ilişkilerin incelenmesinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, Bağımsız Örneklemeler İçin *t*-Testi, İlişkisiz Örneklemeler İçin Tek Yönlü Varyans Analizi, Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi yöntemleri kullanılmıştır. Analiz sonuçlarını görselleştirmek için grafiklere yer

verilecektir. Verilerin analizi ile ilgili bütün süreçlerde SPSS 22.00 istatistik paket programı kullanılmıştır.

Çalışma Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi kütüphanesinde alan yazın taraması ile başlamıştır. Çalışmada kullanılan OMÖ-K, SDL, YAÖ, SİOÖ daha önce geçerliliği ve güvenilirliği ispat edilmiş ölçme araçlarıdır. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etiği Kurulu'ndan ölçeklerin üniversite öğrencilerine uygulanması için izin alındıktan sonra kolaylıkla bulunabileni örnekleme yöntemi ile ölçekler üniversite öğrencilerine uygulanmıştır. Çalışmalar amfi ve sınıflarda eğitim görmekte olan öğrencilere, gözetiminde buldukları öğretim görevlisi izni ve eşliğinde, çalışmayı yapan kişinin kendisini ve çalışmasını tanıtmayı ile gerçekleştirilmiştir. Elde edilen verilerden kodlamalarda hatalı ya da eksik olanlar işleme alınmamıştır. Alan yazın taraması ve ölçeklerin uygulanmasının ardından veriler analiz edilerek çalışma tamamlanmıştır.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde üniversite öğrencilerinin mutluluk, yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma değişkenlerinin betimsel istatistikleri, bu değişkenlerin cinsiyet, algılanan sosyo-ekonomik düzey açısından farklılaşıp farklılaşmadığı ve mutluluk ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma arasındaki ilişki ve yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın mutluluğu ne oranda yordadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçları aşağıda yer almaktadır.

#### **4.1. Üniversite Öğrencilerinden Elde Edilen Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı Ve Sosyal İyi Olma Değişkenlerinin Puanlarının Betimsel İstatistikleri**

Çalışmanın bu bölümünde ilk önce araştırmayla ilgili bulgulara yer verilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen verilerden yola çıkarak araştırmanın betimleyici istatistikleri Tablo 6'da sunulmuştur.



Tablo 6

*Üniversite Öğrencilerinden Elde Edilen Puanlara İlişkin Betimleyici İstatistikler*

Değişkenler	N	$\bar{X}$	Ortanca	Tepe Değer	S	Maksimum	Minimum	Ranj	Skewness	Kurtosis
Mutluluk	594	20.06	20.00	20.00	3.31	31.00	11.00	20.00	-1.10	-0.00
Güç	594	26.76	27.00	27.00	5.24	35.00	8.00	27.00	-.61	-.13
Başarı	594	29.60	30.00	35.00	4.60	35.00	13.00	22.00	-1.02	.76
Hazcılık	594	17.65	18.00	21.00	2.91	21.00	3.00	18.00	-1.16	2.13
Uyarılım	594	22.45	23.00	25.00	4.06	28.00	6.00	22.00	-.77	.45
Öz denetim	594	31.50	32.00	35.00	3.67	35.00	5.00	30.00	-1.82	5.95
Evrensellik	594	55.84	57.00	63.00	7.02	63.00	10.00	53.00	-1.87	5.54
Yardımsellik	594	54.89	56.00	63.00	7.22	63.00	9.00	54.00	-1.57	3.99
Geleneksellik	594	32.64	33.00	35.00	5.92	42.00	6.00	36.00	-.66	.51
Uyma	594	23.84	24.00	28.00	3.66	28.00	4.00	24.00	-1.32	2.67
Güvenlik	594	42.77	44.00	46.00	5.32	49.00	17.00	32.00	-1.64	3.59
Bireysel değerler	594	127.95	130.00	136	15.82	154.00	60.00	94.00	-.83	.92
Sosyal değerler	594	209.97	215.00	230.00	24.61	245.00	65.00	180.00	-1.64	4.32
Var olan anlam	594	24.67	25.00	30.00	5.69	35.00	5.00	30.00	-.49	-.07
Bulunmaya çalışılan anlam	594	24.27	25.00	25.00	6.13	35.00	5.00	30.00	-.63	.29
Sosyal Olma İyi	594	60.06	60.00	60.00	11.15	96.00	31.00	65.00	0.17	0.05

Çalışmanın ilk aşamasında Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi bünyesinde yer alan Eğitim Fakültesi, Meslek Yüksek Okulu, Sağlık Bilimleri Fakültesi ve İdari ve İktisadi Bilimler Fakültesi'nde öğrenim gören toplam 621 öğrenciden veriler toplanmıştır. Veriler kolaylıkla bulunabileni örnekleme yöntemi (Erkuş,2013) ile toplanmıştır. Daha sonra yapılan incelemelerde uygun kodlanmadığı, katılımcıdan kaynaklı hataların olduğu 27 veri analizlere dahil edilmemiştir. Bu bağlamda çalışmanın analizleri 594 veri üzerinden gerçekleştirilmiştir.

Araştırmada ilk olarak değişkenlere ait betimleyici istatistikler incelenmiştir. Bu değişkenlerden mutluluk değişkeninin  $\bar{X} = 20.06$ , ortanca ve tepe değeri 20.00, S (standart sapma)= 3.31, maksimum değeri 31.00, minimum değeri 11.00, ranjı 20.00, skewness değeri -0.10, kurtosis değeri -0.00 olarak bulunmuştur. Ayrıca bu değişkenin skewness (kayıklık) ve kurtosis (basıklık) değerlerinin 1'den küçük olmasının mutluluk

ölçeği puan dağılımlarının normal kabul edilebileceğini (Can, 2014) bize göstermektedir.

Çalışmanın diğer bir değişkeni olan yaşam değeri değişkeni 57 maddeden ve 10 alt boyuttan oluşan SDL ile ölçülmüştür. Ölçek 594 veri üzerinden analize alınmıştır. Ölçekten toplam puan elde edilememesi bizi alt boyutlar bazında analiz yapmaya yönlendirmektedir. SDL'nin alt boyutları güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz denetim, evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma ve güvenlik şeklindedir. Ayrıca ölçek alt boyutlar bazında bireysel ve sosyal değerleri de ortaya koymaktadır. Bireysel değerlere güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz denetim; sosyal değerlere evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma, güvenlik alt boyutları ile ulaşabilmekteyiz. Güç alt boyutunun  $\bar{X} = 26.76$ , ortanca değeri 27.00, tepe değeri 27.00,  $S = 5.24$ , maximum değeri 35.00, minimum değeri 8.00, ranjı 27.00, skewness değeri  $-.61$ , kurtosis değeri  $.13$  olarak hesaplanmıştır. Güç alt boyutunun skewness ve kurtosis değerlerinin birden küçük olması puan dağılımının normal olduğunu (Can, 2014) ifade etmektedir. Başarı alt boyutunun  $\bar{X} = 29.60$ , ortanca değeri 30.00, tepe değeri 35.00,  $S = 4.60$ , maximum değeri 35.00, minimum değeri 13.00, ranjı 22.00, skewness değeri  $-1.02$ , kurtosis değeri  $.76$  olarak hesaplanmıştır. Başarı alt boyutunun skewness ve kurtosis değerlerinin birden küçük olması puan dağılımının normal aralıkta olduğunu göstermektedir. Hazcılık alt boyutunun  $\bar{X} = 17.65$ , ortanca değeri 18.00, tepe değeri 21.00,  $S = 2.91$ , maximum değeri 21.00, minimum değeri 3.00, ranjı 18.00, skewness değeri  $-1.16$ , kurtosis değeri  $2.13$  olarak hesaplanmıştır. Bu alt boyutun kurtosis değerinin birden büyük olması puan dağılımının normal olmadığını göstermektedir. Uyarılım alt boyutunun  $\bar{X} = 22.45$ , ortanca değeri 23.00, tepe değeri 25.00,  $S = 4.06$ , maximum değeri 28.00, minimum değeri 6.00, ranjı 22.00, skewness değeri  $-.77$ , kurtosis değeri  $.45$  olarak hesaplanmıştır. Skewness ve kurtosis değerlerinin birden küçük olması uyarılım alt boyutu puan dağılımının normal aralıkta olduğunu göstermektedir. Öz denetim alt boyutunun  $\bar{X} = 31.50$ , ortanca değeri 32.00, tepe değeri 35.00,  $S=3.67$ , maximum değeri 35.00, minimum değeri 5.00, ranjı 30.00, skewness değeri  $-1.81$ , kurtosis değeri  $5.95$  olarak hesaplanmıştır. Kurtosis değerinin birden büyük olması öz denetim alt boyutu puan dağılımının normal olmadığını ifade etmektedir. Evrensellik alt boyutunun  $\bar{X} = 55.84$ , ortanca değeri 57.00, tepe değeri 63.00,  $S = 7.02$ , maximum değeri 63.00, minimum değeri 10.00, ranjı 53.00, skewness değeri  $-1.87$ , kurtosis değeri

5.54 olarak hesaplanmıştır. Kurtosis değeri nedeniyle evrensellik alt boyutu puan dağılımı normal dağılım sergilememektedir. Yardımseverlik alt boyutu  $\bar{X} = 54.89$ , ortanca değeri 56.00, tepe değeri 63.00,  $S = 7.22$ , maximum değeri 63.00, minimum değeri 9.00, ranjı 54.00, skewness değeri -1.57, kurtosis değeri 3.99 olarak hesaplanmıştır. Kurtosis değerinin birden büyük olması nedeniyle yardımseverlik alt boyutu puan dağılımı normal dağılım sergilememektedir. Geleneksellik alt boyutu  $\bar{X} = 32.64$ , ortanca değeri 33.00, tepe değeri 35.00,  $S = 5.92$ , maximum değer, 42.00, minimum değeri 6.00, ranjı 36.00, skewness değeri -.66, kurtosis değeri .51 olarak hesaplanmıştır. Geleneksellik alt boyutu puan dağılımının normal dağılım olduğu söylenebilmektedir. Uyma alt boyutunun  $\bar{X} = 23.84$ , ortanca değeri 24.00, tepe değeri 28.00,  $S = 3.66$ , maximum değeri 28.00, minimum değeri 4.00, ranjı 24.00, skewness değeri -1.32, kurtosis değeri 2.67 olarak hesaplanmıştır. Uyma alt boyutunun puan dağılımının normal dağılım sergilemediği görülmüştür. Güvenlik alt boyutunun  $\bar{X} = 42.77$ , ortanca değeri 44.00, tepe değeri 46.00,  $S = 5.32$ , maximum değeri 49.00, minimum değeri 17.00, ranjı 32.00, skewness değeri -1.64, kurtosis değeri 3.59 olarak hesaplanmıştır. Güvenlik alt boyutunun puan dağılımının normal dağılım sergilemediği görülmüştür. Bunların yanı sıra bireysel değerlerin  $\bar{X} = 127.95$ , ortanca değerinin 130.00, tepe değerinin 136,  $S=15.82$ , maximum değerinin 154.00, minimum değerinin 60.00, ranjının 94.00, skewness değerinin -.83, kurtosis değerinin .93 olduğu görülmüştür. Skewness ve kurtosis değerlerinin birden küçük olması nedeniyle bireysel değerler puan dağılımının normal dağılım olduğu (Can, 2014) ifade edilmektedir. Yine aynı şekilde sosyal değerlerin  $\bar{X} = 209.97$ , ortanca değeri 215.00, tepe değeri 230.00,  $S = 24.61$ , maximum değerinin 245.00, minumum değerinin 65.00, ranjının 180.00, skewness değerinin -1.64, kurtosis değerinin 4.32 olduğu görülmüştür. Sosyal değerler puan dağılımının normal dağılım sergilemediği görülmüştür.

Çalışmanın diğer bir bağımsız değişkeni olan yaşamın anlamı değişkeni 594 öğrenciye 10 madde, 2 alt boyuttan oluşan YAÖ'nin uygulanması ile incelenmiştir. Yaşamın anlamı ölçeği var olan anlam ve bulunmaya çalışılan anlam olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Var olan anlam alt boyutu için  $\bar{X} = 24.67$ , ortanca değeri 25.00, tepe değeri 30.00,  $S = 5.69$ , maximum değeri 35.00, minimum değeri 5.00, ranjı 30.00, skewness değeri -.49, kurtosis değeri -.07 olarak hesaplanmıştır. Bulunmaya çalışılan anlam alt boyutunun ise  $\bar{X} = 24.27$ , ortanca değeri 25.00, tepe değeri 25.00,  $S=6.13$ ,

maximum değeri 35.00, minimum değeri 5.00, ranjı 30.00, skewness değeri -.63, kurtosis değeri .29 olarak hesaplanmıştır. Skewness ve kurtosis değerinin birden küçük olması (Can, 2014) hem var olan anlam alt boyutunun hem de bulunmaya çalışılan anlam alt boyutunun puan dağılımının normal dağılım olduğunu ifade etmektedir.

Çalışmanın bir diğer bağımsız değişkeni olan sosyal iyi olma değişkeninin  $\bar{X} = 60.06$ , ortanca ve tepe değeri 60.00,  $S = 11.15$ , maximum değeri 96.00, minimum değeri 31.00, ranjı 65.00, skewness değeri 0.17, kurtosis değeri 0.05 olduğu belirlenmiştir. Basıklık ve kayıklık değerlerinin 1'den küçük olması (Can, 2014) da sosyal iyi olma değişkeninin puan dağılımlarının normal aralıkta olduğunu göstermektedir.

## **4.2. Üniversite Öğrencilerinden Elde Edilen Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı Ve Sosyal İyi Olma Değişkenlerinin Cinsiyet ve Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Açısından Anlamlılık Düzeylerinin İncelenmesi**

### **4.2.1. Cinsiyetin Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi**

Çalışmanın bu bölümünde farklı gruplardan elde edilen veri değerlerinin ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem için *t*-testi (Can, 2014) yapılmıştır. Cinsiyetin mutluluk, yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma üzerindeki farkının anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem için *t*-testi analiz sonuçları Tablo 7'de belirtilmiştir.

**Tablo 7**  
*Cinsiyet Değişkeninin Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Üzerindeki Etkisi İçin Bağımsız Örneklemeler İçin t-Testi*

