

**T.C**  
**Marmara Üniversitesi**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü**  
**Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı**  
**Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı**

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN AKADEMİK BAŞARILARININ**  
**YORDANMASINDA UMUT VE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**ESİN YILMAZ**

**İstanbul, 2017**

**T.C**  
**Marmara Üniversitesi**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü**  
**Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı**  
**Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı**

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN AKADEMİK BAŞARILARININ**  
**YORDANMASINDA UMUT VE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**ESİN YILMAZ**

**Danışman**

**Yrd. Doç. Dr. Makbule Kalı SOYER**

**İstanbul, 2017**

**Tüm kullanım hakları  
M.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü'ne aittir.  
© 2017**

## ONAY

Esin YILMAZ tarafından hazırlanan “Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Yordanmasında Umut Ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi” konulu bu çalışma, 22 Mayıs 2017 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda jüri tarafından başarılı bulunmuş ve yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Adı Soyadı

İmza

TEZ DANIŞMANI:

Yrd. Doç. Dr. Makbule KALI SİYER



JÜRİ ÜYESİ:

Yrd. Doç. Dr. Berke KIRIKKANAT



JÜRİ ÜYESİ:

Yrd. Doç. Dr. A. Semai TUZCUOĞLU



## ÖZGEÇMİŞ

Doğum Yeri ve Tarihi: İspir - 1989

Lise: Yahya Kaptan Anadolu Lisesi - 2007

Lisans: Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı - 2012

Yüksek Lisans: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

İş Deneyimi: Kabataş Erkek Lisesi- Stajyer- 2009  
Milli Eğitim Bakanlığı - Okul Psikolojik Danışmanı -2012  
- halen

İletişim: pdesinyilmaz@gmail.com

## ÖNSÖZ

Araştırmanın her aşamasında kıymetli fikirleriyle beni yönlendiren, zorlandığım anlarda yüreklendiren, yardımlarıyla hep yanımda olan saygıdeğer hocam, tez danışmanım Yard. Doç. Dr. Makbule Kalı SOYER'e tüm içtenliğimle teşekkür ederim.

Lisans ve yüksek lisans eğitimim süresince Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanında uzmanlık yolunda ilerlerken bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım tüm hocalarıma teşekkürü bir borç bilirim.

Yorucu ve stresli geçen araştırma ve tez yazım sürecinde iyi ki var dediğim, varlığından güç aldığım, yeterli zaman ayıramadığım halde sevgisi eksilmeyen, bu zorlu sürecin her anında yanımda hissettiğim dostum Zeynep Hülya LALE'ye,

Yüksek lisans ve lisans hayatım boyunca en mutsuz olduğum anda bile yüzümü güldüren, umutlandıran, pratik zekâsı ile yeni başlangıçlar yapmamı sağlayan, hayatın her alanında yanımda olan dostum Hilal GÜNDÜZ'e,

Koşulsuz sevgilerini ve bana olan güvenlerini her zaman hissettiğim, fikirlerime önem veren ve kararlarıma saygı duyan, kendimi geliştirmem için imkânlar sunan, büyük bir istek ve azimle eğitim hayatıma devam etmemi sağlayan canım annem Hatice YILMAZ'a ve babam Mehmet YILMAZ'a,

Yüreklendirici ve olumlu yaklaşımlarıyla motivasyonumu hep yüksek tutan, her zaman varlığını hissettiğim ve yardımlarını hiçbir koşulda esirgemeyen, her ayağım takıldığında elimden tutan, her koşulda yanımda olan, bana kardeş sevgisini tam anlamıyla yaşatan biricik ablam Emine DAĞ'a teşekkür ve minneti bir borç bilirim.

Bu çalışmamı canım aileme ithaf ediyorum.

Esin YILMAZ

İstanbul 2017

## ÖZET

Bu araştırmada ortaokulda öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri, umut düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın, çalışma grubu; Kocaeli ili Gebze ilçesinde çeşitli devlet ortaokullarında öğrenim görmekte olan 5, 6, 7 ve 8. Sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Çalışmanın örneklemini basit rastlantısal örnekleme tekniği ile belirlenmiştir. Örneklemin %52.8'i (n=279) kız, %47.2'si (n=249) erkek olmak üzere toplam 528 öğrenciden oluşmaktadır. Bu öğrencilerin 281'i (%53.2) imam hatip ortaokuluna devam ederken, 247'si (%46.8) ortaokula devam etmektedir.

Araştırma verileri, 2015-2016 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde toplanmıştır. Çalışmada Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği ve Çocuklarda Umut Ölçeği kullanılmıştır. Aynı zamanda katılımcıların demografik bilgileri için Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Akademik başarı ortalamaları e-okul sisteminden temin edilmiştir. Elde edilen verileri analiz ederken ikili grupların test edilmesinde Bağımsız gruplar için t testi, yaşam doyumunu ve umut arasındaki yordayıcı ilişki ise Basit Doğrusal Regresyon Analizi tekniği ile test edilmiştir. Araştırmadaki veriler, SPSS 23 bilgisayar programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırma sonucunda öğrencilerin umut düzeyleri ve yaşam doyumları arasında; umut düzeyleri ve akademik başarı düzeyleri arasında; yaşam doyumları ve akademik başarı düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulgusu gözlemlenmiştir. Yapılan regresyon analizleri sonucunda başarıyı yordamada umut ve yaşam doyumunu değişkenlerinin toplam katkısının anlamlı olduğu görülmüştür. Regresyon katsayılarına ilişkin t sonuçları incelendiğinde sadece umut değişkeninin öğrencilerin başarıları üzerinde tek başına önemli bir yordayıcı olduğu bulgulanmıştır. Ancak yaşam doyumunun tek başına önemli bir etkiye sahip olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Ayrıca öğrencilerin; umut düzeylerinin, okudukları okul türü ve sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterdiği; cinsiyet, anne-baba eğitim düzeyleri ve anne- baba çalışma durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulgusu gözlemlenmiştir. Yaşam doyumunu düzeylerinin, cinsiyet, sınıf düzeyi ve anne çalışma durumuna göre anlamlı

farklılık gösterdiği; okudukları okul türü, anne-baba eğitim düzeyleri ve baba çalışma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulgusu gözlemlenmiştir. Akademik başarı düzeylerinin cinsiyet, okudukları okul türü, sınıf düzeyi, anne-baba eğitim düzeyleri ve anne çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği, yalnızca baba çalışma durumuna göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgular Türkiye ve yurtdışında yapılan çalışmalarla ve literatürdeki kavramsal bilgilerle karşılaştırılarak tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** *Yaşam Doyumu, Çocuklarda Umut, Ortaokul Öğrencileri, Akademik Başarı*





## ABSTRACT

In this study it was aimed to investigate the relationship between life satisfaction, level of hope and academic success of the students in secondary schools. The research group consists of 5th,6th,7th and 8th grade students studying in various state secondary schools in Gebze in Kocaeli. The sample of the research was determined by simple random sampling method. It consists of 528 students in which of the sample %52.8(n=279) were female students and, of the sample %47.2(n=249) were male students. While 281(%53.2)of these students were in religious vocational secondary schools, 247(%46.8) of them were in secondary schools.

Data of the research was gathered in 2015-2016 academic year spring term. The Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale, Children's Hope Scale and Personal Information Form that shows demographic information of the participants were used in the study. The average level of academical success was obtained from electronic school information system. While analyzing the data, independent samples t-test was used to test groups in two, simple linear regression was used to test the relationship between life satisfaction and hope. Data gathered in the research was analyzed by SPSS 23 computer programme.

As a result of the research, a significant relationship between level of hope and life satisfaction of the students, between level of hope and academic success of the students and between life satisfaction and academic success of the students was observed. Results of the regression analysis show that there is a meaningful contribution of hope and life satisfaction variables in total to predicting academic success, but the results of t-test in regard to regression coefficients show that only the hope variable is an important predictor by itself on academic success and that life satisfaction does not have an important effect by itself on academic success.

Moreover, it was observed that the level of hope in students, shows significant difference in school type and grades but not in gender, educational attainment or employment status of parents. It was observed that levels of life satisfaction show significant difference in gender, grade and educational status of mother but not in

school type, educational attainment of parents and employment status of father. It was found that levels of academic success show significant difference in gender, school type, grade, educational attainment of parents and employment status of mother but not in employment status of father. These findings were discussed by comparing with studies in Turkey and in other countries and conceptual information in literature.

**Keywords:** *Life Satisfaction, Children's Hope, Secondary School Students, Academic Success*



## İÇİNDEKİLER

<b>ONAY</b> .....	<b>i</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>viii</b>
<b>TABLO LİSTESİ</b> .....	<b>xiii</b>
<b>ŞEKİL LİSTESİ</b> .....	<b>xv</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BÖLÜM I: GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Problem.....	1
1.2. Amaç.....	4
1.2.1. Alt Amaçlar .....	5
1.3. Önem.....	7
1.4. Sınırlılıklar .....	8
1.5. Sayıtlar.....	8
1.6. Tanımlar.....	8
<b>BÖLÜM II: İLGİLİ ALAN YAZIN</b> .....	<b>10</b>
2.1. Yaşam Doyumu .....	10
2.1.1. Yaşam Doyumu Tanımı .....	10
2.1.2. Yaşam Doyumu İle İlgili Kuramsal Açıklamalar.....	13
2.1.2.1. Belli Bir Noktaya Erişme (Ereksel/Tekil) Kuramı.....	13
2.1.2.2. Etkinlik (Aktivite) Kuramı.....	14
2.1.2.3. Haz ve Acı Kuramı .....	14
2.1.2.4. Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramı (Yukarıdan Aşağıya-Aşağıdan Yukarı Kuramı) .....	15
2.1.2.5. Bağ Kuramı .....	15

2.1.2.6. Yargı Kuramı .....	16
2.1.3. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler .....	16
2.1.4. Yaşam Doyumunu Etkileyen Değişkenler .....	18
2.1.5. Çocuk ve Ergenlerde Yaşam Doyumu .....	19
2.1.6. Yaşam Doyumu ile İlgili Yapılan Araştırmalar .....	19
2.1.6.1. Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar .....	19
2.1.6.2. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar .....	22
2.2. Umut .....	24
2.2.1. Umut Tanımı .....	24
2.2.1.1. Lazarus'un Umut Tanımı .....	26
2.2.2. Umut Teorileri .....	26
2.2.2.1 Snyder'in Umut Teorisi .....	28
2.2.3. Umut ve Değişkenler Arasındaki İlişki .....	30
2.2.4. Umutsuzluk .....	31
2.2.5. Umut ile İlgili Yapılan Çalışmalar .....	32
2.2.5.1. Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar .....	32
2.2.5.2. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar .....	34
2.3. Akademik Başarı .....	36
2.3.1. Akademik Başarı Tanımı .....	36
2.3.2. Akademik Başarı ve Umut .....	38
2.3.3. Akademik Başarı ve Yaşam Doyumu .....	40
<b>BÖLÜM III: YÖNTEM .....</b>	<b>42</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	42
3.2. Evren ve Örneklem .....	42
3.3. Veri Toplama Araçları .....	43
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu (KBF) .....	43
3.3.2. Çocuklarda Umut Ölçeği (ÇUÖ) .....	43
3.3.3. Çok Boyutlu Yaşam Doyumu Ölçeği (ÇBYDÖ) .....	44
3.4. Verilerin Toplanması .....	45
3.5. Verilerin Çözümlemesi .....	45

<b>BÖLÜM IV: BULGULAR.....</b>	<b>47</b>
4.1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	47
4.2. Umut, Yaşam Doyumu ve Akademik Başarı Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler .....	50
4.3. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumunu düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır? alt amacına ilişkin bulgular .....	50
4.4. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile akademik başarıları arasında bir ilişki var mıdır? alt amacına ilişkin bulgular.....	51
4.5. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeyleri ile akademik başarıları arasında bir ilişki var mıdır? alt amacına ilişkin bulgular ..	52
4.6. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumunu düzeyleri akademik başarılarını yordamakta mıdır? alt amacına ilişkin bulgular .....	52
4.7. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	54
4.8. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre yaşam doyumunu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	55
4.9. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular.....	55
4.10. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin okudukları okula göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular.....	56
4.11. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin okudukları okula göre yaşam doyumunu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	56
4.12. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin okudukları okula göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular.....	57
4.13. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	57
4.14. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre yaşam doyumunu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	59
4.15. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular.....	60

4.16. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	61
4.17. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular ...	62
4.18. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular.....	63
4.19. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	64
4.20. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular ...	65
4.21. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular.....	66
4.22. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	67
4.23. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular ...	68
4.24. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular.....	69
4.25. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular .....	69
4.26. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular ...	70
4.27. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular.....	71

<b>BÖLÜM V: SONUÇ</b> .....	<b>72</b>
5.1. Yargı .....	72
5.2. Tartışma .....	75
5.2.1. Umut Düzeyi Sonuçlarının Tartışılması .....	76
5.2.2. Yaşam Doyumu Düzeyi Sonuçlarının Tartışılması .....	77
5.2.3. Akademik Başarı Düzeyi Sonuçlarının Tartışılması .....	80
5.3. Öneriler .....	85
5.3.1. Araştırmacılara ve ileride yapılabilecek araştırmalara yönelik öneriler.....	85
5.3.2. Uygulayıcılara yönelik öneriler .....	86
<b>KAYNAKLAR</b> .....	<b>88</b>
<b>EKLER</b> .....	<b>101</b>
EK-1 Çocuklarda Umut Ölçeği .....	101
EK-2 Çok Boyutlu Yaşam Doyumu Ölçeği .....	102
EK-3 Kişisel Bilgi Formu .....	104
EK-4 Çok Boyutlu Yaşam Doyumu Ölçeği (ÇBYDÖ)'nin kullanılmasına ilişkin Prof. Dr. Asım Çivitçi'den alınan e-posta izin yazısı .....	105
EK-5 Çocuklarda Umut Ölçeği (ÇUÖ)'nin kullanılmasına ilişkin Yrd. Doç. Dr. Gökhan Atik'ten alınan e-posta izin yazısı .....	106
EK-6 Uygulama İzin Yazısı.....	107

## TABLO LİSTESİ

<b>Tablo 4.1.</b>	Demografik Özelliklere İlişkin Frekans ve Yüzdeler Değerleri.....	47
<b>Tablo 4.2.</b>	Umut, yaşam doyumu ve akademik başarı puanlarına ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri.....	48
<b>Tablo 4.3.</b>	Öğrencilerin Umut, Çok Boyutlu yaşam Doyumu ve Akademik Başarı Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	50
<b>Tablo 4.4.</b>	Umut ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Sonuçları.....	51
<b>Tablo 4.5.</b>	Umut ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Sonuçları.....	51
<b>Tablo 4.6.</b>	Yaşam Doyumu ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Sonuçları .....	52
<b>Tablo 4.7.</b>	Umut ve Yaşam Doyumunun Akademik Başarıyı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	53
<b>Tablo 4.8.</b>	Umutun Akademik Başarıyı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	54
<b>Tablo 4.9.</b>	Cinsiyete Göre Umut Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları.....	54
<b>Tablo 4.10.</b>	Cinsiyete Göre Yaşam Doyumu Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları.....	55
<b>Tablo 4.11.</b>	Cinsiyete Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları ...	55
<b>Tablo 4.12.</b>	Okul Türüne Göre Umut Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları .....	56
<b>Tablo 4.13.</b>	Okul Türüne Göre Yaşam Doyumu Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları.....	57
<b>Tablo 4.14.</b>	Okul Türüne Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları.....	57
<b>Tablo 4.15.</b>	Sınıf Düzeyine Göre Umut Düzeylerine İlişkin Welch Testi Sonuçları ...	58
<b>Tablo 4.16.</b>	Sınıf Düzeyine Göre Umut Düzeylerine İlişkin İkili Karşılaştırma Testi Sonuçları.....	58
<b>Tablo 4.17.</b>	Sınıf Düzeyine Göre Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin ANOVA Testi Sonuçları.....	59
<b>Tablo 4.18.</b>	Sınıf Düzeyine Göre Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin İkili Karşılaştırma Testi Sonuçları .....	59



<b>Tablo 4.19.</b> Sınıf Düzeyine Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin Welch Testi Sonuçları.....	60
<b>Tablo 4.20.</b> Sınıf Düzeyine Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin İkili Karşılaştırma Testi Sonuçları .....	61
<b>Tablo 4.21.</b> Anne Eğitim Düzeyine Göre Umut Düzeylerine İlişkin Welch Testi Sonuçları.....	62
<b>Tablo 4.22.</b> Anne Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine İlişkin ANOVA Testi Sonuçları.....	62
<b>Tablo 4.23.</b> Anne Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine İlişkin Welch Testi Sonuçları.....	63
<b>Tablo 4.24.</b> Anne Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine İlişkin İkili Karşılaştırma Testi Sonuçları.....	63
<b>Tablo 4.25.</b> Baba Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine Göre Umut Düzeyine İlişkin ANOVA Testi Sonuçları .....	64
<b>Tablo 4.26.</b> Baba Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin ANOVA Testi Sonuçları .....	65
<b>Tablo 4.27.</b> Baba Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin ANOVA Testi Sonuçları.....	66
<b>Tablo 4.28.</b> Baba Eğitim Düzeyine Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin İkili Karşılaştırma Testi Sonuçları.....	67
<b>Tablo 4.29.</b> Anne Çalışma Durumuna Göre Umut Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları.....	68
<b>Tablo 4.30.</b> Anne Çalışma Durumuna Göre Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları.....	68
<b>Tablo 4.31.</b> Anne Çalışma Durumuna Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları.....	69
<b>Tablo 4.32.</b> Baba Çalışma Durumuna Göre Umut Düzeylerine İlişkin Mann-Whitney U testi Sonuçları .....	70
<b>Tablo 4.33.</b> Baba Çalışma Durumuna Göre Yaşam Doyumu Düzeylerine İlişkin Mann-Whitney U testi Sonuçları.....	70
<b>Tablo 4.34.</b> Baba Çalışma Durumuna Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin Mann-Whitney U testi Sonuçları.....	71

## ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 2.1.	Umut düşüncesinin gelişim basamakları .....	28
Şekil 4.1.	Umut puanları histogram grafiği.....	48
Şekil 4.2.	Yaşam doyumu puanları histogram grafiği.....	49
Şekil 4.3.	Akademik başarı puanları histogram grafiği.....	49
Şekil 4.4.	Umut ve akademik başarı puanlarına ilişkin saçılım grafikleri .....	53



## KISALTMALAR

- ÇUÖ** : Çocuklarda Umut Ölçeği  
**ÇBYDÖ** : Çok Boyutlu Yaşam Doyumu Ölçeği  
**KBF** : Kişisel Bilgi Formu



## BÖLÜM I: GİRİŞ

### 1.1. Problem

Günümüzde öğrencilerin akademik başarı düzeyleri gerek aileler tarafından gerekse eğitimciler tarafından oldukça önemsenmektedir. Öğrencilerde akademik başarı düzeyinin yüksek olma isteğinin yadsınmayacak birçok gerekçesi vardır. Daha iyi bir üst eğitim kurumuna gitme, performansını ortaya koyabileceği verimli bir işte çalışabilme, yüksek hayat standartlarına sahip olabilme ve kaliteli yaşama sahip olabilme ilgili gerekçelerin başında gelir. Akademik başarının yüksek veya düşük olması öğrencinin psikolojik durumuyla yakından ilgilidir. Öğrencilerin yaşamdan doyum alabilmeleri ve geleceğe yönelik planlar yapabilmeleri başarıları üzerinde etkili olan psikolojik becerilerdir. Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin; umut düzeyleri ve yaşam doyum düzeyleri ile ilişkisi, gelecek çalışmalara ışık tutması açısından merak oluşturmaktadır.

“Umut”, kişinin belirlediği hedeflere onu ulaştıracak yolları bulabilme ve kullanabilme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır. Umut bireyin amaçlarını, “harekete geçme güdüsü (agency)” ve o “amaçlara ulaşma yolları (pathways)” ile birlikte düşünme süreci olarak tanımlanmıştır (Snyder, 2002). Amaca güdülenme, kişinin amaçlarına ulaşmakta o yolları kullanabilme potansiyeline yönelik algısı olarak tanımlanırken; amaca ulaşma yolları, kişinin hedeflenen amaçlara ulaşmak için işlevsel yollar üretebileceğine dair algısı olarak tanımlanmaktadır (Snyder, Rand ve Sigmon, 2002). Tüm bu boyutlar ele alındığında, umut başarılı bir amaca güdülenme ve amaca ulaşma yolları ilişkisi üzerine kurulmuş pozitif bir motive edici durumdur. Bu nedenle, amaca güdülenme ve amaca ulaşma yolları, aynı amaca hizmet eden ve birbirini besleyen bileşenlerdir ve tek başlarına umudu açıklamakta yeterli değildir (Snyder ve ark., 1991’ Akt: Atik ve Kemer, 2009).

Umut, bireyleri olumsuz yaşam olaylarının etkilerine karşı koruyan anahtar bir psikolojik güçtür. Bireylerin amaçlar belirleyerek, parlak bir geleceğin onları beklediği inancıyla yaşamda kararlılıkla ilerlemelerini sağlamaktadır. Çaresizliği öğrenmiş

bireylerin aksine, umutlu bireyler için zorluklar geçici ve aşılabılır niteliktedir, çaba ve başarı birbirine sıkı sıkıya bağlıdır. Umudun eksikliği ise, riskli durumlarda bireyin incinebilirliğini arttırmaktadır (Benard, 1991; Martinek ve Hellison, 1997 Akt: Aydın, 2010).

Umut düzeyi yüksek bireyler istedikleri amaca ulaşmak için birçok yol bulabileceklerine inanırlar (Snyder ve ark. 1991'den akt. Atik, K. Ve Kemer, G. 2009). Bu inanç sisteminin birey üzerinde önemli bir etkisi vardır. Özellikle engellerle karşılaşıldığında, inanç sisteminin etkisi bireyin yaklaşımını belirlemede dikkat çekici bir rol oynar. Snyder ve arkadaşları (1997) erken çocukluk dönemindeki amaçlara yönelik engellerle başa çıkmanın umutlu düşünceyi geliştirdiğini ve çocukların karşılaşılan diğer zorluklardan bu umutlu düşünce sayesinde korunduklarını ve ayrıca umudu hem stresli hem de stres içermeyen durumlara taşıdıklarını belirtmişlerdir. Başka bir deyişle, çocuk hasta ya da sağlıklı olsun, umut mekanizması sürekli çalışmaya devam etmektedir. Bu özellik, umudun durumdan duruma dayanıklılık gösteren yönüne dikkat çekilmesini sağlamıştır.

Yüksek umut düzeyine sahip olanların akademik anlamda daha başarılı olduğunu ileri süren Snyder (2002), bunu şu nedenlerle açıklamaktadır: 1) Öğrenci, elde etmek istediği sonuçlar için birçok alternatif çözüm yolu üretmeye çalışmaktadır. 2) Öğrenci, bu çözüm yollarının peşinden gitme güdüsüne sahiptir. Öğrenci, öğrenme-öğretme ortamı içerisinde amaçlarına dair her türlü ipucunu yakalama isteğindedir.

Umutla ilgili yapılan çalışmalarda; umut düzeyinin öğrencilerin sınav başarısı (Snyder ve ark., 1997), akademik başarısı, spor başarısı, fiziksel ve ruh sağlığı ile doğru orantılı olduğunu göstermektedir. Ayrıca Snyder, Feldman, Taylor, Schroeder ve Adams (2000) yaptıkları bir çalışmada, umutlu düşüncenin psikolojik sorunları önlemede ve psikolojik dayanıklılığı arttırmada önemli bir rol oynadığını belirtmiştir. Buna göre, umudun önleyici rolü, sorun ortaya çıkmadan önceki (temel önleme) ve sorun ortaya çıktıktan sonraki (ikincil önleme) dönemlerde sorunların azaltılmasında görülmektedir. Başarılı amaç güdüsünün yanı sıra yüksek umut düzeyinin, iyilik hali ve benlik algısını arttırdığı belirtilmiştir. Benzer şekilde, Snyder (2004) bir başka çalışmasında, umudun genel iyilik haline olumlu katkılarının olduğunu vurgulamıştır.

Snyder ve arkadaşları (2000) benzer olarak, yüksek umut düzeyinin, kişilerin iyilik halini ve benlik algısını arttırdığını belirtmiştir. Bilişsel bir süreç olan umut kavramı, kişinin amaçlarına ulaşmada yöntemler geliştirebilmesi ve bunları uygulayabilmesi açısından bir araç olmaktadır. Kişi ihtiyaçlarını karşılarken daha önce kullandığı stratejileri tercih etmektedir.

Ülkemizdeyse, Denizli (2004) sınav kaygısının birbirinden farklı “kuruntu” (bilişsel) ve “duyuşsallık” (sınav esnasındaki fizyolojik reaksiyonlar) olmak üzere iki boyutu olduğunu belirtmiştir. Durumluk ve sürekli umudun kız öğrencilerin sınav kaygılarının duyuşsallık boyutunu yordadığını, kuruntu boyutunuysa sadece durumluk umudun yordadığını ortaya koymuştur. Öte yandan aynı çalışmada erkek öğrencilerin durumluk ve sürekli umut düzeylerinin sınav kaygısının her iki boyutunu da yordadığı bulunmuştur.

Mutluluk terimi, pozitif psikoloji literatüründe genellikle öznel iyi oluş (subjective well-being) olarak adlandırılmaktadır (Diener, 2000). Bireyin kendi yaşamına ilişkin yaptığı bilişsel ve duyuşsal değerlendirmeleri yansıtan öznel iyi oluş kavramı, duyuşsal ve bilişsel olmak üzere iki unsuru içermektedir. Öznel iyi oluşun duyuşsal kısmını olumlu ve olumsuz duygular oluştururken; bilişsel kısmı öznel iyi oluşu meydana getirmektedir. Yaşam doyumu, bireyin kendi yaşamından bütün olarak ya da aile, arkadaş, yaşanılan çevre gibi belirli yaşam alanları açısından hoşnut olup olmadığına ilişkin yaptığı genel bilişsel değerlendirmeler olarak tanımlanmaktadır. Buna göre, öznel iyi oluş düzeyi yüksek olan bireylerde hem yaşam doyumu daha fazla olmakta hem de olumlu duygular olumsuz duygulara göre daha fazla yaşanmaktadır (Suldo & Huebner, 2006).

Son yapılan araştırmalara bakıldığında, ilk ergenlikteki yaşam doyumu ve psikolojik değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma sayısında yükseliş olduğu gözlemlenmektedir. Bu araştırmalarda, ilk ergenlikte yaşam doyumunun benlik saygısı, umut (Gilman & Huebner, 2006; Huebner & Gilman, 2006), sosyal öz-yeterlik, dışadönüklük (Fogle, Huebner & Laughlin, 2002), olumlu kişilerarası ilişkiler (Gilman & Huebner, 2006), kişisel uyum (Huebner & Gilman, 2006), akran bağlılığı (Nickerson & Nagle, 2004) gibi değişkenlerle pozitif ilişkili olduğu; sosyal stres, kaygı, depresyon (Gilman & Huebner, 2006), nevrozizm (Fogle & etc., 2002), dış denetim odağı, klinik uyumsuzluk (Huebner & Gilman, 2006) ve şiddet davranışları (Valois, Paxton, Zullig &

Huebner, 2006) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Bu çalışmalar ışığında, yaşam doyumunun ilk ergenlik döneminde dışadönüklük, nevroitiklik gibi kişilik değişkenleri ve benlik saygısı, denetim odağı, kaygı, depresyon, sosyal stres gibi psikolojik özellikler açısından dikkate değer bir uyum göstergesi olduğunu söylemek mümkündür (Çivitçi, 2009). Bu açıdan ön ergenlik düzeyinde olan ortaokul öğrencilerinin yaşam doyum düzeyi onların hem ruh sağlıkları hem başarı düzeyleri üzerinde önemli bir etkiye sahiptir.

Yaşam doyumunu kavramı ile ilgili yapılmış araştırmalarda cinsiyetin, ırkın ve gelir düzeyinin yaşam doyumunu açıklamada çok az ya da hiç etkiye sahip olmadığını, kişisel eğilimler, yakın ilişkiler ve kültür gibi psikolojik değişkenlerin yaşam doyumunu yordamada daha etkili olduğu bulgularına ulaşılmıştır (Myers ve Diener, 1995). Çocuk ve ergenlerin yaşam doyumlarını etkileyen faktörlerin incelenmesi önemlidir, çünkü, Gilman ve Huebner'in (2006), 6.-12. sınıflarda öğrenim gören öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışma da göstermektedir ki, genel yaşam doyumunu yüksek olan ergenlerin kaygı ve depresyon düzeyleri daha düşük, benlik saygısı ve umut düzeyleri daha yüksektir. Aynı çalışmaya göre yaşam doyumunu yüksek olan ergenler akran ve ebeveynleriyle daha olumlu ilişkiler kurmakta, okula ve öğretmenlere yönelik daha olumlu tutumlar sergilemekte ve akademik olarak daha başarılı olmaktadır. Yapılan bir çalışmada, (Suldo ve Huebner, 2006) genel yaşam doyumunu yüksek olan ergenlerin, yaşam doyumunu düzeyi orta ve düşük olanlara göre duygusal, sosyal ve akademik öz-yeterliklerinin daha fazla olduğu; anne-baba, öğretmen ve arkadaşlarından daha çok sosyal destek aldıkları ve daha az duygusal ve davranışsal problemler yaşadıkları bulgusuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla, ergenlerde yaşam doyumunun artması psikolojik ve sosyal gelişimleri açısından önemli bir avantaj sağlamaktadır.