Değişkenler		N	$\bar{X}$	S	Sd	T	p																																																																																																																																																																																
Mutluluk	Kadın	230	20.47	3.24	592	2.40	.02																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	19.80	3.33				Güç	Kadın	230	26.69	5.51	592	-.26	.80	Erkek	364	26.80	5.07	Başarı	Kadın	230	29.28	4.89	592	-1.34	.18	Erkek	364	29.80	4.41	Hazcılık	Kadın	230	17.68	3.04	592	.17	.87	Erkek	364	17.64	2.84	Uyarılım	Kadın	230	22.54	3.84	592	.44	.66	Erkek	364	22.39	4.20	Öz denetim	Kadın	230	30.91	3.94	592	-3.13	.00	Erkek	364	31.87	3.44	Evrensellik	Kadın	230	54.60	7.18	592	-3.44	.00	Erkek	364	56.62	6.80	Yardımseverlik	Kadın	230	53.43	7.70	592	-3.98	.00	Erkek	364	55.82	6.74	Geleneksellik	Kadın	230	31.81	6.31	592	-2.72	.01	Erkek	364	33.16	5.61	Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00	Erkek	364	24.29	3.40	Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42
Güç	Kadın	230	26.69	5.51	592	-.26	.80																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	26.80	5.07				Başarı	Kadın	230	29.28	4.89	592	-1.34	.18	Erkek	364	29.80	4.41	Hazcılık	Kadın	230	17.68	3.04	592	.17	.87	Erkek	364	17.64	2.84	Uyarılım	Kadın	230	22.54	3.84	592	.44	.66	Erkek	364	22.39	4.20	Öz denetim	Kadın	230	30.91	3.94	592	-3.13	.00	Erkek	364	31.87	3.44	Evrensellik	Kadın	230	54.60	7.18	592	-3.44	.00	Erkek	364	56.62	6.80	Yardımseverlik	Kadın	230	53.43	7.70	592	-3.98	.00	Erkek	364	55.82	6.74	Geleneksellik	Kadın	230	31.81	6.31	592	-2.72	.01	Erkek	364	33.16	5.61	Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00	Erkek	364	24.29	3.40	Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49								
Başarı	Kadın	230	29.28	4.89	592	-1.34	.18																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	29.80	4.41				Hazcılık	Kadın	230	17.68	3.04	592	.17	.87	Erkek	364	17.64	2.84	Uyarılım	Kadın	230	22.54	3.84	592	.44	.66	Erkek	364	22.39	4.20	Öz denetim	Kadın	230	30.91	3.94	592	-3.13	.00	Erkek	364	31.87	3.44	Evrensellik	Kadın	230	54.60	7.18	592	-3.44	.00	Erkek	364	56.62	6.80	Yardımseverlik	Kadın	230	53.43	7.70	592	-3.98	.00	Erkek	364	55.82	6.74	Geleneksellik	Kadın	230	31.81	6.31	592	-2.72	.01	Erkek	364	33.16	5.61	Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00	Erkek	364	24.29	3.40	Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																				
Hazcılık	Kadın	230	17.68	3.04	592	.17	.87																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	17.64	2.84				Uyarılım	Kadın	230	22.54	3.84	592	.44	.66	Erkek	364	22.39	4.20	Öz denetim	Kadın	230	30.91	3.94	592	-3.13	.00	Erkek	364	31.87	3.44	Evrensellik	Kadın	230	54.60	7.18	592	-3.44	.00	Erkek	364	56.62	6.80	Yardımseverlik	Kadın	230	53.43	7.70	592	-3.98	.00	Erkek	364	55.82	6.74	Geleneksellik	Kadın	230	31.81	6.31	592	-2.72	.01	Erkek	364	33.16	5.61	Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00	Erkek	364	24.29	3.40	Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																
Uyarılım	Kadın	230	22.54	3.84	592	.44	.66																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	22.39	4.20				Öz denetim	Kadın	230	30.91	3.94	592	-3.13	.00	Erkek	364	31.87	3.44	Evrensellik	Kadın	230	54.60	7.18	592	-3.44	.00	Erkek	364	56.62	6.80	Yardımseverlik	Kadın	230	53.43	7.70	592	-3.98	.00	Erkek	364	55.82	6.74	Geleneksellik	Kadın	230	31.81	6.31	592	-2.72	.01	Erkek	364	33.16	5.61	Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00	Erkek	364	24.29	3.40	Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																												
Öz denetim	Kadın	230	30.91	3.94	592	-3.13	.00																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	31.87	3.44				Evrensellik	Kadın	230	54.60	7.18	592	-3.44	.00	Erkek	364	56.62	6.80	Yardımseverlik	Kadın	230	53.43	7.70	592	-3.98	.00	Erkek	364	55.82	6.74	Geleneksellik	Kadın	230	31.81	6.31	592	-2.72	.01	Erkek	364	33.16	5.61	Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00	Erkek	364	24.29	3.40	Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																								
Evrensellik	Kadın	230	54.60	7.18	592	-3.44	.00																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	56.62	6.80				Yardımseverlik	Kadın	230	53.43	7.70	592	-3.98	.00	Erkek	364	55.82	6.74	Geleneksellik	Kadın	230	31.81	6.31	592	-2.72	.01	Erkek	364	33.16	5.61	Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00	Erkek	364	24.29	3.40	Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																																				
Yardımseverlik	Kadın	230	53.43	7.70	592	-3.98	.00																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	55.82	6.74				Geleneksellik	Kadın	230	31.81	6.31	592	-2.72	.01	Erkek	364	33.16	5.61	Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00	Erkek	364	24.29	3.40	Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																																																
Geleneksellik	Kadın	230	31.81	6.31	592	-2.72	.01																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	33.16	5.61				Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00	Erkek	364	24.29	3.40	Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																																																												
Uyma	Kadın	230	23.13	3.95	592	-3.80	.00																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	24.29	3.40				Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00	Erkek	364	43.59	5.04	Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																																																																								
Güvenlik	Kadın	230	41.47	5.50	592	-4.81	.00																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	43.59	5.04				Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30	Erkek	364	128.50	15.26	Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																																																																																				
Bireysel değerler	Kadın	230	127.10	16.66	592	-1.05	.30																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	128.50	15.26				Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00	Erkek	364	213.47	23.13	Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																																																																																																
Sosyal değerler	Kadın	230	204.44	25.90	592	-4.42	.00																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	213.47	23.13				Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33	Erkek	364	24.49	5.66	Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																																																																																																												
Var olan anlam	Kadın	230	24.96	5.74	592	.98	.33																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	24.49	5.66				Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15	Erkek	364	24.56	6.17	Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																																																																																																																								
Bulunmaya çalışılan anlam	Kadın	230	23.82	6.04	592	-1.44	.15																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	24.56	6.17				Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42	Erkek	364	59.77	11.49																																																																																																																																																																				
Sosyal İyi Olma	Kadın	230	60.53	10.59	592	.81	0.42																																																																																																																																																																																
	Erkek	364	59.77	11.49																																																																																																																																																																																			

Araştırmaya dahil olan 594 üniversite öğrencisinin 230'u kadın, 364'ü erkek öğrencilerden oluşturmaktadır. Analizler bu veriler üzerinden gerçekleştirilmiştir. Çalışmada ilk önce cinsiyetin mutluluk değişkeni üzerinde bir farklılaşmaya neden olup olmadığını belirlemek için yapılan bağımsız örneklemeler için *t*-testinde, kadın öğrencilerin mutluluk puan ortalamaları ( $\bar{X}_{kadın} = 20,47$ ) ile erkek öğrencilerin mutluluk puan ortalamaları ( $\bar{X}_{erkek} = 19,80$ ) arasında anlamlı bir farkın olduğu ( $p = 0.02$ ) görülmüştür [ $t_{(592)} = 2,40, p < 0,05$ ]. Sonuçlar doğrultusunda cinsiyetin mutluluk üzerinde anlamlı bir fark ortaya koyduğu görülmektedir. Bu bağlamda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere oranla mutluluk seviyelerinin daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Yine aynı şekilde cinsiyetin yaşam değeri üzerinde anlamlı bir farklılaşmaya neden olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklemeler için *t*-testi yapılmıştır. Yapılan bu analizde ölçeğin toplam puan verememesinden dolayı alt boyutlar incelenmiştir. Bu kapsamda güç alt boyutunda kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 26.69$ ) öğrenciler ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 26.80$ ) öğrencilerin puan ortalamaları arasında anlamlı bir farkın olmadığı ( $p = .80$ ) görülmüştür [ $t_{(592)} = -.26, p < 0,05$ ]. Başarı alt boyutunda da kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 29.28$ ) öğrenciler ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 29.80$ ) öğrencilerin puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark ( $p = .18$ ) görülmemiştir [ $t_{(592)} = -1.34, p < 0,05$ ]. Yine aynı şekilde hazcılık alt boyutunda da kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 17.68$ ) puan ortalamaları ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 17.64$ ) puan ortalamaları arasında anlamlı bir farkın olmadığı ( $p = .87$ ) görülmüştür [ $t_{(592)} = .17, p < 0,05$ ]. Uyarılım alt boyutunda da kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 22.54$ ) öğrencilerin puan ortalamaları ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 22.39$ ) öğrencilerin puan ortalamaları üzerinde anlamlı bir fark olmadığı ( $p = .66$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $t_{(592)} = .44, p < 0,05$ ]. Öz denetim alt boyutunda ise kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 30.91$ ) öğrenciler ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 31.87$ ) öğrencilerin puan ortalamaları karşılaştırıldığında öz denetim değerinin erkek öğrenciler lehine cinsiyet ile anlamlı ( $p = .00$ ) bir fark sergilediği görülmüştür [ $t_{(592)} = -.3.13, p < 0,05$ ]. Evrensellik alt boyutunda da kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 54.60$ ) öğrenciler ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 56.62$ ) öğrencilerin puan ortalamaları arasında anlamlı bir farkın ( $p = .00$ ) olduğu görülmüştür [ $t_{(592)} = -3.44, p < 0,05$ ]. Evrensellik değerinin erkekler üzerinde daha çok farka neden olduğu belirlenmiştir. Yardımseverlik alt boyutunda da kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 53.43$ ) öğrencilerin puan ortalamaları ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 55.82$ ) öğrencilerin puan ortalamaları

karşılaştırıldığında, cinsiyetin yardımseverlik değeri üzerinde erkekler lehine anlamlı bir farkın olduğu ( $p = .00$ ) olduğu görülmüştür [ $t_{(592)} = -3.98, p < 0,05$ ]. Geleneksellik alt boyutunda da kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 31.81$ ) öğrenciler ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 33.16$ ) öğrencilerin puan ortalamaları karşılaştırıldığında, cinsiyetin geleneksellik değeri üzerinde anlamlı ( $p = .01$ ) bir farkın olduğu, erkek öğrencilerin daha geleneksel olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır [ $t_{(592)} = -2.72, p < 0,05$ ]. Uyma alt boyutunda da kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 23.13$ ) öğrenciler ile erkek ortalamaları ( $\bar{X}_{erkek} = 24.29$ ) öğrencilerin puan ortalamaları karşılaştırıldığında, cinsiyetin uyma değeri üzerinde anlamlı bir etkisinin ( $p = .00$ ) olduğu sonucuna ulaşılmıştır [ $t_{(592)} = -3.80, p < 0,05$ ]. Güvenlik alt boyutunda da kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 41.47$ ) öğrenciler ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 43.59$ ) öğrencilerin puan ortalamaları karşılaştırıldığında cinsiyetin güvenlik değeri ile anlamlı bir fark ( $p = .00$ ) sergilediği görülmüştür [ $t_{(592)} = -4.81, p < 0,05$ ]. Yaşam değerini alt boyutlar bazında ele aldığımızda öz denetim, evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma ve güvenlik değerlerinin cinsiyet değişkeni ile erkekler lehine anlamlı bir fark ortaya koyduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunların yanı sıra yaşam değerini sosyal ve bireysel değerler bazında ele aldığımızda ise bireysel değerlerin cinsiyet bazında anlamlı bir farkın olmadığı ( $p = .30$ ) hem kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 127.10$ ) hem de erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 128.50$ ) öğrencilerin aldığı puan ortalamalarından görülmektedir [ $t_{(592)} = -1.05, p < 0,05$ ]. Sosyal değerler incelendiğinde ise cinsiyetin kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 204.44$ ), ( $\bar{X}_{erkek} = 213.47$ ) anlamlı bir farkın olduğu ( $p = .00$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $t_{(592)} = -4.42, p < 0,05$ ]. Bu bağlamda erkeklerin sosyal değerlere daha çok önem verdiği söylenebilmektedir.

Cinsiyetin yaşamın anlamı üzerinde anlamlı bir farkının olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem için  $t$ -testi yapılmıştır. YAÖ iki alt boyuttan oluşmaktadır. Al boyutlardan ilki olan var olan anlam alt boyutunda kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 24.96$ ) öğrencilerin puan ortalamaları ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 24.49$ ) öğrencilerin puan ortalamaları karşılaştırıldığında cinsiyetin var olan anlam alt boyutunda anlamlı bir farkın olmadığı ( $p = .33$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $t_{(592)} = -4.42, p < 0,05$ ]. Bulunmaya çalışılan anlam alt boyutunda da kadın ( $\bar{X}_{kadın} = 23.82$ ) öğrenciler ile erkek ( $\bar{X}_{erkek} = 24.56$ ) öğrencilerin puan ortalamaları karşılaştırıldığında cinsiyetin bulunmaya çalışılan anlam üzerinde anlamlı bir farkın olmadığı ( $p = .42$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $t_{(592)} = .81, p < 0,05$ ]. Sonuç olarak cinsiyetin yaşamın anlamı üzerinde anlamlı bir farkının olmadığı söylenebilmektedir.

Yine aynı şekilde cinsiyetin sosyal iyi olma üzerinde anlamlı bir farkının olup olmadığını belirlemek için yapılan bağımsız örneklem için *t*-testinde kadın öğrencilerin sosyal iyi olma puan ortalamaları ( $\bar{X}_{kadın} = 60.53$ ) ile erkek öğrencilerin sosyal iyi olma puan ortalamaları ( $\bar{X}_{erkek} = 59.77$ ) arasından anlamlı bir farkın olmadığı ( $p = 0.42$ ) görülmüştür. Bu bağlamda cinsiyetin sosyal iyi olma üzerinde anlamlı bir farkının olmadığı belirlenmiştir.

#### **4.2.2. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Değişkenine Göre Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Puanlarının Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları**

Çalışmanın bu bölümünde ikiden fazla grubun ortalamalarını karşılaştırmak, bu gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) (Can, 2014) yapılmıştır. Bu analizde mutluluk, yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma değişkenlerinin sosyo-ekonomik düzey açısından incelenmiş olup, sonuçlar Tablo 8’de belirlenmiştir.



Tablo 8

*Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzeylerinin Mutluluk, Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Puan Farklarına İlişkin Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları*

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Mutluluk	Gruplar Arası	195.48	4	48.87	4.56	.00	2-4 2-5
	Gruplar İçi	6306.34	589	10.71			
	Toplam	6501.82	593				
Güç	Gruplar Arası	172.02	4	43.01	1.57	.18	-
	Gruplar İçi	16102.04	589	27.34			
	Toplam	16274.05	593				
Başarı	Gruplar Arası	109.10	4	27.28	1.29	.27	-
	Gruplar İçi	12463.93	589	21.16			
	Toplam	12573.03	593				
Hazcılık	Gruplar Arası	28.97	4	7.24	.85	.49	-
	Gruplar İçi	5007.59	589	8.50			
	Toplam	5036.56	593				
Uyarılım	Gruplar Arası	90.69	4	22.67	1.38	.24	-
	Gruplar İçi	9696.19	589	16.46			
	Toplam	9786.88	593				
Öz denetim	Gruplar Arası	62.41	4	15.60	1.16	.33	-
	Gruplar İçi	7932.08	589	13.47			
	Toplam	7994.49	593				
Evrensellik	Gruplar Arası	858.52	4	214.63	4.46	.00	1-3 2-5 3-5 4-5
	Gruplar İçi	28335.97	589	48.11			
	Toplam	29194.49	593				
Yardımseverlik	Gruplar Arası	383.86	4	95.97	1.85	.12	-
	Gruplar İçi	30486.02	589	51.76			
	Toplam	30869.89	593				
Geleneksellik	Gruplar Arası	139.07	4	34.77	.99	.41	-
	Gruplar İçi	20666.39	589	35.09			
	Toplam	20805.46	593				
Uyma	Gruplar Arası	47.36	4	11.84	.88	.47	-
	Gruplar İçi	7897.80	589	13.41			
	Toplam	7945.16	593				
Güvenlik	Gruplar Arası	272.70	4	68.18	2.43	.05	-
	Gruplar İçi	16506.70	589	28.03			
	Toplam	16779.40	593				
Bireysel değerler	Gruplar Arası	1590.81	4	397.70	1.60	.17	-
	Gruplar İçi	146756.96	589	249.16			
	Toplam	148347.77	593				
Sosyal değerler	Gruplar Arası	62.10.81	4	1552.70	2.59	.04	-
	Gruplar İçi	353081.71	589	599.46			
	Toplam	359292.51	593				
Var olan anlam	Gruplar Arası	206.83	4	51.71	1.60	.17	-
	Gruplar İçi	18995.81	589	32.25			
	Toplam	19202.64	593				
Bulunmaya çalışılan anlam	Gruplar Arası	163.82	4	40.96	1.09	.36	-
	Gruplar İçi	22109.54	589	37.54			
	Toplam	22273.36	593				
Sosyal İyi Olma	Gruplar Arası	879.20	4	219.80	1.78	0.13	-
	Gruplar İçi	72789.50	589	123.58			
	Toplam	73668.70	593				

Yapılan çalışmada algılanılan soyo-ekonomik düzey beş kategoriye ayrılmıştır. Bu kategoriler; 1 (üst), 2 (üst-orta), 3 (orta), 4 (orta-alt), 5 alt şeklindedir. Çalışmaya katılan kişilerin kendilerini sosyo-ekonomik açıdan değerlendirmeleri istenmiştir. Çalışmaya katılan 594 üniversite öğrencisinden 14'ü kendisini üst sosyo ekonomik düzeyde, 77

öğrenci kendisini üst-orta arasındaki sosyo-ekonomik düzeyde, 418 öğrenci kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde, 55 öğrenci kendini orta-alt sosyo ekonomik düzeyde, 30 öğrenci de kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirmişlerdir.

Çalışmada belirtilen algılanılan sosyo-ekonomik düzeyin öğrencilerin mutluluk puanları üzerinde anlamlı bir fark ortaya koyup koymadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_1 = 20.93$ , kendini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_2 = 20.96$ , kendilerini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_3 = 20.10$ , kendilerini orta- alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_4 = 19.18$ , kendilerini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları ise  $\bar{X}_5 = 18.43$  olduğu şeklinde belirlenmiştir.

İlişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizinde grup sayısının fazla ve dağılımın normal kabul edildiği durumlarda Tukey testi yapılmaktadır (Sipahi ve diğerleri, 2008, s128 akt. Can, 2014). Grup varyanslarının eşitliği de Leneve testi ile belirlenmektedir, bu teste göre  $p > .05$  ise grupların varyansı eşit kabul edilmektedir. Diğer bir deyişle gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı kabul edilmektedir (Can, 2014). Bu verilerden yola çıkılarak yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda anlamlı farkın ( $p = .00$ ) iki farklı grup arasında olduğu belirlenmiştir [ $F_{(4,589)} = 4.56, p < 0.05$ ]. Kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grup ile kendisini orta-alt sosyo-ekonomik ve alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren gruplar arasında mutluluk değişkeni açısından anlamlı bir fark olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Yapılan analiz sonunda etki büyüklüğü  $\eta^2 = .03$  şeklinde hesaplanmıştır. Alan yazın incelendiğinde etki büyüklüğü değerlerinin .00 - .01 arası küçük, .01 - .06 arası orta, .06 - .14 arası büyük şeklinde nitelendirildiği görülmektedir (Can, 2014). Bu nedenle de gruplar arasında oluşan farkın orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Yapılan çalışmada kendisini üst-alt sosyo-ekonomik düzeyde algılayan grup ile kendisini orta-alt sosyo-ekonomik ve alt sosyo-ekonomik düzeyde algılayan grupta algılayan iki grup karşılaştırıldığında kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun daha mutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmada yer alan beş farklı algılanılan sosyo-ekonomik düzeyin öğrencilerin yaşam değeri puanları üzerinde anlamlı bir farklılaşmaya neden olup olmadığının sınanması için bağımsız örneklem için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Buradan hareketle yaşam değerinin alt boyutları ele alındığında güç değerinde kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 25.57$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 28.00$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 26.69$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 26.05$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 26.76$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .18$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = 1.57, p < 0.05$ ]. Başarı değerinde kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 28.50$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 30.10$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 29.70$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 28.51$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 29.30$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .27$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = 1.29, p < 0.05$ ]. Hazcılık değerinde kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 17.21$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 18.09$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 17.65$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 17.20$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 17.57$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .49$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = .85, p < 0.05$ ]. Uyarılım değerinde kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 20.86$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 23.08$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 22.33$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 23.00$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 =$

22.17 olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .24$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = 1.38, p < 0.05$ ]. Öz denetim değerinde kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 29.79$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 31.95$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 31.52$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 31.18$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 31.43$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .33$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = 1.16, p < 0.05$ ]. Evrensellik değerinde kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 50.86$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 56.30$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 56.11$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 56.45$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 52.00$  olduğu görülmüştür. Yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda gruplar arasında anlamlı farkın olduğu ( $p = .00$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = 4.46, p < 0.05$ ]. Kendisini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerden oluşan grup ile kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerin oluşturduğu grup arasında; kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun hem kendisini üst-orta grupta, hem orta grupta hem de orta-alt grup arasında değerlendiren kişilerin oluşturduğu grupların anlamlı farka neden olduğu görülmüştür. Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğünün  $\eta^2 = .03$  olması gruplar arasındaki farkın orta düzeyde olduğu bize ispat etmektedir. Yardımseverlik değerinde kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 50.64$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 55.44$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 55.12$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 54.25$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 53.43$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .12$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = 1.85, p < 0.05$ ]. Geleneksellik değerinde kendini üst sosyo-

ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 30.50$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 32.29$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 32.90$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 32.16$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 31.73$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .41$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = .99, p < 0.05$ ]. Uyma değerinde kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 22.57$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 23.95$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 23.90$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 24.00$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 23.00$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .47$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = .88, p < 0.05$ ]. Güvenlik değerinde kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 39.36$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 43.42$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 42.94$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 42.02$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 41.70$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .05$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = 2.43, p < 0.05$ ]. Bu alt boyutların yanı sıra bireysel değerler incelendiğinde ise kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 121.93$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 131.22$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 127.90$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 125.95$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 126.83$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .17$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = 1.60, p < 0.05$ ]. Yine aynı şekilde sosyal değerler incelendiğinde de kendini üst

sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_1 = 193.93$ , kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_2 = 211.39$ , kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_3 = 210.97$ , kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_4 = 208.89$ , kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren grubun ortalamasının  $\bar{X}_5 = 201.87$  olduğu görülmüştür. Gruplar arasında anlamlı farkın olmadığı ( $p = .04$ ) sonucuna ulaşılmıştır [ $F_{(4-589)} = 2.59, p < 0.05$ ]. Yapılan analizler sonucunda algılanılan sosyo-ekonomik düzeyin yaşam değeri üzerinde sadece evrSELLİK değeri üzerinde anlamlı bir farklılaşmaya neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kendilerini üst-orta, orta ve orta-alt grupta değerlendiren kişilerin kendilerini alt grupta değerlendiren kişilere göre evrensellik değerine verdikleri önem daha fazladır. Aynı şekilde kendini üst grupta değerlendiren kişiler ile orta grupta gören kişiler karşılaştırıldığında kendini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerin evrensellik değerine verdikleri önemin daha fazla olduğu görülmektedir.

Beş farklı algılanılan sosyo-ekonomik düzeyin öğrencilerin yaşamın anlamı puanları üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığının sınanması amacıyla bağımsız örneklem için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda var olan anlam boyutunda kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_1 = 23.50$ , kendini üst-orta sosyo ekonomik düzey arasında değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_2 = 25.68$ , kendilerini orta sosyo ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_3 = 24.75$ , kendilerini orta-alt sosyo ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_4 = 23.85$ , kendilerini alt sosyo ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları ise  $\bar{X}_5 = 23.13$  olduğu belirlenmiştir. Gruplar arasında anlamlı bir fark ( $p = 0.17$ ) bulunmamıştır [ $F_{(48-545)} = 1.60, p > 0.05$ ]. Bunun yanı sıra bulunmaya çalışılan anlam boyutunda kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_1 = 23.79$ , kendini üst-orta sosyo ekonomik düzey arasında değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_2 = 25.36$ , kendilerini orta sosyo ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_3 = 24.12$ , kendilerini orta-alt sosyo ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_4 = 24.71$ , kendilerini alt sosyo ekonomik düzeyde değerlendiren

öğrencilerin puan ortalamaları ise  $\bar{X}_5 = 23.00$  olduğu belirlenmiştir. Gruplar arasında anlamlı bir fark ( $p = 0.36$ ) bulunamamıştır [ $F_{(48-545)} = 1.09, p > 0.05$ ]. Algılanılan sosyo-ekonomik düzeyin yaşam anlamı üzerinde anlamlı bir farklılaşmaya neden olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yine aynı şekilde beş farklı algılanılan sosyo-ekonomik düzeyin öğrencilerin sosyal iyi olma puanları üzerinde anlamlı bir farklılaşmaya neden olup olmadığının sınanması için bağımsız örneklem için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda kendini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_1 = 58.14$ , kendini üst-orta sosyo ekonomik düzey arasında değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_2 = 62.14$ , kendilerini orta sosyo ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_3 = 60.18$ , kendilerini orta-alt sosyo ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları  $\bar{X}_4 = 58.71$ , kendilerini alt sosyo ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin puan ortalamaları ise  $\bar{X}_5 = 56.47$  olduğu belirlenmiştir. Gruplar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p = 0.13$ ). Algılanılan sosyo-ekonomik düzeyin sosyal iyi olma üzerinde anlamlı bir farklılaşmasının olmadığı belirlenmiştir [ $F_{(4-589)} = 0.13, p > 0.05$ ].

### **4.3. Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk ile Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular**

#### **4.3.1. Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk ile Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Arasındaki İlişki ve Korelasyon Katsayıları**

Çalışmanın bu kısmında mutluluk ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma arasındaki ilişkinin incelenmesi için korelasyon analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 9'da yer almaktadır.

Tablo 9

*Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk İle Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Arasındaki Korelasyon Katsayıları*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1.Mutluluk	1															
2.Güç	.04	1														
3.Başarı	.07	.57**	1													
4.Hazcılık	.08	.44**	.46**	1												
5.Uyarılım	.14**	.45**	.60**	.49**	1											
6.Öz denetim	.07	.35**	.56**	.40**	.53**	1										
7.Evrensellik	.08	.35**	.56**	.38**	.60**	.74**	1									
8.Yardımseverlik	.11**	.34**	.60**	.35**	.55**	.67**	.78**	1								
9.Geleneksellik	.09*	.42**	.48**	.25**	.44**	.41**	.51**	.61**	1							
10.Uyma	.06	.37**	.56**	.32**	.43**	.55**	.61**	.66**	.53**	1						
11.Güvenlik	.03	.45**	.57**	.36**	.46**	.66**	.71**	.74**	.51**	.62**	1					
12.Bireysel değerler	.10*	.78**	.85**	.68**	.79**	.72**	.68**	.65**	.53**	.58**	.65**	1				
13.Sosyal değerler	.09*	.45**	.66**	.40**	.60**	.73**	.88**	.92**	.75**	.78**	.85**	.74**	1			
14. Var olan anlam	.31**	.04	.25**	.10*	.20**	.24**	.25**	.30**	.28**	.28**	.26**	.21**	.32**	1		
15. Bulunmaya çalışılan anlam	.14**	.05	.19**	.14**	.24**	.24**	.21**	.21**	.10**	.15**	.20**	.22**	.21**	.18**	1	
16. Sosyal iyi olma	.35**	.02	.09*	.05	.08*	.04	.03	.13**	.19**	.07	.09*	.07	.12**	.44**	.04	1

\*p&lt;0.05

\*\*p&lt;0.01

Tablo 9’da yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olam değişkenlerinin mutluluk ile korelasyon analizleri yer almaktadır. Çalışmada yaşam değeri değişkenini belirlemek için kullanılan SDL 57 madde, on alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar güç, başarı, hazcılık, uyarılım, özdenetim, evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma, güvenlik şeklindedir. Ölçek bireysel ve sosyal değerleri de elde etmemizi sağlamaktadır. Bireysel değerleri güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz denetim alt boyutları, sosyal değerleri evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma ve güvenlik alt boyutları oluşturmaktadır. Yapılan analizde SDL’nin 10 alt boyutu ile sosyal ve bireysel değerler ele alınmıştır.

Çalışmanın bu kısmında ilk önce üniversite öğrencilerinin mutluluk ile yaşam değerleri arasındaki ilişkinin olup olmadığının belirlenmesi için basit doğrusal korelasyon analizi (Can, 2014) yapılmıştır. Yapılan bu analiz sonucunda mutluluk ile güç alt boyutu arasında  $r = .04$ , başarı alt boyutu arasında  $r = .07$ , hazcılık alt boyutu arasında  $r = .08$ ,



uyarılım alt boyutu arasında  $r = .14, p < .01$ , öz denetim alt boyutu arasında  $r = .07$ , evrensellik alt boyutu arasında  $r = .08$ , yardımseverlik alt boyutu arasında ( $r = .11, p < .01$ ), geleneksellik alt boyutu arasında  $r = .09, p < .05$ , uyma alt boyutu arasında  $r = .06$ , güvenlik alt boyutu arasında  $r = .03$  olarak hesaplanmış ve yaşam değeri alt boyutlarının mutluluk ile pozitif ve anlamlı bir ilişkisinin olduğu belirlenmiştir. Bu 10 alt boyutun yanısı sıra mutluluk ile bireysel ve sosyal değerler arasında ilişkilerin sıranması sonucunda da bireysel değerler ile mutluluk arasındaki ilişkinin  $r = .10, p < .05$ , sosyal değerler ile mutluluk arasında  $r = .09, p < .05$  olduğu görülmüştür. Bu ilişkilerinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmanın bir diğer bağımsız değişkeni olan yaşamın anlamı değişkenini ölçülmesi kısmında kullanılan Yaşamın Anlamı Ölçeği 10 madde ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlar var olan anlam ve bulunmaya çalışılan anlam şeklindedir. Mutluluk ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkinin belirlenmesi için yapılan basit doğrusal korelasyon analizi sonucunda mutluluk ile var olan anlam arasında  $r = .31, p < .01$ , bulunmaya çalışılan anlam arasında  $r = .14, p < .01$  olarak belirlenmiştir. Var olan anlam ile bulunmaya çalışılan anlam alt boyutlarının mutluluk ile arasındaki ilişkinin pozitif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmanın sosyal iyi olma değişkeninin ölçülmesi kısmında da Sosyal İyi Olma Ölçeği kullanılmıştır. Kullanılan ölçek 15 maddeden ve tek boyuttan oluşmaktadır. Mutluluk ile sosyal iyi olma arasındaki ilişkinin belirlenmesi için yapılan basit doğrusal korelasyon analizi sonucunda mutluluk ile sosyal iyi olma arasında  $r = .35, p < .01$  olarak belirlenmiş ve ilişkinin pozitif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

#### **4.4. Üniversite Öğrencilerin Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Düzeylerinin Mutluluklarını Yordanmasına İlişkin Bulgular**

Çalışmanın bu kısmında yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın mutluluğu ne oranda açıkladığını ortaya koymak amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizi bir bağımlı değişken ile birden fazla bağımsız değişkenin arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı ve bağımsız değişkenlerin

bağımlı değişkeni ne oranda yordadığını belirlemeye çalışan analizdir (Can, 2014). Tablo 10'da sonuçlar yer almaktadır.

Tablo 10

*Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Değeri, Yaşamın Anlamı ve Sosyal İyi Olma Düzeylerinin Mutluluk Düzeylerini Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi*

Değişkenler	B	Standart Hata	B	T	P	İkili r	Kısmi r
Sabit	11.87	1.36	-	8.74	.00	-	-
Güç	.04	.03	.06	1.24	.21	.04	.05
Başarı	-.05	.04	-.07	-1.16	.25	.07	-.05
Hazcılık	.02	.05	.02	.44	.66	.08	.02
Uyarılım	.08	.04	.10	1.80	.07	.14	.08
Öz denetim	.01	.05	.01	.17	.86	.07	.01
Evrensellik	.01	.03	.02	.24	.81	.08	.01
Yardımseverlik	.04	.03	.09	1.24	.22	.11	.05
Geleneksellik	-.03	.03	-.05	-.98	.33	.09	-.04
Uyma	-.01	.05	-.01	-.16	.87	.06	-.01
Güvenlik	-.10	.04	-.16	-2.58	.01	.03	-.11
Var olan anlam	.11	.03	.19	4.31	.00	.31	.18
Bulunmaya çalışılan anlam	.05	.02	.09	2.22	.03	.14	.09
Sosyal İyi Olma	.08	.01	.27	6.41	.00	.35	.26
R=.43	R <sup>2</sup> =.18						
F <sub>(13-580)</sub> = 10.09	P=.00						

Çalışmanın bu kısmında üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri üzerindeki yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma değişkenlerinin ortak etkisinin sınanabilmesi amacıyla çalışmada çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizine geçmeden önce bağımsız değişkenlerin tek başlarına mutluluğu ne oranda yordadıkları incelenmiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda yaşam değeri değişkeninin mutluluğu tek başına %03, yaşamın anlamının % 10, sosyal iyi olmayı %13 yordadığı görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri üzerinde etkisi olduğu düşünülen yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma değişkenlerinin, mutluluk düzeyini ne şekilde yordadığını belirlemek için yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma değişkenlerinin birlikte mutluluğu %18 oranında yordadığı ve bu bağımsız değişkenlerin mutluluk ile anlamlı bir ilişki ( $R = .43$ ,  $R^2 = .18$ ) oluşturdukları görülmüştür [ $F_{(13-580)} = 10.09$ ,  $p < 0.01$ ]. Çalışma da yer alan üç bağımsız değişkenin birlikte üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerindeki değişimin %18'ini açıkladığı görülmektedir. Standartlaştırılmış regresyon katsayıları incelendiğinde ise mutluluk üzerindeki etki sıralamaları sosyal iyi olma ( $\beta = .27$ ), var olan anlam ( $\beta = .19$ ), uyarılım ( $\beta = .10$ ), yardımseverlik ve bulunmaya çalışılan anlam

( $\beta = .09$ ), güç ( $\beta = .06$ ), hazcılık ve evrensellik ( $\beta = .02$ ), öz denetim ( $\beta = .01$ ), uyma ( $\beta = -.01$ ), geleneksellik ( $\beta = -.05$ ), başarı ( $\beta = -.07$ ), güvenlik ( $\beta = -.16$ ) şeklinde olduğu görülmektedir. Tablo 10'dan da anlaşılacağı üzere regresyon katsayılarının anlamlılık düzeyleri göz önüne alındığında, yordayıcı değişkenlerden sadece yaşamın anlamının alt boyutu olan var olan anlam ile ( $p = .00$ ) ile sosyal iyi olmanın ( $p = .00$ ) mutluluk üzerinde anlamlı yordayıcı değişkenler olduğu belirlenmiştir ( $p < .01$ ). Yordayıcı değişkenlerle mutluluk arasındaki ilişki incelenmek istendiğinde ise güç ile ( $r = .04$ ), başarı ile ( $r = .07$ ), hazcılık ile ( $r = .08$ ), uyarılım ile ( $r = .14$ ), öz denetim ile ( $r = .07$ ), evrensellik ile ( $r = .08$ ), yardımseverlik ile ( $r = .11$ ), geleneksellik ile ( $r = .09$ ), uyma ile ( $r = .06$ ), güvenlik ile ( $r = .03$ ), var olan anlam ile ( $r = .31$ ), bulunmaya çalışılan anlam ile ( $r = .14$ ), sosyal iyi olma ile ( $r = .35$ ) düzeyinde korelasyona sahip oldukları görülmüştür.

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemek, yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma değişkenlerinin mutluluğu ne oranda açıkladığını belirlemektir. Bu bölümde araştırma sonucunda ortaya çıkan bulgular alan yazın ile yorumlanmıştır. Bunların yanı sıra daha sonra yapılacak olan çalışmalar için önerilere yer verilmiştir.

#### 5.1. Tartışma

Bu çalışmanın amacı mutluluk, yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın cinsiyet ve algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek, yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın mutluluk ile ilişkisinin belirlenmesi ve bu değişkenlerin mutluluğu ne derece yordadığının incelenmesidir. Araştırma sonucunda ulaşılan bulgulardan biri cinsiyetin mutluluk üzerinde kadınlar lehine anlamlı bir farklılık sergilemesidir. Alan yazın incelendiğinde benzer şekilde kadınların mutluluk düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu savunan bir çalışmanın da olduğu (Gülcan ve Nedim-Bal, 2014) görülmüştür.