## **1.2. Amaç**

Bu araştırmada, ortaokula devam eden öğrencilerin ölçekler yardımıyla bağımsız değişkenler olan umut ve yaşam doyumunun, bağımlı değişken olan akademik başarı ile olan ilişkilerinin incelenmesi ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni yordamadaki rollerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bunun yanında tüm değişkenlerin cinsiyet, okudukları okul türü, sınıf düzeyi, anne-baba eğitim düzeyi ve anne-baba çalışma

durumuna göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi de bu araştırmanın amaçlarının arasındadır.

Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır;

### **1.2.1. Alt Amaçlar**

1. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
2. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile akademik başarıları arasında bir ilişki var mıdır?
3. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri ile akademik başarıları arasında bir ilişki var mıdır?
4. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri, akademik başarılarını yordamakta mıdır?
5. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre umut düzeyleri değişmekte midir?
6. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir?
7. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir?
8. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin okudukları okula göre umut düzeyleri değişmekte midir?
9. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin okudukları okula göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir?
10. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin okudukları okula göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir?
11. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre umut düzeyleri değişmekte midir?



12. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir?
13. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir?
14. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre umut düzeyleri değişmekte midir?
15. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir?
16. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir?
17. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre umut düzeyleri değişmekte midir?
18. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir?
19. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir?
20. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre umut düzeyleri değişmekte midir?
21. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir?
22. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir?
23. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre umut düzeyleri değişmekte midir?
24. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir?
25. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir?

### 1.3. Önem

Öğrencilerin akademik başarı düzeyi toplum ve eğitim sistemi tarafından ilgilenilmekte ve artış beklenmektedir. Ülkemizde eğitim seviyesi olarak gelişmiş ülkeler seviyesine gelebilmemiz için birçok politika geliştirilmekte ve uygulanmaktadır. Öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin artışının sağlanması için eğitici eğitim materyalleri oldukça büyük bir öneme sahiptir. Bunların yanında öğrencilerin psikolojik durumu da akademik başarı düzeyini etkileyen önemli faktörlerdendir. Öğrencinin mevcut düzende ilerleme kaydedebilmesi için umut düzeyi ve yaşam doyumu düzeyi önemli bir unsurdur. Harekete geçme güdüsü ve amaca ulaşma yolları öğrencinin umut düzeyini gösteren alt boyutlardır. Öğrencinin başarıma arzusu içinde olması için umut düzeyinin yüksek olması beklenmektedir. Öğrencinin elde etmek istediği sonuç için alternatif çözüm yolları üretmeye çalışması ve bu çözüm yollarının peşinden gitmesi, gerekmektedir.

Öğrencinin akademik başarıya ulaşması için mutlu olması yani öznel iyi oluşun yüksek olması beklenir. Öğrencinin aile, arkadaş, yaşanılan çevre gibi belirli yaşam alanları içinde hoşnut olma durumu, onun yaşam doyumu düzeyini göstermektedir. Yaşam doyumu, öznel iyi oluşun yani mutluluğun bilişsel unsurudur. Bu da bize gösterir ki; yaşam doyumu yüksek öğrencilerin mutluluk düzeyleri de yüksek olacaktır ve akademik başarı grafiğinde yükseliş gözlemlenecektir.

Bu araştırma, öğrencilerin umut düzeyi ve yaşam doyumu düzeylerinin akademik başarı ile ilişkisini açıklayacak, ilerleyen eğitim düzeyini geliştirme çalışmalarına ışık tutacaktır. Ayrıca okul psikolojik danışmanları için de yardımcı olacak bir rehberlik kitabı aralayacaktır. Okullarda sürekli talep edilen akademik başarının artırılmasına yönelik çalışmalara, umut düzeyini ve yaşam doyumu düzeyini artırma çalışmaları ağırlık gösterecektir. Tüm bunlar düşünüldüğünde çalışmanın alana vereceği katkı ve açacağı kapıların önemli olacağı düşünülmektedir.

#### 1.4. Sınırlılıklar

Bu araştırma kullanılan ölçme araçları ve örneklem açısından bazı sınırlılıklar içermektedir. Araştırmanın sınırlılıkları aşağıda ele alınmıştır:

1. Araştırma konu açısından ortaokul öğrencilerinin akademik umut, yaşam doyumu ve akademik başarı düzeyleri ile sınırlıdır.
2. Zaman açısından, 2015-2016 eğitim-öğretim yılı ile sınırlıdır.
3. Örneklem açısından, Kocaeli ili Gebze ilçesinde öğrenim görmekte olan ortaokul 5, 6, 7 ve 8. sınıf öğrencileri ile sınırlıdır.
4. Bu araştırma veri toplamada kullanılan ölçme araçları bakımından; Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği, Çocuklarda Umut Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu ile sınırlıdır.

#### 1.5. Sayıtlar

Bu araştırmada elde edilecek bulgular bazı varsayımlara dayanmaktadır:

1. Bu çalışmada, örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin kendilerine uygulanan Çocuklarda Umut Ölçeğine, Çok Boyutlu Yaşam Doyumu Ölçeğine ve Kişisel Bilgi Formuna içten ve yansız yanıtlar verdikleri,
2. Araştırmanın örnekleminin, evreni temsil edici olduğu,
3. Araştırmadaki veri toplama araçlarının geçerlik ve güvenirlik koşullarını sağladıkları varsayılmaktadır.

#### 1.6. Tanımlar

**Akademik başarı:** Sınavlardan elde edilen notlar, derslerden alınan harf notları ve belirtilen eğitim süresi içinde öğrenimini tamamlama akademik başarının göstergeleri olarak kabul edilmektedir (Steinberg, 2002). Bu çalışmada öğrencilerin bir önceki eğitim-öğretim yılı yıl sonu başarı ortalamalarının ifade etmektedir.

**Umut:** Kişinin amaçlar belirleyip bu amaçları başarmak için alternatif çözüm yolları bulması ve bu yolları uygulayacağına inanmasıdır (Snyder, Harris ve diğerleri, 1991).

Diğer bir deyişle, umut, işe yarar yolları üretme kapasitesidir. “Umut”, kişinin belirlediği hedeflere onu ulaştıracak yolları bulabilme ve kullanabilme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır. Umut bireyin amaçlarını, “harekete geçme güdüsü (agency)” ve o “amaçlara ulaşma yolları (pathways)” ile birlikte düşünme süreci olarak tanımlanmıştır (Snyder, 2002).

**Yaşam Doyumu:** Bireyin kendi yaşamına ilişkin yaptığı bilişsel ve duyuşsal değerlendirmeleri yansıtan öznel iyi oluş kavramının bilişsel boyutudur. Yaşam doyumu, bireyin kendi yaşamından bütün olarak ya da aile, arkadaş, yaşanılan çevre gibi belirli yaşam alanları açısından hoşnut olup olmadığına ilişkin yaptığı genel bilişsel değerlendirmeler olarak tanımlanmaktadır (Suldo & Huebner, 2006).

## BÖLÜM II: İLGİLİ ALAN YAZIN

Bu bölümde araştırmanın konu alanı olan akademik başarı, yaşam doyumu, umut kavramlarına ait kuramsal bilgiler sunulmuştur. Kuramsal çerçevenin ardından ilgili kavramlara ilişkin araştırmalardan bahsedilmiştir.

### 2.1. Yaşam Doyumu

#### 2.1.1. Yaşam Doyumu Tanımı

Yaşamın bütününe kapsayan, kişinin mutluluğu, öznel iyi oluşu, yaşam kalitesi ve benlik saygısı ile ilişkilendirilen yaşam doyumu kavramını tanımlamak için öncelikle doyum kavramını tanımlamak gerekmektedir.

Doyum, insanların beklentilerinin, gereksinimlerinin, istek ve arzularının karşılanması olarak tanımlanabilir (Yıldız, 2010). Budak'a (2003) göre doyum organizmada fizyolojik (açlık, susuzluk, cinsellik) veya psikolojik (başarı, sevgi, merak) ihtiyaçların karşılanması sonrasında organizmanın yeniden eski dengesine kavuşma durumudur (Toprak, 2014).

Yaşam doyumu kavramı ilk kez Neugarten tarafından 1961 yılında ortaya atılmış ve sonrada birçok araştırmaya yol göstermiştir. Yaşam doyumu kavramı; bir insanın beklentileriyle (ne istediği), elinde olanların karşılaştırılmasıyla (neye sahip olduğu) elde edilen durum ya da sonuçtur. Yaşam doyumu kişinin beklentilerinin, gerçek durumla kıyaslanmasıyla ortaya çıkan sonucu gösterir (Güngör, 2011).

Diener'a (1984) göre, yaşam doyumu yaşamdan alınan doyum, yaşamı değiştirme isteği, geçmişten alınan doyum, gelecekte alınan doyum ve o kişinin yakınlarının o kişi hakkındaki görüşlerini kapsamaktadır. Doyum alanları ise iş, aile, serbest zaman, sağlık, para, benlik ve kişinin yakın çevresi olabilmektedir (Kıvılcım, 2014).

Yaşam doyumu, insan yaşamının en temel arayışlarından birisidir. Yaşam doyumu, kişinin yaşamında ne derece memnun olduğunu kişinin seçtiği kritere göre bilişsel

olarak değerlendirdiği bir yargı sürecidir (Pavot ve Diener, 1993; Akt. Kapıkıran ve Yağcı, 2012).

Yaşam doyumu kavramı üç kategoride ele alınır. Birinci grup; yaşam doyumu, iyi oluş, erdem ve kutsallık gibi dış ölçüte bağlanır. İkinci grup; kişinin kendi yaşamına yönelik yargılarını neyin etkilediği üzerinde durulur. Üçüncü grupta ise yaşam doyumu, günlük hayat içerisinde olumlu duygunun olumsuz duyguya egemen olması üzerine yani günlük yaşam üzerine temellenmiştir (Acar Arasan, 2010; Akt. Kirişoğlu, 2016)

Yaşam doyumu; mutluluk, moral gibi değişik açılardan iyi olma halini ve günlük işler içinde olumlu duygunun olumsuz duyguya egemen olmasını ifade eder (Vara, 1999; Akt. Kırtıl, 2009). Yaşam doyumu yaşamın bütününe kapsayan bir kavramdır ve kişinin ruh sağlığı hakkında fikir verir (Yıldız, 2010).

Yaşamın bütününe kapsayan yaşam doyumu kişinin nasıl bir ruh sağlığı içerisinde olduğunu gösteren önemli bir göstergedir. Yaşamda meydana gelecek çeşitli engellenmeler, zorlanmalar, çatışmalar ve ani olumsuz değişimler yaşam doyum düzeyinin düşmesine neden olabilir (Demirel ve Canat, 2004; Akt. Yıldız, 2010).

Yukarıdaki tüm tanımlara bakıldığında, yaşam doyumunun tanımı ve sınırları konusunda tam bir kesinlikten söz edilmesinin mümkün olmadığı görülmektedir. Yaşam doyumu kavramının değişik şekillerde tanımlanmasının en önemli nedeninin öznellik içermesi olduğu vurgulanmaktadır (Gülcan, 2014). Literatür incelendiğinde yaşam doyumu kavramı ile paralel kullanılan öznel iyi oluş, mutluluk, yaşam kalitesi ve benlik kavramları birbiri yerine kullanılan kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadır.

Toprak'ın (2010) çalışmasında, yaşam doyumu ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde bu kavramın sıkça mutluluk ve öznel iyi oluş kavramlarıyla karıştırıldığı görülmektedir. Anlam olarak birbirlerine benzemelerine rağmen aralarında teorik ve kuramsal bazı farklara rastlanmaktadır. Yaşam doyumu öznel iyi oluşu oluşturan bileşenlerden bilişsel bileşen ögesinin karşılığı olarak görülmektedir.

Öznel iyi oluş; kavramı ilk defa Bradburn (1969) tarafından ortaya atılmış ve bu kavramı olumsuz duygu ile olumlu duygu arasındaki denge olarak tanımlamıştır (Güngör, 2011). Öznel oluşun üç önemli unsuru vardır. Bunlar; olumsuz duygulanım, olumlu duygulanım ve yaşam doyumudur. Hoş giden ve gitmeyen duygular olumlu ve

olumsuz duygulanımı, bireyin yaşama dair bilişsel değerlendirmelerini ise yaşam doyumunu kapsamaktadır (Diener ve Suh, 1997; Akt. Turgut, 2016). Yaşam doyumunu öznel iyi olmanın bilişsel bileşenidir ve bireyin kendisine yüklediği kriterler ve yaşam koşullarını algılayışı arasındaki karşılaştırılmaları, dolayısıyla yaşamı hakkında değer biçmesini içermektedir (Çeçen, 2008).

Öznel iyi oluş iki kuramı kapsar bunlardan ilki “Sabit Nokta Kuramı”dır. Bu kuram mutluluğun sabit düzeyinin var olduğunu söyler. Mutluluk uzun süreli incelendiğinde bir kararlılığın olduğu ve bu kararlılığın belirleyicisinin genetik olduğu kabul edilir. Genetik olarak bireyin mutluluk düzeylerinde çok az değişiklik olur. Bireyin mutluluk düzeyleri çeşitli yaşam olaylarından etkilenerek değişse bile bir zaman sonra sabit noktalarına geri dönecektir (Lykken ve Yellegen, 1996; Akt. Toprak, 2014). İkincisi ise “Uyum Kuramı”dır. Bireyler başlangıçta yeni koşul ve olaylara tepki gösterirler, fakat zamanla olaylara ve koşullara alışır ve başlangıçtaki seviyelerine geri dönerler. Bireyler olayların olumlu ve olumsuz olma durumlarına göre mutlu ya da mutsuz olurlar, fakat zamanla, oluşturulan etki gücünü kaybetmeye başlar. Bireyler olumlu koşullara uyum sağladıkları için mutluluk halleri uzun sürmez, aynı şekilde bireyler olumsuz koşullara da uyum sağlayabildikleri için mutsuzluk halleri de uzun sürmemektedir (Lucas, Clark, Georgellis ve Deiner, 2003; Akt. Toprak, 2014).

Mutluluk kavramını Akarsu (1997), bireyin kendisine en yüksek hedef olarak belirlediği değerler şeklinde açıklar (Akt. Gülcan, 2014). Birey hedeflerine ulaşmak için çaba gösterir. Bireyin yaşamdaki bu çabalarının olumlu sonuçlanması bireyin mutlu olmasını sağlayacağı gibi, birey eğer beklenti ve hedeflerine ulaşmazsa mutsuz olacaktır. Mutluluk ve yaşam doyumunun farkı; yaşam doyumunu bireyin yaşamakta olduğu yaşamın ne kadar doyum sağlayıcı olduğunu saptamaya çalışırken, mutluluğun geleceğe yönelik eylemlere bağlı olarak ele alındığı görülmektedir. O halde, yaşam doyumunu kavramı, mutluluk kavramına göre daha fazla ayakları yere basan ve daha fazla somut bir kavramdır (Çeçen, 2008). Mutluluk ya da öznel iyi oluş alan yazında birbirlerinin yerine kullanılırlar, bir bireyin sahip olduğu yaşamının bilişsel ve duygusal bir değerlendirmesi olarak adlandırılmaktadır (Diener, 1984, 1994; Akt. Yıldız, 2010).

Yaşam doyumunu ile karıştırılan bir diğer kavram da yaşam kalitesidir. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) yaşam kalitesini, “hedefleri, beklentileri, standartları, ilgileri ile

bağlantılı olarak, kişilerin yaşadıkları kültür ve değer yargılarının bütünü içinde durumlarını algılama biçimi" olarak tanımlar. Yaşam kalitesi yetişmek istenen kusursuz ve mükemmel seviyeyi kapsar (Mammadova, 2016). Yaşam kalitesi ile yaşam doyumu farkı olarak çok boyutluluğu içerisinde barındırmaktadır. Yaşam kalitesi bireyin kendi fiziksel, psikolojik, sosyal işlevlerinden ve ekonomik durumlarından ne ölçüde memnun ya da rahatsız olduğunun saptanması olarak da açıklanabilir (Çeçen- Eroğul ve Dingiltepe, 2012).

Rogers benliği tanımlarken; kişinin diğer insanlarla olan ilişkilerine yönelik algılarını, bireyin kendini algılama ve tüm bu algılarına verdiği değer bir bütünü şeklinde ifade etmektedir (Kirişoğlu, 2016). Benlik kavramı kişinin ne olduğu konusundaki görüşlerinin yanı sıra ne olması gerektiği ve ne olmak istediği konusundaki görüşlerini de içerir. Aslında Rogers'a göre benlik kavramı kişinin kendi hakkında doğru ya da yanlış olan bir takım hipotezlerdir (Yanbastı, 1996; Akt. Yiğit, 2010).

### **2.1.2. Yaşam Doyumu İle İlgili Kuramsal Açıklamalar**

Yaşam doyumu kavramı incelendiğinde altı kuram söz konusudur. Bu kuramlar; Belli Noktaya Erişme Kuramı, Etkinlik (Aktivite) Kuramı, Haz ve Acı Kuramı, Yukarıdan Aşağıya - Aşağıdan Yukarı Kuramı (Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramı), İlişkilendirici Kuram (Bağ Kuramı) ve Yargı Kuramı'dır.

#### **2.1.2.1. Belli Bir Noktaya Erişme (Ereksel/Tekil) Kuramı**

Bu kuramda "ihtiyaçların doyurulması mutluluğa ve doyuma neden olur, bunun karşılığı durumlar ise mutsuzluk yaratır" görüşü vardır. Bir başka deyişle, iyi olmanın ve mutluluğun amaç veya gereksinime bağlı olduğu ve ancak bu gerçekleştiğinde mümkün olabileceği söylenmektedir. Bu kuram Wilson tarafından 1960'larda geliştirilmiştir (Köker, 1991: 13; Akt. Güngör, 2011).

Wilson (1960) kuramında insanın istediği ya da istemediği ihtiyaçların doyurulması hazzı, mutluluğa neden olur derken, bazı görüşler ise ihtiyacın doyurulmasının mutluluğa neden olması için öncelikle istenmesi, amaçları arasında olması gerektiği görüşünü savunmaktadırlar (Akt. Köker, 1991).

Maslow ihtiyaçların evrensel olduğu görüşündedir ve bu görüşe yönelik üç farklı eleştiriyi ortaya atılır; birincisi; ihtiyaçlar evrensel ise bunların doyurulması ile ortaya çıkan



mutluluk bütün kültürlerde aynı olmalıdır görüşü, ikincisi ise; bireyin istek ve amaçları farklı olabilir, böylece doyuma ulaşmada farklı yollar izlenebilir. Üçüncüsü ise herhangi bir insanın amaç ve isteği yok ise mutsuz olur ve mutluluğa ulaşması mümkün görülmemektedir görüşlerindedir (Diener, 1984; Akt. Köker, 1991).

### **2.1.2.2. Etkinlik (Aktivite) Kuramı**

Etkinlik kuramında mutluluk etkinliğin sonucu olarak kabul edilir. Aristo'ya göre mutluluk, erdemli bir etkinlikten gelir. Mutlulukta önemli olanın sonuç olduğu ereksel kuramların aksine etkinlik kuramları, mutluluğu insan etkinliğinin bir ürünü olarak ifade eder. Buna göre, örneğin, dağa tırmanmak, doruğa ulaşmaktan daha mutluluk vericidir. (Yetim, 2001; Akt. Turgut, 2016). Csikszentmihalyi (1982), öznel iyi olma ile etkinlik ilişkisini göstermiş ve etkinliklerin bireylerin beceri düzeyiyle doğru orantılı olduğunu ve bu durumun hoşlanım duygusunu artırdığını belirtmiştir (Kıvılcım, 2016).

Etkinlik seçiminde kolay etkinlikler can sıkıntısı zor etkinlikler ise anksiyeteye neden olabilmektedir. Bu nedenle kişi aktivite seçiminde kendine uygun aktivite seçmesi halinde hazzı ulaşabilir. Kişinin kendine uygun etkinlik seçmesi doyumunu arttırmaktadır. Aktivite kuramcılarına göre mutluluk davranıştan gelmektedir (Yetim, 2001; Akt. Gülcan, 2014).

### **2.1.2.3. Haz ve Acı Kuramı**

Bu kuram ihtiyaç ve amaçların tam olarak doyurulmasını kapsar. Wilson (1967) gereksinimleri kapsayan kuramı ortaya koymuştur haz ve acı kuramı açıklanırken bu kuramdan yola çıkılmıştır. Bu kurama göre amaçlar tam anlamıyla karşılanırsa ve doyurulursa tam anlamıyla hazzı ulaşıldığı söylenebilmektedir (Köker, 1991). Acı ve haz birbiri ile bağlantılıdır ve haz acıyı takip etmektedir (Diener, 1984; Akt. Toprak, 2014).

Tatarkiwicz, kişinin haz ve acıyla ilgili önemli kaynakları olduğunu belirtmiştir. Zevk veren kaynaklar arttıkça, acı verici kaynaklar da artacaktır. Bu kaynakların varlığına alışmanın mutluluğa sebep olmayacağı fakat kaybı söz konusu olduğunda mutsuzluk yaşanacağı bilinmektedir. Kişi, hazzı ve acıya sebep olan nesnelere alıştıkça, hazzın ve acının seviyesi düşmektedir (Diener, 1984; Akt. Gülcan, 2014). Örneğin uzun süreli

fakirlik ya da zenginlik bireyin doyum düzeyinde değişiklik yaratmaz (Costa, 1980; Akt. Köker, 1991).

#### **2.1.2.4. Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramı (Yukarıdan Aşağıya-Aşağıdan Yukarı Kuramı)**

Tavandan-tabana yaklaşımında ise mutluluk tutumlarla ilişkilendirilir. Demokritos'un "mutlu yaşamın talihe ya da dış koşullara değil, kişinin zihinsel niteliklerine bağlı olduğu" düşüncesi, bu kuramın ortaya koyduğu görüşü açıklar. Başka bir deyişle, mutlu bir yaşamı oluşturan, mutlu bir dünya düşüncesidir (Yetim, 2001; Akt. Turgut, 2016).

Bu kurama göre bireyler yaşadıkları haz ve acıların değerlendirmesini yaparak mutluluklarının düzeyine karar verirler. Bu da kişinin yaşam sürecinde geçirdiği mutlu anlar ya da yaşam doyumlarıyla sıkı sıkıya ilişkilidir (Toprak, 2014).

Kuramcılar küçük küçük mutluluğun bir araya gelmesi ile (aşağıdan yukarı) hoşlanımın doğduğu, yaşama mutlu bakarak, olumluyu görerek, iyimser bakarak yaşamdan zevk alması (yukarıdan aşağıya) bakarak doyum sağlar. Örneğin; yaşama iyimser bakan bireyin dayanma gücü yüksektir (Tolor, 1978; Akt. Köker, 1991). Mutlu dünya görüşü eğilimi, tabandan-tavana yaklaşımı doğrulamaktadır. Kişi dünya görüşünü oluşturduktan sonra, alanlardan alınan doyumunu da buna göre şekillenmektedir (Gülcan, 2014).

#### **2.1.2.5. Bağ Kuramı**

Bağ kuramı; mutlu olma eğilimini inceleyen, bağ kurma, koşullanma ve bilişsel ilkeler üzerine temellenir. Kişinin kendini ilgilendiren olaylara ilişkin yüklemeleri üzerinde durulur (Kirişoğlu, 2016). Bu yaklaşımda olaya bireyin verdiği anlam önemlidir. Birey için olumlu olaylar birey tarafından içsel etmenlere bağlanıyorsa bu durum en büyük mutluluk kaynağı olarak kabul edilir (Schwarz ve Clore, 1983; Akt. Köker, 1991). Hatırlamayı temel alan bir yaklaşımdır. Bilişsel psikologlar mutluluğun bellekte bir ağının olduğunu kabul ederler. Bower (1981), insanların şimdiki duygu durumlarına göre geçmiş anılarını hatırladıklarını ve yorumladıklarını bulmuştur (Güngör, 2011). Brown bu yaklaşımda birey geçmiş ile ilişki kurarak bu anı anlamayı değerlendirmeyi sağlar. Hatırlamaya ilişkin ise birey kendine dair olumlu yaşantıları daha kolay hatırladığı olumsuz yaşantıyı ise daha sınırlı hatırladığı bulunmaktadır (Diener, 1984; Akt. Köker, 1991).

Bu kuramda içsel ya da bilişsel ögelere atfedilen iyi olaylar, daha çok haz getirmektedir. Bir diğer opsiyon da, yüklenme olsa da olmasa da iyi olayların haz getirmesidir (Braun, 1977; Akt. Gülcan, 2014).

#### **2.1.2.6. Yargı Kuramı**

Bu kurama göre; kişinin gerçek koşullar ile bazı standartları karşılaştırarak elde ettiği sonuç, kişinin mutluluk düzeyini belirler. Eğer gerçekteki durum, belirlenen standardı geçmişse mutluluk ortaya çıkar (Turgut, 2016).

Yargı kuramları olumlu ve olumsuz olayları belirleyebildiği gibi, olay sonucu ortaya çıkacak duygunun miktarını da öngörebilmektedirler. Yargı kuramlarını sınıflandırmanın bir yolu, ele alınan standartlara bakmaktır. Kişi, kendisini daha aşağı düzeyde biri ile karşılaştırıyorsa, aşağı düzeyde karşılaştırmada bulunur. Kendisini diğerlerinden daha iyi gören kişi mutlu ve doyumludur. Yargı kuramlarının genel sorunu, karşılaştırmanın alanda mı yoksa genel yaşam değerlendirmesinde mi yapılacağıdır (Gülcan, 2014).

#### **2.1.3. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler**

Yaşam doyumu kavramını kişinin yaşamdan elde ettikleri ile beklentilerinin uyuşmasını şeklinde tanımlamıştık. Yaşam doyumu önemli ihtiyaçların, amaçların ve isteklerin karşılanması derecesinin öznel değerlendirmelerini temsil etmektedir (Yıldız, 2010).

Yaşam doyumu kavramı öznel bir kavram olması nedeniyle tam tanımlanamamakta, tanımlamada farklılıklar olabilmektedir. Bu nedenle yaşam doyumunu etkileyen faktörlerde de farklılıklar vardır ve literatür incelendiğinde bu faktörler farklılık göstermektedir (Gülcan, 2014).

Schmitter (2003); yaşam doyumu etkileyen faktörleri şöyle belirtmiştir:

- Kişinin sahip olduğu yaşamdan hoşnut olması
- Yaşamı kayda değer bulmak
- Hedeflere ulaşabilme durumu
- Olumlu kişilik
- Kişinin kendisini fizikî olarak iyi görmesi

- Ekonomik olarak rahat olma
- Sosyallik (Akt. Gülcan, 2014).

Bazı araştırmacılar açısından bu faktörler; kişinin sahip olduğu fikirler, sosyalliği, ev ve aile yaşamı, çevresel ilişkileri, kişinin sahip olduğu aktif yaşam, siyasi anlamda sağlanan istikrar ortamı, otokontrol mekanizması, yaşadığı ortamın durumu olarak belirtilebilir (Khakoo ve Dockery, 2004; Akt. Gülcan, 2014).

Flanagan (1978) yaptığı araştırmada yaşam doyumunu etkileyen 15 alt faktör bulmuştur. Bunlar;

- Rahatlık,
- Sağlıklı olma ve bireyin kendisine olan güveni,
- Bireyin ana, baba, kardeş, arkadaşlar ve akrabalarla olan ilişkisi,
- Bir çocuk dünyaya getirme ve onu büyütme,
- Karı-koca ilişkilerinde anlaşmanın olması,
- Yakın arkadaşlıklar kurabilme,
- Başka kişilere yardım etme, empati kurabilme ve başkalarını gözlemleme,
- Devletin yerel ve ulusal etkinlikleriyle, halk etkinliklerine katılma,
- Yeni şeyler öğrenme,
- Kendini anlama,
- Bir işinin olması,
- Kendini tanıma,
- Sosyalleşmek,
- Kitap okuma, müzik dinleme, film, maç vb. izleme,
- Eğlenceli etkinliklere katılabilme (Mammadova, 2016).

#### 2.1.4. Yaşam Doyumunu Etkileyen Değişkenler

Yapılan araştırmalarda, yaşam doyumunun yaş, cinsiyet, çalışma ve iş, eğitim, evlilik ve aile gibi faktörlerden etkilendiği ifade edilmektedir (Özer ve Özsoy Karabulut, 2003).

Yaş değişkeni incelendiğinde ilk çalışmalarda gençlerin yaşlılardan daha mutlu olmasına karşın, son yıllarda yapılan çalışmalarda ise yaş ile yaşam doyumu ve mutluluk arasında bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır (Vara, 1999). Braun (1977), gençlerin hislerini belirtmede ister olumlu olsun ister olumsuz, daha net oldukları buna karşın yaşlıların genellikle mutlu bir tablo çizdiklerini belirtmiştir. Buradan yola çıkılarak yapılan bir metaanaliz çalışmasında yaş ile yaşam doyumu arasındaki korelasyonun sıfıra yakın olduğu belirlenmiştir (Gülcan, 2014).

Kadınlar erkeklere göre daha fazla olumsuz duygu bildirmelerine rağmen genel olarak kadınlar kendi yaşamlarından daha fazla haz aldığı araştırmalarla kanıtlanmıştır. Yapılan araştırmalar incelendiğinde bu farkın çok küçük olduğu saptanmıştır (Vara, 1999).