Çalışmada ulaşılan sonucun aksine cinsiyetin mutluluk üzerinde bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşan çalışmaların da olduğu görülmektedir (Asıcı ve İkiz, 2015; Koydemir ve Mısır, 2015; Yang, 2008). Özellikle cinsiyetin son otuz yıllık çalışmalarda mutluluk için belirleyici özelliğinin azaldığını (Yang, 2008) ve cinsiyetin mutluluk üzerinde ayırt edici bir değişken olmadığı sonucunu ortaya koyan çalışmalar da yer almaktadır (Asıcı ve İkiz, 2015; Koydemir ve Mısır, 2015). 278 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen,

öğrencilerin bilişsel esneklikleri ile mutlulukları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada cinsiyetin üniversite öğrencilerinin mutluluklarında herhangi bir farklılaşma sağlamadığı sonucuna ulaşılmıştır (Asıcı ve İkiz, 2015). Bağımsız benlik kurgusunun Türk kültüründe belirginleştirilip belirginleştirilemeyeceği ve belirginleştirilen benlik kurgularının mutluluk ile ilişkisini araştıran çalışmalarında cinsiyetin mutluluk üzerinde herhangi bir farklılaşmaya neden olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Koydemir ve Mısır, 2015).

TUİK (2015)'in çalışmalarında 2014 yılından 2015 yılına kadar mutluluğun artış gösterdiği, kadınların mutluluk oranları azalırken erkeklerin mutluluk oranlarının arttığı belirtilmiştir. Benzer şekilde Sotgiu (2016)'da çalışmasında erkeklerin mutluluk oranlarının kadınlardan daha fazla olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yine aynı şekilde Akın ve Şentürk (2012)'ün 2007 yılında gerçekleştirdiği Avrupa Yaşam Kalitesi araştırmasının verilerini ikincil veri olarak kullandıkları çalışmalarında da erkeklerin kadınlara göre daha mutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Agbo ve Ome (2017)'da 125 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdikleri genç yetişkinler arasındaki mutluluk kavramları ve belirleyicilerinin araştırıldığı çalışmada erkeklerin mutluluk yönelimlerinin kadınların mutluluk yönelimlerinden daha fazla olduğu sonucunu ortaya koymuştur. Bu durum yapılan çalışmada ulaşılan sonuçlardan biri olan cinsiyetin kadınlar lehine anlamlı farklılık sergilemesi sonucu ile uyumlu değildir. Bu kapsamda incelenen çalışmalara bakıldığında cinsiyetin mutluluk üzerinde farklılaşma yaratmadığı ya da erkekler lehine bir farklılaşmaya neden olduğu yönündeki eğilimden söz edilebilir.

Çalışmanın örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinde kadınların kendini yetiştirmesi, sosyal hayata dâhil olmaları, öz güvenlerinin artması, üniversitenin iş imkânını sağlaması (Aluş ve Selçukkaya, 2015) gibi etkenlerin onların mutluluklarını arttırabilecek etkenler arasında yer aldığı söylenebilir. Bunun yanı sıra kadınlar erkeklere oranla daha çok sosyal destek aldıkları için kendilerini yalnız hissetmedikleri ve bu nedenle de erkeklerden daha mutlu oldukları (Demir ve Kutlu, 2016) bilinmektedir. Bunlara ek olarak kadınların erkeklere göre içinde buldukları duruma yönelik memnuniyet seviyelerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu ve hayat planlamalarını daha işlevsel bir şekilde yapabilmeleri sonucunda hayatlarında erkelere göre daha az endişe yaşadıklarını (Gülcan ve Nedim-Bal, 2014) savunan çalışmaların olması yapılan çalışmada ulaşılan sonucu desteklemektedir.

Cinsiyetin yaşam değeri değışkeni üzerinde bir farklılaşmaya sebep olup olmadığı incelendiğinde, cinsiyetin bireysel değerlerden öz denetim, sosyal değerlerden ise evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma ve güvenlik alt boyutlarında anlamlı farklılık sergilediğı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda erkek öğrencilerin bireysel değerlerden öz denetim, sosyal değerlerden evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma ve güvenlik alt boyutlarından kadın öğrencilere göre daha fazla puan aldıkları, farklılaşmanın erkek öğrenciler lehine olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmada erkeklerin sosyal değerlere daha çok önem verdiğinin görülmesi, Bacanlı (1999) 'nın da belirttiğı gibi erkeklerin geleneklere yani sosyal değerlere daha fazla önem verdiklerini göstermektedir.

Alan yazın incelendiğinde yaşam değerlerinin cinsiyete göre farklılaştığını savunan çalışmaların olduğu (Baş ve Hamarta, 2015; Dilmaç ve diğeri, 2008; Durmuş, 2011; Özdemir ve Sezgin, 2011; Uyguç, 2003; Yılmaz, 2009 vb.) görülmektedir. Cinsiyetin yaşam değeri üzerinde farklılıklar sergilediğı ve yaşam değeri açısından önemli bir belirleyici olduğu görüşü ortaya konmuştur. Dilmaç ve diğeri (2008) çalışmasında yaşam değerinin alt boyutlarından evrensellik, öz yönelim ve güç değerlerinin cinsiyet açısından farklılıklar sergilediğı belirtmiştir. Bu çalışmalar, yapılan çalışmanın sonucu olan cinsiyetin bireysel değerlerden öz denetim, sosyal değerlerden evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma, güvenlik alt boyutlarının erkekler lehine anlamlı farklılık sergilemesi sonucu ile uyumludur. Erkek öğrencilerin hayatlarında bireysel değerlerden öz denetim, sosyal değerlerden evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma ve güvenlik değerlerine daha çok önem verdiğı ve bireysel değerlerden ziyade sosyal değerleri daha çok önemsedikleri sonucuna ulaşılmıştır. Erkeklerin sosyal değerlerden daha yüksek puan alması, diğeri insanlarla olan ilişkilerinde sosyal değerlere daha fazla önem verdiklerini, kişisel önceliklerinden ziyade toplumun önceliklerini dikkate aldıklarını göstermektedir.

Yapılan tez çalışmasının sonucunda erkek öğrencilerin bireysel değerlerde öz denetim, sosyal değerlerde evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma, güvenlik alt boyutlarından daha yüksek puan aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun aksine alan yazın incelendiğinde kadınların yaşam değeri alt boyutlarından evrensellik, yardımseverlik, uyum ve güvenlik alt boyutlarından erkeklere oranla daha yüksek puan aldığı sonucuna ulaşan çalışmaların da olduğu (Yılmaz, 2009) görülmektedir. Öngen ve Aytaç (2013)'ın toplumsal cinsiyet rolleri ile yaşam değerleri arasındaki ilişkiyi incelediğı

çalışmalarında kadın öğrencilerin ortalamalarının erkek öğrencilerin ortalamalarından daha fazla olduğu, kadınların yaşam değerlerinde anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirtilmiştir. Aktepe ve Yalçinkaya (2016)'nın değerler eğitime yönelik çalışmasında kadınların lehine anlamlı sonuçlar sergilendiği, kadınların değer önceliklerinin daha fazla olduğu belirtilmiştir. Ferriman ve diğerlerinin (2009) 25-35 yaş arasında değişen kişilerin kişisel görüşleri ve yaşam değerleri arasındaki değişikliklerini inceledikleri çalışmalarında kadın ve erkek arasındaki toplumsal cinsiyet farklılıklarının zamanla arttığı, kadınların yaşam değeri önceliklerinin erkeklere oranla değiştiği belirtilmiştir.

Alan yazında cinsiyetin yaşam değeri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşan (Durmuş, 2011; Özkan ve Soylu, 2014) çalışmaların da olduğu görülmüştür. İlköğretim öğretmenlerinin müfredatında yer alan değerlere yönelik bakış açılarının incelendiği bir çalışmada cinsiyetin yaşam değeri bazında herhangi bir farklılığa neden olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Özmen ve diğerlerinin, 2012). Bunun yanı sıra Özkan ve Soylu (2014) tarafından gerçekleştirilen ve 488 üniversite öğrencisinin temel insani değerlerinin incelendiği çalışmada cinsiyet değişkeninin herhangi bir farklılığa neden olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmalar (Durmuş, 2011; Özkan ve Soylu, 2014; Özmen ve diğerleri, 2012) yapılan tez çalışmasının sonucu olan cinsiyetin bireysel değerlerde öz denetim, sosyal değerlerde evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma ve güvenlik alt boyutlarının erkekler lehine anlamlı farklılık sergilemesi sonucu ile uyumlu değildir.

Yapılan çalışma sonucunda ulaşılan bulgulardan biri de yaşamın anlamı üzerinde cinsiyetin anlamlı bir fark oluşturmamasıdır. Bu bağlamda yapılan çalışmayla uyumlu olarak cinsiyetin yaşamın anlamı üzerinde fark oluşturmadığı sonucuna ulaşan çalışmaların (Baş ve Hamarta, 2015; Brassai ve diğerleri; Canatan ve diğerleri, 2015; Cömert ve diğerleri, 2016; Yüksel, 2012) olduğu görülmüştür. Bunun aksine cinsiyetin yaşamın anlamı üzerinde fark ortaya koyduğu sonucuna ulaşan çalışmaların da (Demirbaş-Çelik, 2016; Siwek ve diğerleri, 2017) olduğu görülmüştür. Siwek ve diğerleri (2017) çalışmalarında yaşamın anlamının kadınlar ve erkekler açısından farklı olduğu ifade edilmiştir. Demirbaş-Çelik (2016)'in çalışmasında da cinsiyetin yaşamın anlamı üzerinde anlamlı bir fark ortaya koyduğu ve kadınların erkeklere göre yaşamın anlamı puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan tez çalışması sonucunda cinsiyetin sosyal iyi olma üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazın incelendiğinde benzer şekilde sonuca

ulaşan araştırmalar olduğu görülmektedir (Kaya, 2013; Yurcu ve diğerleri, 2015). Bu çalışmaların bir tanesi Kaya (2013) tarafından 352 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen, cinsiyet ile sosyal iyi olma üzerinde anlamlı bir fark ortaya koymadığı sonucuna ulaşılan çalışmadır. Benzer şekilde Yurcu ve diğerlerinin (2015) çalışmasında da cinsiyet ile sosyal iyi olma arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla var olan çalışma sonuçlarının da (Kaya, 2013; Yurcu ve diğerleri, 2015) yapılan tez çalışması ile uyumlu olduğu yani cinsiyetin sosyal iyi olma üzerinde bir fark oluşturmadığı görülmüştür. Yurtiçi alan yazında sosyal iyi olma ile ilgili çalışmaların nicelik olarak az olduğu, sosyal iyi olma kavramının alan yazına yeni giren ve araştırılmaya elverişli bir kavram olduğu görülmektedir.

Araştırmanın bir diğer sonucu da algılanan sosyo-ekonomik düzeyin, mutluluk üzerinde iki farklı grup üzerinde anlamlı bir fark oluşturmasıdır. Algılanan sosyo-ekonomik düzeyin de kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren kişiler ile kendisini hem orta-alt sosyo-ekonomik düzey hem de alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerle anlamlı farklılığın olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmada kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren kişilerin mutluluk düzeylerinin daha çok olduğu belirlenmiştir.

Mutluluğu bireyin içinde bulunduğu psikolojik, ekonomik, sosyolojik ve siyasal yapıya bağlı olarak değişen bir olgu olarak tanımlayan Aluş ve Selçukkaya (2015), kişinin ekonomik durumunu algılamasının önemini hem ekonomik hem de psikolojik değişkenlere bağlamıştır. Ayrıca yine aynı çalışmada algılanan sosyo-ekonomik düzeyin yani gelirin yükselmesinin mutluluğu arttırdığı, sosyo-ekonomik düzeyi insanların maddi ne manevi doyuma ulaştıklarında hoşnut olmalarını sağlayan bir unsur olarak ifade etmişlerdir. Bunun yanı sıra Asıcı ve İkiz (2015)'de kişinin içinde bulunduğu sosyo-demografik değişkenlerin kişinin mutluluğu ve yaşam memnuniyeti ile yakından ilişkili olduğunu belirtmiştir. Ayrıca kişinin mutluluğunun artmasının sadece psikolojik anlamda sağlığının iyi olmasına değil, akademik, sosyal ve mesleki anlamda da başarı sağlamasına da katkı sağlayan bir etken olduğu belirtilmiştir. Bunun yanı sıra kişinin yaşadığı ülkenin sosyo-demografik değişkenlerin önemli olduğu, toplum içinde insanların mutlu olabilmesi için devletin politikalar geliştirmesi gerektiği, devletin amacının vatandaşlarını mutlu etmek olması gerektiği de ifade edilmiştir. Başka bir çalışmada ise çocuğun içinde yaşadığı ülkenin sosyo-ekonomik özelliklerinin çocuğun mutluluk algısını değiştirebileceğini belirtilmiştir (Ünüvar ve diğerleri, 2015). Hefferon



ve Boniwell (2014) ise gelirini, kişinin mutluluğunu etkilediğini düşündüklerini belirtmişlerdir. Gelirin iyi olduğu ülkelerde yaşam şartlarının daha iyi olduğu ve suç olaylarının daha az olduğu, bu durumun da kişinin mutluluğu üzerinde olumlu bir katkı sağladığı belirtilmiştir. Selim (2008) yapmış olduğu çalışmada cinsiyetin mutluluk kaynağı olarak bir meslek seçiminde çok büyük katkısının olduğu belirtmiştir. Ayrıca çalışmada erkeklerin kadınlara oranla mesleği, beş kat daha fazla mutluluk kaynağı olarak gördükleri belirtilmiştir. Şeker (2009), Akın ve Şentürk (2012) gibi araştırmacılar çalışmalarında gelir düzeyinin mutluluk üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğunu belirtmişlerdir. Akın ve Şentürk (2012) yaptıkları çalışma sonucunda gelir düzeyi ile mutluluğun orantılı olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Russell (2016) gelirin belli bir dereceye kadar insanları mutlu ettiğini, belli bir seviyeden sonra insanların mutluluğunu arttırmadığını belirtmiştir. Bu durumun yapılan çalışmada ulaşılan sonuçlar ile uyumlu olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda yapılan çalışmada en mutlu kesimin kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında gören kişilerin olduğu kendisini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerin mutluluk oranlarının daha az olduğu, sosyo-ekonomik düzeyin mutluluk üzerinde bir farklılaşmaya neden olduğu görülmüştür. Yine aynı şekilde Kangal (2013)'da gelirin insanların mutluluğunu göreceli olarak etkilediğini, orta seviyede gelir elde eden kişilerin daha düşük gelir elde eden kişilere göre daha mutlu olduklarını belirtmiştir. Bu sonuç da yapılan taz çalışmasında ulaşılan sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Bu bağlamda çalışmada en az iki farklı grup arasında anlamlı düzeyde farktan söz edilebilir. Bu farklar kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzeyde algılayanlar ile orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde algılayanlar arasında ve kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzeyde algılayanlar ile alt sosyo-ekonomik düzeyde algılayanlar arasındadır. Dolayısıyla yapılan çalışmada kendisini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerin mutluluklarında bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Ayrıca sosyo-ekonomik düzey algısı arttıkça kişilerin mutluluklarının artmadığı görülmüştür. Yazıcı ve diğerlerinin (2016) çalışmasının da yapılan çalışma ile benzer sonuçlar sergilediği görülmüştür. Sosyo-ekonomik durumunu orta seviyede değerlendiren kişilerin, sosyo-ekonomik durumunu düşük seviyede değerlendirenlere göre daha mutlu olduğu görülmüştür.

King ve diğerlerinin (2014) yapmış oldukları çalışmalarında öğrencileri en çok mutsuz eden şeylerin hem iş hem de okul hayatındaki maddi problemler olduğunu

belirtmişlerdir. Bu durum yapılan çalışmada ulaşılan sonuçlara bakıldığında öğrencilerin kendilerini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin mutluluk düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılaşmaya neden olduğunu göstermektedir. Kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren öğrencilerin mutluluk düzeylerinin az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan çalışmada da en mutsuz kesimin kendisini alt sosyo-ekonomik düzeyde gören kişilerin olduğu görülmüştür.

Alan yazın incelendiğinde maddi durumun mutluluk üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşan çalışmaların da (Gülcan ve Bal-Nedim, 2014) olduğu görülmektedir. Çalışmada ulaşılan sonuçlar ile alan yazın karşılaştırıldığında çoğunlukla alan yazın ile uyumlu sonuçlar (King ve diğerleri, 2014; Russell, 2016; Yazıcı ve diğerleri, 2016) ortaya çıktığı görülmektedir. Bunun yanı sıra algılanan sosyo-ekonomik düzeyin mutluluk üzerinde farklılaşmaya neden olduğu görülmektedir.

Yapılan çalışmada ulaşılan bulgulardan bir diğeri algılanan sosyo-ekonomik düzeyin yaşam değeri üzerinde sadece evrensellik alt boyutunda farklılaşma ortaya koymasıdır. Güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz denetim, yardımseverlik, geleneksellik, uyma, güvenlik alt boyutlarının algılanan sosyo-ekonomik duruma göre bir farklılaşmaya neden olmadığı görülmüştür. Algılanan sosyo-ekonomik düzeyin evrensellik alt boyutunda birden fazla farklılaşma ortaya koyduğu görülmüştür. İlk farklılaşma kendisini üst sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenler ile orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenler arasında oluşurken, ikinci farklılaşma kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenler ile alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenler arasında oluşmuştur. Bunun yanı sıra üçüncü farklılaşma kendisini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenler ile alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenler arasında olurken, dördüncü farklılaşma kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenler ile alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenler arasında gerçekleşmiştir. Evrensellik değerine en çok sahip olan kişilerin kendilerini orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişiler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Alan yazın incelendiğinde ise Selim'in (2008) bireysel mutluluk kaynağı olan değerler üzerine yaptığı çalışmasında mutluluk kaynağı olan mesleğin cinsiyete göre farklılıklar gösterdiği, meslek ve paranın daha çok mutluluk sahibi yapacağını düşünen kişiler için gelirin çok önemli olduğu belirtilmiştir. Bunun yanı sıra değerlerin maddi yönüne vurgu yapan çalışmaların olduğu (Akbaş, 2004 akt Yazıcı, 2006; Göz, 2014; Aluş ve Selçukkaya, 2015) alan yazında görülmektedir. Göz'ün (2014) değerleri insanın

hayatını etkileyebilen maddi ve manevi, olumlu ve olumsuz her türlü şey olarak tanımladığı ve değer boyutunda ekonomiye vurgu yaptığı görülmektedir. Ayrıca Aluş ve Selçukkaya (2015)'da değerlerin insandan insana farklılık gösterirken kültürel, siyasi ve ekonomik anlamda da farklılıklar gösterebileceğini belirtmiştir. Şahin-Fırat (2010) ise çalışmasında öğretmenlerin en çok evrensellik değerine önem verdiklerini belirtmiştir. Bu çalışma sonuçları ve yapılan tez çalışmasında ulaşılan sonuçlar karşılaştırıldığında sonuçların benzerlik göstermediği ortaya çıkmıştır. Alan yazında yer alan çalışmalarda genel anlamda değerlerin ele alındığı, değerlerle maddi durumun ilişkili olduğu görülürken yapılan çalışmada sosyo-ekonomik düzeyin sadece evrensellik alt boyutunda farklılaşmaya neden olduğu görülmüştür.

Yapılan çalışmada ulaşılan bir diğer sonuç yaşamın anlamı ile algılanan sosyo-ekonomik düzey arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığıdır. Genç yetişkinlerin yaşam anlamlarının sosyo-ekonomik durum, algılanan ebeveyn tutumu, ebeveyn birlikteliği, doğum sırası değişkenlerine göre incelendiği bir çalışmada yaşamın anlamı ile algılanan sosyo-ekonomik düzeyin arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Yüksel, 2012). Yıkılmaz ve Demir-Güdül (2015) çalışmasında yaşamın anlamının sosyo-ekonomik düzey açısından farklılığı incelendiğinde kendini sosyo-ekonomik açıdan düşük değerlendirenlerin yalnızca kendisini orta derecede değerlendirenlere göre düşük farklılık sergilediği belirtilmiştir. Özmete (2008)'de emeklilerin gelirlerinin algıladıkları ekonomik durumları üzerinde etkisi olduğunu ve ekonomik olarak memnun olmayan kişilerin mutsuz olduklarını belirtmiştir. Alan yazında algılanan sosyo-ekonomik düzeyin yaşamın anlamı üzerinde herhangi bir farklılaşma yaratmadığını savunan (Yüksel, 2012) ve savunmayan (Özmete, 2008; Yıkılmaz ve Demir-Güdül, 2015) çalışmaların olduğu görülmüştür.

Yapılan çalışmanın sonucunda ulaşılan bulgulardan bir diğeri de sosyal iyi olma ile algılanan sosyo-ekonomik düzey arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı sonucudur. Boreham ve diğerleri (2016) çalışmalarında kişinin iş hayatının ve yaşam kalitesinin sosyal iyi olma düzeyini etkilediğini ifade etmişlerdir. Bu bağlamda algılanan sosyo-ekonomik düzey kişinin işi ve geliri olarak ele alınırsa sosyo-ekonomik düzeyin kişinin sosyal iyi olmasını etkilediği söylenebilir. Kaya (2013) da çalışmasında sosyal iyi olma ile algılanan sosyo-ekonomik düzey arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını belirtmiştir. Benzer şekilde Yurcu ve diğerlerinin (2015) çalışmasında sosyal iyi olma ile algılanan sosyo-ekonomik düzey arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı

sonucuna ulaşıldığı belirtilmiştir. Alan yazına bakıldığında yapılan çalışma kapsamında ulaşılan algılanan sosyo-ekonomik düzeyin sosyal iyi olma ile anlamlı bir farklılık sergilemediği sonucunu destekleyen (Kaya, 2013; Yurcu ve diğerleri, 2015) çalışmaların olduğu görülmektedir.

Araştırma kapsamında mutluluk ile yaşam değeri arasındaki ilişki incelendiğinde mutluluğun güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz denetim, evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma ve güvenlik alt boyutları ile anlamlı düzeyde ilişki sergilediği görülmüştür. Ayrıca bireysel değerlerden uyarılım alt boyutunun, sosyal değerlerden yardımseverlik ve geleneksellik alt boyutlarının mutluluk ile ilişkilerin daha güçlü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buradan kişilerin mutlulukları ile yaşam değerlerinin doğru orantılı olduğu, kişinin yaşam değeri arttıkça mutluluğunun da artacağı sonucuna ulaşılmıştır. Bu kapsamda alan yazında mutluluk ile yaşam değeri arasında ilişkiyi inceleyen çalışmalara (Aluş ve Selçukkaya, 2015; Özdemir ve Koruklu, 2011; Selim, 2008; Şeker, 2009) rastlanmıştır. Örneğin Aluş ve Selçukkaya (2015) mutluluğun belirleyicilerini maddi ve manevi değerlere bunun yanı sıra kişinin mutluluğunu içinde bulunduğu toplumda ve sosyal çevrede oluşturduğu ilişkiye dayandırdıkları görülmektedir. Mutluluk ile değer arasındaki ilişki, kişinin kendi değerlerine göre hayatını anlamlı bir şekilde yaşayabilmesi şeklinde vurgulanmaktadır (Şeker, 2009). Selim (2008) insanı mutlu eden pek çok değer olduğunu, bu değerlerin güç, başarı, sevgi ve para olduğunu, insandan insana değerlerin farklılaştığını belirtmiştir. Freud (2016a)'da değer yargılarını mutluluk peşinden gitmek ile özdeşleştirmiştir. Özdemir ve Koruklu (2011)'nin 19-23 yaş arasında, 226 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmasında da geleneksellik değeri hariç bütün yaşam değeri alt boyutlarının mutluluk ile anlamlı ilişki sergilediği, hazcılık, evrensellik ve yardımseverlik değerlerinin mutluluğu yordayan en güçlü değerler olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmada ise yaşam değerlerinin tüm alt boyutlarının mutluluk ile anlamlı ilişki sergilediği, en güçlü ilişki sergileyen alt boyutun da yardımseverlik alt boyutu olduğu görülmüştür.

Araştırmanın bir diğer sonucu da mutluluk ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkidir. Yaşamın anlamının mutluluk ile var olan anlam ile bulunmaya çalışılan anlam alt boyutlarında pozitif ve anlamlı ilişki sergilediği sonucuna ulaşılmıştır. Yaşamın anlamı ile mutluluğun birbiri ile bağlantılı olduğu, kişilerin yaşam anlamlarının artması durumunda mutluluklarının da artabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Mutluluk ile yaşamın anlamı arasında bir ilişkinin varlığından ve yaşamın anlamından yüksek puan alanların

mutluluk puanlarının da yüksek olduğundan söz edilebilir (King ve Napa, 1998). Bailey ve Fernando (2012)'da mutluluk ile yaşamın anlamı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu belirtmişlerdir. Braden ve diğerleri (2015) yaşamın anlamının depresyon ve intiharı anlamlı düzeyde önlediği sonucuna ulaşmışlardır. Bunun yanı sıra Wilchek-Aviad (2015)'ın çalışmasında da yaşamın anlamı ile intihar arasında negatif korelasyonun olduğu belirtilmiştir. Marco ve diğerlerinin (2017) çalışmasında da yaşamın anlamının mutsuzluk ve intihar gibi durumlar için önleyici ve koruyucu olduğu belirtilmiştir. Yine aynı çalışmada yaşamın anlamının intihar için koruyucu bir faktör olduğu belirtilmiştir. Cömert ve diğerlerinin (2016) çalışmasında yaşamında anlam ifade eden öğrencilerin hayatlarından daha memnun oldukları belirtilmiştir. Bu durumun yaşamın anlamı ve mutluluk arasındaki ilişkinin ne kadar güçlü olduğunu, yaşamın anlamının azalması durumunda kişilerin depresyon, intihar, mutsuzluk gibi durumlara maruz kalabilecekleri belirtmektedir. Datu ve Matco (2015) da yaşamın iki alt boyutu arasında ters ilişkinin olduğunu, var olan anlam ile bulunmaya çalışılan anlam arasında negatif yönde bir ilişkinin olduğunu belirtmişlerdir.

Araştırmanın bir diğer sonucu da mutluluk ile sosyal iyi olma arasındaki ilişkinin pozitif ve anlamlı olmasıdır. Üniversite öğrencilerinin mutlulukları ile sosyal iyi olmaları arasındaki ilişkisi incelendiğinde var olan ilişkinin hem pozitif hem de anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Dolayısıyla üniversite öğrencilerinin sosyal iyi olma düzeyleri arttıkça mutlu olma düzeylerinin de arttığından söz edilebilir. Yang (2008)'ın çalışmasında kişinin sosyal hayatındaki konumu mutluluk için belirleyici olduğunu belirtmesi bu çalışmada ortaya çıkan sonucu destekler niteliktedir. Bu bağlamda kişinin sahip olduğu sosyal iyi olma düzeyi ile kendini içinde bulunduğu topluma ait hissetmesinin orantılı olduğu ve bu durumun toplumdaki diğer insanlara güvenmesini sağladığı söylenebilir (Kaya, 2013).

Russel (2016)'da mutluluğun koşulunu çevrenin kişiden hoşnut olması, çevreye ve insanlara ilgi duymak ve keyif almakla sağlanabileceğini belirtmiştir. Çakıcı (2015)'da mutluluk bileşenleri içerisinde sosyal bileşenlere vurgu yapmıştır. Asıcı ve İkiz (2015)'de kişinin mutluluğunun artması için sosyal yaşamda da başarılı olması gerektiğini vurgulamıştır. Kişinin içinde bulunduğu toplum yapısının (Akın ve Satici, 2011) kişinin mutluluğunu değiştirebildiği belirtilmiştir (Akın ve Şentürk, 2012). Kahneman ve diğerlerinin (2004) deneyim örnekleme yöntemini kullanarak gerçekleştirdikleri çalışmalarında, insanların gün içerisindeki mutlulukları ölçülmeye

çalışılmıştır. İnsanların yalnızken mutluluklarının az, diğer insanlarla beraberken mutluluklarının çok olduğu vurgusu yapılmıştır. Bu durum da kişinin mutluluğunun toplum içindeki algısına, sosyal iyi olma ilişkisine bağlı olarak şekillendiğini düşündürmektedir. Russell (2016), yaşam tarzları ile dünya görüşlerinin diğer insanlar tarafından iyi karşılanmayan insanların mutlu olmadıklarını, toplumda hoşgörünün artması ile mutlu insan sayısının artmasının doğru orantılı olduğunu belirtmektedir. İncelenen bu çalışmaların sonuçlarından ve tez çalışmasında ortaya çıkan sonuçlardan yola çıkılarak kişilerin toplum içindeki konumlarının ve kendilerini nasıl değerlendirdiklerinin mutluluk ile bağlantılı olduğu (Akın ve Şentürk, 2012; Asıcı ve İkiz, 2015; Kahneman ve diğerleri, 2004 ), sosyal iyi olma düzeyi yüksek olan kişilerin daha mutlu olduğu söylenebilir.

Araştırmada yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın mutluluğu yordayıp yordayıp yordamadığına yönelik analizler yapılmış ve çeşitli bulgulara ulaşılmıştır. Bu bulgulardan birisi yaşam değerinin mutluluğu %3, yaşamın anlamının %10, sosyal iyi olmanın %13 oranında açıkladığını ortaya koymuştur. Bir diğer bulguda ise yaşam değeri, yaşamın anlamının ve sosyal iyi olmanın birlikte mutluluğu %18 oranında yordadığı görülmüştür.

Araştırmanın kavramlarından olan yaşam değeri, yaşamın anlamının ve sosyal iyi olmanın da alan yazına bakıldığında birbirleri ile ilişki halinde olduğu (Aluş ve Selçukkaya, 2015; Göz, 2014; Harris, 2017; Yazıcı, 2016 vb.) görülmektedir. Harris (2017) değerleri kişinin hayatına amaç, anlam ve arzu katmanın bir yolu olarak dile getirmesi, değerler ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkiye dikkat çektiğinin bir göstergesi olarak düşünülmektedir. Bunun yanı sıra kişinin yaşamını anlamlı hale getirmesi için değerleri ile net bir şekilde ilişki kurması gerektiği belirtilmiştir. Toplumların devamlılıklarını sağlayabilmesi için değerlere sahip olmaları gerekmektedir (Göz, 2014). Son yıllarda hem ülkemizde hem de dünyada olumsuz davranışların bireyler tarafından sergilenme oranının artması değer kavramının tam anlamıyla kazanılmadığını göstermektedir (Deveci ve Ay, 2009). Kişinin bir çevre içinde yer edinebilmesi için içinde bulunduğu çevrenin değerlerini benimsemesi gerekmektedir (Aluş ve Selçukkaya, 2015). Kişinin değerleri, toplum içindeki yerini belirlediğini bilinmektedir (Yazıcı, 2006). Yalar ve Yanpar-Yelken (2011)'de insanların bir arada yaşamasının zorunlu olduğunu, bunun içinde kuralara ihtiyaç olduğunu, bu kurallarında genellikle değerler olduğunu belirtmişlerdir. Değerlerin

sosyalleşmeyle geleceğe aktarıldığı bilinmektedir (Canatan, 2008). Değerlerin insanların davranışları belirlediği ve insanların birbirine karşı olan davranışlarını şekillendirdiği belirtilmektedir (Baysal ve Saman, 2010). Bolat (2013) kişinin toplum içinde uyum sağlayabilmesi için değer aktarımının yapılabilmesi gerektiğini söylemiştir. Özkan ve Soylu (2014)'da değerlerin toplumsal yapı içindeki sosyal ilişkileri şekillendirebildiğini söylemişlerdir. Kişinin hayatında anlama sahip olursa hayata karşı duruşunun olabileceği, zorlu yaşam şartlarına karşı bile daha güçlü olabileceği ve yaşamdan doyum alıp daha mutlu olabileceği bilinmektedir (Yüksel, 2012). Aynı şekilde Adler'inde kişinin sahip olduğu anlamın topluma yaptığı katkı ile uyumlu olduğunu belirtmesi sosyal iyi olma ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi göstermektedir (Taş, 2015). Karahan ve diğerlerine (2007) göre kendini mutlu hisseden bireylerin kendini mutsuz hisseden bireylere göre sosyal beceri düzeyleri daha yüksektir. Demir ve Kutlu'nun (2016) çalışmasında sosyal etkileşim kaygısı ve yalnızlığın mutluluğu negatif düzeyde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Bunun yanı sıra bireyci kültürlerde bireylerin kişisel başarısının, benliğinin bağımsız olmasının önemli olduğunu, toplulukçu kültürlerde de farklı benliklerin dengesi ile mutluluğun sağlandığını belirtmektedir. Bu durum kişinin içinde bulunduğu toplum yapısına göre kendisini nasıl değerlendirdiğine örnek teşkil edebilmektedir (Eryılmaz, 2014). Aynı şekilde mutluluğun hem maddi hem manevi değerlere, hem de kişinin içinde bulunduğu sosyal ve toplumsal yapıda oluşturduğu ilişkiye bağlamaktadır (Aluş ve Selçukkaya, 2015). Çalışmalara bakıldığında hem yaşam değerlerinin hem yaşamın anlamının hem de sosyal iyi olmanın birbiriyle iç içe kavramlar olduğu ve birbirlerini etkilediği görülmektedir.

## 5.2. Sonuç ve Öneriler

Araştırmada yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma değişkenlerinin mutluluk değişkenini yordama düzeyleri incelenmeye çalışılmıştır. Bu çalışma kapsamında kavramların betimsel istatistik analizleri yapılmış ve incelenmiş, cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey açısından farklılaşıp farklılaşmadığı, mutluluk ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın ilişkisi ve bu değişkenlerin mutluluğu ne oranda yordadığının belirlenmesi için çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

Yapılan çalışmalar ve analizler sonucunda elde edilen sonuçlar şu şekilde sıralanabilir: Yaşam değeri ile mutluluk arasındaki ilişki incelendiğinde yaşam değerinin güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz denetim, evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma, güvenlik alt boyutları ile mutluluk arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu, mutluluk ile yaşam değerinin tüm alt boyutlarının anlamlı ilişki sergilediği görülmüştür. Bunun yanı sıra değerlerin sosyal ve bireysel değerler bazında mutluluk ile olan ilişkisi incelendiğinde ise hem sosyal değerlerin hem de bireysel değerlerin mutluluk ile pozitif yönde, anlamlı bir ilişki sergilediği görülmüştür.

Yapılan çalışmada yaşamın anlamı ile mutluluk arasındaki ilişki incelendiğinde ise yaşamın anlamının alt boyutları olan var olan anlam ile bulunmaya çalışılan anlam alt boyutlarının mutluluk ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal iyi olmanın mutluluk ile olan ilişkisi incelendiğinde ise mutluluk ile sosyal iyi olma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kısacası yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın mutluluk ile pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki sergilediği görülmüştür.