İş ortamında yoğun stres altında çalışanların, iş saatlerinin fazlalığı gibi durumlar yaşam doyumlarının düşmesine sebep olmaktadır (Tümkaya, Hamarta, Deniz ve Aybek, 2008; Akt. Gülcan, 2014). Eğer kişinin yaşam doyumunun artırılması hedefleniyorsa bireyin işten aldığı doyumun da artırılması gerekmektedir (Gülcan, 2014). Yapılan bir çalışmada, bir iş ile uğraşmakta olan yaşlının, yaşam doyumunun oldukça üst düzeyde olduğu ifade edilmektedir (Özer ve Karabulut, 2003; Akt. Güngör, 2011).

Diğer değişkenler kontrol altına alındığında eğitimin yaşam doyumu üzerinde güçlü bir etkisi olmadığı saptanmıştır (Diener, 1984; Akt. Vara, 1999).

Yapılan çalışmalar evli olma ile yaşam doyumu arasında pozitif ilişki olduğunu göstermektedir. Bu durumda evli olan kişilerin evli olmayanlara göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca evli kadınların evlilikte stresleri artmasına rağmen yaşam doyumları bekar kadınlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Sarıdemir, 2015; Akt. Kirişoğlu, 2016).

### **2.1.5. Çocuk ve Ergenlerde Yaşam Doymu**

Yaşam doymu yüksek olan ergenler akran ve ebeveynleriyle daha olumlu ilişkiler kurmakta, okula ve öğretmenlere yönelik daha olumlu tutumlar sergilemekte ve akademik olarak daha başarılı olmaktadır. Ergenlerde yaşam doymununun artması psikolojik ve sosyal gelişimleri açısından önemli bir avantaj sağlamaktadır (Çivitci, 2009).

Gilman ve Huebner (2006) yaptıkları araştırmada yaşam doymu yüksek olan ergenlerin duygusal ve davranışsal problemler göstermedikleri, karşıt olarak, yaşam doymu düşük olan ergenlerin önemli oranda klinik düzeyde problemler sergiledikleri belirlemişlerdir. Ayrıca zorbaca davranışlar sergileyen ergenler psikolojik iyi oluşun zayıf olması, okuldan hoşlanmama, yalnızlık gibi sosyal uyum güçlükleri ve yüksek düzeyde kaygı, depresyon, intihar düşüncelerini içeren psikolojik problemler yaşadıklarını belirtmektedirler (Hilooğlu ve Cenkseven- Önder, 2010)

Amato ve Keith (1991) boşanan aile çocuklarının boşanmayanlara göre daha düşük iyi olma puanlarına sahip olduklarını ve bu farklılığın anlamlı olduğunu ortaya koymuşlardır (Çeçen- Eroğul ve Dingiltepe, 2012). Yaşam doymununun düzeyinin düşmesi, ergenler arasında yüksek oranda intihar davranışı, madde kullanımı ve şiddet davranışı gibi uyumsuz sağlık sonuçlarının oranında bir artış göstermektedir (Valois ve ark. 2001, 2004a,b; Zullig ve ark., 2001; Akt. Yıldız, 2010).

### **2.1.6. Yaşam Doymu ile İlgili Yapılan Araştırmalar**

Yaşam doymu ile ilgili yurtiçinde ve yurtdışında yapılan araştırmalar aşağıda sunulmuştur;

#### **2.1.6.1. Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar**

Çeçen'in (2008) yaptığı araştırmada, yaşam doymunun yordanmasında bütünlük duygusunun alt bileşenlerinden biri olan anlaşılabilirliğin en fazla etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bireyler içsel ve dışsal çevreleri ile ilgili uyaranları anlaşılabilir, makul, yapılandırılmış, tahmin edilebilir ve açıklanabilir algıladıklarında karşılıklarına çıkan güçlüklerle baş etmede meydan okuma güçlerinin arttığı ve buna paralel olarak yaşamdan aldıkları doymun da fazlalaşacağı şeklinde sonuçlar elde edilmiş. Çalışma grubunu Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesine devam eden 250 kız 143 erkek

toplam 393 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmaya katılan deneklerin yaş ortalaması 19.45'tir. Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri ve Yaşam Doyumu Ölçekleri uygulanmıştır.

Yiğit (2010) 13-14 yaş grubundaki ergenlerin benlik saygısı puan ortalamalarının yaşam doyumunu ve çeşitli değişkenler (cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, doğum sırası, anne baba öğrenim durumu, anne baba çalışma durumu, aile aylık geliri) açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesidir. Araştırma sonucuna göre yaşam doyumunun aile, okul, benlik, çevre ve arkadaş alt boyutlarından alınan puanların benlik saygısı alt ölçeğinden alınan puanları anlamlı bir şekilde yordadığı saptanmıştır. Benlik saygısı ve yaşam doyumuna üzerine yapılan çalışmalarda benlik saygısının yaşam doyumunun en önemli belirleyicisi olduğunu ifade edilmektedir.

Hilooğlu ve Cenkseven-Önder (2010) Araştırmada 6, 7 ve 8. sınıfa devam eden 935 (440'ı kız, 495'i erkek) ilköğretim ikinci kademe öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada; Zorbalık Ölçeği, Matson Çocuklarda Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği ve Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada yaşam doyumunda boyutlarından biri olan "yaşanılan çevre" değişkeni, zorba ve kurban olmanın yordayıcılarındandır. Zorba olma açısından bakıldığında çevre değişkeni, olumsuz sosyal davranıştan sonra; kurban olma açısından bakıldığında ise çevre değişkeni, arkadaş, olumsuz sosyal davranış değişkeninden sonra yordamaya anlamlı katkıda bulunmuştur ayrıca zorbalığa karışan öğrencilerin arkadaşlık ilişkilerinden algıladıkları doyumun zorbalığa karışmayan gruba göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Ayrıca araştırmada yaşam doyumunun "arkadaş" boyutunun, kurban olmanın en önemli yordayıcısı olduğu görülmüştür. Öğrencilerin arkadaşlarından algıladıkları yaşam doyumunun negatif yönde olması, arkadaşları tarafından zorbalığa maruz kalmaları ve arkadaş ortamının olumsuz yaşantılarla pekişmesine neden olduğu saptanmıştır.

İkiz ve Kırtıl-Görmez (2010) araştırmalarında katılımcıların yaşam doyumunu ve duygusal zeka düzeyi arasındaki ilişkiye genel olarak bakıldığında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu ancak anlamlı olan bu ilişkinin düşük olduğu saptanmıştır. Bu doğrultuda karşısındakinin duygularını anlama, duyguları yönetme ve genel duygusal zeka

açısından yeterliği olan çocukların yaşam doyumlarının yüksek olduğu söylenebilir. Duygusal zeka açısından yetkin olmanın yaşamda doyumlu ve mutlu olmayı yordayıcı etkiye sahip olduğu söylenebilmektedir. İzmir ili metropol bölgedeki okullarda okuyan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı isteyen 151'i kız toplam 239 öğrenciden oluşmaktadır.

Güngör (2011), araştırmasında öğrencilerin sahip olduğu kaygı düzeylerinin bireyin yaşam doyumu düzeylerini olumsuz etkilediğini belirlemekle birlikte, kişinin bireysel ya da sosyal başarı düzeylerini de etkileyebildiği saptamıştır. Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü Resim-iş Eğitimi Anabilim Dalı Resim-iş öğretmenliği programında okuyan 1. 2. 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden toplam 210 kişiye; Kişisel Bilgi Formu, Durumluk-Süreklilik Kaygı ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinden oluşan anket uygulanmış. Benlik saygısı ile yaşam doyumu toplamı ve alt boyutları arasında olumlu yönde anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Benlik saygısı ile depresyon arasında ise olumsuz yönde anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca yaşam doyumu toplamı ve alt boyutları ile depresyon arasında olumsuz yönde anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Çeçen-Eroğul ve Dingiltepe (2012) araştırmadan elde edilen sonuçlar, parçalanmış aileye sahip ergenlerin yaşam doyumları ile psikolojik sağlık ve çevre sağlık alanı yaşam kalitelerinin, tam aileye sahip ergenlerden anlamlı bir biçimde farklılaştığını ve düşük olduğunu bunun yanı sıra parçalanmış aileye sahip kız ve erkek ergenlerin ise tam aileye sahip olan ergenlere oranla anlamlı bir biçimde farklılaştıklarını ve düşük olduğunu göstermektedir. Araştırma 232 kız ve 141 erkek ergen oluşturmuştur. Bu örnekte 186 öğrenci parçalanmış aileye, 193 aile ise tam aileye sahip olduğu gözlenmiştir. Çalışmaya katılan ergenlerin yaş ortalaması 16.19'dur.

Kapıkıran ve Yağcı'nın (2012) çalışmasında, yalnızlığın ve müzik aleti çalmanın yaşam doyumu üzerine etkisi incelenmiş ve yalnızlığın yaşam doyumu üzerinde güçlü olumsuz etkisi bulunmaktadır. Ancak, çalgı çalma ile yalnızlık etkileşiminin yaşam doyumu üstünde kestirici rolü bulunmamıştır. Bu sonuca göre, çalgı çalmanın yalnızlık ile yaşam doyumu arasında farklılaştırıcı rolü yoktur. Diğer bir deyişle, çalgı çalmanın yalnızlığın yaşam doyumu üstündeki olumsuz etkisini engellememektedir sonucuna ulaşılmıştır.



Çalışmanın katılımcıları, 8. ve 12. sınıf öğrencilerini kapsamaktadır. Yaşam doyumu ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği uygulanmıştır.

Özdemir ve Koruklu (2013) yaptığı araştırmada; genel olarak sonuçlar ana-babaya bağlanmanın ve okula bağlanma boyutlarından öğretmene bağlanmanın ergenlerin yaşam doyumlarını yordadığını ve okula bağlanmanın ana-babaya bağlanma ile yaşam doyumu arasında aracılık rolünün anlamlı olduğunu göstermiştir. Hem ana-babaya bağlanma hem de öğretmene bağlanma yaşam doyumundaki değişimi açıklasa da, ana-babaya bağlanmanın yordama gücü daha yüksektir. Bulgular bağlanma ilişkilerinin ergenlerin yaşam doyumları için önemini ortaya koyarak konuyla ilgili alanyazına katkıda bulunmuştur. Sonuçlar ayrıca bağlanma kuramında (Bowlby, 1988) belirtildiği gibi erken dönemlerde bakım verenlerle kurulan ilişkilerin sonucu oluşan dünyaya ilişkin çalışan modellerin ergenlik döneminde de yaşam doyumundaki bireysel farklılıkları da içeren gelişim üzerindeki etkisini sürdürmeye devam ettiğini göstermektedir. Araştırmaya ilk ergenlik dönemindeki 153 ergen katılmıştır ve katılımcıların yaş ortalaması 12.71'dir. Çocuk ve Ergenler İçin Okula Bağlanma Ölçeği, Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği, Ebeveyn ve Akarana Bağlanma Ölçeği kullanılmıştır.

#### **2.1.6.2. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar**

Huebner ve ark. (1999), araştırmalarında 290 ortaokul öğrencisinin benlik saygısı ve yaşam doyumunu üç farklı yaklaşım ile keşfetmeye çalışmışlardır. Doğrulayıcı faktör analizi çocuklarda iyi oluş yapısının farklılıklarını göstermiştir. Hiyerarşik çoklu regresyon analizi, yaşam doyumu yapısının artışı desteklemiştir. Ayrıca, yaşam doyumu ve benlik saygısı puanları farklı korelasyonlar göstermiştir. Çocukların akademik yeterlilik algıları, yaşam doyumundan ziyade daha fazla benlik saygısıyla ilişki göstermiştir buna karşın çocukların aile ilişkilerinin kalitelerini algılamaları, yaşam doyumuyla en güçlü ilişki göstermiştir. Bulgular, daha sonra 183 ilköğretim öğrencisinde (3. ve 5. sınıf) tekrarlanmıştır. Birlikte ele alındığında, bulgular çocukların çok boyutlu öznel iyi oluş raporlarının yanı sıra genel yaşam doyumunun yapısı, güçlü derecede anlamlı destek sağlamıştır (akt. Yıldız, 2010)

Lazzari (2000), erken ve geç ergenlikte kişisel yaşam doyumu, psikolojik iyi olma halini ve duygusal zekâ düzeyini incelemiştir. Kimlik çözümü ve ahlaki gelişimde,

kişisel doyuma önem verilerek, kişisel doyumun psikolojik iyi olma hali ve yaşam doyumunu duygusal zekâdan daha iyi belirleyebileceği tahmin edilmiştir. Bu çalışmaya 155 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Anlam Profili (Wong, 1998), Duygusal Zekâ Anketi (Schutte ve ark. 1988), Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener ve ark. 1985), iyi Olma Halini Belirleme Ölçeği (Masse ve ark. 1998), kullanılmıştır. Bu çalışma, çeşitli faktörlere çok yönlü bir bakışı ve ergenlerin iyilik hallerine bir katkıyı sağlamıştır. Duygusal zekânın rolünü ve özellikle kişisel memnuniyetin rolünün psikolojik iyilik haline katkısının doğruluğunu ergenlerde ortaya koymuştur (akt. Kırtıl, 2009).

Gilman (2001) 321 lise öğrencisi üzerinde sosyal ilgi, yaşam doyumunu ve ders dışı faaliyetlere katılım arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Araştırma sonucunda yüksek düzeyde sosyal ilgi ile yaşam doyumunu arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Diğer yandan ders dışı faaliyetlere katılan ergenlerin yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilmektedir. Ancak sosyal ilgi ile ders dışı faaliyetlere katılım arasında anlamlı bir fark görülmemektedir (Akt. Toprak, 2014)

Gilman ve Huebner (2006), araştırmalarında yüksek yaşam doyumuna sahip ergenlerin özelliklerini incelemişlerdir. Yaşam doyumunu ile yüksek not ortalaması, kişilerarası ilişkiler, ebeveyn ilişkileri, benlik saygısı, umut, okula karşı tutum, öğretmenlere karşı tutum arasında olumlu ilişki bulmuşlardır fakat sosyal stres, kaygı, depresyon ve dış denetim odağı arasında olumsuz yönde ilişki tespit etmişlerdir. Çok yüksek yaşam doyumunu düzeyine sahip ergenler, daha düşük yaşam doyumunu düzeyine sahip ergenlerden tüm ölçümlerde, umut, benlik saygısı ve iç denetim odağında daha yüksek puanlar alırlar iken; sosyal stres, kaygı, depresyon ve öğretmenlere yönelik olumsuz tutumlara ilişkin ölçümlerde ise ortalamanın altında puanlar almışlardır (akt. Yıldız, 2010).

Danielsen ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan çalışmada okulla ilgili olarak öğrencilerin öğretmen, sınıf arkadaşları ve ailelerinden aldıkları sosyal desteğin ve öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerine ve okul memnuniyetine etkisini incelemişlerdir. Araştırma 13-15 yaşlarında toplam 3358 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre öğretmenlerin okul memnuniyetini güçlü bir şekilde desteklediğini göstermektedir. Ayrıca okul memnuniyetinin kız öğrencilerin yaşam

doyumunu düzeylerini erkek öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerine göre daha güçlü bir şekilde etkilediği tespit edilmiştir (akt. Kırtıl, 2009)

Cheng ve Lam (2010), araştırmalarında sokak çocuklarının öznel iyi oluş düzeylerini incelemişlerdir. Araştırmanın örneklemini yaşları 13 ile 18 arasında değişen (% 90.9'u erkek, % 9.1'i kız) toplam 88 sokak çocuğu oluşturmuştur. Araştırmanın bulgularına göre, sokak çocuklarının benlik saygısı düzeylerinin düşük olduğu tespit edilmiştir ve çocukların % 69.8'i tüm zamanlarının iyi geçmediğini belirtmişlerdir. Yine bulgularda, sokak çocuklarının yaşam doyumunu düzeyi kabul edilen normların altında düşük bulunmuştur. Diğer bir bulguya göre, sokak çocuklarının benlik saygısı düzeyi ile genel yaşam doyum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamış olmasına rağmen benlik saygısı düzeyleri, öznel iyi oluşun alt boyutları olan, olumlu duygulanım (affect) ve olumsuz duygulanım puanları ile anlamlı bir ilişki göstermiştir. Daha yüksek düzeyde benlik saygısı olan çocuklar daha olumlu duygulanım yaşamışlardır ve daha az olumsuz duygulanım zararı görmüşlerdir (akt. Yıldız, 2010).

## **2.2. Umut**

### **2.2.1. Umut Tanımı**

Umut günlük yaşamda genellikle arzulanan bir sona ilişkin bireyin kendisini ve çabalarını yetersiz görmesine rağmen olumlu sonuç beklentisini sürdürmesine yardımcı olan duygu ağırlıklı pasif bir yapı olarak algılanır (Aydın, 2010). Umut, bireye gelecekte karşılaşılabileceği olumsuz durumlarla başa çıkabileceği duygusunu verir (Tüfekçiyavaş, 2014).

Umut sözcüğü ayrıca herhangi bir alandaki olumlu beklentileri ifade etmek amacıyla kullanılır. Kuramsal açıdan ele alındığında ise umut sözcüğüne yüklenen anlamların farklılıklar gösterdiği görülmektedir. Umut ile ilgili en kapsamlı çalışmaları yapan Jerome Frank (1968) umudu “iyi olma duygusu veren ve kişiyi harekete geçmek için güdüleyen bir özellik” olarak ele alır (Akalin, 2006).

Umut sözcüğü günlük dilde daha çok herhangi bir alandaki olumlu beklentileri ifade etmek amacı ile kullanılırken, psikolojide umut “iyi olma duygusu veren ve kişiyi

harekete geçmek için güdüleyen bir özellik” olarak tanımlanır (Akman ve Korkut, 1993; Akt. Gülten, 2014).

Din ve pozitif psikoloji açısından değerlendirildiğinde umudun, Tanrı’dan yardım dileme, ona güvenme, teslim olma, inanma duyguları ile psikolojik iyileşme beklentisini arttırdığı düşünülür (Tarhan, 2010; Akt. Küsgülü, (2014).

Umut, bireyin içindeki motivasyonu cesaretlendiren önemli bir etkidir ve hastalık durumunda karamsarlık, çaresizlik duygularını önler. Bireylerin yaşamlarındaki hedeflerine ulaşma gücüne güvenmeleri umutlu olmaları ile mümkün olmaktadır. Destek ve umut, bireyin olumlu yaşam enerjisine katkıda bulunmaktadır (Öz, 2004; Akt. Aslan, Seken, Kömürcü ve Özet, 2007).

Umut, insanoğlunun doğasında bulunan en değerli kaynaktır ve insanın yoksunluk, yetersizlik, sıkıntı, yalnızlık ve acı çekme gibi zor ve stresli durumlarla başa çıkmasını sağlar. Hastada enerji oluşturur, belli amaçların başarılması için istek ve güdünün kanalize edilmesini ve geleceğe doğru yönelmeyi sağlar, keder ve üzüntüyü engeller (Duyan ve Er 1996; Akt. Esenay, 2007).

Hinds ve Martin (1988) umudu; öleceği olasılığının daima mevcut olduğunu bildiği halde olumlu bir geleceğin varlığına gerçekçi temelli inanç olarak tanımlar (Esenay, 2007).

Farran ve Popovich (1990) umudun dört süreç özelliğini tanımlamışlardır. Bunlar;

1. Deneyimsel süreç: Kayıp ve acısının farkında olma, umut arama, umut ve umutsuzluk arasındaki ilişkiyi fark etme süreci.
2. İlişkisel süreç: Diğerleri ile ilişkiyi geliştirme süreci.
3. Spiritüel süreç: Kendinden daha büyük bir güçle ilişki, bu güce inanç ile yaşamında anlam ve amaç arama süreci
4. Mantıksal düşünce süreci: Amaç geliştirme ve bilişsel yeniden yapılandırma stratejileri gibi bilişsel süreçler (Farran, Wilken ve Fidler, 1995; Akt. Usta, 2013).

Araştırmacılar umudu; bir ihtiyaç (Hinds, 1984), benzersiz kişisel bir deneyim (Owen, 1989), bir insan kapasitesi (Miller ve Powers, 1988), bir içsel hazır oluş (Carson, Soeken ve Grimm, 1988) ve bir durum (Farran ve Popovich, 1990) olarak farklı

şekillerde tanımlamışlardır. Tüm bu tanımlamalar çerçevesinde umut; bir davranış, bir duygu ve bir düşünme yolu olarak görülebilir (Dufault ve Martocchio, 1985; Herth, 1993; Akt. Usta, 2013).

#### **2.2.1.1. Lazarus'un Umut Tanımı**

Richard ve Bernice Lazarus'un (1994) yaptığı çalışmalar duyguların psikolojik analizi, hayatlarındaki belirsizlikle savaşıyan insanların umudu yapılandırmasıyla ortaya çıkan pozitif etkileri göstermektedir (Çanakçı, 2015).

Umudu gerçekleştirebilecek olan ve özlemi çekilen olumlu bir şeye inanmak olarak tanımlamayan Lazarus, umutlu olmak için istek ya da motivasyon olması gerektiğini ancak umutlu olmanın bundan çok daha fazlası olduğunu belirtmiştir (Başören, 2015).

İnsanlar gelecek ile ilgili iyi şeyler olacağına dair umut etmektedir. Ancak istenen şey engellenebilir ve böyle bir durumda umutsuzluk ortaya çıkar ama birey her zaman umut etmeye devam etmektedir. Bu nedenle umut insan yaşamının en hayati psikolojik kaynağı olmakta ve bireylere cesaret vermektedir. Örneğin bir yakını ciddi bir hastalık tanısı almış olan bir birey hastalığın yanlış teşhis edilmiş olmasını; ya da çok zor bir sınava hazırlanan bir öğrenci sınav sonucunun istediği şekilde neticelenmesini umut etmektedir. Her iki durumda da bireyler çok ciddi bir sorunla karşı karşıya olduklarını bilmekle beraber istedik bir sonuç umut etmektedir (Lazarus, 1999; Akt. Başören, 2015).

Richard ve Bernice Lazarus'un (1994) yaptığı duyguların psikolojisi analizi, hayatlarındaki belirsizlikle savaşıyan insanların umudu yapılandırmasıyla ortaya çıkan pozitif etkileri göstermektedir. Umut düzeyinin başa çıkma stratejilerinde bilişsel oluşumun görevini üstlenerek önemli bir yer edinmekte olduğunu belirten Lazarus (1993), aynı zamanda, bireylerin umut düzeylerinin artmasının kaygıyı azaltacağını ya da ortadan kaldıracağını belirtmektedir (Lazarus, 2003; Akt. Başören, 2015).

#### **2.2.2. Umut Teorileri**

13. yy'dan bugüne kadar umut kavramı ile ilgili araştırmalar yapılmaktadır. O dönemlerde umut kavramı insanın doğasında var olan bir duygu olarak kabul edilmektedir. 1950-1960 yılları arasında ise umut amaca ulaşmak için olumlu bir duygu olarak görülmektedir. 1970-1980 yıllarında araştırmaların daha detaylanması ile birlikte

teoriler geliştirilmiş, umut kavramı kavramsallaştırılmış, kavrama yeni boyutlar ve tanımlamalar getirilmiş. 1990 yılları ile birlikte umut kavramını açıklayan en önemli teorilerden birini de Snyder'in umut teorisi olmaktadır (Usta, 2013).

Umut kavramıyla ilgili yapılan literatür taramasında üç teoriye rastlanmıştır. Bunlar;

- Stotland (1969) tarafından geliştirilmiş olan umut teorisi,
- Averill, Caitlin ve Chon (1990) tarafından geliştirilmiş umut teorisi,
- Snyder (1989) tarafından geliştirilmiş en kapsamlı umut teorisi geliştirmiştir (Usta, 2013).

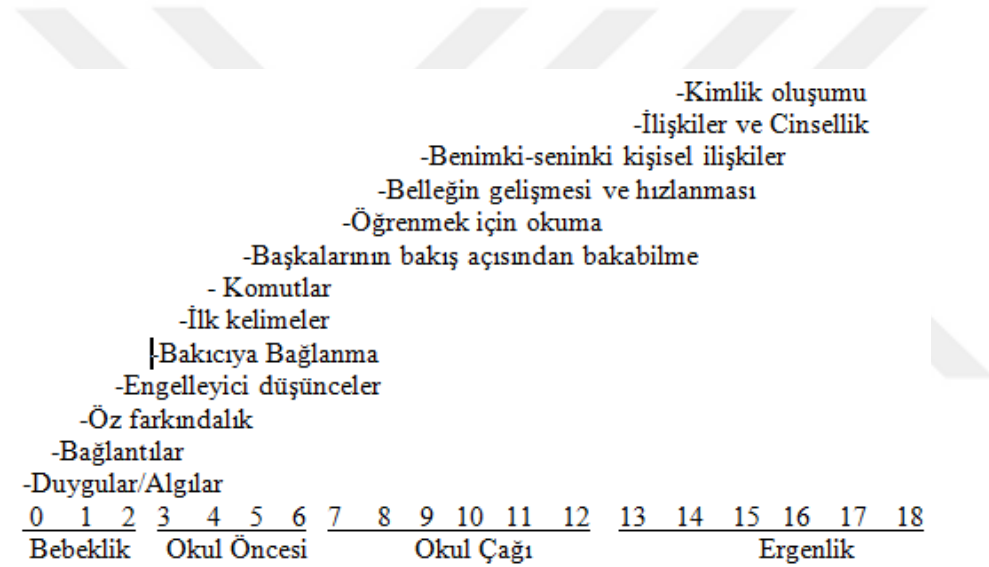
Stotland (1969) umut teorisi bilişsel şemaları temel almaktadır. Stotland kuramın temel felsefesini “Bir amaca ulaşmak için sıfırdan fazla beklentiler içinde olma” olarak ifade etmektedir (Stotland, 1969; Akt. Usta, 2013). Stotland'a göre yüksek umut düzeyi, bireyin amaçlara ulaşma şansını yüksek olduğuna inanmasın sonucudur (Usta, 2013). Stotland (1969), beklentilerin rolünü ve bilişsel şemaların rolünü keşfetmiş ve umudu önemli amaçlar ve yüksek gerçekleştirme olasılığı olarak tanımlamıştır (Aydoğan, 2010).

Averill, Caitlin ve Chon (1990) tarafından geliştirilen umut teorisi; umudu bilişsel kuralların yönettiği bir duygu olarak ele almaktadır. Teoriye göre umut duygusu amaçlar önemli, kontrol altında, ulaşılabilir ve sosyal olarak kabul edilebilir olduğu zaman ortaya çıkmaktadır. Bu teori bilişsel boyuta ek olarak sosyal normları da önemsemesi bakımından umut teorisinden daha kompleks ve karmaşıktır (Averill, Caitlin ve Chon, 1990; Akt. Usta, 2013).

Averill, Caitlin ve Chon umudu bilişsel terimlerle, amaçlar sonuçlar itibarıyla elde edilebilir olduklarında (orta düzeyde bir zorluk), denetim altında olduklarına, önemli olarak görülüp toplumsal ve ahlaki olarak kabul edilebilir seviyelerde olduğunda uygun olarak görürler (Aydoğan, 2010).

Snyder (1989) tarafından ele alınan umut teorisinde ise umut, bireyin amaçlarını, “harekete geçme güdüsü (agency)” ve o “amaçlara ulaşma yolları (pathways)” ile birlikte düşünme süreci olarak tanımlanmıştır (Snyder, 2007; Akt. Aydoğan, 2010). Snyder, umudun kalıtsal bir katkısı olmadığını fakat bunun yerine tamamıyla öğrenilmiş bilişsel bir amaca yönelik düşünce olduğunu öne sürer. Amaçlara ulaşma yolunun öğretimi ve amaca güdülenme düşüncesi, çocuk yetiştirmenin yapısal bir parçasıdır ve

umutlu ilgili düşüncelerin bileşenleri 2 yaşından itibaren oluşmaya başlar. Amaçlara ulaşmada alternatif düşünmek çocuğun onunla ilgilenenlerden edindiği basit sebep-sonuç öğretisini yansıttığını ileri sürer (Snyder, 2007; Akt. Aydoğan, 2010). Böylece bir şeyin başka bir şeye sebep olduğunu ve bazı olayların öngörülebileceğini düşünmeye başlarlar. İki yaşına girmeleriyle birlikte bazı şeyleri isteyerek yapabildiklerini ve çevreleri üzerinde kontrole sahip olduklarını fark etmeye başlarlar. Amaca ulaşabileceklerini fark etmeleriyle bebeklik döneminden başlayan bu süreç, yaşam boyu gelişerek devam eder. Çocukluk çağı boyunca umut düşüncelerinin gelişim basamakları (Şekil 2.1) görülmektedir (Snyder, 1994; Akt. Usta, 2013).



**Şekil 2.1. Umut düşüncesinin gelişim basamakları**

Yapılan uzun çalışmalar sonucu Snyder umut kavramını bilişsel ve güdüsel temele oturtmuştur. Bu bilişsel temel üç bileşenle açıklanmıştır. Umut teorisindeki bu bileşenler: Amaç belirleme, amaca yönelik alternatif yollar oluşturma düşüncesi ve bu doğrultuda kendini motive etme olan eylemcilik düşüncesidir (Küsgülü, 2014).

### 2.2.2.1 Snyder'in Umut Teorisi

*Amaç belirleme:* Amaçlar umut teorisinin dayanak noktası ve bilişsel parçasıdır. Umut teorisinde amaçlar denildiğinde bireysel istekler, çalışmalar, yaşantılar akla gelmektedir. Umut teorisinde arzulanan amaçlar sonuçları itibarıyla olumlu ve olumsuz amaçlar olmak üzere iki grupta incelenir. Olumlu amaç ilk kez araba sahibi olmak, olumsuz

amaç ise boşanma aşamasındaki çiftin süreci erteleme örneği verilebilir (Küsgülü, 2014).