Yapılan çalışmada cinsiyetin mutluluk üzerinde kadınlar yönünde anlamlı bir fark ortaya koyduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kadın öğrencilerin mutluluk puan ortalamaları erkek öğrencilerin mutluluk puan ortalamalarına oranla daha fazladır. Cinsiyetin yaşam değeri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığı incelendiğinde cinsiyetin yaşam değeri üzerinde öz denetim, evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma, güvenlik alt boyutları ile sosyal değerler bazında anlamlı bir fark ortaya koyduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra erkeklerin yaşam değerinin öz denetim, evrensellik, yardımseverlik, geleneksellik, uyma alt boyutları ile sosyal değerlerde daha yüksek puan aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Erkek öğrencilerin yaşam değeri puan ortalamalarının belirtilen alt boyutlar bazında kadın öğrencilerin yaşam değeri puan ortalamalarından daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kısacası cinsiyetin mutluluk (kadınlar lehine) ve yaşam değeri (erkekler lehine) üzerinde anlamlı bir farklılaşmasının olabileceği sonuçlarına ulaşılmıştır. Cinsiyetin çalışmanın diğer iki kavramı olan yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma üzerinde anlamlı bir farklılaşmasının olup olmadığı incelendiğinde ise kavramlar üzerinde herhangi bir farklılaşmanın olmadığı sonucuna ulaşıldığı görülmüştür.

Yapılan çalışmada algılanın sosyo-ekonomik düzeyin mutluluk, yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma üzerinde anlamlı bir farkın olup olmadığı incelenmiştir.



Kendini üst-orta sosyo-ekonomik düzey arasında değerlendiren kişilerin mutluluğunun kendilerini hem orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde hem de alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilere göre istatistiksel olarak anlamlı farkın olduğu ve bu farkın orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kısacası kendisini üst-orta sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerin kendisini orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendirenler ile kendilerini alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilere göre daha mutlu değerlendirdikleri söylenebilmektedir. Sosyo-ekonomik düzey yaşam değeri açısından incelendiğinde ise evrensellik alt boyutunun sosyo-ekonomik düzey ile anlamlı bir fark sergilediği ve bu farkın orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kendilerini üst-orta, orta, orta-alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilerin kendilerini hem üst hem de alt sosyo-ekonomik düzeyde değerlendiren kişilere oranla evrensellik değerine daha çok sahip oldukları söylenebilmektedir. Yapılan çalışmada yaşam değerinin diğer dokuz alt boyutu (güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz denetim, yardımseverlik, geleneksellik, uyma ve güvenlik), sosyal ve bireysel değerler, yaşamın anlamı (var olan anlam, bulunmaya çalışılan anlam) ve sosyal iyi olmanın sosyo-ekonomik düzey ile anlamlı bir farkına rastlanamamıştır.

Bağımsız değişkenlerin (yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma) bağımlı değişken (mutluluk) üzerindeki etkisinin öğrenilmesi için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda mutluluğu; yaşam değerinin % 3, yaşamın anlamının % 10, sosyal iyi olmanın % 13 oranında açıkladığı görülmüştür. Yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın birlikte mutluluğu %18 olarak açıkladığı, bu durum da anlamlı bir ilişki ifade ettiği görülmektedir.

Uygulayıcılar açısından öneriler;

1. Mutluluğu arttırmaya yönelik grup çalışması yapılmak istediğinde çalışmadan elde edilen veriler dikkate alınabilir.
2. Üniversitelerin rehberlik ve psikolojik danışma birimleri üniversite öğrencilerinin mutluluklarını destekleyici yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olma eksenli gruplar ya da çalışmalar yapabilirler.

Araştırmacılar açısından öneriler;

1. Yapılacak olan çalışmalar birden fazla üniversite de yapıлып, üniversiteler karşılaştırılmaya gidilebilir.

2. Benzer araştırmalar ilkokul, ortaokul, lise ve çalışma hayatında olan yetişkinler için gerçekleştirilebilir.
3. Benzer alışmalar çalışma hayatında aktif olan kişiiler üzerinden meslek gruplarına bölünüp, bu faktörlerin meslekler açısından farklılaşıp farklılaşmadığı karşılaştırılabilir.
5. Katılımcılara hayatlarından ne kadar mutlu oldukları, hayatlarını yaşam değerlerine göre değiştirip şekillendirdikleri, yaşamlarını ne kadar anlamlı buldukları, toplum içinde kendilerini nasıl değerlendirdikleri sorulup hem çalışma sonuçları ile tutarlılığı karşılaştırılabilir hem de mutlululuğu yordama oranlarıyla karşılaştırılabilir.
6. Çalışma aynı gruba farklı zaman dilimlerinde tekrarlanıp kişiilerin tercihlerinde değişimin olup olmadığı araştırılabilir.
7. Erkeklerin bazı yaşam değeri alt boyutlarında daha yüksek puan almalarının nedenleri araştırılabilir.
8. Erkeklerin mutluluk puanlarının düşük olması nedeni ile alanda çalışmalar yapılabilir. niveristelerde grup çalışmaları oluşturulabilir.
9. Araştırma sonuçları diğer araştırmalara örnek olabilir. niveriste ğrencilerinin mutluluk algılarının arttırılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir.

## KAYNAKÇA

- Acun, İ., Yücel, C., Önder, A. ve Tarman, B. (2013). Değerler: kim ne kadar değer veriyor? *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 191-206.
- Adler, A. (2016). *Yaşamın anlam ve amacı* (On ikinci baskı). Kamuran Şipal (Çev.). Ankara: Say Yayınları.
- Agbo, A. A. & Ome, B. (2017). Happiness: meaning and determinants among young adults of the ıgbos of Eastern Nigeria. *Journal of Happiness Studies*, 18(1), 151-175.
- Akın, A. ve Özkaya, S. (2015). Mutluluk yönelimleri ölçeği kısa formunun Türkçeye uyarlanması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of European Education*, 5(3), 39-46.
- Akın, A. ve Satıcı, S. A. (2011). Öznel mutluluk ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(21), 65-77.
- Akın, H. B. ve Şentürk, E. (2012). Bireylerin mutluluk düzeylerinin ordinal lojistik regresyon analizi ile incelenmesi. *Öneri Dergisi*, 10(37), 183-193.
- Akın, A. ve Taş, İ. (2015). Yaşam anlamı ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Electronic Turkish Studies*, 10(3), 27-36, doi: [dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.7860](https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.7860).
- Aktepe, V. ve Yalçınkaya, E. (2016). Okul ortamında değerler eğitiminin öğrenci görüşlerine göre çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Journal of Kirsehir Education Faculty*, 17(2), 113-131.
- Aktepe, V. ve Yel, S. (2009). İlköğretim öğretmenlerinin değer yargılarının betimlenmesi: Kırşehir ili örneği. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(3), 607-622.
- Alparslan, A. M. (2015). Emek işçilerinde fazladan rol davranışının öncülü: iş tatmini mi işyerinde mutluluk mu? *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 30(1), 201-213.
- Aluş, Y. ve Selçukkaya, S.(2015). Türk ailesin de mutluluk algısı ve değerleri. *Sosyal ve Kültürel Araştırmalar Dergisi*, 1(2), 151-175.
- Aluş, Y. (2016). *Türkiye toplumu ailesinde eşler arası mutluluk algısı ve beklentileri: Sakarya ili örneği* (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Alver, B., Dilekmen, M. ve Ada, Ş. (2010). Üniversite öğrencilerinin bazı öznel algılamalarına göre psikolojik belirtileri, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(33), 13-23.
- Asan, T., Ekşi, F., Doğan, A. ve Ekşi, H. (2008). Bireysel değerler envanterinin dilsel eşdeğerlik geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 27(27), 15-38.
- Asıcı, E. ve İkiz, F. E. (2015). Mutluluğa giden bir yol: bilişsel esneklik. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35, 191-211.

- Aydın, C., Kaya, M. ve Peker, H. (2015). Hayatın anlam ve amacı ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *On Dokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 38, 39-55.
- Aypay, A. ve Eryılmaz, A. (2011). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşları ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkiler. *International Online Journal of Educational Sciences*, 1(3), 181-199.
- Bacanlı, H. (1999). Üniversite öğrencilerinin değer tercihleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 5(4), 597-610.
- Bailey, A. W. & Fernando, I. K. (2012). Routine and project-based leisure, happiness, and meaning in life. *Journal of Leisure Research*, 44(2), 139-154.
- Bakalım, O. ve Taşdelen-Karçkay, A. (2016). Friendship quality and psychological well-being: the mediating role of perceived social support. *International Online Journal of Educational Sciences*, 8(4), 1-9.
- Balcı, F. A. ve Yanpar-Yelken, T. (2010). İlköğretim öğretmenlerinin “değer” kavramına yükledikleri anlamlar. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39), 81-90.
- Baloğlu-Uğurlu, N. (2014). Important values of American and Turkish students, *Euraisan Journal of Educational Research*, 55, 91-108.
- Baş, V. ve Hamarta, E. (2015). Üniversite öğrencilerinde değer ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(29), 369-391.
- Baysal, S. ve Aka, İ. Ç. (2013). Bir pazarlama stratejisi olarak mutluluk temasının markalar tarafından kullanılması: mutluluk temelli pazarlama üzerine bir araştırma. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 5(1), 84-93.
- Baysal, Z. N. ve Samancı, O. (2010). İlköğretim beşinci sınıf öğrencileri ile değerler üzerine bir çalışma. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 34(34), 56-69.
- BBC (2016, Ekim 9). Dünya Mutluluk Raporu. [www.bbc.com/turkce/haberler/2016/03/160315\\_mutlu\\_ulkeler](http://www.bbc.com/turkce/haberler/2016/03/160315_mutlu_ulkeler) adresinden edinilmiştir.
- Bernaud, J. L. (2016). Meaning of life as a paradigm for career counseling. *Psychologie Francaise*, 61(1), 61-72.
- Birinci, F. ve Dirik, G. (2010). Depresif realizm: mutluluk ya da nesnellik. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(1), 60-67.
- Birlik, V. (2013). *Platon ve Aristoteles'in erdem anlayışının akıl, bilgi ve mutluluk ile olan ilişkisinin karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilgi Üniversitesi, İstanbul.
- Boreham, P., Povey, J. & Tomaszewski, W. (2016). Work and socialwell-being: the impact of employment conditions on quality of life. *The International Journal of Human Resource Management*, 27(6), 593-611.
- Bolat, Y. (2013). Bir değer ölçme aracı: çok boyutlu sosyal değerler ölçeği. *Turkish Journal of Education*, 2(4), 13-27.
- Boyras, G., Horne, S. G. & Waits, J. B. (2015). Accepting death as part of life: meaning in life as a means for dealing with loss among bereaved individuals. *Death Studies*, 39(1), 1-11.

- Braden, A., Overholser, J., Fisher, L. & Ridley, J. (2015). Life meaning is associated with suicidal ideation among depressed veterans. *Death Studies*, 39(1), 24-29.
- Brassai, L., Piko, B. F. & Steger, M. F. (2011). Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health? *International Journal of Behavioral Medicine*, 18(1), 44-51.
- Broughton, K. A., Payne, L. & Liechty, T. (2017). An exploration of older men's social lives and well-being in the context of a coffee group. *Leisure Sciences*, 39(3), 261-276.
- Bülbül, S. ve Giray, S. (2011). Sosyo-demografik özellikler ile mutluluk algısı arasındaki ilişki yapısının analizi. *Ege Akademik Bakış*, 11, 113-123.
- Büyükyıldırım, İ. ve Dilmaç, B. (2015). Siber mağdur olmanın insani değerler ve sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(29), 7-40.
- Can, A. (2014). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi* (İkinci baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Canatan, A. (2008). Toplumsal değerler ve yaşlılar. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, (1), 62-71.
- Canatan, A., Sarıçam, H. ve Biçer, B. (2015, Kasım). Affediciliğin yaşamda anlam üzerindeki etkisi. *Felsefe, Eğitim ve Bilim Tarihi Sempozyumu*, Muğla.
- Choi, Y. C. & Jang, J. H. (2016). Conditions associated with adolescents' happiness in oecd countries. *Journal of Economics and Economic Education Research*, 17(2), 17-28.
- Cihan, N. (2014). Okullarda değerler eğitimi ve Türkiye'deki uygulamaya bir bakış. *Electronic Turkish Studies*, 9(2), 429-436.
- Clark, A. E., Diener, E., Georgellis, Y. & Lucas, R. E. (2008). Lags and leads in life satisfaction: a test of the baseline hypothesis. *The Economic Journal*, 118(529), 222-243.
- Cohen, S., Doyle, W. J., Turner, R. B., Alper, C. M., & Skoner, D. P. (2003). Emotional style and susceptibility to the common cold. *Psychosomatic Medicine*, 65(4), 652-657.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi, kuram ve uygulamaları*. Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Cömert, I. T., Atalay-Özyeşil, Z. & Burcu-Özgülük, S. (2016). Satisfaction with life, meaning in life, sad childhood experiences, and psychological symptoms among turkish students. *Psychological Reports*, 118(1), 236-250.
- Çakıcı, S. (2015). *Kutadgu Bilig'de mutluluk ile ahlak ilişkisi (psikososyal bir analiz)*, (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Eskişehir Osman Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: Eskişehir.
- Çalışkan, H., Sapmaz, F. & Uzunkol, E. (2015). Value preferences of university students as predictors of life goals. *Social Indicators Research*, 124(1), 111-125.
- Çubukçu, Z., Eker-Özenbaş, D. E., Çetinkaya, N., Satı, D. ve Şeker, Ü.Y. (2012). Yönetici, öğretmen, öğrenci ve veli gözünde öğretmenin sahip olması gereken değerler. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 2(1), 25-38.

- Damásio, B. F., Hauck-Filho, N. & Koller, S. H. (2016). Measuring meaning in life: an empirical comparison of two well-known measures. *Journal of Happiness Studies*, 17(1), 431-445.
- Datu, J. A. D. & Mateo, N. J. (2015). Gratitude and life satisfaction among Filipino adolescents: The mediating role of meaning in life. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 37(2), 198-206.
- Demir, Y. ve Kutlu, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde sosyal etkileşim kaygısı ile mutluluk arasındaki ilişki: yalnızlığın aracı rolü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(1), 195-210.
- Demirbaş-Çelik, N. (2016). Üniversite öğrencilerinin yaşamda anlam ve yaşam amaçları arasındaki ilişki. *Mediterranean Journal of Humanities*. 6(1), 133-141. doi: 10.13114/MJH.2016119294.
- Demirbaş-Çelik, N. ve İşmen- Gazioğlu, E. (2015). Yaşamda anlam ölçeği lise formu: Türkçe geçerlik ve güvenilirliği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(33), 42-60.
- Demirdağ, S. ve Kalafat, S. (2015). Yaşamın anlamı ölçeği (YAÖ): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(2), 83-95.
- Demirel, Y. ve Gülpınar, Ş. (2016). İşletme sahibi yöneticiler ile işletme sahibi olmayan yöneticilerin yaşam ve çalışma değerleri üzerine bir araştırma. *TISK Academy/TISK Akademi*, 11(21), 31-54.
- Demirutku, K. ve Sümer, N. (2010). Temel değerlerin ölçümü: portre değerler anketinin Türkçe uyarlaması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25), 17-25.
- Demirutku, K. ve Tekinay, S. (2016) Beşeri değerler ile devamsızlık tutumları ve gerekçeleri arasındaki ilişkiler. *The Relationships between Human Values, Absenteeism Attitudes and Reasons*, 31(3), 505-519.
- Dereli-İman, E. (2014). Değerler eğitimi programının 5-6 yaş çocukların sosyal gelişimine etkisi: sosyal beceri, psiko-sosyal gelişim ve sosyal problem çözme becerisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(1), 249-268.
- Deveci, H. ve Ay, T.S. (2009). İlköğretim öğrencilerinin günlüklerine göre günlük yaşamda değerler. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(6), 167-181.
- Dilmaç, B., Bozgeyikli, H. ve Çıkkılı, Y. (2008). Öğretmen adaylarının değer algılarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 6(16), 69-91.
- Dilmaç, B., Deniz, M. ve Deniz, E. D. (2009). Üniversite öğrencilerinin öz anlayışları ile değer tercihlerinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7(18), 9-24.
- Doğan, T. ve Akıncı-Çötök, N. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 165-172.
- Doğan, T., Sapmaz, F. ve Akıncı-Çötök, N. (2013). Öz-eleştiri ve mutluluk. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(1), 391-400.
- Doğan, T. ve Sapmaz, F. (2012). Oxford mutluluk ölçeği Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin üniversite öğrencilerinde incelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25, 297-304.