Umut teorisine göre tüm insanlar amaç yönelimlidirler, bu amaca yönelik olma durumu hayatta olmak istediğimiz yere nasıl varacağımızı anlamamız konusunda temel bir başlangıç noktasıdır (Aydın, 2010). Amaçlar zihnimize arzuladığımız ve hayal ettiğimiz nesnelere, deneyimleri ve sonuçları kapsamaktadır. Amaçlar arzulanan bitiş noktalarını içerdiğinden dolayı bütün planlı davranışların doğasında bulunmaktadır (Usta, 2013).

*Alternatif yollar düşüncesi:* Hedefe ulaşabilmek için uygun yollar üretebileceklerine inanmalıdırlar. Amaca yönelik uygun yollar düşüncesi, hedef ulaşmak için akla yakın yollar planlama da kişisel yetenek algısını yansıtmaktadır (Usta, 2013). Amaçlar doğrultusunda ilerlerken yolun tıkanması halinde alternatif yolların bulunması umut düzeyi yüksek bireylerde umulan bir durumdur. Umut düzeyi yüksek insanlar eğer denedikleri bir yolda başarısızlığa uğrarlarsa alternatif yollar düşünmede yeterli ve yeteneklidirler (Snyder ve ark. Akt. Usta, 2013).

*Eyleycilik:* Kişi amaca ulaşma, yeni yollar keşfetmede aktif olmasının yanında kendisini motive edici unsurları keşfetmelidir. Eyleyici düşünceler, amaçlarına ulaşabilmek için çabalayan ve tıkanıklıkları noktalarda alternatifleri harekete geçirmek isteyen bireyleri motive eder (Küsgülü, 2014). Umut düzeyi yüksek olan bireyler amacına ulaşma adına engellendiği durumda bile “yapabilirim, vazgeçmeyeceğim” tarzındaki düşünceler ile kendisini motive etmektedir. Önemli olarak, umut düzeyi yüksek olan bireyler kendilerini umut düzeyi düşük olan bireylere göre amaçlarına ulaşma adına daha cesaretli hissetmektedirler (Başören, 2015).

Snyder ve diğerleri (2002) umudu üç düzeyden oluşan bir sistem olarak ele almıştır. Bunlar:

- Genel (trait) umut: Amaçlarına ulaşmada birey yollarını belirleyebilmeli ve amaca geçebilmek için gerekli düşünceleri oluşturabildiği genel değerlendirilmez.
- Belli bir alana yönelik (domain-specific) umut: Belli bir alana özgü umut düzeyini içerir.



- Belli bir amaca yönelik (goal-specific) umut: belli bir alana dair belli bir amaca yönelmeyi kapsar. Alana yönelik umut düzeyi düşük olsa da amaca yönelik umut düzeyi yüksek olabilmektedir (Başören, 2015).

### 2.2.3. Umut ve Değişkenler Arasındaki İlişki

*Umut ve Cinsiyet:* Umut düzeylerin açısından cinsiyet farklılaşmalarını ortaya koyan araştırmaların yanı sıra herhangi bir farklılaşmanın olmadığını öne süren araştırmacılar da bulunmaktadır. Snyder ve arkadaşları, umut düzeyi açısından cinsiyetler arası farklılıklardan çok benzerliklerin ortaya çıkmasının beklendiğini belirtmektedirler (Snyder ve diğerleri, 1997; Akt. Usta, 2013).

*Umut ve Sağlık:* Umut, sağlıkla olumlu yönde ilişkilidir. Deneysel bulgular umudun iyileşmeyi desteklediği (Gottschalk 1985, Akt. Esenay, 2007), psiko-sosyal ve fiziksel iyilik hali ile ilişkili olduğu (Farran ve diğerleri, 1995, Irving ve diğerleri, 1998, Akt. Esenay, 2007) ve yaşam kalitesini artırdığını desteklemektedir (Staats 1991, Akt. Esenay, 2007).

*Umut ve Çocuk:* Çocuklar umut mekanizmasını erken çocukluk döneminde öğrenmeye başlarlar ve aileler çocuklarda umudun oluşmasının ilk önemli etkenlerindendir (Snyder, 1994; Akt. Çanakçı, 2015). Yüksek umutlu aile veya öğretmen olmak çocuğun umutlu düşünmesini kolaylaştırır. Okul rehberlikleri, aileler ve öğretmenlerin çocuklarla iletişimi umut aktarımını kolaylaştırma açısından çok önemlidir (Çanakçı, 2015).

*Umut ve Akademik başarı:* Umut teorisine göre yüksek umut düzeyine sahip öğrenciler düşük umut düzeyine sahip öğrencilere göre akademik olarak daha iyi performans göstermektedirler (Usta, 2013).

*Umut ve Danışma Süreci:* Umut kavramı pozitif psikoterapide bireylerin en ümitsiz oldukları durumlar için bile her zaman ümitsizliklerinin üzerinden gelerek bir çıkış yolu olabileceğine, kendileri ve ailelerine yönelik güzel bir gelecek ile yaşama dair planlamanın olması anlamına gelmektedir (Pesechkron, 1996, 2002; Akt. Küsgülü, 2014).

#### 2.2.4. Umutsuzluk

Beck (1974), gelecek ile ilgili olumsuz beklentileri umutsuzluk olarak değerlendirmektedir. Umutsuzluk birçok psikopatolojik durumda önemli rol oynamaktadır. Beck ve arkadaşları umutsuzluğu, kişinin gelecek ile ilgili olumsuz beklentileri olarak ele almışlardır (Akalin, 2006).

Johnson ve Roberts (1996) umutsuzluğun özelliklerini şöyle sıralamışlardır; Aktivitede azalma - Pasiflik - Sözel ifadede azalma - Üzgün ifade - Motivasyonda ve heveste azalma - Öğrenme engeli - Dış olaylara ilginin azalması - Sessizlik - Sosyal geri çekilme - Yetersizlik duygusu - Azalmış ya da donuk hareket - Uyarılara yanıtta azalma - Bakıma katılımda azalma - Kilo kaybı - Hareketsizlik - İrritabilite, gerginlik - Ağlama - Güçsüzlük - Uyku bozuklukları (Akt. Esenay, 2007).

Umutsuzluk duygusu, geleceğe yönelik olumsuz beklentiler içerir, depresyon ve intihar düşüncesi ile yakından ilişkilidir. Umudun olmaması kişinin yaşamını pasifleştirir, birey ölüme istek duymaya başlar. Bu durum, tedaviye uyumsuzluktan özkıyım düşüncesine kadar kişiyi olumsuz etkiler (Öz, 2004, Sertöz, 2004; Akt. Esenay, 2007).

Umutsuzluk geçmişte yaşanmış olumsuz yaşam örüntüsünün genelleme yapılarak geleceğe atfedilmesidir. Kişinin sorunlarına çare bulamaması, kişiyi umutsuzluğa yöneltir. Umutsuzluk çaresizliğin getirmiş olduğu bir sonuçtur. Beck ve arkadaşları umutsuzluğu “kişinin gelecek ile ilgili olumsuz beklentileri” olarak tanımlamaktadırlar (Tercanlı ve Demir, 2012; Akt. Demir- Uysal, 2014).

Umutsuzluğun tanımları ele alındığında umutsuzluğun, yaşantıların değerlendirilmesinde negatif bilişsel yapıların kullanılmasına önderlik ettiğini söyleyebiliriz. Aynı zamanda umutsuzluk, geleceğe dair inançsızlığı, isteksizliği ve iyilik halinden yoksunluğu ifade eder (Tüfekçiyaşar, 2014).

Umutsuzluk kuramı; Abramson, Metalsky ve Alloy (1989) bazı depresyonlara umutsuzluğun neden olduğunu ileri sürmektedirler. Umutsuzluk ise hoşa giden bir durumun gerçekleşmeyeceği ya da hoşa gitmeyen bir durumun gerçekleşeceği ve sonucu değiştirecek bir şeylerin olmadığı beklentisidir. Bu kuramda yeni olan umutsuzluk ve düşük benlik saygısıdır (Davison ve Neale 2004; Akt. Uğur, 2007).

Depresyonun umutsuzluk kuramı, depresyonun oluşumunda yaşam olayları ve bu olayları yorumlamanın önemine vurgu yapan kuramsal bir formülasyon sunmaktadır. Kurama göre, olumsuz yaşam olayları olduğunda, kişi bu olayların kendisinden kaynaklandığını, kalıcı (tüm zamanlar bunların devam edeceğini) ve genel (pek çok yaşam olaylarının bundan etkileneceğini) olduğunu düşünür. Kuram, hem anksiyete hem de depresyonun umutsuzlukla karakterize edilebileceğini belirtmektedir (Swendsen, 1997; Akt. Yerlikaya, 2006).

Umutsuzluk ise bir amacı gerçekleştirmedeki olumsuz beklentilerdir. Gerek umut gerekse umutsuzluk, her ikisi de kişinin gelecekteki gerçek amaçlarına ulaşma olanaklarının olası yansımasıdır. Umut ve umutsuzluk karşıt beklentileri simgeler. Umutta amaca ulaşmak için uygulamaya konulan planların başarılacağı öngörüsü varken; umutsuzlukta başarısızlık yargısı vardır (Akalin, 2006). Depresyonla ilgili pek çok araştırma umutsuzluk ile yoğun depresyon arasında ilişki olduğunu göstermiştir. Umutsuzluk depresyonun ayırıcı karakterlerinden biridir. Yetenek ve eylemlerinin amaçlarına ulaşmakta yeterli olmadığını, uzmanlaşmada başarısız olduğu ve bu yüzden başkalarına güvenmeleri gerektiğine inanan bireylerdeki bu düşünceler umutsuzluğun belirtileridir. Umutsuzluk da depresyona neden olmaktadır (Akalin, 2006).

### **2.2.5. Umut ile İlgili Yapılan Çalışmalar**

Umut ile ilgili yurtiçinde ve yurtdışında 2000 yılı sonrası yapılan bazı araştırmalara aşağıda yer verilmiştir.

#### **2.2.5.1. Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar**

Denizli (2004) tarafından yapılan yüksek lisans tezinin amacı umut ve çalışma becerilerinin kız ve erkek üniversite öğrencilerinin sınav kaygısını yordamadaki rolünü tespit etmektir. Araştırmanın bulgularına göre, kız öğrencilerin durumluk umut, sürekli umut, derse katılma ve etkili okuma puanları sınav kaygılarının duyusallık boyutunu yordamaktayken, kuruntu boyutunu durumluk umut, derse katılma ve etkili okuma puanlarının yordamaktadır. Bu durum erkek öğrencilerin duyusallık boyutunda ise durumluk umut, sürekli umut, sınava hazırlanma ve dinleme becerileri puanları; kuruntu boyutunu ise durumluk umut, sürekli umut, motivasyon, sağlık ve beslenme, sınava hazırlanma ve yazma puanlarını yordadığı görülmektedir.

Akalın'ın (2006) yaptığı araştırmadan elde edilen sonuçlara göre mesleki algı ne kadar olumluysa, öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri de o derece düşüktür. Kişilerin mesleki algılarının olumlu olması, mesleklerini sevmeleri ve duydukları bağlılık, meslekleri hakkındaki düşüncelerinin olumlu olması; gelecek beklentilerini de olumlu etkilemekte ve kişiler yaşamdan daha fazla keyif almakta, kendilerini mutlu ve güvende hissetmekte, dolayısıyla da umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.

Yerlikaya (2006), bilişsel-davranışçı yaklaşıma ve hobi terapiye dayalı olarak hazırlanan umut eğitimi programlarının ilköğretim öğrencilerinin umutsuzluk düzeyine etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, hem bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı eğitim programı, hem de hobi terapiye dayalı eğitim programı ilköğretim öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri üzerinde anlamlı ölçüde etkili bulunmuş ve her iki programın yarattığı etki izleme ölçümlerinde de devam etmiştir.

Öz (2006), miyokart infarktüsü geçiren hastalarda umut, moral ve algılanan sosyal desteğin yaşam kalitesine etkisini incelemiştir. Araştırmaya katılan hastaların umutsuzluk ortalama puanı 7.55, moral ortalama puanı 8.81 olarak bulgulanmıştır. Hastaların % 56.4'ü düşük moral düzeyine sahiptir. Araştırma sonuçlarına göre umutsuzluk, yaşam kalitesinin hem fiziksel hem de mental boyutunu negatif yönde; moral ve algılanan sosyal destek ise pozitif yönde etkilemektedir. Araştırmaya göre miyokart infarktüsü geçiren hastaların yaşam kalitesini en fazla umut ve moral etkilemektedir.

Atik ve Kemer (2009) yaptıkları araştırmada, Snyder ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilen Çocuklarda Umud Ölçeği'ni (ÇUÖ) Türkçe'ye çevirerek, geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin kanıtları incelemişler, bunun sonucunda, ÇUÖ puanlarının benlik saygısı ve akademik başarı ile olumlu ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Yine bu araştırmada, kız ve erkek öğrencilerin umut puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunamazken, sınıf düzeyi açısından anlamlı farklılıklar elde edilmiştir.

Aydın (2010), üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ ve umut düzeyleri ile psikolojik sağlımlıkları arasındaki ilişkileri incelediği araştırmasında, duygusal zekâ ve umudun psikolojik sağlımlığın önemli yordayıcıları olduğunu bulmuştur. Araştırma bulguları,

duygusal zekâ ve umut düzeyi yüksek olan öğrencilerin psikolojik sağlık düzeylerinin de yüksek olduğunu göstermektedir.

Aydoğan (2010) yaptığı yüksek lisans tezinde, umut ve benlik saygısı düzeylerini bazı değişkenler açısından incelemiştir. 820 ilköğretim II. Kademe öğrencisi üzerinde yürütülen araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin benlik saygısı ve umut düzeylerinin eğitim alınan okulun sosyo-ekonomik çevresi, baba çalışma durumu, anne-babanın mesleği, anne-baba eğitim düzeyi, ailenin aylık geliri, kardeş sayısı, doğum sırası ve okulöncesi eğitimi alma durumu değişkenlerine göre puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu, sınıf, cinsiyet, anne çalışma durumu değişkenlerine göre ise puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin benlik saygısı ile umut düzeylerinde arasında ise pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Kepir (2011), 502 üniversite aday öğrenci üzerinde yürüttüğü araştırmasında, mesleki olgunluk ve umut düzeyleri farklı üniversite adaylarının meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançları, cinsiyetlerine, eğitim durumlarına ve okul türlerine göre incelenmiştir. Araştırma sonucunda, umut düzeyi ile okul türü değişkenlerinin meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar üzerindeki ortak etkisi anlamlı bulunmuş; umut düzeyi ile cinsiyet, eğitim durumu değişkenlerinin meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançları üzerindeki ortak etkileri anlamlı bulunmamıştır.

Biçer ve Bayat'ın (2012), diyaliz tedavisi alan bireylerin umut-umutsuzluk ve sosyal destek düzeylerini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmada, hastaların algıladıkları toplam sosyal destek düzeyleri arttıkça umutsuzluk düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir. Yapılan çalışmalar umudun etkili baş etmeyi olumlu etkilediğini, yaşam kalitesini artırdığını ve hastalığın gidişini etkileyebileceğini göstermektedir.

#### **2.2.5.2. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar**

Carifio ve Rhodes (2002) akademik başarısı düşük ve risk altındaki 74 öğrenci ile yaptıkları bir çalışmada algılanan iyimserlik, umut, öz yeterlik düzeyleri ve öz kontrol arasındaki ilişkileri incelemiştir. Buna göre umut düzeyi görece yüksek olan öğrencilerin akademik öz yeterlikleri de yüksek olarak bulunmuştur. Önemli olarak öğrencilerin amaca ulaşmada farklı yollar belirleme (pathways) düşünceleri ile akademik öz yeterlikleri arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Snyder (2002) umutlu düşüncenin faydalarını tespit etmek için yapılan bir araştırmada yedi üniversitedeki sporculara sezon başlangıcında umut ölçeğini uygulanmıştır. Ayrıca antrenörleri de sporcuların doğal yeteneklerini değerlendirmişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre yüksek umut düzeyine sahip atletler, düşük umut düzeyine meslektaşlarına göre daha iyi performans göstermiştir. Daha sonra yapılan bir araştırmada bayan atletlerin sezon başında kişisel özellik umut düzeyleri ölçülmüş, gerçek yarış performansını ölçmek için de her yarış öncesi durumsal umut ölçeği uygulanmıştır. Bu veriler birlikte değerlendirilmiş ve % 56 oranında ilişki saptanmıştır.

Snyder ve diğerleri (2002) tarafından yapılan bir başka araştırmada, üniversiteye yeni başlayan 213 öğrencinin umut ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmadan elde edilen veriler ışığında, yüksek düzeyde umuda sahip öğrencilerin amaçlarını açık bir şekilde belirleyebildikleri, düşük düzeyde umuda sahip olan öğrencilerin ise amaçlarını oluşturmada daha kararsız oldukları söylenilebilmektedir. Benzer biçimde umut düzeyi yüksek olan öğrencilerin amaçlarına ulaşmak için gösterdikleri çabalarının ve motivasyonlarının akademik başarılarını olumlu yönde etkilediği ortaya konmuştur.

Chang (2003), orta yaş grubundaki 206 kadın ve 141 erkek üzerinde yürüttüğü araştırmasında umut, problem çözme ve psikolojik uyum arasındaki ilişkileri incelemiştir. Umudun alt boyutları olan amaca götüren yollar planlama (pathways) ve amaca ilişkin motivasyon (agency) puanları incelendiğinde, erkeklerin puanları kadınların puanlarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Araştırma sonuçlarına göre amaca ilişkin motivasyon alt boyutu (agency) ve problem çözme becerileri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Yine amaca ilişkin motivasyon (agency) alt boyutu ve depresif belirtiler arasında olumsuz yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Ciarrochi, Heaven ve Davies (2007) tarafından umut ve öz saygının, lise öğrencilerinin okul ortalamaları ve duygusal iyilik hali arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere boylamsal bir araştırma yürütülmüştür. Araştırmaya 382 erkek, 394 kız 8 cinsiyetini belirtmeyen öğrenci olmak üzere toplam 794 öğrenci katılmıştır. Araştırma sonucunda umudun olumlu duygulanım ve okul ortalamalarını yordayabildiği bulunmuştur. Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre umut düzeyleri yüksek öğrencilerin akademik

başarılarının da yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca özsaygı ve genel umut (trait hope) arasında da anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmiştir.

Feldman ve Dreher (2011), 96 üniversite öğrencisini kapsayan ve deneysel bir desenden (iki deney ve bir kontrol grubundan oluşan bir desen) hareketle gerçekleştirdikleri araştırmalarında, bir seans süren umut biçimlendirme çalışmasının öğrencilerin umut içeren amaç odaklı düşüncelerini ne ölçüde etkilediğini incelemiştir. Çalışmada tüm öğrencilere umutla ilgili bilgilendirme yapılmış ve kendileri için belirledikleri önemli bir hedefe nasıl ulaşacakları konusunda çeşitli fikirler üretmeleri ve hedefe ulaşmada karşılaşılabilecekleri olası engelleri belirlemeleri istenmiştir. Bu asamadan sonra, deney grubunda yer alan öğrencilerden yaklaşık 20 dakika süresince belirledikleri hedefe ulaşma yolunda tüm aşamalardan geçtiklerini ve sonunda ise hedefe ulaştıklarını düşünmeleri istenmiştir. Diğer grupta yer alan öğrencilere gevşeme egzersizleri yaptırılırken, kontrol grubunda yer alan öğrencilere hiçbir uygulama yaptırılmamıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular, umut biçimlendirme uygulaması seansına katılan öğrencilerin, diğer öğrencilere oranla belirledikleri hedefe ulaşmada daha umutlu olduklarını göstermiştir. Üstelik seansa katılan öğrencilerin çalışmadan bir ay sonra belirledikleri hedefler doğrultusunda, diğer gruplardaki öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha fazla ilerleme kaydettikleri görülmüştür.

## **2.3. Akademik Başarı**

### **2.3.1. Akademik Başarı Tanımı**

Okullarda yapılan bilinçli, kontrollü, amaçlı, planlı ve örgütlenmiş etkinlikler yoluyla öğrenmeyi sağlamaya çalışma süreci öğretim olarak ifade edilmektedir (Çepni, 2005; Akt. Nas, 2015). Birey eğitim öğretim sürecinde belirlenen hedeflere ulaşılmışsa başarılı olunmuş, ulaşılmamışsa başarısız olunmuş kabul edilir. Öğrencilerin öğrenme düzeyini belirleyen sınavlar aslında başarıyı da belirlemektedir. Başarı, okul ortamında belirli bir ders ya da akademik programlardan, bireyin ne derece yararlandığının bir ölçüsü ya da göstergesidir. Okuldaki başarı ise bir akademik programdaki derslerden öğrencinin aldığı notların ya da puanlarının ortalaması olarak düşünülebilir. Dolayısıyla eğitim öğretim süreci içerisinde yapılan sınavlardan alınan notların ortalamaları akademik başarının bir ölçüsüdür (Nas, 2015).

Başarı ve akademik başarı literatür incelendiğinde iç içe girmiş kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Erdoğan (2006) başarıyı, okulda okutulan derslerde geliştirilen ve öğretmenlerce takdir edilen notlarla, test puanlarıyla ya da her ikisi ile belirlenen beceriler veya kazanılan bilgilerin ifadesi şeklinde, bir başka yerde ise istenilen bir sonuca ulaşma yönünde bir ilerleme şeklinde tanımlamaktadır. Başarı bu kadar geniş kapsamlı tanımlanmakla birlikte, eğitimde başarı denildiğinde genellikle okulda okutulan derslerde geliştirilen ve öğretmenlerce takdir edilen notlarla, test puanlarıyla ya da her ikisi ile belirlenen beceriler veya kazanılan bilgilerin ifadesi olan “Akademik Başarı” kastedilmektedir. Akademik başarı genellikle, öğrencinin psiko-motor ve duyuşsal gelişiminin dışında kalan, bütün program alanlarındaki davranış değişmelerini ifade eder.

Demirtaş ve Çınar’a (2004) göre ise başarı, istenen sonuca ulaşma, güdülen amaca erişme, isteneni elde etme olarak tanımlanabilir. Öğrenci başarısı, “Öğrencinin bulunduğu okul, sınıf ve derse göre belirlenmiş sonuçlara ulaşmada göstermiş olduğu ilerleme” olarak, başarısızlığı da, “Öğrencinin gerçek yeteneği ile okuldaki başarısı arasında görülen farklılık olarak” tarif edilebilir. Eğitim açısından düşündüğümüzde başarı; program hedefleriyle tutarlı davranışlar bütünü ve genellikle okulda okutulan derslerde geliştirilen ve öğretmenlerce takdir edilen notlarla, test puanlarıyla ya da her ikisi ile belirlenen beceriler veya kazanılan bilgilerin ifadesi olan “Akademik Başarı” kastedilmektedir.

Öğrencilerin akademik başarılarına etki eden faktörleri araştıran birçok araştırma yapılmış ve akademik başarıya etki eden birçok etken ortaya konmuştur. Geleneksel bakış açısıyla bakıldığında okulda başarısızlığın sadece öğrenci kaynaklı olduğu düşünülürken, eğitim alanında son yıllarda geliştirilen araştırma metotları sonucunda bu görüşün yanlış olduğu, öğrencinin bireysel yeteneğinin yanında çevresel faktörlerin de öğrencinin başarısını önemli ölçüde etkilediği ortaya konulmuştur. Başarının temelinde öğrenci ve eğitim kalitesi yer alırken, çevresel, ekonomik, kültürel, sağlık, ailenin gelir durumu, ebeveynlerin eğitim düzeyleri gibi başarıyı etkileyen birçok etken ortaya konmuştur (Özer ve Sarı, 2009).

Bir başka araştırmada Akbaba Altun (2008), öğrencilerin akademik başarısına etki eden faktörleri zeka, öğrencinin bilişsel ve öğrenme stilleri gibi değişkenlerin yanı sıra,



örgütsel ve çevresel faktörlerin de olduğunu belirtmektedir. Bu faktörler arasında, okul yöneticisinin liderliği, kolektif yeterlik, akademik baskı, sosyo-ekonomik statü, akademik vurgu, nitelikli okul öncesi eğitim, ailenin desteği ve öğretmen niteliği vurgulanabilir. Olcay ve Döş (2009) ise öğrenci başarısını olumsuz yönde etkileyen faktörlerin sosyo-ekonomik farklılıklar, ilgi, tutum, değer gibi duyuşsal özellikler, ailenin sosyo-kültürel ve ekonomik yapısı, çalışma alışkanlığı, sorumluluk duygusu, derslerin zorluğu, ergenlik dönemi sorunları, duygusal gerginlik, eğitim sistemi ve öğretmenden kaynaklanan sorunlar vb. unsurlar olarak ortaya koymuşlardır.

Gökalp'e (2006) göre ise, okul başarısına etki eden faktörler şu şekilde sıralanabilir; duygusal faktörler, benlik algısı, motivasyon, zihinsel faktörler, sınav kaygısı, cinsiyet, ebeveyn tutumları, kardeş tutumları, okul-öğretmen faktörü, ders çalışma yöntemi.

### **2.3.2. Akademik Başarı ve Umut**

Akademik başarıya tek etki eden unsur zeka ve yetenek olmayabilir. Bu nedenle öğrenci başarısına etki eden diğer unsurları saptamak gerekir. Akademik başarıyı etkileyen faktörlerin neler olduğuna ilişkin yapılan araştırmalar öz-etkililik (Bandura, 1982), iyimserlik (Scheier ve Carver, 1985) ve amaç teorisi gibi motivasyonel yapılar üzerine yoğunlaşmıştır (Snyder ve diğerleri, 2002; Akt. Usta, 2013).

Umutla ilgili yapılan çalışmalarda; umut düzeyinin öğrencilerin sınav başarısı (Snyder ve ark., 1997), akademik başarısı, spor başarısı, fiziksel ve ruh sağlığı ile doğru orantılı olduğunu göstermektedir (Snyder ve ark., 2002).

Akademik performans açısından incelendiğinde, akademik başarı ve umut arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya konulmuştur (Barlow, 2002; Curry, Snyder, Cook, Ruby ve Rehm, 1997; Snyder, Wiklund ve Cheavens, 1999; Snyder ve ark., 2002). Üniversite öğrencilerini kapsayan bir çalışma yüksek umut seviyelerine göre bir dönem içerisinde daha yüksek not ortalamalarının elde edildiğini göstermiştir (Curry ve ark., 1997)

Umut teorisine göre yüksek umut düzeyine sahip öğrenciler düşük umut düzeyine sahip öğrencilere göre akademik olarak daha iyi performans göstermektedirler. Bu görüşü destekleyen bir araştırma Wyoming Üniversitesi'nde yapılmıştır. Umut ölçeğinin önceden tahmin kapasitesinden farklı kademelerde ki öğrenciler için yararlanılabilir mi

düşüncesinden hareketle yapılan bu araştırma 6 yıl sürmüştür. Araştırmada bir grup öğrenciye umut düşünceleri öğretilerek umut düzeylerinin artırılması amaçlanmıştır. Bu kurs ile öğrencilerin umut düzeylerindeki artış ile birlikte benlik saygısı ve akademik performans düzeylerinde de artış yaşandığı görülmüştür (Snyder, 2002; Akt. Usta, 2014).

Akademik performans açısından incelendiğinde, araştırmalar akademik başarı ve umut arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Barlow'a (2002) göre öğrencilerin kendi öz yeterlik düzeylerini artırmalarını ve amaçlarına ulaşmaları için çoklu yönler düşünmelerini sağlayacak deneyimler geliştirmelerini sağlamak öğrencilerin umut düzeylerini artırır ve daha iyi bir akademik performans sergilemelerini sağlayabilir. Ayrıca, umutlu insan; başarıyı algılayabilmek için plan yapabilir, amaca yönelik davranışlar başlatıp, etkinlik odaklı faaliyetleri sürdürmek için kendini motive edebilir (Barlow, 2002: 12).

Yapılan çalışmalarda umut, akademik başarıyı yordamada güçlü bir kişilik özelliği olarak vurgulanmıştır (Snyder ve ark., 1997; Snyder ve ark., 2002; Kemer, 2006). Atik ve Kemer'in (2009) yaptıkları çalışmada umudun akademik başarıyı açıklayan değişkenlerden biri olduğu bulgusu bulunmuştur. Bu nedenle sınıf düzeyi arttıkça umudun düştüğü ve yüksek umudun akademik başarıya olumlu katkısı göz önüne alınırsa, okullarda öğrencilerin umut düzeylerine ilişkin yapılacak çalışmalar önem kazanmaktadır. Ancak umut ile akademik başarı arasındaki ilişki tek yönlü düşünülmemelidir. Yani yüksek umut düzeyi akademik başarıyı artırabileceği gibi, akademik başarıları düşük olan öğrencilerin umut düzeyleri, akademik yetersizliklerden dolayı olumsuz etkilenebilir. Öğrencilerin daha önceki akademik başarıları düşük ise, umutlu düşünceyi geliştirmeleri daha güç olabilir (Atik ve Kemer, 2009).

Bireylerin amaçlar belirleyerek, parlak bir geleceğin onları beklediği inancıyla yaşamda kararlılıkla ilerlemelerini sağlamaktadır. Çaresizliği öğrenmiş bireylerin aksine, umutlu bireyler için zorluklar geçici ve aşılabılır niteliktedir, çaba ve başarı birbirine sıkı sıkıya bağlıdır. Umudun eksikliği ise, riskli durumlarda bireyin incinebilirliğini artırmaktadır (Martinek ve Hellison, 1997: 39, Akt. Çanakçı, 2015).

Umut aynı zamanda kişinin hem içsel hem de hayata yönelik amaçlar belirleme yeteneğiyle de bağlantılıdır (Snyder, 1994). Umudun düzeyi düşük bir öğrenci kendi içsel

amaçlarına kayıtsız ve diğer kişilerin akademik olarak yaptıkları işlere yüksek derecede ilgisizdir (Snyder vd., 2002: 824).

Akademik başarıyı arttırmaya yönelik umudu yükseltmek için tasarlanmış akademik müdahaleler odaklı daha büyük çalışmalara gereksinim vardır. Çünkü daha önceden de açıklandığı üzere yüksek umut dereceleri bireyin artan öz saygısı, problem çözme becerilerinin artışı, kontrol algısı, iyimserlik, olumlu duygulanma ve olumlu sonuç beklentileri ile anlamlı bağlantılar kurmaktadır (Çanakçı, 2015).

### **2.3.3. Akademik Başarı ve Yaşam Doyumu**

Yaşam doyumu, bir kişinin yaşamının bir bütün olarak ya da yaşamının özel alanlarının (aile hayatı, okul deneyimleri vb.) olumlu, öznel genel değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999; Akt. Yıldız, 2010).

Akademik başarı ile yaşam doyumu ilişkisi incelendiğinde yapılan araştırmalarda yaşam doyumu ile yüksek not ortalaması, kişilerarası ilişkiler, ebeveyn ilişkileri, benlik saygısı, umut, okula karşı tutum, öğretmenlere karşı tutum arasında olumlu ilişki bulunmuşlardır fakat sosyal stres, kaygı, depresyon ve dış denetim odağı arasında olumsuz yönde ilişki tespit etmişlerdir. Çok yüksek yaşam doyumu düzeyine sahip ergenler, daha düşük yaşam doyumu düzeyine sahip ergenlerden tüm ölçümlerde, umut, benlik saygısı ve iç denetim odağında daha yüksek puanlar alırlarken; sosyal stres, kaygı, depresyon ve öğretmenlere yönelik olumsuz tutumlara ilişkin ölçümlerde ise ortalamanın altında puanlar almışlardır (Gilman ve Huebner, 2006; akt. Yıldız, 2010).

Campbell'ın (1981) ABD'de 1957-1978 yılları arasında yaptığı çalışmasında eğitimin yaşam doyumu üzerinde etkisini bulmuştur. Fakat bu etki o kadar da büyük bir etki değildir ve gelir gibi diğer faktörlerinde etkileşim içinde görülmektedir. Çeşitli çalışmalar eğitimin diğer değişkenler olmadan tek başına yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını ortaya koyarken, diğer bazı çalışmalar eğitimin kadınlarda daha olumlu etkilere sahip olduğunu ortaya çıkardılar. Eğitimin beklentileri artırırken aynı zamanda alternatif yaşama tarzları üzerinde kişileri yoğunlaştırdığı ortaya çıkmıştır (Akt. Yetim, 1991)

Chow'un (2005) üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu incelediği araştırmada da cinsiyetin yaşam doyumu üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı bildirilmektedir.

Chow'un çalışmasında sosyo-ekonomik düzey, not ortalaması ve akademik yaşantıyla ilgili tatmin arttıkça, yaşam doyumunun arttığı bildirilmektedir (Chow 2005).

Cenkseven'in (2004) ülkemizde yaptığı 475 üniversite öğrencisini içeren çalışmasında öznel iyi olmayı yordayan etkenler arasında akademik başarıdan algılanan hoşnutluk ve sosyo-ekonomik durum yer almaktadır.

Bireylerin yaşam amaçlarının içsel, bireysel motivasyon ve ihtiyaçlar ile uyumlu, uygulanabilir ve gerçekçi, içinde yaşanılan kültür ile çelişki oluşturmayacak şekilde belirlenmesi yaşam doyumunu ve mutluluğu artırmaktadır. Ayrıca, bireyler başarısızlıktan kaçınmak yerine başarı için mücadele ettiklerinde ve kendilerini yaşam amaçlarına gerçekten adadıklarında daha mutlu olmaktadır (Lyubomirsky, 2001: 241). Yaşam doyumunun geliminde ve sürekliliğinin sağlanmasında anlamlı yaşam amaçlarına sahip olmanın gerekliliği üzerinde durulmaktadır (Brunstein, 1993: 1061). Yaşam doyumu bir anlamda bireyin belirlediği hedeflere ulaşma derecesi olarak da tanımlanmaktadır (Koç, 2001). Akademik olarak belirlenen hedefler, öğrencilerin yaşam doyumlarını belirlemede etkili olabilecektir.

## BÖLÜM III: YÖNTEM

### 3.1. Araştırmanın Modeli

Kocaeli ilinde öğrenim görmekte olan ortaokul 5, 6, 7 ve 8. sınıf öğrencilerinin umut ve yaşam doyumları ile akademik başarı düzeylerinin ilişkileri yönünden karşılaştırılması amacıyla yapılan bu çalışma ilişkisel türü tarama modeli bir çalışmadır.

Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlamaktadır. Bu yöntem iki değişken arasındaki ilişkileri net olarak görmeye fırsat verirken, bu ilişkilerin ne boyutta ve hangi yönde olduğunu, değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesini, toplanan demografik bilgiler ve diğer değişkenlerin özelliklerinin birbirleriyle ayrı ayrı ikili gruplar ve bütün olarak karşılaştırılmasını geçerli ve güvenilir bir biçimde sağlamaktadır. Ayrıca bu yöntem daha büyük örneklemelere ulaşmayı, maliyetinin düşüklüğü ve pratikliği bakımından mümkün kılmaktadır. (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012). Karasar (2002) ilişkisel tarama modelini; iki ya da daha çok değişken arasında birlikte değişimin varlığını ya da derecesini betimlemeyi amaçlayan bir model olarak açıklamıştır.

### 3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, 2015-2016 eğitim-öğretim yılında Kocaeli ili Gebze ilçesinde 35 devlet ortaokulu ve beş devlet imam hatip ortaokulunda öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır.

Araştırmanın çalışma grubunu belirlemek için öncelikle, Gebze bölgesinde bulunan devlet okulları arasından basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile Mustafa Üstündağ Ortaokulu, Yunus Emre Ortaokulu ve Necip Fazıl İmam Hatip Ortaokulu ve Dumlupınar İmam Hatip Ortaokulu çalışma grubu olarak belirlenmiştir. Okullardaki öğrenci seçimi için ise, bu örneklem içinden basit rastlantısal örnekleme yöntemi ile seçilmiş ve bu çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul edecek öğrencilerden oluşmaktadır. Olası kayıp veri, boş bırakılma, uç değer ve normallik analizleri aşamasında veri setinin dışında bırakılması gereken veriler göz önünde bulundurularak

toplam 554 öğrenciye ulaşılmıştır. Bu kapsamda ulaşılan ve ölçek uygulanan 554 kişilik öğrenci grubundan 528'inin veri analizi için uygun olduğu belirlenmiş ve analizler bu grup üzerinden yürütülmüştür. Bu öğrencilerden 279' u (%52.8) kız, 249'u (% 47.2) erkektir. Öğrencilerin 136'sı (25.8) 5. Sınıfa, 144'ü (%27.3) 6. Sınıfa, 127'si (%24.1) 7. Sınıfa, 121'i (%22.9) 8. Sınıfa devam etmektedir. Bu öğrencilerin 281'i (%53.2) imam hatip ortaokuluna devam ederken, 247'si (%46.8) ortaokula devam etmektedir.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada iki ölçek ve bir bilgi formu kullanılmıştır. Öğrencilerin umut düzeylerini belirlemek için “Çocuklarda Umut Ölçeği” (EK-1), yaşam doyumu düzeylerini belirlemek için “Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği” (EK-2) kullanılmıştır. Öğrencilerin demografik bilgileri ise “Kişisel Bilgi Formu” (EK- 3) ile elde edilmiştir.

#### 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu (KBF)

Öğrencilerin demografik ve ailesel özellikleri kişisel bilgi formu aracılığıyla elde edilmiştir. Bu formda ( EK- 3) sırasıyla öğrencilerin *cinsiyet, okudukları okul, eğitim durumları (sınıf düzeyleri), aileye ilişkin bilgiler (anne-baba eğitim düzeyi, anne-baba çalışma durumu)* ilişkin bilgileri toplamak amacıyla sorular bulunmaktadır. Ayrıca, öğrencilerin bir önceki yıla ait genel not ortalamaları e-okul sisteminden temin edilmiştir.

#### 3.3.2. Çocuklarda Umut Ölçeği (ÇUÖ)

Çocuklarda Umut Ölçeği (ÇUÖ) Snyder ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilmiş, Atik ve Kemer (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan “amaca ulaşma yolları” (pathways) ve “amaca güdülenme” (agency) olmak üzere iki boyuttan oluşan bir ölçektir. ÇUÖ 8-16 yaş arası çocuklarda kullanılabilir. Toplamda 6 maddeden oluşan ölçek, likert tipi derecelemeye uygun olarak; “Hiçbir Zaman=1, Nadiren=2, Bazen=3, Sık sık=4, Çoğu Zaman=5 ve Her Zaman=6” şeklinde derecelenmektedir. Ölçeğin puanlanması her bir maddeden alınan puanın toplanmasıyla yapılırken, ölçekten elde edilebilecek en yüksek puan 36, en düşük puan 6'dır. Ölçekteki tek sayılı

maddeler amaca güdülenme boyutunu, çift sayılı maddelerse amaca ulaşma yolları boyutunu oluşturmaktadır. Snyder ve arkadaşları (1997), umudun bu iki alt boyutun toplamından oluştuğunu, fakat bu alt boyutların ayrı boyutlar olarak kullanılmaması gerektiğini ve bundan dolayı da sadece toplam ölçek için iç tutarlılık katsayısının hesaplanmasının uygun olacağını belirtmişlerdir. Tüm ölçeğe ilişkin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı, farklı örneklemeler için, .72 ve .86 arasında değişmektedir. Bu çalışmada, bir ay arayla yapılan test-tekrar test uygulamasında elde edilen güvenilirlik katsayısı  $r=.71$  ( $n=359$ ,  $p<.001$ ) bulunmuştur.

### 3.3.3. Çok Boyutlu Yaşam Doyumu Ölçeği (ÇBYDÖ)

Huebner (1994) tarafından geliştirilen, Çivitçi (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği 'nin (Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale) özgün formu 4'lu Likert tipinde, 10'u olumsuz toplam 36 maddeden oluşmaktadır. Çok boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği, beş boyuttan (aile, arkadaş, okul, yaşanılan çevre, benlik) elde edilen puanlarla birlikte bir genel yaşam doyumu puanı vermektedir. Olumsuz maddelerin tersten puanlanması ile elde edilen puanların yüksek olması yaşam doyumunun da arttığını göstermektedir. Ölçek maddeleri dört seçenek üzerinden yanıtlanmaktadır: (1) Hiçbir zaman, (2) bazen, (3) sık sık, (4) her zaman. Ölçeğin Türkçe formunun yapı geçerliği, 516 öğrenciden elde edilen verilerle yapılan faktör analizi ile test edilmiştir. Faktör analizi ve Varimax dik döndürme işlemi sonucunda, ölçeğin özgün formundaki 15, 36, 35. ve 24. maddeler analizden çıkarılmıştır. Yapılan döndürme işlemi sonunda ölçeğin Türkçe formu, faktör yükleri .34 ile .81 arasında değişen beş faktörden ve toplam 36 maddeden oluşmuştur. Beş faktörün birlikte açıkladıkları toplam varyans %44.50'dir. Ölçeğin alt ölçek puanlarının birbirleriyle olan korelasyonları .19 ile .40; toplam puanla olan korelasyonları ise .59 ile .72 arasındadır. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları "toplam" puanda .92, "aile" alt ölçeğinde .82, "okul" alt ölçeğinde .85, "arkadaş" alt ölçeğinde .85, "benlik" alt ölçeğinde .82 ve "yaşanılan çevre" alt ölçeğinde .83 olarak bulunmuştur. Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği' nin bu araştırma örneklemini için iç tutarlık güvenilirlik katsayıları incelenmiştir. Belirlenen iç tutarlık katsayıları "arkadaş" alt ölçeği için .74, "okul" alt ölçeği için .75, "çevre" alt ölçeği için .76, "aile" alt ölçeği için .73, "benlik" alt ölçeği için .76 ve "toplam" puan için ise .75'tir.

### 3.4. Verilerin Toplanması

Çocuklarda Umut Ölçeği, Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği ölçek sahiplerinden gerekli izinler alınarak (Ek-4 ve Ek-5) ve Kişisel Bilgi Formu Mustafa Üstündağ Ortaokulu, Yunus Emre Ortaokulu ve Necip Fazıl İmam Hatip Ortaokulu ve Dumlupınar İmam Hatip Ortaokulu'nda okuyan öğrencilere uygulanmıştır. Uygulama 2015-2016 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde Gebze Kaymakamlığından (Ek-6) izin alınarak ve ilgili okulların ders programları doğrultusunda ilgili okul idareci kadrosuyla görüşülerek ders saatinde öğrencilerden veriler toplanmıştır. Öğrencilerin bu çalışmaya katılımı gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Veriler, araştırmacı denetiminde elde edilmiştir.

### 3.5. Verilerin Çözümlemesi

İstatistiksel çözümlemelere geçmeden önce, demografik değişkenler gruplandırılmış ardından öğrencilere uygulanan ölçekler (Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği, Çocuklarda Umut Ölçeği) puanlandırılmıştır. Daha sonra elde edilen verilerin istatistiksel çözümlmeleri bilgisayar ortamında gerçekleştirilmiştir. Bu çözümlleme ve analizler için SPSS 23 programından yararlanılmıştır. Bu aşamada, araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin demografik özelliklerini betimleyici frekans ve yüzde dağılımları çıkarılmış, sonra ölçeğin toplam puanları için X, SS, Sh değerleri saptanmıştır. Gruplar içerisinde normal dağılım özelliği göstermeyen ( $n < 30$ ) gruplar için non-parametrik teknikler, normal dağılım özelliği gösteren dağılımlar içinse parametrik analiz teknikleri kullanılmıştır. Bu bakımdan; örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği ve Çocuklarda Umut Ölçeği'nden aldıkları puanların; cinsiyet, anne çalışma durumu değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için bağımsız grup t testi; baba çalışma durumu değişkenine ilişkin Mann Whitney- U testi, örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği ve Çocuklarda Umut Ölçeği'nden aldıkları puanların; anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, anne çalışma durumu, baba çalışma durumu değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Bu analiz kapsamında varyansları homojen olan gruplar için f testi, olmayanlar için Welch testinden yararlanılmıştır. Değişkenler



arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Korelasyon katsayısı ile umut ve yaşam doyumlarının başarıyı yordama durumu ise doğrusal regresyon analizi tekniği ile test edilmiştir. Analizlerde hata payı .05 olarak alınmıştır.



## BÖLÜM IV: BULGULAR

### 4.1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde öncelikle öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türleri, anne ve baba eğitim düzeyleri özellikleri frekans ve yüzdelerle değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.1.'de sunulmuştur.

**Tablo 4.1.**  
**Demografik Özelliklere İlişkin Frekans ve Yüzdeler**

	Demografik değişken	Frekans	Yüzdeler
Cinsiyet	Kız	279	52.8
	Erkek	249	47.2
Sınıf düzeyi	5.Sınıf	136	25.8
	6.Sınıf	144	27.3
	7.Sınıf	127	24.1
	8.Sınıf	121	22.9
Okul türü	İmam hatip ortaokulu	281	53.2
	Ortaokul	247	46.8
Anne eğitim durumu	okuma yazma bilmiyor	10	1.9
	ilkokul mezunu	226	42.8
	ortaokul mezunu	92	17.4
	lise mezunu	126	23.9
	üniversite mezunu	74	14.0
Baba eğitim düzeyi	okuma yazma bilmiyor	2	0.4
	ilkokul mezunu	122	23.1
	ortaokul mezunu	95	18.0
	lise mezunu	180	34.1
	üniversite mezunu	129	24.4
Anne çalışma durumu	Çalışıyor	189	35.8
	Çalışmıyor	339	64.2
Baba çalışma durumu	Çalışıyor	507	96.0
	Çalışmıyor	21	4.0
Akademik düzey	50 ve altı	5	0.9
	50.01_70.00	98	18.6
	70.01_85.00	184	34.8
	85.01 ve üstü	241	45.6

N= 528

Araştırmaya toplam 528 öğrenci katılmıştır. Bu öğrencilerden 279' u (%52.8) kız, 249'u (% 47.2) erkektir. Öğrencilerin 136'sı (25.8) 5. Sınıfa, 144'ü (%27.3) 6. Sınıfa, 127'si (%24.1) 7. Sınıfa, 121'i (%22.9) 8. Sınıfa devam etmektedir. Bu öğrencilerin 281'i (%53.2) imam hatip ortaokuluna devam ederken, 247'si (%46.8) ortaokula devam etmektedir.

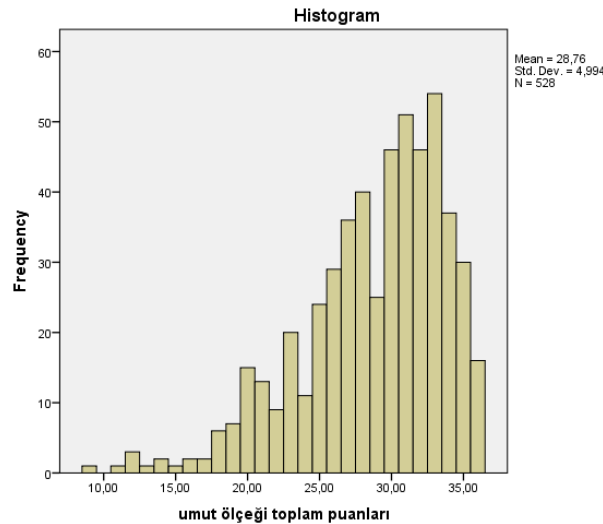
Öğrencilerin umut, yaşam doyumu ve akademik başarı düzeylerine ilişkin elde ettikleri puanlar incelendikten sonra bu puanların normal dağılım gösterip göstermediği de incelenmiştir. Bu amaçla her puana ilişkin çarpıklık, basıklık değerleri ayrıca histogram grafikleri incelenmiştir.

**Tablo 4.2.**

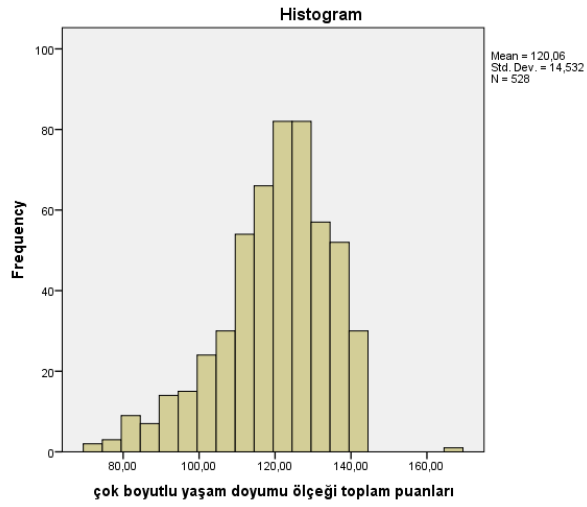
**Umut, yaşam doyumu ve akademik başarı puanlarına ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri**

	<b>Çarpıklık</b>	<b>Basıklık</b>
<b>Umut</b>	-.959	-.827
<b>Yaşam doyumu</b>	-.735	-.499
<b>Akademik başarı</b>	-.646	-.409

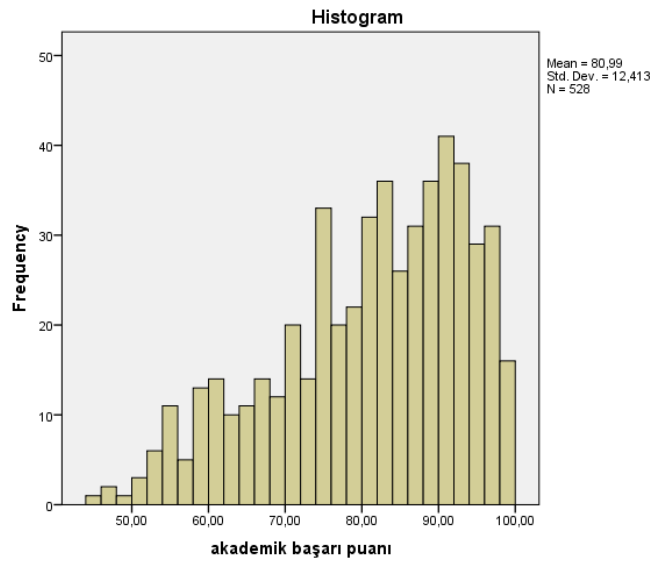
Tablo 4.2' de görüldüğü gibi her bir puana ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde +1 ile -1 arasında değiştiği (Tablo 4.2) görülmüştür.



**Şekil 4.1. Umut puanları histogram grafiği**



**Şekil 4.2. Yaşam doyumu puanları histogram grafiği**



**Şekil 4.3. Akademik başarı puanları histogram grafiği**

Şekil 4.1,4.2,4.3.'de görüldüğü gibi histogram grafiklerinin ise normal dağılım ile benzerlik gösterdiği görülmüştür. Her puana ilişkin çarpıklık, basıklıklık değerleri ayrıca histogram grafiklerine ait tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde her bir puan için dağılımların normal dağıldığına karar verilmiştir.

## 4.2. Umut, Yaşam Doyumu ve Akademik Başarı Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Öğrencilerin umut ölçeği, çok boyutlu yaşam doyumu ve akademik başarı puan ortalamaları, standart sapma ve standart hata değerleri incelenmiş ve Tablo 4.3’de sunulmuştur.

**Tablo 4.3.**  
**Öğrencilerin Umut, Çok Boyutlu yaşam Doyumu ve Akademik Başarı Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler**

	N	Min.	Max.	Ortalama	Standart Hata	Standart Sapma
Umut	528	9.00	36.00	28.76	0.22	4.99
Çok boyutlu yaşam doyumu	528	72.00	165.00	120.06	.63	14.53
Akademik başarı	528	44.82	99.43	80.99	.54	12.41

Tablo 4.3’de görüldüğü gibi öğrencilerin umut ölçeğinden elde ettikleri puanlar 9 ile 36 arasında değişmekte olup puanlarının ortalamaları 28.76’dir. Çok boyutlu yaşam ölçeğinden elde edilen puanları ise 72 ile 165 arasında değişmektedir ve puanların ortalaması 120.06’ dir. Akademik başarı puanları ise 44.82 ile 99.43 arasında değişmektedir ve puan ortalamaları 80.99’dur.

## 4.3. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin umut düzeyleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4.4.’te sunulmuştur.

**Tablo 4.4.**  
**Umut ve Yaşam Doymu Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Sonuçları**

	1	2
1. Umut	-	.554*
2. Çok boyutlu yaşam doymu	.554*	-

N= 528 \*p < .001

Tablo 4.4' te görüldüğü gibi öğrencilerin umut düzeyleri ve yaşam doymaları arasında anlamlı düzeyde pozitif ilişki bulunmaktadır (  $r=.554$ .  $p < .001$ ). Bu bulgu umut arttıkça yaşam doyumunun da arttığını göstermektedir.

#### **4.4. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile akademik başarıları arasında bir ilişki var mıdır? alt amacına ilişkin bulgular**

Öğrencilerin umut düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4.5'te sunulmuştur.

**Tablo 4.5.**  
**Umut ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Sonuçları**

	1	2
1. Umut	-	.307*
2. Akademik başarı	.307*	-

N= 528 \*p < .001

Tablo 4.5. ' te görüldüğü gibi öğrencilerin umut düzeyleri ve akademik başarı düzeyleri arasında orta düzeyde anlamlı pozitif ilişki bulunmaktadır (  $r=.307$ .  $p < .001$ ). Bu bulgu umut arttıkça akademik başarının da arttığını göstermektedir.

#### 4.5. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri ile akademik başarıları arasında bir ilişki var mıdır? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4.6 'da sunulmuştur.

**Tablo 4.6.**  
**Yaşam Doyumu ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Sonuçları**

	1	2
1. Yaşam doyumu	-	.117*
2. Akademik başarı	.117*	-

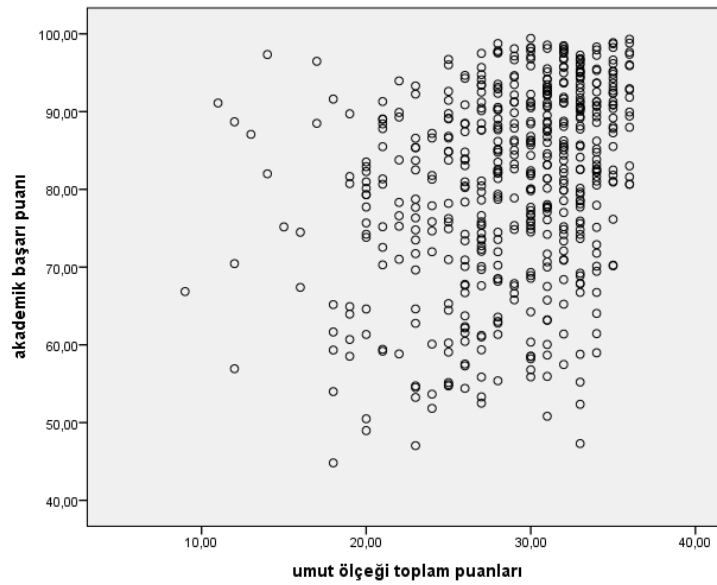
N= 528 \*p < .001

Tablo 4.6' da görüldüğü gibi öğrencilerin yaşam doyumları ve akademik başarı düzeyleri arasında düşük düzeyde pozitif anlamlı ilişki bulunmaktadır (  $r=.117$ ,  $p<.001$ ). Bu bulgu yaşam doyumu arttıkça akademik başarının da arttığını göstermektedir.

#### 4.6. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri akademik başarılarını yordamakta mıdır? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin umut ve yaşam doyum düzeylerinin akademik başarılarını önemli düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Ancak bu analize geçilmeden önce analizin ön koşullarının sağlanıp sağlanmadığı incelenmiştir. Bu amaçla verilerin çok değişkenli normal dağılım gösterip göstermediği dağılım ve saçılma grafiklerinin değerlendirilmesi yoluyla incelenmiştir (Şekil 4.4). Ayrıca çok değişkenli normallik varsayımını incelemek için Mahalanobis uzaklık değerleri hesaplanmıştır. Mahalanobis uzaklık değerleri ölçüt değerlerinin [ $X^2(2)=13.82$ ,  $p=.001$ 'e göre] üstünde olan 5 kişiye ait veri, veri setinden çıkartılmıştır. Bu bulgular sonucunda çok değişkenli normallik varsayımının karşılandığına karar verilmiştir. Ayrıca değişkenler arasında çoklu bağıntılık olup olmadığının incelenmesi için değişkenler arasındaki korelasyon değerleri incelenmiştir. Tablo 4.5. ve Tablo 4.6.'da görüldüğü gibi akademik başarı ile umut arasında orta düzeyde ( $r= .307$ ).

akademik başarı ile yaşam doyumu arasında düşük düzeyde ( $r=.117$ ) ilişki olduğu görülmektedir. Ayrıca tolerans ve Variance İnflation Factors (VIF) değerleri de incelenmiş ve hem tolerans değerinin (.726) ve VIF değerinin (1.376) her iki değişken içinde normal değerler arasında olduğu görülmüştür. Bu bulgular çoklu bağlantılık problemi olmadığına işaret etmektedir. Ön koşulların sağlanmasının ardından öğrencilerin umut ve yaşam doyumu puanlarının başarılarını anlamlı biçimde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.7’ da sunulmuştur.



Şekil 4.4. Umut ve akademik başarı puanlarına ilişkin saçılım grafikleri

Tablo 4.7.

**Umut ve Yaşam Doyumunun Akademik Başarıyı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları**

Değişken	B	Standart Hata B	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit				11.328	.000	-	-
Umut	54.470	4.809	-	6.236	.000	.318	.266
Yaşam doyumu	.836	.134	.307	.440	.660	.182	.019

$F(2,511)= 28,86$   $p=.000$

Tablo 4.7.’da sunulan regresyon analizleri sonucunda başarıyı yordamada umut ve yaşam doyumu değişkenlerinin toplam katkısı anlamlıdır ( $F(2,511)= 28,86$   $p=.000$ ).



Ancak regresyon katsayılarına ilişkin t sonuçları sadece umut değişkeninin öğrencilerin başarıları üzerinde tek başında önemli bir yordayıcı olduğunu, yaşam doyumunun ise tek başına önemli bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir. Bu nedenle regresyon analizinden yaşam doyumu değişkeni çıkarılmış ve analiz basit doğrusal regresyon analizi olarak tekrarlanmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4.8. 'de sunulmuştur.

**Tablo 4.8.**  
**Umudun Akademik Başarıyı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları**

Değişken	B	Standart Hata B	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	55,980	3,362		16,653	,000	-	-
Umut	,867	,114	,318	7,591	,000	,318	,318

R= .318 R<sup>2</sup>=.101 F (1, 512)= 57,628 p=.000

Tablo 4.8'de görüldüğü gibi umut değişkeni öğrencilerin başarılarını önemli düzeyde yordamaktadır (R= .318 R<sup>2</sup>=.101 p=.000). Umut değişkeni başarıdaki toplam varyansın yaklaşık %10'unu açıklamaktadır. Öğrencilerin başarılarını yordama Regresyon analizi sonuçlarına göre başarının yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği şu şekildedir:

$$\text{BAŞARI} = 55.98 + .867\text{UMUT}$$

#### 4.7. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre umut düzeylerinin önemli düzeyde farklılaşp farklılaşmadığının belirlenmesi için t testi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.9'de sunulmuştur.