- Dong, X. Q., Simon, M. A., Beck, T. T., Farran, C., McCann, J. J., Mendes de Leon, C. F. & Evans, D. A. (2010). Elder abuse and mortality: the role of psychological and social well-being. *Gerontology*, 57(6), 549-558.
- Durmuş, S. (2011). İlköğretim matematik öğretmen adaylarının sahip olduğu değerler ve modelleme düzeylerine ilişkin bir inceleme. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri (KUYEB)*, 11(2), 1055-1071.
- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning and virtue: well springs of a positive life. *Flourishing: Positive Psychology and The Life Well-lived*, 105-128.
- Erdoğan, S. (2010). Erken çocukluk döneminde televizyonun sosyal gelişime ve değerler eğitimine etkisi. In *International Conference on New Trends in Education and Their Implications*, 764-767.
- Erkuş, A. (2013). *Davranışbilimleri için bilimsel araştırma süreci* (Dördüncü baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Eroğlu, Y., Özcan-Arıç, N. ve Peker, A. (2015). Özel gereksinimli çocuğa sahip anneler ile tipik gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlık, iyilik hali ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 5(3), 142-50, doi:dx.doi.org/10.19126/suje.31090.
- Eryılmaz, A. (2014). *Herkes için mutluluğun başucu kitabı teoriden uygulamaya pozitif psikoloji*. Ankara: Pegem Akademi.
- Eryılmaz, A. (2014). Meaning of life-setting life goals: comparison of substance abusers and non-abusers. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 235-243.
- Eryılmaz, A. (2015). What do turkish adults attribute their happiness and unhappiness to in daily life? *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24, 161-183.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2011). Ailesiyle yaşayan yaşlılarda mutluluk modeli. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 48, 227- 233.
- Evin, İ. ve Kafadar, O. (2004). İlköğretim sosyal bilgiler programının ve ders kitaplarının ulusal ve evrensel değerler yönünden içerik çözümlemesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(3), 293-304.
- Frankl, V. E. (2013). *İnsanın anlam arayışı* (On birinci baskı). Selçuk Budak (Çev.). Ankara: Okuyan Us Yayınları.
- Ferriman, K., Lubinski, D. & Benbow, C. P. (2009). Workpreferences, life values and personal views of top math/science graduate students and the profoundly gifted: developmental changes and gender differences during emerging adult hood and parent hood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(3), 517-532.
- Fidan, M. (2015). Öğretmen algılarına göre ilköğretim kurumlarındaki örgütsel değerler. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 335-348.
- Fordyce, M. W. (1977). Development of a program to increase personal happiness. *Journal of Counseling Psychology*, 24(6), 511-521.
- Fordyce, M. W. (1983). A program to increase happiness: further studies. *Journal of Counseling Psychology*, 30(4), 483-498.
- Freud, S. (2016a). *Mutluluk dediğimiz şey - aforizmalar* (4. Baskı). Peren Demirel (Çev.). İstanbul: Aylak Adam Yayınları.

- Freud, S. (2016b). *Mutlu olma ihtimalimiz – aforizmalar* (8. Baskı). Mustafa Fırat (Çev.). İstanbul: Zeplin Kitap Yayınları.
- Galęba, A. & Bajurna, B. (2015). The influence of god and providence on happiness and the quality of life of patients benefiting from aesthetic medicine treatments in Poland. *Journal Of Religion And Health*, 54(4), 1481-1488.
- Güdü-Demirbulat, Ö. ve Avcıkurt, C. (2015). Turizm ve mutluluk arasındaki ilişki üzerine kavramsal bir değerlendirme. *Balıkesir University The Journal of Social Sciences Institute*, 18(34), 79-97.
- Gülcan, A. ve Nedim-Bal, P. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi, *Asya Öğretim Dergisi*, 2(1), 41-52.
- Göz, K. (2014). Toplumsal değerler bağlamında yaşama hürriyeti. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1(1), 85-101.
- Harris, R. (2017). *Mutluluk Tuzağı* (2. Baskı). M. Hakan Türkçapar ve K. Fatih Yavuz (Çev.). İstanbul: Litera Yaayıncılık.
- Hashemi, F. M., Pourmalek, F., Tehrani, A., Abachizadeh, K., Memaryan, N., Hazar, N., Omidnia, S., Ziari, A. & Lakeh, M. M. (2016). Monitoring social well-being in Iran. *Social Indicators Research*, 129(1), 1-12.
- Hefferon, K. & Boniwell, I. (2014). *Pozitif psikoloji- kuram, araştırma ve uygulamalar*. Tayfun Doğan (Çev.). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Hietalahti, M., Tolvanen, A. & Kokko, K. (2015). Values and personal life investment in middle-age: measures and relations. *Journal of Adult Development*, 22(4), 206-220.
- İnandı, T., Savaş, N., Arslan, E., Yeniçeri, A., Peker, E., Alışkın, Ö., Erdem, M. ve Durmaz, E. (2016). Hatay'da akraba evliliği sıklığı, nedenleri, çocuk sağlığı,
- Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D. A., Schwarz, N. & Stone, A. A. (2004). A survey method for characterizing daily life experience: the day reconstruction method. *Science*, 306(5702), 1776-1780.
- Kamalak, C. (2016). Value transferred from Lütfiyye-i Vehbi. *International Journal of Language Academy*, 4(4), 447-464.
- Kangal, A. (2013). Mutluluk üzerine kavramsal bir değerlendirme ve Türk hane halkı için bazı sonuçlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(44), 214-233.
- Karababa, A. ve Dilmaç, B. (2016). Ergenlerde yalnızlığın yordayıcıları olarak TA ve değerler. *Eğitim ve Bilim*, 41(187), 63-77.
- Karababa, A., Oral, T. ve Dilmaç, B. (2014). Ergenlerin başarı amaç yönelimlerini yordayan değişkenlerden biri olarak: insani değerler. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 12(27), 165-186.
- Karahan, T. F., Dicle, A. N. ve Eplikoç, H. (2007). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının sosyal beceri düzeylerine ve mutluluk algılarına göre incelenmesi, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 40(2), 41-61.
- Kaya, Ç. (2013). Sosyal iyi olma ile duygusal dışa vurum arasındaki ilişkilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.



- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2) 121-140.
- Kim, J., Kim, M. & Park, S. H. (2016). Exploring the relationship among posttraumatic growth, life satisfaction, and happiness among korean individuals with physical disabilities. *Psychological Reports*, 119(1), 312-327.
- King, L. A. & Napa, C. K. (1998). What makes a life good? *Journal Of Personality And Social Psychology*, 75(1), 156-165.
- King, K. A., Vidourek, R. A., Merianous, A. & Singh, M. (2014). A study of stress, social support, and perceived happiness among college students. *J Happiness Well-being*, 2(2), 132-44.
- Klemke, E.D. (2000). *The meaning of life*. Oxford University Press.
- Koydemir, S. ve Mısır, S. (2015). Benlik kurguları ve mutluluk: deneysel bir hazırlama çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 49-60.
- Kowalski, R. M. (2002). Whining, griping, andcomplaining: positivity in thenegativity. *Journal of Clinical Psychology*, 58(9), 1023-1035.
- Köksal, Y., Bayraktaroğlu, H. ve Sarı, S. (2014). Tüketicilerin mutluluk düzeylerine göre markalı ürünlere bakışları üzerine bir inceleme; giyim sektörü örneği. *Uluslararası Alanya İşletme Fakültesi Dergisi*, 6(2), 73-81.
- Köksal, O. ve Şahin, F. (2015). Gelir ve mutluluk: gelir karşılaştırmasının etkisi, *Sosyoekonomi*, 23(26), 45-59.
- Köse, N. (2015). Ergenlerde akran ilişkilerinin mutluluk düzeyine etkisi, *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(4), 1-6.
- Krok, D. (2015). The role of meaning in life within the relations of religious coping and psychological well-being. *Journal Of Religion And Health*, 54(6), 2292-2308.
- Kulaksızoğlu, A. ve Dilmaç, B. (2000). İnsani değerler eğitimi programı, *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12, 199-208.
- Kuşdil, M. E. ve Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). Türk öğretmenlerin değerler yönelimi ve Schwartz değer kuramı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(45), 59-76.
- Lam, L. T. & Wong, E. M. (2017). Enhancing social-emotional well-being in young children through improving teachers' social-emotional competence and curriculum design in Hong Kong. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 11(5), 1-14.
- Lasauskaite, R., Gendolla, G. H. E., Bolmont, M. & Freydefont, L. (2017). Implicit happiness and sadness are associated with ease and difficulty: evidence from sequential priming, *Psychological Research*, 81, 321-331, doi: 10.1007/s00426-015-0732-3.
- Lazarus, R. S. (2003). Does the positive psychology movement have legs? *Psychological Inquiry*, 14(2), 93-109.
- Lesani, A., Mohammadpoorasl, A., Javadi, M., Esfeh, J. M. & Fakhari, A. (2016). Eating breakfast, fruit and vegetable intake and their relation with happiness in college students. *Eating And Weight Disorders-Studies On Anorexia, Bulimia And Obesity*, 21(4), 645-651.

- Marco, J. H., Guillén, V. & Botella, C. (2017). The buffer role of meaning in life in hopelessness in women with borderline personality disorders. *Psychiatry Research*, 247, 120-124.
- Meisel, S. N. & Palfai, T. P. (2015). Meaning in life goal pursuit moderates the effects of social influences on college student drinking. *Journal of Applied Social Psychology*, 45(10), 561-567.
- Morales, A. U., Delgado-Valencia, E., Rojas-Ballestores, M. & Caqueo-Urizar, A. (2017). Social well-being among Colombian and Peruvian immigrants in Northern Chile. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 19(5), 1140-1147. doi: 10.1007/s10903-016-0416-0.
- Möngü, B. (2015). Modern dünyada mutluluk: John Stuart Mill'in faydacı etiği. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(1), 23-30.
- Mujcic, R. & J. Oswald, A. (2016). Evolution of well-being and happiness after increases in consumption of fruit and vegetables. *American journal of public health*, 106(8), 1504-1510.
- Murphy, P. E., Fitchett, G. & Stein, K. (2016). Re-examining the contributions of faith, meaning, and peace to quality of life: a report from the American Cancer Society's studies of cancer survivors-II (SCS-II). *Annals of Behavioral Medicine*, 50(1), 79-86.
- Neslitürk, S., Özkal, N. ve Dal, S. (2015). 5-6 yaş çocuklarının değer kazanım süreçlerine anne değerler eğitimi programının etkisi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 883-889.
- Oral, T. (2015). Psikolojik perspektiften değer kavramı. İçinde B. Dilmaç, H. H. Bircan (Eds.), *Değerler ve değerler psikolojisi* (Beşinci baskı). Ankara: PegemAkademi.
- Öngen, B. ve Aytaç, S. (2013). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve yaşam değerleri ilişkisi. *Sosyoloji Konferansları*, (48), 1-18.
- Özdemir, Y. ve Koruklu, N. (2011). Üniversite öğrencilerinde değerler ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. *YYÜ, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 190-210.
- Özdemir, S. ve Sezgin, F. (2011). Öğretmen adaylarının bireysel ve örgütsel değerler ile öğrencilerde görmek istedikleri değerlere ilişkin önem sırası algıları. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2), 1-21.
- Özkan, R. ve Soylu, A. (2014). Eğitim fakültesi öğrencilerinin benimsedikleri temel insani değerler (Niğde il örneği). *Electronic Turkish Studies*, 9(2), 1253-1265.
- Özmen, C., Er, H. ve Gürgil, F. (2012). İlköğretim branş öğretmenlerinin değerler eğitimine ilişkin görüşleri üzerine bir araştırma. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(17), 297-311.
- Özmete, E. (2008). Yaşlılıkta yaşamın anlamının refah göstergeleri ile yordanması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 15(15), 7-20.
- Samur, A. Ö. (2011). *Değerler eğitimi programının 6 yaş çocuklarının sosyal ve duygusal gelişimlerine etkisi*, (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: Konya.
- Siwek, Z., Oleszkowicz, A. & Słowińska, A. (2017). Values realized in personal strivings and motivation, and meaning in life in Polish university students. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 549-573.

- Padır, M. A., Eroğlu, Y. ve alışkan, M. (2015). Ergenlerde znel mutluluk ile siber zorbalık ve mağduriyet arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 2(1), 32-51.
- Park, C. L., Edmondson, D., Fenster, J. R. & Blank, T. O. (2008). Meaning making and psychological adjust ment following cancer: the mediating roles of growth, life meaning, and restored just-world beliefs. *Journal of Consultingand Clinical Psychology*, 76(5), 863-875.
- Persson, L. O., Engström, C. P., Rydn, A., Larsson, S. & Sullivan, M. (2005). Life values in patients with COPD: relations with pulmonary functioning and health related quality of life. *Quality of Life Research*, 14(2), 349-359.
- Pressman, S. D. & Cohen, S. (2007). Use of social words in auto biographies and longevity. *Psychosomatic Medicine*, 69(3), 262-269.
- Russell, B. (2016). *Mutlu olma sanatı* (15. Baskı ). Yunus Sağlamtrk (ev.). Ankara: Say Yayınları.
- Sapmaz, F. ve Doğan, T. (2012). Mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak iyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(3), 63-69.
- Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positivet herapy. *Handbook of Positive Psychology*, 2, 3-12.
- Selim, S. (2008). Türkiye’de bireysel mutluluk kaynağı olan değerler üzerine bir analiz: multinomial logit model. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(3), 345-358.
- Siyez, D. M. (2016). *PDR’de kaynak tarama ve rapor yazma* (Beşinci baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Sotgiu, I. (2016).Conceptions of happiness and unhappiness among Italian psychology under graduates. *PloS One*, 11(12),1-16, e0167745.
- Storelli, E. (2016). Social support and well-being among older adults in Latin America: differential effects of kin and non-kin support. *The International Journal og Aging and Society*, 7(1), 31-46.
- Siwek, Z., Oleszkowicz, A., & Słowińska, A. (2017). Values realized in personal strivings and motivation, and meaning in life in polish university students. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 549-573.
- şahin, M., Aydın, B., Sarı, S. V., Kaya, S. ve Pala, H. (2012). Öznel iyi oluşu açıklama da umut ve yaşamda anlamın rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(3), 827-836.
- şahin-Fırat, N. (2010). Okul müdürü ve öğretmenlerin okul kültürü ile değer sistemlerine ilişkin algıları. *Eğitim ve Bilim*, 35(156), 71-83.
- şeker, M. (2009). Mutluluk ekonomisi. *Sosyoloji Konferansları*, (39), 115-140.
- şirin, N., şafak, M., Yuvacı, Z., Gr, ., Koçak, N. ve Koç, I. (2016). Değerler eğitimi progamının 6 yaş çocuklarına etkisinin incelenmesi ve ğretmen görüşleri. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 35, 261-274.
- Tarhan, N. (2017). *Mutluluk Psikolojisi ve Stresle Başa ıkma Bedensel ve Ruhsal Sağlık İçin Kendini Tanımak* (26. Baskı ). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taş, İ. (2015).Yaşam anlamı. A, Akın, , Akın (Eds.) *Psikolojide güncel kavramlar 1 pozitif psikoloji*. (Birinci baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Telef, B. B., Uzman, E. ve Ergün, E. (2013). Öğretmen adaylarında psikolojik iyi oluş ve değerler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 8(12), 1297-1307.
- Teques, A. P., Carrera, G. B., Ribeiro, J. P., Teques, P. & Ramón, G. L. (2016). The importance of emotional intelligence and meaning in life in psycho-oncology. *Psycho-Oncology*, 25(3), 324-331.
- Tingaz, E. O. ve Hazar, M. (2014). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile bazı öğretmen adaylarının duygusal zeka ve mutluluklarının karşılaştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport*, 1, 745-756, doi: 10.14486/IJSCS144.
- (TUİK) Türkiye İstatistik Kurumu, 2011 “Yaşam Memnuniyeti Araştırması” Haber Bülteni, Sayı:10770, Ankara.
- (TUİK) Türkiye İstatistik Kurumu, 2014 “Yaşam Memnuniyeti Araştırması” Haber Bülteni, Sayı: 4381, Ankara.
- (TUİK) Türkiye İstatistik Kurumu, 2015 “Yaşam Memnuniyeti Araştırması” Haber Bülteni, Sayı:21518, Ankara.
- Turan, S. ve Aktan, D. (2008). Okul hayatında var olan ve olması düşünülen sosyal değerler. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 227-259.
- Uyguç, N. (2013). Cinsiyet, bireysel değerler ve meslek seçimi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 18(1), 93-103.
- Ünüvar, P., Çalışandemir, F., Tagay, Ö. & Amini, F. (2015). Okul öncesi dönem çocuklarının mutluluk algısı (Türkiye ve Afganistan Örneği), *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34, 1 -22.
- Veenhoven, R. (2017). Greater happiness for a greater number: did the promise of enlightenment come true? *Social Indicators Research*, 130(1), 9-25.
- Wang, Y. H. & Liao, H. C. (2015). Construction and Validation of a Meaning in Life Scale in the Taiwanese Cultural Context. *Psychological Reports*, 117(2), 437-451.
- Wells, D. M., Veach, P. M., Martyr, M. A. & LeRoy, B. S. (2016). Development, experience, and expression of meaning in genetic counselors' lives: an exploratory analysis. *Journal Of Genetic Counseling*, 25(4), 799-817.
- Wilchek-Aviad, Y. (2015). Meaning in life and suicidal tendency among immigrant (Ethiopian) youth and native-born Israeli youth. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 17(4), 1041-1048.
- Wilchek-Aviad, Y. & Malka, M. (2016). Religiosity, meaning in life and suicidal tendency among Jews. *Journal of Religion and Health*, 55(2), 480-494.
- Yalar, T. ve Yanpar-Yelken, T. (2011). Değerler eğitiminin iyileştirilmesi ile ilgili öğretmen görüşlerinin belirlenmesi ve bir program modülü örneğinin geliştirilmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(38), 79-98.
- Yang, Y. (2008). Socialline qualities in happiness in the United States, 1972 to 2004: an age- period- cohortanalysis. *American Sociological Review*, 73, 204-226.
- Yazıcı, K. (2006). Değerler eğitimine genel bir bakış. *Türklük Bilimi Araştırmaları*, 19(19), 499- 522.

- Yazıcı, Ö. F., Caz, Ç. ve Tunçkol, H. M. (2016). Spor genel müdürlüğü taşra teşkilatında çalışan personelin öznel mutluluk düzeyleri. *International Journal of Sports, Exercise and Training Science*, 2(1), 1-7.
- Yıkılmaz, M. ve Demir-Güdül, M. (2015). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu, yaşamda anlam ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişkiler. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2), 297-315.
- Yıldız, M., Dilmaç, B. ve Deniz, M. E. (2013). Öğretmen adaylarının sahip oldukları değerler ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 12(3), 740-748.
- Yılmaz, E. (2009). Öğretmenlerin değer tercihlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7(17), 109-128.
- Yiğittir, S. ve Öcal, A. (2011). Lise tarih öğretmenlerinin değerler ve değerler eğitimi konusundaki görüşleri. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 13(20), 117-124.
- Yurcu, G., Kasalak, M. A. ve Akıncı, Z. (2015). Otel çalışanlarının sosyal iyi olma algılarının demografik değişkenler açısından incelenmesi: Antalya ili örneği. *Journal of Tourism Theory and Research*, 1(1), 8-21.
- Yüksel, R. (2012). Genç yetişkinler de yaşamın anlamı. *Sakarya University Journal of Education*, 2(2), 69-83.
- Yüksekbilgili, Z. ve Akduman, G. (2016). Bireysel mutluluk ve işkoliklik ilişkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 31, 95- 112.
- Zhang, H., Sang, Z., Chan, D. K. S., Teng, F., Liu, M., Yu, S., & Tian, Y. (2016). Sources of meaning in life among Chinese university students. *Journal Of Happiness Studies*, 17(4), 1473-1492.

## EKLER

### EK1 - YÖNERGE

Sayın Katılımcı,

Bu çalışmadan elde edilecek veriler Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi'nde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümünde yürütülmekte olan yüksek lisans tez çalışmasında kullanılacaktır. Çalışmada yer alan ölçeklere vereceğiniz cevaplarınız gizli tutulacak ve ad-soyadı bilgisi istenmeyecektir. Sizden istenen, her ifade için olmak istediğiniz durumu değil, gerçekte olduğunuz durumu yansıtacak şekilde cevaplar vermenizdir. Bölümlerden önceki ifadeleri dikkatlice okumanızı, herhangi bir bölümü boş bırakmamanızı ve bir soru için birden fazla seçenek işaretlememenizi önemle rica eder, katılımınız için teşekkür ederim.

Fatma TAŞDİBİ ÜNLÜ

### EK 2 – KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Cinsiyet:	Yaş:
Sınıf:	Bölüm:
Algılanılan sosyo-ekonomik düzey:	
Alt:	Alt-orta: Orta:
Orta- üst:	Üst:

**EK 3 - OXFORD MUTLULUK ÖLÇEĞİ KISA FORMU**

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

#### EK 4 - SCHWARTZ DEĞERLER LİSTESİ

Yönerge: Aşağıdaki ölçekte, insanların yaşamlarında değişik derecelerde öneme sahip olabilen, çeşitli yaşam değerlerini temsil eden 57 madde(değer)bulunmaktadır. Lütfen her değeri/maddeyi okuyun ve bu değerlerin sizin için belirttiği önem derecesine göre 1 ile 7 arasında işaretleyiniz. Her değer için yalnızca bir adet puan işaretleyiniz.		Önemsiz							Önemli
		1	2	3	4	5	6	7	
1	EŞİTLİK (Herkes eşit fırsat)	1	2	3	4	5	6	7	
2	İÇ HUZUR ( Kendisiyle barışık olmak)	1	2	3	4	5	6	7	
3	SOSYAL GÜÇ SAHİBİ OLMAK ( Başkalarını denetleyebilmek, üstün olmak)	1	2	3	4	5	6	7	
4	ÖZGÜRLÜK ( Düşünce ve hareket özgürlüğü)	1	2	3	4	5	6	7	
5	MANEVİ BİR YAŞAM (Maddi değerlerden çok; manevi, içsel olanları önemsemek)	1	2	3	4	5	6	7	
6	BAĞLILIK DUYGUSU ( Başkalarının beni düşündüğü duygusu)	1	2	3	4	5	6	7	
7	BAĞLILIK DUYGUSU ( Başkalarının beni düşündüğü duygusu)	1	2	3	4	5	6	7	
8	TOPLUMSAL DÜZEN ( İstikrarlı bir toplum içinde yaşamak)	1	2	3	4	5	6	7	
9	HEYECANLI BİR YAŞAM ( Uyarıcı deneyimlerle dolu)	1	2	3	4	5	6	7	
10	ANLAMLI BİR YAŞAM ( Hayatta bir amacın olması)	1	2	3	4	5	6	7	
11	KİBAR OLMAK ( Nazik, terbiyeli)	1	2	3	4	5	6	7	
12	ZENGİN OLMAK ( Maddi servet, para)	1	2	3	4	5	6	7	
13	ULUSAL GÜVENLİK ( Ülkenin düşmanlardan koruması)	1	2	3	4	5	6	7	
14	KENDİNE SAYGILI OLMAK ( Kendinin değerli olduğuna inanç)	1	2	3	4	5	6	7	
15	İYİLİĞE KARŞILIK VERMEK ( Borçlu olmaktan kaçınmak)	1	2	3	4	5	6	7	
16	YARATICILIK ( Orjinal olmak, hayal gücünü kullanmak)	1	2	3	4	5	6	7	
17	BARIŞ İÇİNDE BİR DÜNYA ( Savaş ve çatışmalardan uzak bir dünya)	1	2	3	4	5	6	7	
18	GELENEKLERE SAYGI ( Eski -zamanın eskitemediği- geleneklerin korunması)	1	2	3	4	5	6	7	



19	OLGUN SEVGİ ( Derin, duygusal ve ruhsal yakınlıklar)	1	2	3	4	5	6	7
20	KENDİNİ DENETLEYEBİLMEK ( Kendini sınırlamak, yanılmaya direnmek)	1	2	3	4	5	6	7
21	MAHREMİYET/ÖZEL HAKLARA SAYGI ( Özel bir dünyası olma hakkı)	1	2	3	4	5	6	7
22	AİLE GÜVENLİĞİ (Sevilenlerin tehlikelerden uzak olması)	1	2	3	4	5	6	7
23	SOSYAL SAYGINLIK ( Başkalarından saygı ve kabul görmek)	1	2	3	4	5	6	7
24	DOĞAYLA BÜTÜNLÜK ( Doğayla uyum içinde olmak)	1	2	3	4	5	6	7
25	DEĞİŞKEN BİR HAYAT ( Mücadele, yenilik ve değişikliklerle dolu)	1	2	3	4	5	6	7
26	ERDEMLİ OLMAK ( Olgun bir yaşam anlayışı)	1	2	3	4	5	6	7
27	OTORİTE SAHİBİ OLMAK ( Yönetme ve emir verme hakkına sahip olmak)	1	2	3	4	5	6	7
28	GERÇEK DOSTLUK ( Yakın, destekleyici dostlar, arkadaşlar)	1	2	3	4	5	6	7
29	GÜZEL BİR DÜNYA ( Doğa ve sanatın güzelliği)	1	2	3	4	5	6	7
30	SOSYAL ADALET ( Haksızlığın düzeltilmesi, zayıfı kollama)	1	2	3	4	5	6	7
31	BAĞIMSIZ OLMAK ( Kendine yeterli, güvenli olmak )	1	2	3	4	5	6	7
32	İLİMLİ OLMAK ( Aşırı duygu ve hareketlerden kaçınmak)	1	2	3	4	5	6	7
33	SADIK OLMAK ( Arkadaşlarına ve çevresine bağlı olmak)	1	2	3	4	5	6	7
34	HIRSLI OLMAK ( Çalışkan ve istekli olmak)	1	2	3	4	5	6	7
35	AÇIK FİKİRLİ OLMAK ( Değişik fikir ve inançlara saygılı olmak)	1	2	3	4	5	6	7
36	ALÇAK GÖNÜLLÜ OLMAK ( İlmli olmak, kendini öne çıkarmamak)	1	2	3	4	5	6	7
37	CESUR OLMAK ( Macera ve risk aramak)	1	2	3	4	5	6	7
38	ÇEVREYİ KORUMAK ( Doğayı/tabiatı korumak)	1	2	3	4	5	6	7
39	SÖZÜ GEÇEN BİRİ OLMAK ( İnsanlar ve olaylar üzerinde etkili olmak)	1	2	3	4	5	6	7
40	ANA BABAYA VE YAŞLILARA DEĞER VERMEK (Saygı duymak)	1	2	3	4	5	6	7

41	KENDİ AMAÇLARINI SEÇMEK ( Kendi hedeflerini seçebilmek)	1	2	3	4	5	6	7
42	SAĞLIKLI OLMAK ( Fiziksel ya da ruhsal rahatsızlığı olmamak)	1	2	3	4	5	6	7
43	YETKİN/MUKTEDİR OLMAK ( Yeterli, etkili, verimli olmak)	1	2	3	4	5	6	7
44	BANA DÜŞEN HAYATI KABULLENMEK ( Hayat şartlarına boğun eğmek)	1	2	3	4	5	6	7
45	DÜRÜST OLMAK ( İçten, samimi olmak)	1	2	3	4	5	6	7
46	TOPLUMDAKİ GÖRÜNÜMÜ KORUYABİLMEK ( Başkalarına karşı mahcup duruma düşmemek, başkalarının bakış tarzının sürmesi için çaba göstermek)	1	2	3	4	5	6	7
47	İTAATLİ OLMAK ( Görevini yapan, yükümlülüklerini yerine getiren biri olmak)	1	2	3	4	5	6	7
48	ZEKİ OLMAK ( Mantıklı ve düşünen biri olmak)	1	2	3	4	5	6	7
49	YARDIMSEVER OLMAK ( Başkalarının iyiliği için çalışmak )	1	2	3	4	5	6	7
50	YAŞAMDAN ZEVK ALMAK ( Yiyecek, cinsellik, müzik vb. den zevk almak)	1	2	3	4	5	6	7
51	DİNDAR OLMAK ( Dinsel inanç ve kurallara bağlılık)	1	2	3	4	5	6	7
52	SORUMLU OLMAK ( Güvenilir, inanılır biri olmak)	1	2	3	4	5	6	7
53	MERAKLI OLMAK ( Her şeyle ilgilenen araştırmacı biri olmak)	1	2	3	4	5	6	7
54	BAĞIŞLAYICI OLMAK ( Başkalarının özrünü kabul edebilmek)	1	2	3	4	5	6	7
55	BAŞARILI OLMAK ( Amaçlara ulaşabilmek)	1	2	3	4	5	6	7
56	TEMİZ OLMAK ( Düzenli olmak)	1	2	3	4	5	6	7
57	İSTEKLERİNE DÜŞKÜN OLMAK ( Kendisine zevk veren şeyler yapmak)	1	2	3	4	5	6	7

## EK 5 - YAŞAMIN ANLAMI ÖLÇEĞİ

Her sorunun karşısında bulunan; (1) Benim için hiç doğru değil (2) Benim için doğru değil (3) Benim için biraz doğru değil (4) Kararsızım ve (5) Benim için biraz doğru (6) Benim için doğru (7) Benim için tamamen doğru anlamına gelmektedir.								
1	Yaşamımın anlamını biliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
2	Yaşamımı anlamlı hissetmemi sağlayacak bir şeyler arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3	Her zaman yaşamımın amacını bulmaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
4	Yaşamımın net bir amacı var.	1	2	3	4	5	6	7
5	Yaşamımı neyin anlamlı hale getireceğine ilişkin bir öngörüye sahibim.	1	2	3	4	5	6	7
6	Tatmin edici bir yaşam amacı keşfettim.	1	2	3	4	5	6	7
7	Her zaman yaşamımı anlamlı hissettirecek bir şeyler araştırıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
8	Yaşamım için bir amaç ve misyon arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9	Yaşamımın net bir amacı yok.	1	2	3	4	5	6	7
10	Yaşamımda anlam arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7

## EK 6 - SOSYAL İYİ OLMA ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip her cümle için size en uygun seçeneğin üzerine çarpı (X) işareti koyunuz. (1) Kesinlikle Katılmıyorum (2) Önemli ölçüde katılmıyorum (3) Çok az katılmıyorum (4) Kararsızım (5) Bazen Katılıyorum (6) Önemli ölçüde katılıyorum (7) Kesinlikle katılıyorum anlamına gelmektedir.

1.Dünya bana fazla karmaşık geliyor.	1	2	3	4	5	6	7
2. Kendimi hiçbir gruba ait hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3. Bana iyilik yapan insanlar karşılığımı beklemezler.	1	2	3	4	5	6	7
4. Dünyaya katabileceğim değerli bir şeyler var.	1	2	3	4	5	6	7
5. Dünya herkes için daha iyiye gidiyor.	1	2	3	4	5	6	7
6. Kendimi çevremdeki insanlara yakın hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
8. Yaptığım şeylerin çevreme hiçbir yararı yok.	1	2	3	4	5	6	7
8. Dünyada neler olup bittiğine anlam veremiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9. Hiçbir toplumsal ilerleme olmuyor.	1	2	3	4	5	6	7
10. İnsanlar diğer insanların sorunlarını umursamıyorlar.	1	2	3	4	5	6	7
11.Çevremdeki insanlar benim için bir rahatlık kaynağıdır.	1	2	3	4	5	6	7
11. Yaşadığım çevrede olabilecekleri tahmin edebilmek benim için çok zor değildir.	1	2	3	4	5	6	7
12. İçinde bulunduğum toplum benim gibi insanlar için yeterince ilerlemiyor.	1	2	3	4	5	6	7
14. İnsanların nazik olduğuna inanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
15. Topluma katkı sağlayacak önemli bir şeyim yok.	1	2	3	4	5	6	7

## EK 7- ETİK KURUL İZİNİ

MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR  
VE YAYIN ETİĞİ KURULU DEĞERLENDİRME FORMU

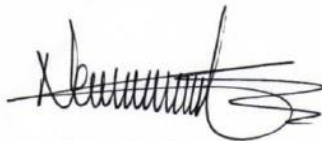
<b>SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU</b>	
<b>Protokol No: 25</b>	<b>Karar No:25</b>
<b>Araştırmanın Yürütücüsü</b>	MSKÜ Yüksek Lisans Öğrencisi Fatma TAŞDIBİ
<b>Araştırmanın Başlığı:</b>	Yaşam Değeri, Yaşamın anlamı ve Sosyal İyi Olmanın Mutluluğu Yordama Düzeyinin İncelenmesi
<b>Başvuru Formunun Etik Kurula Geldiği Tarih:</b>	06.03.2017
<b>Başvuru Formunun Etik Kurulda İncelendiği Tarih:</b>	14.04.2017
<b>Karar Tarihi:</b>	14.04.2017

## SONUÇ

1.	<input checked="" type="checkbox"/> Kabul. Araştırmanın/Projenin uygulanabilirliği konusunda bilimsel araştırmalar etiği açısından bir sakınca yoktur.
2.	<input type="checkbox"/> Düzeltme gereklidir.
3.	<input type="checkbox"/> Red.



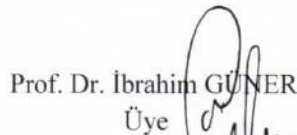
Prof. Dr. Bayram COŞKUN  
Başkan



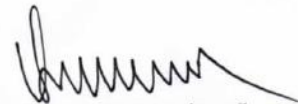
Prof. Dr. Nevide DELLAL  
Başkan Yardımcısı



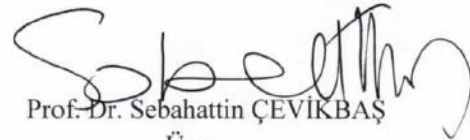
Prof. Dr. Mehmet Naci ÖNAL  
Üye



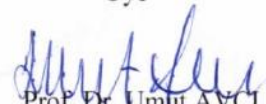
Prof. Dr. İbrahim GÜNER  
Üye



Prof. Dr. Famil ŞAMILOĞLU  
Üye



Prof. Dr. Sebahattin ÇEVİKBAŞ  
Üye



Prof. Dr. Umut AVCI  
Üye

## ÖZGEÇMİŞ

### KİŞİSEL BİLGİLER

**Soyad, Ad:** TAŞDİBİ ÜNLÜ, Fatma

**Doğum Yeri ve Tarihi:** MİLAS / 02.01.1994

**Eposta:** fatmatasdibi@gmail.com

**Telefon:**0545 436 90 50

### EĞİTİM BİLGİLERİ

Derece	Kurum	Yıl
Lisans	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi	2011-2015
Yüksek Lisans	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi	2015-

### İŞ TECRÜBESİ

Görev	Kurum	Yıl
Öğretmen	Muğla/Milas Sakarya Orta Okulu	2016 (Mart-Eylül)
Öğretmen	Manisa/Kırkağaç Edip Bayat İlkokulu	2016 (Eylül)-

### YAYINLAR