**Tablo 4.9.**  
**Cinsiyete Göre Umud Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları**

Cinsiyet	N	Ortalama	SS	Sd	t	p
Kız	279	29.12	5.09	526	1.178	.076
Erkek	249	28.35	4.86			

t(526)=1.178. p > .05

Tablo 4.9. 'da görüldüğü gibi kız öğrencilerin umut puan ortalaması 29.12 iken erkek öğrencilerin umut puan ortalaması 28.35'dir. Yapılan t testi sonucunda bu iki grubun

umut puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $t(526)=1.178$ ,  $p > .05$ ).

#### 4.8. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre yaşam doyumu düzeylerinin önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi için t testi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.10.'da sunulmuştur.

**Tablo 4.10.**  
**Cinsiyete Göre Yaşam Doyumu Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları**

Cinsiyet	N	Ortalama	SS	Sd	t	p
Kız	279	122.97	14.02	526	4.974	.000
Erkek	249	116.80	14.43			

$t(526)=4.974$ ,  $p < .001$

Tablo 4.10'da görüldüğü gibi öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri cinsiyetlerine göre önemli düzeyde farklılaşmaktadır ( $t(526)=4.974$ ,  $p < .001$ ). Kız öğrencilerin yaşam doyumu ortalamaları ( $\bar{X}=122.97$ ) erkek öğrencilerin ortalamalarından ( $\bar{X}=116.80$ ) önemli düzeyde daha yüksektir. Yani kız öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri erkek öğrencilerin yaşam doyumundan anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

#### 4.9. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin cinsiyete göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre akademik başarı düzeylerinin anlamlı farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi için t testi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.11.'de sunulmuştur.

**Tablo 4.11.**  
**Cinsiyete Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları**

Cinsiyet	N	Ortalama	SS	Sd	t	p
Kız	279	82.60	11.63	526	3.173	.002
Erkek	249	79.19	13.03			

$t(526)=3.173$ ,  $p < .01$

Tablo 4.11' de görüldüğü gibi öğrencilerin akademik başarı düzeyleri cinsiyetlerine göre önemli düzeyde farklılaşmaktadır ( $t(526)=3.173$ ,  $p <.01$ ). Kız öğrencilerin akademik başarı ortalamaları ( $\bar{X}=82.60$ ) erkek öğrencilerin ortalamalarından ( $\bar{X}= 79.19$ ) önemli düzeyde daha yüksektir.

#### **4.10. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin okudukları okula göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular**

Öğrencilerin okudukları okula göre umut düzeylerinin önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi için t testi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.12'de sunulmuştur.

**Tablo 4.12.**

#### **Okul Türüne Göre Umut Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları**

Okul türü	N	Ortalama	SS	Sd	t	p
imam hatip ortaokulu	281	28.13	5.33	526	-3.113	.002
ortaokul	247	29.47	4.48			

$t(526)=-3.079$ ,  $p <.01$

Tablo 4.12.'de görüldüğü gibi öğrencilerin umut düzeyleri okudukları okula göre önemli düzeyde farklılaşmaktadır ( $t(526)=-3.079$ ,  $p <.01$ ). Ortaokul öğrencilerinin umut düzeyi ortalamaları ( $\bar{X}= 29.47$ ) imam hatip ortaokulu öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=28.13$ ) önemli düzeyde daha yüksektir.

#### **4.11. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin okudukları okula göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular**

Öğrencilerin okudukları okula göre yaşam doyum düzeylerinin önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi için t testi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.13. 'te sunulmuştur.

**Tablo 4.13.****Okul Türüne Göre Yaşam Doyumu Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları**

Okul türü	N	Ortalama	SS	Sd	t	p
İmam hatip ortaokulu	281	119.68	15.37	526	-.653	.514
Ortaokul	247	120.50	13.53			

$t(526)=-.653$ .  $p > .05$

Tablo 4.13.'te görüldüğü gibi öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri okudukları okula göre önemli düzeyde farklılaşmamaktadır ( $t(526)=-.653$ .  $p > .05$ ).

#### 4.12. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin okudukları okula göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin okudukları okula göre akademik başarı düzeylerinin önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi için t testi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.14'te sunulmuştur.

**Tablo 4.14.****Okul Türüne Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları**

Okul türü	N	Ortalama	SS	Sd	t	p
İmam hatip ortaokulu	281	75.72	11.97	526	-11.79	.000
Ortaokul	247	86.98	9.95			

$t(526)=-11.796$ .  $p < .001$

Tablo 4.14. 'te görüldüğü gibi öğrencilerin akademik başarı düzeyleri okudukları okula göre önemli düzeyde farklılaşmaktadır ( $t(526)=-11.796$ .  $p < .001$ ). Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeyi ortalamaları ( $\bar{X}= 86.98$ ) imam hatip ortaokulu öğrencilerinin ortalamaları ( $\bar{X}=75.72$ ) önemli düzeyde daha yüksektir.

#### 4.13. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin sınıf düzeylerine göre umut düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirilmiştir. Ancak bu analiz gerçekleştirilmeden önce analizin ön koşulu

kapsamında varyansların homejenliği Levene istatistiği hesaplanarak incelenmiştir. Levene istatistiği sonuçları (Levene (3.524)=3.29. p=.021) varyansların homojen olmadığını göstermiştir. Bu nedenle ortalamaların önemli biçimde farklılaşp farklılaşmadığı Welch testi ile hesaplanmış ve elde edilen bulgular Tablo 15’ te sunulmuştur.

**Tablo 4.15.**  
**Sınıf Düzeyine Göre Umut Düzeylerine İlişkin Welch Testi Sonuçları**

Sınıf düzeyi	N	Ortalama	SS	sd	Welch	p
5.Sınıf	136	29.44	5.37			
6.Sınıf	144	28.56	4.81	288	3.217	.023
7.Sınıf	127	29.30	4.35			
8.Sınıf	121	27.66	5.24			

Tablo 4.15’ te görüldüğü gibi öğrencilerin umut düzeyleri sınıf düzeylerine göre önemli farklılık göstermektedir. Farkın kaynağını belirlemek için ikili karşılaştırma testlerinden Tamhane’s T2 testi gerçekleştirilmiş ve elde edilen sonuçlar Tablo 16’te sunulmuştur.

**Tablo 4.16.**  
**Sınıf Düzeyine Göre Umut Düzeylerine İlişkin İkili Karşılaştırma Testi Sonuçları**

	5.Sınıf	6.Sınıf	7.Sınıf	8.Sınıf
5.Sınıf	-	,88562	,14196	1,78002*
6.Sınıf	-	-	-,74366	,89440
7.Sınıf	-	-	-	1,63806*
8.Sınıf	-	-	-	-

\* p<.05

Tablo 4.16.’ te görüldüğü ikili karşılaştırma testi sonucu 5. Sınıf öğrencilerinin umut düzeyi ortalamalarının ( $\bar{X}$ =29.44), 8. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}$ =27.66) önemli düzeyde yüksek olduğunu, benzer biçimde 7. sınıf öğrencilerinin umut düzeyi ortalamalarının da ( $\bar{X}$ =29.30) 8. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}$ =27.66) önemli düzeyde yüksek olduğunu göstermiştir. Diğer sınıf düzeylerine göre umut düzeylerinde önemli bir farklılığa rastlanmamıştır.

#### 4.14. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin sınıf düzeylerine göre yaşam doyumu düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirmiştir. Ancak bu analiz gerçekleştirilmeden önce analizin ön koşulu kapsamında varyansların homojenliği Levene istatistiği hesaplanarak incelenmiştir. Levene istatistiği sonuçları (Levene (3.524)=1.70. p=.166) varyansların homojen olduğunu göstermiştir. Analizin ön koşulunun sağlanmasını ardından analiz gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4.17.' de sunulmuştur.

**Tablo 4.17.**  
**Sınıf Düzeyine Göre Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin ANOVA Testi Sonuçları**

Sınıf düzeyi	N	Ortalama	SS	Var. K.	K.T.	sd	K.O	F	p
5.Sınıf	136	124,90	14,39	<b>G.Arası</b>	7283.616		2427.872		
6.Sınıf	144	120,48	13,20	<b>G. İçi</b>	104012.445	524	198.497	12.231	.000
7.Sınıf	127	119,92	13,45	<b>Toplam</b>	111296.061				
8.Sınıf	121	114,26	15,36						

Tablo 4.17.' de görüldüğü gibi öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri sınıf düzeylerine göre önemli farklılık göstermektedir (F=12.231; p<.001). Farkın kaynağını belirlemek için ikili karşılaştırma testlerinden Tukey testi gerçekleştirilmiş ve elde edilen sonuçlar Tablo 4.18.' de sunulmuştur.

**Tablo 4.18.**  
**Sınıf Düzeyine Göre Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin İkili Karşılaştırma Testi Sonuçları**

	5.Sınıf	6.Sınıf	7.Sınıf	8.Sınıf
5.Sınıf	-	4,42525*	4,98315*	10,63995***
6.Sınıf	-	-	,55791	6,21470*
7.Sınıf	-	-	-	5,65680**
8.Sınıf	-	-	-	-

\* p<.05 \*\* p<.01 \*\*\*p<.001

Tablo 4.18.' de görüldüğü gibi ikili karşılaştırma testi sonucu 5. Sınıf öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyi ortalamalarının ( $\bar{X}=124.90$ ), 6. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=120.48$ ), 7. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=119.92$ ) ve 8. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=114.26$ ), önemli düzeyde yüksek olduğunu göstermiştir. 6. Sınıf öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri ise sadece 8. sınıf düzeyi öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=114.26$ ) önemli düzeyde yüksektir. Benzer biçimde 7. Sınıf öğrencilerinin de yaşam doyumu puan ortalamaları ( $\bar{X}=119.92$ ) 8. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından anlamlı düzeyde ( $\bar{X}=114.26$ ) yüksektir. Bu bulgular en yüksek yaşam doyumunun 5. Sınıf öğrencilerinde, en düşük yaşam doyumunun ise 8. sınıf öğrencilerinde olduğunu göstermektedir.

#### **4.15. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyine göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular**

Öğrencilerin sınıf düzeylerine göre akademik başarı düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirmiştir. Ancak bu analiz gerçekleştirilmeden önce analizin ön koşulu kapsamında varyansların homejenliği Levene istatistiği hesaplanarak incelenmiştir. Levene istatistiği sonuçları (Levene (3,524)=4.12. p=.007) varyansların homojen olmadığını göstermiştir. Bu nedenle ortalamaların önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı Welch testi ile hesaplanmış ve elde edilen bulgular Tablo 4.19.' da sunulmuştur.

**Tablo 4.19.**  
**Sınıf Düzeyine Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin Welch Testi Sonuçları**

<b>Sınıf düzeyi</b>	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>SS</b>	<b>sd</b>	<b>Welch</b>	<b>p</b>
5.Sınıf	136	83.58	11.50			
6.Sınıf	144	79.39	12.52	288	4.485	.004
7.Sınıf	127	78.85	13.90			
8.Sınıf	121	82.23	11.06			

Tablo 4.19.' da görüldüğü gibi öğrencilerin akademik başarı düzeyleri sınıf düzeylerine göre önemli farklılık göstermektedir. Farkın kaynağını belirlemek için ikili karşılaştırma

testlerinden Tamhane's T2 testi gerçekleştirilmiş ve elde edilen sonuçlar Tablo 4.20.' de sunulmuştur.

**Tablo 4.20.**  
**Sınıf Düzeyine Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin İkili Karşılaştırma Testi Sonuçları**

	5.Sınıf	6.Sınıf	7.Sınıf	8.Sınıf
5.Sınıf	-	4.19*	4.73*	1.37
6.Sınıf	-	-	.54	-2.84
7.Sınıf	-	-	-	-3.38
8.Sınıf	-	-	-	-

\* p<.05

Tablo 4.20.' de görüldüğü ikili karşılaştırma testi sonucu 5. Sınıf öğrencilerinin akademik başarı ortalamalarının ( $\bar{X}=83.59$ ), 6. sınıf öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=79.39$ ) ve 7. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=78.85$ ) önemli düzeyde yüksek olduğunu göstermiştir. Diğer sınıf düzeylerine göre akademik başarı düzeylerinde önemli bir farklılığa rastlanmamıştır.

#### **4.16. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular**

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeylerine göre umut düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirmiştir. Ancak bu analiz gerçekleştirilmeden önce analizin ön koşulu kapsamında varyansların homejenliği Levene istatistiği hesaplanarak incelenmiştir. Levene istatistiği sonuçları (Levene (3,524)=2.82. p=.038) varyansların homojen olmadığını göstermiştir. Bu nedenle ortalamaların önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı Welch testi ile hesaplanmış ve elde edilen bulgular Tablo 4.21' de sunulmuştur.



**Tablo 4.21.**  
**Anne Eğitim Düzeyine Göre Umut Düzeylerine İlişkin Welch Testi Sonuçları**

Sınıf düzeyi	N	Ortalama	SS	sd	Welch	p
Okuma yazma bilmiyor/ilkokul mezunu	236	28.39	5.41			
Ortaokul mezunu	92	28.64	4.81	216.78	1.144	.332
Lise mezunu	126	29.09	4.23			
Üniversite mezunu	74	29.50	5.01			

Tablo 4.21.'de görüldüğü gibi öğrencilerin umut düzeyleri annelerinin eğitim düzeylerine göre önemli farklılık göstermemektedir ( $p>.05$ ).

#### 4.17. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeylerine göre yaşam doyumu düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirmiştir. Ancak bu analiz gerçekleştirilmeden önce analizin ön koşulu kapsamında varyansların homojenliği Levene istatistiği hesaplanarak incelenmiştir. Levene istatistiği sonuçları (Levene (3,524)=.751.  $p=.522$ ) varyansların homojen olduğunu göstermiştir. Ön koşulların sağlanmasının ardından analiz gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4.22.' de sunulmuştur.

**Tablo 4.22.**  
**Anne Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine İlişkin ANOVA Testi Sonuçları**

Sınıf düzeyi	N	Ortalama	SS	Var. K.	K.T.	sd	K.O	F	P
Okuma yazma bilmiyor/ilkokul mez.	236	121,14	14,53	<b>G.Arası</b>	583,712		194,571		
Ortaokul mez.	92	119,74	16,16	<b>G. içi</b>	110712,3	524	211,283	0,921	0,43
Lise mez.	126	118,56	13,92	<b>Toplam</b>	111296,1				
Üniversite mezunu	74	119,59	13,4						

Tablo 4.22.' de görüldüğü gibi öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri annelerinin eğitim düzeylerine göre önemli farklılık göstermemektedir. ( $F(3,524)=.921$ ,  $p=.430$ )

#### 4.18. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne eğitim düzeyine göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin annelerinin eğitim durumlarına göre akademik başarı düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirmiştir. Ancak bu analiz gerçekleştirilmeden önce analizin ön koşulu kapsamında varyansların homojenliği Levene istatistiği hesaplanarak incelenmiştir. Levene istatistiği sonuçları (Levene (3,524)=7.09, p=.000) varyansların homojen olmadığını göstermiştir. Bu nedenle ortalamaların önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı Welch testi ile hesaplanmış ve elde edilen bulgular Tablo 4.23.' te sunulmuştur.

**Tablo 4.23.**  
**Anne Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine İlişkin Welch Testi Sonuçları**

Sınıf düzeyi	N	Ortalama	SS	sd	Welch	p
okuma yazma bilmiyor/ilkokul mezunu	236	76.89	12.51			
ortaokul mezunu	92	78.40	11.69	224,31	40.375	.000
lise mezunu	126	85.08	10.12			
üniversite mezunu	74	90.33	9.07			

Tablo 4.23.'te görüldüğü gibi öğrencilerin akademik başarı düzeyleri anne eğitim düzeylerine göre önemli farklılık göstermektedir. Farkın kaynağını belirlemek için ikili karşılaştırma testlerinden Tamhane's T2 testi gerçekleştirilmiş ve elde edilen sonuçlar Tablo 4.24'te sunulmuştur.

**Tablo 4.24.**  
**Anne Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine İlişkin İkili Karşılaştırma Testi Sonuçları**

	Okuma yazma bilmiyor/ İlkokul mezunu	Ortaokul mezunu	Lise mezunu	Üniversite mezunu
Okuma yazma bilmiyor/ İlkokul mezunu	-	-1,51	-8.19**	-13.44**
Ortaokul mezunu	-	-	-6.68*	-11.93**
Lise mezunu	-	-	-	5.25*
Üniversite mezunu	-	-	-	-

\* p<.05 \*\* p<.001

Tablo 24' te görüldüğü ikili karşılaştırma testi sonucu annesi okuma yazma bilen ya da ilkokul mezunu olan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının ( $\bar{X}=76.89$ ), anneleri lise mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=85.08$ ) ve üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=90.33$ ) önemli düzeyde düşük olduğunu göstermiştir. Benzer biçimde anneleri ortaokuldan mezun olan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının ( $\bar{X}=78.40$ ) hem anneleri liseden mezun olan öğrencilerin ortalamalarından ( $\bar{X}=85.08$ ) hem de üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=90.33$ ) önemli düzeyde düşüktür. Anneleri liseden mezun olan öğrencilerin de akademik başarı ortalamaları ( $\bar{X}=85.08$ ) üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=90.33$ ) önemli düzeyde düşüktür. Sadece anneleri okuma yazma bilen ya da ilkokul mezunu öğrencilerin ortalamaları ( $\bar{X}=76.89$ ) ile anneleri ortaokuldan mezun öğrencilerinin ortalamaları ( $\bar{X}=78.40$ ) arasında anlamlı farka rastlanmamıştır.

#### 4.19. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeylerine göre umut düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirmiştir. Ancak bu analiz gerçekleştirilmeden önce analizin ön koşulu kapsamında varyansların homejenliği Levene istatistiği hesaplanarak incelenmiştir. Levene istatistiği sonuçları (Levene (3,524)=.652 p=.582) varyansların homojen olduğunu göstermiştir. Ön koşulların sağlanmasının ardından analiz gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4.25.' te sunulmuştur.

**Tablo 4.25.**  
**Baba Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine Göre Umut Düzeyine İlişkin ANOVA Testi Sonuçları**

Sınıf düzeyi	N	Ortalama	SS	Var. K.	K.T.	sd	K.O.	F	P
Okuma yazma bilmiyor/ilkokul mezunu	124	28.27	5.36	<b>G. Arası</b>	76.534		25.511		
Ortaokul mezunu	95	28.37	4.97	<b>G. İçi</b>	13066.436	524	24.936	1.023	.382
Lise mezunu	180	29.02	4.69	<b>Toplam</b>	13142.970				
Üniversite mezunu	129	29.15	5.05						

Tablo 4.25.'te görüldüğü gibi öğrencilerin umut düzeyleri babalarının eğitim düzeylerine göre önemli düzeyde farklılık göstermemektedir ( $F(3,524)=1.023$ ,  $p=.382$ ).

#### 4.20. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeylerine göre yaşam doyum düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirmiştir. Ancak bu analiz gerçekleştirilmeden önce analizin ön koşulu kapsamında varyansların homojenliği Levene istatistiği hesaplanarak incelenmiştir. Levene istatistiği sonuçları (Levene (3,524)=.415  $p=.582$ ) varyansların homojen olduğunu göstermiştir. Ön koşulların sağlanmasının ardından analiz gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4.26.' da sunulmuştur.

**Tablo 4.26.**  
**Baba Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine Göre Yaşam Doyumuna İlişkin ANOVA Testi Sonuçları**

Sınıf düzeyi	N	Ortalama	SS	Var. K.	K.T.	sd	K.O	F	P
Okuma yazma bilmiyor/ ilkokul mezunu	124	121.09	14.47	<b>G.Arası</b>	588.285		196.095		
Ortaokul mezunu	95	118.67	16.01	<b>G. İçi</b>	110707.776	524	211.274	.928	.427
Lise mezunu	180	120.87	13.57	<b>Toplam</b>	111296.061				
Üniversite mezunu	129	118.96	14.76						

Tablo 4.26.'da görüldüğü gibi öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri babalarının eğitim düzeylerine göre önemli düzeyde farklılık göstermemektedir ( $F(3,524)=.928$ ,  $p=.427$ ).

#### 4.21. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba eğitim düzeyine göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeylerine göre akademik başarı düzeylerinin önemli biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirmiştir. Ancak bu analiz gerçekleştirilmeden önce analizin ön koşulu kapsamında varyansların homejenliği Levene istatistiği hesaplanarak incelenmiştir. Levene istatistiği sonuçları (Levene (3,524)=3.39 p=.018) varyansların homojen olmadığını göstermiştir, bu nedenle Wlech testinden yararlanılmıştır. Ön koşulların sağlanmasının ardından analiz gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4.27.' de sunulmuştur.

**Tablo 4.27.**  
**Baba Eğitim Düzeyine Göre Düzeylerine Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin ANOVA Testi Sonuçları**

Sınıf düzeyi	N	Ortalama	SS	sd	Welch	P
Okuma yazma bilmiyor/ilkokul mezunu	124	75.58	12.79			
Ortaokul mezunu	95	76.65	11.47	264.208	32.924	.000
Lise mezunu	180	81.78	11.24			
Üniversite mezunu	129	88.29	10.33			

Tablo 4.27'da görüldüğü gibi öğrencilerin akademik başarıları babalarının eğitim düzeylerine göre önemli düzeyde farklılık göstermektedir. Farkın kaynağını belirlemek için ikili karşılaştırma testlerinden Tamhane's T2 gerçekleştirilmiş ve elde edilen sonuçlar Tablo 4.28 'de sunulmuştur.

**Tablo 4.28.**  
**Baba Eğitim Düzeyine Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin İkili**  
**Karşılaştırma Testi Sonuçları**

	Okuma yazma bilmiyor/ İlkokul mezunu	Ortaokul mezunu	Lise mezunu	Üniversite mezunu
Okuma yazma bilmiyor/ İlkokul mezunu	-	-1,07	-6.20**	-12.71**
Ortaokul mezunu	-	-	-5.13*	-11.64**
Lise mezunu	-	-	-	-6.51**
Üniversite mezunu	-	-	-	-

\* p<.05 \*\* p<.001

Tablo 4.28.' de görüldüğü ikili karşılaştırma testi sonucu babaları okuma yazma bilen ya da ilkokul mezunu olan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının ( $\bar{X}=75.58$ ), babaları lise mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=81.78$ ) ve üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=88.29$ ) önemli düzeyde düşük olduğunu göstermiştir. Benzer biçimde babaları orta okuldan mezun olan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının ( $\bar{X}=76.65$ ) hem babaları liseden mezun olan öğrencilerin ortalamalarından ( $\bar{X}=81.80$ ) hem de babaları üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=88.29$ ) önemli düzeyde düşüktür. Babaları liseden mezun olan öğrencilerin de akademik başarı ortalamaları ( $\bar{X}=81.78$ ) babaları üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ( $\bar{X}=88.29$ ) önemli düzeyde düşüktür. Sadece babaları okuma yazma bilen ya da ilkokul mezunu öğrencilerin ortalamaları ( $\bar{X}=75.58$ ) ile babaları ortaokuldan mezun öğrencilerinin ortalamaları ( $\bar{X}=76.65$ ) arasında önemli düzeyde bir farka rastlanmamıştır.

#### **4.22. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular**

Öğrencilerin annelerinin çalışma durumlarına göre umut düzeylerinin önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi için t testi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.29.'da sunulmuştur.

**Tablo 4.29.**  
**Anne Çalışma Durumuna Göre Umut Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları**

Anne Çalışma Durumu	N	Ortalama	SS	Sd	t	p
Çalışıyor	189	28.39	5.10	525	-1,262	.208
Çalışmıyor	338	28.96	4.93			

$t(525)=-1.262, p > .05$

Tablo 4.29. 'da görüldüğü gibi öğrencilerin umut düzeyleri annelerinin çalışma durumlarına göre önemli düzeyde farklılaşmamaktadır ( $t(525)=-1.262, p > .05$ ).

#### **4.23. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular**

Öğrencilerin anne çalışma durumuna göre yaşam doyumu düzeyleri önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi için t testi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4.30.'da sunulmuştur.

**Tablo 4.30.**  
**Anne Çalışma Durumuna Göre Yaşam Doyum Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları**

Anne Çalışma Durumu	N	Ortalama	SS	Sd	t	p
Çalışıyor	189	118.30	14.79	525	-2,104	.036
Çalışmıyor	338	121.07	14.33			

$t(525)=-2.104, p < .05$

Tablo 4.30.'da görüldüğü gibi öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri okudukları annelerinin çalışma durumlarına göre önemli düzeyde farklılaşmaktadır ( $t(525)=-2.104, p < .05$ ). Annesi çalışan öğrencilerin yaşam doyumu ortalamaları ( $\bar{X}=118.30$ ) annesi çalışmayan öğrencilerin ortalamalarından ( $\bar{X}=121.07$ ) önemli düzeyde daha düşüktür.

#### 4.24. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin anne çalışma durumuna göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin anne çalışma durumuna göre akademik başarı düzeyleri önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi için t testi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 31 'da sunulmuştur.

**Tablo 4.31.**  
**Anne Çalışma Durumuna Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları**

Anne Çalışma Durumu	N	Ortalama	SS	Sd	t	p
Çalışıyor	189	83.45	12.70	525	3.473	.001
Çalışmıyor	338	79.57	12.04			

$t(525)=3.473, p < .001$

Tablo 4.31.'de görüldüğü gibi öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri annelerinin çalışma durumlarına göre önemli düzeyde farklılaşmaktadır ( $t(525)=3.473, p < .001$ ). Annesi çalışan öğrencilerin akademik başarı ortalamaları ( $\bar{X}=83.45$ ) annesi çalışmayan öğrencilerin ortalamalarından ( $\bar{X}=79.57$ ) önemli düzeyde daha yüksektir.

#### 4.25. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre umut düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular

Öğrencilerin babalarının çalışma durumlarında göre umut düzeylerinin önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesinde gruptaki kişi sayısının paramaterik test koşullarını sağlamadığı için Mann-Whitney U testi ile kullanılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4.32. 'de sunulmuştur.



**Tablo 4.32.**  
**Baba Çalışma Durumuna Göre Umut Düzeylerine İlişkin Mann-Whitney U testi Sonuçları**

Değişken	Baba Çalışma Durumu	N	Sıra ortalaması	U	z	p
Umut	Çalışmıyor	21	258.79	5203.5	-.176	.861
	Çalışıyor	507	264.74			

$z = -.176, p > .05$

Tablo 4.32.'de görüldüğü gibi öğrencilerin umut düzeyleri babalarının çalışma durumuna göre önemli düzeyde farklılaşmamaktadır ( $z = -.176, p > .05$ )

#### **4.26. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre yaşam doyumu düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular**

Öğrencilerin babalarının çalışma durumlarında göre yaşam doyumu düzeylerinin önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesinde gruptaki kişi sayısının parametrik test koşullarını sağlamadığı için Mann-Whitney U testi ile kullanılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4.33. 'de sunulmuştur.

**Tablo 4.33.**  
**Baba Çalışma Durumuna Göre Yaşam Doyumu Düzeylerine İlişkin Mann-Whitney U testi Sonuçları**

Değişken	Baba Çalışma Durumu	N	Sıra ortalaması	U	z	p
Yaşam Doyumu	Çalışmıyor	21	213.52	4253	-1.563	.118
	Çalışıyor	507	266,61			

$z = -1.563, p > .05$

Tablo 4.33.'de görüldüğü gibi öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri babalarının çalışma durumuna göre önemli düzeyde farklılaşmamaktadır ( $z = -1.563, p > .05$ ).

**4.27. Kocaeli ilinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin baba çalışma durumuna göre akademik başarı düzeyleri değişmekte midir? alt amacına ilişkin bulgular**

Öğrencilerin babalarının çalışma durumlarında göre akademik başarı düzeyleri önemli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesinde gruptaki kişi sayısının paramaterik test koşullarını sağlamadığı için Mann-Whitney U testi ile kullanılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4.34 'de sunulmuştur.

**Tablo 4.34.**  
**Baba Çalışma Durumuna Göre Akademik Başarı Düzeylerine İlişkin Mann-Whitney U testi Sonuçları**

Değişken	Baba Çalışma Durumu	N	Sıra ortalaması	U	z	p
Umut	Çalışmıyor	21	270,40	5447	.181	.856
	Çalışıyor	507	264,26			

$z = -.181, p > .05$

Tablo 4.34'te görüldüğü gibi öğrencilerin akademik başarı düzeyleri babalarının çalışma durumuna göre önemli düzeyde farklılaşmamaktadır ( $z = -.181, p > .05$ ).

## BÖLÜM V: SONUÇ

Bu bölümde, araştırmanın amaçları doğrultusunda elde edilen yargıların özetlenmesine, elde edilen bulguların ilgili literatür ışığında tartışılmasına, ve önerilere yer verilmiştir.

### 5.1. Yargı

Araştırmanın amaçları doğrultusunda yapılan analizlere ilişkin elde edilen yargılar şunlardır:

1. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi doğrultusunda yapılan analizler sonucunda umut düzeyi arttıkça yaşam doyumunun da arttığı sonucu ortaya çıkmıştır.
2. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi doğrultusunda yapılan analizler sonucunda umut düzeyi arttıkça akademik başarının da arttığı sonucu ortaya çıkmıştır.
3. Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi doğrultusunda yapılan analizler sonucunda yaşam doyumu arttıkça akademik başarının da arttığı sonucu ortaya çıkmıştır.
4. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri, akademik başarılarını yordamasının incelenmesi doğrultusunda yapılan analizler sonucunda umut değişkeni akademik başarıyı yordarken, yaşam doyumunun akademik başarıyı yordamada etkisi olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
5. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin cinsiyete göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin umut düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
6. Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyete göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, kız öğrencilerin yaşam doyum düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

7. Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin cinsiyete göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, kız öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.
8. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin okudukları okula göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin imam hatip ortaokulu öğrencilerinin umut düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.
9. Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin okudukları okula göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinde okudukları okula göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
10. Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin okudukları okula göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeyi ortalamaları, imam hatip ortaokulu öğrencilerinin akademik başarı ortalamalarından daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.
11. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin sınıf düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, 5. sınıf öğrencilerinin umut düzeyi ortalamalarının 8. sınıf öğrencilerinin ortalamalarından yüksek olduğu; benzer biçimde 7. sınıf öğrencilerinin umut düzeyi ortalamalarının da 8. sınıf öğrencilerinin ortalamalarından yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Diğer sınıf düzeylerine göre umut düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
12. Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin sınıf düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, 5. sınıftan 8. sınıfa doğru ilerlendiğinde kademeli olarak yaşam doyumu düzeyinin düştüğü sonucu ortaya çıkmıştır.
13. Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin sınıf düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, 5. Sınıf öğrencilerinin akademik başarı ortalamalarının, 6. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından ve 7. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Diğer sınıf düzeylerinde akademik başarı düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.

14. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin anne eğitim düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin umut düzeylerinde anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
15. Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri anne eğitim düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinde anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
16. Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin anne eğitim düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, annesi okuma yazma bilen ya da ilkokul mezunu olan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının, anneleri lise mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ve üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından düşük olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Benzer biçimde anneleri ortaokuldan mezun olan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının hem anneleri liseden mezun olan öğrencilerin ortalamalarından hem de üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından düşüktür. Anneleri liseden mezun olan öğrencilerin de akademik başarı ortalamaları üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından düşük olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.
17. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin umut düzeylerinde baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
18. Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinde baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
19. Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, babaları okuma yazma bilen ya da ilkokul mezunu olan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının, babaları lise mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından ve üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından düşük olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Benzer biçimde babaları ortaokuldan mezun olan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarının hem babaları liseden mezun olan öğrencilerin ortalamalarından hem de babaları üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından düşük olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Babaları liseden mezun olan öğrencilerin de akademik başarı ortalamaları babaları

- üniversite mezunu olan öğrencilerinin ortalamalarından düşük olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.
20. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin anne çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin umut düzeylerinde anne çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
  21. Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin anne çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, annesi çalışmayan öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri annesi çalışan öğrencilerin yaşam doyumu düzeyinden daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.
  22. Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin anne çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, annesi çalışan öğrencilerin akademik başarı ortalamaları annesi çalışmayan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarından daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.
  23. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin baba çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin umut düzeylerinde baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
  24. Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin baba çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinde baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.
  25. Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin baba çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin akademik başarı düzeylerinde baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.

## 5.2. Tartışma

Bu araştırmada, ortaokul öğrencilerinin akademik başarılarının yordanmasında umut ve yaşam doyumları incelenmiştir. Araştırmanın amaçları ve alt amaçları doğrultusunda form ve ölçek uygulamaları yapılmıştır. Elde edilen veriler çeşitli istatistiksel tekniklerle değerlendirilmiştir. Bu bölümde, bulgular Türkiye ve yurtdışında yapılan

çalışmalarla ve literatürdeki teorik bilgilerle karşılaştırılarak tartışılmıştır ve bulgulardan elde edilen yargılar özetlenmiştir. Aşağıda araştırmadan elde edilen sonuçlar, literatür desteğiyle tartışılarak yorumlanmıştır.

### **5.2.1. Umut Düzeyi Sonuçlarının Tartışılması**

Ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi doğrultusunda yapılan analizler sonucunda umut düzeyi arttıkça yaşam doyumunun da arttığı sonucu ortaya çıkmıştır. Araştırma sonuçlarına benzer şekilde Kabakçı ve Totan (2013)'in araştırma sonuçlarına göre çoklu regresyon analizleri sosyal ve duygusal öğrenme becerileri ve kendilik değerini artıran beceriler öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerinin pozitif yönde açıklayıcısıdır. Ayrıca sosyal duygusal öğrenme becerileri umut düzeyinin de pozitif yönde açıklayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yani sosyal ve duygusal öğrenme bağlamında yaşam doyumunu ve umut arasında anlamlı ilişki olduğu söylenebilir.

Araştırma sonuçlarına göre ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin cinsiyete göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin umut düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Benzer şekilde Kabakçı ve Totan (2013)'in çalışmasında da çalışma grubunun umut düzeylerinin cinsiyete göre önemli farklılıklar olmadığı belirlenmiştir. Bu bulgudan farklı olarak Nikolayenko (2011) 'nun araştırma sonuçlarına göre altıncı sınıf öğrencilerinde cinsiyet ile umut düzeyi arasında anlamlı ilişkili olduğu belirtilmiştir. Literatürde genelde kız ve erkek öğrencilerin umut düzeyleri arasında cinsiyete dayanan önemli bir farkın olmadığı (Atik & Kemer, 2009; Aydoğan, 2010; Rawlins, 1991) görülmektedir.

Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin okudukları okula göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin imam hatip ortaokulu öğrencilerinin umut düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Bu fark, ortaokul öğrencilerinin geleceğe yönelik akademik planlarının farklı oluşundan kaynaklanabilir.

Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin sınıf düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, 5. sınıf öğrencilerinin umut düzeyi ortalamalarının 8. sınıf öğrencilerinin ortalamalarından yüksek olduğu; benzer biçimde 7. sınıf öğrencilerinin

umut düzeyi ortalamalarının da 8. sınıf öğrencilerinin ortalamalarından yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Diğer sınıf düzeylerine göre umut düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Benzer şekilde Atik ve Kemer (2009), ilköğretim ikinci kademedeki öğrencilerin umut düzeylerinin sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılıklar gösterdiğini sonucuna ulaşmıştır. 6. sınıftaki öğrencilerin umut düzeylerinin 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin umut düzeylerine göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Yine benzer şekilde Goldbeck ve diğerleri (2007), umut değişkeninde sınıf düzeyine göre önemli farklılıkların olduğu, bu farklılıkların da 6. sınıf öğrencilerinin umut düzeylerinin 8. sınıf öğrencilerinin umut düzeylerinden anlamlı düzeyde daha yüksek olmasından kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. 8. Sınıf öğrencilerinin sınav stresine bağlı olarak gelecek kaygısı yaşıyor olabilirler ki bu kaygı onların umutlarını olumsuz yönde etkilemiş olabilir.

Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin anne- baba eğitim düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin umut düzeylerinde hem anne hem baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Bu bulgudan farklı olarak Alisinanoğlu (2003), anne eğitim seviyesi arttıkça çocukların içten denetiminin arttığını, içten denetimli çocukların ise sorumluluklarını farkında olan, güven veren yapıya sahip, uyumlu, umut düzeyi yüksek başarısızlıkların nedenini dış etmenlerde aramayan başarının kendi çalışma potansiyelinde olduğu görüşüne sahip çocuklar yetiştirdiklerini belirtmiştir.

Ortaokul öğrencilerinin umut düzeylerinin anne ve baba çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin umut düzeylerinde hem anne hem baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Umudun daha çok kişisel bir özellik olduğu düşünüldüğünde ana-babanın çalışma durumunun çocukların umut düzeyleri üzerinde bir etkisinin olmayacağı söylenebilir.

### **5.2.2. Yaşam Doyumu Düzeyi Sonuçlarının Tartışılması**

Araştırma sonuçlarına göre ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyete göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, kız öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Benzer şekilde Çivitçi (2009)' ye göre ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çok boyutlu



yaşam doyumunu incelediği araştırmasında kız öğrencilerin okul doyumunu erkek öğrencilerin okul doyumundan daha fazla olduğu görülmüş; diğer boyutlarda ve genel yaşam doyumunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgulardan farklı olarak; Danielsen, Samdal, Hetland ve Wold (2009)'a göre okul doyumunu alt boyutunda kızların yaşam doyumunu erkek öğrencilere göre daha yüksek düzeyde ilişkilidir. Ayrıca erkeklerin kızlardan daha yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Goldbeck, Schmitz, Besier, Herschbach, & Henrich, 2007). Çok boyutlu yaşam doyumunu alanlarında yalnızca akran ilişkilerinde kızların akran ilişkileri düzeylerinin erkeklerin akran ilişkileri düzeylerinden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak aile ilişkileri, okul ilişkileri, çevre ve çok boyutlu yaşam doyumunda cinsiyete göre anlamlı farklılıkların olmadığı görülmüştür (Kabakçı ve Totan, 2013). İlköğretim ikinci kademe yaşam doyumunu ve ilişkiler açısından incelendiğinde 6. sınıf, akran ilişkilerinin yoğun olarak gelişmeye başladığı, arkadaşlık ilişkilerinin ön planda olduğu bir dönem olarak gözlemlenmektedir. Bu dönemdeki arkadaşlık ilişkilerinde cinsiyet rolleri önem kazanır. Arkadaşlıklar genellikle aynı cinsiyete sahip kişilerle kurulur. Arkadaş kazanımında seçici olma, kabullenme ve kabul görme, düşünce ve duyguları derinden paylaşmaya istekli olma, dinleme, konuşma gibi arkadaşlık becerileri 6. sınıftan itibaren belirleyici faktörlerdir (Elksnin & Elksnin, 2006). Bu becerilerin iletişim becerilerini destekleyici niteliğinden dolayı ve yukarıda değinildiği gibi kızların iletişim becerileri düzeyleri erkeklerinkinden daha iyi düzeyde olduğundan dolayı kızların akran ilişkileri alt boyutlu yaşam doyumlarının ve genel yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu düşünülebilir.

Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeylerinin okudukları okula göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerinde okudukları okula göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.

Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeylerinin sınıf düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, 5. sınıftan 8. sınıfa doğru ilerlendiğinde kademeli olarak yaşam doyumunu düzeyinin düştüğü sonucu ortaya çıkmıştır. Benzer şekilde Çivitçi (2009)'un bulguları 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin okul, yaşanılan çevre, aile, benlik ve genel yaşam doyumunu düzeylerinin 8. sınıf öğrencilerinininkinden daha yüksek düzeyde

olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Goldbeck ve diğerleri (2007)'nin araştırmasında, 11-16 yaş arasındaki öğrenciler üzerinde yaşam doyumunda gelişimsel boyutları incelemişler ve yaşam doyumunun yaş ilerledikçe düştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Kabakçı ve Totan (2013)'in araştırmasında çok boyutlu yaşam doyumu alt alanlarından akran ilişkileri, çevre, aile ilişkileri, benlik ve çok boyutlu yaşam doyumunda sınıf düzeyine dayanan önemli farklılığın olmadığı, okul alt boyutunda ise anlamlı farklılığın olduğu belirlenmiştir. Okul ilişkileri boyutundaki anlamlı farkın 6. sınıftaki öğrencilerin okul ilişkilerinin 8. sınıftaki öğrencilerin okul ilişkileri düzeylerine göre anlamlı düzeyde daha yüksek olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir. Bu bulgudan farklı olarak İkiz ve Kırtıl-Görmez (2010) benzer bir araştırmasında ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyinde anlamlı farklılık olmadığını bulgulamıştır.

Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri anne-baba eğitim düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinde hem anne hem baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Benzer şekilde Çivitçi (2009) araştırma sonuçlarında öğrencilerin hem annelerinin hem de babalarının eğitim düzeyine göre sadece aile doyumunda farklılık görülmüş; diğer alt boyutlarda ve genel yaşam doyumunda fark saptanmamıştır. Aile alt boyutundaki farklılık, anne ve babaları üniversite mezunu olanların aile doyumu, ilkokul mezunu olanlardan yüksek bulunmuştur. Araştırmamızın bulgularıyla uyumlu olarak Ben-Zur (2003) çalışmasında ergenlerde babanın eğitim durumunun genel yaşam doyumunu yordamadığını saptamıştır. Kırtıl (2009) bulgularına göre anne eğitim düzeyi ile öğrencinin yaşam doyumu düzeyi arasında anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bender (2006) ya göre anne- baba eğitim düzeyi ile yaşam doyumu arasında anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bu sonuçlar, anne-baba eğitim düzeyinin genellikle ergenlerin yaşam doyumları üzerinde tek başına bir rolünün olmadığı ve anne-baba eğitiminin anne-babanın kişilik özellikleri ve diğer sosyo-kültürel faktörler ile bütünleştiği durumda ergen yaşam doyumu açısından anlamlı olabileceği izlenimi vermektedir.

Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin anne çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, annesi çalışmayan öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri annesi çalışan öğrencilerin yaşam doyumu düzeyinden daha yüksek olduğu

sonucu ortaya çıkmıştır. Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin baba çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinde baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.

### **5.2.3. Akademik Başarı Düzeyi Sonuçlarının Tartışılması**

Ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi doğrultusunda yapılan analizler sonucunda umut düzeyi arttıkça akademik başarının da arttığı sonucu ortaya çıkmıştır. Ortaokul öğrencilerinin umut düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri, akademik başarılarını yordamasının incelenmesi doğrultusunda yapılan analizler sonucunda umut değişkeni akademik başarıyı yordarken, yaşam doyumunun akademik başarıyı yordamada etkisi olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. İlgili literatür incelendiğinde umut (Snyder ve ark., 1997, Snyder, Shorey, Cheavens, Pulvers, Adams III ve Wiklund, 2002; Kemer, 2006; Atik ve Kemer, 2009; Day, Hanson, Maltby, Proctor ve Wood, 2010; Feldman ve Kubota, 2015) ile akademik başarı arasında pozitif bir ilişkinin olduğu yönündeki bulgular bu araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi doğrultusunda yapılan analizler sonucunda yaşam doyumu arttıkça akademik başarının da arttığı sonucu ortaya çıkmıştır.

Araştırma sonuçları, ergenlerde akademik başarı yükseldikçe okul doyumu alt boyutunun (Huebner ve Gilman, 2006) ve genel yaşam doyumunun (Chang ve ark., 2003; Gilman ve Huebner, 2006; Gilman ve ark., 2006) yükseldiğini gösteren araştırmaları destekler niteliktedir. Çivitçi (2009) Algılanan akademik başarı düzeyine göre, genellikle kendilerini “oldukça başarılı” olarak algılayan öğrencilerin okul doyumu, aile doyumu, benlik doyumu ve genel yaşam doyumlarının kendilerini “başarısız” olarak algılayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dost-Tuzgöl (2007) de araştırma sonuçlarında, akademik başarısını yüksek düzeyde olarak tanımlayan üniversite öğrencilerinde genel yaşam doyumunun daha yüksek olduğunu bulgulamıştır. Huebner & Gilman (2006), akademik başarı düzeyi yüksek olan öğrencilerde okuldaki ders dışı etkinliklere katılma oranının daha fazla olduğunu

saptamıştır. Bağlantılı olarak, derslerde kendilerini başarılı olarak tanımlayan ve okuldaki etkinliklere daha fazla katılım gösteren öğrencilerin okul yaşantılarından doyum elde etmeleri tahmin edilen ve beklenen bir durumdur. Chang ve ark., (2003) tarafından yapılan araştırma sonuçlarında, ergenlerde akademik başarının genel benlik kavramı ve anne-babalarının sıcak davranışları ile olumlu ve anlamlı bir ilişkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ergenlerin akademik başarı düzeylerinin yüksek olması, anne-babalarından daha fazla kabul ve onay görmelerini, bağlantılı olarak aile ilişkilerinden ve yaşantılarından doyum elde etmelerini sağladığı düşünülebilir. Akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin kendi yeterliliklerine ilişkin olumlu bir algı ve tutuma sahip olmaları da kendilerinden memnun olmalarının (benlik doyumunu) bir kaynağı olarak düşünülebilir.

Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin cinsiyete göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, kız öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Benzer olarak Aslanargun, Bozkurt ve Sarioğlu (2016)'nın araştırma sonucunda, akademik başarı ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık olduğunu saptamıştır. Ekici (2013) çalışma bulgularında öğrenme stili ile cinsiyet arasında anlamlı fark olduğunu, Arslan ve Babadoğan (2005) ile Peker (2003) çalışma bulgularında akademik başarı ile öğrenme stilleri arasında anlamlı farklılık olduğunu belirtmiştir. Yani dolaylı olarak akademik başarı ile cinsiyet arasında öğrenme stili yönünden anlamlı farklılık olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Özkal ve Çetingöz (2006)'ün çalışmasında cinsiyet açısından ulaşılan bulgular ele alındığında ise Sosyal Bilgiler dersinde 6, 7 ve 8. sınıf kız öğrencilerinin erkek öğrencilerden daha fazla öğrenme stratejilerini kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Başarılı öğrencilerin de başarısız öğrencilerden strateji kullanımları daha fazladır. Yani kız öğrencilerin strateji kullanımına bağlı olarak akademik başarı düzeylerinin daha yüksek olduğu düşünülebilir.

Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin okudukları okula göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeyi ortalamaları, imam hatip ortaokulu öğrencilerinin akademik başarı ortalamalarından daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Kapıkıran ve Özgüngör (2009)'ın çalışması lise öğrencilerinin akademik başarı düzeylerini en iyi yordayan araştırma

değişkenlerinin sırasıyla okul türü, güdülenme, algılanan aile sosyal desteği ve kardeş sayısı olduğunu göstermektedir. Aynı araştırma sonuçlarına göre, lise türlerine göre başarı düzeyinin değiştiğini ve Anadolu lisesine devam eden öğrencilerin en yüksek başarı düzeyine sahip olduklarını göstermektedir. İlgili literatür tarandığında ortaokul imam hatip öğrencileriyle benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin sınıf düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, 5. Sınıf öğrencilerinin akademik başarı ortalamalarının, 6. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından ve 7. Sınıf öğrencilerinin ortalamalarından yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Diğer sınıf düzeylerinde akademik başarı düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. İlgili literatür tarandığında bunun birçok etmene bağlı olabileceği, detaylı ve kapsamlı araştırma gerektiği görülmektedir.

Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin anne-baba eğitim düzeyine göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, öğrencilerin akademik başarı puanları anne ve baba eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir. İlgili literatür incelendiğinde öğrenci akademik başarı düzeyi ile anne-baba eğitim düzeyleri arasında anlamlı fark olduğunu gösteren çalışmalar olduğu görülmektedir.(Şahin; 2011; İpek, 2011; Anıl, 2009; Pala, 2008; Arslanargun, Bozkurt ve Sarıoğlu, 2016). Anne-babanın eğitim düzeyi ile ebeveynlerin çocukların ders çalışmasına, ev ödevleri hazırlamasına yardımcı olmaları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Elmacıoğlu, 1998). Eğitim düzeyi yüksek olan annenin çocuğunun bilişsel ve fizyolojik gelişimine sağlayacağı olumlu destek ve katkı hiç şüphesiz oldukça yüksek seviyededir. Anne-babanın eğitim düzeyinin öğrencinin akademik başarı düzeyine etkisi MEB ve ARGED tarafından yapılan çalışma sonuçlarında, annenin daha yüksek etkiye sahip olduğuna ulaşılmıştır (MEB, 2006). Türk aile yapısında ve ananelerinde bebeklikten itibaren çocuğun her türlü bakım ve eğitim hizmetlerinde annenin iş yükü babaya göre daha fazladır. Eğitim düzeyi yüksek olan annenin çocuğunun gelişiminde daha bilinçli tutum sergilemesi, çocuğun akademik başarısı üzerinde oldukça önemli bir rol sergilemektedir (Gelbal, 2008). Bu aynı zamanda anne eğitim düzeyi ile çocuğunun akademik başarısı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu sonucunu göstermektedir. Anne eğitim düzeyi ile ailelerin sosyoekonomik düzeyleri arasında, annenin aile bütçesine

sağlayacağı katkıdan dolayı anlamlı ilişki olduğu düşünülebilir. Bireylerin eğitim düzeyleri arttıkça, toplumdaki sosyal statüde bir artış ve bununla paralel olarak ekonomik düzeylerinde de bir yükseliş olur. Eğitim ve kültür düzeyi düşük ailelerin çocuklarına hemen hiç yardım edemedikleri bir gerçektir. Anne-babası memur, öğretmen ve öğretim üyesi olanların çocuklarına öğrenme süreçlerinde yardım etmeleri, onların okul başarıları bakımından diğer çocuklara nazaran büyük farklar yaratabilmektedir (Vural, 2004).

Metin (2013) tarafından yapılan araştırmaya göre, annesi ve babası lise ve üniversite mezunu olan öğrencilerle, annesi ve babası okuryazar olmayan, ilkokul ve ortaokul mezunu olan öğrencilerin SBS başarıları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre, annesi ve babası lise ve üniversite mezunu olanların SBS sınav başarılarının, okuryazar olmayanlara, ilkokul ve ortaokul olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmada elde edilen bu sonuç, araştırmamızı destekler niteliktedir.

Oral ve McGivney, (2014) 'in araştırma sonuçlarına göre ortaöğretimde ailenin eğitim düzeyinin okullulaşma üzerinde ciddi bir etkisi vardır. Bu yaş grubundaki bireylerin anneleri üniversite mezunu ise okullulaşma olasılıkları % 30; anneleri lise mezunu ise okullulaşma oranları % 24 artmaktadır. Babanın lise veya üniversite mezunu olması da % 20'nin üzerinde bir artış yaratmaktadır. Aile reisinin eğitim düzeyi arttıkça, ilköğretim düzeyinde eğitim harcaması da artmaktadır. Üniversite mezunu olan aile reisleri, lise mezunu olanlara oranla çocuklarının eğitimine 3 kat fazla para harcamakta; lise mezunu olan aile reisleri ise ortaokul mezunu olanlara oranla çocuklarının eğitimine 2 kat fazla yatırım yapmaktadır.

Başka bir çalışmada baba eğitim durumunun ergenin başarısını etkilediği ifade edilmiştir. Çünkü anne-babanın eğitim düzeyi çocuklarının derslerindeki başarıyı yönlendirmektedir. Eğitim düzeyi yüksek olan bir baba, çocuğuna derslerinde hem öğretmenlik hem de rehberlik yapabilmektedir (Hortaçsu, 1995). Ural ve Çınar (2014)'ın yaptığı araştırmada anne-babanın eğitim düzeyinin çocuklarının başarısında, özel olarak da matematik derslerindeki başarısında kayda değer bir etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Ortaokul öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin anne-baba çalışma durumuna göre değişip değişmediği analiz edildiğinde, annesi çalışan öğrencilerin akademik başarı ortalamaları annesi çalışmayan öğrencilerin akademik başarı ortalamalarından daha yüksek olduğu, baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır.

İlgili literatür tarandığında öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin birçok etmeden etkilendiğini göstermektedir. Bu faktörler çocukların ailesel özellikleri, ailenin gelir düzeyi, anne-babalarının eğitim ve öğrenim seviyesi, annelerin evlilikten sağladıkları doyum düzeyi, çiftler arası evlilik uyum düzeyi, anne ve babanın birbirleri ile iletişim biçimleri, annelerin kabul, reddedici algılanması, anne-baba tutumları, ailenin öğrencinin başarısı ile ilgi düzeyi gibi değişkenlerdir (Yavuzer, 1993; Yılmaz, 2000; Türkoğlu, 2008; Yaşar, 2009; Kocaman, 2009; Gök, 2010; Kalı Soyer, 2013).

Oral ve McGivney (2014)'nin araştırma bulgularına göre Türkiye'de akademik başarı ile sosyoekonomik düzey arasında anlamlı bir ilişki vardır. Türkiye OECD ülkeleri arasında akademik başarı ve sosyoekonomik düzey arasındaki en güçlü ilişkinin görüldüğü üç OECD ülkesinden biridir (OECD, 2012). Ekonomik düzey öğrencilerin öz güvenine, öz saygılarına, gelişim düzeylerine etkisi olan önemli bir faktördür. Sosyoekonomik açıdan gelir düzeyi yüksek olan ailede büyüyen ergenlerin, benlik saygılarının yüksek düzeyde ve özgüven sahibi bireyler olduğu gözlenmektedir. Bu durum, ekonomik gelir seviyesi yüksek olan öğrencilerin, ekonomik gelir düzeyi düşük olan öğrencilere göre akademik başarı açısından daha iyi olmalarına imkân sağlamaktadır (Keskin ve Sezgin, 2009). OKS sınavına giren öğrencilerin ailelerinin eğitim ve gelir düzeyi öğrencilerin OKS sınavında başarılı olma olasılığını etkileyen en önemli faktörler olarak ortaya çıkmıştır (Öksüzler & Sürekçi, 2010). Bu sonuç araştırmamızı destekler niteliktedir. Araştırmadan farklı olarak Aslanargun, Bozkurt ve Sarioğlu (2016)'nin çalışmasında ev hanımı anneler ile çalışan annelerin çocuklarının akademik başarıları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

### 5.3. Öneriler

#### 5.3.1. Araştırmacılara ve ileride yapılabilecek araştırmalara yönelik öneriler

1. Yaşam doyumu ve umut düzeyinin akademik başarıyı yordadığına yönelik bulgu bu iki değişken arasındaki ilişkinin farklı yaş grupları ile farklı eğitim-öğretim kademelerinde (ilköğretim ve ortaöğretim) yapılacak farklı çalışmalarla desteklenmesi literatüre katkı sağlayacaktır.
2. Bu çalışma Kocaeli ili Gebze ilçesindeki 12-15 yaş arası 528 öğrencilerle sınırlı olup sonuçları bölgeseldir. Daha geniş bir öğrenci örnekleme ve farklı bölgelerde tekrarlanması sonuçların genellenebilme olasılığını arttırabilir.
3. Bu araştırma farklı okul türlerinden; devlet ortaokulu ve devlet imam hatip ortaokulunda öğrencileri kapsamaktadır. Farklı okul türlerinden (Özel Okullar, v.b.) daha fazla sayıda öğrencinin katılımı ile öğrencilerin sahip oldukları nitelikler açısından çeşitlilik oluşmasının farklı araştırma bulguları sağlayabileceği ve yapılacak çalışmalara farklı yönler verebileceği düşünülmektedir.
4. Genel yaşam doyumu, umut ve akademik başarı düzeyinin oluşum ve gelişimlerini daha ayrıntılı gözlemleyebilmek için bu kavramların deneysel olarak incelendiği araştırmaların yapılması uygulamaya dönük alanda, daha yararlı olabilecek sonuçların elde edilmesine katkı sağlayabilir.
5. Araştırmada yaşam doyumu, umut ve akademik başarı kavramları cinsiyet, okudukları okul türü, sınıf düzeyi, anne-baba eğitim düzeyi ve anne- baba çalışma durumuna göre incelenmiştir. Değişkenlere dair verilerin öznel olması çalışmaya sınırlılık getirmiştir. Ayrıca yaşam doyumu ve umut farklı psikolojik (başa çıkma, tükenmişlik, akademik güdülenme, sınav kaygısı, depresyon, sosyal destek v.b.) ve kişisel, demografik (barınma, sosyo-ekonomik düzey, yerleşim yeri, anne-baba tutumları) değişkenlerle incelenebilir.
6. Bu kavramlarla ilgili ortaokul düzeyinde öğrencilerde sınırlı sayıda araştırma gerçekleştirilmiştir. Bunun için daha fazla sayıda çalışmanın yapılması, bu kavramların önemini fark edilmesine ve geleceklerini belirleyecek sınavlara giren öğrencilerin umut ve yaşam doyumu düzeylerini artırmaları noktasında yardımcı olacaktır.



7. Araştırmada incelenen bazı değişkenlere yönelik bulguları destekleyecek çalışmaların olmadığı görülmüş, benzer değişkenlerle yapılacak olan çalışmalar hem literatüre katkı sağlayacak hem de sonuçların karşılaştırılması adına faydalı olacaktır.
8. Yaşam doyumunun alt boyutlarıyla (arkadaş, okul, yaşanan çevre, aile ve benlik) bu araştırmada ele alınmaması, araştırmanın kısıtlılıklarından bir diğeridir. Konunun çoklu değişkenler arası ilişkilerin test edildiği bir araştırma deseni içinde incelenmesinde fayda olduğu düşünülmektedir. Bu konuda var olan çoklu değişkenler arası ilişkilerin test edildiği çalışmaların az olması bundan sonraki araştırmacılar için önemli bir problem konusu oluşturabilir.
9. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı da, öğrencilerin okul başarılarının sadece karne notları üzerinden akademik olarak değerlendirilmesidir. Gelecekte yapılacak araştırmalarda başarı gibi çok boyutlu bir kavramı sadece karne notu üzerinden değerlendirmek yerine çoklu zeka kuramına göre ele almak literatüre farklı katkılar sağlayabilir.
10. Gelecek çalışmalarda farklı kültürlerden örnekler alınarak kültürlerarası çalışma tasarlanabilir.

### **5.3.2. Uygulayıcılara yönelik öneriler**

1. Genel yaşam doyumunu ve umut akademik başarının pozitif yönde önemli yordayıcısı olması ve olumlu ruh sağlığının birer göstergesi olmasından dolayı öğrencilerin daha kaliteli yaşam sürmeleri açısından okullarda yürütülecek gelişimsel rehberlik hizmetlerinde yaşam doyumunu ve umut düzeyini artırıcı bireysel ve grupla psikolojik danışma uygulamaları düzenlenebilir.
2. Alan yazın taraması göstermektedir ki; öğrencilerin yoğun ve stresli bir eğitim-öğretim süreci içerisinde yer almaları umut düzeyi ve genel yaşam doyumunu düzeylerinde düşüş yaşamalarına sebep olmaktadır. Okul psikolojik danışmanları ya da kurumlar tarafından düzenlenecek hizmet içi eğitimlerle yetiştirilecek formatör öğretmenlerin, anne baba ve öğretmenleri umut ve yaşam doyumunu artırıcı etkili anne-baba-öğretmen tutumları konusunda bilgilendirici çalışmalar eğitim programları ve seminerler düzenlenebilir.

3. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin akademik başarı düzeyleri ile umut arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Öğrencilerin umut düzeylerini arttırarak akademik başarılarına katkı sağlamaya yönelik kişisel ve eğitsel rehberlik çalışmalarına önem verilmelidir.
4. Okul yöneticilerinin, öğretmen ve velilerin yaşam doyumu ve umut hakkında bilgilendirilmeleri ve öğrencilerin geleceğe yönelik planlı olmaları ve planlarına ulaşacakları seçenekleri belirlemelerine yardımcı olmaları sağlanmalıdır. Öğrencilere uygun başa çıkma yöntemleri öğretilmeli ve uygulama aşamasında psikolojik danışmanlardan yardım alınmalıdır.



## KAYNAKLAR

- Akalın, Ö. (2006). *Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Mesleki Algıları ile Geleceğe Yönelik Umut Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Akbaba Altun, S. (2008). Öğrencilerin sınav başarılarına etki eden faktörler: LGS/ÖSS sınavlarındaki başarılı iller örneği. *İlköğretim Online*, 7(1), 157- 173.
- Alisinanoğlu, F. (2003 ). Çocukların Denetim Odağı İle Algıladıkları Anne Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çocukların Denetim Odağı İle Anne Tutumları), *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*,1(1), 97-107,Ankara
- Anıl, D. (2009). Uluslararası Öğrenci başarılarını değerlendirme programı (PISA)'nda Türkiye'deki öğrencilerin fen bilimleri başarılarını etkileyen faktörler. *Eğitim ve Bilim*, 152(34), 87-100.
- Arslan, B. ve Babadoğan, C. (2005). İlköğretim 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin öğrenme stillerinin akademik başarı düzeyi, cinsiyet ve yaş ile ilişkisi. *Eurasian Journal of Educational Research*, 21, 35-48.
- Aslan, Ö., Sekmen, K., Kömürcü, Ş., & Özet, A. (2007). Kanserli Hastalarda Umut. *CÜ Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(2), 18-24.
- Aslanargun, E., Bozkurt, S., & Sarıoğlu, S. (2016). Sosyo Ekonomik Değişkenlerin Öğrencilerin Akademik Başarısı Üzerine Etkileri. *Uşak University Journal of Social Sciences*, 9(27).
- Atik, G., Kemer, G. (2009). Çocuklarda Umut Ölçeği'nin Psikometrik Özellikleri: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *İlköğretim Online*, 8(2), 379-390.
- Aydın, B. (2010), "Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zeka ve Umut Düzeyleri ile Psikolojik Sağlamlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi," Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Aydoğan, S. (2010). *İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Umut ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. New York: The Guilford Press.
- Başören, M. (2015). *Lise Öğrencilerinin Matematik Dersine Katılımının, Duygu Düzenleme, Algılanan Araçsallık, Umut ve Başarı Değişkenleriyle Olan İlişkisi*. Doktora Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Bender, M.T. (2006). *Resim İş Eğitimi Öğrencilerinde Duygusal Zeka Yaratıcılık İlişkileri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 67-79.
- Bıçer, S., Bayat, M. (2012). Diyaliz Tedavisi Alan Bireylerin Umut-Umutsuzluk ve Sosyal Destek Düzeyleri. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 7(19):1-21.
- Brunstein, J. C. (1993). "Personal Goals and Subjective Well-Being: A Longitudinal Study". *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(5), 1061-1070.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. (11.Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Carifio, J., ve Rhodes, L. (2002). Construct validities and the empirical relationships between optimism, hope, self-efficacy, and locus of control. *Work: A Journal of Prevention, Assessment and Rehabilitation*, 19(2), 125-136.
- Cenkseven, F. (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Chang, E. C. (2003). A Critical Appraisal and Extension of Hope Theory in Middle-Aged Men and Women: Is It Important to Distinguish Agency and Pathway Components?. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22(2), 121-143.

- Chang, L., Chang, C., Stewart, S.M., & Au, E. (2003). Life satisfaction, self concept, and family relations in Chinese adolescents and children. *International Journal of Behavioral Development*, 27, 182-189.
- Cheng, F. ve Lam, D. (2010). How is street life? An examination of the subjective wellbeing of street children in China. *International Social Work*, 53, 353-365.
- Chow H.P.H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: a multivariate analysis. *Soc Indic Res*, 70: 139-150.
- Ciarrochi, J., Heaven, P. C. L. ve Davies, F. (2007). The Impact of Hope, Self- Esteem and Attributional Style on Adolescents' School Grades and Emotional Well-Being: A Longitudinal Study. *Journal of Research in Personality*, 41, 1161–1178.
- Curry, L. A., Snyder, C. R., Cook, D. L., Ruby, B. C., & Rehm, M. (1997). Role of hope in academic and sport achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1257-1267.
- Çanakçı, P. (2015). *Çocuk Korosunda Şarkı Söyleyen Çocuklar ile Söylemeyen Çocukların Umut Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordamada Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu ve Benlik Saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4.1, 19-30.
- Çeçen-Eroğul, A. R., Dingiltepe, T. (2012). Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yaşam Düzeyleri ile Yaşam Kalite Düzeylerinin Karşılaştırılması. *İlköğretim Online*. 11.4.
- Çivitci, A. (2007). Çokboyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları [The adaptation of multidimensional students' life satisfaction scale into Turkish: Validity and reliability studies]. *Eğitim Araştırmaları-Eurasian Journal of Educational Research*, 26, 51-60.

- Çivitci, A. (2009). İlköğretim öğrencilerinde yaşam doyumu: Bazı kişisel ve ailesel özelliklerin rolü. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 29-52.
- Danielsen, A. G., Samdal, O., Hetland, J., & Wold, B. (2009). School-related social support and students' perceived life satisfaction. *The Journal of Educational Research*, 102(4), 303-318.
- Day, L., Hanson, K., Maltby, J., Proctor, C. & Wood, A. (2010). Hope uniquely predicts objective academic achievement above intelligence, personality, and previous academic achievement. *Journal of Research in Personality*, 44, 550-553.
- Demirtaş, H. ve Çınar. İ. (2004). Yönetici, öğretmen, veli ve öğrencilerin başarı algısı ve eğitime ilişkin görüşleri: Malatya İli Örneği. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*. İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Demir-Uysal, D. (2014). *Talesemili Ergenlerin Umut Düzeylerinin Belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Denizli, S. (2004). *Umut ve Çalışma Becerilerinin Üniversite Öğrencilerinin Sınav Kaygısını Yordamadaki Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Bölümü, Ankara.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Dost-Tuzgöl, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 132-143.
- Ekici, G. (2013). Gregorc ve Kolb öğrenme stili modellerine göre öğretmen adaylarının öğrenme stillerinin cinsiyet ve genel akademik başarı açısından incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38(167), 211-225.
- Elksnin, L. K., & Elksnin, N. (2006). *Teaching social-emotional skills at school and home*. Denver: Love Publishing Company.
- Elmacioğlu, T. (1998). *Başarıda aile faktörü*. İstanbul: Hayat Yayınları.

- Erdoğdu, Y. (2006). Yaratıcılık ile öğretmen davranışları ve akademik başarı arasındaki ilişkiler. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(17), 95-106.
- Esenay, F. I. (2007). *Sağlıklı ve Kansersiz Ergenlerde Umut*. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Feldman, D. B., ve Dreher, D. E. (2011). Can hope be changed in 90 minutes? Testing the efficacy of a single-session goal-pursuit intervention for college students. *Journal of Happiness Studies*, 13, 745–759.
- Feldman, D. B. & Kubota, M. (2015). Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learning and Individual Differences*, 37, 210-216.
- Fogle, L. M., Huebner, E. S., & Laughlin, J. E. (2002). The relationship between temperament and life satisfaction in early adolescence: Cognitive and behavioral mediation models. *Journal of Happiness Studies*, 3, 373-392.
- Gelbal, S. (2008). Sekizinci sınıf öğrencilerinin sosyoekonomik özelliklerinin türkçe başarısında etkisi, *Eğitim ve Bilim*, 33(150), 1-13.
- Gilman, R. (2001). The relationship between life satisfaction, social interest, and frequency of extracurricular activities among adolescent students. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6), 749-767.
- Gilman, R. ve Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 311-319.
- Gilman, R., & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 293-301.
- Gilman, R., Dooley, J. & Florell, D. (2006). Relative levels of hope and their relationship with academic and psychological indicators among adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 166-178.
- Goldbeck, L., Schmitz, T. G., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life satisfaction decreases during adolescence. *Quality of Life Research*, 16, 969-979.

- Gök, D. (2010). *Anne baba tutumlarının öğrencilerin başarıları ve yetenekleri üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Gökalp, M. (2006). Üniversite öğrencilerinin başarılarını etkileyen okul içi faktörler. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 72-81.
- Gülcan, A. (2014). *Genç Yetişkinlerde İyimserliğin Mutluluk ve Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gülten, N. (2014). *Kierkegaard'ta Umutsuzluk, İman ve Umut*. Doktora tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güngör, T. (2011). *Selçuk Üniversitesi Resim İş Eğitimi Anabilimdalı Öğrencilerinin Kaygı ve Yaşam Doyumu Düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Hilooğlu, S., Cenkseven-Önder, F. (2010). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinde Zorbalığı Yordamada Sosyal Beceri ve Yaşam Doyumunun Rolü. *İlköğretim Online*, 9.3.
- Hortaçsu, N. (1995). Parent's education levels, parents beliefs, and child outcomes. *The Journal of Genetic Psychology*, 156(3), 373-383.
- Huebner, E. S. & Gilman, R. (2006). Students who like and dislike school. *Applied Research in Quality of Life*, 1, 139-150.
- Huebner, E. S., Gilman, R. ve Laughlin, J. E. (1999). A multimethod investigation of the multidimensionality of children's well-being reports: Discriminant validity of life satisfaction and self-esteem. *Social Indicators Research*, 46, 1-22.
- İkiz, F. E., Kırtıl- Görmez, S. (2010). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinde Duygusal Zekâ ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 9(3).
- İpek, C. (2011). Velilerin okul tutumu ve eğitimine katılım düzeyleri ile aileye bağlı bazı faktörlerin ilköğretim öğrencilerinin seviye belirleme sınavları üzerindeki etkisi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1(2), 69-79.



- Kabakçı, Ö. F., & Totan, T. (2013). Effects of social and emotional learning skills on life satisfaction and hope. *Journal of Theoretical Educational Science*, 6(1), 40-61.
- Kalı Soyer, M. (2013). Bir grup Fikirtepe mahallesi sakinin stresle başa çıkma tarzları, psikolojik rahatsızlık belirtileri ve psikolojik yardım gereksinimleri. M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 37, 156-171.
- Kapıkıran, Ş., & Özgüngör, S. (2009). Ergenlerin sosyal destek düzeylerinin akademik başarı ve güdülenme düzeyi ile ilişkileri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 16(1), 21-30.
- Kapıkıran, Ş., Yağcı, U. (2012). Ergenlerin Yalnızlık ve Yaşam Doyumu Çalgı Çalma ve Müzik Topluluğuna Katılmanın Aracı ve Farklılaştırıcı Rolü. *Eğitim Online*. 11.3.
- Karasar, Niyazi (2008), *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, 18. baskı, Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kemer, G. (2006). The role of self-efficacy, hope, and anxiety in predicting university entrance examination scores of 11th grade students. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Kepir, D. D. (2011). Üniversite Adaylarında Meslek Seçimine İlişkin Akılcı Olmayan İnançlar, Mesleki Olgunluk ve Umut Düzeyleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Keskin, G. ve Sezgin B. (2009). Bir grup ergende akademik başarı durumuna etki eden etmenlerin belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4 (10), 4-18.
- Kırtıl, S. (2009). *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Yaşam Doyumlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kıvılcım, P. (2014). *Öğretmenlerde İş Doyumu, Özyeterlilik İnancı ve Yaşam Doyumu İlişkisinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

- Kirişoğlu, Ş. ( 2016). *Genç Yetişkinlerin Aile Yapıları ile Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Koç, Z. (2001). Rehberlik ve araştırma merkezlerinde görev yapan rehber öğretmenlerin iş doyumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 9(2), 395-410.
- Kocaman, A. (2009). *Ailenin sosyo-kültürel ve sosyo-ekonomik durumunun öğrencinin okul başarısına etkisi (İnönü EML örneği)*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Köker, S. (1991). *Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Küsgülü, Ü. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk, Umut ve Narsizim Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Lazzari, S.A. (2000). Emotional Intelligence, Meaning and Psychological Well Being: A Comparison Between Early And Late Adolescence. The Degree of Masters of Arts Graduate Counselling Psychology Program. Trinity Western University
- Lyubomirsky, S. (2001). “Why Are Some People Happier Than Others? The Role of Cognitive and Motivational Processes in Well-Being”. *American Psychologist*, 56(3), 239-249.
- Mammadova, A. (2016). *Çocuk Cezaevindeki Ergenlerle Ailesiyle Birlikte Kalan Ergenlerin Yaşam Doyumu ile Umutsuzluk ve Öğrenilmiş Güçsüzlük Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- MEB, (2006). *ÖBBS 2004-ilköğretim öğrencilerinin başarılarının belirlenmesi İngilizce bilgisayar okuryazarlığı*. Ankara Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.

- Metin, M. (2013). Öğrencilerin seviye belirleme sınavındaki başarısına etki eden unsurların farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 67-83.
- Myers, D.G., Diener, E. (1995). Who is Happy?, *Psychological Science*. 6, 10-19.
- Nas, S. (2015). *Ortaokul Öğrencilerinin Fen Akademik Başarıları ile Diğer Dersler Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Nickerson, A.B. & Nagle, R.J. (2004). The influence of parent and peer attachments on life satisfaction in iddle childhood and early adolescence. *Social Indicators Research*, 66, 35-60.
- Nikolayenko, O. (2011). Adolescents' hopes for personal, local, and global future: Insights from Ukraine. *Youth and Society*, 43(1), 64-89.
- OECD, (2012). Belgium Country Note Results. from PISA 2012. <http://www.oecd.org/pisa/keyfindings/PISA-2012-results-belgium.pdf>.
- Olca, A. ve Döş, İ. (2009). Ortaöğretimde başarıyı olumsuz etkileyen unsurların öğrenci boyutuyla tespitine yönelik bir uygulama. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 131-155.
- Oral, I., & McGivney, E. J. (2014). Türkiye eğitim sisteminde eşitlik ve akademik başarı araştırma raporu ve analiz. *Eğitim Reformu Girişimi Raporları*.
- Öksüzler, O. ve Sürekçi, D. (2010). İlköğretimde Başarıyı Etkileyen Faktörler. *Finans Politik Ekonomik Yorumlar Dergisi*, 47, 543.
- Öz, H. (2006). *Miyokart İnfarktüsü Geçiren Hastalarda Umut, Moral ve Algılanan Sosyal Desteğin Yaşam Kalitesine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, Y., Koruklu, N. (2013). İlk Ergenlikte Ana-Babaya Bağlanma, Okula Bağlanma ve Yaşam Doyumu. *İlköğretim Online*, 12(3).

- Özer, H. ve Sarı, A. (2009). Kovaryans analizi modelleriyle üniversite öğrencilerinin başarılarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi: Atatürk Üniversitesi İİBF Öğrencileri için bir uygulama. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(2), 105-126.
- Özer, M. ve Özsoy Karabulut, Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatric Dergisi* 6(2), 72-74.
- Özkal, N. ve Çetingöz, D. (2006). Akademik başarı, cinsiyet, tutum ve öğrenme stratejilerinin kullanımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, (46), 259–275
- Pala, N. M. (2008). *PISA 2003 sonuçlarına göre öğrenci ve sınıf özelliklerinin matematik okuryazarlığına ve problem çözmeye etkisi*, (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir.
- Peker, M. (2003). Kolb öğrenme stili modeli. *Milli Eğitim Dergisi*, 157, 185-192.
- Rawlins, R. P. (1991). *The relationship among hope/hopelessness, self-esteem, perceived social support, and life events in adolescents* (Unpublished doctoral dissertation). Birmingham University, Alabama.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., et al.(1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 570-585.
- Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope: You can get there from here*. New York: Free Press.
- Snyder, C. R., Hoza, B., Pelham, W. E., Rapoff, M. Ware, L., Danovsky, M., & et al. (1997). The development and validation of the Children's Hope Scale. *Journal of Pediatric Psychology*, 22(3), 399-421.
- Snyder, C. R., Wiklund, C., & Cheavens, J. (1999). Hope and success in college. Geleneksel American Psychological Association toplantısı'nda sunulmuş bildiri, Boston.

- Snyder, C. R., Feldman, D. B., Taylor, J. D., Schroeder, L. L., & Adams, V. III. (2000). The roles of hopeful thinking in preventing problems and enhancing strengths. *Applied and Preventive Psychology, 15*, 262-295.
- Snyder, C. R. (2002). Hope Theory: Rainbows in the Mind. *Psychological Inquiry, 13*, 249-275.
- Snyder, C. R., Rand, K. L., & Sigmon, D. R. (2002). Hope theory: A member of the positive psychology family. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (p.257-276). NY: Oxford University Press.
- Snyder, C. R., Shorey, H. S., Cheavens, J., Pulvers, K. M., Adams, V. H. ve Wiklund, C. (2002). Hope and Academic Success in College. *Journal of Educational Psychology, 94*, 820-826.
- Snyder, C. R. (2004). Hope and the other strengths: Lesson's from animal farm. *Journal of Clinical and Social Psychology, 23*(5), 624-627.
- Steinberg, L. (2002). *Adolescence*. (9th Ed.). USA: McGraw-Hill.
- Suldo, S.M. & Huebner, E.S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research, 78*, 179-203.
- Şahin, A. (2011). İlköğretim 6.sınıf öğrencilerinin dinleme becerisi. farkındalıklarının sosyoekonomik düzeye göre incelenmesi, *Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2*(1), 178-188.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlık ve Psikolojik İhtiyaç Doyumu*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Turgut, İ. (2016). *Çocuk Sahibi Olan ve Olmayan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tüfekçiyaşar, T. (2014). *Lise 10. ve 11.Sınıf Öğrencilerinde Kaygı, Umutsuzluk ve Benlik İmgesi Düzeylerinin Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Türkoğlu, Ö. (2008). *Ailenin eğitim ve gelir düzeyinin öğrencinin derse olan tutumuna ve başarısına etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Uğur, D. (2007). *Dünyayı Adil Algılama ve Geleceğe Dair Umut/Umutsuzluk: Depresyon Tanısı Alan ve Almayan Kişilerde Adil Dünya İnancı*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Ural, A. ve Çınar, F. N. (2014). Anne ve babanın eğitim düzeyinin öğrencinin matematik başarısına etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 3, 41-56.
- Usta, F. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Olma ve Umut Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Valois, R.F., Paxton, R.J., Zullig, K.J., & Huebner, E.J. (2006). Life satisfaction and violent behaviors among iddle school students. *Journal of Child and Family Studies*, 15, 695-707.
- Vara, Ş. (1999). *Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş Doyumu ve Genel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Vural, B. (2004). *Okul başarısında ailenin rolü ve önemi*. İstanbul: Bilgi Yayınevi.
- Yaşar, F. (2009). *İlköğretime devam eden öğrencilerin anne-çocuk ilişkisini kabul ve reddedici algılama düzeyinin annenin evlilik doyumu ve evlilik uyumu düzeyiyle ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı: Adana.
- Yavuzer, H. (1993). *Anne, baba ve çocuk*. (8.Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yerlikaya, İ. (2006). *Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım ve Hobi Terapiye Dayalı "Umut Eğitimi Programları"nın İlköğretim Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyine Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Yetim Ü. (1991). *Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*. Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Yıldız, M. A. (2010). *Sokakta Çalışan ve Çalışmayan İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Yılmaz, A. (2000). *Eşler arasındaki uyum ve çocuğun algıladığı anne – baba tutumu ile çocukların, ergenlerin ve gençlerin akademik başarıları ve benlik algıları arasındaki ilişkiler*, Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

## EKLER

### EK-1 Çocuklarda Umut Ölçeği

#### ÇOCUKLARDA UMUT ÖLÇEĞİ (ÇUÖ)

Aşağıdaki altı cümle sizin genel olarak kendi hakkınızda nasıl düşündüğünüzü ve bazı şeyleri nasıl yaptığınızı tanımlamaktadır. Her bir cümleyi dikkatlice okuyunuz. Her bir cümle için, lütfen çoğunlukla nasıl olduğunuzu düşününüz. Sizi en iyi tanımlayan seçeneği, kutucuğun içerisine (X) işareti koyarak belirtiniz. Örneğin, eğer “Hiçbir Zaman” sizi tanımlıyorsa üzerindeki kutucuğun içerisine (X) işareti koyunuz. Ya da “Her Zaman” size uygunsa üzerindeki kutucuğu işaretleyiniz. Lütfen tüm cümleleri kutucuklardan birini işaretleyerek cevaplayınız. Doğru veya yanlış yanıt bulunmamaktadır.

#### 1. Bence işler gayet iyi gidiyor.

Hiçbir Zaman       Nadiren       Bazen       Sık sık       Çoğu Zaman       Her Zaman

#### 2. Hayatta benim için çok önemli olan şeyleri elde etmek için birçok yol düşünebilirim.

Hiçbir Zaman       Nadiren       Bazen       Sık sık       Çoğu Zaman       Her Zaman

#### 3. Benimle aynı yaştaki çocuklar kadar iyiyim.

Hiçbir Zaman       Nadiren       Bazen       Sık sık       Çoğu Zaman       Her Zaman

#### 4. Bir problemim olduğunda, bu problemi çözmek için birçok yol bulabilirim.

Hiçbir Zaman       Nadiren       Bazen       Sık sık       Çoğu Zaman       Her Zaman

#### 5. Geçmişte yaptığım şeylerin bana gelecekte yardımcı olacağını düşünüyorum.

Hiçbir Zaman       Nadiren       Bazen       Sık sık       Çoğu Zaman       Her Zaman

#### 6. Diğerleri vazgeçmek istese bile, problemi çözmek için yöntemler veya yollar bulabileceğimi biliyorum.

Hiçbir Zaman       Nadiren       Bazen       Sık sık       Çoğu Zaman       Her Zaman



## EK-2 Çok Boyutlu Yaşam Doyumu Ölçeği

### GÜNLÜK YAŞAMI DEĞERLENDİRME FORMU

**Açıklama:** Aşağıda, geçen birkaç hafta süresince yaşamınızla ilgili neler düşündüğünüzü yansıtan bazı ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen, günlerinizi nasıl geçirdiğinizi düşünerek her bir ifadeyle ilgili sizi en iyi yansıtan seçeneğe (X) işareti koymanızdır. Bu bir sınav değildir. Bu nedenle maddelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Lütfen her madde için sadece bir işaret koyunuz ve cevapsız madde bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederiz.

	Hiçbir Zaman	Bazen	Sık sık	Her zaman
1. Arkadaşlarım bana karşı sevecen ve cana yakındırlar.	( )	( )	( )	( )
2. İnsanlar benimle bir arada olmaktan hoşlanırlar.	( )	( )	( )	( )
3. Okulda kendimi kötü hissediyorum.	( )	( )	( )	( )
4. Arkadaşlarımla kötü zaman geçiririm.	( )	( )	( )	( )
5. İyi yapabildiğim bir çok şey var.	( )	( )	( )	( )
6. Okulda bir çok şey öğreniyorum.	( )	( )	( )	( )
7. Anne-babamla zaman geçirmeyi severim.	( )	( )	( )	( )
8. Ailem bir çok aileden daha iyidir.	( )	( )	( )	( )
9. Okulla ilgili sevmediğim bir çok şey var.	( )	( )	( )	( )
10. Güzel / yakışıklı olduğumu düşünüyorum.	( )	( )	( )	( )
11. Arkadaşlarım harikadır.	( )	( )	( )	( )
12. Eğer ihtiyaç duyarsam arkadaşlarım bana yardım ederler.	( )	( )	( )	( )
13. Keşke okula gitmek zorunda olmasaydım.	( )	( )	( )	( )
14. Kendimi seviyorum.	( )	( )	( )	( )
15. Arkadaşlarım bana iyi davranırlar.	( )	( )	( )	( )
16. Çoğu insan beni sever.	( )	( )	( )	( )

17. Ailemle birlikte evde olmaktan hoşlanırım.	( )	( )	( )	( )
18. Ailemdeki kişiler birbirleriyle iyi geçinirler.	( )	( )	( )	( )
19. Okula gitmeyi dört gözle beklerim.	( )	( )	( )	( )
20. Anne-babam bana adil davranır.	( )	( )	( )	( )
21. Okulda olmaktan hoşlanırım.	( )	( )	( )	( )
22. Arkadaşlarım bana karşı kaba ve kırıcı davranırlar.	( )	( )	( )	( )
23. Okul ilgi çekici bir yer.	( )	( )	( )	( )
24. Okul etkinliklerinden hoşlanırım.	( )	( )	( )	( )
25. Keşke başka bir evde yaşasaydım.	( )	( )	( )	( )
26. Aile fertlerimiz birbirleriyle güzel bir dille konuşurlar.	( )	( )	( )	( )
27. Arkadaşlarımla beraber çok eğleniriz.	( )	( )	( )	( )
28. Anne-babam ve ben birlikte eğlenceli şeyler yaparız.	( )	( )	( )	( )
29. Mahallemizi / semtimizi severim.	( )	( )	( )	( )
30. Keşke başka bir yerde yaşasaydım.	( )	( )	( )	( )
31. Ben iyi biriyim.	( )	( )	( )	( )
32. Bu kent / kasaba kötü insanlarla dolu.	( )	( )	( )	( )
33. Komşularımızı severim.	( )	( )	( )	( )
34. Yeterince arkadaşım var.	( )	( )	( )	( )
35. Keşke mahallemizde / semtimizde başka insanlar olsaydı.	( )	( )	( )	( )
36. Yaşadığım yeri seviyorum.	( )	( )	( )	( )

### ALT ÖLÇEKLERE GÖRE MADDELER

ARKADAŞ: 1-4-11-12-15-22-27-34

OKUL: 3-6-9-13-19-21-23-24

ÇEVRE: 25-29-30-32-33-35-36

AİLE: 7-8-17-18-20-26-28

BENLİK: 2-5-10-14-16-31

**Tersten puanlanacak maddeler:** 3-4-9-13-22-25-30-32-35

**EK -3 Kişisel Bilgi Formu*****KİŞİSEL BİLGİ FORMU***

Açıklama: Değerli Öğrenci,

Bu form, yapılan araştırma kapsamında sizin kişisel bilgilerinizin öğrenilmesinde kullanılacaktır. Bu nedenle soruları dikkatli bir biçimde cevaplamanız önemlidir. Sorularda size en uygun seçeneğin önüne (X) işareti koyunuz ve cevapsız soru bırakmayınız. Kişisel bilgileriniz sadece araştırma kapsamında kullanılacak, kimse ile paylaşılmayacak ve araştırma sonunda imha edilecektir.

İlgi ve yardımlarınız için teşekkür ederim.

Esin YILMAZ

Psikolojik Danışman

Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Yüksek Lisans Öğrencisi

Ad Soyad :

Okul:

Sınıf:

1. Cinsiyetiniz?

- Kız  
 Erkek

2. Yaşınız ?

- 11  
 12  
 13  
 14

3. Anneniz çalışıyor mu?

- Evet  
 Hayır

4. Babanız çalışıyor mu?

- Evet  
 Hayır

5. Annenizin eğitim durumu nedir?

- Okuma yazma bilmiyor  
 İlkokul mezunu  
 İlköğretim mezunu  
 Lise mezunu  
 Üniversite mezunu

6. Babanızın eğitim durumu nedir?

- Okuma yazma bilmiyor  
 İlkokul mezunu  
 İlköğretim mezunu  
 Lise mezunu  
 Üniversite mezunu



## EK- 5 Çocuklarda Umut Ölçeği (ÇUÖ)'nin kullanılmasına ilişkin Yrd. Doç. Dr. Gökhan Atik'ten alınan e-posta izin yazısı

**Gokhan.Atik@ankara.edu.tr**

1.02.2016
☆
↩
▼

🔒 Alıcı: bana ▼

Esin merhaba,

Ölçeği tabi ki de çalışmada kullanabilirsin. Bundan memnuniyet duyarız. Ölçeğin kendisine ve bilgilerine makaleden ulaşabilirsin. Makalenin son sayfasında ölçeğin kendisi yer almaktadır.

Çalışmada başarılar dilerim.

Saygılarımla.

Yrd. Doç. Dr. Gökhan Atik

**2009 - Atik, Kemer...**

**EK- 6 Uygulama İzin Yazısı**

T.C.  
GEBZE KAYMAKAMLIĞINA

Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Enstitüce onaylanan 'Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Yordanmasında Umut Ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi' konulu tez çalışmasını Yard. Doç. Dr. Makbule KALI SOYER danışmanlığında yürütmekteyim. Tez konusu gereği Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda tez konuyla ilgili ampirik bir çalışma yapmak istiyorum. Yapacağım çalışmaya ait bilgiler ekte yer almaktadır. Gebze Kaymakamlığından gerekli izinlerin alınması hususunu bilgilerinize arz ederim.

Öğrenci No: 510313015

Esin YILMAZ

İMZA

Milli Eğitim Müdürlüğüne  
..13./04/2016.  
Kaymakam